

JAR

K-MAGAZÍN

MAGAZÍN
KINEKUS

PRE VAŠE
POHODOVÉ
ČÍTANIE

AKO STIHNÚŤ JARNÉ PRÁČE?

4

14 Novinky v sortimente INGCO

18 Ako urobiť z trávniku záhon

24 Recept na veľkonočnú holubicu

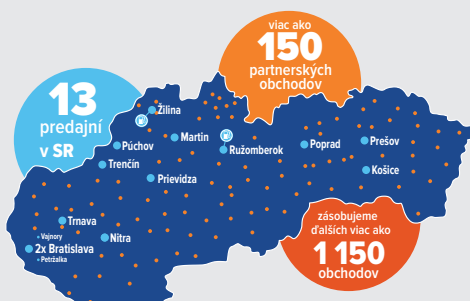
Rozžiarte svoj domov

OBJAVTE TRENDOVÉ

NOVINKY



Skús
KiNEKUS



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.

BRATISLAVA 2X • TRNAVA – nová predajňa • NITRA • PÚCHOV • TRENČÍN
PRIEVIDZA • ŽILINA • MARTIN • RUŽOMBEROK • POPRAD • PREŠOV • KOŠICE
ŠUMPERK (CZ)

www.kinekus.sk



K-MAGAZÍN

JAR/2022

OBSAH

- 4 **TÉMA**
Ako stihnúť všetky jarne práce?
- 6 **SEZÓNA**
Prečo Veľká noc nemá stály dátum?
- 8 **RODINA**
Ako sa podeliť o domáce práce?
- 10 **PODNIKANIE**
INTEGRAL Šurany
- 12 **RELAX**
Dovolenka na Liptove
- 14 **SORTIMENT**
Novinky v sortimente INGC0
- 16 **PODNIKANIE**
Nákup sa mení
Rastieme vďaka našim
zákazníkom
- 18 **ZAČÍNAME**
Ako urobiť z trávniká záhon
- 20 **OKIENKO DO DUŠE**
Jarný Exodus
- 22 **DETSKÁ STRANA**
- 23 **TIP NA VÝLET**
Okolie Prievidze
- 24 **VELKONOČNÝ RECEPT**
Veľkonočná holubica
- 26 **KRÍŽOVKA**

K MAGAZÍN ČÍSLO 31 – JAR

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 Miňovská

VYCHÁDZA: február 2022, Miesto vydania: Žilina

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

DOBRI ĽUDIA EŠTE ŽIJÚ

Pred pár týždňami som bol nakupovať v istej predajni stavebnín. Odnášal som si z nej nielen plastové veko na kanál, ale aj dobrý pocit a vedomie, že na Slovensku ešte stále žijú dobrí ľudia. Ľudia ochotní poskytnúť dobrú radu, o ktorej sa právom hovorí: „Dobrá rada nad zlato.“ Bol som svedkom rozhovoru dvoch zákazníkov – jeden z nich renovoval dom a druhý bol majster klampiar, ktorý veľmi ochotne, podrobne a erudovane vysvetlil všetky chyby a úskalia, ktoré by mohli nastať pri oprave a zateplení strechy. Verím, že klampiarove rady ušetrili majiteľovi domu nielen peniaze a čas, ale aj nejedno sklamanie z prípadných chýb pri oprave strechy.



Milí čitatelia, držíte v rukách ďalšie, tentokrát jarne vydanie K-magazínu. Mnohí poznáte myšlienku indického spisovateľa Kahlila Gibrana: „Práca je zviditeľnením lásky.“ Ďakujem tímu tvorcov a prispievateľov za ich svedomitú prácu, ktorá pri-niesla dobré ovocie. Pekné na pohľad a „chutné“ na čítanie. Som presvedčený, že každý z vás si v K-magazíne nájde toho svojho favorita. Článok, ktorý zaujme, pri-vedie k zamysleniu, poskytne užitočnú radu.

Ponuka je naozaj pestrá:

- V téme Jarne práce môžete nájsť viacero dobrých rád. Nezaručujeme, že vďaka nim stihnute všetky jarne práce, ale aspoň predídete tomu, aby vám prerástli cez hlavu.
- Príspevok o Veľkej noci je bohatý na faktografické údaje. No tým najdôležitejším je záver, lepšie povedané začiatok: Pán Ježiš vstal z mŕtvych!
- Ako to urobiť, aby doma bolo dobre, a to tak deťom, ako aj rodičom. To sa dozvie-te v článku o rozdelení domácich prác.
- Predstavíme vám ďalšieho spolupracovníka Kinekusu, firmu Integral Šurany. Jej majiteľ nám o. i. poradí, ako sa dá sklbiť práca podnikateľa s rolou manžela, otca a popri tom zostať verný futbalu, celoživotnému koníčku.
- Poradíme, ako stráviť dovolenku na Slovensku, konkrétne v malebnom Chalúp-kove na Liptove.
- Oboznámime vás s ďalšími novinkami obľúbeného sortimentu náradia INGC0.
- O pokračujúcich zmenách na oddelení Nákupu v centrálnom sklade Kinekus a o tom, ako ich zvládajú uvádzať do praxe, nám porozprávajú dve pracovníčky tohto oddelenia.
- Pozrieme, ako sa mení a rastie Čaromarket Kinekus na Kamenej ulici v Žiline. Nebudem prezrádzať všetko, čo prináša toto číslo K-magazínu.

Pozývam vás: Skúste a presvedčte sa.

Ak vás čítanie v tom dobrom zmysle slova vyprovokuje poďakovať v duchu ľuďom, ktorí ho pre vás s láskou vytvorili, prosím vás, urobte to. Lebo vďačný človek dokáže lepšie vidieť a používať všetky dary života. **Vďačné srdce priťahuje a rozmnožuje dobro a pokoj.** Nech vás skrze vďaka zaplaví ten príjemný pocit z vedomia, že dobrí ľudia na Slovensku stále žijú.

Vaše nápady, odporúčania, či pochvalu ;-) môžete adresovať na e-mail: kmagazin@kinekus.sk alebo poštou na adresu KINEKUS, Rosinská 13, 01008 Žilina.

Pokojný a pozhnaný čas praje
Štefan Súkeník



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

AKO STIHNÚŤ VŠETKY JARNÉ PRÁCE?

Jarné práce sú po období zimného oddychu vítanou zmenou pre každého záhradkára. Ale aj nezáhradkári isto radi využijú príležitosť rozhybať si kosti na jarnom slniečku a ešte pritom prispieť k spestreniu rodinného stola, či k výzdobe dvora a záhrady. Čo však urobiť preto, aby nás práce neprevalcovali? Nikto nechce namiesto dobrého pocitu a príjemnej únavy po vykonanej práci skončiť v záhrade, kde nič nie je hotové a niektoré jej časti vám prerastajú cez hlavu. Doslova. Aby sa tak nestalo, čítajte ďalej.

VYUŽITE SVOJ ČAS SPRÁVNE

Iste, je to rada, ktorú čítate v každom druhom článku. Avšak rada, ktorú sa oplatí počúvať. Pretože ak ju každý skúsený záhradkár a záhradník zdôrazňuje, znamená, že na nej niečo bude.

Rozplánujte si teda, čo chcete v záhrade stihnúť a najmä kedy. Jarné práce sú totiž často pretekmi s časom

a najmä počasím. Niektoré je však potrebné urobiť skôr, napríklad zostrihať stromy. Iné (výsadba a siatie zeleniny) počkajú na neskôr – a niektoré až takmer do leta. Samozrejme, aj siatie na pestovanie priesad nesmiete zmeškať. Rovnako existujú práce, ktoré majú vyššiu a nižšiu prioritu.

Napríklad mumifikované plody z ovocných stromov musia zo záhrady bezpodmienečne preč – a to čo najskôr. Ale vyčistenie špár v chodníku môže spokojne počkať na neskôr – trebárs až do leta.

Rovnako je dobré čo najskôr na jar vykonať v záhrade upratovanie. Netýka sa len vyhrabania trávy a zaviatych listov, ale aj opráv všetkého, čo sa pokazilo počas zimy. Najmä

drevo môže byť po zime poškodené a bude vyžadovať opravu či aspoň premaľovanie.

Nedokážeme predpovedať, aké bude počasie túto jar v rôznych častiach Slovenska. Preto nemôžeme dať ani presnú odpoveď na to, kedy vyraziť do terénu. Dobré je však využiť pekné počasie na práce vonku. Aj keď je to niekedy len pekné a neobvykle teplé popoludnie po návrate z práce. Na ostrihanie jedného kríčka alebo stromu je to času dosť. A navyše strávite čas na čerstvom vzduchu.

VYUŽITE AJ ZLÉ POČASIE

Počasie na jar vie byť nepríjemné a premenlivé. Nielen v apríli. Ak radieme využiť aj tie horšie dni, nemyslíme tým, aby ste rýľovali v mraze či daždi. Nie vždy sa jarné práce dajú vykonávať vonku. Nie je to však





Zistite si tiež, akú kyslosť má pôda vo vašej záhrade, resp. ako túto hodnotu zmerať. Od tejto vlastnosti závisí, akým plodínám, či okrasným rastlinám sa v nej bude dariť. Rovnako zistite aj typ pôdy, jej dobré a zlé vlastnosti. Či rýchlo schne, alebo naopak drží vlahu dlho. Využite preto čas, ktorý vám ponúka zlé počasie.

SAĎTE TOLKO, KOLKO ZVLÁDNETE

„Moja stará mama a starý otec stíhali obrobiť celú záhradu, sad aj záhumenku, musím teda aj ja“. Ibaže stará mama a starý otec vyrástli v prostredí, kde sa učili od mala, ako má fungovať malé hospodárstvo. Ak sa napríklad nenaučili štepiť stromy doma, naučili ich to v škole. A keď už boli na dôchodku, nemali a nemajú inú prácu a často ani inú zábavu – iba starostlivosť o dom a záhradu. Preto si radšej naplánujte menej. Napríklad nemusíte vypestovať všetky druhy zeleniny, ktoré vidíte v obchode na stojane so semienkami. Radšej si z ponuky vyberte len tú zeleninu, ktorá vám skutočne chutí, prípadne takú, ktorú pravidelne využívate v kuchyni. Pre zamestnaného človeka môže byť záhon nenáročných bylín lepšia ako lán zemiakov. Tak isto nemusíte obhospodariť celú záhradu len preto, že to je od nepamäti orná pôda. Iste, je škoda nechať pôdu ležať úhorom, ale ak máte aj iné zamestnanie, bude to možno rozumnejšie. Veľká plocha a veľa rastlín na nej zvyšujú riziko pestovateľských chýb a zbytočného stresu. A keď sa veľké objemy skombinujú s neskúseným záhradkárom, chyba sa stane. Rozdiel medzi neskúseným a skúseným záhradkárom je možno len v tom, že skúsený už s chybami viac počíta a preto ho neznechutia. Naopak, pre začiatočníka môže byť chyba doslova zdrvivá a po prvom neúspechu sa už k záhradke nevráti.

KTO POČTUJE...

... ten gazduje. To sa písalo v každom starom kalendári. A hneď pod týmto heslom bolo miesto pre záznamy gazdu. Značilo sa do nich všetko. Od telenia kravy, po ceny pšenice. Ako to využiť pri jarných prácach? Jednoducho.



