

Číslo 23 | JAR

K-MAGAZÍN

MAGAZÍN KINEKUS

PRE VAŠE POHODOVÉ

ČÍTANIE

4 Jarné prebúdzanie prírody.

6 Jarná únava. Ako jej čeliť?

8 Odkiaľ sa vzalo veľkonočné vajíčko?

17 Vysoký záhon rýchlo a jednoducho.

20 Menej známe druhy zeleniny.

Kvetináč Doppio

plastový, rozmer 21x14 cm, samozavlažovací, na pestovanie bylín a izbových rastlín, kombinácia lesklého a matného horného a spodného dielu

5⁹⁰ €



- 721200 ■ žltá
- 721201 ■ sivomodrá
- 721202 ■ zelená
- 721203 ■ fialová
- 721204 ■ biela

ušetrite si starosti
s polievaním vďaka
samozavlažovacej
funkcii

Nakombinujte si farby kvetináčov podľa seba.

Stačí, ak si zakúpite viac farieb kvetináča.



Truhlík Doppio

plastový, rozmer 37x16 cm, samozavlažovací, na pestovanie bylín a izbových rastlín, kombinácia lesklého a matného horného a spodného dielu

7⁴⁹ €



- 721205 ■ žltá
- 721206 ■ sivomodrá
- 721207 ■ zelená
- 721208 ■ fialová
- 721209 ■ biela



VYPESTUJTE SI VLASTNÉ BYLINKY VO VAŠEJ KUCHYNI

Parenisko

plastové, mini, izbové, rozmery 39,1x25,7x18,5 cm
36898331

10⁹⁰ €



Solárne svetlo - zvieratko

13x11x16 cm, rôzne postavičky: žaba/krtko/ježko/korytnačka
64306270

SOLAR



8⁴⁹ €

TEŠÍME SA NA VÁS V NAŠICH PREDAJNIACH A V ĎALŠÍCH STOVKÁCH PREDAJNÍ, KTORÉ ZÁSOUJE VEĽKOOBCHOD KINEKUS

BRATISLAVA 2x • NITRA • TRENČÍN • PÚCHOV • PRIEVIDZA • ŽILINA • MARTIN • RUŽOMBEROK • POPRAD • PREŠOV • KOŠICE • ŠUMPERK

UPOZORNENIE: Dostupnosť niektorých tovarov u jednotlivých predajcov môže byť na objednávku! Prosíme, informujte sa v predajni.

Uvedené ceny sú koncové vrátane 20% DPH a sú garantované počas akcie v trvaní **od 9.3. do 31.3.2020** alebo do vypredania skladových zásob. Použitie obrázkov môžu mať ilustračný charakter. Dekorácie nie sú súčasťou výrobku. Prečítané ceny sú bežné ceny u iných predajcov. Za tlačové chyby predajca nezodpovedá. Tovar do tejto akcie zabezpečuje KINEKUS Veľkoobchod. Ak ste nedostali niektorý z akciových tovarov u predajcov, dajte nám to, prosím, vedieť – vo@kinekus.sk alebo 041/555 55 09.

www.kinekus.sk

OBSAH

- 4 **PRÍRODA**
Jarné prebúdzenie prírody.
- 6 **OKIENKO DO DUŠE**
Jarná únava. Ako jej čeliť?
- 8 **ZVYKY**
Odkiaľ sa vzalo veľkonočné vajčko?
- 10 **ZÁHRADA**
Moderné trendy v záhrade.
- 12 **INŠPIRÁCIE**
Jarné inšpirácie z nášho sortimentu.
- 14 **ZÁHRADA**
Ako zabrániť porážke marhúl?
- 15 **ZÁHRADA**
Ako vysádzať do veľkých kvetináčov?
- 17 **ZÁHRADA**
Vysoký záhon rýchlo a jednoducho.
- 18 **TOVAROZNALECTVO**
Všetko, čím presúvame zeminu.
- 20 **ZÁHRADA**
Menej známe druhy zeleniny.
- 23 **TIP NA VÝLET**
Zádielska tiesňava.
- 24 **KUCHYŇA**
Varte zdravšie v rímskom hrnci.
- 25 **RECEPT**
Jahňa v rímskom hrnci.

RELATIVIZÁCIA

V NÁS A OKOLO NÁS

Obdobie jari prináša do života veľa nových podnetov a predsavzatí, ktoré sa nám často viac nedarí ako darí plniť. *Jar je aj o upratovaní a nastavovaní kritérií pre systém a poriadok, či už v nás, alebo okolo nás.*

Pomôžem si citátom veľmi múdreho a obetavého človeka doktora Alberta Schweitzera: „Žijeme v pochmurnej, uponáhľanej a stiesnenej dobe... Etika úcty k životu nás chráni, aby sme mlčky nepredstierali, že neprežívame to, čo ako mysliaci ľudia prežívať musíme. Vedie nás k tomu to, aby sme si vzájomne pomáhali mať pre toto trápenie oči otvorené a aby sme sa nebáli hovoriť v duchu zodpovednosti. Ako to cítime.“

Hodnotový chaos či relatívnosť hodnôt sú častým prejavom ľudí našej spoločnosti. Morálne, právne normy, morálne princípy, svedomie, povinnosť, dobro, zlo sa často vysvetľujú svojisky v kontexte doby, respektíve danej situácie, a to práve preto, že si každý tieto pojmy relativizuje, ako mu to práve vyhovuje. Čestnosť, pravdivosť, slušnosť a úcta k druhým, hodnoty, o ktorých sa začína hovoriť paradoxne, vtedy keď chýbajú, by ale mali byť predsa povinnou výbavou všetkých ľudí na každom poste.

Človek dnešnej doby často rešpektuje a reflektuje iba reklamu, plagáty a médiá, ktoré prezentujú „myslenie“ a ducha doby ako jediné správne. Agresívnym pôsobením médií a okolia sa tak stávame skeptickí voči vlastnému mysleniu. Sme preťažení, presýtení, nesústredení a rozptýlení. Nedokážeme už ani veriť, že máme právo na svoje vlastné myšlienky.

Knihy o filozofii a kritickom myslení pravidelne číta podľa prieskumov na Slovensku len 4% ľudí, lebo ľahšie sa číta a počúva to, čo štekli uši, veci bulvárne a povrchné. Pritom už staroveký Demokritos filozofii kládol trojedinú úlohu: naučiť ľudí správne myslieť, správne hovoriť a správne konať.

Filozofovať znamená predovšetkým viesť otvorený dialóg, vedieť vysloviť svoj názor, argumenty a takisto vedieť počúvať názor a argumenty tých druhých.

Práve samostatnosť, kritickosť, kreativita, sebareflexia a sebazpoznanie nám pomáha objaviť svoju identitu a nájsť vlastného poslania. A o to nám všetkým ide, nájsť ten správny dôvod, prečo sme tu a s radosťou robiť to, na čo sme boli „stvorení“.

Dost bolo filozofovania, poďme sa spoločne začítať do ďalších stránok K-magazínu, ktorý sme pre Vás s láskou pripravili. Verím, že po jeho prečítaní budeme trochu ďalej na ceste za poznaním a porozumením života a sveta okolo nás bez zbytočného relativizmu.

Vďaka patrí všetkým kolegom, spoluvorcom K-magazínu, ako aj Vám, ktorí nás posúvate vpred svojimi nápadmi, postrehmi ale aj pripomienkami posielanými na e-mail: kmagazin@kinekus.sk, alebo poštou na adresu: KINEKUS, Rosinská 13, 010 08 Žilina. Všetky čísla K-magazínu si môžete prečítať alebo stiahnuť na www.kinekus.sk.

Hovorí sa, že 5 mm nie je veľa, preto vždy, keď stretne človeka, skúsme zdvihnúť kútky úst o 5 mm hore. Verte, že sa to dá! 😊

Prajem pokojný a požehnaný čas.

S úctou **Štefan Súkeník**.



JARNÉ PREBÚDZANIE PRÍRODY



Jedným z najväčších zá-
zrakov prírody je jej pre-
budenie na jar. Zdanlivo
mŕtve rastliny sa začnú
prebúdať. Čo je spúšťačom
tohto prebudenia? Ako doká-
žu rastliny nájsť ten správny
čas na nový rast? Aký úžitok
z nich môžeme mať na jar?
Ak sa chcete dozvedieť odpovede
na tieto otázky, čítajte ďalej.

Asi všetci tušíme, že jarné prebudenie rastlín má na svedomí slnko. Je to však len nepriama súvislosť. Viac slnečné-

ho svitu totiž spôsobuje zohrievanie atmosféry, roztopenie snehu a rozmrznutie pôdy. A práve teplo je tým skutočným spúšťačom jarného rozvíjania rastlín. Že je to tak, môžeme každoročne pozorovať na horách aj bez toho, že by sme sa išli presvedčiť do vyšších nadmorských výšok. Aj z údolia totiž vidíme, že zatiaľ čo stromy nižšie sú už rozvinuté do jarnej zelene, tie na kopcoch na jarné pučanie lístia ešte len čakajú.

Samozrejme, každý druh má svoju stratégiu a svoju teplotu, ktorá mu stačí k rozvoju, a najmä ku kvitnutiu. Liesky, ktoré nepotrebujú k svojmu opeľovaniu hmyz, kvitnú už vo februári. Naopak, brečtan zakvitne až na jeseň a podobnú stratégiu majú napríklad aj chryzantémy. To, či sa prvé rozvinú kvety alebo listy, tiež

závisí od konkrétneho druhu rastliny. Všetky rastliny bez rozdielu majú spoločné niektoré základné tkanivá, ktoré sú zodpovedné za začiatok rastu. Ten sa naštartuje aktivitou v dostatočne zohriatych koreňoch. Zároveň sa v púčikoch pri vhodnej teplote začne proces delenia špeciálnych deliacich buniek. Môže nastať aj možnosť, že normálne púčiky, prípadne aj celé časti rastliny sú zničené mrazom. V takom prípade rastliny rašia z tzv. spiacich púčikov.

Rastliny sú na jar preplnené látkami, ktoré potrebujú na svoj rast a rozvoj. Preto nie je vôbec zlý nápad nazbierať si jarné liečivé rastliny a využiť tieto prírodné koncentráty liečivých látok vo svoj prospech. Napríklad formou vysušenia a prípravy chutného čaju.

TIPY PRI ZBERE LIEČIVÝCH RASTLÍN

- ✿ Zbierame len také rastlinky, ktoré dokážeme spoľahlivo rozoznať.
- ✿ Zbierame zdravé rastlinky. To okrem vzrastu znamená aj to, že zbierame na miestach, ktoré nie sú zasiahnuté napríklad poľnohospodárskymi postrekmi, prípadne iným znečistením (nezbierame popri cestách, ani na miestach, kam sa chodia venčiť psy).
- ✿ Rastliny pred sušením neoplachujeme. Spomalíme tým proces sušenia až do tej miery, že môžu vzniknúť plesne. Tie znehodnotia rastlinku a aj samotné sú zdraviu škodlivé.
- ✿ Nezberame ani na miestach, ktoré sú chránené zákonom. A samozrejme, nezberame chránené rastliny.
- ✿ Pri zbere sa k prírode správame s úctou. Nazbierame preto len toľko, koľko naozaj spotrebujeme. Myslíme na to, že počas roka sa objaví ešte množstvo bylín a jarné kvietky sú prvou pastvou pre včely.
- ✿ Rastliny zbierame len do košíka, alebo vzdušnej tašky z prírodného materiálu. Doma ich rozložíme na suché vzdušné miesto bez priameho slnečného svetla. Či už zbierame kvety

alebo listy, do 7 dní by mali byť rastlinky úplne vysušené. Poznáme to podľa toho, že sú úplne krehké a pri dotyku sa drobia.

- ✿ Ideálny spôsob skladovania je sklenená dóza. Nemusí byť tmavá, ak ju umiestnime napríklad v skrinke, či na inom mieste bez prístupu svetla. Najlepšie je, ak usušené rastlinky spotrebujeme do roka, pretože potom strácajú účinné látky (aj preto sa neoplatí hromadiť zásoby).

NAZBIERAJTE SI VLASTNÉ

Pozrime sa teraz na niekoľko typických liečivých rastlín, pre ktoré sa nám oplatí urobiť si vychádzku do prírody.



PODBEL' LIEČIVÝ

Je jedným z najtypickejších poslov jari. Rastie na vlhkých a ťažkých pôdach a nájde ho na rôznych medziach, močarínach, či zásypoch.

Počas kvitnutia v marci a apríli zbierame čerstvo rozkvitnuté kvety, neskôr v máji až júli aj listy.

Čaj z podbeľového kvetu pomáha pri ochoreniach horných dýchacích ciest - je to vynikajúci prostriedok na vykašliavanie a uvoľňovanie hlienov.

Na prípravu čaju stačí do jednej bežnej šálky pridať jednu čajovú lyžičku sušeného kvetu, prípadne kvetu a listov v pomere 1:1.

Má aj protizápalové účinky. Môžeme ho teda použiť aj ako obklad pri zápale žíl, na vrede a ťažko hojace sa rany.

