

# DOM a BÝVANIE<sup>®</sup>

magazín zameraný na exteriér, interiér a moderné bývanie

Číslo 4/2023 – 17. ročník

www.domabyvanie.eu

**Udržateľný dom inšpirovaný automobilovým dizajnom** Nový domov Violety Mangriňan  
**Kritické, optimistické aj archeologické aspekty krajiny v maľbe**  
**Čakáme na umelú inteligenciu? Vylepšite prvý dojem z vášho domova**  
**Nezabudnite na vchodové dvere**

**Správne osvetlenie**  
pre každú miestnosť

**Ceny energií**  
majiteľov pasívnych domov netrápia

**Spálňa**  
ako oddychová zóna

**Domáce SPA krok za krokom** Sauna, bublinky či hydromasáž?  
Intímny a originálny ženský priestor pre dokonalý relax  
**Rodos – ostrov Sínka**

1,90 €






# Robíme kúpeľne, v ktorých sa žije!



Navštívte niektoré zo 14 kúpeľňových štúdií  
a využite aktuálnu akčiovú ponuku na nákup.  
Podmienky akcie na [www.kupelne-ptacek.sk](http://www.kupelne-ptacek.sk).

Člen skupiny  ptaček - kúrenie | voda | plyn.

 **kúpeľne**



## NOVÉ HIGHLIFE® VÍRIVKY 2023

*Doprajte si relax v pohodlí vášho domova*

### **Naša najlepšia** kolekcia víriviek. Je teraz **ešte lepšia.**

Hot Spring® už 46 rokov poskytuje absolútne najlepší zážitok z vírivky™. Úplne nová kolekcia Highlife, navrhnutá pre tých, ktorí očakávajú to najlepšie, plní tento sľub viac ako kedykoľvek predtým.

S vírivkou Highlife Collection od Hot Spring Spas je každý deň šancou začať odznova, inšpiruje vás k tomu, aby ste urobili viac, zažili viac a žili viac.

*Uvoľnite svoje najlepšie ja™*



# Wellness World

Wellness World, Stará Vajnorská 37/D, Bratislava  
Wellness World, Letná 40, Košice

wewo.sk hotspring.sk



# ZÍSKAJTE ŠTÁTNU DOTÁCIU

na tepelné čerpadlá

**DAIKIN až do 4 370 €**



DAIKIN

**IHNEĎ  
K ODBERU**

Máme stovky tepelných  
čerpadiel na sklade.  
Tak nečakajte, v prípade záujmu  
o získanie štátnej dotácie  
vám radi pomôžeme.

**COMKLIMA**  
EXPERT NA KLÍMU

Studená linka: **18 321**

[www.comklima.sk](http://www.comklima.sk)



# editorial

Potrebujete si oddýchnuť, spomaliť čas a nabrať energiu? Každý z nás môže mať občas pocit, že ho nič nebaví a že už nemá energiu na nové veci a výzvy. Práve takýto pocit prichádza viac v zime ako v lete. Ako sa však znovu nakopnúť a oslobodiť od pochmúrnych myšlienok, ktoré nás prenasledujú? V tohtoročnom zimnom vydaní vám poradíme, ako na to, pretože tu nájdete témy zamerané práve na cielený oddych a regeneráciu tela aj mysle. Využite teda čas zimného obdobia na oprávnený relax, ktorý je tým najlepším darčekom, aký môžete dať sami sebe. Možnosti sú rôzne, či už to bude odpočinok pre tých, ktorí sa potrebujú dobre vyspať, alebo pre tých, čo preferujú aktívnejší oddych. Vyberte si to, čo vám najviac vyhovuje.

Prežiť zimné obdobie môžete aj tak, že vylepšíte dojem z vášho domova a dodáte mu viac útulnosti. Vonku to na istý čas už lepšie nebude, a preto by to malo byť harmonické miesto, ktoré dobíja pozitívnu energiou. Veď koniec roka je pod vplyvom tradícií a návštev ideálny na pozastavenie, kedy môžeme zasadnúť k stolu a oddýchnuť si v takomto príjemnom priestore pri príjemnej komunikácii s rodinou či priateľmi.

Energia je dôležitá pre nás, ale tiež pre náš domov, a práve preto nájdete v tomto aktuálnom vydaní aj témy zamerané na úsporné a udržateľné riešenia. Sú to stále aktuálne témy, nielen teraz v zimnom období, kedy potrebujeme viac tepla či svetla. Preto verím, že to bude pre vás inšpiratívne čítanie počas dlhých zimných večerov.

Na záver roka chcem zaželať všetkým veľa pohody, pokojné vianočné sviatky a v novom roku pevné zdravie a veľa energie.



**DOM a BÝVANIE** magazín zameraný na exteriér, interiér a moderné bývanie – ročník 17, č. 4/2023, mesiac vydania december, cena výtlačku 1,90 eur, predplatiteľa 1,50 eur, periodicita 4x ročne, [www.domabyvanie.eu](http://www.domabyvanie.eu) \* **Adresa redakcie:** Redakcia DOM a BÝVANIE, Cabajská 28, 949 01 Nitra \* **Redakčná rada:** Ing. arch. Jaroslav Hrivňák, Mgr. Ján Bugár, Mgr. Lucia Kraushuberová \* **Spolupracovali:** Ing. arch. Jaroslav Hrivňák, Mgr. Petra Lyžičiarová Struková, Ema Kraushuberová, Mgr. Martina Rychetská, Bc. Romana Vonderková, Arshia Mahmoodi, Xinlei Li, Yuheng Huang, Fang Cui, Ruby Wu, Zhishan Liu, Michaela Šuranská, Sabina Bátoriová, Violeta Mangriňan, Juraj Redeky, Silvia Jániová, Pavol Hrabovský, Juliana Murcínová, Alexandra Strapáková, Kristína Gazdagová, Otilia Ferenčíková, Gabriela Búšová, Mgr. Dominika Švandová, Peter Podmanický a ďalší \* **Layout, grafická koncepcia:** Mgr. Ján Bugár, e-mail: [bugar@domabyvanie.eu](mailto:bugar@domabyvanie.eu) \* **Fotografi:** Mgr. Ján Bugár \* **Zdroj fotografií:** archív redakcie a firm, TDX \* **Marketingové oddelenie:** Marián Kraushuber, tel.: 0911 033 070, e-mail: [kraushuber@domabyvanie.eu](mailto:kraushuber@domabyvanie.eu) \* **Vydavateľ:** Perpes, s.r.o., Cabajská 28, 949 01 Nitra, IČO: 44213841, [www.perpes.sk](http://www.perpes.sk) \* **Sadzba:** B DESIGN, s.r.o., Mgr. Ján Bugár, e-mail: [bugar@domabyvanie.eu](mailto:bugar@domabyvanie.eu) \* **Distribúcia:** Mediaprint – Kapa Pressegrasso, Slovenská pošta, súkromní distribútori \* **Direct mailing:** architekti, projekčné firmy, dizajnéri, stavebné organizácie \* **Predplatné:** Objednávky na predplatné prijíma Mediaprint-Kapa Pressegrasso, a.s., oddelenie inej formy predaja, P.O.BOX 183, 830 00 Bratislava 3, tel.: 0800 188 826, 02/4989 3563, 02/4989 3564, 02/4989 3565, 02/4989 3566, Fax.: 02/3222 2256, alebo cez e-mail: [predplatne@abompkapa.sk](mailto:predplatne@abompkapa.sk) a [www.ipredplatne.sk](http://www.ipredplatne.sk). Objednávky na predplatné prijíma aj každá pošta a doručovateľ Slovenskej pošty, alebo môžete objednávkou zaslať cez e-mail: [predplatne.slposta.sk](mailto:predplatne.slposta.sk). Objednávky do zahraničia vybavuje Slovenská pošta, a.s., Stredisko predplatného tlače, Uzbecká 4, P.O.BOX 164, 820 14 Bratislava 214, e-mail: [zahrancna.tlac@slposta.sk](mailto:zahrancna.tlac@slposta.sk) \* **Zaregistrované:** Ministerstvom kultúry SR dňa 4.10.2006, EV 2282/08, ISSN 1337-4028

Kopírovanie a rozširovanie obsahu je dovolené len so súhlasom redakcie alebo vydavateľstva. Redakcia nezodpovedá za obsah inzercie. Jednotlivé články vyjadrujú názory autorov a nemusia byť vždy totožné so stanoviskom vydavateľstva a redakcie. Za správnosť údajov v článkoch zodpovedajú autori. Vydavateľ nemôže prebrať zodpovednosť za škody, ktoré by vznikli využitím týchto údajov na akýkoľvek účel. Niektoré príspevky a inzeráty neprešli jazykovou úpravou. Nevyžiadané materiály a podklady redakcia nevracia a nie sú honorované.



TITULNÁ STRANA:  
**Zdroj fotografie:** Hornbach  
**Návrh titulnej strany:** Mgr. Ján Bugár



Zlatá pečať



**NÁBYTOK  
A BÝVANIE  
GARDENIA**

**24. – 28. 4. 2024**  
NITRA



# Obsah

- 6 Udržateľný dom inšpirovaný automobilovým dizajnom
- 12 Nový domov Violety Mangriňan
- 16 Kritické, optimistické aj archeologické aspekty krajiny v maľbe
- 20 Trendy
- 24 Spálňa ako oddychová zóna
- 28 Päť výhod zdravého spánku
- 30 Správne osvetlenie pre každú miestnosť
- 34 Namiesto revolúcie len evolúcia. Čakáme na umelú inteligenciu?
- 38 Vyriešte zoznam darčiekov
- 40 Darček, ktorý teší každý deň
- 42 Nový klenot vašej kuchyne
- 43 Nadchne a poteší každého
- 44 Plnou parou vpred
- 46 Vylepšite prvý dojem z vášho domova
- 50 Zariadiť predsieň môže byť tvrdý oriešok!
- 52 Paleta
- 54 Nezabudnite na vchodové dvere
- 60 Aká je finančná gramotnosť Slovákov pri kúpe nehnuteľnosti?
- 65 Zemetrasenie či tornádo?
- 66 Aj druhý vysnívaný dom je z Ytongu
- 68 Tepelná izolácia pre energeticky úsporné budovy
- 70 Ceny energií majiteľov pasívnych domov netrápia
- 74 Slnéčné kolektory a kotly na biomasu opäť s finančnou podporou od štátu
- 76 Ekonomická výhodnosť nového plynového kondenzačného kotla
- 78 Domáce batériové úložisko HES – boduje svojou originálnou koncepciou a softvérom
- 80 Udržateľne aj šetrne



- 84 Moderný krb pre modernú domácnosť
- 88 Infomix
- 90 Domáce SPA krok za krokom
- 94 Zelená kúpeľňa – ekologické produkty, ktoré zmenia váš denný rituál
- 96 Sauna, bublinky či hydromasáž?
- 100 Doprajte si zimu plnú relaxu a zdravia
- 102 Intímny a originálny ženský priestor pre dokonalý relax
- 106 Vaše miesto na relax v prírode
- 108 Kúpele, v ktorých lieči príroda
- 112 Malý hotel pre veľké zážitky
- 116 Rodos – ostrov Slnka



20



# Udržateľný dom inšpirovaný automobilovým dizajnom

RODINNÝ DOM V ŠTVRTI BEL AIR V LOS ANGELES NA PRVÝ POHĽAD ZAUJME SVOJIM FUTURISTICKÝM VZHĽADOM, PRI KTOROM SA ARCHITEKTI INŠPIROVALI V OBLASTI AUTOMOBILOVÉHO DIZAJNU. PRE SVOJE VÝNIMOČNÉ ARCHITEKTONICKÉ RIEŠENIE A UDRŽATEĽNOSŤ ZÍSKAL TENTO PROJEKT, KTORÝ NESIE V INTERIÉROCH AJ ČESKÚ STOPU, CELKOM DVANÁŠŤ PRESTÍŽNYCH OCENENÍ.









Medzi svetoznámou luxusnou štvrtkou Beverly Hills a Getty Múzeom sa nachádza Bel Air, štvrť s výhľadom na Tichý oceán a s divokou kopcovitou krajinou. Práve tu, na vrchole jedného z kopcov, medzi klasickými domami s tradičnými strechami z červenohnedých pálených škridiel, postavili architekti z ateliéru Arshia Architects dom futuristického vzhľadu. Aj keď by sa na prvý pohľad mohlo zdať, že stavba svojim odvážnym vzhľadom v rámci okolitej zástavby vyčnieva, opak je pravdou – poradne úplne zapadá do okolia. Cieľom architektov bolo ponúknuť príklad toho, aké objekty je možné v rámci miestnych stavebných predpisov navrhnuť a postaviť. Štát Kalifornia má totiž veľmi prísnu reguláciu pre výstavbu nehnuteľností. Domy musia spĺňať množstvo podmienok od presne určenej výšky až po farbu fasády, pre ktorú je na výber len niekoľko málo odtieňov bielej alebo béžovej.

### UDRŽATEĽNOSŤ NA PRVOM MIESTE

Prísne kalifornské normy stavby spĺňa tiež z pohľadu nárokov na ekologické budovy a úspory energie, ako sú napríklad nízko prietokové vodovodné systémy, filtrácia dažďovej vody, integrácia fotovoltaických panelov, vysoko účinná izolácia stavby a ďalšie. Prísne regulačné podmienky sa týkajú tiež výsadby v okolí domu, ktorá musí byť odolná voči suchu a nesmie vyžadovať časté polievanie, keďže Kalifornia nemá vlastné zdroje vody. Architekti z ateliéru Arshia Architects však zašli ešte ďalej a na udržateľnosť stavby dbali tiež z pohľadu použitých materiálov a produktov. V dome sa tak snažia o maximálnu udržateľnosť odráža nielen vo veľkých plochách najtypickejšieho prírodného materiálu – dreva, ale aj v tých najmenších zariadeniach prvkoch, ako je napríklad dverné kovanie. Práve to na túto výnimočnú





stavbu dodávala česká rodinná manufaktúra M&T. „Madlo YES! nás zaujalo predovšetkým svojim estetickým vzhľadom a kvalitou. Môžeme však povedať, že splnilo viac ako len krásny a zaujímavý vzhľad. Páčilo sa nám predovšetkým preto, že popiera zaužívanú charakteristiku dvernej kľučky,“ hovorí Arshia Mahmoodi z architektonického štúdia Arshia Architects a pokračuje: „Madlo má perfektne skrytý dizajn, až diskretný. Navyše predstavuje príbeh so svojim skrytým zámkom, ktorý sme chceli rozlúštiť a objaviť.“ Roman Ulich, hlavný dizajnér českého výrobcu M&T, popisuje: „Snažíme sa vyrábať eticky udržateľné, inovatívne a dizajnové dverné kovanie s dôrazom na kvalitu. Našou dlhodobou víziou bolo navrhnuť komfortné a tiché ovládanie dverí, bez použitia kľučiek a zámkov, a to sme dosiahli práve s bezkontaktným magnetickým systémom Magnetic. Ten spoločne s madlom YES! splňa tie najvyššie nároky na životnosť – nepo-



trebujú neskoršie servisné zásahy. Na celý systém poskytujeme doživotnú záruku.“

### IDEA AUTOMOBILOVÉHO DIZAJNU

Princíp použitého dverného kovania navyše zapadá do konceptu návrhu celej stavby, pre ktorý sa architekti pomerne netradične inšpirovali v automobilovom dizajne – v zmysle minimalizmu a dokonalo účelnej jednoduchosti. Všetky technologické prvky v interiéri sú tak po vzore luxusných áut zámerne nenápadné a skryté tak, aby umožňovali a svojou absenciou umocňovali vnemový zážitok z architektonicky dokonalého priestoru.