Skúsení záhradkári vedia, že presné záznamy sú potrebné aj dnes, hoci prostriedky sa zmenili. Ročný kalendár bol kedysi v domácnosti jediným kusom papiera, ktorý sa mohol popísať. Dnes ich máme na dosah množstvo. A k tomu technické vymoženosti.

Stačí, ak si napríklad nafotíte do mobilu záhradu v lete a máte záznam pre budúci rok. Bez dlhého rozmýšľania budete na jar presne vedieť, kde bola vysadená aká plodina a teda hneď aj to, čím ju prestriedať. A ak si odfotíte rastliny častejšie, dostanete zaujímavý časový záznam o tom, kedy ste sadili, ako rastliny rástli a kedy boli pripravené na zber. Prípadne, kedy bola skalka v plnom rozkvetu a kedy sa zmenila na monotónnu trvalkovú zeleň neskorého leta. Pomocou tohto jednoduchého prostriedku si dokážete vybrať kvety, ktoré túto monotónnosť zmenia. Pretože budete presne vedieť, aké kvety hľadáte. Totiž, kedy presne majú kvitnúť.

Ale aj staré spôsoby sú dobré. Notes so záznamami o počasí a prácach dokáže dať odpoveď na mnohé zaujímavé otázky. Napríklad ako dlho priemerne trvá, kým vykonáte predjarný strih celého sadu. Od týchto údajov sa môžete odraziť pri presnejšom plánovaní svojho času v záhrade.

dôvod, aby záhradkár vyhlásil ďalší týždeň „zimného spánku“. Zlé počasie vonku sa isto dá využiť na kontrolu a opravy všetkého náradia. Určite sa lepšie začnú práce vonku, keď sú nožnice nabrúsené, naolejované a keď motyka nevypadáva z rúčky.

Ak náradie nemáte, zlé počasie treba brať ako príležitosť, aby ste sa vypravili na nákupy a zaobstarali si všetko, čo potrebujete. Motyky niekoľkých veľkostí, hrable, vedro, fúrik, vidly, rýľ, nožnice na konáre – to všetko v záhrade isto využijete.

Nezabúdajte ani na vzdelávanie. Aj keď nemôžete ešte reálne behať po hriadkach či okrasných záhonoch, môžete to urobiť aspoň virtuálne. Nech sa rozhodnete pestovať čokoľvek, na internete a v odbornej literatúre nájdete isto dosť rád, ako to urobiť.



PREČO
Veľká noc
nemá stály dátum?

Možno ste si všimli, že zatiaľ čo Vianoce a viaceré ďalšie sviatky sú pevne viazané na konkrétny dátum, existujú aj sviatky, ktoré sa slávia každý rok inokedy. Napríklad Veľká noc a všetky na ňu viazané sviatky.

Prečo je to tak?

Kresťanské sviatky sa z termínového hľadiska delia na dva druhy. Prvým sú sviatky s pevne stanoveným dátumom. Napríklad spomínané Vianoce, alebo sviatky svätých. Ich sviatky sa slávia zvyčajne vo výročný deň ich smrti, teda deň, kedy sa narodili pre nebo. Za starých čias bol dátum smrti známej osoby známejší ako dátum jej narodenia.

Sviatok Veľkej noci je pohyblivý sviatok. Znamená to, že jeho dátum sa vypočítava

a môže byť každým rokom iný. Už na Prvom ekumenickom koncile, ktorý sa konal v roku 325 v Nicei, sa zástupcovia celého kresťanského sveta dohodli, že sviatok Veľkej noci sa bude v celom svete sláviť spoločne. (Slovo ekumenický znamená, že sa zišli zástupcovia celého kresťanského sveta. Ekuména je starý grécky výraz pre celý známy svet.) Týmto spoločným dátumom bola prvá nedeľa po jarnom splne mesiaca. Keďže prvým jarným dňom je oficiálne 21. marec, hypoteticky môže byť Veľká noc

najskôr 22. marca. Najneskorší možný dátum je zasa 25. apríl. Čiže 21. marec (jarná rovnodennosť) plus 28 dní ďalšieho mesiaca (ak by bol spln 20. marca) + 7 dní ďalšieho týždňa.

Samozrejme, tento výpočet sa drží kalendárovej rovnodennosti, čiže dňa 21. marca a neberie do úvahy oscilácie skutočnej astronomickej rovnodennosti. (Preto niekedy v novinách čítame, že jarná rovnodennosť nastane 20. či až 22. mar-

ca.) Algoritmus výpočtu je dosť zložitý, nemyslíte?

Len pre zaujímavosť spomenieme, že Veľká noc nebude 22. marca počas najbližších dvoch storočí ani raz. Ďalšou možnosťou je, že Veľká noc pripadne na dátum ešte neskorší ako 25. apríl. Stalo sa to napríklad v roku 1981. V takom prípade ale zašraduje pravidlo, ktorým sa dátum Veľkej noci posúva o týždeň skôr. Ďalšia takáto situácia nastane v roku 2076, takže niektorí z nás si to budú môcť overiť. :-)

Veľká noc je sviatok s oktávou, čo značí, že by sa mala oslavovať rovnako intenzívne ešte ďalších osem dní. V modernej dobe u nás zostal slávnostnejší ráz len Veľkonočnému pondelku. Liturgia však má slávnostný charakter počas celého obdobia, ktoré sa liturgicky slávi ako jedna veľká nedeľa.

V roku 325 sa všetci riadili juliánskym kalendárom, ale postupne sa tento kalendár stále viac vzdaloval od astronomickej reality. Takže bol prijatý nový, gregoriánsky kalendár. Tento bol zavádzaný postupne a niektoré východné pravoslávne cirkvi zostali verné starému juliánske kalendáru až dodnes.

Keďže juliánsky a gregoriánsky kalendár sa líšia v súčasnosti už o 13 dní, môže (ale nemusí!) sa v liturgických kalendároch západných a východných cirkví líšiť aj dátum prvého jarného splnu a teda aj dátum Veľkej noci. Nie len o 13 dní. K rozdielu, ktorý môže tak či tak už byť veľký, sa pridáva aj skutočnosť, že pravoslávni dodržiavajú ďalšie pravidlo nicejského koncilu: Nemôžu sláviť Veľkú noc v rovnakom dátume, ako slávia Židia Paschu (hoci sviatok nazývajú rovnako). Vyskytujú sa teda roky, keď všetky kresťanské cirkvi slávia Veľkú noc spoločne (najbližšie v roku 2025),

ale štandardne sa pravoslávna Veľká noc slávi aspoň o týždeň neskôr ako západná. Tak to bude aj v tomto roku a roku 2023. V roku 2024 však nastane zásadný rozdiel dátumov. Podľa gregoriánskeho kalendára budeme sláviť Veľkú noc už 31. marca. Cirkvi, riadiace sa juliánskym kalendárom však budú tento sviatok sláviť až 5. mája.

V cirkevnom kalendári Katolíckej cirkvi je množstvo ďalších sviatkov, ktorých dátum slávenia sa viaže na dátum slávenia Veľkej noci.

Začiatkom pôstu, čiže obdobia pokánia pred Veľkou nocou je Popolcová streda. Okrem toho, že nikdy nepripadne na piatok, je známa aj tým, že je presne 40 pôstnych dní vzdialená od Veľkonočnej nedele. Ak dni počítate v kalendári a za ten svet to nevychádza správne, nezúfajte. Do pôstneho obdobia sa nepočítajú nedele. V nedeľu si veriaci majú oddýchnuť aj od skutkov pokánia. Týždeň pred Veľkonočnou nedeľou je Kvetná nedeľa. Je to pripomienka Kristovho slávnostného vstupu do Jeruzalema. V liturgii sa namiesto zvyčajného evanjeliového textu recitujú alebo spievajú Pašie. Ďalšími sviatkami tesne pred Veľkonočnou nedeľou vo Veľkom (veľkonočnom) týždni sú Zelený štvrtok, Veľký piatok a Biela sobota, každý s osobitnými obradmi a symbolmi. Veľká noc je sviatok s oktávou, čo značí, že by sa mala oslavovať rovnako intenzívne ešte ďalších osem dní. V modernej dobe u nás zostal slávnostnejší ráz len Veľkonočnému pondelku. Liturgia však má slávnostný charakter počas celého obdobia, ktoré sa liturgicky slávi ako jedna veľká nedeľa.

Štyridsať dní po Veľkonočnej nedeli je sviatok Nanebovstúpenia. Tentokrát sa do sviatočného obdobia zarátavajú aj nedele a sviatok pripadá vždy na štvrtok. Je to spomienka na vystúpenie Ježiša k Otcovi. V starých časoch sa zvykla vyťahovať socha Zmŕtvychvstalého na kostolnú vežu, aby sa veriacim priblížilo prežívanie liturgického tajomstva. Veľkonočné obdobie trvá päťdesiat dní a končí sviatkom Zoslania Ducha Svätého (u katolíkov nazývané Turíce, u protestantov Letnice, u východných kresťanov jednoducho Päťdesiatnica). Tento sviatok pripadá

na nedeľu (pretože je 10 dní po sviatku Nanebovstúpenia).

Aj keď je nahliadnutie do tajomstiev cirkevných kalendárov pre jedného zaujímavé a pre iného nudné, pre niekoho matematicky presné a pre ďalšieho plné nepochopiteľných výnimiek, nezabudnime na to, čo je pri slávení Veľkej noci najdôležitejšie a platné pre všetkých:

Pán Ježiš Kristus vstal z mŕtvych. Preto slávme sviatky v Pánovi!



Dátum Ježišovej smrti

Skutočný dátum smrti Ježiša Krista je problematické zistiť. Evanjeliá síce opisujú niekoľko údajov, podľa ktorých vedci skúšajú zistiť presný deň (spravovanie Judey Ponciom Pilátom, úrad veľkňazov Annáša a Kajfáša, zemetrasenie, zatmenie Slnka), ale ani samotné evanjeliá sa nezhodujú na presnom dni. Možno aj preto, že Židia v danom období používali viacero rôznych kalendárov naraz. Dňom Ježišovej smrti teda môže byť 7. apríl roku 30 rovnako dobre ako 3. apríl roku 33.

Ako sa podeliť O DOMÁCE PRÁCE?

Každý rodič sa snaží o to, aby bolo jeho dieťa v živote úspešné. Aby rado pomáhalo, aby bolo obľúbené a darilo sa mu. Usilujeme sa našim ratolestiam vštepiť kladné morálne vlastnosti. Ale bez praktického tréningu sa deti nenaučia, čo to znamená, byť skutočne zodpovedným.

Môžu poznať obsah tohto slova, ale unikne im, že zodpovednosť v sebe skrýva aj sebazápor, vzdanie sa svojich predstáv a času pre seba. Domáce práce sú často bojiskom. Bojiskom, z ktorého ak my, rodičia neutekáme, vyjdú všetci ako víťazi.

V rôznych prieskumoch sa ukazuje, že čím staršia generácia, tým viac domácich prác museli deti vykonávať. Bohužiaľ, prieskumy ukazujú aj to, že mladšie generácie vykonávajú domácich prác stále menej.

