

JESEŇ

K-MAGAZÍN

MAGAZÍN
KINEKUS

PRE VAŠE
POHODOVÉ
ČÍTANIE



12

KINEKUS ŽILINA

10

Jesenné práce v záhrade

16

Príd'te si po výhru!

18

Varíme lekvár

Radost' zo spracovania každého plodu.



Lis
na ovocie



Sudy
na kapustu



Rezačka
na kapustu



Drvič
ovocia



Sklenený
demizón



Sieť na sušenie
bylinek a húb

Oberač
ovocia
s násadou

KiNEKUS
RADOSŤ Z UŽITOČNÝCH VECÍ



NAVŠTÍVTE KINEKUS ALEBO VYŠE
150 PARTNERSKÝCH OBCHODOV OZNAČENÝCH

Overený partner
✓ **KiNEKUS**

Kliknite na kinekus.sk/partnerskeobchody alebo naskenujte
QR kód a nájdite partnerský obchod vo vašom okolí.

ŽILINA • BRATISLAVA 2X • KOŠICE • NITRA • POPRAD • PREŠOV • PRIEVIDZA •
PÚCHOV • RUŽOMBEROK • TREŇČÍN • TRNAVA • ŠUMPERK (CZ) • JESENÍK (CZ)

www.kinekus.sk



- 4 **JESEŇ**
Kombinované vykurovanie
- 6 **CHOV**
Vyberáme zvieru na dvor
- 8 **DIELŇA**
Akumulátorové náradie INGCO
- 10 **ZÁHRADA**
Jesenné práce v záhrade
- 12 **PODNIKANIE**
KINEKUS Žilina
- 14 **ROZVOJ**
Baťa ako inšpirácia
- 16 **KINEKUS**
Príďte si po výhru!
- 18 **DOMÁCNOSŤ**
Varíme lekvár
- 20 **OKIENKO DO DUŠE**
O plávaní proti prúdu
- 22 **DETSKÁ STRANA**
- 23 **TIP NA VÝLET**
Malý Minas Tirith
- 24 **JESENNÉ RECEPTY**
Pečené bravčové koleno
Koláč s hruškami
- 26 **KRÍŽOVKA**

ŠŤASTIE

Šťastie.

V dnešnej dobe tak veľmi vyhľadovaná komodita. Prečo ho ľudia stále hľadajú aj dnes, v dobe najväčšieho blahobytu, aký dejiny poznajú? A prečo majú stále pocit, že ho nemajú?

Veľakrát počujem, že keď dosiahnem tento cieľ, alebo dokončím tamten projekt, alebo keď schudnem, keď, keď... budem šťastný/á.

Dá sa dosiahnuť šťastie ako výsledok nejakej snahy? Alebo je to vnútorné nastavenie? Tu sa možno skrýva odpoveď, na otázku, prečo tak veľa ľudí šťastie hľadá, ale nenachádza.

Prirodzene sme šťastní a spokojní, keď sa nám niečo podarí. Okolie nás ocení a v nás sa rozlieva spokojnosť. Áno, je to oprávnená odmena za vynaloženú energiu a v tej chvíli si to patrične užívame. Väčšinou to trvá nejaký čas. Potom s odznievajúcimi chválami vyprchá spokojnosť a aj naše šťastie.

Prečo to je tak?

Tento pocit šťastia sme získali z vonkajšieho prostredia. To je samozrejme v poriadku. Prijatú chválu je prirodzene ľudské a je dokonca neslušné chválu neprijíť. Chvála nám patrí. Ale čo, ak opakovane dosahujeme výsledky alebo zdolávame situácie len preto, aby sme zažili tento pocit? V takom prípade je to kompenzácia niečoho, čo nám chýba v našom vnútri.

Zjednodušene povedané vnútorne sa necítíme šťastní a spokojní a preto robíme všetko preto, aby sme pocit šťastia získali z vonkajšieho prostredia. Povedané rečou Evanjelia, „robíme veci preto, aby nás ľudia videli.“ Sme potom ako škrečky v kolese. Zažívame nekonečný príbeh hľadania šťastia a spokojnosti vo vonkajšom prostredí. To nás stále ženie do opakovaných výkonov, výziev, dosahovania cieľov.

V dnešnej rýchlej dobe elektronických zariadení a sociálnych sietí je veľmi jednoduché podľahnúť tomuto klamu a žiť virtuálne šťastie v podobe zbierania „páčikov“. Preto je práve dnes dôležité, aby sme poznali svoju skutočnú hodnotu. To, čím sme vo vnútri, bez póz a filtrov. Dôležité je, aby sme vo svojom živote všetko umiestňovali v správnom poradí. Dobré vzťahy s partnerom, rodinou, či spolupracovníkmi sú určite viac, ako pocit šťastia po vynikajúcom výkone. Ten čoskoro vyprchá. Vzťahy sú tie hodnoty, ktoré nás budú naplňovať trvalým pocitom šťastia.

Mojou skúsenosťou je, že skutočné šťastie a spokojnosť nájdeme len vo vnútri samého seba. Vtedy, keď pochopíme, že život nie je o dosahovaní, ale hlavne o tvorení. Nielen toho, čo považujeme za dôležité sami. Spoluprácou s inými vytvárame hodnoty, ktoré nás v konečnom dôsledku presahujú. Naša vlastná hodnota aj hodnoty, ktoré vytvárame, sú výsledkom vzťahov. Rodič je rodič len ak má dieťa. Učiteľ je učiteľom, len ak má žiakov. Manažér nie je manažérom, ak nemá spolupracovníkov, ktorých by viedol. Vzťahy sú základom našej existencie aj šťastia.

Je to cesta, ktorú tvorí poznávanie, dobré aj tie menej dobré skúsenosti, ale hlavne je to náš postoj k životu. Pretože v každej situácii si môžeme vybrať vzťahy, ktoré budeme rozvíjať. Môžeme si vybrať, ako k nim budeme pristupovať a čo v nás zanechajú.

Ďakujem všetkým tvorcom a prispievateľom tohto čísla K-magazínu a verím, že ich snaha bude odmenená aj Vašou spokojnosťou s obsahom.

Vaše nápady, odporúčania, či pochvalu 😊 môžete adresovať na email: kmagazin@kinekus.sk alebo poštou na adresu KINEKUS, Rosinská 13, 01008 Žilina.

Prajem pokojný a požehnaný čas
Štefan Súkeník



K-MAGAZÍN ČÍSLO 37 – JESEŇ

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

REDAKTOR: Jozef Šebest

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

GRAFICKÉ SPRACOVANIE: Jana Miřovská

VYCHÁDZA: september 2023, MIESTO VYDANIA: Žilina

EVIDENCIA: MK ČR E18345. Prípadné zmeny cien a tlačové chyby vyhradené.



Ktorékoľvek doterajšie číslo K-MAGAZÍNU
nájdete aj online na www.kinekus.sk

Kombinované vykurovanie

Kombinované vykurovanie s použitím kachlí na drevo s tepelným výmenníkom je alternatívna a udržateľná forma vykurovania, ktorá kombinuje klasické metódy ohrevu priestorov s modernou technológiou výmeny tepla. Táto metóda umožňuje využívať energiu zo spaľovania dreva nielen na vykurovanie vášho domova, ale aj na ohrev vody.



ČO JE KOMBINOVANÉ VYKUROVANIE

Kombinované vykurovanie je moderný a efektívny spôsob vykurovania domov a iných budov. Tento systém využíva viaceré zdroje energie, aby dosiahol optimálnu účinnosť a komfort pre užívateľov.

Kombinované vykurovanie zvyčajne kombinuje viaceré zdroje energie, ako sú plyn, elektrina, biomasa alebo solárna energia. Výhodou tohto systému je, že umožňuje využitie rôznych zdrojov v závislosti od podmienok a potrieb. Napríklad v zimnom období, keď je potrebné viac tepla, môže primárne fungovať plynový kotol alebo ko-

tol na pevné palivo a elektrický kotol môže slúžiť ako záložný zdroj. V lete však môže byť preferovaná solárna energia alebo tepelné čerpadlo.

Všetky prvky systému sa môžu spájať v akumuláčnej nádobe (prípadne viacerých akumuláčnych nádobách), ktorá zároveň obsahuje bojler.

Tento systém tiež ponúka prirodzenú flexibilitu a možnosť prispôbiť sa rôznym požiadavkám a potrebám konkrétneho domu alebo budovy. Každému zdroju energie môže byť pridelená špecifická úloha a môže sa nastaviť tak, aby sa optimalizovalo jeho

využitie. Napríklad plynový kotol môže byť použitý na ohrev teplej vody a systému vykurovania, zatiaľ čo solárna energia môže byť využívaná na ohrev bazéna.

Kombinované vykurovanie má tiež ekonomické výhody. Využitím rôznych zdrojov energie môžete minimalizovať náklady na vykurovanie. Vo väčšine prípadov toto riešenie umožňuje používanie najlacnejšieho zdroja energie podľa aktuálnych trhových cien. Okrem toho možnosť kombinovania solárnej energie alebo biomasy môže znížiť emisie CO₂, čo je v súčasnosti významným faktorom, keď sa hľadá ekologicky udržateľná možnosť vykurovania.

V prípade kombinovaného vykurovania je dôležité aj vhodné riadenie a regulácia systému. Moderné technológie a inteligentné riadiace systémy môžu hrať dôležitú úlohu v zabezpečení efektívneho prevádzania a monitorovania systému. Napríklad čidlá na meranie teploty a vlhkosti vzduchu a regulátory vykurovania môžu riadiť kotly a okruhy vykurovania tak, aby boli zabezpečené optimálne podmienky a minimalizované straty tepla.

