

**207
DIVINOVÝCH
RECEPTOV**
ZO 68 KRAJÍN
V JEDNEJ KNIHE

RIKA:
**POUVAŽUJTE
DNES
O ZAJTRAJŠKU**

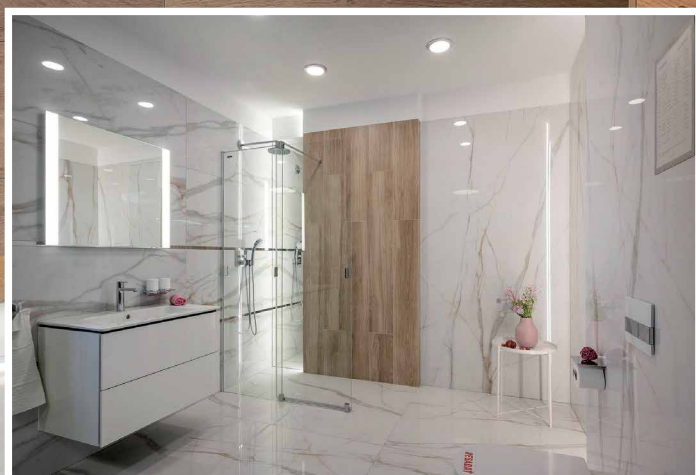
DETI
Z DETSKÉHO
KARDIOCENTRA
**ŽIJÚ
NAPLNO!**

**POPULÁRNY
INTERIÉR**
V EKLEKTICKOM
ŠTYLE

SUMČEK:
**ZDRAVÁ RYBKA
Z DOMÁCEHO
CHOVU**

*Táňa Pauhofová
Nikol je fascinujúca žena!*

Nové kúpeľňové štúdio



Nové trendy pre roky 2023 – 2024

Rezervujte si termín a pomôžeme Vám zadarmo s výberom kúpeľne.

PRESPOR, s.r.o., Turbínová 1, 831 04 Bratislava,

Tel.: 0911 567 664, pesko@prespor.sk, www.prespor.sk

PRESPOR

člen aliancie **CSAS**

Pouvažujte dnes o zajtrajšku

Interiérové pece RIKA nie sú len produkt, ktorý kúpite, ale sú súčasťou dobre fungujúcej tepelnej pohody, a okrem toho, pece dodajú charakter aj vášmu interiéru. Stelesňujú originalitu, vášeň a túžbu, ktoré prichádzajú s ohňom - sú interpretované moderným spôsobom a prispôbené modernému životnému štýlu.



Premýšľame o peciach a začleňujeme nové nápady

Prečo by nemalo byť možné jednoducho ovládať pece, zapáliť ich stlačením jedného tlačidla alebo mobilným telefónom, tabletom alebo aj pomocou počítača? Kombinovať pelety a drevené polená, vykurovať viac miestností súčasne alebo ich používať aj ako rúru na pečenie?

Od RIKA pecí môžete očakávať UŽI-TOK, OSOĤ a PRÍNOS ako aj vysoký komfort, pohodlné riešenie vykurovania, atribút dizajnu, jednoduché ovládanie, ľahké kúrenie, automatickú prevádzku, minimálnu bezúdržbovosť, tichý chod, dlhšiu a stabilnú výhrevnosť, rýchlosť vykúrenia a výrazné šetrenie nákladov na kúrenie.

Pece sú vybavené bez-káblovým senzorom teploty a, dnes už neoddeliteľnou súčasťou - Wifi-modemom - pre vzdialené ovládanie a kontrolu.

„Všetko, čo nás definuje, je v každej z našich pecí! Neustále pracujeme na ďalšom vývoji našich pecí, aby sme vyhovelí najvyšším nárokom,“ hovorí Karl Riener, majiteľ spoločnosti RIKA.

Pece na pelety – jednoduché riešenie, útulný oheň s plne automatickým pohodlím

Pece na pelety kombinujú atmosféru tradičnej pece s najmodernejšou technológiou a maximálnym jednoduchým používaním. Okrem rýchleho prívodu tepla a tichej prevádzky sa pece na pelety vyznačujú predovšetkým svojim priestorovo úsporným dizajnom. Automatická dodávka paliva, pohodlné ovládanie pomocou dotykového displeja a samočistenie roštu (v závislosti od modelu) je len niekoľko výhod pecí na pelety.

Pece na drevo - klasická hra s plameňmi, ktorá vytvára atmosféru

Od prirodzeného vzoru plameňa, až po typické praskanie: pece na drevo oslovujú všetky zmysly. Poskytujú nielen príjemné teplo, ale tiež vytvárajú veľmi špeciálnu atmosféru. Pece RIKA stelesňujú originalitu kombinovanú s moderným kúrením, ktoré je vďaka inteligentnej technológii obzvlášť priateľské k životnému prostrediu. Nezanedbáva sa ani pohodlie: okrem manuálneho riadenia horenia je možné proces spaľovania do značnej miery regulovať automatic-

ky pomocou technológií RIKATRONIC 3 a RIKATRONIC 4.

RIKATRONIC 4 – Zapálte pec stlačením tlačidla, keramický zapalovač spoľahlivo zapaluje pripravené palivové drevo cez zapalovač a zaisťuje príjemné teplo, kedykoľvek budete chcieť.

Kombinované pece - Ceníte si všestrannosť, či už ide o drevo alebo pelety?

Výhody kombinovaných pecí

Kombinované pece kombinujú to najlepšie z oboch vykurovacích systémov v jednej peci. Ponúkajú klasický oheň a súčasne technológiu pecí na pelety. Pre tých, ktorí sa nemôžu alebo nechcú rozhodnúť, je kombinovaná pec presne tou pravou vecou: typické praskanie a sálavé teplo kúrenia na drevo v kombinácii s pohodlnou a intuitívnou ovládateľnosťou pecí na pelety. Na prepínanie medzi režimom kúrenia na drevo a peletami nie je potrebné na peci nič meniť. Kombinovaná pec má plne automatickú detekciu paliva. V spojení s účinnosťou a šetrnosťou k životnému prostrediu sa vykurovanie stáva čistým potešením.



RIKA Slovensko s.r.o.
Oficiálny dovozca
pecí RIKA pre SR
Pletiariska 12/A
969 01 Banská Štiavnica
www.rikapece.sk
rikapece@rikapece.sk

PRENIKAVO INTELIGENTNÁ TÁŇA PAUHOFOVÁ VYRIEŠI AJ TEN NAJZLOŽITEJŠÍ PRÍPAD!

Komedialno kriminálny seriál s názvom Výnimočná Nikol je na obrazovkách TV Markíza každý štvrtok o 20:30. Seriálová novinka v sebe umným spôsobom spája komediálny a krimi žáner. Ide o osemdielny seriál, kde každá časť je uzavretý policajný prípad. Všetky kriminálne prípady ako aj lokácie, kde sa seriál natáčal sa pri výrobe prispôbovali divákovi tak, aby to bolo pre ňo najviac prirodzené.

Tehotenstvo

Táňa Pauhofová natáčala Výnimočnú Nikol so sladkým tajomstvom pod srdcom. Zo zákulisia sme sa dozvedeli, že ani tento fakt neovplyvnil jej výkon. „Tánička je absolútna profesionálka, ktorá k svojej práci pristupuje maximálne zodpovedne a na natáčanie prišla vždy 100% pripravená. Vôbec si nevyžadovala žiadne úľavy a v ničom nepoľavovala, aj keď mala večer predstavenie, skoro ráno bola napláci.“ Televízia spolu s produkciou sa jej snažila

vytvoriť čo najlepšie podmienky. Najviac dalo Tánine tehotenstvo zabrať kostýmérkam, ktoré jej kostými museli upravovať. Nebola to však žiadna komplikácia. V tíme mali totiž vynikajúcu kostýmovú výtvarníčku Danicu Raytchev a kostymérky Esterku Kminiakovú a Veroniku Jajcajovú, ktoré pri úprave kostýmov doslova „kúzlili“. Okrem tehotenstva však dal kostymérkam zabrať aj extravagantný štýl hlavnej predstaviteľky. „Nicol bola pre mňa spočiatku veľká výzva. Mala som tendenciu posúvať ju do klasickej podoby. Nakoniec to však bola v kombinácii s Táničkou zábava a na konci seriálu sa mi zdalo, že je vlastne normálne sa takto obliekať“, hovorí Danica Raytchev.

Aký je seriál MIN z pohľadu Táni Pauhofovej?

Je to poctivá, prekvapivá a zábavná kriminálka, ktorá búra predsudky.

V seriály stvárnujete nekonvenčnú postavu Nikol. Ako ste sa s jej postavou zžili a ako sa Vám hrala?

Zo začiatku som mala veľký strach a rešpekt. Bála som sa, či som si tej "hereckej výzvy" nevzala na seba viac, ako zvládnem:) Nicol je energické tornádo, bezprostredná, nekonvenčná žena a matka. Je otvorená, priama, drzá a nesmierne inteligentná, hlava jej beží úplne inak, ako nám obyčajným smrteľníkom:) Vďaka dôvere a trpezlivému vedeniu režisérky Marty a Evity, ktorá na celý projekt dohliadala, som si ale Nicol obľúbila viac, ako som si vôbec dokázala predstaviť. A bavilo ma to s ňou nesmierne. Ja totiž toľko spontánnej odvahy ako Nicol nemám, takže bolo oslobodzujúce si ju na pár mesiacov požičať a skryť sa za ňu. Aj keď Marta tvrdí, že mám s Nicol spoločné viac, ako som si ochotná pripustiť)

Vaša postava je skutočne zaujímavá, ale prezradte čitateľom viac.

Nicol je fascinujúca žena! Lepšie ju raz vidieť ako stokrát o nej počuť (čítať). Je to divoká, neriadená strela s obrovským IQ, hlava jej funguje v neuveriteľných rozmeroch a ona sa ju neustále snaží dobehnúť.

Je to zároveň milujúca a trochu netradičná mama troch detí, s úžasným nadhľadom a odvahou, vyzerala to tak, že sa ničoho nebojí. A aj keď pôsobí tak, že sa s ňou nedá vydržať, je to úplná správnačka:) Mať takú kamošku vlastne môže znamenať byť dosť v bezpečí. Ak má na to človek guráž)

Čím vám osobne táto žena najviac učarovala?

Všetkým vyššie spomenutým, aj keď to nebola láska na prvý pohľad a hľadali sme si k sebe cestu:) Už na ňu ale nedám dopustiť! Páči sa mi na nej, ako búra predsudky. Človek by si pri pohľade na ňu povedal, že je to nejaká nezodpovedná zbesne-



tá idiotka, milujúca zvieracie vzory, ktorá nevie do päť narátať. A ono je to všetko inak, je to múdra silná žena, ktorá sa akurát spolieha sama na seba, naučila sa za seba a svoje deti zabojovať, má trošku problém s nezrelými autoritami, lebo pri svojej vyťaženeosti na ne nemá čas. Je slobodná a tú ťažobu v hlave si kompenzuje ľahkosťou a veselosťou, čo sa prejavuje aj na tom, ako vyzerá. Nikol aj mňa učí príliš rýchlo nesúdiť a neškatulkovať.