Priemyselná revolúcia oddelila jednotlivých členov rodiny. Pred ňou rodiny pracovali spoločne v dielni či na poli a každý sa zapájal do spoločného diela podľa vlastných možností. Preto s údivom počujeme, ako za starých čias deti pásli aspoň husi takmer hneď, keď sa naučili chodiť a byť trochu samostatné. Dnes deti nevidia rodičov pracovať. Peniaze sa objavujú na účte a súvislosť medzi krajcom chleba a jeho dorobením na poli nie je zrejماً. Ale nie je to len o ekonomike.

Strácajú sa aj väzby medzi členmi rodiny. Deti nevidia rodičov, ako reálne zarábajú na živobytie. Maximálne počujú zážitky z práce. V modernej dobe

sú domáce práce jedným a často aj jediným spôsobom, ako naučiť deti pracovať a byť zodpovednými. Ale ako sme spomenuli, rodičia k ich vykonávaniu deti nevedú.

Teoretické zdôrazňovanie toho, ako by sa dieťa malo správať, očakávaný výsledok neprinesie. Aby sa deti naučili bicyklovať, nestačí, že si pozrú video. Ani keby v ňom účinkoval Peter Sagan. Ani plávanie deti nezvládnu vďaka podrobnému rozboru fyziky vody a biomechaniky ľudského organizmu. Musia vstúpiť do vody a vyskúšať si to. Podobne je to aj s prácou a vôľovými vlastnosťami. Zodpovednosť, pracovitosť a samostatnosť sa deti nenaučia tým, že im tieto vlastnosti budeme vychvalovať pri nedeľnom stole. Ani sa ich nenaučia na hodine náboženstva či etiky. Tam sa maximálne dozvedia, že takéto vlastnosti existujú a sú to vlastnosti pozitívne.

Rodičia by preto nemali rozmýšľať, či deti do domácich prác zapojiť, ale ako a kedy. Vedia, že deťom bude utretie prachu trvať dlho. Sem-tam (a aj častejšie) niečo rozbijú. A nakoniec to budete dokončovať vy. Ale bez tréningu sa majstrovstvo nedosahuje. Zodpovednosť za spoločné dobro



(v podobe uprataného bytu či uvareného obeda), učí deti ceniť si samých seba a zároveň si ceniť hodnotu práce. To nedosiahnu na krúžkoch, športových tréningoch ani v nákupnom centre.

Doktorka Marty Rossmanová z Minnesotskej univerzity zbierala údaje o vplyve domácich prác na úspešnosť detí od roku 1967. Po dvadsiatich piatich rokoch výskumu boli jej výsledky jednoznačné. Ak deti začali s pomocou v domácnosti už v treťom či štvrtom roku života, boli ako dvadsiatnici úspešnejší v kariére, ale mali aj lepšie vzťahy s kamarátmi a známymi. Zároveň boli tieto deti v dospelosti empatičnejšie.

Nesmieme si však zamieňať pomoc detí pri domácich prácach s detskou prácou. Alebo inak povedané, deti nie sú lacná pracovná sila. Napokon, to nám isto rýchlo pripomennú, najmä v období puberty.

V puberte sa zároveň stráca pôvodná detská ochota pomôcť. Deti sa vyhovávajú na množstvo povinností, učenia, krúžkov. V tomto období je pre rodičov zvlášť ťažké udržať zdravú motiváciu pre pomoc detí.

Riešenie platením však nie je správne. Byť zodpovedným z vnútorných pohnútok totiž predpokladá, že budeme mať naučenú aj zodpovednosť za veci, ktoré nie sú odmenené. Finančne, alebo inak. Odmeňovanie za domáce práce totiž búra vzájomnú **nezištnú** starostlivosť. Povinnosti sa robia za odmenu, nie pre spoločné dobro. To je dôvod, prečo toľko starých ľudí končí v domovoch sociálnych služieb.

Je zaujímavé, že malé deti majú pocit vzájomnosti v sebe. Ak niekomu môžu pomôcť, robia to s radosťou a akosi automaticky. Nepokazme im túto radosť napríklad tým, že budeme na domáce práce nadávať či sťažovať sa na ne. Ich automat vnútornej radosti z práce sa tým rýchlo pokazí a v práci budú vidieť problém a prekážku.

Pozývajte teda deti čo najskôr ako našich malých pomocníkov a buďme zhovievaví k chybám, ktoré pri tejto pomoci urobia. Nezabudnime, že aj naši rodičia boli zhovievaví k nám a je tu Nieкто, kto je k nám zhovievavý stále.

AKO MÔŽU DETI POMÁHAŤ V DOMÁCNOSTI



Dva až tri roky

- deti si zvládnu pozbierať hračky
- upracú svoje špinavé oblečenie do koša na bielizeň
- s pomocou dospelého sa môžu postarať o malé domáce zvieratko



Štyri až päť rokov

- zvládnu samé väčšinu obliekania
- s pomocou si usteľú posteľ
- ich veci nemusíte nosiť za ne, zvládnu to
- pomôžu s prestieraním stola, upratovaním aj varením
- postarajú sa o kŕmenie domáceho zvieratka
- zvládnu utrieť podlahu mopom



Šesť až sedem rokov

- postarajú sa o svoju základnú hygienu
- samé si vyberú oblečenie a oblečú sa
- zvládnu vyvenčiť psíka primeranej veľkosti
- vedia povysávať a utrieť prach
- vysypú smetný koš, vyberú veci z umývačky
- zvládnu skladať bielizeň a uložiť ju na miesto



Osem až jedenásť rokov

- zvládnu svoju osobnú hygienu
- udržia si poriadok v izbe a vo svojich veciach
- zobudia sa na budík a napíšu si domáce úlohy
- umyjú riad aj auto
- pripravia jednoduché jedlá
- určite zvládnu vyniesť smeti



Dvanásť až trinásť rokov

- zvládnu aj náročnejšie domáce práce, napr. výmenu sáčku vo vysávači, vyleštenie zrkadla, umytie kúpeľne
- vedia pokosiť trávnik, dozor je však ešte potrebný
- bez problémov postrážia mladších súrodencov
- raz za čas môžu uvariť večeru



Štrnásť a pätnásť rokov

- postarajú sa o zodpovednejšie úlohy – nákup potravín, občasnú varenie
- zvládajú pravidelnú starostlivosť o domáce zvieratá
- pomôžu s náročnejšími prácami v záhrade

INTEGRAL ŠURANY

ZA 30 ROKOV SI SPRAVILI DOBRÉ MENO

Za ďalším spolupracovníkom Kinekusu sme sa vybrali do Šurian. Mesta na juhovýchodnom okraji Podunajskej nížiny, kde už na obzore vidno kopce nad mestom Nitra. Pôda všade na okolí je úrodná a podnebie vyhovuje pestovaniu náročných plodín. Nečudo, že tu takmer 150 rokov fungoval známy cukrovar.

V tomto meste rodina Jozefa Šveca poskytuje svoje služby zákazníkom už niekoľko desaťročí. Začínali v jednej predajni a postupne sa rozrástli na dve predajne s rozličným tovarom a jednou predajňou bicyklov a športového tovaru. Boli sme sa pozrieť, ako sa im darí.



Povedzte čitateľom najskôr pár slov o sebe. Odkiaľ pochádzate?

Volám sa Jozef Švec. Pochádzam z dedinky Kmeťovo, trinásť kilometrov od Šurian. Okrem super manželky mám tri neposlušné deti, chlapcov.

Ako ste sa dostali k maloobchodu?

Vyštudoval som matematiku na Fakulte prírodných vied Žilinskej univerzity. V odbore nerobím, ale čo dá vysoká škola do

života, to je všeobecný prehľad. Matematika je pre niekoho komplikovaná, ale ja som ju mal rád. Určite radšej ako diktáty zo slovenčiny. Matematiku sa učím aj doma s deťmi a manželka je slovenčinárka.

Firmu založili rodičia po 90-tom roku. Je nás päť súrodencov. Ja ako skoro najmladší som sa dohodol s rodičmi a prevzal som firmu, keďže starší súrodenci o ňu nemali až taký záujem.

Rodičia sú už asi desať rokov na dôchodku, no vo firme stále pomáhajú, keď je treba. Už počas strednej a vysokej školy sme v obchode pomáhali všetci. Mňa bavili viac bicykle a práca v našej predajni bicyklov. Nejaký čas po výške som pracoval aj inde, ale potom som prešiel do firmy a baví ma to. Bicyklom sa už venujem menej, mám na starosti aj iné veci. Do predajni chodím už menej, keďže mám v náplni práce aj byrokraciu. Avšak mám ešte na starosti aj časť

sortimentu a musím robiť to isté, čo ostatní predavači.

Je maloobchod na „Dolníkoch“ niečím špecifický? Ako vnímate svojich zákazníkov? Sú to mestské typy, alebo skôr ľudia, ktorí majú na záhrade fóliovníky s paradajkami?

Náš obchod je tu už 30 rokov a otec pracoval ako predavač už predtým. Veľa ľudí ho poznalo ako seriózneho človeka, ktorý im pomáhal. Také meno máme na okolí stále. Mňa poznajú vďaka otcovi. Za 30 rokov sme si získali dobré meno. Sme blízko autobusovej stanice, chodí sem veľa ľudí z dedín, ale aj mestskí zákazníci. Je to asi jedna k jednej. Čo sa týka sortimentu, určite predáme viac fólie na fóliovníky, zatiaľ čo v Žiline predajú viac odhrňáčov. Bohužiaľ, aj fólia sa predáva čím ďalej, tým menej, pretože ľudia asi chodia viac do hypermarketov, ako pestujú doma zeleninu. Ale predáva sa stále.

Koľko odhrňáčov ste predali túto zimu?

Asi sto. Nasnežilo raz, takže sme vypredali skoro celú zásobu za jeden deň. Je to tu návalový sortiment.

Vo vašich predajniach ponúkate široký sortiment, prečo?

To som sa naučil od otca. On sa snažil od predajne „napchať“ všetko, čo sa dá. Až po strop. V pôvodnej prevádzke (ktorá má oproti novej tretinové rozmery), bolo naozaj všetko. Vodársky sortiment, železiarstvo, domáce potreby, čierna a biela technika, záhradkárske potreby, kosačky... Prvých desať rokov tam boli dokonca bicykle. Až potom sa oddelila športová časť od domácich potrieb a po dvadsiatich rokoch sa otvorila nová veľká prevádzka. Naďalej sa však snažíme mať skoro všetko, čo ľudia chcú. Zákazníci nám to aj zo žartu hovoria – že tu kúpia všetko okrem chleba.

Aktuálne teda prevádzkujete tri obchody. Ako to stíhate? Máte voľný čas?

Stále rád hrám futbal (čo mi manželka vytýka, lebo už budem mať štyridsať rokov). Hrám ho od detstva. Kmetovo hrá piatu ligu. Bavilo ma to a stále ma to baví, nechcem sa toho vzdať, preto už tretí rok hovorím, že skončím (smiech). Boli časy, keď som robil vo firme do piatej či šiestej a potom som ešte robil servis bicyklov. To bolo v sezóne

aj do polnoci, či do jednej v noci. Netlačili ma peniaze, ale prísľub človeku, že bicykel bude opravený čo najskôr. Keď bola bicyklová sezóna – marec apríl, máj, jún – odrobil som 300 hodín len vo firme. Bolo toho veľa, preto som prijal nového zamestnanca, ktorý pomáha so servisom, takže večer mám konečne čas a klud. Sú aj povinnosti, ktoré treba stíhať doma. Myslím, že firme som venoval dosť času. A čím je človek starší, čas beží rýchlejšie. Až zabúda, že má aj deti. Ďalší koníček, ktorý mám, je vinohrad. A aj tomu sa chcem venovať. Teším sa preto, keď si nájdem čas aj na tento koníček. Tu sa síce narobím, ale aj si oddýchnem. Kedysi bol mojou záľubou aj bicykel, ale ten už len visí na stene. Dokonca som znížil sedačku a používa ho manželka, keď potrebuje.