SPORÁK V KOMBINOVANOM SYSTÉME

Súčasťou kombinovaného vykurovacieho systému môžu byť aj kachle a sporáky, samozrejme za podmienky, že majú zabudovaný tepelný výmenník, ktorý odvádza veľkú časť tepla. Pri spaľovaní dreva a ešte viac pri spaľovaní drevných brikiet totiž dochádza k veľkému okamžitému prebytku tepla. Bez výmenníka to spôsobuje prehriatie v miestnosti, zvlášť v blízkosti sporáka či kachlí. Romanticky si možno spomenieme na časy, keď v kuchyni u starých rodičov hrial v zime sporák a bolo tam naozaj teplúčko. Ako v bavlnke. Málokto si ale uvedomí, že zvyšok domu bol zvyčajne studený. Ak by vtedy existovala technológia sporákov s výmenníkom, mohlo byť teplo v celom dome. V sortimente spoločnosti Kinekus máme niekoľko výrobkov, ktoré majú celkový výkon až 21,6 kW (napr. Kachle Roma E), čo sa vyrovná kotlu na pevné palivo, ktorý by vykúril pomerne veľký dom. Z tohto celkového výkonu dokáže výmenník odobrať až ¾. Zvyšná štvrtina výkonu v pohode vystačí na vykúrenie bežnej miestnosti. Odobraté ¾ tepla je možné odviezť do radiátorov v susedných miestnostiach priamo, ale určite je lepšie použiť akumuláciu. Tá totiž umožní, aby nebolo všetko vyprodukované teplo spotrebované ihneď. Naakumuluje ho a neskôr (napríklad počas noci) ho ďalej rozvádza do miestností. Okrem toho je pri tomto usporiadaní možné zmiešavať horúcu a chladnejšiu vodu a zohrievať aj prípadné podlahové kúrenie.

Sporáky **KLAUDIA** a **THERMO MAGNUM** majú približne polovičné výkony. Má to svoju logiku. Kuchyňa zvyčajne nemá veľkú podlahovú plochu a je preto nepraktické mať v nej vykurovacie teleso s veľkým výkonom. Okrem toho sa v kuchyni zvy-

čajne pohybuje, takže nie je potrebná vyššia teplota, na rozdiel od obývacích miestností, ktoré sú určené skôr na sedenie.

Aj u sporákov je väčšina výkonu odvedená do výmenníka. Tento „zvyškový“ výkon je dostatočný na vykurovanie dvoch až štyroch radiátorov.

K romantike prispievajú presklené dverka ohniska, ktoré umožňujú pohľad do horiacich plameňov. Sklo na dverkách rúry spolu s teplomerom zasa prispievajú k praktickosti používania. Proces pečenia tak totiž máte plne pod kontrolou.

PRI ZAPÁJANÍ RADÍME ISTOTU

Tepelný výmenník v kachliach na drevo funguje tak, že ohrieva vodu, ktorá je potom vedená cez rúru von, priamo do radiátorov alebo do akumulácie nádoby. Výmenník tvorí pevnú súčasť konštrukcie. Nie je možné ho vymontovať, ani vypnúť. Hoci je vyrobený z pevných plechov, neznesie niektoré druhy zaťaženia. Napríklad kúrenie v sporáku či kachliach bez napusteného a zapojeného výmenníka je priama cesta k nenávratnému poškodeniu. Rovnako treba venovať pozornosť správnejmu zapojeniu. Sporáky a kachle s výmenníkom sú výkonné zariadenia, hoci sa v nich „len spaľuje drevo“. Preto je povinnosťou montážnej firmy do systému namontovať aj ochranný ventil, ktorý v prípade prehriatia vypustí prehriatu vodu zo systému.

Tak isto treba mať na pamäti, že sa jedná o zariadenie, ktoré sa vyznačuje horúcimi plochami a otvoreným ohňom. V domácnostiach máme viac typov takýchto zariadení,



ale zvyčajne sú už bezpečne umiestnené vysoko na stenách či v pivniciach.

Skrátka a dobre sme sa už odnaučili obsluhovať obyčajné sporáky.

EKOLOGICKÉ RIEŠENIE

Aj keď sa to nezdá, aj „obyčajný“ sporák môže byť súčasťou kombinovaného systému vykurovania. Vykurovanie s použitím kachlí na drevo s tepelným výmenníkom má množstvo výhod. Jednou z hlavných výhod je efektívnosť spaľovania dreva. Teplo, ktoré sa uvoľňuje pri spaľovaní dreva, sa dá využiť na ohrev vody, čo výrazne zvyšuje účinnosť vykurovacieho systému.

Ďalšou výhodou kombinovaného vykurovania s použitím kachlí na drevo s tepelným výmenníkom je ekologickosť. Drevo ako palivo je obnoviteľný zdroj energie a jeho spaľovanie produkuje menej emisií CO₂ v porovnaní s fosílnymi palivami. Navyše, kachle na drevo s tepelným výmenníkom majú vysoký účinný výkon, čo znamená, že dosahujú vyšší výťažok tepla z paliva a minimalizujú emisie. Tento systém teda prispieva k ochrane životného prostredia a je ekonomicky udržateľný.



Vyberáme zvierara

N A D V O R

Za ostatných 25 rokov dedina zaznamenáva veľké zmeny. Namiesto úžitkových zvierat prichádzajú na dvory skôr psy a mačky. Tradičná slovenská dedina sa tak mení na predmestie. Bazény a dobre strihané trávniky naberajú na dôležitosť. Chovať zvieratá nie je v móde. Pritom niekoľko sliepok dokáže premeniť zvyšky z kuchyne na vajíčka a mäso. Kuchynský odpad by sa teda nemusel zbierať ako odpad a likvidovať. Zároveň zvieratá prinášajú ekonomické benefity. Motivujúce môže byť spoľahnúť sa pri súčasných cenách na domáci zdroj potravín. Je viacero druhov zvierat, ktoré môžu byť ekonomicky či kulinársky zaujímavé. A vyžadujú skutočne málo starostlivosti a minimálny priestor. Navyše môžete využívať voľný priestor či seno. Aké zvieratá sa stále oplatí chovať na zadnom dvore?

SLIEPKY

Sliepkly sú ideálne hospodárske zvieratá pre každého začiatníka. Vyžadujú minimum priestoru a len základnú starostlivosť. Niektorí chovatelia prirovnávajú nenáročnosť chovu sliepok k chovu mačiek. S tým rozdielom, že sliepkly neprídu k posteli majiteľa ráno o tretej neodbytné pýtať krmivo.



Na štvorcový meter kurína sa zmestia tri sliepkly. Samozrejme, držať sliepkly na takom malom priestore dlhodobo nemusí byť pre sliepkly pohodlné, preto sa oplatí investovať do voliéry, alebo sliepkly vypúšťať do záhrady. Prípadné zvýšené náklady na ohradu pre sliepkly sa vrátia v podobe samostatného pasenia. Znamená to, že veľké percento potraviny si sliepkly zaistia samé a k tomu si zacvičia. Jedná sa najmä o bielkovinový zložku potraviny, ktorú si dopĺňajú prostredníctvom zberu hmyzu a dážďoviek. Takéto voľne vypustené sliepkly netreba dokrmovať zmeskami. Jedine v zime, keď hmyz a dážďovky nie sú dostupné. V prípade pasenia treba dávať pozor najmä na vysadené záhony. Niežeby sliepkly lákala zelenina (hoci dozretými plodmi tiež niekedy neohrdnú). Sliepkly v mäkkej hline záhonov začnú hľadať svoju dávku bielkovín v podobe dážďoviek a hrabaním zničia zeleninu. Naopak, je vhodné vypúšťať sliepkly do záhonov najmä na jeseň po zbere úrody. Postarajú sa totiž o prirodzené hnojenie. Ostatne, hnojivo poskytujú aj pri čistení kurína.

KRÁLIKY

Ak vám nechutia slepačie vajíčka ale produkcia prirodzeného hnojiva je pre vás zaujímavá, zaujímavé pre vás určite budú aj králiky. Tie produkujú hnojiva naozaj dosť. A popri tom samozrejme aj veľmi hodnotné zdravé mäsko. Len sa pozrite na ceny králičieho mäsa v supermarketoch!

Králiky v oblúbenosti brzdia len dve skutočnosti. Na rozdiel od sliepok či inej hydiny sa zvyčajne nekupujú mladé, aby za sezónu dorástli. Králiky sa kupujú ako dospelé zvieratá na rozmnožovanie. Treba teda zvládnuť viac z umenia chovu týchto zvierat ako len kŕmenie. Na druhej strane nie je rozmnožovanie králikov žiadna raketová veda. Domáce králiky ponechané svojmu osudu sa dokážu rozmnožovať aj samé, dokonca aj po úteku do voľnej prírody. Druhým problémom zvykli bývať choroby králikov, ktoré kedysi decimovali chovy. Tie však už nie sú takými strašiacimi ako bývali. Skúsený chovateľ si poradí a neskúsený sa poradí.

Králiky sú teda často ako hospodárske zvieratá neprávom prehliadané. Pritom sú to milé zvieratá, ktoré hlukom nerušia susedov a neulietavajú. Na chov vyžadujú minimum miesta a celkovej starostlivosti.

Niektoré plemená zdobných králikov je možné chovať ako domácich maznáčikov a niektoré sú zdrojom vlny.



PREPELICE

Ak uvažujete o kúpe tohto veľmi nenáročného druhu hydiny, vyberajte si mladé japonské prepeličky do veku 6 týždňov. Sú tesne pred začiatkom znášky a dá sa rozoznať ich pohlavie. Prepelice staršie ako rok nekupujte, ich znáška klesá. Jedná sa o drobné zvieratko, ktorému stačí k životu doslova väčšia polica. Je síce možné chovať ich aj vo voliérach, ale najlepšie sa cítia v klietkach. Pre prepelice klietka nie je trestom, ale doslova nevyhnutnosťou. Jedná sa totiž o maličké vtáčiky, pre ktoré je už potkan veľmi nebezpečný dravec. Okrem toho pri vyplašení prepelice inštinktívne vyletujú nahor a vyššia voliéra pre prepelice znamená riziko úrazu. Rovnako nebezpečné môže byť pre prepelice pletivo s väčšími okami. Stačí, že si cezeň prepchajú hlavu a ľahko sa zadusia. Správnu klietku pre prepelice je veľmi jednoduché kúpiť alebo si vyrobiť doma svojpomocne.

Prepelice vyžadujú v potrave veľké množstvo bielkovín. Najjednoduchšie je preto kŕmiť ich špeciálnym krmivom určeným pre prepelice.

Trus prepelíc obsahuje veľké množstvo amoniaku a výrazne páchne. Hygiena chovu je preto nevyhnutná rovnako ako umiestnenie chovnej klietky v dobre vetranom priestore. Pre prepelice je ideálna nižšia izbová teplota. Vhodne je umiestniť klietku v garáži či pivnici. Aj preto, že nesmú byť vystavené nízkym teplotám. Prepelice sa za starostlivosť odmenia vajíčkami, ktoré sú síce drobné, ale je ich veľa. Až 250-300 ročne od jednej prepelice.



VČELY

Včelárstvo vo veľkom vyžaduje veľa času. Ale jeden či dva úle kdesi na záhrade nevyžadujú takmer žiadnu starostlivosť.