Pri podbeli si však treba dať pozor na alkaloidy. V sušenej rastline sa ich síce nachádza menej, aj tak sa však podbeľový čaj neodporúča na dlhodobé užívanie, ale len v období zdravotných ťažkostí. Preto budme aj pri zbere mierni.



SEDMOKRÁSKA OBYČAJNÁ

Túto drobnú rastlinku na rozdiel od podbeľa nájde kvitnúť od marca (a niekde aj od februára) do septembra. A nájde ju všade. Na trávniku pred domom (tam neodporúčame zbierať), v záhrade (ak používame postreky ani tam), popri cestách (detto) a na lúkach.

Aj keď kvitne pol roka, odporúča sa zbierať v jarých mesiacoch, pretože obsah účinných látok je vyšší. A tých je v sedmokráske skutočne veľa: vitamín C, triesloviny, rôzne silice, saponíny... a to je možno len polovica z celého koktailu.

Čaj zo sedmokrásky pôsobí protizápalovo a pomáha pri vykašliavaní, čo sa pri jarých ochoreniach dýchacích ciest isto hodí.

Čaj pripravíme z kvetov a listov, ktoré vylúhujeme v bežnej šálke.

Okrem toho sa môže sedmokráska použiť aj na kuchynskom stole ako súčasť originálnych jarých šalátov, omáčok či pri príprave cestovín.



PLŮCNÍK LEKÁRSKY

Hojne sa vyskytuje na okrajoch lesov a pri vodných tokoch. Hoci u nás plúcnik poznáme najmä ako liečivú rastlinku, málokto vie, že čerstvé kvety a listy je možné jesť či už samostatne, alebo v šalátoch. Ich sladká chuť pripomína hrášok alebo slabú medovú vodu.

V marci až máji zbierame kvitnúcu byť plúcnika, ktorá pôsobí protizápalovo, močopudne a mierni kašeľ.

Čaj pripravíme z jednej až dvoch lyžíc sušenej rastliny zaliatej do pollitrovej šálky.

Používa sa pri chorobách močových ciest, ale aj na vyvolanie potenia a pri chorobách dýchacích ciest.

Môže sa používať aj ako obklad na rany.

Účinné látky plúcnika spôsobujú okrem iného silnú zrážanlivosť krvi, preto sa neodporúča piť plúcnikový čaj dlhšie ako tri týždne. Neodporúča sa ani tehotným a dojčiacim ženám a malým deťom.



JAHODA A MALINA

Zbierame svieže zelené lístky z divých odrôd. Najmä pri maline si dávame pozor na trne! Po vysušení môžeme lístky používať na výrobu čajových zmesí - môžeme pridať lístky černice, prípadne bazu, šípky či iné sušené lesné ovocie.

Listy majú vysoký obsah železa, čaj sa preto odporúča piť pri chudokrvnosti, ale aj pri zápalových ochoreniach a hnačkách. Čaj z jahodových a malinových listov nemá nežiadúce účinky. Môžeme ho preto piť počas celého roka v akomkoľvek množstve.



ZÍDE SA VÁM

Prútený košík



Kanvica na čaj



Šálka so sitkom na bylinkový čaj



Veľké sitko na čaj





JARNÁ ÚNAVA

AKO JEJ ČELIŤ?

Chronická únava, bolesti hlavy, vyčerpanosť a depresívne stavy. To je v skratke popis príznakov jarnej únavy. Niektoré tento stav pozná ako každoročne sa opakujúci nepríjemný zážitok, niektoré sa z neho vysmieva, pretože jarnú únavu považuje za výhovorku. Jarná únava síce nie je klasifikovaná ako choroba, ale komplexný stav organizmu, odborné nazývaný ako sezónny únavový syndróm.

ZIMNÉ PROBLÉMY

V celej prírode sa zima považuje za obdobie oddychu. Je to síce často oddych vynútený, ale zvieratá aj rastliny sa prispôbili. A aj naši starí otcovia a matere v zime nerobili nič extra namáhavé. Svoj čas venovali tkaniu a pradeniu, či výrobe a opravám náradia pred blížiacou sa jarnou sezónou. Najnamáhavejšou činnosťou, ktorá sa prevádzkovala na dedine v zime, bola ťažba dreva. Aj tá sa vykonávala zriedkavo a námaha sa nedala porovnať s jarným a letným pracovným vyťažením roľníkov. Moderná doba však na prirodzené rytmy výkonu a oddychu zabudla. Do konca roka naháňame termíny a dokončujeme staré projekty, do toho ešte prichádzajú sviatky a všetky povinnosti, ktoré musíme vybaviť či už ako zákazník, zamestnanec, zamestnávateľ, alebo jednoducho ako rodič. A od Nového roka zasa pracujeme na nových projektoch,

deti finišujú k polročnému vysvedčeniu a my sa snažíme udržať pri živote aspoň jedno novoročné predsavzatie. A tak ďalej a tak ďalej...

Do toho všetkého sa na jar po niekoľkomesačnom období nedostatku slnečného svitu a nízkych teplôt dostaví zmena počasia. Atmosférický tlak je zvyčajne o čosi vyšší ako v zime. Teplota vzduchu síce stúpa, ale stúpajú aj rozdiely medzi najnižšou nočnou a najvyššou dennou teplotou. A to všetko vyčerpáva.

Navyše, pribúda ľudí, u ktorých sa jarná únava kombinuje s prvými jarnými peľovými alergiami. A tie tiež na nálade nepridajú. Zhoršujú nielen schopnosť dýchať nosom, ale spôsobujú aj zmeny nálady a zhoršujú schopnosť sústrediť sa. Najmä, ak takáto nálož príde po sezóne infekčných dýchacích chorôb, ktoré sa pravidelne vyskytujú na konci zimy a na začiatku jari.

Mladí a zdatní tieto nástrahy zimnej se-zóny zvládajú bez problémov, resp. u nich sú príznaky jarnej únavy menej viditeľné a menej časté. Čo však s nami ostatnými?

ZMEŇTE NÁVYKY

Nedostatok prirodzeného slnečného svet-la spôsobuje v ľudskom organizme dva javy. Prvým je nedostatok vitamínu D. To je hlavný dôvod pocitu únavy. Keby sme boli lifestyleový časopis, odporučíme bez debaty na tento problém jednoduché riešenie: vitamínové preparáty.

Ale keďže nie sme lifestyleový časopis s instantnými riešeniami, ponúkame niečo iné - pohyb. Áno, pravidelný pohyb na čerstvom vzduchu dokáže pomôcť vysporiadať sa s jarnou únavou.

V prvom rade preto, aby sme si našli čas aspoň na polhodinovú každodennú vychádzku, musíme prehodnotiť svoje každodenné rituály. A kto prehodnocuje svoje správanie, je už na dobrej ceste k jeho úprave.

V zime sa totiž ľahko stane, že z domu odchádzame ešte pred východom Slnka, celý deň strávime v práci (práca na čerstvom vzduchu je dnes už skôr výnimka) a domov sa dostaneme až neskoro popoludní. Potom nasledujú domáce povinnosti a čas na vychádzku si nájdeme až v momente, keď je slnko už zasa za obzorom. Skúsme preto nájsť vo svojom programe miesto, kde sa bude dať stihnúť vychádzka. Môže to byť napríklad počas obedňajšej prestávky. Alebo zaparkujete auto o čosi ďalej od práce, vystúpíte z MHD o dve zastávky skôr.

Významným a často opomínaným faktorom chronickej únavy, o ktorom vám v lifestyleových magazínoch tiež nepovedia, je totiž obyčajné zlenivenie. A to je v zime akési prirodzené. Počasie sa tvári, že sa vonku fakt nedá nič robiť, a tak zostáva na prežitie dlhého večera len gauč a televízia. Skúste to niekedy zmeniť

a vyraziť radšej von! Neexistuje zlé počasie, iba zle oblečený turista - a táto múdrosť pochádza zo Škandinávie - krajiny so- bov, snehu a polárnej noci.

JEDZTE ZDRAVŠIE

Okrem potrebného vitamínu D je slnečný svet prepotrebný aj pre tvorbu serotonínu. Iste ste už o ňom počuli. Ide o látku, ktorá je v organizme priamo zodpovedná (okrem iného) za náladu. Ak ho máme málo,



Skúste to niekedy zmeniť a vyraziť radšej von!

vyvoláva to depresívne stavy. Jeho hladina, resp. jeho tvorba je daná aj geneticky, priame slnečné svetlo a pohyb však jeho tvorbu zvyšujú. A to aj samostatne. Nehovoriac už o pohybe za slnečného dňa. Ak ste už absolvovali po dlhých zamračených dňoch vychádzku za slnečného rána, teraz už viete, prečo ste sa cítili tak dobre. Ďalším faktorom, ktorý pomáha bojovať proti sezónnemu únavovému syndrómu, je strava. Vlastne jej zmena. Opäť „zabijeme“ dve muchy jednou ranou. Neraz sa totiž práve v zime vďaka kombinácii nedostatku pohybu a sviatočnej stravy zvýši naša hmotnosť - a nie z dôvodu rastu svalov. Depresia (alebo aspoň zlá nálada) tak môže vzniknúť aj pri pohľade do zrkadla či na osobnú váhu. Zmena stravy na ľah-

šiu, menej kalorickú, zato s väčším podie- lom rybacieho mäsa, mliečnych výrobkov, zeleniny a ovocia, spôsobí v kombinácii s pohybom aj v tomto smere zázraky.

AK JE ZLE, VOLAJTE O POMOC

Nezabudnite, že napríklad aj práca na zá- hrade prináša zaujímavý synergický efekt - ste na slnku, pohybujete sa, a zároveň môžete pre seba dopestovať jarnú dávku čerstvých vitamínov.

Pokiaľ sú však prejavy jarnej únavy výraz- né, treba vyhľadať aj pomoc lekára. Ako rozoznať, že nejde len o únavový syndróm, ale o vážny problém - napríklad depresiu? Prejavy únavového syndrómu sú mentál- ne - máme pocit únavy, aj keď sme dobre vyspatí, sme vyčerpaní, ale len duševne, sme malátni, nesústredení, alebo sa nám striedajú nálady ako počasie v apríli. To všetko môžeme vyriešiť vo vlastnej ré- žii a niekoľko skromných rád sme spome- nuli aj v tomto texte.

Keď sa však pridružia fyzické problémy: zvýšená teplota, bolesti svalov, kĺbov, fy- zická únava a zadýchanosť - vtedy už vy- chádzka na slniečku nestačí a je dobre vy- hľadať pomoc lekára.

ODKIAL' SA VZALO VEL'KONOČNÉ VAJÍČKO?



Vel'konočné zvyky sú pre väčšinu novodobých kresťanov veľkým tajomstvom. Robia to, čo robili ich rodičia a starí rodičia, ale nevedia prečo. Veľa tradícií malo v minulosti svoj nenahraditeľný význam, najmä v dedinskom prostredí, v ktorom boli ľudia oveľa viac spätí s prírodou. "Spotvorenie" zvykov či ich nesprávne pochopenie má často na svedomí aj vplyv médií. Pôvodný zmysel tradícií preto musíme hľadať v dávnej histórii alebo ďaleko za našimi hranicami. Jedným z týchto zvykov je tradícia maľovania či iného druhu zdobenia veľkonočných vajíčok. Odkiaľ sa však tento zvyk vzal?

HISTORICKÉ OKIENKO

Neprajníci kresťanov budú namietat, že vajíčko je pohanský symbol, ktorí kresťania až neskôr (možno v 6.storočí) prevzali spolu so slávením akýchsi starorímskych jarných sviatkov a prispôbili svojmu výkladu a symbolike. V skutočnosti už apoštol Pavol v prvom storočí naznačuje slávenie Veľkej noci (1Kor 5, 7-8) - ostatne, slávenie Veľkej noci je stará židovská tradícia - kresťania však začali Veľkú noc sláviť s dôrazom na Krista - pravého veľkonočného Baránka. Tento dôraz bol veľmi silný najmä v oblasti dnešného Turecka, čiže v oblasti, kde pôsobil spomenu-
tý apoštol Pavol a apoštol Ján. Na tomto území sa zároveň Veľká noc slávila aj u kresťanov v židovskom termíne - dva týždne po prvom jarnom splne - teda 14. dňa mesiaca nisan, kedy bol podľa Jánovho evanjelia ukrižovaný Ježiš. V egyptskej Alexandrii a rím-

skom Ríme sa kresťanská Veľká noc slávila o pár dní skôr - v prvú nedeľu po prvom jarnom splne.

Tento rozdiel vyvolával otázky a trenice už počas 2. storočia. Preto slávny nicejský koncil ustanovil za spoločný termín ten, ktorý sa u nás používa dodnes - teda prvú nedeľu po prvom jarnom splne.

KONEČNE O VAJÍČKU

Jedným zo sviatočných zvykov tejto prastarej doby bol liturgický sprievod, ktorý okrem iných darov prinášal misu, v ktorej strede bolo zdobené vajíčko.