Mali ste v tomto seriáli aj nejakú vyslovene náročnú alebo kurióznú scénu?

Náročná bola každá, ktorá bola pre Nikol úplne prirodzená - tým myslím objasňovanie a vysvetľovanie toho, čo jej bolo zrejme lusknutím prsta. Lebo mne teda nie:) Kuriózna zas pre mňa bola jej divokosť.

Je niečo, čo máte s Nikol spoločné alebo naopak ste úplne rozdielne?

Ja si práve (na rozdiel od Marty) myslím, že spoločného toho máme iba máličko. Tiež nemôžem spať, keď neviem vyriešiť niečo, čo ma trápi, tiež mám dosť dobre zvládnutý multitasking, tiež som pomerne vnímavý jedinec. Ale všetko sa to navonok prejavuje úplne inak:) A rozhodne nemám väčšinu času tak v paži, ako Nikol. Bodaj by:)

Nikol vystihuje bujarý módný štýl. Mali ste aj Vy slovo pri výbere kostýmov alebo ste plne dôverovali kostýmérkam?

Zo začiatku som iba mlčala a skúmala, kam sa až dá zájsť. Postupom času sme si s fantastickými dievčatami Danickou - kostýmovou výtvarníčkou a Ester s Veronkou úplne ulietali na Nikolinej bujarosti, farebnosti a celkovom eklektizme, strašne nás to bavilo, keďže je to na mile vzdialené všetkému, čo by som za normálnych okolností dokázala vymyslieť a skombinovať. Ja som napríklad ani netušila, že sa také vecičky dajú v obchode kúpiť. Úžasné.

V seriáli stvárníte hlavnú rolu, mali ste pomerne veľa natáčacích dní a točilo sa na viacerých lokáciách. Ako ste zvládli zladíť seriál aj so svojimi povinnosťami v divadle a osobným životom?

Chvilami to nebolo jednoduché, naopak. Z práce som ale mala veľkú radosť, bola

to poctivá, dobrá robota, a to mám rada. Okrem toho som mala šťastie na úžasný štáb, boli to tak milí, láskavi profesionáli, ktorí boli ochotní kedykoľvek pomôcť, rozveseliť...Myslím si, že sme boli dobrý tím. A s dobrým tímom a kvalitnou robotou sa dajú zvládnuť aj ťažšie chvíle, únava a iné životné nástrahy:)

Kedy sa stíhate učiť také veľké množstvo textov nielen k seriálu, ale aj do divadla?

Priebežne. V pauzách, v divadle keď nemám výstup, po ceste na plac alebo domov...Mám zatiaľ našťastie dobrú pamäť, čo som v týchto piatich mesiacoch neraz veľmi ocenila:))

V seriáli hrá Vášho televízneho partnera Kamil Mikulčík. Ako sa vám spolu hrá? Je to prvýkrát, čo spolu hráte?

Takto blízko a intenzívne sme spolu hrali prvýkrát, a ak to divákov bude baviť, snáď nie posledný.



V seriáli stvárníte postavu obklopenú mužmi (Kamil, Tomáš Maštálir, Dušan). Sedí Vám postava koketujúcej ženy ktorou šťastí Nikol je?

Tak nad týmto som ani raz nezapremýšľala. U Nikol je to hra, teší sa z toho a ťažkú hlavu si z toho nerobí. Ja tiež nie, ale to preto, že to nevnímam a cieľene s tým nepracujem. Rozhodne seba nevnímam ako koketu, to by bola strašne smiešna predstava:)))

V seriáli sa objaví aj Zuzka Krónerová, ktorá stvární Vašu maminu a Dušan Kaprálik ako Váš sused. Je to už druhýkrát, čo Vám p. Krónerová hrala seriálovú mamu. Vnímate ako herečka to, že na pláci hráte s legendárnymi hercami, ktorí možno aj pre Vás boli niekedy vzorom?

Nie druhýkrát, minimálne tretí:) Pre mňa je vždy najväčší dar, keď mám vynikajúcich hereckých partnerov, ktorých obdivujem, ktorí inšpirujú a vedia nás potiahnuť. S dobrým hereckým partnerom máte polovicu práce hotovú, a keď je to aj vzácny človek, je to čistá radosť.

Máte za sebou viac úspešných seriálov napr. Milenky, Bez vedomí... Každý z nich bol tematicky iný. Ktorá z postáv, ktorú ste v nich stvárnili Vám bola najbližšia?

Na túto otázku asi nie som dlhodobo schopná odpovedať. Našťastie že je to všetko úplne iné. A všetko to má veľký kus mňa. Takže najbližšia? Neviem. Ale cudzia - v konečnom dôsledku - ani jedna.

Prečo by si diváci televízie Markíza mali pozrieť tento seriál v TV?

Môžu v ňom nájsť niečo, čo bežne v našej TV nie je a myslím si, že to môže byť veľmi príjemne strávená hodinka:)

Ako sa vám s Eitou a spoločnosťou NUNEZ NFE spolupracovalo?

Vynikajúco, mala som v nich veľkú oporu. S Eitou a Martou som mohla otvorene diskutovať a spoluporiť, čo je u nás veľká vzácnosť. Produkcia sa o mňa láskavo starala a poskytla mi komfort pre nie vždy ľahké dni, všetkým som veľmi vďačná.

Rozhovor: TV Markíza
FOTO: TV Markíza

Eklektický štýl

Ing. Iva Bastlová, DiS.

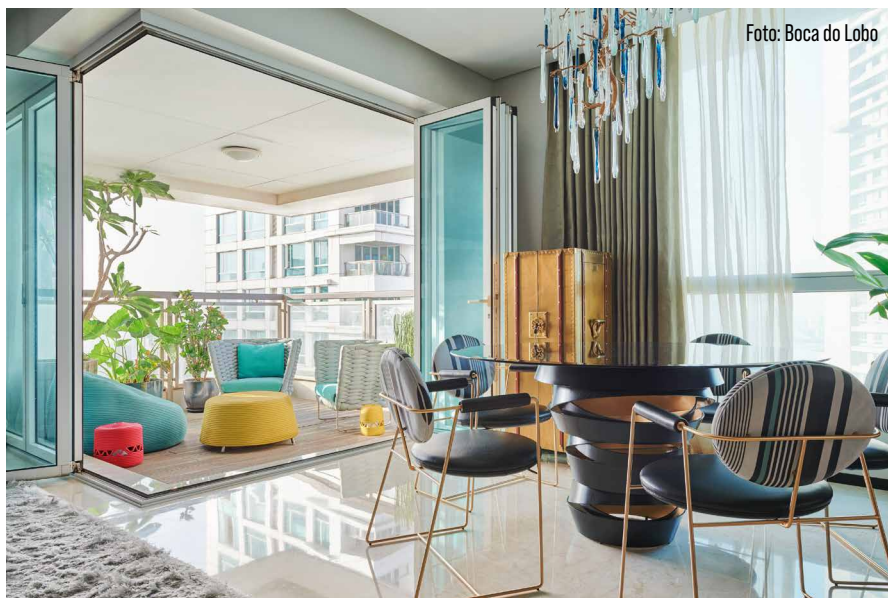


Foto: Boca do Lobo

Aj keď je v súčasnosti zariadenie interiérov v eklektickom štýle populárne, a to najmä v zahraničí, neznamená to, že ide o horúcu novinku, ako si mnohí myslia. Z architektúry ho poznáme hlavne z obdobia na prelome 19. a 20. storočia. Pôvodne však vzišiel z filozofie a samotný pôvod slova vychádza z gréckeho jazyka „eklektikos“ a znamená „vybrať to najlepšie“. Ide teda o zámerné kombinovanie a miešanie rôznych štýlov do jedného celku. Eklektický štýl sa vyznačuje tým, že sa v podstate nejedná o zvláštny, presne definovaný štýl. Ide o vypožičanie rôznych štýlov, myšlienok a teórií čerpaných z rôznych období a rôzneho pôvodu a ich spojenie v rámci jedného projektu.

K tomu, aby projekt v eklektickom štýle vyzeral harmonicky, súdržne a ucelene, je potrebné veľa úsilia, myšlienok a kreativity. Aj keď všetko pôsobí „náhodne“, je tvorba v tomto štýle jednou z najnáročnejších.

Predpokladá sa, že prvým človekom, ktorý priniesol na svet termín „eklektický“, bol Johan Joachim Winckelmann (nemecký historik umenia a archeológ), ktorý tento termín použil pre obraz od Carracciho, ktorý vytvoril svoje dielo

kombinujúc tradičné s prvkami renesancie.

Ako hnutie sa eklektizmus prvýkrát objavil v Európe, čiastočne vznikol z francúzskeho štýlu a britskej viktoriánskej architektúry, kde boli architekti viac povzbudzovaní k väčšej výrazovej a tvorivej slobode než k nasledovaniu požiadaviek svojich klientov. Obľubu tohto štýlu umoc-



Foto: GCN Turismo

nil aj pokrok v technológiách a možnosti používať aj iné nielen klasické materiály. Jeho mimoriadna obľuba trvala až do 40. rokov 20. storočia, keď ho nahradil modernizmus.

V interiéroch sa však používa dodnes, a ako bolo už na začiatku článku zmienené, stáva sa v súčasnosti stále obľúbenejším. Pre jeho charakteristiky by sa dali použiť slová:

- rozmanitý
- originálny
- osobitý
- nepredvídateľný
- jedinečný
- a hlavne premyslený

Dôvod jeho zvýšenej obľuby sa dá hľadať v súčasných potrebách individualizmu, ladenia priestoru podľa svojich osobných potrieb, predstáv, vybočovanie z uniformity a sterility, k čomu prispieva i doba lockdownu a koronakrízy.

Eklektický štýl nemá v podstate žiadne pevne dané pravidlá, ako by mal interiér v tomto duchu vyzeráť. Keby sme však chceli vybrať základné možnosti, ktorými sa dá vytvoriť tento štýl, vyzerali by nasledovne:

Kombinujte vzory a textúry

Dajte spolu napríklad pásika a kvetinové vzory a pod. a držte sa rovnakých alebo podobných farieb.

Kombinujte staré a nové

Tento štýl je skvelý na kombinovanie starého a nového nábytku – netreba tak obľúbenú komodu po príbuzných ukrývať, ale urobiť z nej ústredný motív. Spýtajte sa klientov, aké majú poklady a chcú ich využiť!