Dokonca sa dá povedať, že čím menej sa o včely človek stará, tým sú pokojnejšie a môžu sa venovať svojej práci - teda opeleniu, výrobe medu a vosku. To ale neznamená, že nepotrebujú starostlivosť vôbec. Včely nepotrebujú každý deň nakŕmiť a napojiť ako bežné domáce zvieratko. Zvyčajne sa jedná o kontrolu úľa skôr na mesačnej báze a pár nárazových prác ročne, napríklad vytáčanie medu a zazimovanie. Starostlivosti síce netreba mnoho, musí však byť odborná. Preto pred zakúpením včelstva odporúčame zúčastniť sa včelárskeho kurzu alebo (možno ešte lepšie) osloviť včelára v okolí a nechať sa zaškoliť do včelárskeho umenia. Známosti zároveň znamenajú, že ak sa rozhodneme kúpiť si včely, je väčšia šanca dostať sa k zdravej včelej rodine. Choroby včiel sú totiž rozšírené a hoci sa proti nim dá bojovať, zvíťaziť sa nedá. To je ďalší dôvod, prečo sa treba o včely naučiť správne starať. K nákladom na zabranie si včelstva treba pripočítať náklady na základné včelárske vybavenie. Aj keď sa môže podariť nakúpiť časť vybavenia lacnejšie, treba počítať s tým, že náklady naň zrejme presiahnu náklady na samotné včelstvo. Odmenou je okrem úžasného pocitu ovládania čohosi, čo len tak niekto neovláda aj vynikajúco opelená záhrada a 10 kilogramov vlastného bio-eko-medu ročne. A to nie je zanedbateľná odmena.



Môže sa vám hodiť



Voliéra



Kompostér



Napájačka



Krmítko

AKUMULÁTOROVÉ NÁRADIE **INGCO**

NOVINKA NA SLOVENSKOM TRHU

Náradie INGCO všetkého druhu máme v Kinekuse radi. Vďaka overenej kvalite použitých materiálov, ergonómii a premysleným riešeniam si ich oblúbili aj naši zákazníci.

Najmä, keď je vynikajúca kvalita spojená s veľmi prijateľnou cenou.

Malá kopa pýta viac a dobré treba rozvíjať. Len nedávno sme predstavili prvé lastovičky v sortimente elektrického náradia INGCO a dnes tu máme ďalšie novinky. Tentoraz prvé lastovičky v sortimente akumulátorového náradia. Celý sortiment akumulátorového náradia značky INGCO obsahuje niekoľko desiatok typov. To umožňuje kompletne sa vybaviť dielenským a záhradným náradím a používať len jednu či dve batérie.

NOŽNICE NA ŽIVÝ PLOT

Poznáte ten pocit. Aj by ste radi mali živý plot, ale viete, že ho treba strihať. Ručné nožnice sú síce fajn, ale na viac ako päť metrov plotu si už treba zaobstaráť elektrickú výpomoc. Ibaže ak sú elektrické nožnice na bežných 230 voltov, bude treba aj predlžovačku a aspoň jedného asistenta. Inak práca nepôjde od ruky. S akumulátorovými nožnicami nemusíte mať tieto starosti. Batéria vydrží dosť, čepeľ je dlhá 45 centimetrov a zvládne strihať konáre až do hrúbky 18 milimetrov. Od dnes je starostlivosť o živý plot hračkou!



VYSOKOTLAKOVÝ ČISTIČ

Hnevá vás flak na fasáde? Alebo chcete očistiť kamenný chodník od rias? Ibaže jedno aj druhé je na druhom konci záhrady? A ťahať tam vysokotlakový čistič by znamenalo desiatky metrov hadice a predlžovačky? S vysokotlakovým čističom na batérie tieto starosti padajú. Teda až na tú vodu, tú privezť treba. Ale v prípade núdze je možné použiť aj PET fľašu. Batériový čistič je skutočná wapka v kompaktnom balení. Dokáže vytvoriť tlak takmer 25 barov. Samozrejmosťou je pridávanie saponátu na tvorbu peny a šesť možností nastavenia trysky. A to by už musela byť iná nečistota, aby sa nedala očistiť!

ZÁHRADNÝ FUKÁR

Jeseň je už tu a azda nič na nej nie je krajšie, ako lístie hrajúce všetkými farbami. Horšie je, keď tieto listy začnú padať a ešte horšie je ich upratovať. Tu môže byť veľkým pomocníkom fukár s bezuhlíkovým motorom. Jeho otáčky dokážu vystúpať až na 15-tisíc za minútu a odfúkne až 8,5 metra kubického vzduchu. A samozrejme všetko lístie, ktoré je v ceste. Rýchle a účinné. Žiadne hrabanie zas a znova dookola!



PÍLKA

Tento nástroj je sen každého záhradníka a ovocinára zvlášť. Malá ale výkonná ručná motorová píla. Hoci má lišta dĺžku len čosi cez 15 centimetrov, dokáže sa do dreva poriadne zahryznúť. Stačí doliať olej (veď je to reťazová píla) a vložiť batériu. Orezávanie konárov, ktoré bolo dlhou a vyčerpávajúcou prácou, je už minulosťou. Všetku námahu zoberie na seba elektronika.

REŤAZOVÁ PÍLA

Komu sa šesť palcov reťazovej lišty máli, môže sa rozhodnúť pre dvojnásobne dlhú 12 palcovú reťazovú pílu. Bezuhlíkový motor dokáže túto pílu hnať do 4500 otáčok za minútu. Je vybavená štandardnou bezpečnostnou brzdou. Všetky akumulátorové výrobky INCO spája okrem tradične neprekonateľného pomeru ceny a výkonu aj napätie akumulátora 20 voltov. V základe sa budú náradia predávať ako kity, čiže spolu s batériou a nabíjačkou. Samozrejme, že bude možné kúpiť jednotlivé náradie aj samostatne, bez batérie. Alebo naopak, v prípade potreby dokupovať len akumulátory a nabíjačky. Veď krása sád akumulátorového náradia je práve v tom, že stačia dve batérie, ktoré je možné točiť a nabíjať dokola. A je možné používať ich vo všetkých náradiah.

Veríme, že novinky budú na slovenskom trhu úspešné a sortiment sa bude ďalej rozširovať. Časom možno pribudnú batériové záhradné kliešte, kompresor na fúkanie kolies, prípadne iné vychytávky. V každom prípade sa už tešíme na ďalšie novinky od obľúbenej značky INCO.



Jeseň v záhrade

Jeseň je obdobie, keď sa záhrada pripravuje na chladnejšie mesiace a zimné obdobie. Je to čas, kedy sa vykonáva mnoho dôležitých prác, aby sa zabezpečil bezproblémový prechod záhrady do zimného spánku a zdravý rast rastlín v nasledujúcej sezóne. V nasledujúcom texte sa zameriame na niektoré z najdôležitejších jesenných prác.



PODLA potreby si môžete prispôbiť harmonogram prác vášmu vlastnému časovému rozvrhu, konkrétnym požiadavkám a samozrejme počasiu.

Prvou dôležitou úlohou je **zber ovocia a zeleniny**. Jesenné obdobie je časom, kedy dozrievajú mnohé plodiny. Veľkú väčšinu je potrebné mať v bezpečí „pod strechou“ pred prvými mrazmi. Ovocie ako jablká, hrušky či slivky by mali byť zozbierané a uložené v suchu a chlade. Aj hnilé a plesnivé plody by mali byť odstránené z konárov aj z pôdy a zlikvidované, aby sa zabránilo šíreniu nákaz do budúceho roka. Zelenina by mala byť vykopaná a skladovaná podľa potreby.

Jeseň je čas **orby a rýľovania**. Ešte pred týmito prácami vyčistíte voľné pole po zbere úrody a vyzbierajte všetky rastliny, ktoré tam nemajú čo hľadať. Lepšiu možnosť na elimináciu burín počas roka nedostanete. Vyzbierajte čo najdôkladnejšie všetko, aj časti rastlín.

Ďalšou dôležitou úlohou v príprave pôdy je hnojenie. Organické hnojivá, ako kompost alebo dobre rozložený hnoj, by sa mali pridať do pôdy, aby sa zlepšila jej štruktúra a zvýšila jej živinová hodnota pre rastliny. Týmto spôsobom sa zabezpečí, že pôda bude mať dostatok živín pre nasledujúcu sezónu a rastliny budú v pôde dobre prosperovať. Hnojenie je rovnako ako zber a likvidáciu buriny vhodné vykonať pred orbou či rýľovaním.

Ďalšou dôležitou jesennou úlohou je **výsadba nových rastlín**. Je to najlepší čas na výsadbu stromov, kríkov a trvaliek. Myslite na to, že rastliny by mali mať pred príchodom mrazov dostatok času na zakorenenie. Výsadba pred zimou zaistí, že rastliny budú pripravené na rýchlejší rozbeh rastu v nasledujúcom roku. Ak nie je jeseň daždivá, pri výsadbe nových rastlín je dôležité zabezpečiť dostatočné množstvo vody, aby sa rastliny mohli dobre zakoreniť. Či už je daždivo alebo nie, je vhodné zasadenú rastlinu riadne zaliať. Až tak, aby sa okolo koreňov vytvorilo riadne bahno. Voda sa síce stratí a bahno prestane byť bahnom, vďaka čomu





dôjde k dôkladnému prepojeniu koreňov rastliny s pôdou. Nebudú okolo nich žiadne vzduchové bubliny, ktoré by mohli v pôde zostať, keby sme rastlinu zasadili len tak, bez riadnej zálievky.

V našich zemepisných šírkach je dôležitou jesennou činnosťou aj **ochrana pred mrazmi**. Najmä niektoré v ostatných rokoch dovážané a vysádzané druhy okrasných rastlín nie sú dostatočne odolné voči teplotám, ktoré u nás vládnu v januári. Toto napokon platí aj pre niektoré tradičné ovocné druhy. Niektoré treba chrániť celé, iným stačí chrániť spodnú časť kmeňa a koreňovú sústavu. Či sa už rozhodneme pre prekrytie citlivých rastlín bielou netkanou textíliou, jutou, papierom alebo čečinou, dôležité je jedno. Vždy zakrývajte rastliny materiálom, ktorý prepúšťa vodu. V opačnom prípade sa ľahko môže stať, že okolo chránenej rastliny vytvoríte ľadový obal. Vynikajúcim a lacným spôsobom ochrany je aj natieranie ovocných stromov vápenným mliekom. Stačí očistiť kôru od suchých častí a pomocou štetca či štetky naniesť vápenné mlieko na kmeň a hrubšie konáre. Mlieko po zaschnutí odráža slnečné lúče, čím zabrzdí prehrievanie stromu a vystupovanie miazgy do kmeňa a konárov. Pri nočných mrazoch potom nedochádza k poškodzovaniu stromov.