Vajíčko má hneď dva symbolické významy. Prvým je symbolika Krista, ktorý vstal z kamenného hrobu. Tu je "kamenné" vajíčko symbolom hrobu a kúriatko symbolom živého Krista.

Druhý symbol sa viaže k zvyku veľkonočného krs-



tu katechumenov (čiže tých, čo sa pripravujú na krst). Aj u nich ide o prechod z duchovnej smrti do duchovného života, ktorý získavajú krstom. Opäť je tu viditeľná paralela s vajičkom a s jarným prebudením prírody všeobecne.

U niektorých národov tieto zvyky zostali zachované do dnešnej doby viac, u niektorých menej.

ZVYKY VO SVETE

V Rusku dodnes patrí k veľkonočným liturgickým zvykom prinášanie ozdobených varených vajičiek spolu so sladkým chlebom. Kňaz ich požehná a jedia sa k veľkonočnému obedu. V tejto krajine je dodnes zachovaný aj pôvodný názov veľkonočných sviatkov - Pascha.

Požehnávanie veľkonočných potravín ostatne poznáme najmä na východnej časti územia Slovenska dodnes.

Požehnané veľkonočné vajičko je umiestňované v strede stola aj v Taliansku - hoci tradičným veľkonočným jedlom je pečený baranček (nezriedka z nášho slovenského chovu).

V Nemecku zas deti pripravujú pred Veľkou nocou slamené hniezda, ktoré rodičia schovávajú v dome a záhrade a ukrývajú do nich zdobené vajička. Prípadne si deti vymieňajú malé prekvapenia ukryté v obale tvaru vajička. Teraz už iste tušíte, kde sa vzali čokoládové vajička Kinder Surprise.

Zvyk veľkonočného ukrývania vajičok rodičmi a hľadania detmi je rozšírený nielen v Nemecku, ale v celom anglosaskom svete. Či už v Británii, Spojených štátoch alebo v Austrálii - všade sa tento zvyk považuje za typicky veľkonočný. Mierne upravený zvyk poznajú vo Fínsku. Tam zvyknú deti na Veľkú noc koludovať v kostýmoch a ako odmenu dostávajú čokoládové vajička.

Fínsko je známe aj zakladaním veľkonočných vatier, ktorých svetlo má odháňať čarodejnice, ktoré sa medzi Veľkým piatkom a Veľkonočnou nedeľou pohybovali po svete. Tento zvyk sa vyskytuje aj v Nemecku - často sa pri ňom používali suché vianočné stromčeky.

Ostatne, Veľký piatok bol v kresťanskej tradícii všeobecne dňom, počas ktorého sa nesmeli vykonávať ťažké práce (najmä nie práce na poli a so zemou všeobecne), začínať nové podnikania a vydávať sa na dlhšie cesty. Samozrejme, keďže sa jednalo o predposledný deň pôstneho obdobia, prísne zakázané boli jedlá z mäsa a akékoľvek muzicírovanie, v modernej dobe aj počúvanie reprodukovanej hudby, napríklad rádia.

O čo viac boli zakázané zábavy v pôste,

o to hlučnejšie vedeli byť zábavy počas Veľkej noci. Napríklad

vo Florencii je dodnes zachovaný zvyk

“scoppio di carro”

- doslova výbuch

vozíka. V realite

to nie je až také

dramatické, ale

sledovať, ako

sa sprievod

odetý do kostým

ov z 15.

storočia pre-

súva mestom

až pred kated-

rálu, kde miest-

ny arcibiskup zapá-

li svetlicu v tvare

bielej

holubice a zapáli

vozík ove-

šaný petardami

(od ktorého samo-

zrejme už všetci

ustúpili do bezpeč-

nej vzdialenosti) -

to je zážitok, ktorý

prinúti k zamyslen-

iu sa nad zmyslom

tejto

zábavy aj toho naj-

väčšieho flegmatika.

**POŽEHNÁVANIE
VEĽKONOČ-
NÝCH POTRA-
VÍN POZNÁME
NAJMA NA
VÝCHODNEJ
ČASTI ÚZEMIA
SLOVENSKA
DODNES.**

ČO JE NAOZAJ STARÉ

Zvyky, ktoré u nás už zanikli, alebo sa zmenili na nepoznanie, môžeme stále nájsť v pôvodnej podobe napríklad u rumunských a dolnozemsých Slovákov. Napríklad taká šibačka. Zatiaľ

čo dnes je to univerzálna zábava pre všetky vekové kategórie mužov (menej už pre ženy), ešte v predvojnovom období bola šibačka až na krajný západ Slovenska neznámou. Šibačka je naozaj vyslovene západný zvyk, ktorý sa vo forme šibaní dievok a žien metlou spomína v Prahe už v 14. storočí. A u tých lenivých sa pristupovalo aj k rannému oblievaniu vodou. Postupne sa tento zvyk rozšíril na celú ženskú populáciu. Väčšina Slovenska šibanie neuznávala, bola skôr rovno za vodný kúpeľ. Aj ten mal svoje pravidlá - kýbeľ studenej vody skoro ráno, prípadne priamo hodenie do potoka. Všetko sa ale muselo stihnúť do ranej alebo dopoludňajšej omše. Takže žiadne celodenné “šichty” a opakované nájazdy kúpačov sa nekonali. Naopak, mládenci a dievky museli byť na mnohých miestach pripravení na večernú veľkonočnú tancovačku, ktorú organizovali mládenci z “vykúpaných” peňazí. A po pôste boli iste všetci hladní nielen po jedle, ale aj zábave všeobecne.

ZÍDE SA VÁM



Plastové vedro NOSTALGIA 😊

MODERNÉ TRENDY V ZÁHRADE

Záhrady sa menia z roka na rok. To, čo bolo pred piatimi rokmi sadenicou, to už dnes prináša bohatú úrodu. Rastlina, ktorú sme si kúpili v kvetináčiku, dnes pokrýva pol fasády. A aj počas roka sa záhrada mení. Kvety sa rozvíjajú a rozkvitajú, zelenina a ovocie prinášajú svoju úrodu v danom čase a zasa odkvitajú, aby sa pripravili na drsné zimné mesiace. Do týchto zmien však zasahuje aj vlastník a mení záhradu podľa svojich predstáv a prispôbuje ju aktuálnym potrebám a aj tomu, čo je práve moderné. Na niekoľko moderných trendov sa skúsime pozrieť podrobnejšie.

ZMENŠOVANIE

Naše záhrady už nie sú také veľké ako bývali. Začínajú sa v nich diať nevidané veci - stavať novostavby rodinných domov alebo aspoň bazény, terasy či ďalšie stavby, ktoré prispievajú k oddychovej funkcii záhrady.

A tak sa v záujme úspory miesta namiesto rozľahlých starých stromov preferujú slabšie rastúce podpníky.

Ako záhrada stráca svoju prvotnú funkciu - totiž uživiť svojho vlastníka, zmenšujú sa aj záhony. Polkilometrová roľa zemiakov sa už dnes asi nenájde. Rovnako ako sa stratili päťdesiatmetrové fóliovníky. Je to však logický vývoj. Pestovanie vo veľkom zostáva v rukách profesionálov. My ostatní si v prípade potreby kúpime zásoby od nich.

Heslom je: Menej ťažkej práce a viac zábavy v záhrade. Či už pri pestovaní, alebo bez neho.

VERTIKALITA

Je ďalším trendom v dnešnej záhrade a úzko súvisí s trendom zmenšovania. Skúsení záhradníci už roky pestujú jablká a hrušky na záhone s takou malou rozlohou, že pred niekoľkými desaťročiami by tam nebolo možné dopestovať ani paradajky. Riešením je palmetový tvar stromu a ovocná stena. Stačí obyčajná kari-rohož, niekoľko háčikov, nožnice na zastrihovanie a ovocie dopestujete aj pri plote na skutočne minimálnej ploche. Okrem toho vytvoríte optickú zástenú či oživíte fádny betónový múr.

Podobne, čiže na stene sa dajú pestovať aj ďalšie druhy drobného ovocia (jahody), bylínok a zeleniny. Stačí zoskrutkovať niekoľko dosiek, pridať pomocou držiakov truhlíky a vybrať si tie správne (najlepšie visiace) rastliny a ste trendy.

Vertikalita sa objavuje aj v stále väčšej popularite vyvýšených záhonov. Ale o tých píšeme na inom mieste.

Ostatne, trend oživovania stien rastlinami sa netýka len úžitkovej záhrady a exteriéru.



Na stene sa dajú pestovať aj ďalšie druhy drobného ovocia (jahody), bylínok a zeleniny.

Trendové je vytváranie živých rastlinných stien. Stačí len vybrať vhodné izbové kvety so zaujímavými listami a s pomocou váz či črepníkov nimi vyplniť fádnu bielej stenu.

TECHNIKA

Na všetko je dnes už samostatná pracovná pomôcka, alebo aspoň "appka" v telefóne. Trend sa nedá zastaviť. Niekedy je to otrava, niekedy užitočná záležitosť. Zčať sa dá drobnými krokmi, napríklad samozavlažovacími kvetináčmi. Tie sa postarajú o pravidelnejší prísun nevyhnutnej vlhky.

Niekedy je však problém opačný. Veď väčšinou príčinou úhynu izbových rastlín je prílišné zalievanie. A pritom stačí, ak by menej skúsený pestovateľ použil tester vlhkosti. Okrem vlhkosti by sa dozvedel aj pH pôdy a intenzitu slnečného žiarenia. Jeho nedostatok je napríklad druhou najčastejšou príčinou úhynu izbových rastlín. A stačilo by nainštalovať si do mobilu aplikáciu, ktorá dokáže zmerať intenzitu slnečného žiarenia v danom mieste.

Cez mobilný telefón či tablet je dnes možné nielen naplánovať si záhradu, navrhnuť a objednať dodávku zavlažovania, ale v prípade potreby samotnú závlahu aj spustiť - trebárs z opačného konca zemegule.

Vyššou úrovňou techniky sú potom špeciálne druhy osvetlenia, niekedy dodávané aj so stojanmi. Poskytujú dostatok svetla najmä rastúcim rastlinkám.

Pestovanie na parapete skrátka už nie je nevyhnutnosťou.

TRVALÁ UDRŽATEĽNOSŤ

Znie to síce ako eko-nezmysel, ale pred sto rokmi sa veci nerobili inak. Všetci boli viac-menej úplne závislí na miestnych potravinách a tak isto boli pri pestovaní odkázaní na miestne zdroje hnojív. Takže v istom zmysle nič nové pod slnkom. Predsa sa však dôraz na kompostovanie stáva témou práve teraz, keď sme na základe "žiadnej" zimy možno po prvý krát pocítili, že klimatická zmena sa netýka len akýchsi meteorologických štatistík, prípadne Austráľčanov.

Iste, položíte si otázku, či pridávanie kávovej usadeniny do kompostu až tak pomôže planéte. Možno nie, ale ak zmeníme svoj postoj a vlastnými rukami sa rozhodnete urobiť kvetinovú stenu napríklad z použitej palety, namiesto toho, aby ste kúpili nové rezivo, zachránite možno jeden strom.



Samozavlažovací kvetináč

NÍZKOÚDRŽBOVOSŤ

A ak si budete vyberať na pestovanie rastliny, ktoré si nevyžadujú až také množstvo energie v podobe práce, ale aj paliva, hnojív, postrekov a zalievania, uľahčíte významne život nielen planéte, ale aj sebe. Určite pri uvažovaní o novej záhrade zadajte do vyhľadávča aj heslo "nízkoúdržbová záhrada".

**NAPRÍKLAD
IHLIČNANY
JE MOŽNÉ KÚPIŤ
V DESIATKACH
DRUHOV
A STOVKÁCH
FAREBNÝCH
A VÝŠKOVÝCH
KOMBINÁCIÍ.
NEVYŽADUJÚ
TAKMER ŽIADNU
OPATERU, PREŽIJÚ
LETO AJ ZIMU.**

Rovnako sa dá vyberať z množstva okrasných krov a stromov, ktoré budú vyžadovať len minimálnu údržbu v podobe občasného odstránenia poškodených konárov.

V jednom i druhom prípade si treba dať pozor len na správne rozmiestnenie vzhľadom na výšku a šírku v dospelosti.

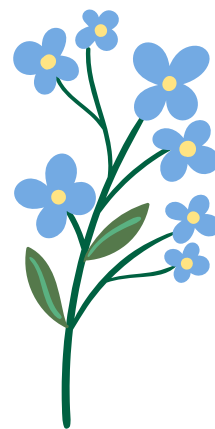
Pri dôkladnom výbere je možné nájsť dostatok trvaliek, ktoré vydržia bez akejkoľvek cudzej pomoci celé roky. A dokonca aj medzi letničkami sú druhy, ktoré sa v dostatočnej miere dokážu vysemeniť tak, aby počas budúceho roka kvitli za a znova.