### DÔMYSELNÉ PREPOJENIE

Inšpirácia automobilovým dizajnom sa odráža aj v atraktívnych krivkách naprieč celým interiérom. Stavba využíva delené konštrukcie a sleduje tak typografiu kopcov. Dokonale tak s využitím

medziposchodia prepája dve hlavné poschodia domu v pôsobivý celok. Na najspodnejšom podlaží, ktoré je z jednej strany zapustené pod úroveň terénu, sa nachádza otvorený priestor slúžiaci na stretávanie s priateľmi. Nechýba tu krb pre navodenie príjemnej atmosféry, ani zabudovaná vinotéka. Schodisko po strane otvoreného priestoru stúpa do rozľahlej obývacej izby s veľkými presklenými plochami, ktoré sú typické pre celý dom. Dokonalými priezormi v streche a medzi jednotlivými poschodiami sa prirodzené denné svetlo dostane aj do miest, kde by inak bolo nutné svietiť. Široké schodisko uprostred vedie do priestoru kuchyne a jedálne a je z neho aj prístup do záhrady, ktorá prilieha k domu. Najvyššie podlažie slúži ako útočisko pre členov domácnosti, pre ich súkromie.

Výnimočnosť tejto stavby, či už z pohľadu originálneho konceptu a vzhľadu, ale



aj z pohľadu udržateľnosti potvrdzuje fakt, že dom získal už dvanásť prestížnych architektonických ocenení.

**Lokácia domu:** Los Angeles

**Rok realizácie:** 2022

**Dodávatelia a výrobcovia:**

- Generálny dodávateľ: Domaen Build Inc.
- Stavebný inžinier: BOLD Engineer & Associates Inc.
- Inžinier MEP: GMEP Engineers
- Pozemný inžinier: GreyStone Engineering Group Inc.
- Pôdny inžinier: Hillside Inspections, Inc.
- Dverné kovanie: M&T, Magnetic, madla YES!, [www.magnetic-mt.cz](http://www.magnetic-mt.cz)

**Autori:** Arshia Architects, [www.arshia.net](http://www.arshia.net)

- Arshia Mahmoodi (Design Principal)
- Xinlei Li (Project Manager, Project Designer)
- Yuheng Huang (Project Designer)
- Fang Cui (Project Designer)
- Ruby Wu (Project Designer)
- Zhishan Liu (Project Designer)

Architektonické štúdio Arshia Architects, založené v roku 2006 v Beverly Hills, vzniklo na rozpore medzi estetickým zážitkom a stavebným aktom – zámerne spojilo túto medzeru so svojším obsahom. Sme kolektívom dizajnérov, ktorí sa venujú optimalizácii zážitkov a ktorých cieľom je dešifrovať vzťah k svetu ako celku vrátane dôsledkov, ktoré má naše zastavané

prostredie na jeho trajektóriu do budúcnosti. Naša práca bola opakovane ocenená národnými a medzinárodnými oceneniami, ako je Americký inštitút architektov, a predstavená na prestížnych miestach, ako je Múzeum súčasného umenia v Los Angeles.

**Získané ocenenia:**

- ACDA\_Architecture, Construction & Design Awards-2022-RO54
- AMP-ARCHITECTURE MASTERPRIZE-2022-RO54
- ARCHITECT OF THE YEAR AWARDS-2022-RO54
- BEST OF YEAR\_INTERIOR DESIGN MAGAZINE-2022-RO54
- BUILT DESIGN AWARDS-2022-RO54
- GLOBAL FUTURE DESIGN AWARDS-2022-RO54
- IDA-IDESIGN AWARDS-2022-RO54
- LABC-LAAA-LOS ANGELES ARCHITECTURAL AWARDS-2022-RO54
- LIT - LIGHTING DESIGN AWARDS-2022-RO54
- LIV HOSPITALITY DESIGN AWARDS-RO54
- LONDON INTERNATIONAL CREATIVE COMPETITION-2022-RO54
- LOOP DESIGN AWARDS-2022-RO54
- OUTSTANDING PROPERTY AWARD LONDON-2022-RO54

Reko

**Foto:** Arshia Architects pro M&T





# OSTROŽOVIČ

EST. 1990

— VÍNO SO SRDCOM —



*Povedzte to vínom...*

Sledujte nás na [www.ostrozovic.sk](http://www.ostrozovic.sk)  
+421 908 996 040 / [odbyt@ostrozovic.sk](mailto:odbyt@ostrozovic.sk)



# NOVÝ DOMOV

## *Violety Mangriňan*

JEDNA Z NAJVÄČŠÍCH ŠPANIELSKYCH INFLUENCERIEK NÁM VĎAKA WESTWING OTVORILA DVERE SVOJHO DOMOVA. POĎTE TEDA S NAMI SPOZNAŤ TÚTO MLADÚ PODNIKATEĽKU, KTORÁ ŽIJE V MADRIDE SO SVOJIM PARTNEROM, DCÉROU A PSOM. CHCELI SME, ABY NÁM Povedala niečo viac o sebe, o svojom životnom štýle a jej novom dome.





Tak na začiatok, som extrovertné, impulzívne, pracovité dievča. Venujem sa digitálnemu podnikaniu. Milujem svoju zem, milujem Valenciu, a preto som vytvorila tento nádherný dom. Som Violeta Mangriňan. Vitajte v mojom novom dome!

## POKOJNÝ DOMOV

Doma som Violeta, myslím, že taká istá, akú ma poznajú ľudia na ulici. Aj keď sa mi zdá, že som trochu bláznivá, na druhej strane som veľmi zodpovedná mamina, ktorá má rada všetko podrobne zorganizované. A hoci mám v hlave chaos emócií, keď prídem domov, potrebujem pokoj. Preto uvidíte, že tento dom má veľmi minimalistické línie, veľa svetla a oblasti, ktoré prinášajú veľa pokoja.

## MIX TVAROV, AKCENTOV A SVETLA

V dome zároveň musel byť prítomný môj dotyk. Pretože som ako slnko a mesiac. Čierna a biela. Potrebujem ten pokoj, ktorý udrží rovnováhu s chaosom v mojej hlave. Takže dom má veľmi čisté línie, veľmi usporiadané, čo dodáva vizuálny pokoj. Ale zrazu máte v obývačke dve čierne Roly Poly s fluorescenčnou knihou s množstvom farieb, zrazu hračka baby Yoda. A to som jednoducho celá ja!

Myslím si však, že najlepšia vec na tomto dome je jeho presvetlenie. Dom má veľa prirodzeného svetla, čo je pre mňa kľúčová vec, pretože svetlo sprostredkúva pozitívnu náladu, radosť a šťastie, čo je veľmi dôležité aj pri mojej tvorbe obsahu. Je to predsa súčasť mojej práce. Tak to prosto milujem.

## ŠTÝLOVÝ DOM S BENEFITMI

Čo sa mi veľmi páči na koncepte mať dom a nie byt, je možnosť vychutnať si, najmä tu vo Valencii, toto skvelé počasie, ale hlavne možnosť stolovať s priateľmi a rodinou na záhrade. To mi spríjemňuje život. Ďalšia výborná vec na dome so záhradou je, že môžete mať psa, ktorý má aj priestor na to, aby mohol behať a robiť neplechu. Myslím, že ten, kto si záhradu užíva najviac, bude Canela. Takže to je ďalšie plus pre záhradu a dom.



Čo sa týka priestorov, chcela som, aby to bolo ako jeden priestor bez toho, aby to bola rovnaká miestnosť. To znamená všetko spolu tak, že môžete vidieť kuchyňu z jedálne, bez toho, aby ste tam priamo boli. K tomu slúžia posuvné sklenené dvere, ktoré prepúšťajú veľa svetla a sú s daným priestorom vizuálne spojené bez toho, aby boli spojené.



**01 Buklé kreslo** Elsie 599 €, Westwing Collection, Westwing.sk.

**02 Pomocný stolík z mangového dreva** Benno 279 €, Westwing Collection, Westwing.sk.

**03 Konferenčný stolík s travertínovým vzhľadom** Lesley 799 €, Westwing Collection, Westwing.sk.

**04 Modulárna bouclé pohovka s taburetka** Lennon (4-miestna) 3 599 €, Westwing Collection, Westwing.sk.







07



05

06



**05 Úložný kôš Bear** 129 €, Westwing.sk

**06 Hojdacie zvieratko Meeh** 119 €, Westwing.sk

**07 Abstraktný poťah na vankúš Vila** 27,99 €, Westwing Collection, Westwing.sk

### DCÉRINA IZBA

Galina (dcérina) izba bola pre mňa dôležitá a bola som jednoznačne rozhodnutá, že bude celá v neutrálnych, pastelových tónoch. Takže mi bolo hneď jasné, že všetko bude v tejto škále farieb a že chcem, aby to bol priestor s množstvom svetla, aby mohla mať aj moja dcéra dobrú náladu, pohodu a pokoj. Myslím si, že som to aj dosiahla. Vstúpite tam a cítite ten pocit pohody a spokojnosť bábätka. Taký je môj nový život ako mamy.

Myslím tým, že som stále len čerstvá mamička, ktorá musí vnímať aj náladu svojho bábätka. Je to neustále učenie. Je pravda, že keď ste mamou, máte zrazu pocit, že chcete mať základný tábor tam, kde vaše dieťa vyrastá a kde sa má dobre. Mám z toho dobrý pocit a páči sa mi to tu. A Gala súhlasí.

Reko

**Foto:** Westwing



### PRIESTOR NA ODPOČINOK

V hornej časti domu máme spálňu, pretože som chcela, aby časť na spanie a odpočinok bola na poschodí. Takiež pre úžasné výhľady na hory, ktoré môžete vidieť hneď, ako sa zobudíte. Je tam aj šatňa a moja súkromná kúpeľňa, pretože sa večer rada sprchujem.

Vždy to nasleduje takto: kúpanie, príprava oblečenia na ďalší deň a spánok. A v tom som práve preto mala jasno, že chcem, aby spálne boli na poschodí.

# *Kritické, optimistické aj archeologické aspekty krajiny v maľbe*



MICHAELA ŠURANSKÁ JE MLADÁ SLOVENSKÁ UMEĽKYŇA, KTORÁ ZÍSKALA DRUHÉ MIESTO V SÚŤAŽI „MAĽBA – CENA NADÁCIE VÚB ZA MALIARSKÉ DIELO PRE MLADÝCH UMEĽCOV“. UMEĽKYŇA VO SVOJEJ TVORBE ODVÁŽNE PREKRAČUJE HRANICE MAĽBY A INŠTALÁCIE. V TÉMACH POSTUPNE PREŠLA OD OSOBNÝCH K TÝM GLOBÁLNYM, ČÍM REFLEKTUJE AJ TIE MENEJ PRÍJEMNÉ PRVKY NAŠEJ SPOLOČNOSTI.





02

Michaela Šuranská dáva vo svojej tvorbe zvyčajne prednosť maľbe, no nevyhýba sa ani iným technikám. Z hľadiska témy sa výraznejšie venuje nacionalizmu, pričom zobrazuje princípy, akými sú reflexia heroizmu, adorácie či agresivity. Zaoberá sa tiež spracovaním rôznych mýtov, ľudových tradícií či kultúrnych stereotypov.

V tvorbe však nájdeme vo veľkej miere aj krajinu. Umelkyňa v minulosti brigadovala na archeologických náleziskách a tieto zážitky potom spracovávala v maľbe v podobe krajinných priestorov s imaginárne konštruovanými archeologickými objektmi kultových priestorov. A aj dnes možno v niektorých jej dielach pozorovať tieto tendencie.

### TRADÍCIE A KULTÚRNE ŠPECIFIKÁ AKO INŠPIRÁCIA

Mladá autorka sa vo svojej tvorbe necháva inšpirovať tradíciami a kultúrnymi



03

**01 Excavation of Treasures**, olej a akryl na plátne, 180 x 180 cm, 2022

**02 Ranné prelamanie sekcií - romantická priestorová situácia II.**, olej a akryl na plátne, 195 x 145 cm, 2023

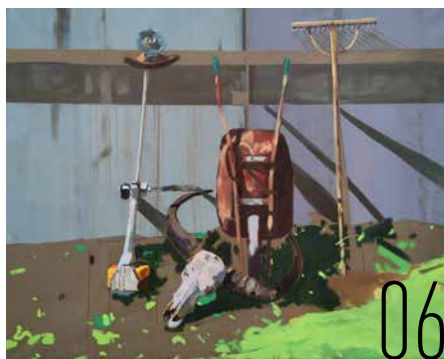
**03 Research on shining stones I.**, olej a akryl na plátne, maľba, asambláž, inštalácia, 165 x 345, cm, 2023



04



05



06



07

**04 Research on shining stones II.**,  
olej a akryl na bavlnenej celte, maľba,  
asambláž, 2023, 130 x 180 cm

**05 5 X 4**, olej a akryl na bavlnenej celte,  
150 x 130 cm, 2021

**06 Saints and Heroes of Last Summer**,  
olej a akryl na plátne /180 x 230 cm / 2020

**07 Animiznúce deje III**, olej na plátne,  
140 x 160 cm, 2016

špecifikami, výrazný je aj vplyv archeológie. V posledných rokoch sa zameriava na súčasný obraz vznikania rôznych kultov, ktoré v sebe prepájajú prvky histórie, súčasnosti, nacionalizmu a idealizmu.

Okrem toho jej diela zobrazujú tvaroslovie krajinného terénu upravovaného minulou alebo súčasnou ľudskou činnosťou a tiež ju zaujíma prejav tradícií a histórie v kontexte dnešnej spoločnosti a priestoru. Druhá rovina jej tvorby má súvislosť s deformovanou polohou, do ktorej sa pojem tradície dostal. Myslí tým, že tento pojem je často neaktuálne a účelovo využívaný cez politickú, marketingovú alebo individuálnu komunikáciu.

Tieto zámery umelkyňa vyjadruje nie veľmi hlučným obrazovým jazykom, ktorý je založený skôr na tvare a umiestnení kompozícií. Námetmi tvorby sú objekty nachádzajúce sa vo výpovednom exteriéri či interiéri. Často sú to drevá, prírodniny, vertikálne stĺpy, ale aj stavebný materiál či pracovné nástroje a urbánne prvky.

## OCENENIE ZA RESEARCH ON SHINING STONES II

Mladá autorka si odniesla druhé miesto v súťaži „Maľba – Cena Nadácie VÚB za maliarske dielo pre mladých umelcov“. Súťaže sa zúčastnila stovka umelcov venujúcich sa maľbe a vyšli z nej tri víťazky. Tie ocenila medzinárodná odborná porota, ktorá pri diele Research on shining stones II vyzdvihla hlavne špecifický prístup k slovenskej krajine.

Porota tiež ocenila spôsob, akým umelkyňa originálne transformuje svoj vzťah k našej krajine a jej históriu do závesného obrazu. Vzniklo tak dielo, ktoré je funkčným emocionálnym odrazom a zároveň aj osobným a historickým portrétom zobrazovaného miesta.



### O AUTOROVI

Michaela Šuranská  
(1993, Levice)

Je slovenská umelkyňa a maliarka, ktorá je poslucháčkou doktorandského

štúdia Akadémie umení v Banskej Bystrici v ateliéri pod vedením doc. Mgr. art. Jána Triašku ArtD., kde dokončila aj svoje magisterské štúdium.

Má za sebou viacero kolektívnych aj samostatných výstav na Slovensku aj v Česku. Na konte má Cenu dekana za najlepšiu záverečnú bakalársku prácu, ktorú dostala v roku 2016. No a najnovším úspechom je spomínané druhé miesto v súťaži „Maľba – Cena Nadácie VÚB za maliarske dielo pre mladých umelcov“.

Okrem toho je Michaela Šuranská umeleckou vedúcou Rozkvet Gallery v Banskej Bystrici. Ide o organizáciu zameranú na tvorbu a prezentáciu súčasného vizuálneho umenia.