Nevyhnutná je tiež **jesenná údržba trávniku**. Začiatkom jesene je vhodné vykonať vertikuláciu trávniku, najmä ak kosenú trávu mulčujete a nechávate v trávniku. Pred záverečným kosením je vhodné trávnik nechať vyrásť na vyššiu ako bežnú výšku a potom ho skrátiť na 4 až 5 centimetrov. Záverečné kosenie je dobré vykonať už s čerstvo nabrúseným nožom na kosačke. Ostré rezy poškodia trávnik menej. Toto kosenie môžeme vykonať relatívne neskoro, až na prelome októbra a novembra. Dôležité je aj vyhrabať z trávniku všetky odumreté trávy a spadnuté listy. Tak zabezpečíme, že trávnik bude mať dostatok slnečného svetla a nebudú sa v ňom vytvárať hnilobné škvrny. Na konci jesene je tiež vhodný čas na aplikáciu špeciálnych trávnikových hnojív, ktoré mu pomôžu prežiť zimné obdobie a prebudí sa vo vhodnom čase na jar. Tieto jesenné hnojivá obsahujú menej dusíka viac draslíka. Ak sa na trávniku vyskytujú holé miesta, jeseň je vynikajúci čas na ich doplnenie. Stačí na to trávové semeno, ktoré pomocou hrablí zapracujeme mierne pod povrch. Ak vďaka predpovedi počasia vystihneme daždivé počasie, nemusíme čerstvo zasiate plochy ani polievať.

Keď sa postaráme o záhradu, je čas venovať sa aj náradíu. Lepší čas na práce v dielni ako sychravé jesenné počasie azda ani neexistuje.

Na konci jesene môžeme očistiť všetky záhradné nástroje. Samozrejmosťou je oprava všetkých poškodených kusov náradia. Výmena vykývaných rúčok pôjde každému

majstrovi rýchlo od ruky. Brúsenie náradia takisto nie je komplikované. Pri väčšine si vystačíme s pilníkom, prípadne použijeme brúsku. Stolová brúska s dvoma rôzne "hrubými" kameňmi je ideálna. V núdzi však pomôže aj brúsny kotúč na uhlovej brúske. Aby náradie v zime nezhrdzavelo a nemuseli sme ho znova brúsiť na jar, môžeme ostria potrieť olejom. Príliš poškodené nástroje radšej vymenme za nové. Práca s nimi pôjde isto lepšie od ruky a nového náradia je naozaj dostatočný výber. Dobrým zvykom začína byť aj dezinfekcia nástrojov, ktoré prichádzajú do styku s tkanivami rastlín. Pílky, nožnice a nože po dezinfekcii neprenesú prípadné zárodky chorôb do dreva v budúcom roku. Kedysi sa dezinfekčné prostriedky zháňali pomerne komplikovane, dnes si vystačíme so Savom. Nezabudnime však dezinfekčný prostriedok po použití z ostria zotrieť a ostrie ošetriť proti korózii.

Je to iba malý prehľad niektorých dôležitých jesenných prác v záhrade. Každá záhrada je jedinečná a môže si vyžadovať špeciálnu starostlivosť. Dôležité je pamätať na pravidelnú údržbu, pretože to zabezpečí zdravý rast a pekný vzhľad vášho záhradného priestoru v každej sezóne.



Môže sa vám hodiť



Rýľ



Hrable



Záhradný vozík



Jesenné hnojivo na trávnik



Kinekus Žilina

**STARÁ PREDAJŇA
JE TERAZ ÚPLNE NOVÁ
a bez jediného dňa výluky**

V niekoľkých predchádzajúcich číslach K-magazínu sme prinášali obrázky z postupného budovania priestorov predajne Kinekus na Kamennej ulici v Žiline. V súčasnosti je už predajňa v plnej prevádzke. Vlastne, ona bola v plnej prevádzke bez prestávky a zároveň sa stavala nanovo od základov. Chcete vedieť, ako je to možné? Túto otázku (a aj nejaké ďalšie) sme položili Štefanovi Súkeníkovi, zakladateľovi a konateľovi spoločnosti Kinekus.



Aká je história predajne na Kamennej ulici v Žiline?

História predajne je veľmi bohatá. Sen mať veľkú maloobchodnú predajňu vo mne driemal veľmi dlho. Kinekus mal pôvodne predajne po dedinách a neskôr prevzal od banky železiarstvo priamo v Žiline. To už bol veľký pokrok, ale priestorový problém zostal. Predajňa bola síce dlhá, ale užská, pre obchod nevhodná. V roku 2000 sme odkúpili a upravili do formy predajne halu na Kamennej ulici.

Dovtedy sme mali predajne s rozlohou 50 až 120 metrov štvorcových a táto mala 800 metrov štvorcových. Keď sme dokončili rekonštrukciu, dívali sme sa do predajne a hovorili si: „Prepánakráľa, čo dáme na tú obrovskú plochu?“ Neprešli ani tri mesiace a už sme sa pýtali: „A toto kam dáme? Veď už nie je miesto.“

Je táto predajňa pre Kinekus nejako zvlášť dôležitá?

Dokázali sme zákazníkom zabezpečiť celý sortiment v jednej budove. Nemuseli behať po viacerých špecializovaných obchodoch. Sortiment „od lyžičky po stavebnú miešač-

ku“ sme mali na jednom mieste a to ľudí veľmi potešilo. A samozrejme aj to, že sme sa ho snažili predávať za čo najlepšie ceny. Táto predajňa sa stala našou vlajkovou loďou. Testovali sme na nej aj nové výrobky a podobne. Keď sme chceli doviezť nejakú novinku pre veľkoobchod, bolo vždy lepšie, keď ju najskôr videlo čo najviac zákazníkov. A to sa dialo práve na Kamennej ulici v Žiline.

Ako vznikla idea prebudovať túto predajňu?

Myšlienka teda mala svoj vývoj a realizácia trvala dlho. Dostať sa cez úrady so všetkými vyjadreniami a povoleniami (pričom projekt sme „za jazdy“ menili), chce čas. Prvé štúdie sú z roku 2015, ale reálne sme so stavbou začali až v roku 2021. Vtedy sme dostali stavebné povolenie.

Na Kamennej sme z dvoch strán blokovaní komunikáciami a vysokým napätím, ktoré blokuje zvyšné dve strany. Smerové rozšírenie teda neprichádzalo do úvahy. Možnosťou bolo budovu zvýšiť. Žiaľ, pôvodná hala bola jednoduchá plechová budova a základy nemali dostatočnú únosnosť. Tak nás napadla jednoduchá myšlienka: Zbúrať a postaviť nanovo. Týmto som roz-

viazal ruky architektov, takže mohli začať vymýšľať aj iný objekt, než len vylepšený pôvodný. Zároveň sme ho mohli ináč tvarovať a lepšie využiť priestor

Kto navrhol dizajn predajne a kto stavbu realizoval?

Najprv sme spolupracovali s viacerými architektami. Nakoniec sme zostali spolupracovať s architektom Petrom Bohušom z Dora Design Studia. Okrem iného nás presvedčil tým, že dokázal urobiť verné vizualizácie ešte neexistujúceho objektu. Z hľadiska vnímania zákazníka povýšil objekt na viac ako len plechovú kocku alebo kváder. Po viacerých sporoch ohľadom nákladov som ustúpil jeho predstavám. Vzhľadom na rozpočet bola rekonštrukcia zaujímavá aj pre veľké stavebné firmy ako napríklad Metrostav, Skanska a podobne. Keď sa zoznámili s podkladmi a zistili, že bude treba objekt búrať aj stavať za prevádzky maloobchodu, šesť firiem rovno vycúvalo, pretože na to nemali smernice a postupy. Ako dodávateľa sme vybrali firmu Stavizol. Presvedčil nás kvalitou prác na referenčných objektoch a tým, že naozaj rozumejú strechám a izoláciám.

Ako prebiehala rekonštrukcia chronologicky?

Rekonštrukcia bola veľmi zaujímavá. Naozaj sme dokázali zákazníkov ochrániť pred stavbou. Najskôr sme zbúrali všetky vonkajšie prístrešky a zákazníkov sme do predajne smerovali akýmsi tunelom. Následne sme vedľa fungujúcej predajne postavili novú dvojpodlažnú budovu a sprevádzkovali sme všetky technológie tak, aby sme mohli fungovať v zime. Zároveň sme vybudovali dočasné steny medzi novou a starou časťou. Počas inventúry sme potom presťahovali predajňu zo starej do novej časti. Takže naozaj nebola predajňa kvôli stavbe zatvorená ani deň. Po presťahovaní predajne do novej časti s novým vchodom a eskalátormi sme zbúrali starú časť a začali sme ju budovať nanovo. Nakoniec sa zrušili dočasné steny a interiéry sa prepojili.

Zostalo na stavbe niečo z pôvodnej budovy?

Aj keď sme mysleli, že niektoré steny budeme môcť ponechať v novom projekte, nemohli sme to urobiť. Ukázalo sa, že pôvodný objekt mal príliš plytké základy a tie by neudržali taký veľký a ťažký objekt. Mu-



seli sme všetko zbúrať až do základov. Neostal ani kameň na kameni.

Čo všetko je na predajni zaujímavé?

Predajňa pôsobí vzdušným dojmom, je tam veľmi pekné átrium s presklením cez obe podlažia. Projekt postupne dozrieval. Nebol robený narychlo ani najlacnejšie. Na objekte je vymyslené napríklad špeciálne rámovanie okien, osvetlenie. Na Kamennej ulici je väčšinou betón a plech, pričom naša budova má zelenú strechu.

Eskalátory sú tiež myšlienka, ktorú som prijal po dlhom vnútornom boji. Máme totiž viacero prevádzok, ktoré majú viac poschodí. Preto sme tento objekt vybavili hneď na začiatku eskalátormi. Je to totiž stavebný prvok, ktorý nie je možné namontovať dodatočne.

Vyskytli sa počas stavby nejaké problémy?