Kombinujte rôzne štýly nábytku

V tomto štýle je potrebné vybočiť zo zabehnutých pravidiel, to znamená použiť napríklad retro stoličku, plast a kov a ďalšie.

Kombinujte kultúry

Multikultúrny mix patrí už niekoľko rokov k stále opakovaným trendom. Často sa

hovorí o prepojení a medzikultúrnych vplyvoch. Dajte teda folklórny motív vedľa čistej moderny, alebo orientálny dekor do severského štýlu.

Použite výrazné farby

V tomto štýle nie je podmienkou mať výrazné farby, ale je to časté. Práve pomocou farieb, prípadne pomocou presne definovanej farebnej palety sa celý interiér spojí i napriek tomu, že jeho jednotlivé prvky sú nesúrodé.

Vytvorte farebnú linku

Nech je interiér viac či menej farebný, je vhodné najmä aspoň jednu doplnkovú farbu, ktorá spojí všetko ako niť.

Použite neutrálne

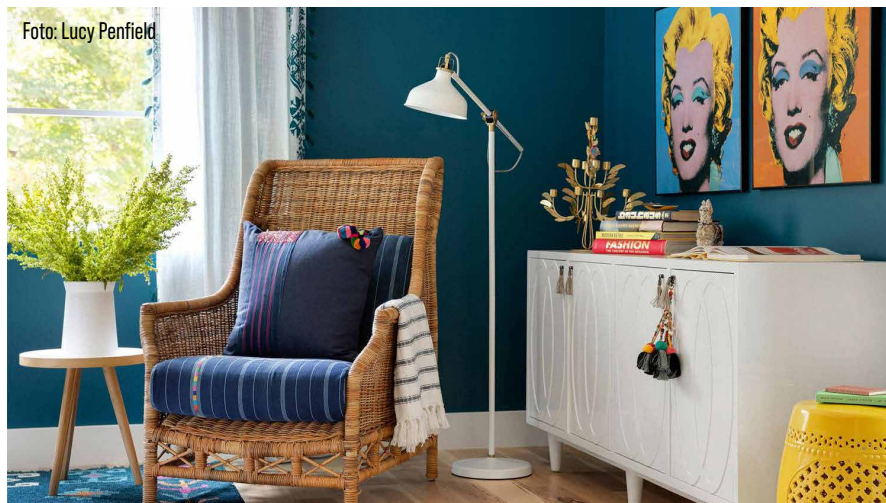
V prípade, že budete kombinovať výrazne odlišné štýly nábytku, pokojne použite ako základ neutrálnu paletu farieb. Syté farby nie sú nutnosťou.

RADA: Pri tvorbe interiéru v eklektickom štýle hľadajte, alebo definujte jednotiaci prvok (napríklad farbu, textúru) a ústredný bod.

K základným radám môžeme pridať ešte niekoľko osvedčených tipov, ktoré sa dajú pri návrhu i realizácii použiť:

Použite živé rastliny v nádobách

Práve obaly na kvetináče môžu umocniť kombinovanie štýlov a navyše interiér bude vďaka kvetom príjemnejší a pestrejší.



Dekorujte umením

Ako bytové doplnky vyberte umelecké predmety alebo s ich pomocou dekorujte steny. Pre klientov vyberajte originály, nie tuctové doplnky zo supermarketov, s nimi rozhodne nedosiahnete osobitosť. Na konzultácii sa klienta spýtajte, aké obrazy má a chce ich v interiéru využiť.

Prekvapte nečakaným detailom

Môže nim byť napríklad netradičná farba podlahovej krytiny alebo tapeta na strope. Zapojte fantáziu a myslíte kreatívne!

Pridajte voľný priestor

Aby bol priestor harmonický, aby mohlo ústredný motív „dýchať“, je potrebné v niektorých častiach nechať voľný priestor.

Urobte krok späť

Ak je toho v priestore (alebo v návrhu) príliš veľa – urobte krok späť. Všetkého veľa škodí!

Pozvánka na 11. ročník konferencie INTERIÉRY

Si interiérový dizajnér, architekt, výrobca alebo realizátor?

Potom nesmieš vynechať prednášky na tému trendy a tradície na konferencii INTERIÉRY, na ktorej sa nielen vzdeláš, ale zároveň stretneš kolegov.

KEDY: štvrtok 3. 11. 2022

KDE: BVV, Brno

Registrácia je on-line na
www.konference-interiery.cz

— INZERCIA —

Skladom v nás,
do pár dní u Vás doma!

DREVA

Garáž pre karavan
4x8 m
(hrúbka steny) 44 mm
cena 6500 €

Poľana
4x3 m
(hrúbka steny) 44 mm
cena 3200 €

Viac typov domčekov nájdete na našej stránke www.dreva.sk

DETI Z DETSKÉHO KARDIOCENTRA ŽIJÚ NAPLNO!



Nadácia Detského kardiocentra sa zaujíma o pacientov aj po prepustení z hospitalizácie. Pre deti s ochorením srdca zabezpečuje už šiesty rok pomoc prostredníctvom špeciálnych pedagógov, ktorí navštevujú pacientov v pohodlí ich domova a pomáhajú im prekonávať ochorením spôsobené hendikepy.

„Deti po operáciách závažných srdcových chýb môžu mať poruchy psychomotorického a neuropsychického vývoja. U malých detí môže ísť o oslabenie hrubej motoriky, u dieťaťa v predškolskom veku oslabenie jemnej motoriky, poruchy pozornosti a reči. V školskom veku sa pridružujú problémy v matematických a čitateľských zručnostiach. Postupne sa u detí môžu objaviť aj komplexnejšie diagnózy, napríklad porucha pozornosti s hyperaktivitou, špecifické poruchy učenia, čo dlhodobo ovplyvní ich schopnosť rovnocenne sa zaradiť medzi zdravých rovesníkov. Preto máme záujem pracovať na projekte komplexnej starostlivosti o našich pacientov, ktorý bude zahŕňať aj sledovanie neuropsychického vývoja, včasnú intervenciu na jeho posilnenie a poskytovanie špeciálno-pedagogického prístupu a individuálneho vzdelávania. Veríme, že komplexný program starostlivosti pomôže rodinám s deťmi s ochorením srdca zvládvať ťažkosti, ktoré im život prináša, a hlavne prispieť

k zvýšeniu kvality ich života,“ vysvetlila doc. MUDr. Ľubica Kováčiková, PhD., primárka Oddelenia anestéziológie a intenzívnej medicíny DKC, predsedníčka Správnej rady Nadácie Detského kardiocentra.

Do dnešného dňa sa nadácii podarilo v rámci projektu Žijem naplno edukovať už viac ako 70 malých pacientov z celého Slovenska vo veku 3 - 12 rokov. Kým prvý rok začínali s desiatimi deťmi zo západného Slovenska, postupne sa projekt rozrástol do všetkých kútov Slovenska, do miest ako Bratislava, Malacky, Levice, Pezinok, Topoľčany, Trenčín, Banská Štiavnica, Zvolen, Bánovce nad Bebravou, Žilina, Humenné, Prešov či Poprad.



„Na projekt Žijem naplno sme veľmi hrdí a zároveň vďační jeho podporovateľom za to, že si ho môžeme dovoliť realizovať. Po piatich rokoch úspešného fungovania projektu a pravidelnej komunikácii s malými kardiologickými pacientmi a ich rodinami poznáme významný efekt práce odborníkov - špeciálnych pedagógov s týmito deťmi. V pohodlí domova riešia problémy, ktoré vznikli u pacientov v neuropsychickom vývoji po dlhodobých a častých hospitalizáciách, anestéziách a zákrokoch súvisiacich s ich vážnym ochorením. Veríme, že aj vďaka sponzorom budeme môcť zaraďovať stále viac našich detí do projektu v rámci celého Slovenska,“ povedala PhDr. Mária Kadlečíková, riaditeľka Nadácie detského kardiocentra.

Tento rok je špeciálny tým, že do projektu je možné vďaka dlhoročnému stabilnému partnerovi nadácie, spoločnosti Slovclean, a. s., pridať rekordných dvadsať nových detí, ktoré dostanú možnosť napredovať prácou s našimi špeciálnymi pedagógmi.

„Sme šťastní, že sme pomohli na svet takému dôležitému projektu, vďaka ktorému majú deti s ochorením srdca špeciálnu starostlivosť aj po odchode z nemocnice. Takáto starostlivosť bežná v zahraničí, na Slovensku úplne absentovala. U nás končila odchodom z nemocnice. Prítom je pre deti nesmierne dôležitá, aby čo najskôr dobehli zameškané v škole a a vrátili sa aj so svojím hendikepom do normálneho života, ktoré si zaslúži každé dieťa bez rozdielu. Pre tento ročník sme sa rozhodli finančnú pomoc, ktorú nadácii poskytujeme, zdvojnásobiť, aby sme pomohli ešte väčšiemu počtu detí. Aj do budúcnosti určite plánujeme v spolupráci pokračovať. Projekt Žijem naplno pomohol aj nám nájsť zmysel v práci a podnikaní,“ povedal Ing. Marian Lalik, generálny riaditeľ spoločnosti Slovclean.

MOTIVUJME DETI K STAROSTLIVOSTI O ZDRAVIE

V jesennom a zimnom období nám okrem vírusov sezónnej chrípky, s ktorou už ako tak vieme existovať a dokážeme sa pred ňou brániť aj účinnou vakcinou, nám pred dvoma rokmi pribudol i nový nepriateľ – ochorenie COVID-19. Jeho útoky sú, našťastie, už miernejšie, ale stále sú, nezmišli. Okrem ochrany aktuálnou očkovacou látkou preto má dôležitú úlohu osobná aktívna ochrana pred možnou nákazou aj u malých škôlkarov a školákov – dostatočná hygiena dieťaťa (najmä rúk), obmedzenie hromadných kontaktov alebo ochrana respirátorom... Pomôže aj preventívne zvyšovanie obranyschopnosti organizmu vhodným výživovým doplnkom.

AKTÍVNA OCHRANA ZDRAVIA

Organizmus má na ochranu pred baktériami, vírusmi a infekčnými chorobami vybudovaný imunitný systém, niečo ako pohotových bodyguardov, ktorí nás strážia pred vonkajšími i vnútornými nepriateľskými útokmi. Dennodenne je však tento systém poškodzovaný stresom, znečisteným životným prostredím, nezdravým životným štýlom. Oslabený organizmus ťažšie odoláva, baktérie i vírusy ho ľahšie prekonajú.