Veď prečo nevyužiť vo svoj prospech stromy a kry, ktoré rastú, aj keď sa o ne vôbec nestaráte? A nebojte sa, záhrada určite nebude vyzeráť lacno a už vôbec nie zanedbane.



JARNÉ Inšpirácie

Z NÁŠHO SORTIMENTU



SADBOVAČE

Hoci na dnes ešte predpoveď počasia hlási pre stred a východ územia sneženie, správny záhradkár vie, že počas zimy nemusí (a dokonca nesmie) sedieť so založenými rukami a čakať, kým ho "mrle zožerú".

A keď vonku sneží, môže byť jedinou zábavou kontrola stavu uskladnenej zeleniny či ovocia a kontrola pripravenosti na jarnú sezónu. A samozrejme, doplnenie

chýbajúcich pomôcok ešte skôr, než v záhradných centrách nastane tlačnica, zhon a zmätok. Pretože najmä pestovanie niektorých priesad si vyžaduje skorý štart.

Pre všetkých, ktorí sa chcú zásobiť dopredu, prináša Kinekus viacero novinek. Jednými z nich sú dva nové sadbovače na predpestovanie zeleniny.

Prvý má rozmery 52x36 centimetrov s hĺbkou 5 centimetrov.

Zmestí sa do neho 48 priesad.

Do druhého sa zmestí 24 kusov priesad, hĺbka jednotlivých plastových oddelení je až 8 cm, pri celkovom rozmere sadbovača 49x33 centimetrov.



SKLADACÍ VOZÍK RUDLA

Pokiaľ sa venujete aspoň občas preprave ťažších tovarov, možno vás zaujme tento pomocník. Je to skladací vozík, ktorý je schopný a ochotný prevážať tovary až do hmotnosti 68 kilogramov.

Ide teda o "nízkotonážnu" rudlu. Aj hmotnosť je vzhľadom k použitém materiálom (kombinácia plastu a hliníka) veľmi priaznivá - len 3,1 kg. Vďaka možnosti zloženia a nízkej hmotnosti je možné ho voziť napríklad v batožinovom priestore bez toho, že by dlhodobo zaberal miesto.



NOVÁ RATANOVÁ OŠATKA

Je ďalšou posilou tímu ratanových ošatiek, ktoré Kinekus ponúka. Používa sa na prípravu domáceho chleba - čiže kysnutie cesta, ale aj na skladovanie a servírovanie už hotového výrobku. Samozrejme, je možné použiť ju aj ako sympatickú dekoráciu. Ratan, alebo presnejšie prírodný pedig, z ktorého je ošatka vyrobená, sa pri kysnutí odtlačí do chleba a chlebič teda po upečení bude mať klasickú "chlebovú" textúru. Rozmery ošatky sú 43x16x7 cm, čo vytvára ideálny objem pre 1,5-kilogramový bochník. Na jeho prípravu spotrebujete asi 750 gramov múky.



ODOLNÝ TERMOHRNČEK

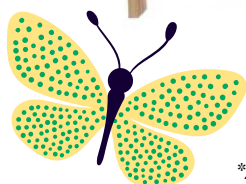
Počasiu už volá von. Či už na vychádzky či túry, alebo na prácu v záhradke. Pri jednom, druhom i treťom isto využijete nový dizajnový termohrnček z našej ponuky. Fľaša a termohrnček v jednom značky Kambukka je skutočne kvalitný výrobok. Vákuovo izolovaná nerezová oceľ a univerzálne viečko udržia nápoje teplé po dobu 10 hodín a chladné až 20 hodín. Viečko aj nádoba sa veľmi jednoducho čistia a viečko je možné umývať aj v umývačke.



KOMODA MONTEVIDEO

V našom výbere noviniek nezabúdame ani na tých, ktorí nechcú nič sadiť ani prevážať - len si skrásliť domácnosť.

Spomedzi niekoľkých nových modelov komôd sme vybrali MONTEVIDEO. Ide o drevenú rustikálnu komodu, ktorá sa dodáva celkovo v štyroch rozmeroch a kombináciách. Tá najväčšia je vysoká 67 centimetrov a široká 60 centimetrov.



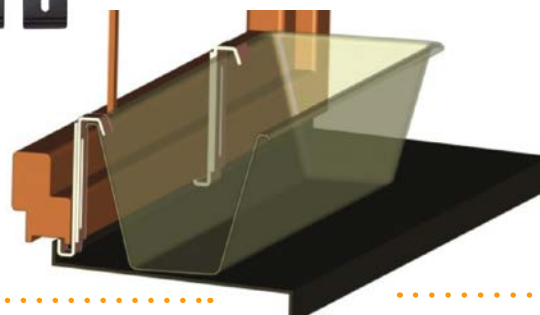
"NEVIDITEĽNÝ" DRŽIAK NA TRUHLÍKY - FIXPOT

Samozrejme, držiak viditeľný je - ako inak by ste ho namontovali. Je však skonštruovaný tak, že pri pohľade zpredu ho nie je vidieť. Využíva na uchytenie truhlíka na parapete len jeho zadnú stranu. A to bez nutnosti vŕtania alebo akejkoľvek inej technicky náročnej montáže.

Držiak je univerzálny a je možné použiť ho takmer na všetky štandardné typy plastových okien. Zachytáva sa totiž o spodnú drážku okna.

Maximálna výška truhlíka, ktorý môže držiak zachytiť je až 19 centimetrov, minimálna výška je 10 centimetrov. Do tohto rozsahu sa zmestí 99,9% bežne používaných truhlíkov.

Ak vlastníte okno, do ktorého by náhodou neviditeľný držiak nebolo možné zachytiť, je možné dokúpiť si špeciálny adaptér, ktorý umožní prichytiť držiak priamo k parapetu.



*Zobrazené a popisované produkty nemusia byť dostupné sklodom na všetkých prevádzkach Kinekus!

AKO ZABRÁNIŤ „PORÁŽKE“ MARHÚL' ?



Každému pestovateľovi marhúľ sa už isto stalo, že jeho marhúľu „porazilo“. Tento ľudový názov popisuje stav, keď marhule (ale aj višne či čerešne) počas kvitnutia akoby náhle uschnú. A tento prechod z plného kvitnutia do úplného uschnutia kvetov je prudký. Zvyčajne nastane „z večera na ráno“ a vyvoláva naozaj dojem úderu blesku alebo porážky. Prípadne náhleho nočného omrznutia, či spálenia mrazom. Aj preto sa toto ochorenie niekedy nazýva „spála“. V prípade, že teplota určite neklesla pod bod mrazu, ale v noci bolo zamračené, relatívne teplo, alebo pršalo, je dôvodom jedine monilióza.

Jedná sa o výnimočne nákazlivé a rýchlo sa šíriace hubové ochorenie. Spôsobuje ho miniatúrna huba *Monilia laxa*. Tá preniká do stromu cez rozkvitnuté kvety a spôsobuje ich úhyn a úhyn obrastu v ich okolí. Prejaví sa počas veľmi krátkeho času - a zvyčajne končí pre strom fatálne.

Ako proti tejto hube bojovať?

NEPRIAMA - MECHANICKÁ OCHRANA

V prvom rade je potrebná dôkladná hygiena pestovania. Znamená to, že odstránime každý hnilý plod na strome hneď, ako sa objaví. Tak isto odstránime každý jeden mumifikovaný plod aj s kusom konárika, z ktorého vyrastá. V mumifikovaných plodoch totiž huba prekonáva zimu. Odstránené plody a konáriky bez milosti spálime. Je to jednoduchá mechanická ochrana, bohužiaľ, dnes je už často neúčinná. Stačí totiž, že niektorý zo susedov-záhradkárov zanedbá tieto opatrenia či už z nepozornosti, nevedomosti, alebo pre vysoký vek a pri veternom počasí sa spóry huby rozletia do širokého okolia.

PRIAMA - CHEMICKÁ OCHRANA

Huba sa šíri po napadnutom strome najmä v sychravom daždivom počasí. Ideálna vlhkosť pre jej šírenie je 85%. Preto, ak predpoveď počasia hlási na obdobie kvitnutia (a najmä jeho záveru) dažď, hmla a slotu, musíme chrániť stromy marhúľ aj chemicky. Teda zabojovať proti hube postrekom.

Tu si dovoľme krátku odbočku a upozorníme, že už pri výbere odrody a podpníka marhule je výhodnejšie vyberať nižšie stromy. Pomôže to pri likvidovaní mumifikovaných plodov, ale najmä pri postreku. Rovnako dôležitý je správny rez s vytváraním svetlej koruny.

Ale späť k postreku. Vykonávame dva. Prvý postrek pri začiatku kvitnutia, druhý pri jeho konci. Samozrejme, používame len povolené prípravky, pričom sa odporúča na každý použit inú účinnú látku. Použiť môžeme Baycor 25 WP, Horizon 250 EW, Lynx, Ornament 250 EW, Signum, či Sporgon 50 WP.

Tretí postrek môžeme vykonať pred zberom ovocia, aby sme plody chránili pred moniliovou hnilobou. V tomto prípade použijeme dva týždne pred zberom napríklad postrek Rovnal.

ZÍDE SA VÁM

Postrekovač



Záhradné nožnice



Teleskopické záhradné nožnice s pílkou



Rebrík



AKO VYSÁDZAŤ DO VEĽKÝCH KVETINÁČOV?

Velké kvetináče sú ozdobou každej záhrady či terasy. Fungujú ako solitéry, ktoré priťahujú zrak návštevníka. Bola by preto škoda, keby ste nevyužili ich potenciál. Podme sa teraz pozrieť, ako ich využiť naplno.

Veľký kvetináč je vždy výzva. Nie však neprekonateľná prekážka. A je vždy škoda, ak sa naplní len po starom. Totiž jedným druhom rastliny. A pritom vytvoriť z veľkého kvetináča naozaj moderný doplnok záhrady či terasy je veľmi jednoduché.

Všetko začína výberom samotného kvetináča. Mal by byť dostatočne veľký a farebne skôr neutrálny. Predsa len - má svojou farebnou a tvarovou neutralitou zdôrazňovať krásu rastlín. Výrazné kvetináče sú vhodné skôr ako interiérové doplnky.

Pri výbere rastlín sa riadime jednoduchým pravidlom - menej je niekedy viac. Dobrým minimom sú však tri rastliny. Prvou je tzv. lákadlo. Ide o vysokú rastlinu, ktorá by mohla v kvetináči fungovať aj ako solitér. Vysádzame ju zvyčajne v zadnej časti veľkého kvetináča. Ak sa rozhodneme, že "lákadlo" bude solitérom, vhodné je vybrať zaujímavý tvar - napríklad okrasnú borovicu - a doplniť ju kameňmi či šiškami.

Ak chceme byť "trendy", doplníme lákadlo o "vodopád" - nie však vodný, ale rastlinný - akákoľvek rastlina, ktorá prepadáva cez okraj kvetináča, plní úlohu vodopádu. Narušuje líniu okraja kvetináča a rozbieja jeho prísnu pravo-lavú horizontálnu orientáciu - a to je super.

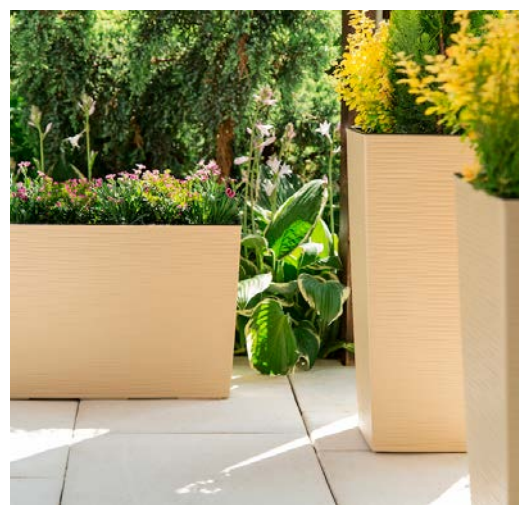
Tretou rastlinou do partie je tzv. výplň. Nie je to žiadne piate koleso na voze, hoci ako

naznačuje názov, naozaj len vyplní priestor. Využiť môžeme akúkoľvek pokrývnu rastlinu - nemala by však byť príliš vysoká a bujne rastúca, aby nezakryla predchádzajúce dve, resp. aby sme nemali každý týždeň robotu so zostrihávaním.

Pokiaľ bude kvetináč stáť v exteriéri, vyberte si model s odtokom vody. V prípade daždivého počasia sa rastliny neupia.

Kvetináče sú zvyčajne dostatočne veľké, aby sa na ich dno dala umiestniť aj vrstva drenáže. Môžu to byť kamene (oplatia sa najmä na veterných miestach), ale dno môžete vyplniť aj keramzitom. Prípadne môžete dno ešte viac odľahčiť tým, že naň uložíte PET fľaše alebo hore dnom otočené malé mäkké plastové kvetináče (predávajú sa v nich sadenice).