Prešli ste od iného veľkoobchodníka ku Kinekusu. Čo vás k tomu viedlo?

Mali sme blízko veľkoobchod, od ktorého sme brali veľký objem tovaru. Ale cena a aj dostupnosť tovaru, dokonca prípadné reklamácie a celkový prístup začali byť komplikované. Kinekus nám ponúka ten istý sortiment, pričom je cenovo výhodnejší. Dodávky tovaru sú pravidelné a bez problémov. Komunikácia je rýchla a jednodu-

chá. V sortimente domácich potrieb je momentálne Kinekus u nás prvý. Páči sa mi, že Kinekus má vlastnú dopravu, čiže až na výnimky je tu v ten istý deň. Možno by občas pomohlo, ak by boli rozvozy aj dvakrát do týždňa. Samozrejme, dalo by sa to vyriešiť aj doručením cez špedičnú firmu, ale tomu sa snažím vyhnúť. Vlastné autá sú výhodou napríklad pred Vianocami. Vieme, že tovar príde. Sú firmy, ktoré majú externých dopravcov a potom v kritickom období čakáme na tovar tri či štyri dni. A možno by nebolo na škodu mať tovar vlastnej značky. Nielen niekoľko produktov, ale celý rad výrobkov KINEKUS.

Keby ste mohli niečo odkázať svetu, čo by to bolo?

Svet speje k tomu, že každý myslí len na seba. Svoju rodinu má každý rád, ale akoby neexistoval nikto ďalší. Všímajme si ostatných nielen cez Facebook a svet bude krajší.



Dovolenka NA LIPTOVE



Existuje Slovák, ktorý by aspoň chvíľu neuvažoval, aké je to bývať v drevenici? Samozrejme, okrem tých, ktorí v nej bývajú stále. Drevenice už síce nie sú každodennou súčasťou našich dedín, zato deduško Večerníček stále pozýva deti sledovať rozprávku každý večer práve z dreveničky. Drevené stavby sú dôkazom, že naši predkovia žili v súlade s prírodou. Vyberali si z nej to najlepšie a zároveň si ju vážili. Dokázali prírodné materiály pretvoriť tak, že plnili svoj účel a zároveň boli esteticky príťažlivé. V lone liptovskej prírody sa nachádza priestor, kde sa táto tradícia snúbi s modernou.



Drevenica je súčasťou nášho kultúrneho dedičstva. **Chalúpkovo v Liptovskej Štiavnici** toto dedičstvo prenieslo do moderných tvarov a spojilo ich do podoby trojhviezdičkového ubytovacieho a oddychového areálu. Ubytovacie kapacity v samostatných dreveničkách ponúkajú možnosť ubytovať dve, ale aj štrnásť osôb v jednej.

Stravu v podobe tradičných slovenských, ale aj moderných jedál ponúka reštaurácia Zemianska kúria. V nej sa nachádza aj kongresové centrum s hlavnou sálou pre 100 osôb. Ak sa však správne nakombinujú aj ostatné priestory, zmestí sa do kongresového centra až dvojnásobný počet účastníkov. Catering, sprievodné služby a outdoorové aktivity zabezpečí kongresové centrum na mieru podľa dohody.



Kombináciu reštaurácie a sály pre veľké množstvo hostí – to nehľadajú len manažéri, aby mohli usporiadať firemné školenia. Aj nádejné nevesty a svadobné mamy vyzerajú presne takúto nehnuteľnosť. A naozaj. V Chalúpkove, resp. v Zemianskej kúrii sa na prípravu svadieb špecializujú. Nie je problém dohodnúť si obrad v kostole, či pod holým nebom a tiež dovoz limuzínou, veteránom, alebo pekne po starom na koči. A samozrejme, personál sa už postará, aby bol tento najkrajší deň bez starostí.

Celý areál je citlivo umiestnený do nádhornej prírody dolného Liptova a ponúka tak **ideálne spojenie krásnej prírody a tradičnej architektúry**. Chalúpkovo má tichý vidiecky charakter, takže ak hľadáte na dovolenke pokoj, tu ho nájdete. Drevenica, ktorú si objednáte, bude totiž počas pobytu celá len a len vaša. Vráťane parkovacieho miesta (na Slovensku musíme zdôrazniť, že bezplatného), krbu a terasy. Samozrejmosťou je aj možnosť objednania **súkromného wellness programu s bazénom, fínskou a parnou saunou, vírivkou, posilňovňou a masážou**. Káblová televízia a neobmedzený Wi-Fi internet sú taktiež plne k dispozícii všetkým ubytovaným.

Dreveničky sú často prenajímané väčšími skupinkami, napríklad rodinami, ktoré si chcú zachovať svoje súkromie aj na spoločnej dovolenke, či víkendovom pobyte. Pre rodiny s deťmi je pripravené **interiérové aj exteriérové detské ihrisko** s preliezkami, hojdačkami, šmýkačkami a dokonca koloťochom. Ale tam sa starostlivosť o deti nekončí. V prípade potreby si môžete zapožičať

čat detskú postieľku, stoličku, prebaľovaciu podložku, ohrievač na fľaše aj nočník.

Ak nás pandémia mala niečomu naučiť, azda to bola spoločenská zodpovednosť, ktorú má prejavovať každý z nás. A pocit vzájomnej spolupatričnosti. Isto sa už každý z nás teší, ako vycestuje na dovolenku do zahraničia. Niečo, čo sme museli na dva

roky opustiť a čo bolo pre väčšinu z nás nedostupné. Skúsme však uvažovať, ktorý sektor bol za posledné dva roky zasiahnutý krízou najviac. Cestovný ruch a stravovanie boli isto na prvom mieste.

Možno nebude na škodu, ak sa rozhodneme stráviť dovolenku na Slovensku. V Chalúpkove to vôbec nebude zlá voľba.



Ako stráviť dovolenku na Liptove

Chalúpkovo nájdete v obci Liptovská Štiavnica, čo je kúsok za Ružomberkom. Je to ideálne miesto pre trávenie relaxačnej aj akčnej dovolenky v každom ročnom období. V rozumnej vzdialenosti sa nachádzajú lyžiarske strediská Donovaly, Jasná a Malinô Brdo a len o kúsok ďalej sú Vysoké Tatry. Takisto sú blízko akvaparky v Bešeňovej a Tatralandia. Za krásami ľudovej architektúry sa môžete vybrať do Vlkoľinca či Pribiliny. Prírodné krásy môžete vychutnávať na túrach v Západných, Vysokých a Nízkych Tatrách, ale aj vo Veľkej Fatre a Chočských vrchoch. Z Chalúpkova to je všade na skok.

NOVINKY V SORTIMENTE INGCO

Sortiment náradia značky INGCO si medzi našimi zákazníkmi našiel mnohých priaznivcov. A nie je dôvod čudovať sa. Náradie INGCO je kvalitné, spoľahlivé a odolné. Vo svojej triede nemá na Slovensku cenového konkurenta. Nečudo, že sa stále rozrastá aj ponúkaný sortiment. Niektoré z novinek, ktoré sa na pultoch predajní objavili v ostatných týždňoch, si teraz v krátkosti predstavíme.

SKRUTKOVAČE VŠETKÝCH DRUHOV

Skrutkovač a kladivo sú základné nástroje každého majstra. Preto by pri ich výbere nemal nikto ponechať veci náhode a vybrať si to najlepšie. Našťastie INGCO ponúka množstvo samostatne predávaných skrutkovačov a aj niekoľko sád.

Najmenšia je **sada jemných skrutkovačov**, ktoré sa hodia na všetky drobné práce. Napríklad pri výmene batérií v hodinkách, alebo výmene remienka. Jedná sa o sedem skrutkovačov – tri sú ploché, dva krížové (hrot philips) a dva majú torxové hroty. Rukoväte sú ergonomické, ako sme u výrobkov INGCO zvyknutí. Míniatúrne skrutkovače sú navyše dvojdielne. Časť s hrotom je otočná a voľná horná časť sa pevne opiera o dlaň, aj keď sa zvyšok skrutkovača točí. Tak dodáva skrutkovaču stabilitu, ktorá je pri práci s malými skrutkami veľmi potrebná.



SKRUTKOVAČ PLOCHÝ +KRÍŽOVÝ SADA 6KS CRV INGCO

Ak potrebujete väčšie skrutkovače, možno vám dobre padnú sady šiestich a ôsmich skrutkovačov. Obe sú dodávané v blistri a poskytujú základné skrutkovačové vybavenie, čiže ploché a krížové skrutkovače. Ich tvrdené hroty sú magnetické. Rukoväte sú pogumované a ergonomicky tvarované.

Pokiaľ chcete mať všetky skrutkovače pekne pohromade a navyše upratané, vyberte si sadu skrutkovačov, ktorá má až **osemnásť dielov**. Skrutkovače sú v nej uložené v praktickom stojane, ktorý je možné postaviť na pracovný stôl. V prípade potreby je možné jednoducho celý stojan zavesiť na stenu.



ORGANIZÉR

Kde je potrebné kladivo, tam sa vyskytujú aj klince, klinčky, skrutky do dreva, skrutky obyčajné, ďalej matice, podložky, perové podložky, široké podložky atď. A všetky vo väčších veľkostiach. Na riešenie problému so stále sa miešajúcim drobným železiarskym tovarom ponúka Kinekus nové riešenie – organizér INCGO. Je plastový s rozmermi 340x250x60 milimetrov. Plastové veko so zatváraním na clip zaisťuje nielen to, aby drobný obsah zostal tam, kde má (totiž vo vnútri), ale aj potrebnú prehľadnosť. Dizajn zaisťuje pohodlné prenášanie a aj jednoduché stohovanie v prípade, že je klinco a skrutiek naozaj veľa a je treba viacero organizérov.



KLADIVO PRE VEĽKÉ PROJEKTY

Ak sa chystáte v lete na prerábanie strechy, betonáž, alebo len výmenu chodníka, určite sa zamyslíte, či máte to správne kladivo. Zamyslíte sa aj v prípade, že neplánujete v dohľadnej dobe žiadny veľký projekt, ale hľadáte kladivo, ktoré je odolné a pritom dobre padne do ruky. Skrátka také akurát. **Tesárske kladivo INCGO** je presne to, čo potrebujete. Oceľová hlavica so zdrsnenou úderovou plochou dáva istotu, že keď po niečom udriete, tak sa nezošmykne. Ako každé poriadne tesárske kladivo, aj toto má vybratie s magnetom, vďaka ktorému si môžete kliniec rýchlo priklepnúť na dosku bez toho, aby ste museli pod kladivo klásť prsty. Opak hlavice je zasa prispôsobený rýchlemu vyberaniu klinco. Rúčka je samozrejme pogumovaná a vybavená otvorom, do ktorého je možné upevniť karabínku alebo lanko.