Základom dobrej imunity organizmu je zdravý životný štýl, vyvážená strava bohatá na živiny, dostatok pohybu, spánku, vyhýbanie sa stresu a dôkladná hygiena. Už malé deti motivujeme k tomu, aby chceli byť zdravé, aby si napríklad

samy od seba umývali ruky po použití WC a pred každým jedlom, aby si vedeli (a chceli) vyčistiť nos a odhodili papierovú vreckovku do koša, a nie vedľa kociek lega a pod. Obranyschopnosť významne podporuje aj pestrá strava obsahujúca dostatok ovocia a zeleniny, orieškov a semiačok, ale tiež aj primerané množstvo bielkovín, tukov a sacharidov. Optimálne zloženie stravy obsahuje približne 50% ovocia a zeleniny, 25% sacharidov a 25% bielkovín. Tiež nesmieme zabúdať na dostatočný pitný režim, ktorý je dôležitý aj pre odstraňovanie nečistôt z tela. Spolu s vhodnými pohybovými aktivitami všetky tieto body vytvárajú podmienky pre udržanie zdravia a dobrej imunity. Ak je však imunita oslabená, alebo je rizikových faktorov príliš veľa, môžeme si pomôcť i s vhodnými výživovými doplnkami, prírodnými antibiotikami (cibuľa, cesnak, zázvor). Dôležité sú aj antioxidanty a tiež beta glucan z hľivy ustricovej – vo vedeckej, ale už i bežnej verejnosti dobre známy imunomodulátor.

AKO CHRÁNÍ BETA GLUCAN

Pre obranyschopnosť organizmu je optimálne, ak potrebné vitamíny a minerálne látky dieťa získa zo stravy, ale ani ich doplnenie z vhodných výživových doplnkov nie je na škodu. Imunitu občas, najmä v kritickom období, treba postrčiť do jej práce, teda do účinnej ochrany organizmu a boja s nepriateľskými vírusmi. V tom

môže pomôcť známy imunomodulátor – beta glucan. Ide o prírodnú látku, ktorá sa bežne vyskytuje v strave. V prírodnej forme je však beta glucan zmiešaný s ďalšími látkami, vďaka ktorým ho imunitné bunky nevedia rozpoznať a využiť. Očistením beta glucanu, získaného z hľivy ustricovej, od prirodzene sa vyskytujúcich prímiesí sa imunitným bunkám ulahčí jeho rozpoznanie receptormi a zvýši sa účinok. Vysokočistý beta glucan (93 %) aktivuje imunitné bunky, čo vedie k zvýšeniu ich fagocytickej aktivity (chuti bojovať s nepriateľmi), teda chrániť organizmus pred nepriateľskými vplyvmi.

Spoločnosť Natures vyrába výživové doplnky s vysokočistým beta glucanom: Beta glucan 120+ s vitamínom D, ako aj 240+ obohatený o vitamíny C a D, ktoré prispievajú k správnej funkcii imunitného systému a je vhodné ich užívať najmä v čase vyššej chorobnosti. Na pravidelnú podporu u menších detí sú k dispozícii aj výživové doplnky s vysokočistým beta glucanom vo forme sirupov: Beta glucan Detský sirup 1+ (od jedného roka) s obľúbenou príchuťou lesnej jahody a vitamínom C a tiež Beta glucan Detský sirup+ pre deti od 3 rokov, ktorý obsahuje aj vitamín C. Okrem nich sú v ponuke i tabletky na cmúľanie – GluCandy s beta glucanom, šipkovým extraktom a prírodným vitamínom C.

Všetky produkty sa dajú kúpiť v lekárnach a online na www.natures.sk

Beta glucan: účinná podpora počas jesennej sezóny



Beta Glucan Detský sirup 1+

- bez konzervantov
- pre deti od 1 roka
- s obsahom beta glucanu a vitamínu C
- prírodná jahodová príchuť

Beta Glucan 240+ 30 kapsúl

- významná dávka beta glucanu + vitamín C a D pre správne fungujúci imunitný systém*
- vhodný pre každodenné užívanie

10% zľava na celý nákup na www.natures.sk
Zľavový kód: jesen22

Zľava platí na jeden nákup. Zľavový kód platí do 24.11.2022

Výrobca: Natures s.r.o., A. Sládkoviča 33, 91701 Trnava, natures@natures.sk, tel: 033/5501673. Vyrábané v systéme riadenia kvality ISO 9001:2008 a systéme bezpečnosti potravín ISO 22000:2005. *Schválené zdravotné tvrdenie podľa Nariadenia (ES) č. 1926/2006 pre vitamín C.



PREMIOVÉ Bývanie



MENÍME SVET POISTENIA

- Uzatvorenie poistnej zmluvy ONLINE
- Poistenie všetko v jednom „ALL IN ONE“
- Nadštandardné limity poistného plnenia pre poistenie stavieb a domácností



DIGI

S L O V A K I A

DIGI Slovakia – skvelý výber programov a svetový šport

PREMIER LEAGUE NA DIGI ĎALŠIE 3 ROKY

DIGI prináša skvelé správy pre športových fanúšikov. Zápasy najprestížnejšej anglickej Premier League si zákazníci vychutnajú na obrazovkách aj v ďalších 3 sezónach. LIVE zápasy budú vysielané na nových športových programoch CANAL+ SPORT HD. DIGI športová ponuka aj naďalej obsahuje exkluzívne zápasy Ligy majstrov, Serie A, Bundesligy či LaLigy. Navyše, najbližšie dva roky si zákazníci DIGI budú môcť vychutnať každý zápas Ligy majstrov UEFA.

Noví zákazníci pri prechode do DIGI môžu využiť inštalčný bonus, s ktorým získajú satelit a inštaláciu bez poplatku.

PREMIER LEAGUE NA DIGI ĎALŠIE 3 ROKY

DIGI aj nasledujúce 3 roky bude prinášať živé prenosy Premier League na nových športových programoch CANAL+ SPORT, ktoré zákazníci získajú v balíku Premium. Vysielané budú v HD kvalite so slovenským a českým komentárom. Vo vysielaní budú aj zápasové štúdiá, magazíny a mnoho ďalšieho zaujímavého športového obsahu. V DIGI GO navyše pribudnú programy CANAL+ Sport 3-7, zákazníci si tak môžu celkovo vychutnať až 380 zápasov.

„Tešíme sa, že Premier League ostáva v DIGI ponuke aj ďalšie 3 roky a naši zákazníci si môžu vychutnať futbalové zážitky ich obľúbených klubov,“ povedal Michal Mažár, riaditeľ marketingu a predaja. Futbaloví nadšenci si tak v DIGI prídu na svoje pri veľkom počte zápasov päťce špičkových futbalových súťaží: Liga majstrov, Premier League, La Liga, Bundesliga či Serie A.

NAJLEPŠÍ SVETOVÝ ŠPORT U VÁS DOMA

Pridaním dvoch nových programov CANAL+ SPORT sa DIGI športová ponuka rozrastie až na 18 športových programov. Televízne stanice CANAL+ SPORT HD budú od augusta zaradené do ponuky rozšíreného balíka Premium, ktorý obsahuje až 110 programov, z toho 47 v HD rozlíšení.

Súčasťou balíka Premium je aj ponuka programov Premier Sport 2, Nova Sport 3 a Nova Sport 4, ktoré zákazníkovi prinášajú exkluzívne zápasy Ligy majstrov. Sledovať môžete aj zápasy Bundesligy, LaLigy či Serie A. Fanúšikov motošportu potešia napínavé LIVE prenosy Formuly 1 na Sport TV. Milovníci bojových umení ocenia nočné zápasy UFC, vysielané na programoch Premier Sport 1. Fanúšikovia amerického futbalu už netrpezlivo čakajú na začiatok novej sezóny NFL, ktorá odštartuje na začiatku septembra. Zákazníci získajú svetový šport vysielaný až na 18 športových programoch v balíku Premium už od 14,60 € mesačne.

ŠPORT VŽDY PORUKE

Vďaka aplikácii DIGI GO zákazníkovi neujde žiadny športový prenos. Aplikácia ponúka až 28 programov, z toho 14 športových. V mobile či tablete tak sledujete atraktívne zápasy Premier League, Ligy majstrov, Formuly 1, UFC či NFL. Súčasťou aplikácie je videotéka, ktorá obsahuje najnovšie športové okamihy, magazíny a rozhovory. DIGI zákazníci môžu získať DIGI GO spolu s TV Archívom len za 1,90 € mesačne.

Informácie o kampani sú dostupné na www.digislovakia.sk/najlepsi-sport alebo infolinke 0850 211 112.



**Všetko
pre bývanie**

**OCENÍTE SLUŽBY
A NÁKUP NA
JEDNOM MIESTE**

WWW.R1CENTRUM.SK
PRENÁJOM OBCHODNÝCH PRIESTOROV

Slovenské
**DREVENÉ
PODLAHY**



**PARKETT
DESIGNER**

Slovenský výrobca - Montáž na CLICK

Vhodné aj do kuchyne - Na podlahové kúrenie

PARKETT-DESIGNER.SK



Rožňavská 1, Bratislava



- ŠIROKÝ VÝBER EXKLUZÍVNYCH VYPÍNAČOV
- ELEKTROINŠTALAČNÝ MATERIÁL ■ KÁBLE A VODIČE
- KABELÁŽNE PRÍSLUŠENSTVO ■ NÁRADIE ■ SVIETIDLÁ



OTVÁRACIA DOBA

Po - Pi: 7⁰⁰ - 15³⁰

So: 9⁰⁰ - 13⁰⁰

WWW.ELRON.SK

KONTAKT SIMON

niko ABB legrand® LifeIsOn **Schneider Electric**



**FARBY LAKY
LAZÚRY OMIETKY
PRIEMYSELNÉ FARBY**



WWW.XFARBY.SK

**dublino
HOME**



www.dublinohome.sk

SEDAČKY



www.sedackyr1.sk >



MIOTTO

VYŠŠIA KATEGÓRIA
**EURO
SOFA**



www.eurosofa.sk

gastro svet
NOMY

BAROVÉ POTREBY
POHÁRE
PORCELÁN



www.nomyshop.sk



**KĽUČKY A MADLÁ
NA DVERE**



Prvotriedny taliansky design
Široký výber na sklade

Nadštandardné záruky
Riešenia na všetky situácie

M
metalia
architekt partner

**BEZPEČNOSTNÉ
VLOŽKY**



Ihneď k odberu
Rýchla výroba na spoločný kľúč
Garantovaný servis 25 rokov

Certifikáty najvyššej bezpečnosti
Patentová ochrana kľúča

predaj@metalia.sk | 0915 772 821 | www.klucky.sk

A
KERAMIKA CERSA

www.akeramikacersa.sk





WENGE s.r.o

R1 CENTRUM BÝVANIA
ROŽŇAVSKÁ 1
BRATISLAVA

+421 903 418 118
info@[dubovestoly.sk](mailto:info@dubovestoly.sk)

Sme slovenský výrobca a vyrábame dubové jedálenské stoly na mieru podľa zadania zákazníka, ktorý si určí presné rozmery stola, farbu, povrchovú úpravu a ďalšie parametre. Všetky naše stoly vychádzajú z tradície a vyrábajú sa ručne za pomoci jednoduchých strojov na opracovanie dreva. Pri výrobe sa opierame o zdedené vedomosti našich predkov a ich bohaté skúsenosti v oblasti spracovania dreva používame aj v našej súčasnej výrobe.