Problémov sme mali veľmi veľa, ale riešili sme ich. Vznikli tak niektoré originálne

riešenia. Napríklad svietiaci nápis na streche je možné v prípade opráv sklápať. Nie je preto nutné objednávať plošinu a blokovat premávku na frekventovanej ulici. Podobne vzduchotechnika na streche je vyrobená na mieru tak, aby pri pohľade zdola nepútala pozornosť. Takisto riešenie prepojenia dvoch častí budovy je vyrábané na mieru tejto budove. Nemohli sme použiť štandardné spojenie na okrajoch nosníkov, pretože sme počas zimy museli mať novú budovu krytú pred počasím. Perličkou je, že hoci sme mali na výkresoch všetko do detailov rozpracované, až keď sme dokončovali prvú etapu, zistili sme, že na podlaží jedna plocha nemá fyzické spojenie so zvyškom predajne. Vytvorili sme preto ad hoc spojenie dočasným mostíkom.

Každá situácia má riešenie, ale toto riešenie musí vzniknúť v niečej hlave. Takže sa považujeme za pilotov, ktorí vyskúšali niečo nové.

BAŤA AKO INŠPIRÁCIA

Starostlivosť o telo

V predchádzajúcom texte o pravidlách Tomáša Baťu sme sa venovali dôležitosti úsmevu, ale aj starostlivosti o telo. Spomenuli sme pravidlo 8-8-8, čiže rozdelenie dňa na pracovnú časť, časť venovanú rozvoju a časť venovanú spánku. A práve spánkom (verím že nie nad čítaným textom) začneme dnešnú rozpravu inšpirovanú myšlienkami Tomáša Baťu. Budeme sa venovať aj ďalším príjemným záležitostiam, napríklad jedlu.

SPÁNOK

Spánok považoval Tomáš Baťa nielen za nevyhnutnú súčasť života, ale aj za kľúčový element zdravej regenerácie organizmu. Preto bol súčasťou Baťovskej firemnej kultúry aj tzv. spánkový audit. Veru, vyhodnotenie a možnosti zlepšenia sa týkali aj spánku.

Pre mnohých bude možno prekvapením, že nie je dobrým zvykom chodiť spať, až keď sme úplne vyčerpaní. Vyhýbajme sa pred spánkom fyzicky aj intelektuálne náročným aktivitám. Spánku nepomôže, ak „prepne-
me“ z aktivity priamo do oddychu. Na spánok by sme sa mali pripraviť prerušením ak-

tív a to aspoň hodinu a pol pred spánkom. Rovnako miesto na spanie by malo byť pokojné. V dnešnej dobe zvlášť platí, že by malo byť mimo dosahu neustále cinkajúceho smartfónu. Ak máte v smartfóne aj svoj budík, nevadí. Moderný telefón má aj nastavenia, ktoré ho v dopredu nastavenom čase prepnú do režimu nočného pokoja. Budík teda bude fungovať, ale z nočného stolíka sa nebudú počas noci ozývať notifikácie.

Na zdravý spánok nezabúdajme ani v čase dovolení a sviatkov. Posun spánku nám sťažší návrat do bežného života. Druhým dôvodom je, že lepší oddych ako spánok

neexistuje. Čas, ktorý sme mali využiť na spánok, ale nevyužili sme ho, už späť nezískame. Čiže stratený čas nedospíme. Prítom kvalitný spánok trvajúci osem hodín môže zvýšiť pracovný výkon až o tridsať percent.

JEDLO

V dnešnej dobe relatívneho blahobytu je jedlo na jednej strane azda až príliš velené. Stačí sa pozrieť na všetky možné relácie o varení či zdravom stravovaní. Na druhej strane je pre nás jedlo úplnou samozrejmosťou, nad ktorou sa často a na vlastnú škodu ani nezamýšľame. Za časov Tomáša Baťu to tak pre mnohých nebolo. Preto Tomáš Baťa odporúčal prežívať vnútornú vďačnosť za jedlo. Jednak preto, že je zdrojom energie a výživových látok pre telo. Ale aj preto, že spoločné stolovanie pomáha budovať medziľudské vzťahy v rodine aj na pracovisku.

Baťovské pravidlo preto znelo, že ideálne raz denne by sme mali stolovať so svojím partnerom a deťmi. Ak to nie je možné, minimum je dvakrát týždenne. Rovnako by sme mali každý deň aspoň jedno stolovanie denne vedome s niekým zdieľať.

Spoločné stolovanie je zároveň vynikajúce na budovanie spoločných rodinných rituálov a teda spojenie rodiny. Čo sa týka kvality a kvantity samotného jedla, Baťa vyznával zásadu, že v jedle má byť rozoznateľné, z čoho je pripravené. Čiže žiadne super-spracované potraviny. Ostatne, proti nim broja aj moderní výživoví poradcovia. Čo sa



týka objemu, základom bola striednosť. Tá sa dosahovala okrem iného tým, že sa jedlo pravidelne. Keď si telo jedlo už pýta, je na pravidelnosť a striednosť neskoro. Zvyčajne totiž v stave hladu zjeme viac ako je potrebné. Nesmieme zanedbávať ani pitný režim.

A nezabúdajme na to, že jedlo je polovica zdravia.

Baťa bol priaznivcom výdatných raňajok. Či už to boli americké raňajky založené na ovsených vločkách, jogurte a oreškoch, alebo výdatné anglické raňajky. Naopak, ľahké raňajky založené na bielej káve a pečive považoval za nedostatočné pre pracujúceho a tvoriaceho človeka. Jeho heslom bolo: „Radšej prísť neskoro, ako vynechať raňajky.“

VZHĽAD A POHYB

So starostlivosťou o telo úzko súvisí aj starostlivosť o vzhľad. Základom úspechu je totiž zdravé sebavedomie. Na každom človeku je vidieť, ako sa cíti a ako sám seba vníma. Nájst si čas na seba aj v oblasti vzhľadu a oblečenia je služba sebe aj druhým. Upravený zovňajšok by nemal byť cieľom, ale prostriedkom, aby sme sa cítili dobre. A ako rozoznať, či sa nejedná o márnivosť? Márnivosť začína, keď sa staneme otrokmi vzhľadu. Zodpovednosť za samého seba sa však prejavuje vtedy, keď sa o svoj vzhľad staráme, lebo sa chceme cítiť dobre. To, ako vyzeráme, je našou súčasťou. Síce to nie je stredobod svetového diania, ale vzhľad nás definuje v očiach druhých.

Pracovné prostredie vplýva na pracovný výkon. Vzhľad a odev sú naším osobným prostredím. Ohľadom športu mal Tomáš Baťa veľmi jednoduché pravidlo: Vďaka športu lepšie vyzeráte a zároveň víťazíte sami nad sebou. Prečo teda stále odkladáme zdraviu prospešný šport, ktorý nás ani nemusí stáť veľké financie? Pretože cena nie je stanovená v peniazoch, ale v odhodlaní a pevnej vôli. Baťa si na športujúcich pracovníkoch cenil nielen viditeľnú energiu, ktorá vyplývala z prekonávania nechuti a vytrvalosti. Ľudí, ktorí sa venovali športu pravidelne mal rád preto, že to boli ľudia s vysokou mierou vnútornej vôle.



“ Pravidelný pohyb je jedným z prvkov životnej rovnováhy. Bez ohľadu na to, či človek pracuje fyzicky alebo skôr mentálne. Šport sa po istom čase prejaví aj na vzhľade. To zasa prispieva k zdravému sebavedomiu, ktoré potrebuje každý z nás. ”

Preto odporúčal nerozmýšľať a so športom hneď začať. Ako všetko, aj pohyb mal byť pevne naplánovaný. Aj dnešní tréneri vedia, že bez plánu človek rýchlo prestane cvičiť. Starosti bežných dní prehlúšia odhodlanie. Začiatky pohybovej aktivity nemali byť prudké. Dvadsať minút pohybu dva alebo trikrát týždenne však zvládne každý. Na úplný začiatok stačí ako pohyb aj vychádzka či domáci strečing. Dôležité je začať a vytvoriť si návyk. Počas úvodného polroka stačí naozaj pohyb dva až trikrát týždenne po dobu dvadsať minút. Druhý polrok už môžeme cvičenie predĺžiť na tri polhodinky týždenne. Po-

čas ďalšieho roka môžeme k pravidelnému cvičeniu pridať znova po desať minút. Takto postupne sa dopracujeme k trom hodinám pohybu, resp. cvičenia týždenne. Pravidelný pohyb je jedným z prvkov životnej rovnováhy. Bez ohľadu na to, či človek pracuje fyzicky alebo skôr mentálne. Šport sa po istom čase prejaví aj na vzhľade. To zasa prispieva k zdravému sebavedomiu, ktoré potrebuje každý z nás.

Keďže téma starostlivosti o telo je veľmi rozsiahla, budeme sa jej v našom seriáli inšpirovanom myšlienkami Tomáša Baťu venovať aj na budúce.

PRÍĎTE SI PO VÝHRU!

VÝHERNÉ DNI KINEKUS POKRAČUJÚ

Ani v lete sme nezaháli a pre našich zákazníkov sme pripravili Výherné dni v Žiline, Trenčíne, Prešove, Poprade, Prievidzi a Nitre. Toto jedinečné podujatie, plné darčkov, cien a súťaží, je určené pre zábavu celej rodiny. Atmosféru výherných dní si môžete vychutnať v nasledujúcom fotoreporte.







Varíme lekvár

Príprava slivkového lekváru je tradičným spôsobom konzervovania sliviek, ktoré sú vo veľkom množstve dostupné počas letných a jesenných mesiacov. Sladký a aromatický lekvár je obľúbeným doplnkom do koláčov a dezertov. Preto je dobré vedieť, ako sa správne pripravuje, aby bol lekvár chutný a dlho vydržal.

B OHUŽIAL, podobne ako mnoho iných schopností, je aj domáce varenie lekváru dnes už skôr spomienkou pamätníkov, ako prácou, ktorú by sme robili bežne. Môže za to ústup od pestovania sliviek, spôsobený náchylnosťou našich pôvodných odrôd na choroby, najmä šárku. Táto vírusová choroba ničí úrodu ale napáda aj celé stromy. Nečudo, že ak malo byť výsledkom pestovania sliviek len

predčasne opadané ovocie a starosti s ním spojené, rozhodli sa pestovatelia pre jediné logické riešenie - pestovanie sliviek opustili. Život však ide ďalej a nezastavuje sa ani vývoj v ovocinárstve. Vírusové ochorenie šárkou sa síce nepodarilo zlikvidovať, ale podarilo sa vypestovať odrody sliviek, ktoré sú voči šárke tolerantné. Znamená to, že úroda sliviek bude síce menšia, ale bude. A stromy sa nebudú šárkou trápiť až kým nezahynú. Najnovšie existujú aj hypersenzitívne odrody, ktoré dokážu vírusu šárky zabrániť v šírení tým, že napadnuté miesta izolujú. A to je veľká nádej pre milovníkov domáceho lekváru.