SADY NÁRADIA

V organizéri je uložená aj jedna zo sád náradia, ktoré ponúka INCGO pre domácich majstrov. **Tá menšia. Obsahuje spolu 29 kusov základného náradia**, ktoré sa hodí do dielne aj domácnosti. Nájdete v nej napríklad kombinačky, štipacie kliešte, ale aj pásmo a lámací nôž. Tiež testovacie pero na overenie, či je alebo nie je prúd v zásuvke alebo drôte, ktorého sa práve chystáte dotknúť. Skrutkovače sú z dôvodu väčšej univerzality nahradené sadou bitov. Poteší aj „bublínka do vodováhy“. Stačí ju položiť na rovnú latu a vodováha je hotová. **Vo väčšej sade už nájdete aj spomenuté skrutkovače, ale aj píľku na kovy, kladivo a tiež 60 vrtov.** Taktiež je samozrejmosťou sada imbusových kľúčov, bity a piľník. Väčšia sada je zabalená v praktickom plastovom kufříku.

A nezabudnite, že náradie INCGO nájdete len v predajniach Kinekus a na e-shope kinekus.sk.



Obsah väčšej sady náradia (60 kusov)

- kladivo
- kombinované kliešte
- rovné kliešte
- skrutkovač plochý 5,5x100
- skrutkovač krížový PH1x100
- testovacie pero 100–500VAC
- nastaviteľný kľúč
- 3 m oceľové meracie pásmo
- minipíľka na železo
- 9 imbusových kľúčov
- skrutkovač na bity
- 20 kusov 1/4" bitov
- zalamovací nôž
- jemný skrutkovač
- bity do jemného skrutkovača
- piľník polokrúhly 3x140mm
- nožnice
- orechy do skrutkovača

Obsah menšej sady náradia (29 kusov)

- kombinované kliešte
- štipacie kliešte
- nastaviteľný kľúč
- testovacie pero 100–500VAC
- 3m oceľové meracie pásmo
- zalamovací výsuvný nôž
- 140 mm nožnice
- skrutkovač na bity
- 20 kusov 1/4" bitov
- bublinková vodováha

NÁKUP SA MENÍ

V predchádzajúcom čísle sme sa v rozhovore s Janou Brkovou venovali zmenám, ktoré sa udiali na oddelení nákupu spoločnosti Kinekus. Dnes prinášame rozhovory s dvoma ďalšími pracovníčkami oddelenia nákupu, ktoré sa spolu s ostatnými na týchto zmenách zúčastňujú.

Prvou je **Andrea Sňahničanová**, rodená Žilinčanka, ktorá na oddelenie nákupu prišla pred čosi viac ako rokom a nasadla do rozbehnutého vlaku zmien.

Druhou je **Jana Súkeníková**, ktorá v Kinekuse brigádovala už od svojich pätnástich rokov. A nechcela by pracovať na inom oddelení ako na nákupe – takom, ako vyzerá teraz.



ANDREA SŇAHNIČANOVÁ

Kedy ste nastúpili do Kinekusu? Nabešli ste na systém práce v Kinekuse bez problémov?

Nie som prelietavý vták. Pred Kinekusom som pracovala len v dvoch firmách. Prá-

ca bola fajn, ale cítila som, že potrebujem zmenu. Rozhodla som sa preto, že zmením prácu. Vybrali si ma v Kinekuse. Prvý polrok bol veľmi ťažký. Niekoľkokrát som zvažovala, že „to zabalím“. Prvé mesiace má v novej práci problémy takmer každý. Nie s ľuďmi, ale naučiť sa systém, softvér. Aby som sa nepomýlila, robila som veci pomalšie. Samozrejme, práca sa mi kopila. Bežná pracovná rutina tu má vysokú taktováciu frekvenciu a musíte mať naozaj dobre zorganizovaný čas, aby ste stíhali všetko a neodkladali veci na zajtra.

Druhá vec je, že objem položiek, o ktorý som sa musela starať, je omnoho vyšší ako v predchádzajúcej práci.

A čo po roku? Prečo ste to nakoniec „nezabalili“?

Teraz je to OK. Už som si vychytala svoje procesy, aby mi sedeli tak, ako to potrebujem ja a aby som to zvládala. Trvalo to však dlhšie, ako som predpokladala. Zlom prišiel vtedy, keď som si uvedomila, že už si viem opraviť chyby. Keď som si preorganizovala jednotlivé procesy podľa potreby. Čas strávený v práci viem využiť efektívnejšie. Stresy mi spôsobovalo aj správanie dodávateľov. Bola som zvyknutá, že objednávky od dodávateľov sú vybavované v stopercentnom plnení. Na trhu, kde pôsobí Kinekus, to tak nie je. Z objednávky príde pokojne len 60 percent. Keď som však pochopila logiku dodávateľov a začala som predvídať ich chybovosť, naučila som sa s tým pracovať.

Po prvom polroku sa všetko usadilo a ja som zistila, že už nemám prácu aj cez víkendy a mám aj čas na rodinu a relax, ktorý mi zo začiatku veľmi chýbal. A to mi odoberalo energiu.

Čo vás na práci baví?

Baví ma to, že hoci sa jedná o rutinnú prácu, každý deň prináša nové a zaujímavé situácie. Tie ma udržujú v stálom napätí. Nie je to práca na páse ani razítkovanie obálok. A to, čo bol predtým stres, ma teraz posúva ďalej. Nezacyklím sa v rutine, ale každý deň ma nejaká situácia posúva ďalej. V niečom sa zdokonalím, vyskúšam nové riešenie.

Nakoľko ste vnímali zmeny na oddelení nákupu?

Neviem to úplne presne definovať ako zmenu. Ale myšlienka, ktorá sa tu so mnou vezie od môjho nástupu má hlavu a pätu.

Toto predtým nebolo možné, pretože keď každý nákupca objednával všetko, nemal nikto prehľad, čo sa s čím dá doplniť alebo nahradiť. Na začiatku som vnímala veľkú nevlôlu urobiť tieto zmeny. Teraz už majú všetci na to iný pohľad. Špecializácia na jednotlivé tovary pomáha aj pri dopĺňaní výpadkov. Sortiment sa tak ľahšie sleduje. Pani Brková má skúsenosti zvonka, takže sa snaží zefektívňovať nielen objednávanie, ale aj prácu okolo. Letáky, akcie, marketing. Dáva tomu pridanú hodnotu know-how zvonka. Snaží sa nám tak uľahčovať, zjednodušovať komplikované postupy.



JANA SÚKENÍKOVÁ

Odkiaľ ste?

Pochádzam z Rajeckých Teplíc. Vyštudovala som ekonomiku na Fakulte prevádzky a ekonomiky dopravy a spojov v Žiline.

Odkedy pracujete v Kinekuse?

Od pätnástich rokov. Najskôr ako brigádnička cez prázdniny, neskôr popri vysokej škole skoro non-stop. A teraz je to už vyše roka, čo som zamestnaná na plný úväzok

Takže do Kinekusu ste prišli, keď sa začali diať zmeny na nákupe?

Okrajovo som vnímala aj predtým všetky oddelenia. Zmeny tu určite sú a väčšina je pozitívnych. Zlepšilo sa veľa vecí, zlepšila sa aj atmosféra na nákupe. Reorganizácia nákupcov, keď je každý nákupca zodpovedný za časť sortimentu, je určite pozitívna zmena. Zatiaľ to nie je úplne dotiahnuté, ale má to pointu. Prešla som si viacerými oddeleniami a teda viem porovnať prácu na jednotlivých úsekoch. Keby som si mala teraz znova vybrať oddelenie, kde by som chcela pracovať, bol by to nákup. Predtým to tak nebolo, ale teraz už áno.

Čo vás na práci baví?

Práca je veľmi pestrá, nie je to stereotyp. Samozrejme, sú aj také dni, ale je aj veľa nečakaných situácií, ktoré treba riešiť. Prekonávať prekážky a samu seba je to, čo ma baví. Takmer každý deň sa vyskytne nová výzva, najmä problémy s dodávateľmi a hľadaním náhrad za vypadnutý sortiment. Spracovávanie ponúk je tá časť mojej práce, ktorá ma baví menej. Najmä ak ide o rozsiahle, niekoľko desiatok až stoviek položkové a nevyžiadané ponuky.

RASTIEME VĎAKA NAŠIM ZÁKAZNÍKOM

Zákazníci zo Žiliny a okolia si už isto všimli, že časť pôvodnej prevádzky Čaromarketu Kinekus na Kamennej ulici je zo strany vozovky obohnaná

Preradajňa je už presťahovaná do novej časti. Predaj pokračuje prakticky bez prerušenia v nových priestoroch. V pôvodných priestoroch Čaromarketu začali totiž búracie práce, ktoré sú súčasťou projektu prestavby a celkových stavebných úprav.

Jedná sa o najstarší market **Kinekus**, takže pre mnohých zamestnancov aj zákazníkov sú tieto priestory naplnené dávkou nostalgie. Je zvláštne vidieť na predajnej ploche namiesto zákazníkov stavebné stroje.

Pri porovnaní novej a starej časti Čaromarketu je najlepšie vidieť, ako sa za štvrt storočia zmenila nielen architektúra, ale aj firma a celá spoločnosť. Vyrástli sme. Staré priestory sú už malé. Tak isto, ako sú detské šatôčky malé dospelákovi.

Ak však pôjde všetko podľa plánu, už v lete privítame vás, našich zákazníkov vo vynovených a rozšírených priestoroch. Život totiž ide ďalej. Rastíme vďaka všetkým vám a pre vás.



Ako urobiť Z TRÁVNÍKA ZÁHON

Trávnatá plocha je najjednoduchší spôsob, ako sa zbaviť starostí so záhradou. V prírodnom, alebo prírode blízkom stave je trávnatý porast vo forme lúky ekologický – rastú na ňom nie len trávy, ale aj iné byliny. Všetky spolu sú spásané rôznymi druhmi bylinožravcov. Prírodný lúčny trávnik má však estetické „nevýhody“. Nie je nízky, takže sa na ňom nedá len tak ľahko športovať a nie je ani vždyzelený, alebo aspoň „celéletozelený“. Lúka stredného pásma v strednej Európe skrátka vyschne, ak nie je extrémne vlhké leto. Preto, aby sme mali estetický dojem na jednotku, pretvárame trávniky a s nimi celé mestá, predmestia a dediny na umelý trávnik. Nie je prirodzený, takže potrebuje hnojenie, zalievanie a nedajbože, ak sa podeň nasťahuje krtko.

Trávnik je pomerne jednoduchý na údržbu, ale buďme úprimní – nie je úplne bezúdržbový. Možno je na čase zamyslieť sa, či namiesto umelého trávnik radšej plochu záhradky nevyužiť na niečo krajšie alebo užitočnejšie.

Výhodou takejto zmeny je, že hoci spochiatku s ňou bude viac starostí, po dvoch či troch rokoch sa situácia utrasie a ozdobný záhon nebude v našom harmonograme zaberat viac času ako kosenie a hnojenie trávnik.

Pri zeleninovom záhone bude situácia trochu iná, ale zvýšená starostlivosť sa vráti v podobe čerstvej zeleniny.

Okrem toho nemusíte na záhony zmeniť celú záhradu naraz. Môžete začať s malou časťou a uvidíte, či sa tento pokus osvedčil.