DEXKOL
ELEKTROKOLOBEŽKA
DEXKOL
ekoSPORT
ekoSPORT s. r. o.
Tel.:0905 74 74 69 | www.ekosport.sk

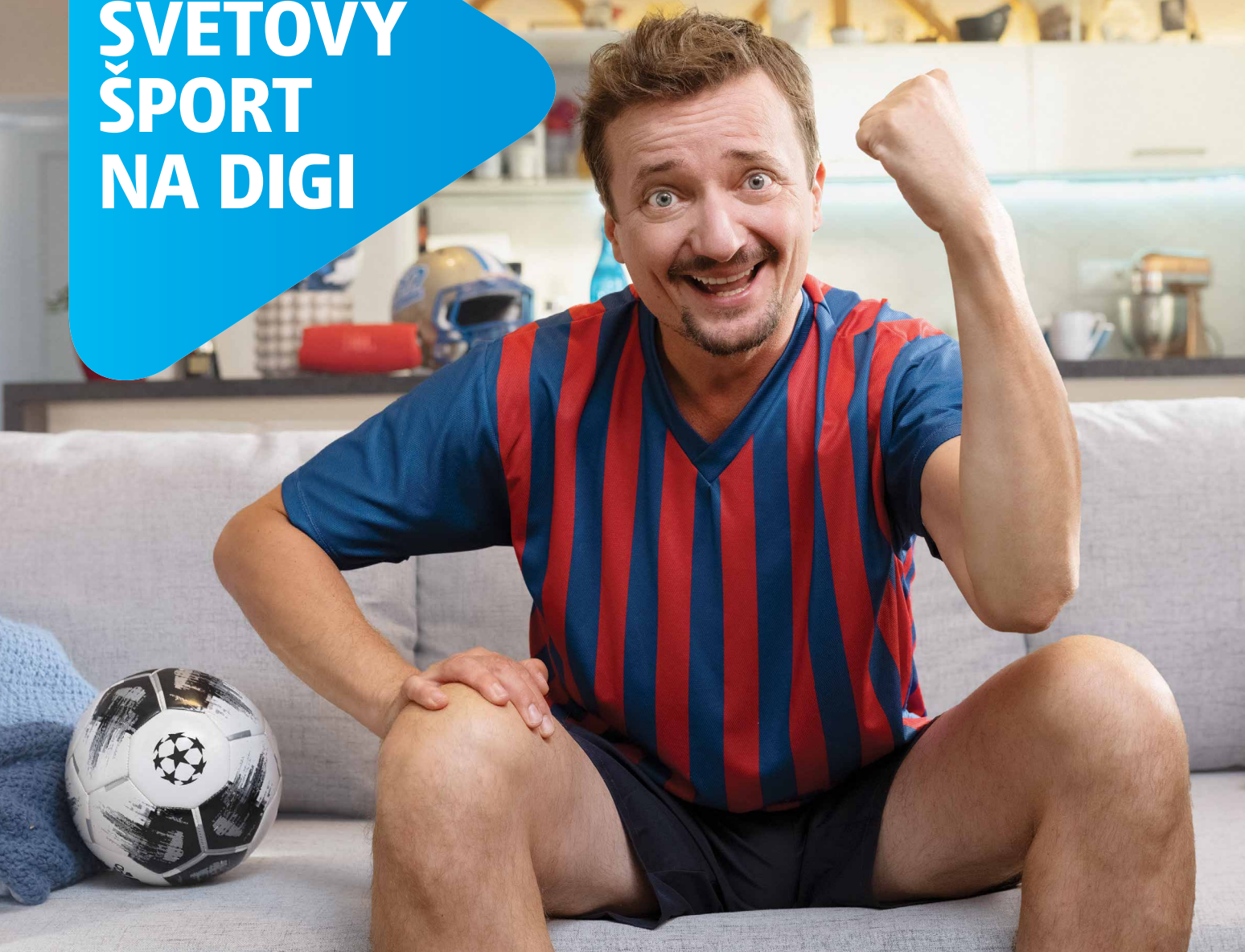
WWW.CAFENES.SK

REZANIE BETÓNU

AKCIOVÉ CENY!

OTVOROV DO PANELU • JADROVÉ VŔTANIE OTVOROV
STATICKÉ POSUDKY • ODVOZ ODPADU
0908 447 006
WWW.JADROVEVRTANIE.SK • WWW.REZANIEBETONU.EU

SVETOVÝ ŠPORT NA DIGI



PREMIER LEAGUE LIGA MAJSTROV

CANAL+
SPORT

NOVA
SPORT



18 Športových kanálov



Viac ako 140 programov



Inštalácia bez poplatku

DIGI
S L O V A K I A

AUTOSALÓN AUTOSHOW 2022

V októbri bude na výstavisku Agrokomplex v Nitre poriadne horúco! Novinky automobilového sveta a úžasnú sprievodnú show si môžete vychutnať od 13. do 16. 10. na výstave AUTOSALÓN AUTOSHOW 2022.

Návštevníci nitrianskeho autosalónu sa môžu tešiť na vozidlá značiek MERCEDES, JAGUÁR LAND ROVER, KIA, VOLVO, DONGFENG, SSANGYONG, FUSO, SUBARU, DACIA, RENAULT, PEUGEOT, SUZUKI, HONDA. Slovenskú výstavnú premiéru bude mať na Autosalóne po prvýkrát aj značka MG MOTOR.

O parádnú show sa postará už tradične MOTOTV SHOW, v rámci ktorej sa predvedú najlepší slovenskí drifteri a stuntrideri. Premiéru so svojou tuningovou a Drift taxi show bude mať projekt FURT BOKEM z Českej republiky. Samostatný pavilón bude venovaný TUNING SHOW a ich sprievodnému programu.

Policajný zbor SR predstaví automobilovým nadšencom vozidlo ŠKODA Kodiaq s novým označením, policajnú pumu značky AUDI, VW Transporter, VW Touareg, ale aj nepriestrelný policajný Mercedes. Nebude chýbať ani prezentácia Hasičského a záchranného zboru SR, ktorý na pôde nitrianskeho výstaviska organizuje Majstrovstvá Slovenskej republiky vo vyslobodzovaní zranených osôb



z havarovaných vozidiel. Ozbrojené sily SR prinesú na výstavisko vojenskú techniku a profesionálni vojaci predvedú dynamické ukážky bojov z blízka. Prezentovať sa bude aj Zbor väzenskej a justičnej stráže. Originálne dopravné spravodaj-

stvo bude priamo z výstavy vysielat' tím Zelenej vlny Rádia Slovensko.

Počas výstavy Autosalón Autoshow 2022 sa uskutočnia aj Majstrovstvá SR v elektronických športoch. Okrem herného turnaja, MSR 22 prináša so sebou aj množstvo zaujímavých atrakcií, ktoré si užijú fanúšikovia hier, technológií a športu. Návštevníci podujatia si budú môcť vyskúšať virtuálnu realitu, zabaviť sa v obrovskej Nintendo zóne, zahrať sa na najnovších strojoch značky Lenovo a ďalších herných značiek. Okrem toho si môžu zašportovať aj v špeciálnej futbalovej Wolt zóne, kde ich čaká klasická aj virtuálna verzia tohto obľúbeného športu – 1vs1 futbal a FIFA konzolová obývačka.

Veteránisti a nadšenci americkej klasiky sa môžu tešiť na vozidlá známe z kultových filmov ako napr. Lincoln Continental Mark IV (1974), Ford Thunderbird (1963), Jeep CJ6 Universal (1968), Dodge Charger (1972), Cadillac de Ville convertible (1966), Chevrolet Caprice (1978), Edsel Pacer (1958), Ford Fairlane 500 (1961), Oldsmobile Cutlassiera (1990) a mnoho ďalších skvostov motoristickej histórie. Kolorit výstavy doplní v nedeľu 16.10. exhibičná jazda Citroën „kačic“.

Pohľad do budúcnosti motorizmu ponúkne Strojnícka fakulta TUKE, ktorá predstaví prvý slovenský vodíkový superšport MH2 v reálnej veľkosti, nízkotlakový vodíkový autobus RH2 a vodíkovú trojkoľku. Technická fakulta SPU v Nitre predvedie návštevníkom štvorkolku na odoberanie vzoriek z podložja, vozidlo s diagnostikou BOSH a Autoškola Akadémia umožní návštevníkom vyskúšať si jazdu zručnosti na vozidle a motorke.

Poznačte si do kalendára termín 13. – 16. októbra, kedy sa na nitrianskom výstavisku koná AUTOSALÓN AUTOSHOW 2022. Rozhodne sa máte na čo tešiť!



MBST terapia

Unikátna liečba kĺbov odstráni nielen bolesť ale aj jej príčinu!

Dlhotrjavá bolesť často ovládne celý náš život. Bolesť nás obmedzuje nielen pri bežných každodenných činnostiach, ale môže ukončiť naše športové aktivity a dokonca aj pohyb ako taký. Najviac sa však obávame toho, že bolesť obmedzí našu pracovnú aktivitu, resp. nás prinúti odísť z práce úplne.

Princíp a cieľ:

MBST terapia www.mbst-terapia.sk - vyvoláva v tkanive zlepšovanie látkovej výmeny a tým i vlastných funkcií buniek, ich regeneráciu a delenie. Urýchľuje sa hojenie kostí a väzov po úraze, operáciách, postupne sa obnovujú straty vápnika v kostiach pri osteoporóze.

Ako sa prejavuje artróza?

Čo máme robiť, keď kĺb už bolí?

Prvým príznakom rozvinutej artrózy je raná - štartovacia bolesť kĺbu spojená s pocitom stuhnutia svalov i úponov. Neskôr sa

bolesti objavujú po dlhšej chôdzi či väčšej záťaži. Pokročilá artróza sa prejavuje výraznými bolesťami už aj počas relatívneho pokoja a najmä v noci. Z chrupavky ostávajú len malé ostrovčeky, ktoré stratili pružnosť. Poškodený kĺb reaguje zápalom, opuchom, zvýšenou bolesťou, ochabnutím svalstva i obmedzeným pohybom v kĺbe. Keď už nepostačujú bežné liečebné metódy, prichádza na rad operačné riešenie, prip. umelá náhrada kĺbu.

V mnohých prípadoch však rekonvalescencia prebieha dlhé týždne až mesiace a pacient je vyradený z bežných aktivít. Rehabilitácia je zdĺhavá a aj návrat do práce býva problematický.

Ako prebieha liečba?