Na túto vrstvu môžete naložiť vrstvu substrátu. Môžete použiť univerzálny, alebo si vybrať substrát podľa druhu uvažovaných rastlín. Môže to byť múdrejšie riešenie, najmä ak plánujete vytvoriť napríklad vždyzelenú kombináciu z rôznych druhov koniferov. Pri sadení môžete použiť malý trik. Aby ste nemuseli zápasíť s umiestnením rastlín a ich postupným zasypávaním v obrovskom kvetináči, môžete ich najskôr osadiť aj s kvetináčmi, v ktorých ste ich kúpili. Keď substrát utlačíte, môžete rastlinu vytiahnuť z malého kvetináča, kvetináč vybrať zo substrátu a rastlinu osadiť do vzniknutej diery. Alebo do substrátu založiť kvetináče, ktoré sú o čosi väčšie ako kvetináče, v ktorých ste kúpili rastliny. Kvetináče potom stačí vytiahnuť a máte pripravené vytvarované jamy na sadenie.



ZÍDE SA VÁM

Keramzit



Substrát BALKONIA



Rukavice s pazúrmí



„PREDAJŇA JE PRE MŇA AKOBY ĎALŠIE DIEŤA“

Iveta Slivková je vedúcou predajne Kinekus v Martine. Zároveň je kmeňovou zamestnankyňou

už od otvorenia tejto predajne. V rozhovore s ňou sa dozvieme napríklad to, ako prebieha sťahovanie predajne za plnej prevádzky.

AKO STE SA DOSTALI K PRÁCI PRE KINEKUS?

Úplne štandardne. Videla som inzerát na portáli s pracovnými ponukami, takže som poslala žiadosť a životopis. Bola som pozvaná na pohovor, potom prišiel na rad elektronický dotazník a až potom mi oznámili, že som prijatá.

V KINEKUSE MARTIN STE OD JEHO PRVOPOČIATKOV. AKO SI SPOMÍNATE NA TOTO OBDOBIE?

Keďže išlo o otvorenie predajne “na zelenej lúke” (aj keď v bývalých priestoroch Bily), všetci, ktorí sme boli prijatí, sme museli prejsť kompletným zaškolením. V tomto nám pomáhali najmä kolegovia z Prievidze, ale aj z iných okolitých prevádzok. Učili sme sa všetko – od skladania regálov až po samotný predaj a hlavne sme spoznávali kultúru Kinekusu.

PREDNEDÁVNOM SA PREVÁDZKA V MARTINE PRESŤAHOVALA DO NOVÝCH PRIESTOROV. AKO



Iveta Slivková s najmladším synom

PREBIEHA TAKÁTO OPERÁCIA?

Samotný presun bol dopredu naplánovaný. Už od januára sme nenavádzali nový tovar, aby sme boli “odľahčení” pri sťahovaní. To bolo naplánované tak, aby sme 1. marca 2019 začínali v nových priestoroch v obchodnom centre Turiec na obchvate Martina.

Ako prvé sa realizovali stavebné úpravy, aby v nových priestoroch bolo zaistené zázemie pre našich zamestnancov ako napríklad aj nová dlažba.

Starú predajňu sme počas februára postupne po regáloch balili do krabíc. Zároveň s balením sme vykonávali aj inventúru. Sťahovali sme nielen tovar, ale napríklad aj regále. Takmer všetko za stálej prevádzky. Chceli sme, aby naši zákazníci boli sťahovaním čo najmenej obmedzení a predajňa im naďalej poskytovala svoje služby. V polovici februára sme mali takto presťahovanú už polovicu predajne a to bol moment, keď sme starú prevádzku definitívne zatvorili.

Chcem poďakovať všetkým zamestnancom a aj kolegom z Prievidze za ich pomoc a obetavosť.

JE NEJAKÝ ROZDIEL MEDZI PŮVODNÝM A NOVÝM UMIESTNENÍM PREDAJNE?

Výrazne sa zmenila klientela. Pôvodná predajňa bola blízko sídliska. Ktokoľvek niečo potreboval, vybehol si to kúpiť aj “v papučiach”.

Nové miesto je vzdialenejšie, nepremáva sem ani linka MHD. Ale je umiestnené na komunikačnom tahu a v rámci väčšieho

nákupného centra. To sem privádza aj iný typ zákazníkov. Takých, ktorí sem pricestujú za nákupmi aj z väčšej vzdialenosti. V istom zmysle sme preto znova na začiatku a musíme si opäť získať svojich zákazníkov.

Predajňa je pre mňa akoby ďalšie dieťa. Venujem sa jej od roku 2012 a snažím sa, aby som na ňu mohla byť hrdá.

A ČO ZVYŠOK VAŠEJ RODINY, NEŽIARLI?

Niektoré aktivity postupne vypúšťam, aby som sa mohla naplno venovať práci a rodine. Mám manžela a troch synov. Keďže sú vekovo rozdielni (22, 15, 3), s každým prežívame rôzne radosti a starosti. Jeden je už dospelý, druhý tínedžer a tretí ešte maličký-škôlkár. Manžel je veľmi šikovný kutil, pestovateľ a stolár, ale učí sa hrať na viacerých hudobných nástrojoch, čo veľmi obdivujem. Je to prirodzený talent.

Všetci spolu radi trávim voľný čas, pretože máme veľa spoločných aktivít – hudba, futbal, volejbal, stolný tenis, turistika a v zime sa radi korčuľujeme a lyžujeme. Keď je možnosť, tak sa zapájame aj do rôznych aktivít v obci, či už niečo poradiť, vyrobiť alebo urobiť. Sme rodinka, čo sa rada smeje, zabáva, športuje a hlavne si užívame každú jednu spoločnú chvíľku.



Manžel so synmi

VYSOKÝ ZÁHON

RÝCHLO A JEDNODUCHO

Jedným z moderných trendov v pestovaní v záhrade je snaha o opätovné zúžitkovanie organických zvyškov a toho, čo sme tradične nazývali biologickým odpadom. V skutočnosti sa veľká väčšina tohto "odpadu" dá znova využiť na lacný zdroj hnojiva. Možno najjednoduchšou možnosťou, ako vyrobiť z odpadu hnojivo, je použitie organických zvyškov vo vysokom záhone.

Vysoký záhon vybudujeme veľmi jednoducho. Stačí využiť doma dostupné materiály. Steny môžu byť pevné - vyrobené z tehlového muriva, plechové, alebo drevené.

Rozmery sú variabilné. Dbáme však na to, aby sme sa pri práci nemuseli zohýbať ani príliš naťahovať. Pohodlie práce v záhrade je totiž jedným z dôvodov, prečo vôbec vysoký záhon vyrábame. Výška by teda mala dosahovať 60-90 centimetrov, šírka 130 až 150 centimetrov. Dĺžka nie je pevne stanovená, teoreticky môže byť nekonečná, ale kto už má takú dlhú záhradu...



Stavbu záhonu začneme výkopom - odstránime hornú vrstvu zeminy do hĺbky 30 až 50 centimetrov. Pôdu na dne môžeme prerýlovať, aby sa zaistilo prepojenie podkladu s prvou vrstvou záhonu. Ešte pred ukladaním tejto vrstvy nezabudneme založiť na dno aj steny výkopu pleťivo s okami aspoň 1x1 centimeter. Zabráni tým obsadeniu spodného podlažia záhonu hlodavcami, najmä hryzcom. Keď sa už dostane do záhonu, bude ho veľmi ťažko dostať von.

Až následne vybudujeme steny a naukladáme jednotlivé vrstvy záhonu.

Najnižšiu vrstvu vytvoríme z vyslovene hrubého odpadu - môžeme využiť suché stredne hrubé konáre stromov či kukuričné stonky. Ich postupný rozklad bude dopĺňať do záhonu nielen výživné látky, ale aj teplo. Túto vrstvu prekryjeme kusmi zeminy s trávou, ktorú obrátíme koreňmi nahor. Vrstvu dobre zadupeme.

V ďalšej vrstve nasypeme všetok možný hrubší záhradný odpad - trávu, seno, lístie, slamu, nevzretý kompost aj vzretý hnoj či kusy kartónu. Vrstvu sa snažíme čo najviac udupať a dobre ju zalievame. Ušetríme si tak neskoršiu námahu, keď by sa nám záhon začal prepadať.

Ako predposlednú vrstvu využijeme hrubý, ale vzretý kompost

a do poslednej vrstvy zeminu a vyzretý kompost v pomere 1:1. Posledné dve vrstvy jemného materiálu by mali dosahovať hrúbku aspoň 30 centimetrov, pričom hrubšia vrstva samozrejme nie je na škodu.

Vďaka vysokému záhonu môžeme využiť na pestovanie zeleniny aj pozemok, ktorý je vzhľadom na nekvalitu pôdy či prudký svah nevhodný na konvenčné pestovanie priamo v pôde. Zároveň môžeme likvidovať a recyklovať takmer všetok biologický odpad, ktorý vyprodukuje domácnosť.

Vysoký záhon je vhodný aj pre starších či zdravotne znevýhodnených záhradkárov. Nie je totiž potrebné zohýbanie či kľáčanie.

Pozor si však treba dať v prípade, že polievate krhľou. Dvíhať ju dovysoka isto nebude príjemné.

Vysoký záhon vydrží pri dobrej príprave ako zdroj výživy pre zeleninu štyri až šesť rokov. Potom je potrebné obnoviť ho. V prvých dvoch troch rokoch môžeme na záhone pestovať zeleninu náročnejšiu na živiny (hlúboviny, papriku, paradajky, melóny, zeler, uhorky, tekvicu) v ďalších rokoch už len menej náročné plodiny (koreňová zelenina, cibuľa, cesnak).

DREVENÁ OHRÁDKA



kód: 77906

- PEVNÁ
- EKOLOGICKÁ
- RECYKLOVANÁ
- SKLADACIA
- STOHOVATEĽNÁ

VHODNÁ NA:

- STAVBU VYVÝŠENÝCH ZÁHONOV
- SKLADOVANIE OVOCIA A ZELENINY
- USKLADŇOVANIE SYPKÝCH MATERIÁLOV
- STAVBU KOMPOSTÉRA

Ohrádku si vystavajte do požadovanej výšky spojením viacerých kusov

Rozmer: 100x80x20 cm

Materiál: Nemorené drevené dosky a kovové kovanie

Všetko, čím presúvame zeminu

Motyky, rýle a lopaty sú na každom gazdovskom dvore základnými nástrojmi. Vlastne, bez nich by možno nevznikol ani ten dvor. Väčšinu roka síce tieto nástroje trávajú kdesi v kúte, ale keď na to príde, nevieme si bez nich predstaviť akúkoľvek úpravu pôdy v malom - rýľovanie, okopávanie, pletie, kopanie kanálov, či nahadzovanie štrku do miešačky. A aj tam, kde sa stavajú diaľnice a priehrady, je na konci vždy človek s lopatou, ktorý urobí posledné úpravy.

Motyka, rýľ a lopata stoja za vybudovaním sveta, ako ho poznáme. Každé pole, záhradka, cesta a múr majú kdesi hlboko vo vnútri vpečený tvar niektorého z týchto nástrojov. A pritom ide o tak jednoduché nástroje. Len kus vytvarovaného železa osadeného na drevenej násade.

HISTORICKÁ VSUVKA

Našu tradičnú historickú vsuvku o rôznych predchodcoch moderných nástrojov a ich tvaroch v rôznych historických obdobiach nemôžeme vynechať ani dnes. V Číne sa už 5 000 rokov pred Kristom používali nástroje, vyrobené zo zvieracích lopatiek. A podľa toho, či boli na násade umiestnené pozdĺžne alebo kolmo ich môžeme označiť za rýle a motyky. Podrobné skúmanie však naznačilo, že na prácu so zeminou sa zrejme príliš nehodili. Ale lepšie kopat zlym náradím ako hrabať rukami. Z podobnej kategórie sú aj motyky/kropáče vyrábané z jeleních parohov. Starí aj mladí starovekí Egypťania kopali pomocou zvláštnych motýk, ktoré boli vyrobené celé z dreva a ich čepeľ bola privia-

zaná k rúčke tak, že povolením či pritiahnutím špagátu bolo možné meniť sklon čepele. Šikovné, ale na kopanie v tvrdej hline aj tak nič moc. Ibaže Egypt bol obilnicou starovekého Stredomorja a tvrdú zem tam obrábať nemuseli.

Zato takí Rimania museli svoje vojenské tábory stavať za každých okolností a na každom mieste. Inak by neboli schopní dobyť celé spomínané Stredomorje vrátane Egypta. A k tomu pol Európy. A tak sa nám zachovali monumenty, ako napríklad Trajánov stĺp. Ten oslavuje víťazstvo cisára nad Dáciou (áno, tušíte správne, tak sa v staroveku volalo Rumunsko).



Egyptská motyka

A na ňom sa nám zachovali stovky postavičiek. Vidíme na ňom napríklad rímskych legionárov opevňujúcich tábor. Používali pri tom prvé krompáče. Pravda, vtedy sa ešte volali "dolabra" a bol to z jednej strany krompáč, z druhej seker. Predsa len, armáda na pochode si nemohla dovoliť voziť zvlášť sekeru a zvlášť krompáč. Ale boli to už solídne nástroje, 40 centimetrov poctivej ocele.