Reko

**Foto:** archív Michaely Šuranskej



like.  
by Villeroy & Boch

275  
YEARS  
Creating  
Homes



WINTER GLOW  
Collection

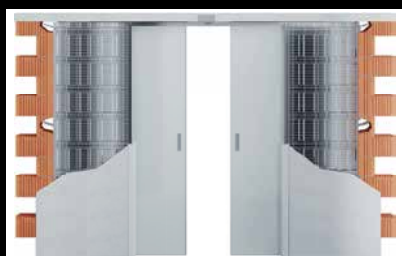


VILLEROY & BOCH  
Atrium - dom nábytku  
Einsteinova 9, 851 03 Bratislava  
Tel: 02-63451477, 0910 613 993  
www.nastol.sk · obchod@nastol.sk

villeroy-boch.com

## STAVEBNÉ PUZDRÁ s doživotnou zárukou

JAP DETAIL  
ROZHODUJE



- Certifikované na 98 rokov životnosti
- Viac ako 30 rokov skúseností
- Plne kombinovateľné so všetkými dverami v SR
- Najrýchlejšia dodávka v SR – skladoch u výrobcu
- Pre drevené alebo sklenené dverné krídlo – nosnosť až 120 kg

www.jap.sk



JAP ∞  
JEDINE STAVEBNÉ PUZDRÁ NA TRHU  
S DOŽIVOTNOU ZÁRUKOU

# TRENDY



01

V ZIME TRÁVIME VÄČŠINU NÁŠHO KAŽDODENNÉHO ŽIVOTA VO VNÚTRI INTERIÉRU. PRIPRAVTE SA NA TUTO SEZÓNU A POSTARAJTE SA O KVALITNÉ VNÚTORNÉ VYBAVENIE. VYTVORTE PRE SEBA A SVOJICH BLÍZKYCH PRIESTOR SO SNAHOU NAVODIŤ POKOJNÝ A PRIATEĽSKÝ POCIT. NAPRIEK TOMU, ŽE VO VZŤAHU K INTERIÉRU REAGUJEME NA ESTETICKÉ VNEMY INDIVIDUÁLNE, MAL BY SA TENTO PRIESTOR PODIELAŤ NA OSOBNÉJ POHODE. NECH JE TO PREDOVŠETKÝM PROSTREDIE, V KTOROM MÔŽE BYŤ KAŽDÝ AUTENTICKÝ A KTORÉ HO BUDE POVZNÁŠAŤ A PROSPIEVAŤ MU.

02



03



04

05







06



07



09



08

10



**01 Závěsná černá lampa** SKURUP, Ø 38 cm, kovová pevná konštrukcia a nadčasový dizajn, predáva IKEA

**02 Stojacia lampa** Elli, Ø 25 cm, výška 87 cm, predáva WestwingNow.sk

**03 Běžová pohovka** Cosmopolitan Design Vienna, 160 cm, predáva Bonami.sk

**04 Žltá zamatová pohovka s čiernymi nohami** Kooko Home Lento, 158 cm, predáva Bonami.sk

**05 Okrúhly konferenčný stolík z dubového dreva** Didi, predáva WestwingNow.sk

**06 Gaštanovohnedé obliečky na jednolôžko zo stonewashed bavlny** Bonami Selection, 140 x 220 cm, predáva Bonami.sk

**07 Stojan na oblečenie z dubového dreva** Clift, predáva WestwingNow.sk

**08 Dizajnový stolík** Vault od dánskej značky Ferm Living v béžovom prevedení, predáva DesignVille.sk

**09 Manželská posteľ z dubového dreva z kolekcie** Spindle od značky Ethnicraft, predáva DesignVille.sk

**10 Postelňa bielizeň** KUNGSCISSUS, výrazný vzor listov na bielom podklade dodá vašej spálni svieži výraz, biela/zelená, 150 x 200 / 50 x 60 cm, predáva IKEA



**11 Vybavenie pre sviatočné stolovanie**, predáva WestwingNow.sk, **12 Kreslo** PERSBOL, čierna/Tibbleby béžová/sivá, prepracovaný výraz a nadčasový dizajn, predáva IKEA, **13 Dekorácia mačky** Resting Cat small, beige, značka Vitra, navrhlo švédske dizajnérske štúdio Front, predáva DesignVille.sk, **14 Deka MYRULL v svetlohnedej farbe, 130 x 170 cm**, česaný povrch jej dodáva objem a je vďaka nemu neodolateľne mäkká, predáva IKEA, **15 Dekoratívne gule** VINTERFINT rozžiaria váš vianočný stromček, sklo/zmes farieb, 6 cm, 16 ks, predáva IKEA **16 Vianočná ozdoba** VINTERFINT, 3-dielna súprava, hravé a trochu väčšie dekorácie inšpirované zvieratami zo škandinávskoho vidieka, predáva IKEA, **17 Poháre na koňak**, sada 2 ks, predáva DesignVille.sk. **18 Zamatová taburetka** Alto, predáva WestwingNow.sk, **19 Ručne vyšívaný tmavočervený obrúsok** SLÄTTIKA, 40 x 40 cm, 2 ks, vyrába sa v sociálnom podniku Rangсутra v Indii, ktorý vytvára dlhodobé živobytie pre ženy po celej krajine, predáva IKEA, **20 Čierny svietnik v tvare misky** od značky Ferm Living v prevedení zo 100% recyklovaného hliníka, predáva DesignVille.sk





15



16



17



19



20

Reko  
Foto: archív firiem a redakcie



# SPÁLŇA

## *ako oddychová zóna*

PRE MNOHÝCH Z NÁS JE SPÁLŇA ÚTOČISKO, MIESTO RELAXU A OBNOVY PRE TELO I MYSEĽ, A V SÚČASNOM UPONÁHLANOM SVETE SA STÁVA DÔLEŽITEJŠOU AKO KEDYKOĽVEK PREDTÝM. ABY SA VŠAK STALA DOKONALOU ODDYCHOVOU ZÓNOU, JE POTREBNÉ VENOVAŤ POZORNOSŤ JEJ DIZAJNU A ATMOSFÉRE. OD VHODNÉHO NÁBYTKU A FARIEB AŽ PO OSVETLENIE A DETAILS. PRETOŽE KAŽDÝ PRVOK V SPÁLNI HRÁ ÚLOHU PRI VYTVÁRANÍ POKOJA A HARMÓNIE.





Ako si teda spraviť zo spálne dokonalú oddychovú zónu? Inšpirujte sa tipmi dizajnéra z IKEA.

## DOSTATOK PRIESTORU PRE RELAX

Spálni pristane harmónia a pokoj. Keď je všetko na svojom mieste a neporiadok dobre ukrytý, až vtedy si môžete skutočne oddýchnuť a užiť si pohodový čas bez stresu.

Základom pre vytvorenie príjemnej atmosféry v spálni je jednoznačne poriadok a dostatok odkladacieho priestoru. Ten sa však nemusí nachádzať iba v skrini. Šikovné riešenia poskytnú aj posteľ či rôzne štýlové doplnky vo forme lavice alebo taburetky.

Spálňa vám zároveň ponúka ideálny priestor na vytvorenie malého kútika na oddych a čítanie, kde sa môžete skryť pred svetom a pred spolubývajúcimi. Čítať alebo počúvať obľúbenú hudbu predsa nemusíte len v posteli. Napríklad kreslo GISTAD vám ponúkne až tri polohy na sedenie. Môžete si tak vybrať, či chcete sedieť vzpriamene, oprieť sa, alebo ľahnúť a zdiemnuť si. S výberom toho správneho úložného dielu na knihy vám pomôže séria KALLAX, ktorá obsahuje rôzne možnosti usporiadania. Pokiaľ zdieľate spálňu s partnerom, svoj kútik si môžete jednoducho vytvoriť aj s pomocou paravánu.

Je vedecky dokázané, že zeleň má na organizmus blahodarné účinky. Umiestnite svoj oddychový kútik blízko okna, okolo poukladajte rastliny, pridajte lampu, príručný stolík a mäkké textilie. Rastliny sú naozaj skvelými spoločníkmi do spálne. Osviežujú vzduch a poskytnú príjemný pohľad hneď po prebudení. Na stolíku na kolieskach ich cez deň ľahko premiestnite bližšie k oknu a večer zase späť k posteli.

## VYBAVENIE PRE SPRÁVNE NALADENIE

Vďaka prírodným materiálom v spálni budete môcť ovplyvniť celkový pocit z priestoru a dokonca aj váš spánok bude zdravší a lepší, pretože materiály ako drevo, prírodná bavlna či vlna majú tendenciu byť priedušné a menej alergénne.



Hrejivé tóny dreva, mäkký ľan a nadčasový nábytok rovnako vizuálne dotvárajú teplo domova, pokoj a príjemné prostredie, čo môže prispieť k relaxácii a väčšej pohode. Svieža posteľná bielizeň, mäkučké koberce, vankúše i závesy vám umožnia jednoducho vdýchnuť spálni nový život. Dbajte vždy na výber prírodných materiálov.

Výhodou 100 % ľanu aj 100 % bavlny je, že sú priedušné a dobre izolujú teplo, vďaka čomu sú skvelou voľbou pri výrobe posteľnej bielizne na celoročné používanie. Oba tieto materiály sú tiež veľmi odolné a s každým práním postupne mäknú, takže investícia do nich stojí za to.

K tvorbe útulnej atmosféry vám pomôže aj koberec TIPHEDE. Ten je vyrobený z bavlnených zvyškov, ktoré vznikli pri výrobe priadze. Pri jeho výrobe neboli použité žiadne nové materiály, preto šetrí životné prostredie. Krémová farba a hladko tkaná štruktúra z neho robia kúsok, ktorý sa bude hodiť do každej spálne.

## OSVETLENIE V PRIESTORE

Spálňa vyžaduje kombináciu osvetlenia, ktoré sa dá prispôsobiť rôznym potrebám a aktivitám. V žiadnej spálni by preto nemalo chýbať hlavné svetlo s dopadom na celý priestor a niekoľko menších svetiel, ktoré vytvoria sústredené svetlo napríklad pre čítanie knihy.





Ak rozmiestnite po izbe viacero menších lúč, miestnosť bude pôsobiť väčšia. Priestor, v ktorom spíte, by mal byť čo najtmavší. Vďaka zatemňovacím závesom a roletám sa k vám do spálne nedostane ani prirodzené svetlo, ani svetlo z mestských lúč, a budete si tak môcť vychutnávať ničím nerušený dlhý spánok. V dnešnej dobe plnej inteligentných technológií nemusíte pri nastavovaní osvetlenia vstať ani z postele. Pomocou brány TRÅDFRI a aplikácie IKEA Home smart môžete ovládať svoje FYRTUR bezdrôtové zatemňovacie rolety rôznymi spôsobmi – nastavovať ich chod hore a dole pomocou časovača a vytvárať niekoľko skupín bezdrôtových roliet.

### SPRÁVNY MATRAC JE ZÁKLAD

Prespíme tretinu života, čo znamená, že asi tretinu života strávime na rôznych

typoch matracov. Výber matraca preto patrí medzi najdôležitejšie životné rozhodnutia. Ako si však vybrať ten správny matrac, keď každý z nás spí inak? Identifikujte, či vám vyhovuje viac penový alebo pružinový matrac a ponorte sa do riešenia snov. Výber je široký.

Napríklad penový matrac ÁNNELAND sa prispôsobí tvaru vášho tela a rovnomerne rozloží jeho váhu. Tento kvalitný matrac poskytne oporu celému telu tak, aby žiadna jeho časť nebola vystavená nadmernému tlaku. Penové matrace sú tiché a absorbujú otrasy pri pohybe. Preto môžu byť tieto matrace vhodným výberom, ak sa váš partner v spánku často otáča a prehadzuje. Pružinové matrace taktiež dokážu rovnomerne rozložiť váhu vášho tela, no hlavný rozdiel spočíva v tom, že otvorená pružinová konštrukcia ako v matraci VESTMARKA podporuje prúdenie vzduchu. Pružinový matrac je preto dobre odvetraný, čo prinesie lepší pocit pri spánku. Niektorí zákazníci majú z takýchto matracov oveľa sviežejší, vzdušnejší a tým pádom aj chladnejší pocit.

Reko

Foto: IKEA a archív redakcie



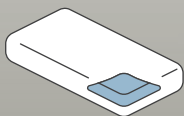


## Matrace Magniflex. Doprajte si vyvážený spánok.

Matrace a vankúše Magniflex sú splneným snom o dokonalej regenerácii Vášho tela. Vlastní najvyššiu zdravotnú certifikáciu v EÚ a majú preukázateľne pozitívne účinky na ľudské telo. Poskytujú správnu anatomickú a ortopedickú podporu, uvoľňujú chrbticu, svaly a kĺby, pôsobia proti preležaninám, zásadne znižujú počet otočení spiaceho počas spánku a podporujú imunitný systém. Výsledkom je lepšia duševná pohoda a vyšší výkon počas dňa.

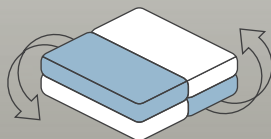
### TECHNOLÓGIA DUÁLNEHO JADRA MAGNIFLEX

Inovatívny systém Duálneho jadra sme vyvinuli s cieľom poskytnúť kombináciu odlišného komfortu tuhej alebo mäkkej podpory, ktorá bude vyhovovať potrebám každého z dvojice. Pokiaľ sa rozhodnete pre matrac s Duálnym komfortom, nikdy sa nespletiete.



1

JEDNODUCHO  
ROZEPNITE POŤAH  
MATRACA.



2

OTOČTE KAŽDÉ JADRO  
MATRACA PREFEROVANOU  
TUHOŠŤOU SMEROM HORE.



3

UŽÍVAJTE SI INDIVIDUÁLNY  
KOMFORT A SÚČASNE PREDNOSTI  
SPOLOČNÉHO MATRACA.

VYSKÚŠAJTE NEZAMENITELNÝ POCIT LEŽANIA NA MATRACOCH A VANKÚŠOCH MAGNIFLEX.  
Navštívte niektorú z predajní Magniflex na Slovensku:

[www.magniflex.sk](http://www.magniflex.sk)

# 5

## výhod zdravého spánku

SPÁNOK JE V KAŽDODENNOM PRACOVNOM KOLOBEHU PRE MNOHÝCH ČASTO JEDINOU FORMOU RELAXU A ODPOČINKU. PRÍŠŤ DOMOV, ZHODIŤ ZO SEBA OBLEČENIE, PRACOVNÉ PROBLÉMY, VHUPNÚŤ DO PYŽAMA, LAHNÚŤ SI A...

Dopriať si dokonalý relax a komfortný spánok nemá byť pre nikoho výsada, ale priorita. Vyspatý človek predsa zvládne všetko! A aké výhody má naozaj zdravý spánok?

### PLNÉ NASADENIE

Nevyspatý človek nie je príliš aktívny a ani mu to dvakrát nemyslí. Môže za to únava. Rozmýšľa len nad tým, kedy si konečne bude môcť zdriemnuť. Ak sa však ráno zobudí po zdravom spánku, zvládne rýchly každodenný zhon a povinnosti v práci aj v rodine. Je odpočinitý, energický, s mozgom fungujúcim na plné obrátky a nevystraší ho žiadna neočakávaná stresujúca situácia.

### DOBRA NÁLADA

Po prebdenej noci nikomu z nás nie je dvakrát do reči, bez spánku sme nevrlí, nepríjemní a nervózni. Nedostatok spánku sa môže v niektorých prípadoch pretaviť až do depresie. Obrátiť všetky tieto negatívne aspekty je jednoduché – vyspíte sa. Ale kvalitne, zdravo a poriadne. Kto by to povedal, že zbaviť sa stresu je také jednoduché!

### CELKOVÉ ZDRAVIE

Maximálny odpočinok v podobe spánku pôsobí priaznivo aj na imunitu človeka. K správnej životospráve nepatrí len aktívny pohyb či zdravá strava, ale aj dostatočný odpočinok a regenerácia. Vedia to aj športovci, ktorí sa pred podaním dôležitého výkonu musia kvalitne vyspať.