AKO NA TO?

Kedysi sa lekvár varil vo veľkých kotloch vonku. Slivky sa spracovávali v desiatkach kilogramov naraz. Keďže sa jednalo o jednu z mála prísad do tradičných koláčov a jedál, pripravovalo sa ho veľa, dokonca veľmi veľa. Dnes sú nároky na množstvo lekváru menšie, preto aj recept bude na desať kilogramov sliviek. Na jeho varenie nám teda postačí veľký hrniec a varecha. K tomu aj množstvo trpezlivosti, pretože len pomaly uvarený lekvár je lahodne sladký. Ten rýchlený chutí horko. Slivky na lekvár by mali byť čo najmäkšie. Môžeme ich obrať zo stromu, alebo pozbie-

rať popadané slivky pod stromom. Samozrejme, vyradujeme hnilé a poškodené plody. Platí, že čím mäkšie a sladšie slivky máme, tým lahodnejší bude výsledný produkt.

Na prípravu slivkového lekváru budeme potrebovať 10 kilogramov sliviek, 400 gramov kryštálového cukru. Pre lepšiu arómu môžeme pridať aj trošičku škorice. Nemusíme to preháňať, jedna čajová lyžička bude tak akurát.

Slivky odstopkujeme, umyjeme a odkostkujeme. Pripravené slivky môžeme pomlieť na obyčajnom starom mäsovom mlynčeku. Urýchli to proces varenia. Použiť môžeme samozrejme aj mixér.

Pomleté slivky dáme do hnca. Vyberieme si ten najširší, aký doma máme. Pomalé varenie sliviek sleduje jediný cieľ - odpariť z nich čo najviac vody. A to sa v širokom hrnci podarí rýchlejšie ako v úzkom. Má totiž väčšiu plochu na odpar. Slivky varíme pomaly, pomaličky a neustále miešame. Zmes je zdanlivo hustá už na začiatku a rýchlo sa na dne pripáli. Ak sa pripáli, už to nezachránime ani pridávaním cukru a výsledný produkt bude mať horkú príchuť.



Ak varíme lekvár z nie celkom zreých sliviek, môžeme pridať v druhej polovici varenia aj cukor. Pri zreých až prezretých slivkách to vôbec nie je potrebné. Pred koncom varenia pridáme aj spomínanú škoricu.

Lekvár je hotový, keď sa odparia $\frac{2}{3}$ až $\frac{3}{4}$ hmotnosti. Z desiatich kilogramov sliviek nám teda zostanú 2-3 kilogramy lekváru. Hotovo je vtedy, keď sa lekvár po prejde ní lyžicou po povrchu už nezlíeva späť do masy.

Po piatich hodinách by malo byť hotovo. Preto si túto prácu nechajme na pokojný deň, prípadne si dopredu dohodnime pomoc rodiny. Stať a miešať lekvár niekoľko hodín v kuse je presne ten dôvod, prečo bolo varenie lekváru vždy akcia pre celú širokú rodinu.

Hotový lekvár lejeme do sterilizovaných pohárov. Skontrolujeme závit, aby v ňom nezostal lekvár a v prípade potreby ho očistíme. Po uzavretí otočíme poháre hore dnom a necháme 10 minút chladnúť. Keď ich otočíme, mali by viečka zostať pritiahnuté.

Za časov našich starých rodičov sa príliš nesterilizovalo. Chladnuci lekvár si v kameninovej alebo inej nádobe vytvoril odparovaním vlastnú tvrdú kôrku, ktorá ho chránila. Preto ak sme lekvár dobre uvarili, nemusíme sa báť o jeho výdrž. Na chladnom a tmavom mieste určite vydrží do ďalšej úrody.



Ak máte dostatok sliviek a veľkú rodinu, môžete skúsiť naraz variť napríklad 50 kilov sliviek presne tak, ako sa to robilo za starých čias. Nebude to žiadna strata času, pretože namiesto piatich varení po desiatich kilách budete variť len raz. Všetko, čo potrebujete, je odvaha a kotlina s kotlíkom. :-)

Slivkový lekvár je vynikajúci samostatne alebo ako prísada ku rôznym pokrmom a dezertom. Môžete si ho vychutnávať s plackami, palacinkami, jogurtom, tvarohom alebo ho použiť ako náplň do koláčov, buchiet či pečiva. Jeho chuť a vôňa sú jedinečné a neodolateľné.

Pri príprave slivkového lekváru môžete experimentovať aj s prídavkom iných ingre-

diencií, ako sú klinčeky, škoricu, zázvor alebo vanilkový extrakt. Tieto korenia pridajú do lekváru ďalšiu vrstvu chuti a vône. Môžete si tiež vyskúšať variáciu so sladkým vínom, rumom alebo iným alkoholom.

Slivkový lekvár môže byť tiež skvelým darčekom pre vašich blízkych. Stačí ho naplniť do ozdobného pohára, pridať etiketu a krásnu mašľu. Takýto domáci darček je nielen chutný, ale aj osobný a milý.

Nakoniec, varenie a konzumácia slivkového lekváru je spôsob, ako sa prepojiť s tradíciami a prírodou. Sledujete ročný cyklus ovocia a využívate jeho dar v podobe lahodného lekváru. To vám umožňuje oceniť sezónne potraviny a starostlivosť o vlastné zdravie.

..... Môže sa vám hodiť



Široký hrniec



Kotlina



Veľká varecha



Ozdobné poháre

O plávaní proti prúdu

Naša spoločnosť si zakladá na silných príbehoch jednotlivcov. A nielen dnes. Boli sme takí vždy.

Od najstarších čias radi počúvame príbehy o mocných mužoch a krásnych ženách. Prvý známy superhrdina bol Gilgameš, ale isto boli mnohí už pred ním. Len sme nemali písmo, aby sme tie príbehy vedeli zaznamenať pre budúce generácie. Svojich bájných hrdinov mali starí Gréci, Rimania a vlastne všetky národy. Aj rozprávky, ktoré nám rozprávali, keď sme boli malí, sú plné silných rytierov a šikovných hrdinov, ktorí zvládnu aj nemožné. Napríklad poraziť sedemhlavého draka. Keď sme vyrástli, pozeráme super filmy o superhrdinoch. Oni zvládnu tých drakov zabiť aj niekoľko naraz. V čom je teda problém?

STACÍ si otvoriť starú knižku s povestami a hneď sa dočítame, že nejaký stredoveký superhrdina postavil hrad či aspoň na ňom vykopal studňu. V realite jedno či druhé vybudovalo množstvo ľudí spoločným úsilím.

Tieto príbehy môžu byť inšpirujúce, ale zároveň nás klamú. Superhrdinovia akoby dokázali všetko sami. S pomocou síl, ktoré dostali do vienka odkiaľsi zvonka. Od dobrych víl, rádioaktívneho pavúka, alebo prileteli dokonali priamo z vesmíru.

Dostávame ako vzory už hotové nadľudské bytosti. Nieкто to považuje za motivujúce. Superhrdina, ktorý je od začiatku po koniec príbehu dokonalý a neprekonateľný, je však pre väčšinu divákov skôr demotivujúci. Demotivujúci v zmysle resignácie. Veď na čo sa snažiť urobiť v živote nejakú sebazdokonaľujúcu drobnosť, keď sú tu superhrdinovia, ktorí dokážu všetko.

Doba Tik-tokových videí, kde je všetko hneď a hneď dokonalé, túto mentalitu ešte zväčšuje. Ak však niečo robí majstra, tak je to každodenný vytrvalý tréning. Nie zvonka dodané či vrodene superschopnosti.

Istý samuraj v starom Japonsku bol, povedané dnešným výrazom, demotivovaný.

Samuraji boli superhrdinovia svojej doby. Mocní, vycvičení na boj do posledného dychu. Aspoň tak boli prezentovaní. On sa však vôbec necítil byť tým mýtickým bojovníkom z povestí. Naopak. Videl okolo seba podstatne silnejších a obratnejších. Raz, keď sa prechádzal popri rieke, videl v nej plávať rybu. Nerobila nič zvláštne. Len „stála“ na jednom mieste v prúde. Čiže stále prekonávala prúd. Bez veľkej námahy odolávala rýchlemu prúdeniu studenej

prekonávala prúd. Samuraj teda rovnako trénoval každý deň. Krok za krokom zdokonaľoval svoje schopnosti a plnil svoje povinnosti.

Spoznal, že sila nie je pevne daná vlastnosť, ale skôr schopnosť stále sa rozvíjať. Svaly a aj všetky naše schopnosti musíme trénovať denne. Inak ich neposilníme. Bez pravidelného tréningu dokonca ochabnú.

Skutočne silní si uvedomujú svoje nedokonalosti. Nepovažujú ich však za konečný stav. Naopak, berú ich ako príležitosť na posilnenie, sebazdokonalenie. Kto čaká, že problémy v jeho živote vyrieši nieкто iný, dočká sa len podvodu a sklamaní. Kto však čaká, že jeho vlastná námaha prinesie ovocie, má veľkú nádej, že jeho očakávanie sa splní. Kým dosiahneme superschopnosti, čaká nás dlhá, ale pokojná cesta každodenného zdokonaľovania.

Tá je v Japonsku rozvinutá vo všetkom. Aby sa nieкто mohol nazývať majstrom v akomkoľvek odbore, musí sa mu venovať aspoň 30 rokov. Môže to byť obrábanie kovov či oprava automobilov, ale aj servírovanie čaju alebo údržba záhrady. My sme zvyknutí, že sa učíme len v škole. Keď sa škola za nami zavrie, považujeme sa za hotových ľudí. Preto sa maturita nazýva maturitou. Má to byť skúška dospelosti. Časy, keď človek vystačil na

“ Skutočne silní si uvedomujú svoje nedokonalosti. Nepovažujú ich však za konečný stav. Naopak, berú ich ako príležitosť na posilnenie, sebazdokonalenie. “

vody. Zdanlivo donekonečna. A vtedy si uvedomil, že toto je cesta skutočného bojovníka. Začal trénovať rovnako, ako plávala ryba vo vode. Tá nevyskakovala nad hladinu, ani neplávala hore riekou. Len



celý život s vedomosťami zo strednej školy, sú preč už hádam storočie. Pribúdajú nové vedecké objavy, nové postupy, nové riešenia starých problémov. My sme však úplne zabudli, že rast človeka sa nekončí absolvovaním škôl. Skutočný odborník tiež rastie postupne a zdokonaľuje sa s každou úlohou, ktorú vykoná. Predstavme si, že by automechanik stále používal rovnaké vedomosti, aké sa naučil na strednej škole, ktorú skončil pred tridsať rokmi. Mohol by síce opravovať veterány, ale pre bežných motoristov by veľkou pomocou nebol. A tak je to v každom odbore. Japoncov nijako nedesí perspektíva, že sa takmer do dôchodkového veku budú stále „len niečo učiť“ a majstrami svojho remesla ich budú nazývať až tes-

ne pred odchodom do dôchodku. Pre nich nie je trápne priznať, že sa niečo stále učia a „učení z neba nespadli“.