MODERNÁ REPLIKA RÍMSKEHO KROMPÁČA

Aj rímske vojenské lopaty boli na úrovni. To sa však nedá povedať o tých, ktoré používalo civilné obyvateľstvo. Tomu zvyčajne stačili aj do plocha opracované kusy dreva. Nazvali by sme ich pádlami, keby nemali hranu okovanú plechom. Ostatne, tento typ lopaty prežil na dedinách až do novoveku. Na prehadzovanie ľahkých materiálov úplne vystačil.

Už v stredoveku sa však vyrábali aj solídne nástroje. A to aj u nás. Od 13. storočia sa napríklad v Medzeve vyrábali všetky možné železné výrobky, vrátane lopát, ktoré preslávil nielen prezident Schuster, ale vyvážali sa doďaleka a tradícia výroby trvala až do 20. storočia. Koncom 19. storočia len v samotnom Medzeve napočítali 109 hámrov (čiže výrobní).



Rímsky kopáč

ČÍM KOPEME DNES

Dnešné náradie na kopanie a prehadzovanie zeminy sa príliš nelíši od toho, ktoré bolo v ponuke pred sto rokmi. A to bol zlatý vek hámrov, kde sa vyrábali všetky veľkosti a typy ručného náradia.

MOTYKY

Ich základné delenie je na tie s rovnou čepeľou a na špicaté kusy. Samozrejme, tie rovné sú vhodné skôr na prácu v mäkkších a ľahších pôdach. Ich ostrie je dlhé od 12 do 20 centimetrov.

Špicaté motyky a srdcovky sú určené skôr na spracúvanie tvrdších zemín.

Podľa kvality výrobku môžeme motyky rozdeliť na motyky z plechu a kované motyky. Zatiaľ čo tie prvé sú vyrobené zvarovaním tvarovaného hrubšieho plechu a tuľajky, tie druhé ctia pôvodné výrobné postupy a sú vykované z jedného kusa železa. Sú síce ťažšie, ale o to trvácnejšie.

Cenový rozdiel medzi nimi nie je veľký. Samozrejme, ak má človek na záhrade len ľahkú pôdu, nemusí si kupovať kovaný nástroj a plech je pre neho úplne vyhovujúci. Je však dobre vedieť, že ak treba, môžete sa na svoju motyku spoľahnúť aj v ťažkých podmienkach.

Samostatnú kapitolu tvoria malé plecie motyčky. Môžu byť ploché aj špicaté, s dlhou či krátkou rúčkou - vždy sú však vyzbrojené dvoma či tromi hrotmi.

A poslednou vetvou motýk sú úzke motyky určené na tie najťažšie práce v záhrade.

KROMPÁČE

Sú v podstate prerastené motyky do tých najťažších podmienok. Jednu stranu tvorí plochá, ale silná motyka, druhú stranu hrot určený do tých najťažších podmienok. Vyrábajú sa v rôznych veľkostiach, ale štandardom je hmotnosť hlavy krompáča 1,5 kilogramu pre menšie a 2,5 kilogramu pre väčšie krompáče. Jednou z veľkých výhod krompáča je možnosť rýchlej výmeny násady v prípade, že sa táto pri namáhavej práci zlomí.

LOPATY

Podobne ako motyky, je možné rozdeliť ich na ploché a špicaté. Jedny aj druhé sa používajú v závislosti od podmienok. Zohnať dnes kovanú lopatu je fuška. Ale bežné plechové zvládnu svoju prácu dostatočne dobre a kovaná lopata má predsa len nevýhodu v hmotnosti.

Okrem bežných druhov lopát existujú aj špeciálne - napríklad hliníkové, použí-

vané na ľahké a sypké materiály. Z nich sú odvodené aj lopaty na sneh - tie môžu byť dokonca plastové.

Samozrejme, existuje aj široká škála rôznych lopatiek. Jednak lopatky na sadenie, ale aj plechové lopatky na uhlie, lopatky na čistenie krbov, ale aj na dávkovanie sypkých potravín či upratovanie. Domácnosť bez lopatky si skrátka nevieme predstaviť.

RÝLE

Sú odrodou lopát. Keďže sa používajú na rýľovanie, musia byť o čosi silnejšie ako lopaty. A to sa týka plechovej časti aj rúčky. Tá môže byť pri rýľoch jednoduchá, alebo kratšia, zato však zakončená rúčkou v tvare písmena T.

Moderné rýle majú ergonomický tvar, takže je možné ich s istými obmedzeniami používať aj ako lopaty. Hodí sa to najmä v úzkych priestoroch.

A aby sme nezabudli - na úzke jamy (najmä rôzne drenáže) sa hodí špeciálny úzky rýľ - štychar.



MENEJ ZNÁME DRUHY ZELENINY

Ked' zaznie slovné spojenie "pestovanie zeleniny" severným Slovákom príde na um roľa zemiakových riadkov, ktoré treba okopať a ohrnúť. Južní Slováci si zasa predstavia fóliovníky plné rajčín a paprik. A najmä tí, ktorí si tieto časy samozásobovania v oficiálne potravinovo sebestačnom režime pamätajú. Dnes je to inak.

Veľkoplošné pestovanie sa už takmer úplne stalo doménou profesionálov. Zelenine pre domácu spotrebu sa venujú už poväčšine len "srdciari". Tí, ktorí majú pestovanie zeleniny radi - či už ako zaujímavé rastlinky, vynikajúce využitie pôdy, bezkonkurenčný aktívny oddych na vlastnej záhrade, alebo ako zaujímavé jedlo.

Doba zároveň praje rôznym menej známym druhom zeleniny, ktoré sú zaujímavým spestrením stola a pritom vôbec nepotrebujú špeciálnu starostlivosť. Pozrime sa aspoň na tri z nich.



KVAKA (BRASSICA NAPUS)

Je rastlina s bohatou históriou a predsa je dnes nespravodlivo zabudnutá. Po objavení Ameriky ju totiž z piedestálu nenáročného jedla chudobných vytlačili zemiaky.

Možno si niekto spomenie na jej český názov - tuřín. Má korenistejšiu chuť, dá sa použiť ako náhrada za zemiaky aj šalát. Je ideálna na výrobu príloh pri diétach, pretože obsahuje len veľmi málo využiteľnej energie (o polovicu menej ako zemiaky), prakticky žiadny tuk a veľa vlákniny. Pri hlbšom rozbere by sme v kvake našli aj draslík, vápnik, fosfor, či vitamín C.

PESTOVANIE A VYUŽITIE

Je to nenáročná rastlina, ktorú môžeme vysievať alebo vysádzať ako rastlinu druhej trate do záhonov, ktoré predtým hostili rajčiny či uhorky. Nemá rada silné hnojenie.

Pestovanie začíname v marci predpestovaním priesad. Druhou možnosťou je aprílové či májové siatie priamo do záhonov. Spon vysádzania je asi 30x30 centimetrov.

Kvaka je nenáročná na živiny, má však veľmi rada vlhkosť - tak pôdnu ako vzdušnú. Preto pri vysádzaní rastlinky dobre polejeme. Počas rastu zvyknú buľvy vyrastať nad povrch pôdy. Môžeme ich počas kyprenia a odstraňovania buriny zakryť hlinou.

Zberáme v neskorej jeseni pred príchodom silných mrazov.

Kvaku zbavíme listov a skladujeme podobne ako repu.

Mladú kvaku môžeme jesť podobne ako reďkovku a mladé listy použiť ako šalát alebo neskôr spomenuté listy valeriánky.

Buľvy kvaky môžeme spracovať na pyré, zeleninové polievky, ale aj na hranolky. Stačí buľvu očistiť, nakrájať na hranolky, tie rozsypané na papierom vystlaný plech, popľkať olejom a posoliť. Po 20 minútach pečenia na 180 °C budete mať pripravené zdravé nízkokalorické hranolky.



VALERIÁNKA POLNÁ (VALERIANELLA LOCUSTA)

Nie je to rozšírený druh zeleniny, ale nie je to ani druh zeleniny, ktorý by bolo treba hľadať v zahraničí. Naopak. Je to nenáročná šalátová zelenina, ktorú môžeme pestovať počas celého roka, dokonca aj v zime. Jediným obmedzením je v takomto prípade výška snehovej pokrývky - pre šalát nebude nikto odhadzovať sneh ešte aj na hriadkach :-)). Vďaka obsahu vitamínov sa radí nutričného hľadiska ešte pred bežný hlávkový šalát. Má trochu vý-

raznejšiu chuť, na ktorú si treba zvyknúť. Zvyk sa oplatí, pretože valeriánka obsahuje viac vitamínu C ako citrón, ďalej vitamíny A a E, veľké množstvo železa, horčík, draslík, vápnik a kyselinu listovú. A samozrejme, ďalšie minerály a vitamíny. Je teda vhodným doplnkom stravy napríklad pri chudokrvnosti, ale aj pri zvýšenom strese či slabom sústredení.

PESTOVANIE A VYUŽITIE

Semienka môžeme sadiť do riadkov asi 1 cm do zeme a 10 centimetrov od seba. Po vyklíčení rastlinky jednotlivé. Výsev môžeme vykonávať kedykoľvek od skorej jari do polovice jesene. Ideálne sú však včasná jar a jeseň. V auguste a septembri môžeme valeriánku vysiať aj na prázdne záhony s pozbieranou úrodou. Neskoro siate rastliny budú zásobárňou vitamínou na celú zimu - a nemusíme ich ani zbierať - mráz im neškodí. Zber však uskutočňujeme len ak sú teploty nad nulou, inak listy zbytočne zničíme.

Mesiace apríl až jún na pestovanie nie sú vhodné, pretože rastliny môžu rýchlo vyrásť do štádia kvitnutia a vtedy už nie sú vhodné na konzumáciu.

Valeriánka - polníček vyžaduje priepustnú pôdu a slnečné miesto. Na prihnojovanie stačí organické hnojivo.

Polníček má o čosi výraznejšiu chuť ako obyčajný hlávkový šalát, ale výrazne ho prekonáva z hľadiska výživovej hodnoty. A práve preto by bolo škoda tepelne ho akokoľvek upravovať. Využíva sa ako príloha či už samostatne, alebo ako ingrediencia do zemiakov, zemiakového či akéhokoľvek zeleninového šalátu. Ak sa rozhodnete podávať ho ako samostatnú zeleninovú "oblohu", vyskúšajte zmiešať olivový olej, plnotučnú horčicu a citrónovú šťavu. Túto zmes osolte, pridajte korenie a možno aj trochu cukru. Ingrediencie pridávajte podľa chuti tak, aby vznikla tekutá zálievka, ktorou dochutíte listy valeriánky.



ARTIČOKA (CYNARA SCOLYMUS)

Je trefou a poslednou z reprezentantov menej známych druhov zeleniny, ktorú si dnes predstavíme. Je to bylina z čeľade slnečnicovitých a aj vyzerá, akoby bola vzdialená príbuzná slnečnice (alebo sl-

nečnice skríženej s bodliakom) Jej pestovanie sa dá vysledovať až k starovekým stredomorským národom - to ostatne platí aj pre vyššie spomenuté byliny. Na rozdiel od nich však artičoka nie je prispôbena na stredoeurópsku klímu a aj po tisícročia pestovania jej puk s okvetnými lístkami nevydrží takmer žiadny mráz a rastlina pri silnejšom mraze vymrzne celá, takže zakrytie koreňa je základnou povinnosťou pestovateľa pred blížiacou sa zimou.