Liečba prebieha v modernej liečebnej jednotke, ktorá pracuje na tom istom princípe ako MRI diagnostická metóda a ktorá cielene podľa konkrétnej diagnózy pacienta pôsobí na špecifické tkanivové bunky a spúšťa proces regenerácie chrupavky a kostí. Výsledným efektom je zreteľný rast objemu a hrúbky kĺbovej chrupavky (liečba artrózy) a zvýšenie hustoty kostí (liečba osteoporózy). MBST

terapia je celosvetovo najúčinnnejšia neinvazívna terapia na ošetrovanie kĺbových a kostných ochorení a ošetrovanie ochorení ochorení látkovej výmeny v oblasti kostí, pretože sa zameriava na základné príčiny ochorenia, nielen na jeho symptómy. Napríklad vo Švajčiarsku a Nemecku sa metódy úspešne využívajú na špičkových klinikách už 17 rokov s viac ako 80%-nou úspešnosťou. Je vhodná pre všetky vekové kategórie a o jej vhodnosti pre pacienta rozhodne lekár, ktorý následne terapiu nastaví podľa konkrétnej diagnózy. Terapia je účinná až do 3. stupňa artrózy, keď predpokladáme, že v kĺbe je zachovaná nejaká chrupavková vrstva, ktorú dokážeme regenerovať.

Naše pracoviska MBST terapie nájdete v mestách: Bratislava, Martin, L. Mikuláš, Prešov a Košice

Navštívte naše stránky

www.mbst-terapia.sk

Kontaktujte naše Call centrum:

0800 221 700

Pozrite si nás na Youtube:

<https://www.youtube.com/watch?v=ljcrfAtwPos>

burning angel

Najlepšie slovenské chili omáčky

BarBarQ
RESESELNÍČKA BARBECUE OMÁČKA
Dobrot: paradajky, chobot, vlašský ořech, bobkový list, korenie, whisky, sój.

Mr. T
RESESELNÍČKA CHILI OMÁČKA
Dobrot: chň (Kapota, Carolina Reaper), paradajky, korenie, piv, ocot, sój.

TINY MONSTER
Dobrot: chň (Kapota, Carolina Reaper), paradajky, korenie, piv, ocot, sój.

burningangelchili.com

burning_angel_chili burningangelchili

AQUASAR

ANTICALC®
FYZIKÁLNA ÚPRAVA VODY

**Máte problémy s usadzovaním vodného kameňa a hľadáte riešenie?
Chcete zariadenie, ktoré Vám ušetrí peniaze a nevyžaduje údržbu?
Uprednostňujete kvalitu za rozumnú cenu?**

Firma ACUASAR má pre vás riešenie - ANTICALC

- zariadenie ANTICALC je určené na fyzikálnu úpravu vody
- zabráňuje tvorbe vodného kameňa a usadenín
- Chráni rozvody studenej a teplej vody, bojler, prietokové ohrievače, práčky, umývačky riadu, vodovodné batérie, sprchovacie hlavice, splachovacie zariadenia, rýchlovarné kanvice, napaarovacie žehličky, kuchynský riad, kotle, bazén...
- čistí zariadenia už zanesené vodným kameňom
- používanie takto upravenej vody priaznivo pôsobí na živé organizmy
- používaním zariadenia dochádza až k 50% úspore prací a čistiacich prostriedkov
- bezenergetická a bezúdržbová prevádzka
- bez chemikálií
- životnosť minimálne 50 rokov
- jednoduchá montáž

5 ROKOV ZÁRUKA

0907 335 332

www.aquasar.cz

Sumček Omega

zdravá rybka z domáceho chovu



Záleží vám na dobrej kondícii a zdraví vašich najbližších? V tom prípade by vo vašom jedálničku nemala chýbať chutná domáca delikatesa SUMČEK OMEGA. Pod touto značkou sa dostáva na trh sumček africký zo slovenského chovu. Lahodné mäso patrí medzi najhodnotnejšie, ľahko stráviteľné potraviny živočíšneho pôvodu, vhodné z hľadiska racionálnej výživy a starostlivosti o naše zdravie.

SUMČEK OMEGA prezentuje originálny, inovatívny spôsob chovu sumčeka afrického v uzavretých halách moderného výrobného závodu. Najväčšia chovná stanica na Slovensku aj v Európe – AGRO RYBIA FARMA sa nachádza v Handlovej. Celý chovný proces, od vyliahnutia malých rybičiek až po ich požadovanú hmotnosť, je pod prísnyh veterinárnym dohľadom.

Ročná produkcia v objeme 900 000 kg dokáže významne pokrývať požiadavku slovenských spotrebiteľov po čerstvých rybачích výrobkoch. Zárukou čerstvosti je, že spracovanie živej produkcie prebieha na mieste, priamo v závode.

Celú rybu a filety si spotrebiteľ môže zakúpiť čerstvé, chladené a hlboko mrazené. Delikatesou na spestrenie chutných šalátov a jednohubiek sú najmä údené filety. Produkty sú dostupné v predajniach LIDL, Kaufland, COOP Jednota alebo na e-shope www.sumcekomega.sk.

Spotrebiteľom výrazne skráti čas a uľahčí prípravu jedál nové polotovary SUMČEK OMEGA – obalovaná fileta, burger alebo mletý rezeň zo sumčeka afrického.

Sortiment dopĺňa zdravá, výživná, výborne ochutená zmes na špagety zo sumčeka afrického, ktorá zasýti celú rodinu. Ľahšie stráviteľnou alternatívou domácich klobás sú KLARIASKY, lahodné klobásky z rybieho mäsa v bravčovom čreve, ochutené kvalitnými ingredienciami, tepelne upravené, vyúdené dymom z bukovej štiepky.

SUMČEK OMEGA prináša spotrebiteľom aj výborné rybíe nátierky vyššieho štandardu, s pridaním kúskov rybieho mäsa. V troch prevedeniach – so zeleninou, so zelenou fazuľkou alebo pikantnejšia sumček s hľivou a feferónami – sú ideálne na zdravé raňajky alebo ako chuťovky na rýchle pohostenie.

SUMČEK OMEGA má mäso ružovkastej farby. Je dieteticky vyvážené a vhodné na každodennú konzumáciu so silným dôrazom na zdravie. Obsahuje malé množstvo tuku (cca 3,5 – 6,5 %), vysoký obsahom bielkovín (cca 17,9 %). Je bohaté na 3 a 6 omega mastné kyseliny, ktoré znižujú hladinu cholesterolu v krvi. Ich priaznivý účinok v prevencii srdcovo-cievnych chorôb a úloha pri vývoji mozgu a nervového tkaniva sú vedecky dokázané. Nenasýtené mastné kyseliny sa nenachádzajú vo všetkých rybách, preto ich obsah v sumčekovi africkom zvyšuje význam jeho konzumácie.

Ak ochutnáte mäso SUMČEKA OMEGA, odhalíte výnimočnosť a tajomstvo jeho chuti. Je bez typického rybачieho pachu, vhodné pre deti aj pre seniorov, pretože okrem centrálnej chrbticovej kosti už ďalšie kosti, tzv. „ypsilonky“, v ňom nenájdete. Pri tepelnej úprave sa nevysuší a pri upečení do chrumkava chuti výborne. Skvele posluží aj pri rodinnej grilovačke.

Viaceri kulinári sa zhodujú v tom, že SUMČEK OMEGA by mal mať väčší priestor v jedálničku slovenských rodín a modernej gastronómii. Prvé reakcie od spotrebiteľov naznačujú, že domáci slovenský produkt si vďaka čerstvosti, kvalite a zdravotným benefitom postupne získava slovenských spotrebiteľov.



www.sumcekomega.sk
[facebook/sumcekomega](https://facebook.com/sumcekomega)
[instagram sumcekomega](https://www.instagram.com/sumcekomega)

Poskytujeme komplexné služby vrátane servisných služieb a poradenstva ZDARMA.



PREDAJ ZÁNOVNÝCH VOZIDIEL

Dovezieme vám vozidlo podľa vašich predstáv. V našej ponuke nájdete nielen nové ale aj jazdené vozidlá, dovezené hlavne z Nemecka, ale aj z celej Európy. Autá sú vo výbornom stave s kvalitným servisom, väčšinou v plnej, ale aj nadštandardnej výbave, s čistým a nepoškodeným interiérom.

Dovoz / Odťah / Prepravné služby – PZP / Kasko – Leasing / úver

Martina Benku 13
900 31 Stupava

www.autanazelanie.eu

autoking.co@gmail.com

MAURUM S.R.O.

0901 711 780
maurum@maurum.sk
www.maurum.sk

VÝKUP DRAHÝCH KOVŮV A MATERIÁLU S OBSAHOV DRAHÝCH KOVŮV

- ZLATO** – zlomkové, zubné, kontakty, pozlátený materiál
- STRIEBRO** – kontakty, spájky, Ag pasty
- PLATINA** – termočlánky, laboratórne náradie, plechy
- PALÁDIUM** – kontakty

**PREDAJ: INVESTIČNÉHO ZLATA,
INVESTIČNÉHO STRIEBRA, GRANULÁTU AU, AG.**

e-stierace.sk

Kvalitne stierače na Vaše auto
Objednávky cez internet alebo telefonicky
0905 176550

AutoDoplnky24.sk

kvalita a bezpečnosť v jednom

Ochranné plachty na auto
Objednávky cez internet alebo telefonicky
0905 324 114

Pre najsilnejšiu erekciu !