### CHRBTICA BEZ BOLESTI

Je najzaťažovanejšou časťou nášho tela počas dňa. Nesie celú váhu tela, preto by sa mala počas noci zregenerovať



a odľahčiť. To je možné dosiahnuť tak, že celý chrbát na matraci bude vo vodorovnej polohe, aby boli nohy vyššie. Z kvalitnej postele by ste ráno nemali vstávať dolámaný, práve naopak – mala by riešiť vaše problémy s chrbticou.

Bolesti chrbtice trápia mnoho ľudí. Sedavé zamestnanie, nedostatok pohybu a zlá životospráva – to všetko vplýva na váš chrbát. Po celom dni už netúžite po ničom inom, len po momente, kedy si ľahnete a bolestivú časť tela odľahčíte. Aj tak sa nám však stáva, že sa ráno budíme dolámaní a neodpočinití. Preto by mal každý zvážiť výmenu postele alebo aspoň matraca. Správne zvolený zdravotný matrac totiž vie uľaviť od bolesti a dožiči zdravý spánok. Na výbere postele by si mal dať záležať každý, pretože ideálna posteľ môže slúžiť aj ako prevencia pred bolesťami chrbtice.

Doprajte preto svojmu organizmu maximálny oddych počas spánku. Aby sa vaša chrbtica zregenerovala, mala by byť v prirodzenej polohe. Ak sa vám v noci chrbtica zabára do matraca príliš hlboko alebo ak ste neprirodzene vystretý, chrbtica je celý čas napnutá a neoddýchne si. Prvým krokom k chrbtu bez bolesti je práve matrac, na ktorý si ľhate každý deň.







## KRÁSA AKO BENEFIT

Okrem toho, že sa vyspatý budete na celý svet usmievať a tým pádom budete hneď krajší, je ďalšou výhodou spánku aj to, že sa zároveň regeneruje pleť. Počas dokonalého spánku sa vyrovnáva, omladzuje.

## STAVTE NA KVALITU

Prišli ste po prečítaní týchto dôvodov na to, že váš spánok je nedostačujúci, ak aj spíte osem či dokonca viac hodín? Problém môže byť niekde inde – v posteli.

Aby ste sa celý deň netešili len na spánok, ale aj na posteľ, stavte na kvalitu SAFFRON. Posteľ z prírodných materiálov vyrobená na mieru presne podľa vašich predstáv spôsobí to, že obyčajná posteľ zrazu nebude obyčajnou.

Pri výbere svojej postele si nechajte poradiť. Odborníci na zdravý spánok v showroomoch SAFFRON zohľadnia pri hľadaní matraca ideálnej tuhosti váš vek, výšku, hmotnosť a zdravotný stav. Medzi tajné tipy jednoznačne patrí aj dostatočne vysoká posteľ, ktorú oceníte



vo vyššom veku, keď vás začnú trápiť kolenné kĺby. Vstávanie z vyššej postele ich zataží omnoho menej a bude pohodlné.

SAFFRON ponúka kontinentálne postele vyrobené ručne z kvalitných prírodných materiálov. Vlna, bavlna, kašmír a hodváb pochádzajú z Talianska, ostatné materiály ako je bavlnená poťahová látka, konské vlasy, borovicové drevo a pružiny z Nemecka, Belgicka, Holandska, Anglicka a Francúzska. Starostlivo vybraní dodávatelia zabezpečujú prvotriedne spracovanie pri zachovaní funkčnosti, vzdušnosti a hebkosti materiálov.

Výrobca SAFFRON pôsobí na Slovensku od roku 2010. Vďaka ručnej výrobe na mieru a možnosti vyskladať si posteľ podľa vašich fyzických či spálňových dispozícií sa tak nájde riešenie pre každého. Bližšie informácie získate na [www.saffronbeds.com](http://www.saffronbeds.com) alebo aj osobne v Bratislave a v Košiciach.

Reko z materiálov Saffron beds

**Foto:** Saffron beds

# Správne osvetlenie pre každú miestnosť

V ZÁVISLOSTI OD ČINNOSTI, KTORÚ V MIESTNOSTI VYKONÁVAME, SA MENÍ AJ POTREBA OSVETLENIA. ZÁKLADOM BY MALO BYŤ PRESVETLENIE INTERIÉRU PRIRODZENÝM DENNÝM SVETLOM. BEZ UMELEHO ZDROJA SA VŠAK DNES NEZAOBÍDE ŽIADNA DOMÁCNOSŤ. PORADÍME VÁM, AKO SI ZABEZPEČIŤ VHODNÉ INTERIÉROVÉ SVETLO ČO NAJJEDNODUCHŠIE.





Denné svetlo je pre človeka nenahraditeľné. V lete ho máme k dispozícii dostatok, avšak v zime si bez umelého osvetlenia v našich domovoch veľmi neporadíme. Často je však podceňovanou súčasťou našich domovov. Osvetlenie má nielen obrovský vplyv na funkčnosť miestností, ale má zásadný vplyv aj na náladu, emócie a pohodu. Vďaka SMART osvetleniu budete mať správne svetlo v každej miestnosti.

## LUX, LÚMEN A KELVIN – AKO SA V NICH VYZNAŤ?

Kedysi sa žiarovky kupovali na základe jedného podstatného údaje, a to „watáže“, čiže spotreby energie. S príchodom moderných luminiscenčných diód (LED) sa spotreba radikálne zredukovala, no žiarovky nabrali mnoho nových označení a skratiek, ktoré môžu byť viac než mätúce.

- **Kelvin (K)** – je jednotkou teploty svetla. Udáva, do akej miery je svetlo sfarbené do modra alebo červena. Čím je číslo vyššie, tým je teplota svetla chladnejšia (modrá). Pri žiarovkách odlišujeme teplé, prirodzené a studené svetlo.

Teplé svetlo: 1 700 – 3 500 K

Prirodzené svetlo: 3 500 – 5 000 K

Studené svetlo: 5 000 – 7 000 K

- **Lux (lx)** – jednotka intenzity osvetlenia. Vyjadruje, koľko lúmenov svetelného toku dopadá na 1 meter štvorcový.  $1 \text{ lx} = 1 \text{ lm/m}^2$
- **Lúmen (lm)** – je jednotkou svetelného toku. Lúmeny udávajú, koľko svetla žiarovka vyžaruje. Čím je počet lúmenov vyšší, tým viac svetla v miestnosti získate.

Súčasným trendom sú predovšetkým Smart LED žiarovky, ktoré sú multifunkčné, jednoducho ovládateľné a integrovateľné.



„Vďaka Smart LED žiarovkám vytvoríte v každej miestnosti správnu atmosféru a zabezpečíte potrebné svetlo pre činnosť, ktorú vykonávate. Oproti tradičným LED žiarovkám ponúkajú Smart žiarovky aj mnohé výhody,“ vysvetľuje Zlatko Slobodník z oddelenia elektro v projektových marketoch Hornbach.

## VÝHODY SMART OSVETLENIA

### POHODLNÉ OVLÁDANIE

#### A OVLÁDANIE NA DIALKU

Ovládanie svetiel na diaľku vám umožní naprogramovať ich zapnutie v čase, keď nie ste doma. Môžete napríklad zapnúť svetlá vo vstupnej hale len niekoľko minút pred návratom domov. Svetlá je možné ovládať cez mobilnú aplikáciu alebo cez hlasového asistenta (Alexa, Google, Apple). Používanie moderných hlasových príkazov umožňuje nielen zapínať a vypínať svetlá samotným hlasom, ale aj nastavovať ich farby a jas.

### NASTAVENIE PLÁNOV A PRISPÔSOBENIE SVETLA

Na rozdiel od stmievateľných LED žiaroviek, ktoré si vyžadujú inštaláciu stmievacích ovládačov, nepotrebujú Smart žiarovky žiadne špeciálne príslušenstvo. Prostredníctvom aplikácie môžete rýchlo a jednoducho meniť jas, farbu a teplotu svetla a vytvoriť tak atmosféru, ktorá vyhovuje vašej náladu alebo situácii. Výhodou je aj možnosť vytvorenia časových plánov. „Ak používate určitý typ svetla často a v určitom čase,



môže byť únavné ho zakaždým ručne zapínať alebo vypínať. Namiesto toho môžete túto úlohu jednoducho automatizovať nastavením rozvrhu v aplikácii inteligentnej žiarovky. Napríklad ráno sa môžu automaticky zapnúť tlmené svetlá, aby si vaše oči pomaly zvykali. Pred odchodom sa môžu zapnúť len svetlá pri dverách. Funkciu zapínania a vypínania svetla je možné zosynchronizovať aj s východom a západom slnka,“ vysvetľuje odborník.

### ZVÝŠENIE BEZPEČNOSTI

Inteligentné svetlá môžu zvýšiť tiež bezpečnosť vášho domova. Svetlá môžete vypínať a zapínať na diaľku bez ohľadu na to, ako ďaleko sa nachádzate. Existuje dokonca osvetlenie s vyhradeným režimom pre vzdialené/odcestované osoby. Takýto režim budú náhodne cyklicky vypínať a zapínať vaše svetlá, takže to bude vyzerať, že sa nachádzate doma.

### VÝBER FARIEB

Jednou z najvýraznejších výhod Smart žiaroviek je možnosť meniť



nielen teplotu osvetlenia, ale aj farbu. „Smart žiarovky ponúkajú mimoriadne široké spektrum farieb (16 miliónov). Zmena farebného osvetlenia v miestnosti pomôže navodiť vynikajúcu relaxačnú atmosféru a môže pomôcť aj ľuďom trpiacim nespavosťou. Nastavenie teplého tónu a teplých farieb pred spánkom môže pomôcť vášmu telu k lepšej synchronizácii s cirkadiánnym rytmom,“ vysvetľuje Zlatko Slobodník.

### AKO VYBRAŤ SMART ŽIAROVKY

Ak len teraz vstupujete do sveta modernej automatizácie domácností, zrejme sa pred kúpou Smart žiaroviek budete pýtať, čo všetko k ich fungovaniu potrebujete. V prvom rade musíte vedieť, že existujú rôzne typy inteligentných svietidiel, ktoré súvisia najmä s typom pripojenia používaného na ich diaľkové ovládanie. V domácej automatizácii poznáme štyri komunikačné protokoly:

- **Wi-fi** – v súčasnosti najrozšírenejší systém pripojenia používaný v domácnostiach a kanceláriách. Umožňuje pripojenie mnohých inteligentných zariadení, ktoré si vyžadujú prenos veľkého množstva dát, napr. Smart TV, žiarovky či bezpečnostné kamery.
- **Bluetooth** – protokol používaný mnohými zariadeniami, ktoré sa v súčasnosti bežne používajú, napríklad smartfóny, laptopy alebo slúchadlá. Umožňuje prenos menšieho množstva dát na kratšiu vzdialenosť, a preto jeho využitie v Smart home technológiách je značne obmedzené.
- **Zigbee** – protokol navrhnutý tak, aby uľahčoval automatizáciu inteligentných domácností. Tento komunikačný protokol využíva veľké množstvo Smart zariadení s nízkou náročnosťou na prenos dát, ako napríklad senzory pohybu, klimatizácia, termostaty, smart zámky na dvere, elektrické zásuvky či ovládanie žalúzií. Dosah riadiacej jednotky v interiéri je približne 100 m.
- **Z-wave** – medzinárodný systém vyvinutý špeciálne pre domácu automatizáciu, ktorý je veľmi podobný protokolu Zigbee. Výhodou Z-wave protokolu je, že neruší systémy Bluetooth a Wi-Fi, čo sa pri Zigbee môže občas stať.

### AKO VYBRAŤ OSVETLENIE PODĽA MIESTNOSTÍ?

Pri výbere svietidiel do každej miestnosti sa určite často pýtate, či je lepšie zvoliť teplé, studené alebo prirodzené svetlo. „Aj v tomto prípade je potrebné myslieť na zamýšľané využitie miestnosti. Do kuchyne sa hodia predovšetkým prirodzené biele a výkonné svetlá, pretože zvyšujú bezpečnosť pri práci. Na konzumáciu jedla však postačí aj menej intenzívne svetlo. Obývačka je multifunkčná miestnosť, ktorá si zaslúži flexibilné osvetlenie, no vo všeobecnosti tu lepšie funguje teplejšie osvetlenie. Pozor dávajte predovšetkým v spálni. Vyhýbajte sa studenému a intenzívnemu osvetleniu, a rovnako aj príliš výrazným farbám, ktoré môžu narušiť váš spánok,“ upozorňuje odborník.

#### ODPORÚČANÉ OSVETLENIE

##### Kuchyňa

Teplota: 4 000 – 5 000 K – centrálné svetlo  
4 000 – 5 500 K – doplnkové svetlo  
Intenzita: 500 lx na prípravu jedla,  
300 lx na konzumáciu

##### Kúpeľňa

Teplota: 4 000 – 6 000 K  
Intenzita: minimálne 200 lx

##### Obývacía izba

Teplota: 2 500 – 3 500 K – centrálné svetlo  
cca 3 000 K – doplnkové svetlo  
Intenzita: 500 lx

##### Spálňa

Teplota: do 3 000 K  
Intenzita: 500 lx

##### Detská izba

Teplota: 3 500 – 5 500 K  
2 700 K nočný stolík)  
Intenzita: 500 lx (na čítanie a písanie)

Reko

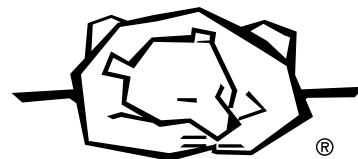
Foto: archív firiem a redakcie



# Najväčší VÝBER

matracov s ovčím rúnom  
a dlhou životnosťou

DANEXPLUS



V zime zahreje

V lete osvieži



High Quality Products

[www.topspanok.sk](http://www.topspanok.sk)

# NA ZÁPADOE NIČ NOVÉ...

*Namiesto revolúcie len evolúcia.  
Čakáme na umelú inteligenciu?*

VEĽKÉ INOVÁCIE  
V OBLASTI DOMÁCEJ  
AV TECHNIKY  
NEPRICHÁDZAJÚ.  
NOVÁ GENERÁCIA  
TELEVÍZOROV JE,  
SAMOZREJME, STÁLE  
LEPŠIA, DOKONALEJŠIA  
A VÝKONNEJŠIA, ALE  
UŽ TO NIE JE AKO PRED  
ROKMI.

Pravdou je, že mnohé inovácie z minulosti sa neskôr ukázali ako slepá cesta – spomeňme si na 3D televízory alebo zahnuté obrazovky. Sľubovali revolúciu v zobrazovaní, no reálne si nezískali toľko priaznivcov ako tenké ploché displeje. Vďaka vyššiemu rozlíšeniu a väčšiemu dynamickému rozsahu majú moderné obrazovky dostatočne plastický obraz aj bez 3D okuliarov a tenká obrazovka zavesená na stene, ktorá sa maskuje za obraz v galérii je určite prirodzenejšia voľba, než zakrivený, od steny odstavajúci displej (samozrejme iné je zakrivený monitor pri PC, kde to dáva väčší zmysel).

## VŠETKY TELEVÍZORY SÚ UŽ „SMART“

Je to lacné na výrobu a zákazníci to ocenia oveľa viac než rôzne výstrelky. Moderný televízor môže mať funkcie, o ktorých ste možno ani netušili, a preto by ste sa pri výbere nového televízora nemali pozeráť len na veľkosť uhlopriečky alebo dizajn, ale aj na tieto „skryté poklady“. Napríklad to, že má televízor prístup na internet a môžete si naň nainštalovať



aplikácie, je už úplne bežné. Znamená to, že nepotrebujete set-top-box a priamo v TV môžete mať služby ako YouTube, Netflix, Voyo, Disney+, HBO atď.

Keď v počítači použijete aplikáciu pre vzdialený prístup, môžete pomocou myši a klávesnice pripojenej k TV ovládať na diaľku aj svoj počítač - odpovedať na pracovný e-mail, dokončiť správu alebo prezentáciu na veľkej obrazovke z pohodlia obývačky, aj keby zostal váš počítač na stole v práci. A vďaka pripojenej webovej kamere nie je problém uskutočniť pomocou televízora video hovor – úplne bez počítača.