Nebojme sa teda postupného rastu. Každodenné zdokonaľovanie samého seba či už v oblasti sebazdokonaľovania, cvičenia, vedomostí, alebo pracovných skúseností. Raz mi jeden starý majster povedal, že každý deň je vyučovací. Majster mal už takmer osemdesiat a bol legendou vo svojom odbore. Keď mu však niekto predviedol, ako môže pracovať efektívnejšie, len (skôr pre seba ako pre nás) zopakoval: „Každý deň je vyučovací“.

Na záver ešte jedno povzbudenie. Na Slovensku sa príliš nenosí byť žiakom či uč-

ňom. Bojíme sa, aby sme otázkami ne-prezradili, že sme sa zle pripravili na maturitu? Alebo že sme už od maturity čosi aj zabudli? Zrejme. Bojíme sa, že vyznieme trápne. Že otázkou odhalíme vlastnú nevedomosť.

Prestaňme sa toľko strachovať o našu domnelú dôstojnosť a nebojme sa pýtať a učiť. Nebojme sa každý deň sadnúť do pomyslenej školskej lavice a naučiť sa niečo nové. Alebo si po rokoch znova zacvičiť. Možno len o kúsok zdokonaľiť záhradku. Možností je mnoho. Ak však budeme zdokonaľovať svoj život krok za krokom bezpečne dôjdeme k cieľu. Aj cesta je totiž niekedy cieľom. Ak budeme čakať na dokonalosť, nedôjdeme nikam.

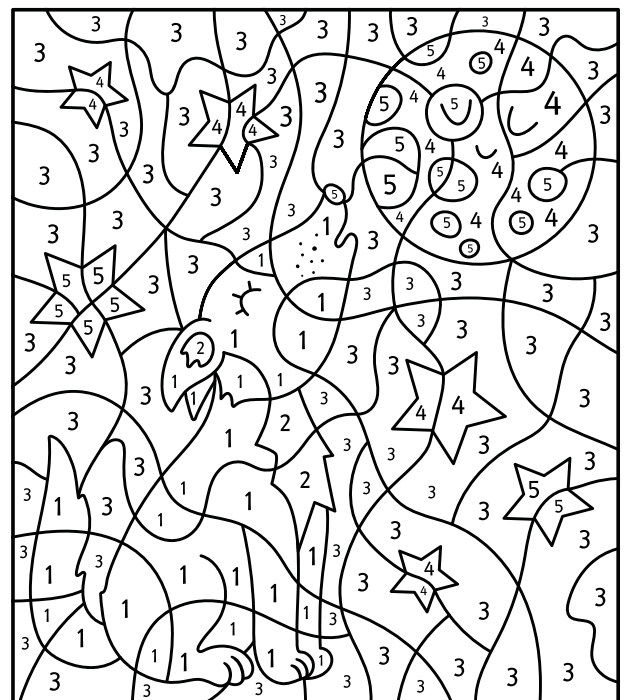
1. Nájdi 10 rozdielov.



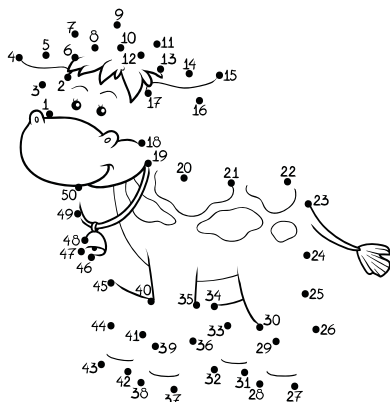
2. Ktorou cestičkou sa dostane veverička k chutnému žalud'u?



4. Vyfarbi plochy farbičkami podľa čísel. Aké zvieratko je na obrázku?



3. Pospájaj body podľa poradia. Aké zvieratko sa skrýva na obrázku?



Malý Minas Tirith

Hrad Lednica (Wikimedia – Vladimír Ruček)

Považie je lemované pásmom hradov, ktoré jasne dokazujú, že Uhorsko si v stredoveku svoje severozápadné hranice poctivo strážilo. Niektoré hrady sú viditeľné z veľkej diaľky a keďže sú blízko diaľnice, sú častým cieľom turistov. Starhrad, Strečno, Považský hrad, Trenčín, Beckov ani Čachtice sa na nedostatok návštevníkov nemôžu sťažovať. Túto slávnú líniu dopĺňajú skryté hrady, ktorých návšteva vyžaduje trochu viac námahy, znalostí, alebo obojeho. Dnes sme vybrali práve takýto hrad. Výhľady z neho si užijete najmä na jeseň.

TÝMTO skrytým klenotom Považia je **Hrad Lednica**, vypínajúci sa nad rovnomennou obcou v okrese Púchov. Keď sa na hrad pozriete, uvidíte malý stredoveký zázrak opevňovacej architektúry. Budovatelia využili ostré skalné bralo veľmi neobvyklým spôsobom. Keďže samotná skala je ostrá ako chrbát pod zemou skrytého draka, postavili hrad nie na ňom, ale okolo jeho východného konca. A bralo využili stavitelia hneď dvoma zaujímavými spôsobmi. Do hradu sa dá dostať len vchodom pri južnej strane brala. V tejto časti hradu sa nachádzali „obslužné priestory“, čiže stajne, voziareň, kováčska vyhňa a miestnosti pre posádku. Do severnej časti hradu sa dalo dostať len druhým padacím mostom a tunelom vyhlbeným do skalného brala. Prípadnému útočníkovi by zrejme bolo ľahšie skúsiť preliezť hore po hradbách, ako týmto obranným postavením.

Možnosti návštev

Hrad sa nachádza priamo v obci a je veľmi jednoducho prístupný. Mierne stúpajúca cesta vedie od miestneho kostola. V prípade, že sa vyberiete k hradu autom, zaparkovať ho môžete pri obecnej úrade alebo pri amfiteátri za kostolom. Parkovanie je zdarma.

Vstupné do hradu je symbolické (dospelí 3 eurá, študenti a dôchodcovia 2,5 eura, deti zdarma). Zaplatením vstupného prispievate na ochranu a obnovu hradu.

Hrad je pre návštevníkov otvorený počas víkendov a sviatkov od 10:00 do 16:00. V pracovných dňoch od 8:00 do 14:00. V dňoch so zlým počasím je hrad zatvorený. V zimných mesiacoch je hrad zvyčajne zatvorený tiež. Ak si chcete overiť, či bude v čase vašej plánovanej návštevy hrad otvorený, zavolajte na číslo **0951 766 494**.

Druhou skalnatou zaujímavosťou je rozhládňa na samom vrchole brala, nazývaná Straka. Lezenie na ňu pozostáva z výstupu po ocelovom rebríku a následnom šľapaní po 80 schodoch vysekaných do skaly. Výhľad je nádherný, ale lezenie nie je vhodné pre deti a osoby s horším zdravotným stavom. Straka býva z dôvodu hniezdzenia sokolov na skale uzatvorená v jarných mesiacoch a otvára sa až 15. júna. Hrad z beznádejnej ruiny už takmer 20 rokov opravujú členovia občianskeho združenia.

V samotnom hrade nie je veľmi čo obdivovať, predsa len sa jedná o opravovanú ruinu. Ale veľmi fotogenickú ruinu. Ak sa vyštveráte pri správnom svetle na lúky oproti hradu, určite získate nádherné zábery.

Jesenné recepty

Jeseň prináša okrem nádhernej prírody aj množstvo ingrediencií, ktoré dozrievajú či dorastajú na poliach, v sadoch aj na dvoroch. Z doslova nepreberného množstva možností sme vybrali dva recepty, ktoré nie sú komplikované ani drahé a predsa lahodné.



Pečené bravčové koleno s kapustou a knedľou

SUROVINY

Koleno:

- * 1 kg bravčového kolena
- * soľ a korenie podľa chuti
- * 2 cibule
- * 4 strúčiky cesnaku
- * 2 lyžice rastlinného oleja

Kapusta:

- * 500 g kyslej kapusty
- * 1 lyžička cukru
- * 200 ml vývaru

Knedľa:

- * 1/2 kg polohrubej múky
- * 1/2 kocky kvasnic
- * 2,5 dcl mlieka
- * kryštálový cukor
- * soľ
- * 2 vajička

POSTUP:

1. Umyjeme bravčové koleno, osolíme a okoreníme ho.
2. Cibuľu a cesnak nakrájame na drobné kúsky. Na panvici rozohrejeme olej a orestujeme cibúľu a cesnak, až kým nebudú mäkké a zlatisté.
3. Do hlbšieho pekáča vložíme opečenú cibúľu a na ňu koleno. Pekač zakryjeme a necháme koleno odpočívať v chladničke aspoň 2 hodiny.
4. Predhrejeme rúru na 180 stupňov Celzia. Do pekáča pridáme vývar a zakryjeme. Pečieme v predhriatej rúre asi 2-3 hodiny, ale určite dotedy, kým nebude mäso mäkké a šťavnaté. Občas môžeme koleno poliať šťavou.
5. Počas pečenia si pripravíme kapustu. V hrnci zohrejeme olej a orestujeme cibúľu do zlatista. Pridáme kyslú kapustu, cukor a vývar. Kapustu dusíme do zmäknutia, asi 1-1,5 hodiny.
6. Pripravíme si aj knedle. Zohrejeme mlieko tak, aby bolo len teplé. Pridáme polievkovú lyžicu cukru, rozdrobené kvasnice, zamiešame a necháme 10 minút postáť.
7. Do misky preosejeme múku a 1 a pol čajovej lyžičky soli. Pridáme celé vajičko a jedno žĺtko navyše. Vlejeme pripravené kvasnice.
8. Cesto môžeme vymiešať v rukách alebo pomocou mixéra. Malo by sa nám podariť vymiesiť hustejšie cesto, ktoré sa neleje. Hotové cesto posypeme múkou a zakryjeme. Necháme na teplom mieste kysnúť asi 1 a pol hodiny.
9. Vykysnuté cesto vyložíme na pomúčenú dosku a rozdelíme na dve rovnako veľké časti. Z každej vytvarujeme valec a necháme ešte 15 minút dokysnúť.
10. Do veľkého (a najmä širokého) hrnca dáme variť vodu. Vodu nalejeme asi do jednej tretiny výšky. Do vriacej vody vložíme knedle a zakryjeme pokrievkou. Ak bude voda vriieť príliš, stiahneme var. Varíme 7 minút, potom knedle otočíme a varíme ďalších 7 minút. Hrnec musí byť počas varenia zakrytý.
11. Hotové knedle vyložíme na plech, poprepichujeme špáratkom a potrieme olejom.