MIESTO JE DÔLEŽITÉ

Ak hľadáte miesto pre zeleninový záhon, vyberajte ho podľa slnečnosti. Väčšina zeleniny potrebuje pre správny rast priame slnečné žiarenie. A zvyčajne veľa žiarenia. Týmito druhmi zeleniny sú paradajky, paprika, cibuľa, ale aj zemiaky a fazuľa. Polotieň dobre znášajú všetky druhy listovej zeleniny, červená repa a hrášok.

Pri výbere miesta, kam umiestnite záhon s kvetmi, je už potrebné aj iné hľadisko. Totiž estetické. Vyberajte si preto miesto, kde budete na záhon vidieť. Z terasy, kde trávite leto, alebo, príjazdovej cesty, chodníčka, to je jedno. Okrasný záhon tvoríte preto, aby bol viditeľný. Aby ste sa jeho krásou mohli potešiť vy a aj všetci návštevníci vášho domova.

AKO SA ZBAVIŤ TRÁVNÍKA

Na začiatku práce je dôležité odstrániť alebo aspoň neutralizovať pôvodný trávnik, aby neprerastal do novej výsadby. V prípade, že poznáte suseda, ktorý má traktorík a nebojí sa ho použiť, nie je nič jednoduchšie ako požiadať ho o pomoc. Ale aj v prípade, že vo vašej sociálnej bubline sa nenachádza nikto s mechanizáciou, nemusíte hádzať flintu do žita.

Na konkrétnu realizáciu odstránenia trávnik existuje niekoľko návodov a nie vždy je ten najrýchlejší aj ten najlepší. Prvou je použitie silného herbicídu na báze glyfosátu, napríklad Roundupu alebo podobných prípravkov. Ak ho použijete, bude trvať týždeň, kým odumrie trávnik a žiaľ, aj všetko živé v dosahu. Pre niekoho je takáto chemická genocída normálna, no po skúsenostiach zo Spojených štátov je takéto riešenie viac ako otáznne.

Podstatne ekologickejšia varianta ako „vy-pálenie“ trávniku chemikáliou je jeho odstránenie pomocou slnečného žiarenia. Netreba na ňu žiadnu lupu ani parabolic-ky zakrivené zrkadlo, či iný vysoko vedec-ký prístup. Úplne postačí čierna plastová fólia, ktorú rozostrieme na mieste budúce-ho záhona a upevníme ju pomocou kame-ňov či dosiek. V horúčich dňoch sa pod ňou teplota zvýši dostatočne na to, aby vysu-šila nielen trávy, ale aj buriny a prípadné pôdne patogény. Nevýhodou tohto ekolo-gického riešenia je dlhšie trvanie. Aby sme sa dôkladne zbavili pôvodného porastu, musí byť pôda zakrytá mesiac aj dva, čo pre niekoho nemusí byť dostatočne rýchle riešenie. Na takto vyčistenú plochu sta-čí umiestniť kompost, vrstvu pôdy a mulč.

Podstatne rýchlejšie svojpomocné riešenie je rozrezanie trávniku a jeho odstránenie. Trávnik nakrájate ostrým náradím (spo-kojne aj naostreným rýlom alebo veľkým nožom), zrolujete drn s trávou a odveziete. Môžete ho nechať na mieste skomposto-vať – stačí, ak trávnikový koberec obrátite koreňmi nahor. Získate tak lacno pomerne veľa organického hnojiva. Tak isto ho mô-žete presadiť na nové miesto, alebo ho po-núknúť v okolí. Možno sa v okolí nájde niekto, kto za trávnikové koberce ponúkne aj nejaké euro a pomocnú ruku k tomu.

VYTVORME VÝŽIVNÉ VRSTVY

Uvoľnené miesto môžeme zrýľovať či zro-tavátorovať a potom pohnojiť, najmä ak sa

jedná o zeleninový záhon. Vždy je dobré doplniť aj vrstvu zeminy a kompostu. Prípravu na zeleninový záhon je lep-šie nechať na jeseň, aby pôda pre-mrzla a pôdne organizmy mali čas spracovať nezrelý organick-ý materiál na tie správne živi-ny. Pre okrasný záhon môžete pôdu pripraviť aj na jar. Ak bude na mieste len záhon kvetov, netreba pôdu spracovávať do hĺbky. Úplne stačí, ak na voľnú plochu na-steliete kartón, prípadne hrubšiu vrstvu novín (najmenej 5 stránok naraz). Potom pridáte vrstvu kompostu hrubú 10–15 cen-timetrov a zakryjete ju desiatimi centimet-rami mulča (stačí aj trochu menej).

Varietou tejto metódy je použitie výhrad-ne kartónov a mulča. Trávnik pri nej len zakryjete kartónmi (ale dôkladne, aby ne-zostali miesta, kadiaľ by trávnik prerastal). Na kartóny navýšite mulč. Toho nemusí byť veľa, päť centimetrov úplne postačí. Pri vysádzaní rastlín do okrasného záho-nu potom len vyrežete otvory na miestach, kde budete rastliny vysádzať.

Ak sa vám zdá kombinácia kartónu a mul-ča príliš málo na skutočný záhon, môžete využiť kvalitné organické hnojivo za lacný peniaz. Totiž kuchynský odpad, trávu, zvy-šky zo záhrady, nevzretý aj hotový kom-post. To všetko môžete navršiť na vrstvu kartónu. A môžete to dokonca prestrie-davať. Najmä ak pripravujete zeleninový záhon, môže sa vám táto metóda oplatíť.



Nemusíte ani zháňať materiál po susedoch. Úplne posta-čí, ak prípravu rozložíte do dlhšieho časového obdobia. Ak začnete s prípravou takéhoto záhona na jar, počas roka sa isto nazbiera dosta-tok materiálu, ktorý môžete využiť v to-mo „ležatom kompostéri“. Je to síce metóda pre trpezlivých ľudí, ale veľmi nenáročná z hľadiska času a financií. Stačí len na zá-hon uložiť do vrstvy vždy to, čo by ste inak uložili do kompostéra. A o rok budete mať k dispozícii záhon, ktorý je stopercentne ekologický a nestál vás ani cent.

..... Zíde sa vám



Záhradný vozík

Rýľ

Kompostér

Kôra mulčovacia





Exodus, jedna z prvých kníh vo Svätom Písme, rozpráva príbeh o tom, ako Boh vyviedol Izraelitov z egyptského otroctva. Príbeh o tom, že Boh má moc vyslobodiť človeka nielen z vonkajších foriem otroctva (egyptský faraón), ale aj z otroctiev, starostlivo ukrytých vo vnútri človeka. Sú to otroctvá, ku ktorým sa s veľkými ťažkosťami priznávali nielen starozákonní ľudia, ktorých Boh 40 rokov viedol cez púšť do zaslúbenej zeme. Ide o formy otroctva, ktorých existenciu, či skôr expanziu v našich životoch si my, ľudia 21. storočia, len veľmi neochotne priznávame.

Premýšľam nad „vonkajším otroctvom“, v ktorom žijú Slováci. Predávajú svoje ruky, zručnosti, svoje talenty a um nadnárodným firmám. Tie si na našich poliach postavili sklady a fabriky. Vďaka slovenským surovinám a robotníkom zhotovujú finálne výrobky, ktoré si potom Slováci kupujú v ich supermarketoch. Na samotné nákupy si neraz požičiavame v zahraničných bankách, a to s nemalými poplatkami a úrokmi. Otroctvo, akoby bolo geneticky zakódované v slovenskom národe, stáročia slúžiacom silnejším od seba. Príčinou otroctva však nie sú len otrokári, ale aj otroci. Otroci rozhádani, nesvorní a maloverní. Chýba im odvaha na zmenu, dôvera, ochota spájať sa a spolupracovať.

Úskalím vonkajšieho otroctva je fakt, že väčšina Slovákov skončí len pri premýšľaní nad ním, prípadne konštatovaním: Na tomto nič nedokážem zmeniť. To nech riešia kompetentní.

Pozývam vás (tentokrát nielen popremýšľať) nad inými druhmi otroctva, akými bezpochyby sú rôzne druhy závislostí. Závislosti, ktorých nebezpečenstvo je tým väčšie, čím viac ich tolerujeme, považujeme za niečo, čo patrí k životu – pitie alkoholu a sladkých nápojov, maškrtenie, nákupy, sledovanie televízie, hranie sa na internete. Je dosť pravdepodobné, že nájdete vo svojom okolí (či už doma alebo v práci) kompletný zoznam „závislákov“.

Problémom pre nás ľudí zvyčajne nie je spoznať, pomenovať, na čom je závislý môj manžel, manželka, dieťa, kamarát, sused, spolužiak, kolega v práci. Ťažké je uznať, priznať si fakt, na čom konkrétne som závislý ja sám. Je to podstatný, doslova prvý krok, bez ktorého sa náš osobný Exodus nezačne. Z vlastnej skúsenosti môžem povedať, že Boh vás nenechá kráčať a trápiť sa samých. 17. januára tohto kalendárneho roku som vďaka pozvaniu môjho kamaráta začal jarný pôstny program pre mužov, zvaný Exodus 90. Trvá do 17. apríla. Nejde o pôst v pravom zmysle slova. Ide o snahu človeka, dobrovoľne sa vzdať určitých príjemných vecí, ponúkaných svetom. Tým získava čas pre Boha (modlitba) a pre seba



a čoho sa treba vzdať. Z vlastnej skúsenosti (bolo mi dopriate zúčastniť sa na viacerých ignaciánskych duchovných cvičeniach) odporúčam, aby ste sa usilovali počúvať, čo hovorí Boh. ON najlepšie vie, čo potrebujete, aby váš Exodus bol úspešný, akú výstroj si máte zobrať na cestu, aby ste sa stali rozsievačmi pokoja, dobra a radosti.

3. K objasneniu tretieho nebezpečenstva, ktoré svet má, využijem myšlienku G. K. Chestertona: „*Aké ľahké je milovať ľudstvo a nenávidieť svojho suseda!*“. Ľudia (nielen veriaci) často hovoria o láske k Bohu a o chcení zachraňovať svet. A ako to neraz vyzerá v praxi? Neznášame kolegu, závidíme susedovi a nenávistne útočíme na neznámeho človeka na internete. Keď Ježiš svojim súčasníkom pripomínal Božie prikázanie: „*Milovať budeš svojho blížneho ako seba samého.*“ (Viď Mk 12,31), zaiste nemal na mysli vybranú skupinu obľúbencov, ale všetkých ľudí bez rozdielu – alkoholikov, zlodějov, väzňov, podvodníkov, politikov, ľudí s rozličnou farbou pleti, rôznymi kultúrami a jazykmi. Často pomáhame tam, kde je to vidieť alebo tam, kde sme odmenení úspechom a vďačnosťou. Lenže pomáhať treba aj ľuďom, ktorí slovo ďakujem nepoznajú. Aj tým, ktorí pre nás nemajú pekného slova a robia nám zle. Nie je to jednoduché a ani sa to nedá zvládnuť čisto ľudskými silami. Skúsil som a presvedčil som sa, že:

- spájať sa s Dobrom je lepšie a účinnejšie ako bojovať proti Zlu,
- ľuďom nepomôžeme odsudzovaním, ale prijatím,
- svet neopravíme vlastnými silami, iba spojenectvom s Pánom.