Inteligentný televízor môže dokonca nahradiť hernú konzolu. Stačí si nainštalovať aplikáciu Xbox, aktivovať predplatné služby Xbox Game Pass a mať po ruke kompatibilný herný ovládač. Prostredníctvom cloudového hrania potom môžete hrať hry z bohatej knižnice hier priamo na televízore bez pripojenej







hernej konzoly, čím opäť ušetríte niekoľko stoviek eur.

### **TELEVÍZIA PRE OSOBY S HANDICAPOM**

Televízia je portál, ktorý nás spája so svetom. Vďaka prístupu na sieť a rastúcemu výkonu tu pribúda špeciálny obsah a aj preto do vybraných modelov pribudli špeciálne funkcie pre nepočujúcich, sluchovo postihnutých, nevidiacich alebo zrakovo postihnutých, ktoré im uľahčia ovládanie moderného televízora. Napríklad pre používateľov s poruchami farebného videnia umožňuje aplikácia SeeColors upraviť farby špecifickým spôsobom tak, aby si ich mohli užít aj tí, ktorí bežné farby vnímajú skreslene. Zrakovo postihnutí si môžu lepšie predstaviť scénu vďaka funkcii Audio (Video) Description, ktorá pôvodný dialóg dopĺňa o verbálny popis aktuálnej situácie (napríklad oblečenie jednotlivých postáv, ich neverbálnu komunikáciu, opis scény a pod.).

Pri sledovaní televízie s rodinou či priateľmi potrebujú sluchovo postihnutí často vyššiu hlasitosť než ostatní nuž a práve pre tieto situácie je určená funkcia Multi-output Audio, vďaka ktorej si môžu pre Bluetooth slúchadlá nastaviť zvuk v hlasitosti, akú potrebujú. Na hlasitosť pre iných divákov to vplyv nemá. Špeciálny algoritmus na báze umelej inteligencie dokáže v obraze rozoznať znakovú reč a automaticky zväčšiť tlmochníka o 200 %. Používatelia si tiež môžu ručne vybrať oblasť na obrazovke, ktorú chcú zväčšiť, aby napríklad lepšie videli vybrané informácie (otázky vo vedomostnej súťaži, skóre pri športovom prenose a pod.).

### **KONEKTIVITA, ZABEZPEČENIE A UDRŽATEĽNOSŤ**

Najvplyvnejšími technológiami pre inteligentné domácnosti je stále konektivita a inteligentné vnútorné zabezpečenie. Sú neoddeliteľnou súčasťou smart riešení, pretože zahŕňajú sieťové pripojenie



JE TO LACNÉ NA VÝROBU A ZÁKAZNÍCI TO OCENIA OVEĽA VIAC NEŽ RÔZNE VÝSTRELKY. MODERNÝ TELEVÍZOR MÔŽE MAŤ FUNKCIE, O KTORÝCH STE MOŽNO ANI NETUŠILI, A PRETO BY STE SA PRI VÝBERE NOVÉHO TELEVÍZORA NEMALI POZERAŤ LEN NA VEĽKOSŤ UHLOPRIEČKY ALEBO DIZAJN, ALE AJ NA TIETO „SKRYTÉ POKLADY“.



”

AK STE DOTERAZ MALI POCIT, ŽE UMEĽÁ INTELIGENCIA V DOMÁCIH SPOTREBIČOCH JE ZBYTOČNÝ LUXUS, OPAK JE PRAVDOU. V ČASOCH STÁLE DRAHŠEJ ENERGIE BY SA DALO LUXUSOM NAZVAŤ V DOMÁCNOSTI AI NEVYUŽÍVAŤ.

zariadení aj celkovú integráciu a ovládanie pre používateľov. Hlavnou témou tohtoročného veľtrhu spotrebnej elektroniky IFA však bola udržateľnosť. S ňou súvisí aj balenie a dodávané príslušenstvo.

Pokiaľ zmýšľate ekologicky, zamerajte sa pri výbere spotrebičov aj na to, ako výrobca znižuje environmentálnu záťaž. Sem patrí okrem nízkej spotreby napríklad aj využitie recyklovaných materiálov vo výrobe, ekologické balenie, či životnosť a opraviteľnosť produktu.

Je logické neplytvať energiou. V inteligentnej domácnosti si dokonca môžete vybrať, či chcete šetriť kontinuálne, alebo začať s úsporami až vo chvíli, keď očakávaný účet za energiu prekročí vami nastavený limit. Keď sa rozhodnete šetriť, AI povolá do vašich služieb špeciálne algoritmy a analýzy.

## UMELÁ INTELIGENCIA NIE JE ZBYTOČNÝ LUXUS

Netreba sa jej báť. Spotrebiče sú vďaka nej oveľa úspornejšie a šetria tiež váš čas. Dnes sa objavuje aj v spotrebičoch, kde by ste ju možno nečakali. Najnovšie vysávače pomocou AI dokážu analyzovať typ podlahy a podľa toho automaticky prispôsobiť výkon. Spotreba energie sa tým zníži o 14 %. V prípade parnej rúry dokáže AI rozpoznať ingrediencie, navrhnúť optimálny režim pečenia a včas ohlásiť možné pripálenie.

Vaša chladnička rozpozná otvorenie dverí a optimalizuje výkon chladenia, aby nežrala príliš veľa energie. Rovnako tak odmravovanie výparníka začne až vo chvíli, keď je to naozaj potrebné. Výsledkom je extra 15 % úspora energie. Ešte vyššiu úsporu môžete dosiahnuť pri práčkach. V režime AI Energy Mode dokážu vďaka nižším teplotám a technológiám, ktoré napriek tomu zachovávajú rovnakú účinnosť prania, znížiť spotrebu až o 70 %, u sušičky o 20 %.

Ak ste doteraz mali pocit, že umelá inteligencia v domácnostiach je zbytočný luxus, opak je pravdou. V čase stále drahšej energie by sa dalo luxusom nazvať v domácnosti AI nevyužívať.

Reko

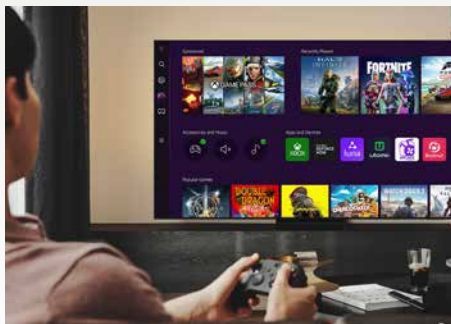
Foto: archív firiem a redakcie



# TIPY

## 8K televízory ▶

Nechajte sa ohromiť dokonalým obrazom s rozlíšením 8K alebo 4K, plnými farbami a skvelým kontrastom. Technológia Quantum Matrix Pro zaručuje, že vám neunikne jediný detail, a sofistikovaný zvukový systém Dolby Atmos vás okamžite vtiahne do deja.



## ◀ Gaming-Hub-TV ako herná konzola

Majitelia vybraných inteligentných televízorov môžu mať priamo v TV prístup k viac ako 3 000 herným titulom aj bez hernej konzoly. Vybrať si môžete rôzne arkádové klasiky, ale vďaka cloudovým službám aj veľké nové herné tituly, pričom všetky hry si zahráte priamo vo vašom TV aj bez počítača alebo hernej konzoly.

## Bespoke Jet AI ▶

Bespoke Jet AI od Samsungu je prvý bezdrôtový tyčový vysávač s umelou inteligenciou na svete s certifikáciou UL. Vďaka AI sa automaticky prispôsobí akémukoľvek prostrediu a má až o 15 % vyšší sací výkon než predošlý model, no zároveň je ľahší a na sto minút vysávania nepotrebuje prestávky na nabíjanie.



## ◀ Logitech K400 Plus

Bezdrôtová klávesnica s integrovaným touchpadom vyvinutá na pohodlné ovládanie televízora z pohodlia vášho gauča. Je tichá, praktická a má všetky prístupové klávesy systému Windows alebo Android. Jej súčasťou je aj ovládanie médií. Ak pripojíte počítač k televízoru, vďaka integrovanému touchpadu môžete jednoducho ovládať kurzor bez nutnosti pripojenia myši. Môžete tak jednoducho sledovať videá, surfovať po internete, písať e-maily alebo chatovať s priateľmi priamo z gauča na TV obrazovke.

## Pre jednoduchšie varenie ▶

Parná rúra s kamerou = jednoduchšie varenie s profesionálnymi výsledkami vďaka technológii AI Pro Cooking využívajúcej umelú inteligenciu. Vďaka kamere View Inside môžete vidieť priebeh varenia a stav jedla priamo na displeji telefónu. Nemusíte byť ot-rokom kuchyne, pretože všetko môžete pohodlne nastaviť na diaľku aj mimo domova, napr. počas prechádzky so psom, pomocou aplikácie SmartThings. Prostredníctvom mobilného telefónu môžete rúru zapnúť alebo vypnúť, vybrať jednotlivé funkcie, nastaviť časovače a upraviť jednotlivé parametre.



## SolarCell-Remote ◀

Diaľkový ovládač so solárnym panelom? Energiu čerpá zo slnečného aj umelého svetla. Vďaka tomu je plne nezávislý od jednorazových batérií. Tie sú nielen nepraktické, ale aj neekologické, pretože zaťažujú životné prostredie. Udržateľnosť spolu s AI technológiami sú témou číslo jedna.

Reko,

Foto: archív firiem a redakcie



# Vyriešte zoznam darčiekov

AK HĽADÁTE DARČEKY PRE VAŠICH BLÍZKYCH, KTORÉ IM UROBIA RADOSŤ A VYČARUJÚ ÚSMEV NA TVÁRACH, NECHAJTE SA INŠPIROVAŤ NAŠIMI TIPMI. MÁME ICH PLNÉ VRECE! VEĎ NAJKRAJŠIE OBDOBIE ROKA JE ČASOM SPOLOČNÝCH STRETNUTÍ, KEDY BY SME SA MALI VIAC ZAUJÍMAŤ HLAVNE O POTREBY DRUHÝCH A VENOVAŤ IM VIAC POZORNOSTI.

## POD STROMČEK AJ NA OČI

Tieto Vianoce môžu byť pre vás a aj vašich najbližších výnimočnejšie. Vyberte si darčeky, ktoré potešia svojou výnimočnosťou a súčasne podporia ich zdravie. Darovať môžete okuliare od luxusných značiek ako je **Tommy Hilfiger**, **Polaroid** alebo **Guess**. Pri výbere na e-shope **alensa.sk** môžete využiť praktické virtuálne zrkadlo, kde si môžete okuliare vyskúšať z pohodlia domova. K tomu nahrávanie a históriu svojich dioptrických predpisov či službu domáceho skúšania, kedy si vybraných päť obrúčok môžete vyskúšať doma. Poradiť sa pritom môžete aj s vašimi blízkymi. Obdarujte milovníčku módy dizajnovými kúskami, ktoré sa hodia k jej štýlu. Na e-shope **alensa.sk** vás prekvapia príjemné ceny značkových okuliarov, ako aj rýchle dodanie. Vyberte si exkluzívne kúsky, ktoré nosia viaceré známe slovenské aj české celebrity. Inšpirujte sa niečím výnimočným a doprajte si pod stromček to najlepšie.

[www.alensa.sk](http://www.alensa.sk)



## DARČEKY PLNÉ KRÁSY

Je čas popremýšľať, čo nadeliť pod stromček slečnám a dámam. Nechajte sa inšpirovať a stavte na istotu, obdarujte ich kvalitnou a užitočnou kozmetikou.

Doprajte sebe alebo svojim blízkym vyživujúcu starostlivosť. Balíček vlasovej kozmetiky značky Syoss ukrýva produkty pre hĺbkovú regeneráciu vlasov. Precízne vyživuje pokožku hlavy a zaisťuje regeneráciu suchých a lámavých vlasov.

**Cena: 14,19 eur**

Radost z krásneho darčeka sa môže premeniť na radost z krásne lesklých a zdravých vlasov. Gliss prináša šampón Oil Nutritive, kondicionér Oil Nutritive alebo Express-Repair, kondicionér Oil Nutritive na regeneráciu poškodených vlasov.

**Cena: 19,99 eur**

Na záver ešte niečo na vyživenú a upokojenú pokožku. Suchá pokožka totiž trápi počas zimných mesiacov veľa ľudí. Starostlivosť poskytne sprchový krém, krém na ruky alebo telový krém Oil Intense tradičnej švédskej značky Barnängen, ktorá ponúka účinnú a hĺbkovú hydratáciu.

**Cena: 21,39 eur**

## TIE NAJSLADŠIE VYZNANIA

Kto by nemiloval vafle?! Nadýchané, chrumkavé, posypané cukrom s drobným ovocím, poliate javorovým sirupom či servírované s poctivou porciou šľahačky a roztopenej čokolády chutia malým aj veľkým. Urobiť ich na výbornú však môže byť tak trochu veda. Nezáleží len na vyladenom ceste, ale aj na kvalitnom spotrebiči. Takým je **vaflovač Orava W-01**, s ktorým vyčarujete svojim blízkym vafle v tvare rozkošného srdca. Vďaka príkonu 1 200 W je ich príprava naozaj rýchla a na jeden raz spotrebič pripraví až päť sladkých srdiečkových vyznaní. Kruhovým ovládačom jednoducho nastavíte optimálnu teplotu pečenia a špeciálna povrchová úprava platní sa postará o to, aby sa vafle nelepili a nepripiekli. Spotrebič sa bezpečne otvára vďaka tepelne izolovanej rukoväti. OMC: 24,90 eur.

[www.orava.eu](http://www.orava.eu)





## NEPREMEŠKAJTE ADVENT PLNÝ KNIŽNÝCH DARČEKOV

Vianoce bez knihy pod stromčekom akoby ani neboli Vianocami. Pokiaľ stále rozmýšľate nad vhodnou voľbou pre vašu ratolesť, máme pre vás praktický tip. Vďaka slovenskej aplikácii **KUBO – detské knihy** nemusíte vyberať len jednu konkrétnu knižku. KUBO obsahuje už viac ako 1 500 kníh a každý deň pribúdajú ďalšie. Vaše dieťa bude môcť kedykoľvek čítať presne to, čo ho zaujíma najviac.

V decembri máte mimoriadnu príležitosť spestriť si adventné obdobie čítaním! V duchu sviatočného očakávania a darčiekov prináša KUBO špeciálnu akciu – Knižný adventný kalendár. Počas každého dňa od prvého decembra až do Štedrého dňa sa pre všetkých v aplikácii otvorí jedna vybraná kniha, ktorú si bude možné prečítať úplne zadarmo.

Sledujte aplikáciu KUBO – detské knihy, aby ste nič nezmeškali!

Aplikáciu stiahnete v **App Store** alebo obchode **Google Play** za cenu len 3,99 eur / mesiac.

[www.kubomedia.sk](http://www.kubomedia.sk)



## STRHUJÚCI SPOLOČNÍK A HVIEZDA VIANOČ

Darujte (si) na Vianoce domáce centrum zábavy, s ktorým ani ten najdlhší zimný večer nebude nudný. **4K Android 11 Smart LED TV s wi-fi Orava LT-ANDR75 B01** s uhlopriečkou až 190 cm (75") vám prináša prístup k videám, filmom a seriálom na populárnych streamovacích platformách. Umožňuje sťahovať hry a aplikácie dostupné na internete na platforme Google Play. Pozýva vás do sveta zábavy, na ktorú jeden večer nestačí. Vďaka 4K rozlíšeniu budete mať z gauča na dosah obraz na nerozoznanie od reality, s ostrými detailmi, výrazným kontrastom a prirodzeným pohybom. Je úžasné nechať sa vtiahnuť do strhujúceho deja filmu či online hry. Inovatívna funkcia Chromecast vám umožní streamovať atraktívny obsah zo smartfónu na veľkolepú TV plochu, aby ste

si ho mohli detailne pozrieť vo vysokom rozlíšení. Video on demand (VOD) vám poskytne možnosť stať sa pánom svojho času pred TV obrazovkou a filmy či seriály z virtuálnych požičovní (napr. Netflix) pozerať vtedy, keď vám to vyhovuje. Nechýba mu technológia Dolby Vision a ovládať ho môžete aj pomocou smartfónu. Po prepojení s klávesnicou, myšou, hernou konzolou a kamerou sa razom zmení na centrum zábavy či komunikačný kanál s blízkymi. OMC: 1 099 eur.