Koláč s hruškami a karamelom

SUROVINY

- * 3 veľké hrušky, olúpané a nakrájané na tenké plátky
- * 1/2 šálky karamelového sirupu (sirup si môžeme kúpiť alebo pripraviť sami)
- * 1 a 1/2 šálky múky
- * 1/2 šálky cukru
- * 1/2 šálky rozpusteného masla
- * 2 vajcia
- * 1 čajová lyžička prášku do pečiva
- * 1/2 čajovej lyžičky vanilkového extraktu
- * štipka soli
- * 1/4 čajovej lyžičky škorice
- * 1/4 čajovej lyžičky mletého klinčeka (nie je nevyhnutný)
- * 1/4 čajovej lyžičky mletého muškátového orieška (nie je nevyhnutný)



POSTUP

1. Predhrejeme rúru na 180 stupňov Celzia. Vymastíme a múkou vysypeme koláčovú formu.
2. V miske zmiešame múku, cukor, soľ, prášok do pečiva a koreniny. Pridáme rozpustené maslo, vajcia a vanilkový extrakt. Všetko dobre premiešame, aby sme dosiahli hladké cesto.
3. Rozotrieme polovicu cesta na dno pripravenej formy a vyrovnáme ho.
4. Na cesto položíme plátky hrušiek. Potom jemne nalejeme karamelový sirup.
5. Navrch rozotrieme zvyšné cesto.
6. Koláč vložíme do predhriatej rúry a pečieme 35-40 minút, alebo kým nezískajú hrušky a koláč zlatohnedú farbu.
7. Po vybratí z rúry necháme koláč vychladnúť 10 minút. Potom ho pomocou noža opatrne odtrhneme od okrajov a prevrátíme na servírovaciu misku.
8. Koláč polejeme zvyšným karamelovým sirupom a necháme ho úplne vychladnúť

SUROVINY NA KARAMELOVÝ

SIRUP:

- * 200 g kryštálového cukru
- * kryštálový cukor
- * 200 ml horúcej vody
- * 1 čajová lyžička vanilkového extraktu
- * štipka soli

PRÍPRAVA KARAMELOVÉHO SIRUPU

1. Kryštálový cukor dáme do hrnca, pridáme trošku vody a necháme skaramelizovať.

2. Následne na nízkej teplote po častiach opatrne primiešame zvyšnú horúcu vodu.
3. Sirup pár minút povaríme, aby nám zhustol. Nakoniec primiešame soľ a vanilkový extrakt. Premiešame a odstavíme.
4. Hotový sirup nalejeme do sklenenej uzatvárateľnej nádoby/fľaše a necháme vychladnúť. Ihneď môžeme ďalej použiť.

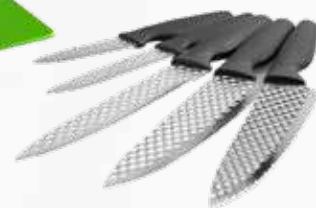
..... Môže sa vám hodiť




Dvojitý pekáč



Doska na krájanie



Sada nožov

 <p>KiNEKUS RADOSŤ Z UŽITOČNÝCH VECÍ</p>					MBA, Yma	akým spôsobom	2	nie nám	včelí produkt	nástenný gobelin	popovek		3	spočítali	
					živočích (kniž.)							kolektívna zmluva			
					filmovací prístroj							irídium (zn.) deň (zdrob.)			
					okresný výbor			ruský súhlas úder nohou			spodky nádob stredová priamka				
					obviažeš (nár.)	športový klub spevavé vtáky			znelka zápal sliznice						
	natri mazivom	druh palmy	osobné zámeno	odtekanie				strieka (expres.) dokončí rýpanie							
predpona superlatívov				udalosť				koval Kelt							
druh papagája				fáza Mesiaca prelamuj			potápa neakademický titul		existuješ čin						
Majstrovstvá Európy (skr.)			plaz sa 1 050 (rím. čís.)			znemožňujú rieka pri Omsku				rozum	sa, po česky				
1															
biblický spev				meno speváčky Sumac			bez svetla								

Prpravil: Slovenský zväz háďarkárov a krížokárov, www.sztk.sk

Autor: J. Páleník

Správne znenie tajničky pošlite do **31. 9. 2023** emailom na adresu kmagazin@kinekus.sk alebo poštou na adresu KiNEKUS, s.r.o., Rosinská cesta 13, 010 08 Žilina. Päť úspešných riešiteľov odmeníme hodnotnými cenami. **SPRÁVNE ZNENIE TAJNIČKY Z MINULÉHO ČÍSLA (leto 2023):** „Užite si... leto plné zábavy v našich bazénoch.“

Spomedzi všetkých úspešných riešiteľov sa šťastie usmialo na týchto výhercov:

- **Antónia Holoubrová** Dávkovač mydla
- **Drahoslava Valovičová** Panvica na volské oká
- **Mária Šubíková** Závesná drevená ozdoba
- **Marta Oršuláková** Obliečka na vankúš
- **Štěpán Mroček** Sada skrutkovačov INGCO

GRATULUJEME!

VTIPY:

Dievča kope jamu a sused sa jej pýta:
„Prečo kopeš takú veľkú jamu?“
„Chcem pochovať moju zlatú ryбку.“
Sused jej hovorí:
„Dobre, ale prečo takú veľkú jamu?“
„Vaša mačka mi ju zjedla.“

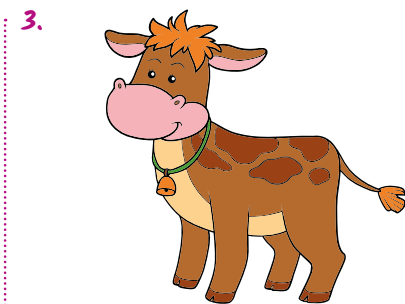


Americkí vedci zistili, že ak ti medveď žerie z ruky, čoskoro bude aj z nohy.



„Janko, z čoho máš takú veľkú modrinu na hlave?“
„Ale, uštipla ma osa...“
„Z toho takú veľkú modrinu mať nemôžeš.“
„Ocko ju zabil lopatou.“

Správne riešenia zo strany č. 22



NOVINKA

ELEKTRICKÉ NÁRADIE **incco**



SKVELÝ POMER CENA / VÝKON



+ BATÉRIE 2X

+ NABÍJAČKA



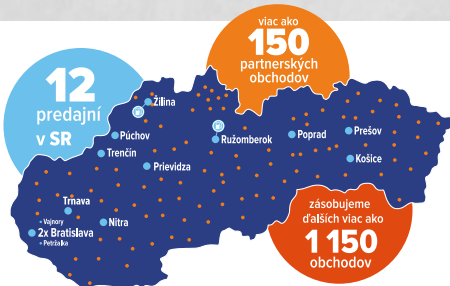
+ BATÉRIE 2X

+ NABÍJAČKA



EXKLUZÍVNY DODÁVATEĽ

KINEKUS



ŽILINA nová krajská predajňa
Kamenná 4, 041/777 77 77

BRATISLAVA – PETRŽALKÁ
Fedinova 14, 02/638 11 447, 0918 378 463

BRATISLAVA – VAJNORY

nová krajská predajňa

NC Vajnoria, Pri starom letisku 3, 0945 800 322

KOŠICE

OC Cassovia, Pri Prachárni 4, 055/789 84 62

NITRA

HomeBox oproti Möbelix, Bratislavská 35, 0902 900 596

POPRADEK

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

PREŠOV

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

PRIEVIDZA nová adresa

Nedožerská cesta 1268 (vedľa Decodomu), 0908 250795

PÚCHOV

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

RUŽOMBEROK

Bystrická cesta 2159, 044/435 39 10 – 12

TREŇČÍN

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

TRNAVA

Veterná 7462/18 (oproti OC Galérii TESCO pri OMV), 0902 900 597

e-shop

www.kinekus.sk

a v ďalších 150 partnerských obchodoch... www.kinekus.sk/partnerskeobchody

Vyhrejte svoj domov.

Už od
199 €



Kachle
SD OLYMP



Krbové kachle
BASEL II

OBJAV VIAC AKO 70 TIPOV KACHLÍ A SPORÁKOV



Kachle krbové
BOZEN AT



Sporák
ALFA FAVORIT 70



Sporák ELEGANT SD7
NEW LINE



Krbové kachle
Kerpen II



ŽILINA nová krajšia predajňa
Kamenná 4, 041/777 77 77

BRATISLAVA – PETRŽALKA
Fedinova 14, 02/638 11 447, 0918 378 463

BRATISLAVA – VAJNORY nová krajšia predajňa
NC Vajnoria, Pri starom letisku 3, 0945 800 222

KOŠICE
OC Cassovia, Pri Prachárni 4, 055/789 84 62

NITRA
HomeBox oproti Möbelix, Bratislavská 35, 0902 900 596

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

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

PRIEVIDZA nová adresa
Nedožerská cesta 1268 (vedľa Decodomu), 0908 250795

PÚCHOV
Okružná 1746/74 (pri ČS Slovnaft), 042/471 03 03 – 5

RUŽOMBEROK
Bystrická cesta 2159, 044/435 39 10 – 12

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

TRNAVA
Veterná 7462/18 (oproti OC Galérii TESCO pri OMV), 0902 900 597

KINEKUS
RADOŠŤ Z UŽITOČNÝCH VECÍ

a v ďalších 150 partnerských obchodoch... www.kinekus.sk/partnerskeobchody

e-shop
www.kinekus.sk