Na záver vám chcem popriať, aby ste sa rozhodli vykročiť. Vykročiť na cestu, po ktorej kráčajú spolu Boh a človek. Pamätajte, že my si nevyberáme Boha. ON si vyberá nás. Je jar, prvé z ročných období. Obdobie, prinášajúce život v prírode. Obdobie, v ktorom máme aj my šancu zbaviť sa toho, čo nám škodí a rozvinúť to, čo prináša dobro. Nedajme si zobrať vieru a nádej, že skutočne môžeme zanechať svoje zlozvyky, vášne a oslobodiť sa z otroctva ako tí, ktorí nasledovali Mojžiša do zaslúbenej zeme. Držím vám všetkým palce, aby sme boli úspešní a netrvalo nám to 40 rokov ako Izraelitom.

Prof. Ján Košturiak

(telesné cvičenia, otužovanie). Silu čerpám zo spoločenstva mužov – spolupútnikov v Exode 90, z pevnejšieho puta s Pánom, ale aj z pribúdajúcich „*pomaly zomierajúcich zlozvykov*“.

„Nedajme si zobrať vieru a nádej, že skutočne môžeme zanechať svoje zlozvyky, vášne a oslobodiť sa z otroctva.“

Exodus 90 nie je univerzálny program, nie je pre všetkých. No všetci sme povolani hľadať, nachádzať, začať a vytrvať na ceste poznávania, že sme milovaní a môžeme s Bohom budovať dôverný vzťah. Žijeme vo svete a tak je prirodzené, že aj na tejto ceste narazíme na nebezpečenstvá dnešného sveta. Poukážem na tri z nich:

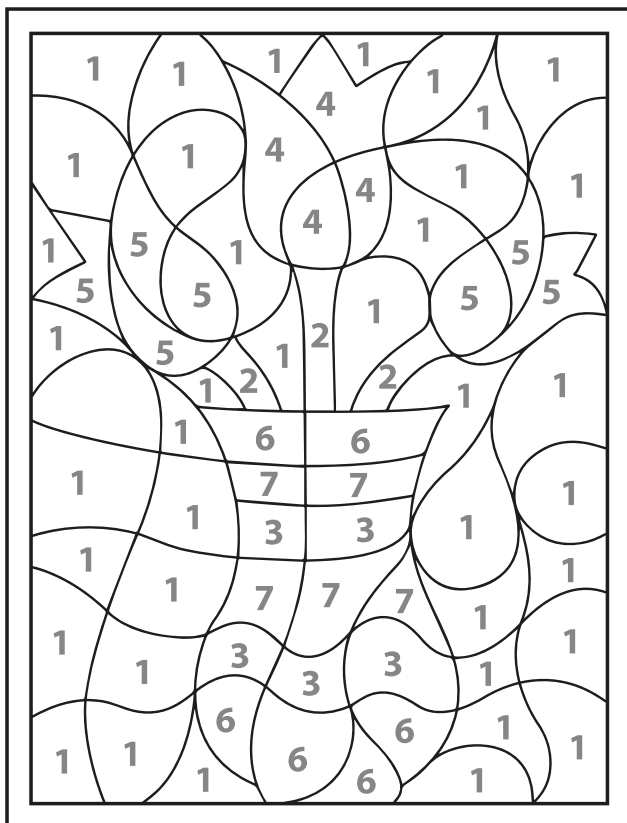
1. Súčasný svet je veľmi rýchly. V tej rýchlosti máme problém rozlišovať a správne sa rozhodovať. Pribúda ľudí, pre ktorých je zajtra už príliš neskoro, chcú všetko tu a teraz. Túžba po bohatstve, sláve, úspechu ich čoraz viac oberá o schopnosť vidieť pravé životné hodnoty.

2. Ďalším nebezpečenstvom je, že sa ľudia snažia dosiahnuť svoj úspech bez Boha. Nedali si tú námahu, aby sa spýtali Pána na Jeho názor. Stretávam ľudí, ktorí svojím správaním hovoria: Ja som Boh. Snáď v tej rýchlosti už stihli zabudnúť, že to, čo nás ľudí robí podobnými Pánu Bohu, to nie sú naše veľkolepé činy, ani naše silné ego. Hovorí sa: „*S kým sme, takí sme.*“ Ak človek úprimne chce byť ako Boh, potom prijme pozvanie „*Byť s Ním a v Jeho prítomnosti urobiť bilancovanie svojho doterajšieho života.*“ K tomu je potrebné vyhradiť si čas, odísť do ticha, v pokoji a s pokorou rozpoznať úspechy a pády, čo sa mi darí a čo nie, čo som dostal a dať, čo má skutočnú hodnotu

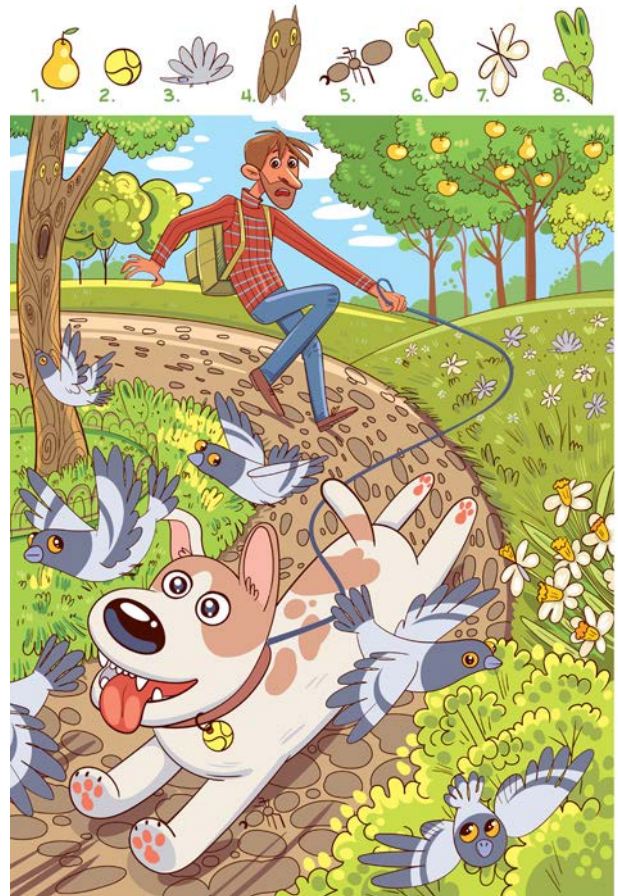
1. Nájdi sedem rozdielov.



2. Vyfarbi obrázok farbičkami podľa čísel.



3. Nájdeš na obrázku tieto veci?



OKOLIE PRIEVIDZE

Pohľad na Veľký Grič od Handlovského rybníka.

Ak sa človek vyberie na výlet do Prievidze, akosi inštinktívne očakáva, že prvé odporúčanie na výlet bude znieť: „Chodte do Bojníc.“ Toto mestečko je už natoľko známe na Slovensku i blízkom zahraničí, že jeho návšteva určite nie je oddychom. Najmä v letných mesiacoch. Ak sa trochu náročnejší návštevník poobzerá po okolí, zistí, že naoko nudné okolie ponúka zaujímavé výlety bez davov a pascí na turistov.

Aj keď je Horná Nitra považovaná za jeden z najviac zdevastovaných regiónov Slovenska, paradoxne ponúka zaujímavú turistiku v krásnej prírode. Reliéf kotliny uzavretej horami je príležitosťou na mnoho nádherných výhľadov do krajiny. Turista si môže vybrať, či sa vyberie na vrchol Klaku, Vtáčnika, Rokoša, Veľkého Griča, na Temešskú či Bralovú skalu, alebo na trochu vzdialenejší Strážov, ktorý dal názov celému pohoriu Strážovských vrchov. Všade bude prechádzať bukovými lesmi, ktoré sú miestami ešte naozajstnými pralesmi. Pri troche pozornosti si návštevník ľahko všimne zaujímavosť. Zatiaľ čo vrcholy na severozápade sú vybudované z vápencov druhohorného pôvodu, juhovýchodné kopce sú tvorené sopečnými horninami z treťohôr.

Naozaj, stredom kotliny prechádza akási pomyselná čiara, ktorá delí milióny rokov staré horniny. Na tejto línii je možné nájsť ďalšie zaujímavosti. Napríklad

v potoku blízko Veľkej Lehôtky vychádza na povrch uhoľný sloj, ktorý od nepamätí využívali miestni kováči. Alebo ak sa zahľadí pozorne na skalu pod prievidzkým románskym kostolom Panny Márie, zistí, že táto skala je pamiatkou na dávny sopečný výbuch. Jedná sa totiž o prúd dávno stuhnutej lávy, v ktorej sú dokonca napadané balvany, čiže takzvané „sopečné bomby“, ktoré vyvrhoval do dialky praveký vulkán.

Uhlie a jeho ťažba priamo či nepriamo dali vznik mnohým technickým pamiatkam. V priestoroch Bane Cígel môžu návštevníci sfárať do banského skanzenu. Menej odvážni môžu navštíviť Banské múzeum v Handlovej, kde dostanú všetky dôležité informácie o baníctve na menšom priestore. Zaujímavú vychádzku je možné absolvovať aj po náučnom chodníku na kamených moriach v okolí obce Malinová. Hektáre lesa plné kameňov sú svedectvom o dávnej ťažbe zlata jedno-

duchým vyplavovaním. Priaznivci železnice (ale nielen oni) môžu vyskúšať jazdu železnicou z Prievidze či Handlovej do Hornej Štubne. Na trati vybudovanej za prvej republiky sa nachádzajú dva viadukty a niekoľko tunelov. Najdlhší je Bralský tunel, ktorý je dlhý viac ako tri kilometre.

Paradoxne, intenzívna a extenzívna ťažba uhlia dala na Hornej Nitre možnosť pre zaujímavú prírodnú diverzitu. Vďaka poddolovaniu totiž vznikli Košovské mokrade. Jazerá, ktoré sú síce umelé (vznikli prepadosom povrchu po vyťažení uhlia, ale stali sa domovom rôznych druhov vodných a močiarnych rastlín a živočíchov. Len vtákov tam odborníci napočítali takmer 190 rôznych druhov. A to od začiatku dolovania uhlia pod týmto územím uplynulo len 30 rokov. Najmä počas jarného a jesenného ťahu sa teda oplatí vyraziť sem na vychádzku a nezabudnúť ďalekohľad alebo fotoaparát s teleobjektívom.



Veľkonočná holubica

V zimnom čísle časopisu sme ponúkli recept na vianočné poleno. V zahraničných receptoch budeme pokračovať aj tentokrát. Len sa presunieme z Francúzska do Talianska. Pripravíme si tradičný veľkonočný koláč. Nie však koláč v našom zmysle. Pripravou a konzistenciou pripomína skôr sladký vianočný chlebík panettone. Pôvodne sa jedná o milánsky regionálny recept, ktorého pôvod sa dá vystopovať až do šiesteho či siedmeho storočia. Či je to pravda, posúdime len ťažko. Čo však vieme isto, že veľkonočná holubica (v originále Colomba pasquale, Colomba di Pasqua) sa s priemyselnou výrobou v dvadsiatom storočí rozšírila z Milána po celom Taliansku a následne po celom svete.