[www.orava.eu](http://www.orava.eu)

## JEDINEČNÝ TIP NA DARČEKY VAŠEJ FIRMY ALEBO RODINY

Hľadáte čokoládový darček na Vianoce? Darujte exkluzívne slovenské pralinky, ktoré sú opäť medzi svetovou elitou a ktoré získali ďalšie ocenenie ZLATÁ HVIEZDA v histórii výrobcu – **ZAX – GREAT TASTE AWARDS 2023 v Londýne**.

Čokoládová dielňa **ZAX** po minuloročnej svetovom triumfe s passion fruit v tvorbe jedinečných kombinácií nepoľavila. V tomto roku dostali v prestížnej súťaži taktiež zlatú hviezdičku a monokolekcia **PREMIUM NOUGAT** sa tak stala jednou z najchutnejších na svete. A okrem

72 % horkej čokolády a prémiového nugátu sú pralinky vďaka hriankovému tvaru a fíkanému magentu dizajnu aj pastvou pre oči.

Ak však hľadáte čokoládu s viacerými blahodarnými účinkami, vyskúšať by ste určite mali aj pralinky s organickou čajovou zmesou **MATCHA.organic**. S exotickým ovocím yuzu, matchou a jahodovým pyré sú v čokolatérii **ZAX** pre-svedčení, že ide o jednu z najzdravších bonboniér na svete. Matcha totiž povzbudzuje telo aj myseľ, posilní imunitu, zrýchli metabolizmus a odbúra stres.

Obdarujte svojich blízkych, alebo motivujte svojich zamestnancov či obchodných partnerov degustačnými zážitkami od **ZAX**. V prípade záujmu o kolekcie na mieru či profesionálny čokoládový servis pre váš event nás neváhajte kontaktovať.

[www.zaxchoco.com](http://www.zaxchoco.com)



# Darček, ktorý teší každý deň

KTORÝ KÁVOVAR VÁM SPRAVÍ NAJLEPŠIU SLUŽBU? VYBERTE SI NA MIERU PRE SEBA ALEBO AKO DARČEK PRE VAŠICH BLÍZKYCH. VEĎ RADOSŤ BUDE ROBIŤ NIELEN JEDEN DEŇ, ALE AJ MNOHO ĎALŠÍCH.



Pokiaľ pijete jednu kávu denne, alebo iba z času na čas, či cestujete a svoju obľúbenú kávu si nechcete odoprieť ani mimo domu, dobre vám posluží Cafissimo Milk. Ohotne pripraví povzbudzujúce espresso, lahodnú caffè crema, klasickú prevkapanú kávu a o pár sekúnd neskôr aj jemné cappuccino alebo labužnícke caffè latte či deťmi milovanú mliečnu penu. Stačí vložiť kapsulu s vašou obľúbenou kávou, naplniť nádobu mliekom a jedným prstom zvoliť, aký nápoj vám tentoraz Cafissimo Milk spraví.

Pokiaľ je káva vašim ranným štartérom a sprevádza vás celým vašim rušným dňom, spoľahnite sa na automatický kávovar Tchibo Esperto Pro! Stačí



jediný dotyk a plnoautomatický kávovar pripraví perfektné espresso a s funkciou Intense+ dosiahnete ešte výraznejšiu intenzitu, pretože pridáva 1 g kávy navyše. One Touch Milk System zas pripraví mliečnu penu jemnej, krémovej alebo pevnej konzistencie aj z rastlinného mlieka a určite poteší aj to, že na mlieko netreba žiadnu špeciálnu nádobu – stačí jednoducho dýzu vložiť do krabice alebo fľaše s mliekom. Kávovar so šírkou len 18 cm má údržbu rovnako jednoduchú ako obsluhu.



Pákový kávovar ocenia kávičkári par excellence, ktorí radi experimentujú, skúšajú novinky a každý dúšok čierneho nápoja je pre nich oslavou. Talianky dizajn a nerezové telo kávovaru La Pressa priťahujú pohľady, jeho výsledok je zas pastvou pre chuťové poháriky. S dvojitém výpustom pre dve šálky pripraví dokonalé espresso aj cappuccino či espresso macchiato. Môžete si regulovať množstvo vody, ako aj teplotu a konzistenciu mliečnej peny.

Tak neváhajte, váš domáci barista vás už čaká v predajniach Tchibo a na stránke [www.tchibo.sk](http://www.tchibo.sk).

Reko  
**Foto:** Tchibo





**NAJVÄČŠÍ E-SHOP S KÁVOU A ČAJOM**

**KÁVA**



**ČAJ**



**PRÍSLUŠENSTVO**



[www.popradske.sk](http://www.popradske.sk)



**ČERSTVÁ KÁVA  
PRAŽENÁ NA SLOVENSKU**



**DODÁVKA KURIÉROM  
DO 48 HODÍN**



**DARČEKOVÉ  
BALENIA**



**FAKTÚRA S ÚDAJMI  
PRI NÁKUPE**



**PRIAMY NÁKUP  
OD VÝROBCU**



**ZĽAVA PRI DOHODE  
SPOLUPRÁCE**

Tel.: +421 52 7143 227 • E-mail: [info@popradske.sk](mailto:info@popradske.sk)

# Nový klenot vašej kuchyne

TEFAL DUAL EASY FRY & GRILL JE NOVINKA ZNAČKY TEFAL, KTORÁ PRINÁŠA REVOLÚCIU V PRÍPRAVE JEDÁL. JE VYSOKO MULTIFUNKČNÁ A VÝKONNÁ. VĎAKA ÚPLNE NOVEJ TEPOVZDUŠNEJ FRITÉZE MÔŽETE TERAZ PRIPRAVOVAŤ OBLÚBENÉ RECEPTY OVEĽA ZDRAVŠIE, RÝCHLEJŠIE A EFEKTÍVNEJŠIE. VEĽKÁ KAPACITA VÁM UMOŽNÍ NACHYSTAŤ POKRMY BEZ PROBLÉMOV PRE CELÚ RODINU ALEBO MILÚ NEČAKANÚ NÁVŠTEVU, A TO HNEĎ DVOJAKÝM SPÔSOBOM. S INOVATÍVNOU TEPOVZDUŠNOU TECHNOLOGIOU PRIPRAVÍTE ZDRAVŠIE JEDLO A S INTEGROVANOU GRILOVACOU FUNKCIOU UGRILUJETE POKRM PRESNE NA MIERU. A K TOMU VŠETKO NARAZ – V DVOCH SEPARÁTNYCH NÁDOBÁCH PRIAMO VO FRITÉZE.

**K**ľúčové pre Tefal Dual Easy Fry & Grill sú dve nádoby na komplexnú prípravu, čo vám umožní pripraviť dva rôzne pokrmy súčasne: nádoba XXL s objemom 5,2 litra a nádoba s objemom 3,1 litra, v ktorej si rovnako ľahko uvarí aj jednotlivce.

## BEZSTAROSTNÉ AJ ÚSPORNÉ

Tefal Dual Easy Fry & Grill ponúka bezstarostné použitie s 8 prednastavenými programami, ktoré umožňujú prípravu rôznych pokrmov bez neustáleho dozoru. Od hranolčekov po kura, zeleninu, ryby, dezerty, sušenie, ručný režim a grilovanie – všetko je dosiahnuteľné jediným dotykom. Čo je však ešte dôležitejšie, Dual Easy Fry & Grill prináša úsporu energie a času. Spotrebuje až o 70 % menej energie a pripravuje pokrmy až o 40 % rýchlejšie ako klasické rúry\*. Vďaka technológii Extra-Crisp si môžete vychutnať chrumkavé a dozlatista pripravené jedlá s minimom tuku alebo úplne bez neho (až o 99 % menej)\*. A pre zjednodušenie čistenia sú nádoby, grilovacia mriežka a bežná mriežka vhodné do umývačky.

## REVOLUČNÝ SPOTREBIČ

Produktová manažérka značky Tefal Eva Kožušníková upresňuje: „*Teplotvzdušná fritéza Tefal Dual Easy Fry & Grill je revolučným spotrebičom, ktorý prináša pohodlie, efektívnosť a zdravý spôsob prípravy jedál priamo do vašej kuchyne.*

*Za celú značku môžem povedať, že sme veľmi radi, že môžeme ponúknuť spotrebiteľom túto*

*inovatívnu fritézu, ktorá zjednoduší prípravu pokrmov a zároveň šetrí čas, energiu a peniaze.“*



Značka Tefal sa tiež zaviazala k udržateľnosti a dlhodobému využitiu svojich produktov. Tefal Dual Easy Fry & Grill je navrhnutá s ohľadom na jednoduchú opraviteľnosť, a to po dobu 15 rokov. S 6200 servisnými strediskami po celom svete je zaistené rýchle a cenovo dostupné dodanie náhradných dielov. Odporúčaná predajná cena je 229 eur. Viac informácií na [www.tefal.sk](http://www.tefal.sk) a [www.homenadcook.sk](http://www.homenadcook.sk).

(\*Testy vykonané v roku 2023 na mrazených hranolčekoch)

Reko z materiálov značky Tefal  
**Foto:** Tefal



# Nadchne a poteší každého

WMF BLACK EDÍCIA! NOVÁ EDÍCIA WMF V ČIERNOM MATNOM DIZAJNE POTEŠÍ KAŽDÉHO, KTO SI POTRPI NA NOVINKY VO SVETE POMOCNÍKOV DO KUCHYNE. DARUJE NIEKOMU POD STROMČEK, K NARODENINÁM, ALEBO UROBTE RADOSŤ SAMI SEBE.



Ďalším skvelým produktom v edícii je stolný mixér WMF KITCHENminis®, ktorý sa postará o lahodné ranné smoothie na cestu do práce, do školy či na výlet. Ako aj všetky ostatné produkty je tiež vyrobený z matne čiernej nehrdzavejúcej ocele a v kompaktnom dizajne, aby vo vašej kuchyni nezaberal príliš veľa priestoru. Je vybavený dvoma praktickými nádobami na mixovanie, ktoré fungujú aj ako fľaše s utesnenými skrutkovacími viečkami. Vysoko výkonný mixér s technológiou WMF Perfect Cut zaručí dokonalé drvenie všetkých vašich obľubených surovín a dokonca aj ľadu na osvieženie v teplejších mesiacoch.

Poslednou novinkou v tejto edícii je hriankovač XXL KITCHENminis® – správny deň totiž vždy začína skvele upečeným toustom. Disponuje dlhým slotom na prípravu aj tých najväčších krajcov chleba či iného pečiva, je priestorovo úsporný a navyše so šikvým dizajnom, ktorý má úzky a kompaktný tvar, do ktorého sa aj napriek tomu zmestia dva XXL krajce. Vychutnajte si chrumkavý toast presne tak, ako ho máte radi. Hriankovač XXL KITCHENminis ponúka 7 nastaviteľných stupňov opekania a je vybavený funkciou centrovania pre dokonale rovnomerné výsledky na oboch stranách. Tak, ako aj ostatné z produktov, zapadne do ktorejkoľvek kuchyne a bude vám na dennej báze robiť radosť. Viac na stránke [www.wmf.sk](http://www.wmf.sk).

Reko z materiálov značky WMF

**Foto:** WMF



Táto edícia ponúka rýchlovarnú kanvicu WMF KITCHENminis® v kompaktnom dizajne, ktorá predstavuje vrchol odolnosti a výkonu. Disponuje výkonom 1800 W, objemom 0,8 l a vykurovacím telesom z nehrdzavejúcej ocele, ktoré zaisťuje aj ohriatie malého množstva vody. Ideálne pre tých, ktorí sa ponáhľajú do práce a nechcú čakať na ohriatie celého objemu. Kanvica je vybavená aj praktickými funkciami, ako napríklad otváranie jednou rukou stlačiteľným tlačidlom, ľahko čitateľnými vnútornými ukazovateľmi hladiny vody a vylepšenou bezpečnostnou funkciou vrátane automatického vypnutia pri zovretí. Matný čierny nerezový plášť prispieva k odolnosti, vysokej životnosti a výkonu, navyše jeho dizajn nadchne každého a zapadne do akejkoľvek kuchyne.

# Plnou parou vpred

ZDÁ SA VÁM, ŽE TRÁVITE V KUCHYNI CELÚ VEČNOSŤ? ZJEDNODUŠTE SI TO! EXISTUJE MNOHO TIPOV A TRIKOV, KTORÉ VÁM UMOŽNIA UŠETRIŤ ČAS PRI PRÍPRAVE JEDÁL, PRIČOM SI STÁLE MÔŽETE VYCHUTNAŤ ZDRAVÉ POKRMY. TÝM NEMYSLÍME LEN RÝCHLE RECEPTY Z INSTAGRAMU, ALE NAJMÄ JEDNODUCHÚ PRÍPRAVU TRADIČNÝCH DOMÁCIH JEDÁL, KTORÉ MÔŽETE BEZ NÁMAHY SERVÍROVAŤ NA NEDEĽNÝ OBED A EŠTE SI STIHNETE PRED OBEDOM AJ ZABEHAŤ.

Tak chcete vedieť ako si to zjednodušiť? Spoločnosť Tescoma vám ponúka rôzne typy a veľkosti tlakových hrncov, ktoré vám v tom pomôžu.

## NEBOJTE SA PAPIŇÁKA

Čo sa týka rýchlosti prípravy jedál, tlakový hrniec nič neprekoná. Šetrí nielen čas, ale aj energiu. Úspora času predstavuje až dve tretiny! Rozhodne nejde o spotrebič, ktorý patrí do zabudnutia, práve naopak – teší sa čoraz väčšej obľube. Oprášte kuchtu, čo stojí zabudnutá v špajzi, alebo si zadovážte nový tlakový hrniec – neolutujete. Hoci niektoré kuchárky majú pred ním rešpekt, skúsené gazdinky vedia, že akékoľvek obavy sú neopodstatnené. Dnes už zoženiete kvalitné a super bezpečné kúsky, s kto-

rými pri správnej manipulácii navaríte podstatne jednoduchšie. Vďaka uzavretiu hrnca sa v ňom zvýši tlak i teplota a jedlo je hotové nepomerne rýchlejšie. Z tlakového hrnca netreba mať neopodstatnené obavy. „Kvalitný tlakový hrniec pri správnej manipulácii nikdy ‚nevybuchne‘. To, čo v normálnom hrnci treba variť hodinu, tlakový zvládne asi za 20 minút. Súčasné tlakové hrnce sa jednoducho obsluhujú a sú vytvorené tak, aby sa dali vďaka veľkému otočnému uzáveru pohodlne uzavrieť aj otvoriť len jednou rukou. Tlakové hrnce našej značky sú vybavené indikátorom tlaku, štyrmi poistkami a ergonomickými úchytmi pre bezpečnú manipuláciu. Užitočná je aj funkcia pre ľahké nastavenie tlaku, tzv. Idealcook,“ vysvetľuje Zuzana Ondrášová zo spoločnosti Tescoma.