- dlhotrvajúca erekcia
- zabraňuje predčasnej ejakulácii
- bez vedľajších účinkov

Doručenie: dobierka (anonymita doručenia)

VÝŽIVOVÝ DOPLNOK

Yellow vital
Pre silnejšiu erekciu.

www.yellowvital.com

6 tabliet

EXP: 07/2018

6 tabliet / tablet

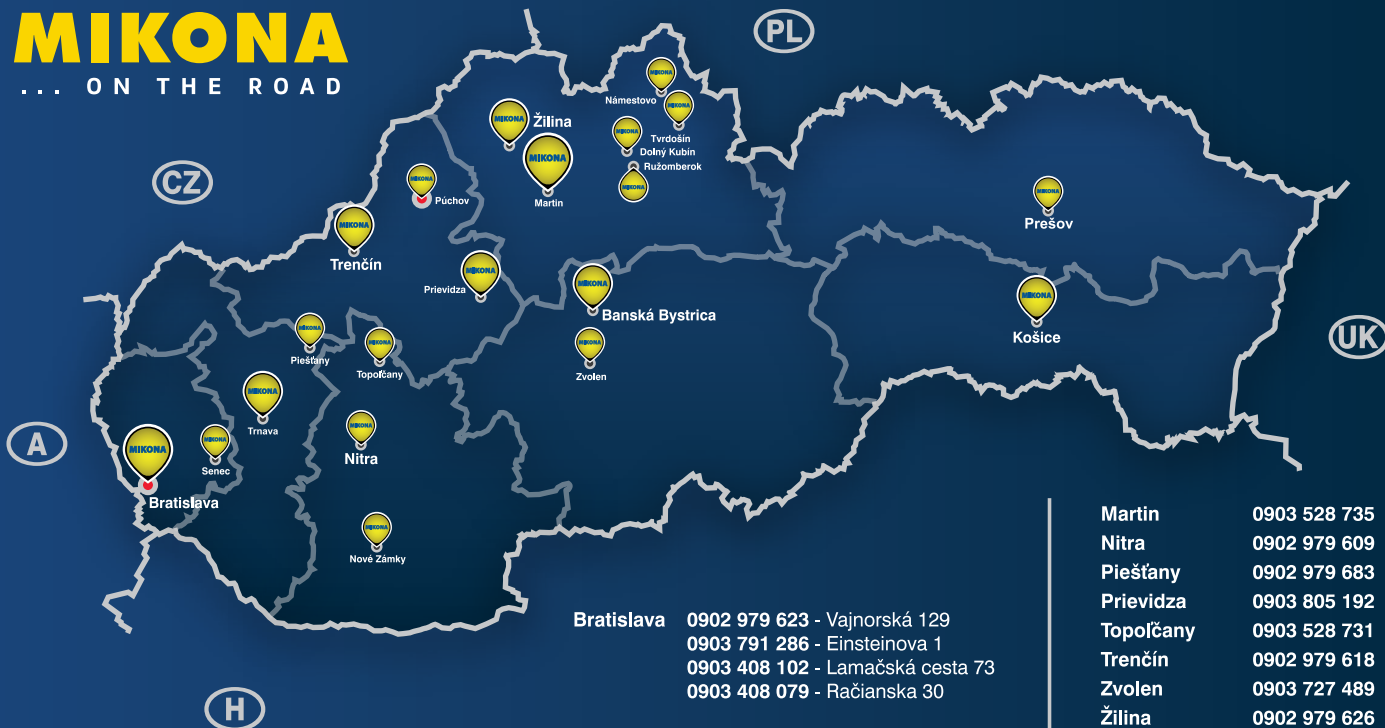
Yellow vital

objednať možno na www.yellowvital.sk,
telefonicky alebo formou sms na číslo: **0917730466**

WWW.CAFENES.SK

MIKONA

... ON THE ROAD



Bratislava 0902 979 623 - Vajnorská 129
0903 791 286 - Einsteinova 1
0903 408 102 - Lamačská cesta 73
0903 408 079 - Račianska 30

Trnava 0903 727 834 - Bratislavská 38
0902 979 669 - Ulica Nová 1
0903 791 559 - Trstínska 9

Púchov 0903 450 372 - Hollého 807

Senec 0902 979 677

Banská Bystrica 0903 903 618

Martin 0903 528 735

Nitra 0902 979 609

Piešťany 0902 979 683

Prievidza 0903 805 192

Topoľčany 0903 528 731

Trenčín 0902 979 618

Zvolen 0903 727 489

Žilina 0902 979 626

Košice 0902 979 650

Prešov 0902 979 653

Dolný Kubín 0903 805 752

Námestovo 0903 537 587

Ružomberok 0903 621 901

Tvrdošín 0901 769 632

Nové Zámky 0902 979 681

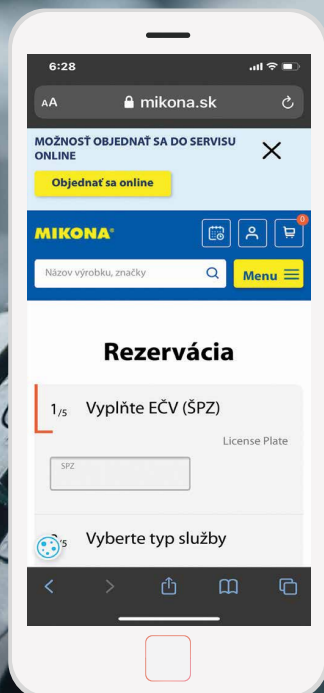


Predajné miesta MIKONA



Centrála

Rezervácia termínu online cez mobil na www.mikona.sk



Objednajte sa do servisu
cez mobil za 30 sekúnd
v 5 krokoch:

01 Vyplňte ŠPZ auta

02 Zvoľte službu

03 Vyberte si prevádzku

04 Rezervujte si dátum a čas

05 Vyplňte kontaktné údaje

MIKONA
PNEU & AUTO SERVIS

PREZIDENTKA KLUBU SLOVENSKÝCH POĽOVNÍČOK A AUTORKA SVETOVEJ POĽOVNÍCKEJ KUCHÁRSKEJ KNIHY CIC SOŇA CHOVANOVÁ SUPEKOVÁ

Poľovníctvo je svojim spôsobom vášň, záľuba. Ako ste sa k nemu dostali?

Poľovníctvo je v našej rodine rodinnou tradíciou. Poľovali moji prapra a prastarí otcovia, a ja som začala vnímať život v lese a poľovníctvo pri mojom dedkovi a veľmi intenzívne pri mojom otcovi. Ten ma začal brávať na dlhé vychádzky, na posed a na poľovnícku chatu už od troch rokov. Preto poľovníctvo a všetko s ním spojené vnímam ako prirodzenú súčasť života, nielen v minulosti, ale má svoje miesto aj v modernej spoločnosti. Lov je súčasťou ľudskej spoločnosti od nepamäti.

Kniha bola uvedená do života v Maďarsku na Svetovej poľovníckej výstave One with Nature v septembri minulého roka s veľkým uznaním, lebo ide o prvú knihu, v ktorej sú zozbierané recepty zo 68 krajín a regiónov a piatich kontinentov...

Čo vám pri zostavovaní receptov robilo najviac starosti, problémov?

Musím povedať, že asi najväčším problémom bol čas, ale to poznáme dnes asi všetci. Návrh na zostavenie takéhoto formátu knihy receptov z diviny som dala v CIC koncom roka 2018 a postupne som zbierala recepty od kolegov poľovníkov z členských krajín organizácie. Ale keď som sa blížila k počtu okolo tridsať krajín, stále sa mi to zdalo málo pestré a šla som ďalej. Problémy spôsobovalo obdobie, ktoré sme vtedy v rokoch 2020 a 2021 prežívali a viacerí mi síce dokázali poslať texty, ale väčšinou bez fotografií hotových jedál, čo som musela realizovať. Ale napriek istým problémom, musím povedať, že kniha mi prinášala viac radosti ako starostí. Prinútila ma písať mojim priateľom prakticky z celého sveta a komunikovať aj s tými, na ktorých nám popri každodenných povinnostiach nezostáva čas. Boli to tisícky mailov, správ cez sociálne siete, stovky telefonátov a napriek pandemickému obdobiu tento čas vnímam ako bohatý na komunikáciu s priateľmi a mnohých nových som získala.



207 receptov. Všetky ste vyskúšali? (fotografovali?)

Väčšinu som vyskúšala, u nás sa divina varí bežne a radi doma pekne stolujeme a skúšame nové a nové chute. Vyše 50 receptov sme varili a fotografovali spolu so šéfkuchárom Petrom Slačkom, vyše 30 receptov som musela variť a dofotografovať ja, a mnohé ďalšie som už preskúšala dodatočne.



Máte svoju najobľúbenejšiu divinu? recept?

Ťažko povedať, ktorý je najobľúbenejší, ak by ste sa toto spýtali môjho manžela, povedal by, že ja milujem tatarák nado všetky varené jedlá. Vlastne má pravdu, tatarák je moje obľúbené predjedlo, ale aj jégerek – poľovnícke právo, jedlo, ktoré varíme po úspešnom love. Viaceré varianty na obe tieto jedlá nájdete aj v knihe. A jégerek v slovenskej časti.

Hoci je Slovensko bohaté na poľovnú zver a má aj bohatú tradíciu v tejto oblasti, v súčasnosti sa divina veľmi „nenosí“.

Myslím, že obyvateľstvo odchádza od tradícií v stravovaní, nevedomujúc si všetky benefity diviny, málo tuku, vysoký obsah živín, prakticky bio-produkt lesa. Ja zastávam štýl stravovania z lesa na vidličku.

Málo sa ponúka v reštauráciách i v obchodoch.

Prvé lastovičky tu sú, ale najlepšie je kúpiť si divinu od poľovníkov za využitia aplikácie predajdiviny.sk, pretože poľovnícke združenia môžu divinu predávať konečným spotrebiteľom v súlade s legislatívou, ako Predaj z dvora.

Myslíte, že táto kniha môže zviditeľniť potrebu konzumovať viac diviny, ktorá je zdravá a svojim spôsobom i ekologická

To je mojím cieľom. Bola by som veľmi rada, aby ľudia nemali obavy z úpravy diviny. Recepty v knihe sú vyskúšané poľovníkmi, od ktorých pochádzajú, mnohé sú veľmi jednoduché na prípravu a treba len začať. Aj keď je v knihe na 40 druhov rôznej, aj exotickéj diviny, každá sa dá nahradiť divinou pochádzajúcou z našich lesov a lúk.

Knihu je možné kúpiť tu: www.polovnickakucharkacic.sk


HOTEL LESNÁ
* * *

NÁJDITE SVOJ DRUHÝ
DOMOV V TATRÁCH



www.vinarstvoradosina.sk

ROTTNER
The Spirit of Safety

Oficiálny e-shop značky

ROTTNER

TREZORY A SEJFY



www.rottner-trezory.sk

ROTTNER

The Spirit of Safety

Certifikované trezory a skrine pre dlhé zbrane



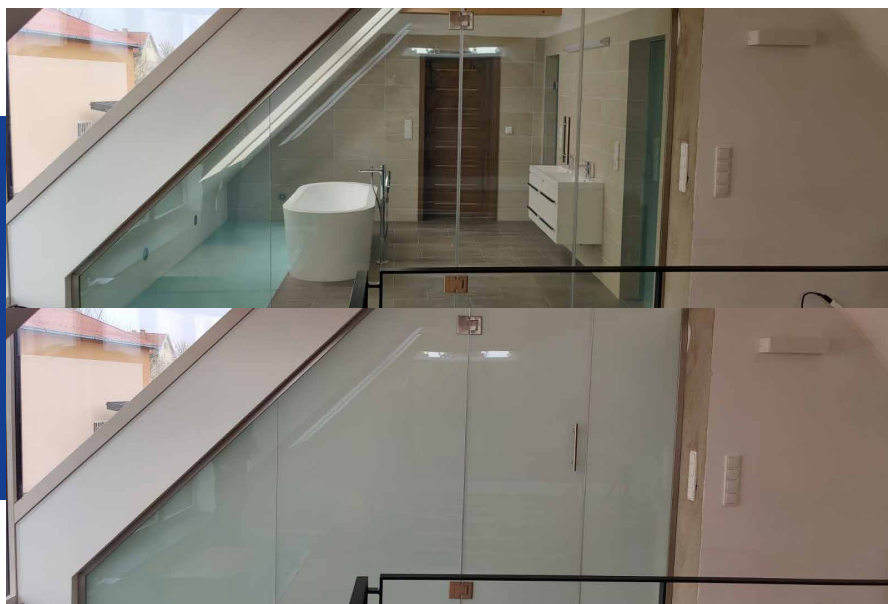
Rottner Security Slovensko, s.r.o.,
Hrachová 16A, 821 05 Bratislava

www.rottnertrezory.sk

INTELIGENTNÉ SKLO

ABSOLÚTNY HIT V SKLENÁRSKOM PRIEMYSLE

Túžite po efektnom riešení priestorových problémov vo vašej firme? Potrebujete pre svoje stretnutia a pracovné porady viac súkromia, ale sklenené priečky, výklady alebo okná vám to nedovolia? Ste už zúfalý z toho, že vaše návštevy a rokovania sú všetkým na očiach? Alebo len chcete zaujať svojich obchodných partnerov perfektnou vychytávkou, ktorú len tak „hocikde“ neuvidia? Je tu pre vás riešenie!