Príprava je rozdelená do dvoch dní. Ideálne je preto začať popoludní prvého dňa a pečenie dokončiť dopoludnia druhého dňa. To je tradičný postup. Dá sa urýchliť použitím obyčajných kvasníc a jediným dvojhodinovým kysnutím. Štruktúra hotového výrobku však bude mať potom bližšie k našim koláčom ako k tradičnému talianskemu sviatočnému pečivu. Ktorý spôsob prípravy si vyberiete, nechávame len na vás.

SUROVINY

Cesto

- 90 ml vlažného **mlieka** (cca 37°C)
- 6 g **kvasníc** (najlepšie sú pivné, ale nie je to podmienka)
- 125 g **masla**
- 275 g **hladkej múky**
- 25 g **medu**
- 3 **žĺtky** (bielky odložte!)
- 90 g **cukru**
- **vanilkový struk**
- **kôra z pomaranča a citróna** (najlepšie bio)
- cca 75 gramov **kandizovaných citrusov**, ideálne pomarančov a cedrátov (druh citróna)
- štipka **soli**

Glazúra

- tri **bielky**
- 25 g **cukru**
- 30 g **vanilkového cukru**
- **mandľové lupene** na posypanie

POSTUP

- 1 Z kvasníc a 25 mililitrov vlažného mlieka pripravíme kvások. Vmiešame ho do 50 gramov múky. Na teplom mieste potom cesto necháme odpočívať približne pol hodiny zakryté potravinárskou fóliou.
- 2 Do cesta pridáme ďalších 40 mililitrov vlažného mlieka a 50 gramov múky. Opäť necháme odpočívať pol hodiny.
- 3 Do cesta pridáme 75 gramov múky, 40 gramov cukru a 25 mililitrov vlažného mlieka. Cesto miesime štvrt hodiny a postupne pridávame 40 gramov masla. Vzniknuté cesto by malo byť mäkké, ale nemalo by sa lepiť. Opäť necháme odpočívať, ale tentoraz dve hodiny.
- 4 Do cesta pridáme štipku soli, 50 gramov cukru, vanilku, kôru z pomaranča, 25 gramov medu a žĺtky. Cesto riadne premiešame a postupne pridávame 100 až 150 gramov múky. Podstat-



né je, aby sa cesto nelepilo. Pridávame aj 85 gramov masla. Na záver do cesta vmiešame kandizované citrusové plody. Cesto zakryjeme fóliou a necháme odpočívať 12 hodín na teplom mieste.

- 5 Cesto vyberieme z misy a riadne premiesime. Potom ho vložíme do formy. Originálna talianska forma má tvar štylizovanej holubice. V našich podmienkach môžeme použiť formu na bábovku, prípadne akúkoľvek inú formu na pečenie. Prípadne si z papiera na pečenie vytvarujeme vlastnú formu. V nej necháme cesto tri hodiny zrieť. Za tento čas by malo zdvojnásobiť svoj objem.
- 6 Pripravíme si z ingrediencií glazúru. Mala by mať hustejšiu štruktúru, aby z cesta nestekala. Potrieme cesto a posypeme ho mandľovými lupičkami, prípadne inými cukrárskymi ozdobami.
- 7 Pečieme 10 minút na 200°C a potom ešte 40 minút na 180°C. Do rúry môžeme pred pečením vložiť pohár s vodou, aby cesto zostalo vláčne.

Môže sa vám hodiť:



Forma na bábovku




Maslovačka



Potravinárska fólia



Nerezová misa

 Sieť predajní KINEKUS...					aar, ort	čudo, zázrak	prvý muž (bibl.)	zošit, po česky		cestovný prikaz (skr.)	banská chodba	riadok básne	1	dodatok	
					nemecký určitý člen				choroba korona- vírusu						
					kráča				vokaliz. predložka						
					4					lomcu niečím					
						meno Žbirku						prikrývka krku			
	zvrtné zámeno	odním						špióni							
	zadnou časťou	jedovaté rastliny	tamto (hovor.)	register ton (skr.)		hovorí nezmysly				Liga národ- dov (skr.)					
						veľmoc				vojenský odvod					
5							japonské olympijské mesto								
							francovka								
zatýkací rozkaz (zastar.)					bodavý hmyz			náš kari- katurista							
					zn. slan. tyčíniek			orol, po nem.							
ruský veľtok				dávala si záležať					český zápor		kód Estónska	Régie Renault			
				EČV okr. Poprad					rubídium (zn.)						
osobné zámeno			3			2									
EČV okresu Myjava			čistidlo na riad			rozhodca sporu									

Pripravil: Slovenský zväz hádankárov a krížovkárov, www.szhk.sk

Autor: J. Farkaš

Správne znenie tajničky pošlite do 15. 4. 2022

emailom na adresu kmagazin@kinekus.skalebo poštou na adresu **KINEKUS, s.r.o.**,**Rosinská cesta 13, 010 08 Žilina.****Päť úspešných riešiteľov bude
odmenených hodnotnými cenami.****SPRÁVNE ZNENIE TAJNIČKY Z MINULÉHO ČÍSLA (ZIMA 2021)**

„Krásne chvíle v kruhu rodiny a teple domova.“

Spomedzi všetkých úspešných riešiteľov sa šťastie usmialo na týchto výhercov:

- **Miroslava Kudolániová** Obliečka na vankúš KVETINY
- **Božena Palatinusová** Závesná dekorácia – zvonkohra
- **Barbora Fuzyzová** Ratanový košík na pečivo
- **Ján Lietava** Sada skutkovača a 24 bitov INGO
- **Mária Bulejová** Panvica na volské oká

GRATULUJEME!

Vtipy:

Rybár chytí zlatú rybku, vytiahne ju na breh a rybka
naraz prehovorí ľudským hlasom:
– Keď ma pustiš, splním ti tri želania!
Rybár na to pozerá ako bez rozumu, no kým sa spamätá
z prekvapenia, vykukne z vody iná ryba a hovorí:
– Nepúšťaj ju, keca!



Sedia dva medvede na lúke a so záujmom sledujú,
ako padá lístie zo stromov.
– Rád by som raz vynesol zimný spánok, aby som
videl toho chlapa, čo na jar tie listy lepí naspäť...



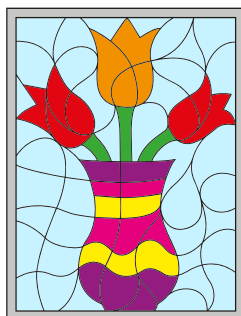
Chuck Norris vie zdvihnúť sedačku,
na ktorej práve sedí.

Správne riešenia zo strany č. 22

1.



2.



3.



TERAZ JE SPRÁVNY ČAS NA PORIADNE OPLOTENIE

SLUBUJEM.
DNES UŽ TEN PLOT
DÁM DOKOPY



Ohradové pletivo

výška 1,6 m, v balíku 25 m

409472556	poplastované, oko 55x55 mm	4,20 €
410116055	pozinkované, oko 60x60 mm	3,39 €

cena za bm

Pletivo HEX

zajačie pletivo, výška 1 m,
drôt hrúbky
1 mm, návin 25 m,
poplastované

15901611	13x13 mm	1,90 €
15901612	16x16 mm	1,59 €
15901613	20x20 mm	1,39 €
15901614	25x25 mm	1,10 €

cena za bm



Kotva na stĺpiky

pozinkovaná, dĺžka
550 mm, obsahuje
vymedzovacie krúžky
pre priemery
24/36/42/50 mm
40355450

9,90 €

Napínací drôt

na montáž
plotov, 78 m

50970278	poplastovaný	hrúbka 3,4 mm	10,90 €
40342230	pozinkovaný	hrúbka 3 mm	11,90 €



159 €

Bránka SOLID

oceľová, pozinkovaná+PVC,
jednoduchá, šírka (osová
vzdialenosť stĺpikov)
1073 mm, výška 1450 mm,
v komplete 2 stĺpiky a zámok
409545

Štvorcové pletivo

pozinkované, výška 1 m, oko 10x10 mm,
hrúbka drôtu 0,8 mm, v balíku 25 m

40342170



4,99 €

cena za bm

Stĺpik plotový

priemer 48 mm, výška
2100 mm, s plastovou
prichytkou a klobúčikom

41012050

pozinkovaný

11,50 €

41012001

poplastovaný

14,90 €



Tieniaca sieť

zelená, výška 1,5 m, dĺžka 10 m,
UV stabilizovaná, použitie na
plot, ohrady, steny

15901266	90% tienenie	25,90 €
15901261	80% tienenie	17,90 €

NAVŠTÍVTE KINEKUS ALEBO VYŠE
150 PARTNERSKÝCH OBCHODOV OZNAČENÝCH

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

BRATISLAVA 2X • TRNAVA – nová predajňa • NITRA • PÚCHOV • TREŇCÍN • PRIEVIDZA
ŽILINA • MARTIN • RUŽOMBEROK • POPRAD • PREŠOV • KOŠICE • ŠUMPERK (CZ)

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

Uvedené ceny sú koncové vrátane 20 % DPH a sú garantované počas akcie v trvaní od 7. 3. do 31. 3. 2022 alebo do vypredania
skladových zásob. Použité obrázky môžu mať ilustračný charakter. Dekorácie nie sú súčasťou výrobku. Prečiarknuté 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.

Overený partner
KiNEKUS



www.kinekus.sk

Ste pripravení? Jar je už tu!



Drevený vyvýšený záhon

pre stavbu vyvýšených záhonov,
rozmery 120x60x50 cm,
bez podlahy

4560001

97 €

Fóliovník MAX

oceľová galvanizovaná konštrukcia,
rozmery (vxšxd) 200x300x190-200 cm,
dvere a 6 okien, zelený

19105021

119 €



Kultivátor RET4014

elektrický, výkon 1400 W,
šírka záberu 40 cm,
priemer noža 20,5 cm,
hmotnosť 11 kg

252079

169 €



Dvojitý rebrík

drevený,
5-priečkový,
výška 165 cm

4020005

53 €



*Lepší ako
motyka :-)*

Záhradné rukavice

detské, dĺžka 21 cm,
výber z viacerých dekorov

64304595

2 €



Lopatka na sadenie

oceľová, dĺžka 32 cm,
s drevenou rúčkou

4100009 šírka 8 cm **2,39 €**

4100008 šírka 6 cm **2,30 €**



Záhradné nožnice INCCO

čeluste z uhlíkovej ocele,
celková dĺžka 220 mm, ergonomický
tvár rúčok s mäkkým uchytaním
z materiálu TPR., strihanie
do priemeru 16 mm

1538000601

INGCO



CENOVÝ TRHÁK

570 €

~~7 €~~

**Skús
KINEKUS**

**NAVŠTÍVTE KINEKUS ALEBO VYŠE
150 PARTNERSKÝCH OBCHODOV OZNAČENÝCH**

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

BRATISLAVA 2X • TRNAVA – nová predajňa • NITRA • PÚCHOV • TRENČÍN • PRIEVIDZA
ŽILINA • MARTIN • RUŽOMBEROK • POPRAD • PREŠOV • KOŠICE • ŠUMPERK (CZ)

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

Uvedené ceny sú koncové vrátane 20 % DPH a sú garantované počas akcie v trvaní od 7. 3. do 31. 3. 2022 alebo do vypredania
skladových zásob. Použité obrázky môžu mať ilustračný charakter. Dekorácie nie sú súčasťou výrobku. Prečiarknuté 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.

Overený partner
KINEKUS



www.kinekus.sk