PESTOVANIE A VYUŽITIE

Artičoka sa dá na Slovensku dopestovať, pekné veľké puky však dosiahneme zrejme len v južných oblastiach - aj keď, pri tomto vývoji klímy sa tento rok urodia možno aj na Kysuciach. Rastlinku mô-

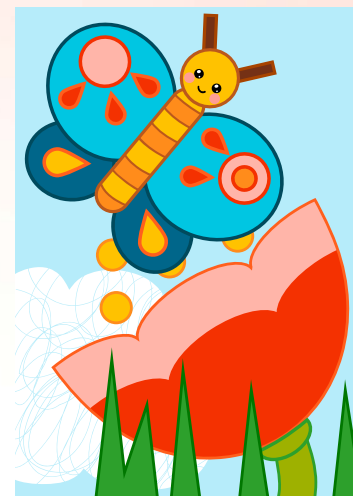
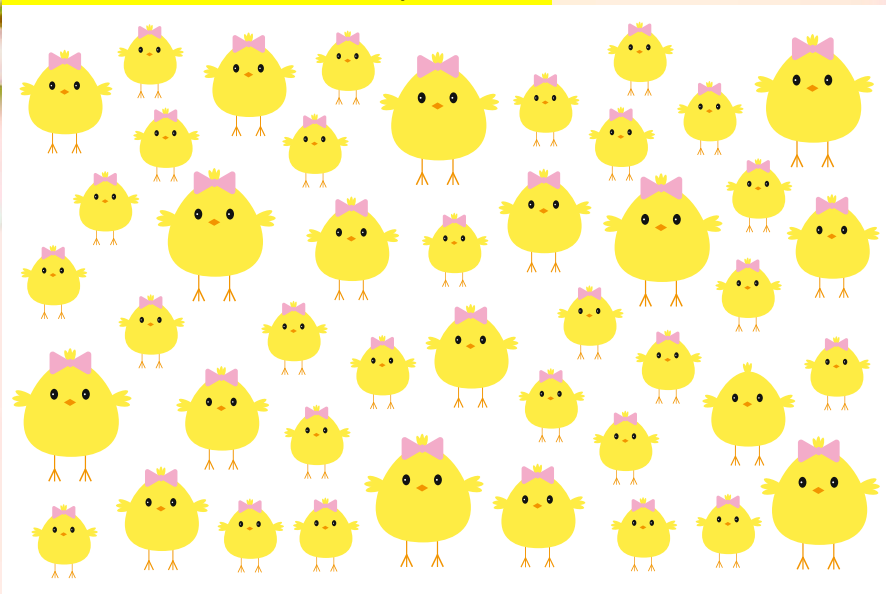
žeme predpestovať od marca zo semienok, vysádzame ich do sponu 1x1 meter až po 15. máji, aby sme sa vyhli mrazom. Počas rastu rastliny okopávame a odstraňujeme burinu, v prípade potreby zalievame. Na jednej rastline nechávame vyrásť najviac 3 puky, zvyšné odstraňujeme. Zbierame nerozvinuté puky s okvetnými lístkami, ktoré môžu dorásť až do priemeru 12 centimetrov.

Jedná sa o trvalú bylinu, takže na jeseň zrežeme byľ až po zem a skrátime listy. Následne rastlinu chránime vrstvou slamy alebo čečiny.

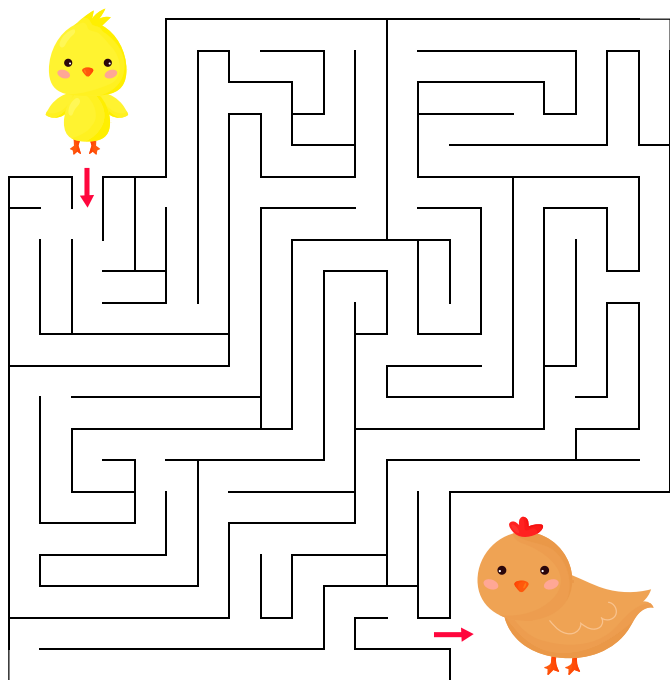
Artičoka má široké využitie v kuchyni. Môže byť chutnejšou náhradou karfiolu, využijeme ju napríklad pri príprave polievok. Nakladaná v oleji sa môže použiť dokonca ako obloha na pizzu. Len to nehovorte Talianom. :-)

2. NÁJDEŠ 8 ROZDIELOV?

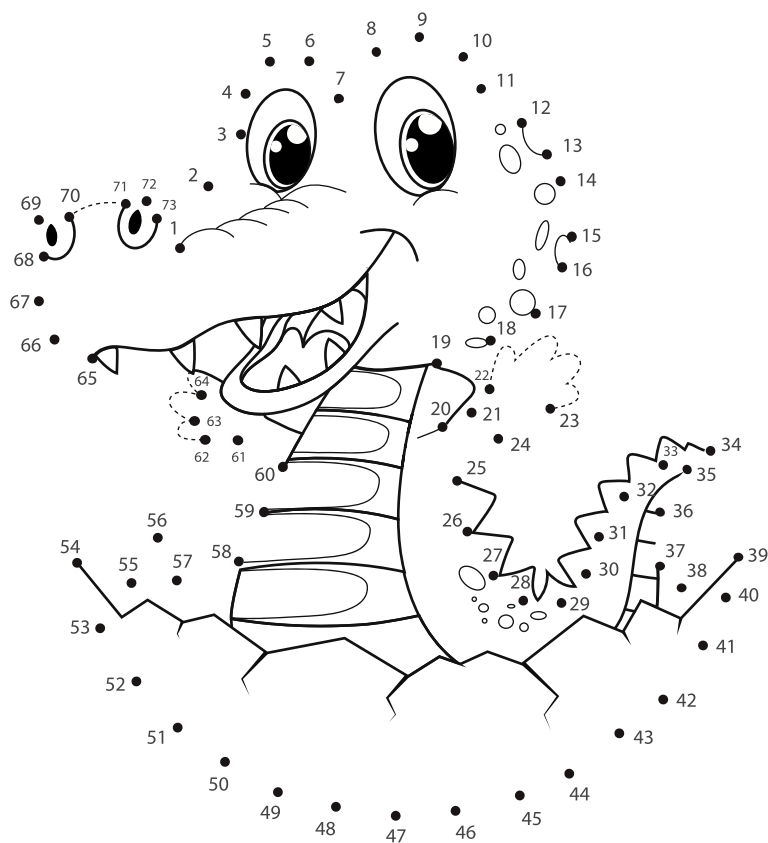
1. JEDNÉMU KURIATKU NIEČO CHÝBA, NÁJDEŠ HO?



3. POMÔŽ KURIATKU NÁJSŤ CESTU KU SLIEPOČKE:



4. POSPÁJAJ BODKY A VYFARBI:



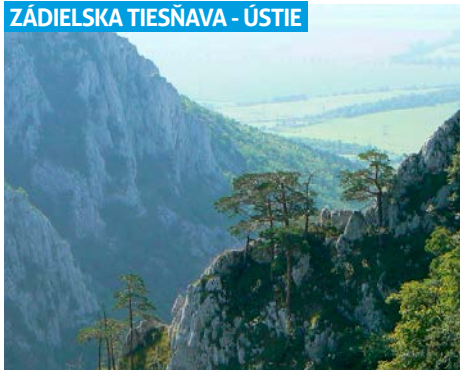
SPRÁVNE RIEŠENIA NÁJDETE NA STRANE Č. 26

ZÁDIELSKA TIESŇAVA

V minulom čísle magazínu sme sa letom-svetom pozreli na viaceré tiesňavy, ktoré sa poväčšine nachádzali na západnej polovici Slovenska. Dnes skúsime iný prístup - najmä preto, že Zádielska tiesňava si naozaj zaslúži samostatný text. Tak či tak vo vymedzenom priestore nestihneme ani zd'aleka a dobre popísať všetko, čo sa v nej dá vidieť.

Ústie doliny Blatnického potoka (áno, tak sa volá potok, ktorý preteká Zádielskou dolinou) pozná iste každý, kto cestoval južnou trasou z Bratislavy do Košíc. Tiesňava sa nachádza už tesne pred/za Košicami (podľa toho, z ktorého smeru sa k nej vyberiete).

ZÁDIELSKA TIESŇAVA - ÚSTIE



Dolinu vytvaroval spomenutý potok, ktorý sa počas štvrtohôr zarezával do bielych vápencových skál Zádielskej planiny.

Potok je geologicky aktívny aj dnes, hoci v podstatne menšej miere. Po dažďoch v roku 2010 na viacerých miestach doslova spláchol pôvodnú komunikáciu na dne doliny.

Dolina je prístupná po červenej turistickej trase, ktorá začína v obci Zádiel. Približne v polovici trasy sa na pravej strane nachádza tzv. Veľká cukrová homoľa. Je to masívna, sto metrov vysoká skalná ihla. Je dostatočne masívna na to, aby sa v nej nachádzalo niekoľko jaskýň. A keďže výškou a tvarom pripomína nielen cukrovú homoľu ale aj mrakodrap, je vyhľadávaným cieľom horolezcov. Za tiesňavou sa nachádza turistický bufet. Pred druhou svetovou vojnou poskytovala v tiesňave služby aj turistická útulňa, bohužiaľ, počas vojny vyhorela.

Tiesňovou vedie aj náučný chodník. Jednou z nich je aj Zádielske hradisko, ktoré sa nachádza 600 metrov nad morom. Od hradiska, resp. od rázcestníka Okrúhly

TURNIANSKY HRAD



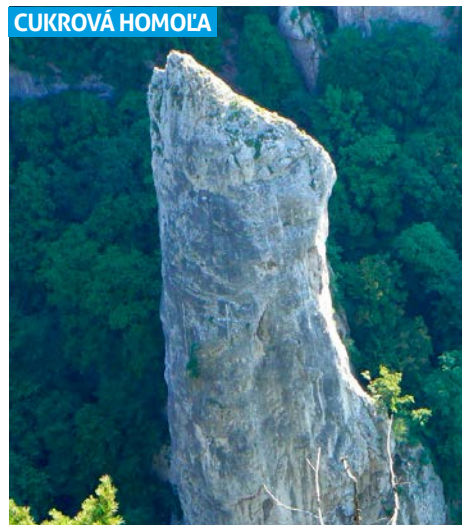
laz sa môžu odhodlaní turisti vybrať po modrej značke až na Turniansky hrad.

Pokiaľ sa rozhodnete pokračovať po trase okruhu, počítajte s približne 4 až 5 hodín trvajúcou túrou, pričom namáhavé sú najmä výšlap z doliny na planinu (Na Skale) a potom zostup z Veľkého Ščobu do obce Zádiel. Na tejto trase sa turistom ponúka hneď niekoľko fascinujúcich výhľadov.

V tiesňave sa nachádza aj asi stovka jaskýň, prípadne ich zrútených zvyškov. Žiadna však nie je výnimočne zdobená a o ich dokumentáciu a objavovanie ďalších priestorov sa starajú jaskyniari.

Tiesňava, plná skalných stien a veží je navštevovaná aj horolezcami. Vzhľadom na výskyt vzácných druhov vtákov však môžu horolezci v tiesňave liezť len mimo obdobie ich hniezdenia.

CUKROVÁ HOMOĽA





Varte zdravšie V RÍMSKOM HRNCI

Tak znie názov pekáčov, vyrobených z prírodného keramického materiálu. Keramika je starožitný materiál a keramické pekáče po starých materiách sú na burzách starožitností obľúbeným artiklom - kto si nimi vyzdobí kuchyňu na chalupe, nič nepokazí. Kto si však kúpi nový keramický pekáč (áno, vyrábajú sa dodnes), môže vypekať luxusné jedlá - nie sa len dívať na pekáč na stene a spomínať, ako vedela variť stará mama.

Hrnce môžu byť glazované (s lesklou nepriepustnou vrstvou), alebo prírodné, neglazované. Vlastností týchto hrncov sa mierne líšia, preto je vhodné vybrať si konkrétny typ podľa toho, aké kulinárske špeciality má vaša rodina najradšej.

Na pečenie mäsa sa napríklad najlepšie hodí hrniec s rebrovaným dnom. Chlieb upečiete v glazovanom aj neglazovanom hrnci a na dusenie zeleniny odporúčame neglazovaný hrniec.

Keramika rímskeho hrnca je prírodný materiál, preto sa k takémuto hrncu treba chovať s istou dávkou miernosti a dodržiavať tieto jednoduché základné pravidlá.

Všetky hrnce z prírodnej hliny musíme zahrievať postupne. Pri použití elektrickej rúry to nie je problém, stačí vložiť hrniec dnu a až potom ju zapnúť. Pri plynovej treba postupne zvyšovať teplotu.

Rovnako je dôležité, aby ste pri vyberaní nepoložili rozpálený hrniec na chladnú podložku. Vždy použite drevenú, silikónovú alebo plastovú (skrátka izolačnú) podložku.

Pred použitím sa neglazovaný aj čiastočne

glazovaný rímsky hrniec namáčajú do vody. Neglazované netreba ponárať celé, stačí ich celé napustiť vodou. A to isté urobiť aj s pokrievkou/vrchnákom. Namočený musí byť 20 minút. U glazovaných z vnútornej strany bohužiaľ nemáme na výber a musíme ich "potopiť". Pred použitím potom vodu vylejeme a hrniec dosucha utrieme. Až potom doň vkladáme suroviny.

Počas pečenia sa z pórovitej keramiky uvoľňuje para, takže jedlo sa nepripáli. To je zároveň najväčšia výhoda tohto hrnca - jedlo netreba počas pečenia obracať ani miešať. A je možné pripraviť naraz mäso aj prílohu. Rovnako je nespornou výhodou elegancia hrnca. Jedlo je možné jednoducho podávať priamo z pekáča bez toho, aby servírovanie vyzeralo "humpolácky" (viď recept na protilahlej strane).