## KLASICKÉ VARENIE ZÁKLADNÝCH SUROVÍN VS. ICH VARENIE V TLAKOVOM HRNCI:

### Mäso

- kuracie: 30-40 minút vs. 15 minút
- bravčové: 60-70 minút vs. 30 minút
- hovädzie: 2-3 hodiny vs. 1 hodina

### Strukoviny (ideálne je namočiť ich aspoň na 4 hodiny a variť v neosolenej vode)

- cicer: 90 minút vs. 35 minút
- šošovica: 30 minút vs. 10 minút
- hrach: 60-70 minút vs. 20-30 minút
- fazuľa: 90 minút vs. 35 minút

### Ryža:

- biela: 20 minút vs. 5 minút
- natural: 35 minút vs. 10 minút
- farebná: 60 minút vs. 35 minút

### Zelenina:

- zemiaky: 20 minút vs. 3-5 minút
- kukurica: 45 minút vs. 10 minút
- mrkva: 20 minút vs. 2-3 minúty
- cvikla: 50-60 minút vs. 15 minút (dáva sa až do vriacej vody, nikdy nie do studenej!)

## AKO SI VYBRAŤ TLAKOVÝ HRNIEC?

Kedysi nemotorný a rešpekt vzbudzujúci spotrebič zažíva renesanciu. Nielenže významne skracaie dobu varenia, ale uchová v jedlách maximum chuti, priam ich podčiarkne. Z vareného mäsa či zeleniny „vytiahne“ to najlepšie, čo sa v nich skrýva. Kvalitný pomocník pre rýchlejšie a úsporné varenie by nemal chýbať v žiadnej domácnosti. Pri kúpe tlakového hrnca sa zamyslite nad počtom stravníkov u vás doma. Nemusí byť obrovský, dnes už v ponuke nájdete aj hrnce s objemom od troch litrov. Všímajte si počet poistiek, ktoré zaisťujú bezpečné používanie, vyskúšajte si snímanie vrchnáku. Úchyty by mali byť masívne, aby pri manipulácii nepáli. Dno hrnca by malo byť aspoň trojvrstvové, sendvičové, s kvalitným antiadhéznym povrchom. Disponuje hrniec možnosťou nastavenie tlaku, aby ste sa sami mohli rozhodnúť medzi nízkym pracovným tlakom pre šetrné alebo vysokým tlakom pre intenzívne varenie? Akú záruku výrobcu ponúka? Osvedčené



značky aj päť rokov. Keď „tlakáč“ raz vyskúšate, už nebudete chcieť variť inak. Široký sortiment vysoko spoľahlivých tlakových hrncov pre ľahké a bezpečné používanie nájdete v ponuke tradičnej značky Tescoma. Viac informácií nájdete na [www.tescoma.sk](http://www.tescoma.sk).

Reko z materiálov Tescoma

Foto: Tescoma

# Vylepšite prvý dojem z vášho domova

PREDSIENŤ JE PRVÝM MIESTOM, S KTORÝM SA STRETÁVA KAŽDÝ, KTO VÁS PRÍDE NAVŠTÍVIŤ. PRI JEJ NAVRHOVANÍ JE POTREBNÉ PREMYSLENE SPOJIŤ FUNKČNOSŤ A ESTETIKU, ABY VZNIKOL PRIESTOR, KTORÝ PLYNULO PREPOJÍ VONKAJŠÍ SVET S INTERIÉROM. ODBORNÍCI VÁM PORADIA, AKO NA TO.



Kľúčovou funkciou vchodu je možnosť plynulého prechodu do interiéru. Dbať treba na to, aby dispozičné riešenie priestoru umožnilo plniť túto hlavnú funkciu. „*Premyslené rozmiestnenie nábytku, strategické riešenie osvetlenia a otvorená dispozícia prispievajú k príjemnej atmosfére a vytvárajú harmonický most medzi vonkajším priestorom a súkromným útočiskom. Takéto premyslené usporiadanie nielenže zvyšuje funkčnosť predsiene, ale udáva zároveň tón zvyšku obytného priestoru,*“ vysvetľuje Tadeáš Tenkl odborník z oddelenia Svet bývania v projektových marketoch Hornbach.

Praktickosť priestoru by mala ísť ruka v ruke s estetikou. Hľadajte nábytok, ktorý bude spájať praktickosť so štýlom. Hlavnými prvkami dobre vybavenej predsiene je zvyčajne nástenný alebo samostatný vešiak a skrinka na topánky. Ak máte dostatočný priestor nebojte sa zakomponovať kompaktné kreslo a malý stolík. Neprehliadnite ani význam zrkadla. Je dôležité, aby malo primeranú veľkosť a bolo strategicky umiestnené



tak, aby každý člen rodiny mohol bez problémov vidieť svoj odraz. Okrem poslednej kontroly vášho vzhľadu pred odchodom z domu slúži zrkadlo aj na lepšie rozloženie svetla v miestnosti a vytvára ilúziu väčšieho priestoru.

## IDEÁLNE FARBY PREDSIENE

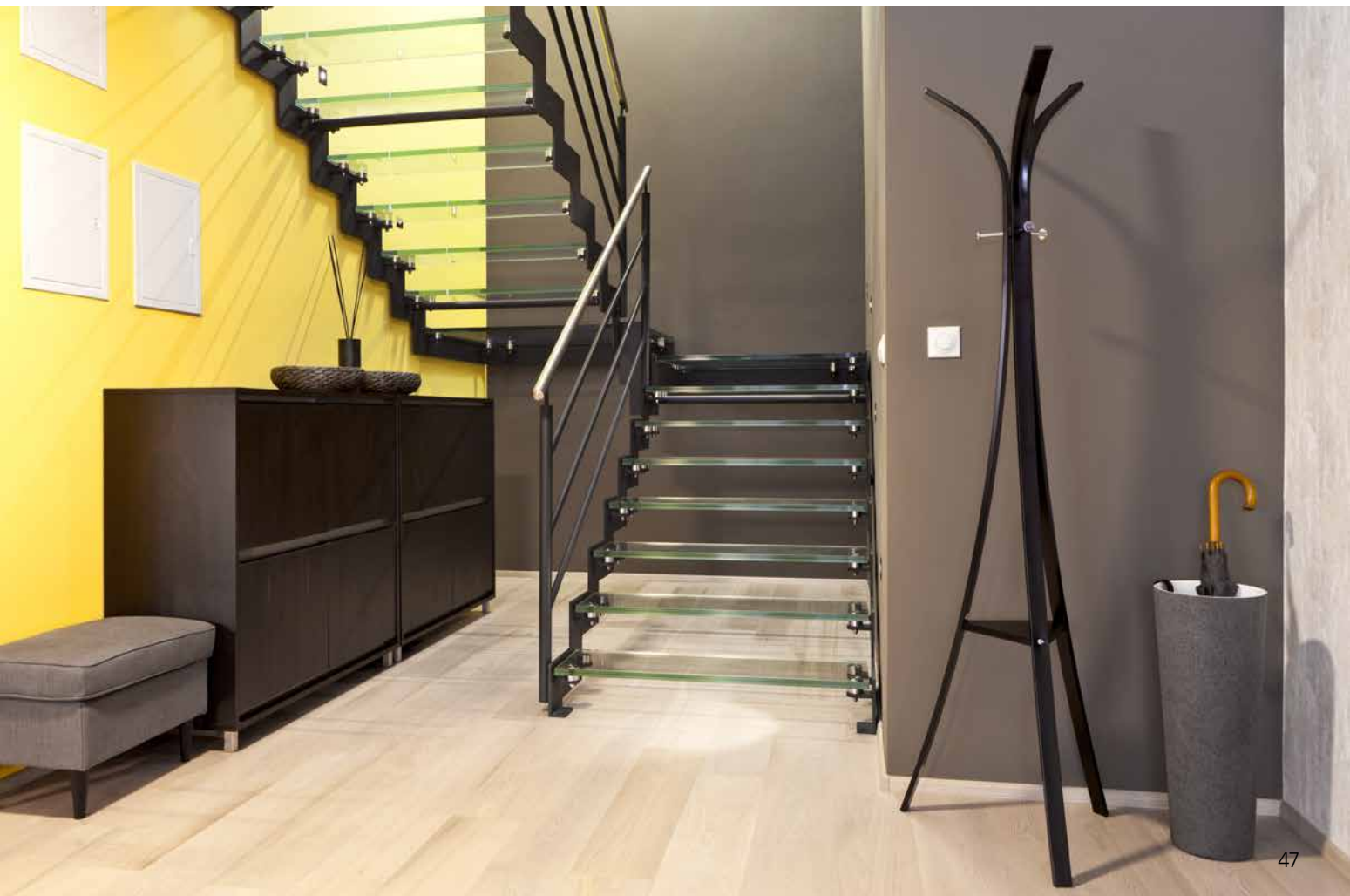
Pri navrhovaní vstupných priestorov zohráva výber správnej farebnej palety kľúčovú úlohu pri udávaní tónu celému obytnému priestoru. V panelákových bytoch, kde je málo miesta, sa rozhodnite pre svetlé a neutrálne farebné schémy, ktoré vytvoria ilúziu otvorenosti a vzdušnosti. „*Odtiene bielej, svetlá sivá alebo jemné pastelové farby sú vhodné na optické rozšírenie priestoru. Tento efekt môžete ešte viac umocniť zakomponovaním zrkadiel a doplnkami s reflexným povrchom,*“ radí odborník.

V prípade priestranných hál v rodinných domoch možno využiť odvážnejšie a bohatšie farebné palety, ktoré im dodajú charakter a teplo. „*Tmavá modrá, zelená alebo teplé zemité tóny hnedej a oranžovej môžu do veľkoleposti väčšieho priestoru vniesť pocit útulnosti. Zvážte doplnenie týchto odtieňov výrazným nábytkom a zaujímavými dekoratívnymi prvkami, aby ste vytvorili pôsobivý a zároveň príjemný vstupný bod, ktorý sa plynulo prepojí so zvyškom domu. Kľúčom k úspechu je prispôbiť farebnú paletu veľkosti a charakteru vchodu, čím sa zabezpečí harmonický a vizuálne príjemný dojem z obytného priestoru,*“ hovorí Tadeáš Tenkl.

## A BOLO SVETLO

Svetlo má v našom živote veľký význam, najmä preto, že väčšinu času trávime v interiéri. Okrem praktickej úlohy osvetlenia nášho okolia zohráva svetlo kľúčovú rolu aj pri formovaní našej pohody. Vstupné priestory sú ale často opomenutým tmavým priestorom.







V panelákoch sú predsieňe zvyčajne odkázané na umelé svetlo. S príchodom smart osvetľovacích riešení došlo k revolúcii v osvetlení, ktoré ponúka nielen pohodlie, ale aj zvýšenú bezpečnosť.

*„Medzi obľúbené možnosti patria svetlá so snímačom pohybu, ktoré sa automaticky rozsvietia, keď niekto vstúpi do haly, a elegantne zhasnú, keď je priestor prázdny.*

*Všestrannosť týchto inteligentných svetiel umožňuje jednoduchú reguláciu jasú, čo vyhovuje ako vstupným priestorom malých bytov aj veľkým halám rodinných domov. Možnosť naprogramovať časové rozvrhy osvetlenia navyše pridáva ďalšiu úroveň bezpečnosti a vytvára ilúziu obývaného domova, aj keď ste preč,“* hovorí o výhodách smart osvetlenia Tadeáš Tenkl z Hornbachu.

Rodinné domy ponúkajú na rozdiel od bytov aj možnosť implementácie prirodzeného svetla do vstupnej haly či schodiska. Pre tých, ktorí majú otvorené

podkrovia, predstavuje inštalácia strešných okien strategickú voľbu, ako dostať prirodzené denné svetlo dovnútra.

Praktické a mimoriadne obľúbené sú aj strešné okná umiestnené nad schodiskom. Tieto okná nielen presvetlia priestor, ale dodajú mu aj architektonický šarm a premenia priestor na svetlom naplnený raj. Aj v prípade plochej strechy môžete vniesť kus prírody do vášho interiéru, a to pomocou strešných svetlíkov.

V predsieňach, kde prevláda konvenčné usporiadanie stropu, sa šikovým riešením stáva zavedenie svetlovodov. Tieto inovatívne riešenia prenášajú prirodzené denné aj mesačné svetlo do inak tmavého priestoru, čím spájajú funkčnosť a estetiku. *„Denné svetlo má významný vplyv na ľudskú psychiku, ovplyvňuje našu produktivitu, náladu a pocit pohody. Žiadny zdroj umelého osvetlenia nemá rovnaké spektrum a nemení farbu a intenzitu v priebehu dňa. So svetlovodom môžete aj ten najmenej útulný priestor premeniť v plnohodnotnú súčasť domu a zvýšiť tak kvalitu svojho bývania,“* vysvetľuje fenomén denného svetla Marek Petřík, architekt spoločnosti VELUX.

## NEPOZVANÝM NÁVŠTEVNÍKOM VSTUP ZAKÁZANÝ

Hoci predsieň slúži ako vstupná brána do vášho domova, mala by súčasne zabezpečiť aj ochranu vášho príbytku a rodiny. Bezpečnosť vám môže okrem kvalitných vchodových dverí zvýšiť aj bezpečnostný systém. Smart bezpečnostné systémy sa v tomto úsilí ukazujú ako neoceniteľní spojenci, ktorí ponúkajú technologicky vyspelý štít.

*„Od najmodernejších kamier, ktoré sledujú okolie a upozornia vás o podozrivom pohybe, cez inteligentné zámky dverí vybavené meniacimi sa PIN kódmi až po komfortné smart zvončeky s kamerou – tieto inovácie zabezpečujú, že váš domov bude pevnosťou, ktorá poskytne bezpečné útočisko a zároveň zachová prívetivú atmosféru, ktorá definuje skutočný domov,“* dodáva Tadeáš Tenkl z Hornbachu.

Reko

**Foto:** archív firiem a redakcie





# SCHODY

výroba,  
dodávka  
a montáž

# Luky+ plus

Luky plus s.r.o.  
Holubyho 28 OC plus  
902 01 Pezínok  
Mobil: 0902 902 600

www.lukyplus.sk  
schody@lukyplus.sk

# DOM a BÝVANIE

Inšpirujte sa aktuálnym vydaním aj v online verzii

**Čítate nás už viac ako 15 rokov**

Ďalšie zaujímavé témy nájdete zdarma v našom archíve



[www.domabyvanie.eu](http://www.domabyvanie.eu)

# Zariadiť predsieň môže byť tvrdý oriešok! Ako sa s touto výzvou popasovať?

PREDSIEŇ JE SÍCE VSTUPNOU BRÁNOU DO NÁŠHO DOMOVA, OBVYKLE V NEJ VŠAK TRÁVIME MINIMUM ČASU. PRITOM MÔŽE ZÁSADNE OVPLYVNIŤ ATMOSFÉRU NAŠICH ODCHODOV AJ NÁVRATOV. PRVÝ DOJEM TOTIŽ ROBI VEĽA A TIEŽ NIEČO PREZRADI O NÁS AKO HOSTITEĽOCH. DÔRAZ BY MAL BYŤ PRETO NA JEJ PRAKTICKOSTI, ALE AJ NA DETAILOCH A DOPLNKOCH. A AKO TO DOCIELIŤ?



**Nástenný vešiak,**  
ASKO-NÁBYTOK, 9,99 eur



**Písací stolík,**  
ASKO-NÁBYTOK,  
104,90 eur

**Komoda, INDY,**  
ASKO-NÁBYTOK,  
239,90 eur



Dispozícia miestnosti je vždy základným kameňom každého návrhu. Pokiaľ je vhodne nastavená, je aj plnohodnotne využiteľná. S pomocou šikovného dizajnéra môže priestor získať na originalnosti a zároveň bude dýchať vaším podpisom. Pre niekoho to môže znieť prekvapivo, no hoci je biela kráľovná farieb, tmavé odtiene dodajú priestoru hĺbku. Pokiaľ sa múdro pracuje s využitím priestoru, nemusí vôbec vytvárať dojem stiesnenosti.