Inteligentná fólia, resp. inteligentné sklo, je v súčasnosti absolútnym hitom v sklenárskom priemysle a v technickom riešení sklenených priečok a zasadacích miestností. Ide o špeciálne vyvinutú fóliu, ktorá sa jednoduchým spôsobom buď nalepí na sklenenú plochu, alebo sa zalaminuje do skla a po-

mocou elektrického prúdu mení svoj vzhľad z nepriehľadnej (ľadovo matnej) na priehľadnú. Prepínanie medzi týmito stavmi zabezpečuje malý diaľkový ovládač.

Okamžité znepriehľadnenie akéhokoľvek skla behom jedinej sekundy

však nie je jedinou výhodou tejto fólie – pri oboch stavoch (on aj off) môže slúžiť aj ako projekčná plocha s využitím prednej aj zadnej projekcie. Vďaka tejto unikátnej vlastnosti sa môže využívať na premietanie reklamných či iných spotov – a to smerom do interiéru, ale aj na ulicu.

Kde môžete inteligentnú fóliu využiť?

Medzi najobľúbenejšie využitia tohto efektného produktu patrí vytváranie súkromia v už spomínaných presklených zasadacích miestnostiach. Avšak v posledných rokoch sa stále viac a viac stretávame s využitím inteligentnej fólie aj v súkromných domoch a bytoch, a to najmä ako náhrada žalúzií, ktoré vzhľadom na svoj nie príliš estetický vzhľad prestávajú byť v moderných domácnostiach vítané.

Mnoho podnikateľov v poslednom období využíva inteligentnú fóliu vo svojich predajniach na vizuálne zobrazenie reklamných spotov na výkladoch, teda ako imidžový prvok pri prezentácii tovaru – tzv. wow efekt. Taktiež aj banky a poisťovne postupne zisťujú, že pre ich klientov je pocit súkromia a bezpečnosti v presklených kójach mimoriadne dôležitý, a tak im ho už dnes na mnohých svojich prevádzkach dokážu vytvoriť pomocou jediného kliku na ovládači.

Spoločnosť LB SERVIS, ktorá je jednou z priekopníčok v oblasti inštalácií inteligentných fólií na Slovensku, sa dizajnovým návrhom a následným technickým realizáciám venuje už nie-

ZOPÁR FAKTOV O INTELIGENTNEJ FÓLII:

Hrúbka:	0,38 mm
Šírka fólie:	do 1,5m
Dĺžka fólie:	bez obmedzenia
Napätie:	230 V / 60 V
Spotreba energie:	cca 3 – 5 W/h/m ²
Pracovná teplota:	od -20°C do 65°C
Priepustnosť svetla – zapnutý stav:	cca 70%
Blokovanie UV žiarenia:	cca 98%

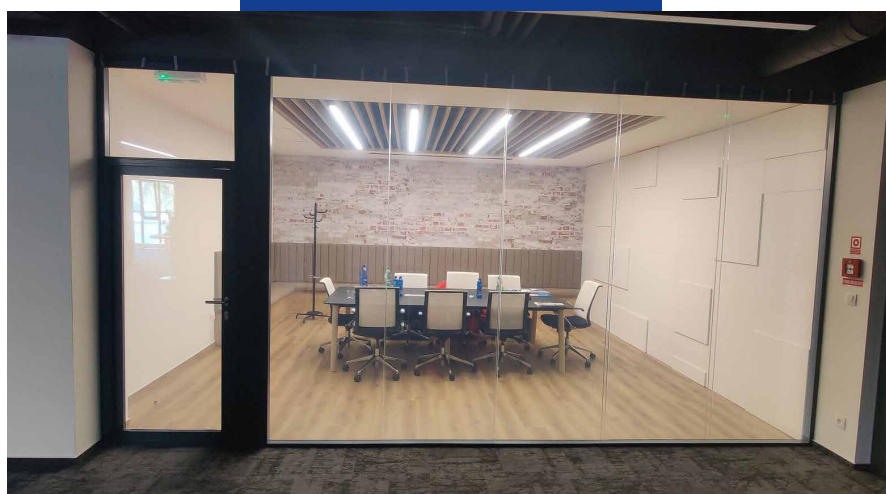
koľko rokov. Prostredníctvom vlastných certifikovaných odborníkov vám táto spoločnosť ponúka obhliadku a zameranie priestoru, poradenstvo a následnú kompletnú inštaláciu inteligentnej fólie a jej príslušenstva.

inteliglass
SÚKROMIE KOMFORT



5 DÔVODOV, PREČO SI NECHAŤ NAINŠTALOVAŤ INTELIGENTNÉ FÓLIE SPOLOČNOSŤOU LB SERVIS:

1. Dlhoročné **SKÚSENOSTI**
2. Mnoho zvládnutých inštalácií a **SPOKOJNOSŤ** zákazníkov
3. Preferovanie **KVALITNEJ**, a nie lacnej práce
4. **PROMPTNÁ REAKCIA** na požiadavky zákazníka
5. **INDIVIDUÁLNY PRÍSTUP** ku každému zákazníkovi



LB
LB SERVIS

Showroom:
Kašmírska 17,
Bratislava – Trnávka

Dohodnite si stretnutie:
Mobil: 0905 660 670
E-mail: folie@LBSERVIS.sk
WWW.INTELI GLASS.SK

VÝŤAHY

výroba, rekonštrukcie, montáž



VÝŤAHY ZEVA spol. s.r.o.
Beckovská 38
821 04 Bratislava 2

tel.: +421 2 4820 8620
fax: +421 2 4820 8623

e-mail: zeva@zeva.sk

- postupná modernizácia starých výťahov, ktorej výsledkom je nový výťah
- opravy a generálne opravy starých výťahov
- výroba, dodávka a montáž nových výťahov
- výroba slovenských radiacích systémov pre výťahy
- výroba slovenských elektrokomponentov pre výťahy
- firma s 20 ročnou tradíciou
- držiteľ certifikátu kvality ISO 9001

www.zeva.sk



VSTAVANÉ SKRINE na mieru



- kvalitné materiály
- rýchla doba dodania
- bez zálohy vopred
- splátky s 0% úrokom
- záruka 3 roky

KONTAKT:
0949 88 01 01

www.samada.sk

Okoč ✓

ARRI s.r.o. • Okoč, Budovateľská 890/20

- ▶ **STRECHY NA KLÚČ** ◀
- ▶ **STREŠNÉ KRYTINY** ◀
- ▶ **REZIVO** ◀

tel.: 0905 746 124 • www.strecha.ws

Marián Benko - krmivá pre psov a mačky

CANAGAN
THE FOOD OF THEIR ANCESTORS

ACANA

EURO PREMIUM
DOG FOOD

Orijen
HOWLS AS NOT BE ENTRAGED

Donášková a zásielková služba v SR. Doprava zdarma!
Mobil: 0905 133 168, 0903 768 625, tel./fax: 02 4445 3329,
www.acana.sk, www.canagan.sk, www.euro-premium.sk, canutra@canutra.sk
Predajňa: Bratislava 3, Zátišie 10 (pri Poluse),
otvorené: Pondelok - Piatok 10⁰⁰ - 17⁰⁰, Sobota 9⁰⁰ - 13⁰⁰.
Topoľčany, Dopravná 3977, otvorené: Pondelok - Piatok 8⁰⁰ - 15⁰⁰.



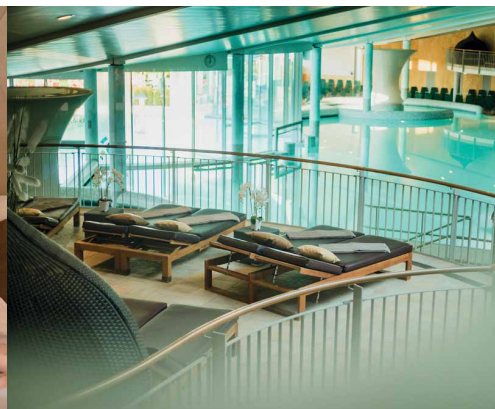
**THERME
LAA**
HOTEL SILENT SPA



TISÍC A JEDNA NOC V TERMÁLNYCH KÚPEĽOCH

THERME LAA – HOTEL & SILENT SPA

IDEÁLNA DESTINÁCIA PRE VAŠU RODINNÚ DOVOLENKU,
ROMANTICKÝ VÍKEND, JÓGOVÝ RETREAT, WORKSHOP
ALEBO FIREMNÝ TEAMBUILDING.



Therme Laa – Hotel & Silent Spa
Thermenplatz 1, 2136 Laa an der Thaya
+43 (0) 2522 / 84 700 570
therme@therme-laa.at

WWW.THERME-LAA.AT

Fotos: Pflanzl Media

Resort skupiny:

**VAMED
VITALITY
WORLD**

the
relaxing
way
of life

VYŠŠIA KATEGÓRIA
**EURO
SOFA**

www.eurosofa.sk



-50%

NA NOVÉ
OBJEDNÁVKY

model **BEVERLY**



model **MERIEM**



model **MARTINE**



model **GLORIA**

Predajňa Bratislava R1 centrum, Rožňavská 1, 02/443 71 338, info@eurosofa.sk

Predajňa Banská Bystrica Radvan Park, Zvolenská cesta 30A, 048/416 36 76, bb@eurosofa.sk

otváracie hodiny: Po - Ne 9⁰⁰ - 19⁰⁰

2x
veľká
predajňa
sedáčiek

VIAC 1000
AKO
modelov
kožených sedáčiek

DOPRAVA
zadarmo