Glazovaný hrniec je možné umývať aj pomocou saponátov. Neglazovaný má otvorené póry, takže saponát by sa do neho nasal podobne ako do kuchynskej hubky a uvoľňoval by sa pri pečeni. Pečenú dobrotu s príchuťou saponátu isto svojim hosťom ponúknuť nechcete.

Neglazované rímske hrnce majú aj ďalšie "vrtochy". Napríklad ich nesmieme čistiť pomocou oceľových hubiek. Po istom čase používania sa na nich môžu vytvoriť škvrny. Je to však prirodzený proces a na funkčnosť hrnca nemá vplyv.

Počas pečenia sa z pórovitej keramiky uvoľňuje para, takže jedlo sa nepripáli. To je zároveň najväčšia výhoda tohto hrnca - jedlo netreba počas pečenia obracať ani miešať. A je možné pripraviť naraz mäso aj prílohu.

JAHŇA V RÍMSKOM HRNCI

Jahňacinu sme vybrali hneď z niekoľkých dôvodov. Jednak je to typicky veľkonočné jedlo (aj keď skôr v Stredomorí), rovnako je to jedlo typické pre slovenské horské oblasti, je jednoduchá na prípravu, dieteticky hodnotná a zároveň chuťovo vynikajúca.

SUROVINY

(pre 4-6 osôb)

- 1 jahňa
- 1 kg zemiakov
- olivový olej
- biele víno
- rozmarín
- mäta
- francúzska horčica
- čierne korenie
- soľ

POSTUP

Jahňa naporcujeme. Pre pečenie majú zmysel len stehná a rebrá. Tie deň pred samotným pečením namočíme do marinády, vyrobenej z bieleho vína, oleja, horčice, nasekaných korenín a soli.

Hrnec namočíme na 20 minút do vody. Medzičasom môžeme mäso prudko opieť na oleji.

Hrnec vysušíme a vložíme doň mäso, ktoré prelejeme marinádou. Môžeme doplniť biele víno.


Vložíme do rúry, rozohrejeme ju a pečieme 40 minút pri teplote 200°C.

Potom do hrnca pridáme očistené nakrájané zemiaky, osolíme ich a premiešame s mäsom a výpekcom. Pečieme ešte pol hodiny.

Podávame priamo z hrnca (samozrejme, veľké kusy mäsa naporcujeme na menšie).

Môžeme podávať s jarným šalátom.

TIP: V prípade časovej núdze môžete jahňacinu piecť aj bez predchádzajúceho marinovania. Stačí pridať mäta a rozmarín priamo na mäso v hrnci a preliať ho trochu olejom a vínom. Prípadné špikovanie cesnakom tiež nie je vôbec na škodu.

 <p>„Teplé jarné slnečné lúče = “ (odpoveď v tajničke)</p>				Anka, ava, azuki	plúž	krb	oblieval vriacou vodou		skratka strany	iným spôsobom	vedúca osobnosť	ohodnotil	pracuj ihlou	
				orgán zraku				zriedkavé m. meno odstránia chlpy						
				kopáči										
					2									omám alkoholom
					hnutelné									
	velký počet	kyselina karbolová (chem.)		striebriš- tý kov MPZ áut Peru						číselná lotéria ruské ž. meno	nápis na hrobch domáce ž. meno			
mili- farad (zn.)			okrasný vták			zn. nákl. áut hospodár. zvierat				51 (rím.) končatina				
český zápor			mužské meno rus. ukaz. zámeno			rieka na Sibíri rozľahlé pole					polovica kmitu	starší pokrmový tuk		
anglická číslovka				koralový ostrov okresný výbor			druh fazule závodný klub (skr.)							
1														
prvok značky Pb						starší kanadský spevák					čistidlo na vane			

Prípravil: Slovenský zväz hádankárov a krížokárov, www.szhk.sk

Autor: M. Kupčo

SPRÁVNE ZNENIE TAJNIČKY Z MINULÉHO ČÍSLA (ZIMA 2020):

Správne znenie tajničky pošlite do 30.4.2020 emailom na adresu knagazin@kinekus.sk alebo poštou na adresu **KINEKUS, s.r.o., Rosinská cesta 13, 010 08 Žilina.**
Päť úspešných riešiteľov bude odmenených zaujímavými cenami.

"Byť v kruhu blízkych je ten najväčší dar...KTORÝ NÁM PRINÁŠAJÚ VIANOCE"
Spomedzi všetkých úspešných riešiteľov sa šťastie usmialo na týchto výhercov:

- **p. Vanovčan, Ružomberok** *Držiak na mobily LIME BLACK*
- **p. Franko, Prievidza** *Záhradné nožnice*
- **p. Golianová, Trenčín** *Forma na bábovku*
- **p. Zgola, Ľubotice** *Sada štamprlíkov*
- **p. Kyselová, Žilina** *Dekorácia do záhrady - vtáčik*

GRATULUJEME!

ZASMEJME SA

Vstúpi chlap do obchodu:
- Máte kockový cukor?
- Nemáme.
- Tak mi dajte linajkovany.

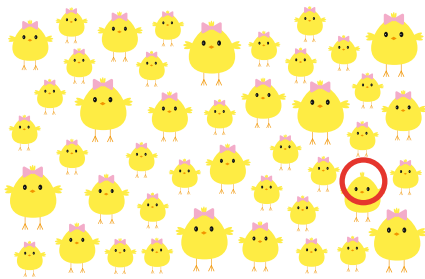


Ferko vyrušuje a vykrikuje na hodine matematiky: "Bager...bager tút..."
Kamarát sa k nemu pridá: "Bager, tu-tút..."
Spolu sa na tom ohromne zabávajú a smejú. Vtom k nim príde pani učiteľka a hovorí: "Ešte raz poviete bager, máte poznámku!"
Ferko sa pozrie na pani učiteľku a s úsmevom jej odvetí: "Tu-tút, buldozér!"



SPRÁVNE RIEŠENIA ZO STRANY Č. 22

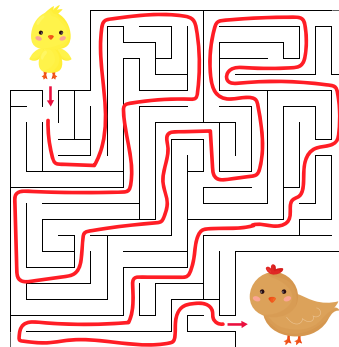
1. JEDNÉMU KURIATKU NIEČO CHÝBA, NÁJDEŠ HO?



2. NÁJDEŠ 8 ROZDIELOV?



3. POMÔŽ KURIATKU NÁJSŤ CESTU KU SLIEPOČKE



4. POSPÁJAJ BODKY A VYFARBI



KINEKUS®

DOPRAJTE SI RELAX



Záhradný nábytok NATALIA

7-dielny, polyratanové kreslá s hrubými poduškami, kvalitný ALU stôl
232175

1390 €

Záhradný nábytok BERTA

4-dielny set, hliníkový rám čiernej farby, rozmer lavice 206x71x73 cm, s drevenou područou, stôl so sklom, vrátane podušiek

232134



490 €

Záhradný nábytok ZORA

polyratanový 4-dielny čajový set, ľahká hliníková konštrukcia, vrátane hrubých podušiek, rozmer stola 110x54x45 cm, rozmer trojsedačky 181x81x74 cm

232170



799 €

Záhradný nábytok ESTER

polyratanový, 4-dielny čajový set, s kovovou konštrukciou, rozmery: stôl s kaleným sklom 78x47x45 cm, dvojsedačka 115x62x84 cm, vrátane 5 cm hrubých podušiek

232181



199 €

Hojdačka DARINA

záhradná, oceľová, rozmer 220x120x164 cm, pružinový sedák, pre 3 osoby



232500 bordová
232501 zelená

Sklopte si operadlo a vytvorte si hojdacie lôžko pre ešte väčší relax.

~~250 €~~

199 €

CENOVÝ TRHÁK

Hojdačka KIARA

z tropického dreva Meranti, so sklápačným operadlom, rozmery 179x235x117 cm, záťaž až 400 kg, operadlo je možné sklápať do vodorovnej polohy

232073



Sklopte si operadlo a vytvorte si hojdacie lôžko pre ešte väčší relax.

399 €

TEŠÍME SA NA VÁS V NAŠICH PREDAJNIACH A V ĎALŠÍCH STOVKÁCH PREDAJNÍ, KTORÉ ZÁSOUJE VEĽKOOBCHOD KINEKUS

ŽILINA • TRENČÍN • BRATISLAVA 2X • RUŽOMBEROK • PRIEVIDZA • MARTIN • PÚCHOV • KOŠICE • POPRAD • PREŠOV • NITRA

UPOZORNENIE: Dostupnosť niektorých tovarov u jednotlivých predajcov môže byť na objednávku! Prosíme, informujte sa v predajni.

Uvedené ceny sú konečné vrátane 20% DPH a sú garantované počas akcie v trvaní **od 9.3. do 31.3.2020** alebo do vypredania skladových zásob. Použité obrázky môžu mať ilustračný charakter. Dekorácie nie sú súčasťou výrobku. Prečikárnuté ceny sú bežné ceny u iných predajcov. Za tlačové chyby predajca nezodpovedá. Tovar do tejto akcie zabezpečuje KINEKUS Veľkoobchod. Ak ste nedostali niektorý z akčných tovarov u predajcov, dajte nám to, prosím, vedieť – vo@kinekus.sk alebo 041/555 55 09.

www.kinekus.sk



HURÁÁ do záhrady!

Záhradné nožnice V5

dĺžka 20 cm
41153813



pohodlná práca vďaka ergonomickej rúčkovi a kvalitným ocelovým čepeliam



670

Záhradné nožnice

Winland 3130

dĺžka 20 cm, ergonomická pogumovaná rúčka
40345095



Winland

strihanie bez námahy vďaka račňovému mechanizmu



799

Nožnice s pílkou a násadou

oceľové, s teleskopickou násadou /max. 240 cm/
40345030



na strihanie a pílenie konárov

1590



990 €

Fóliovník MAX

oceľová galvanizovaná konštrukcia, fólia 170 g/m², vxšxd 200x300x190 cm, s dverami a 2 oknami, zelený, vytvorí rastlinám optimálne podmienky pre rast a ochráni ich pred nepriaznivým počasím

19105021



99,-

Substrát BALKONIA

zemina obohatená o BIO rastlinné vlákna a dlhopôsobiacu živinu pre všetky druhy balkónových a izbových rastlín, objem 20 l
105040065



299 €

1l = 0,149€

Postrekovač na plece

záhradný, tlakový, objem 8 l, s príslušenstvom
15901004

Skveler



990 €

TEŠÍME SA NA VÁS V NAŠICH PREDAJNIACH A V ĎALŠÍCH STOVKÁCH PREDAJNÍ, KTORÉ ZÁSOUBUJE VEĽKOOBCHOD KINEKUS

BRATISLAVA

NC Vajnoria, Pri starom letisku 3, 0945 800 322

BRATISLAVA - PETRŽALKA

Fedinova 14, 02/638 11 447, 0918 378 463

TREŇCÍN

Belá 7575 (oproti OC Laugaricio), 032/640 12 95 - 96

NITRA nová predajňa

HomeBox oproti MÖBELIXU, Bratislavská 35, 0902 900 596

PÚCHOV - K&L TRADE, s.r.o.

Okružná 1746/74 (pri ČS Slovnaft) 042/471 03 03 - 5

PRIEVIDZA

Nábřežná 11, 0907 999 225

ŽILINA

Kamenná 4, 041/777 77 77

MARTIN zmena adresy

Pri TESCU, OC Turiec 1A, 0907 999 223

RUŽOMBEROK

Bystrická cesta 2159, 044/435 39 10 - 12

POPRAJ - Adesso s.r.o.

Dlhé Hony 5268/9 (OC Kriváň oproti OC MAX) 052/202 22 02

PREŠOV - Adesso s.r.o.

Vihorlatská 1/A (budova Hypernovy), 051/242 00 20

KOŠICE - Adesso s.r.o.

Južná trieda 66, 055/789 84 62

ŠUMPERK (CZ)

Žerotínova 2833/46, +420 731 630 059

UPOZORNENIE: Dostupnosť niektorých tovarov u jednotlivých predajcov môže byť na objednávku! Prosíme, informujte sa v predajni.

Uvedené ceny sú koncové vrátane 20% DPH a sú garantované počas akcie v trvaní **od 9.3. do 31.3.2020** alebo do vypredania skladových zásob. Použitie obrázkov môžu mať ilustračný charakter. Dekorácie nie sú súčasťou výrobku. Prečítané ceny sú bežné ceny u iných predajcov. Za tlačové chyby predajca nezodpovedá. Tovar do tejto akcie zabezpečuje KINEKUS Veľkoobchod. Ak ste nedostali niektorý z akčných tovarov u predajcov, dajte nám to, prosím, vedieť – vo@kinekus.sk alebo 041/555 55 09.