## AKO SA POPASOVAŤ S DISPOZÍCIOU?

Priestor predsiene môže mať veľa zákutí, komplikovaný pôdorys aj viac dverí do ďalších miestností. Ako sa vysporiadať s týmito zákernosťami? Odpoveďou je praktické rozmiestnenie. Nástenný vešiak na kabáty môžete umiestniť za dvere, a tak nebude nikomu zavádzať. Komoda zas poskytne priestor na dokumenty, ale aj šály či topánky. Praktickým kusom nábytku môže byť aj písací stolík, ktorý je vďaka svojej subtilnej hĺbke ďalším úložným priestorom, ktorého nie je v akejkoľvek domácnosti nikdy dosť.

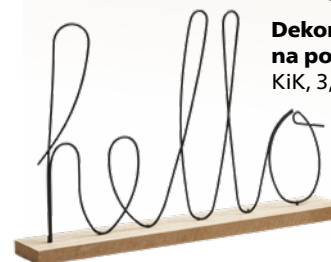
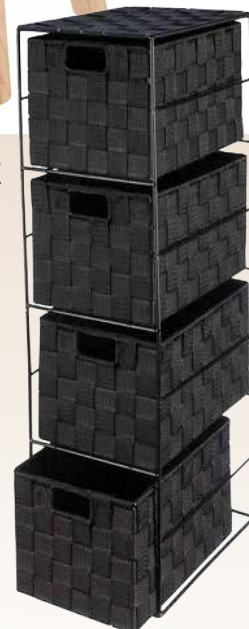
## PRAKTICKÉ A ÚTULNÉ

K industriálnej komode s čiernym detailom môžete doladiť regál, do ktorého môžete odložiť kľúče a dôležitú poštu. Pred odchodom do práce tak na nič nezabudnete a budete to mať hneď po ruke. Poslúži aj na uloženie prezuviek, čím udržíte v priestore poriadok. Miest-



**Taburet,**  
KiK, 15,99 eur

**Odkladací regál,**  
KiK, 15,99 eur



**Dekoračný nápis na podstavci,**  
KiK, 3,99 eur

nosť zútulníte a oživíte trendy dekorom s nápisom na drevenom podstavci. Vo vašej predsiene vám iste padne vhod miesto na posadenie, napríklad pri obúvaní. Pokiaľ priestor neumožňuje lavicu, môžete tam umiestniť taburet.

Reko z materiálov ASKO-NÁBYTOK a KiK  
**Foto:** ASKO-NÁBYTOK a KiK





**AKCIA** na vstavané skrine **DO 30 %**  
**DODANIE OD 5 – 15 DNÍ** Záruka až 5 rokov



[www.vstavaneskrine.com](http://www.vstavaneskrine.com)

- vstavané skrine, šatníky
- laminátové podlahy
- bezpečnostné dvere
- interiérové dvere
- kuchynské linky na mieru
- plastové okná a dvere
- rekonštrukcie bytov



**0903 344 343**  
Kvetná 26, Bratislava

Do kancelárie je potrebné sa telefonicky objednať.  
Zmena otváracích hodín:  
Po - Pia: 9:00 - 12:00 h, 13:00 - 16:00 h  
So: len na objednávky

## DIZAJNOVÁ „SPIATOČKA“ S NAJMODERNEJŠOU TECHNOLOGIOU

Potrpite si na pekné veci a ticho nie je vašou doménou? Potom oceníte **retro rádio s Bluetooth Orava RR-55**, ktoré v sebe spája čaro dizajnu spred polstoročia s modernou technológiou. Desiatky rádio staníc si na ňom naladíte cez analógový FM tuner, a to pohodlne aj potme, keďže rádio má podsvietený LCD displej. Osobné hitparády si však na ňom môžete vypočúť aj z USB či smartfónu. Tie vďaka bezdrôtovej technológii ľahko spárujete s rádiom a hudba zaznie vo výbornej kvalite z dvoch širokopásmových reproduktorov s výkonom 5 W. Ak nechcete rušiť alebo byť rušený, k rádiu si jednoducho pripojíte slúchadlá. RR-55 vám poslúži aj ako budík. OMC: 69 eur.

[www.orava.eu](http://www.orava.eu)



## NOVÁ INDUKČNÁ PLATŇA S ODSÁVAČOM PÁR GORENJE OMNIFLEX

Nová indukčná varná platňa **Gorenje Omniflex HET949BSC** so zabudovaným odsávačom pár vám poskytne dostatok priestoru nad hlavou a veľkorysý priestor na varenie. Varná platňa so šírkou 83 cm má štyri varné zóny, z ktorých dve za sebou možno pomocou funkcie AreaFlex spojiť do veľkých varných zón na rovnomerné varenie alebo grilovanie jedál vo väčších nádobách. K pohodliu prispieva aj funkcia jemného rozpúšťania alebo veľmi rýchleho ohrevu, kontrola času varu a odsávania, detská poistka a ochrana proti prehriatiu. Odsávací výkon dosahuje s funkciou PowerBoost a pripojením na odsávacie potrubie až 700 m<sup>3</sup>/min. pri maximálnej hladine hluku 66 dB. Alternatívne možno odsávač pár používať v recirkulačnom režime. Platňa s odsávačom pár stojí 1 999 eur.

[sk.gorenje.com](http://sk.gorenje.com)

# PALETA

## NA UPRAŤOVANIE, AJ KEĎ NIE STE DOMA

Inteligentný robotický vysávač **Hisense RVCLS144AB „2v1“** s mopovaním využíva 360° laserové oko na skenovanie pôdorysov, mapovanie interiéru domu a plánovanie najefektívnejšej trasy upratovania. Spoľahlivo sa pohybuje pomocou 30 senzorov, ktoré zabraňujú nárazom či pádom zo schodov. Tichý motor s inverzorovou technológiou a pôsobivým sacím výkonom 4000 Pa ponúka tri úrovne výkonu na dokonalé upratovanie akéhokoľvek povrchu. Ak je nasadená utierka na mopovanie, môže sa automaticky aktivovať funkcia mopovania – elektronická nádržka na vodu dokáže presne regulovať prietok vody, aby sa zabránilo poškodeniu kobercov či drevených podláh. Intenzitu čistenia a dávkovanie vody možno upraviť prostredníctvom aplikácie, ktorá umožňuje aktivovať aj režim vysokotlakového mopovania simulujúci skutočné „drhnutie“.

Vďaka praktickej nabíjacej stanici s 2,5-litrovou nádobou na prach môže upratovať dom až mesiac bez jej vyprázdňovania. Konštrukcia s dvoma ventilátormi oddeľuje prach od prúdu vzduchu a zabezpečuje konštantný sací výkon, ako aj účinné vyprázdňovanie koša robota. Vďaka najnovším Li-Ion batériám dokáže upratovať 150 minút bez nabíjania a vždy po skončení prejde do dokovacej stanice, kde sa plne dobije a pripraví na ďalšiu upratovaciu misiu. Vďaka integrovanej wifi ho možno ovládať aj na diaľku, takže môže upratovať, aj keď nie ste doma. Stojí 799 eur.



[sk.hisense.com](http://sk.hisense.com)



## MULTIFUNKČNÝ ELEKTRICKÝ SPORÁK NA MODERNÉ VARENIE A PEČENIE

Nový 60cm elektrický sporák **MORA C8668BX6** so sklokeramickou varnou platňou a multifunkčnou rúrou s pridanou parou patrí do energetickej úspornej triedy „A“. S mnohými funkciami na moderné varenie a pečenie a objemom rúry 71 l patrí k absolútnej špičke na trhu. Odolná sklokeramická varná platňa má štyri rýchle Hi-Light zóny a jednu dvojitú Duo zónu, ukazovateľ zvyškového tepla, ľahko sa udržiava a vydrží zaťaženie až do 100 kg. Je vybavený multifunkčnou rúrou s 11 funkciami a patentovaným klenutým vnútorným priestorom s novou konštrukciou pre dokonale rovnomerné pečenie. Nové je aj umiestnenie vykurovacích telies so špičkovým výkonom a usporiadanie vetracích otvorov. Rúra má pôsobivý teplotný rozsah 50 °C – 275 °C, dva parné programy, program na prípravu pizze, program pre zdravé teplovzdušné fritovanie s minimálnym množstvom tuku alebo bez neho. Jedinečný je aj program na prípravu mrazených jedál alebo rozpekávanie mrazeného pečiva bez nutnosti predhrievania rúry. Poteší aj tiché zatváranie dvierok rúry, teleskopický výsuv na bezpečnú manipuláciu s pripravovaným jedlom či praktická odkladacia zásuvka na príslušenstvo. O jednoduchú údržbu vnútorného priestoru sa postará ekologická funkcia ECO Clean aj bez použitia chemikálií. Sporák stojí 499 eur.



[www.mora.sk](http://www.mora.sk)

## MAJSTER NA FRITOVANIE, KTORÝ SA ĽAHKO ČISTÍ

Kto by nemal rád fritované jedlá? Na hranolčeky, fašírku či kuracie crispy kúsky nedáme dopustiť. Aj exotické jedlá ako falafel guľôčky či ázijské dobroty v tempura cestíčku si už aj u nás našli svojich fanúšikov. A fritované cibuľové krúžky, tie nás vedú priviesť do vytrženia. Keď vám s fritovaním pomôže šikovný elektrospotrebič a na fritovanie použijete namiesto slnečnicového oleja ten kokosový, ktorý sa tak ľahko neprepáli a neprská, aj zástancovia zdravej výživy prižmúria očko. **Fritovací hrniec Orava FR-111** je na domáce fritovanie ako stvorený. Môže sa pochváliť príkonom 1 600 W, otočným ovládačom na nastavenie teploty a šikovným mechanizmom na sklopenie rukoväte fritovacieho koša. Drôtený kôš na fritovanie, horný kryt aj 2,5-litrová nádoba na fritovanie s nepriľnavým povrchom v dvojitom nástreku sa dajú po použití jednoducho vybrať a dôkladne umyť, aby sa vo fritéze nehromadili pripálené zvyšky jedla a prepáleného oleja. Vrchný kryt spotrebiča bráni vyprsknutiu oleja pri fritovaní, má však šikovný priezor, aby ste mali v každom okamihu fritovanie pod kontrolou. Vďaka štvorcovému pôdorysu nezaberie na pracovnej doske veľa miesta. OMC: 59 eur.

[www.orava.eu](http://www.orava.eu)



## ESO V RUKÁVE DO MALÝCH KUCHÝŇ AJ NA CHATU

Veľa dobrých receptov a málo miesta na varenie? Riešením je **inteligentná kombinácia elektrickej rúry a dvojplatničky Orava Elektra-X5**, ktorá je kompaktná rozmermi, ale pri varení a pečení toho dokáže viac než dost. Umožňuje variť, piecť, zapekať, ba dokonca grilovať. V tom istom čase môžu ísť naplno dve liatinové platne aj elektrická rúra, aby ste rýchlo nasýtili hladné brušká. Na jednom elektrospotrebiči tak efektívne uvaríte hoci aj nedeľný obed pre celú rodinu. Zatiaľ čo na jednej platni bubľuje polievka, na druhej sa varia zemiaky a v rúre sa do chrumkava griluje kurča. **Elektra-X5** nezávaha ani pri pečení koláčov, zapekaní lasagní či zeleniny, pečení domácej pizze i kváskového chleba a nerobí jej problém ugrilovať čokoľvek od rýb až po hovädzí steak. Má príkon 2 000 W, v príslušenstve grilovací rošt a plech na pečenie/odkvapkávanie masti. OMC: 139 eur.

[www.orava.eu](http://www.orava.eu)



# Nezabudnite na vchodové dvere

VCHODOVÉ DVERE SLUŽIA NIELEN AKO FYZICKÁ BARIÉRA MEDZI VAŠÍM DOMOVOM A VONKAJŠÍM SVETOM, ALE ZOHRÁVAJÚ KLÚČOVÚ ÚLOHU PRI VÍTANÍ HOSTÍ A SÚ CHARAKTERISTICKÝM ZNAKOM VÁŠHO DOMOVA. PREČÍTAJTE SI, ČO VŠETKO ZVÁŽIŤ PRED ICH NÁKUPOM.



Výber vchodových dverí je komplexné rozhodnutie, ktoré spočíva vo vyvážení štýlu, funkčnosti a bezpečnosti. Zvážením týchto faktorov vyberiete vchodové dvere, ktoré poskytnú bezpečie a pohodlie na dlhé roky.

### BEZPEČNOSŤ NADOVŠETKO

Vchodové dvere zohrávajú kľúčovú úlohu pri zaisťovaní bezpečnosti a ochrany vášho majetku a preto je veľmi dôležité poznať ich odolnosť a bezpečnostné parametre. Bezpečnostné triedy sa delia podľa normy STN EN 1627 do šiestich kategórií, pričom vyššia číselná hodnota zodpovedá vyššej úrovni ochrany. „Je veľmi dôležité informovať sa u dodávateľa, či celý výrobok zodpovedá určenej bezpečnostnej triede, alebo, či kritériá spĺňajú len niektoré komponenty, napríklad profil, sklo alebo kovanie. Okrem kvality materiálu dverí by mali byť vhodne konštruované aj zárubne. Ich profilové rámy by mali byť osadené pevne a hlboko do steny, aby ich nebolo možné zlodejmi vytrhnúť,“ vysvetľuje Ing. Michal Král, vedúci montáží a servisov INCON.

Zvýšenie odolnosti vonkajších dverí domu možno dosiahnuť aj zabudovaním integrovaných viacbodových zámkov a bezpečnostného kovania. „Z hľadiska bezpečnosti dverí sa odporúča, aby dvere mali aspoň trojbodové uzamykanie a bezpečnostnú zámkovú vložku. Namiesto kľučky si z vonkajšej strany dverí nechajte nainštalovať guľu alebo rukoväť,“ odporúča Michal Král.



### INVESTÍCIA DO OCHRANY AJ POHODLIA

Kvalitné vchodové dvere zohrávajú dôležitú úlohu aj pri udržiavaní príjemnej teploty v dome počas celého roka. „Energetická účinnosť okien a dverí nie je v dnešnej dobe z finančného hľadiska a z hľadiska udržateľnosti zanedbateľná. Stále platí, že najväčšie úniky tepla majú okrem nezateplenej strechy na svedomí práve okná, a to až 25 %. Pri oknách i vchodových dverách záleží nielen na kvalite výrobku, ale i na správnej montáži,“ hovorí Radek Pergler, technický manažér spoločnosti Deceuninck. Modely označené ako energeticky úsporné prechádzajú nezávislým testovaním a certifikáciou

a často sa vyznačujú priliehavými ráhami a jadrami navrhnutými na optimálnu úsporu energie. Pri modeloch so sklom sa používa dvojité alebo trojité zasklenie, ktoré minimalizuje únik tepla.

Kľúčovým parametrom, ktorý treba zohľadniť, je súčiniteľ prechodu tepla (Ud). „Vchodové dvere musia mať výborné tepelnoizolačné vlastnosti. Hodnoty tepelnej izolácie sa uvádzajú v norme, a to koeficientom prestupu tepla. Čím je toto číslo nižšie, tým majú dvere lepšie tepelnoizolačné vlastnosti a sú úspornejšie,“ vysvetľuje Michal Král z INCON.

Základom pre pohodlné bývanie je aj dobrá zvuková izolácia. Pri výbere nových vstupných dverí preto berte do úvahy aj tento faktor. Niektoré dvere dokážu výrazne znížiť vonkajší hluk a poskytnúť pokojné útočisko po náročnom dni. Predovšetkým v rušných oblastiach vyberajte dvere s čo najvyššou hodnotou  $R_w$ .

### AKÉ ROZMERY SÚ IDEÁLNE?

Výber vhodných rozmerov a rozpätia pántov je rozhodujúci z estetických aj funkčných dôvodov. Nevhodné rozmery môžu viesť k tomu, že dvere budú nielen vyzeráť zle, ale môže sa zhoršiť ich funkčnosť. „Nesprávna výška dverí môže narušiť celkovú vizuálnu prítťažlivosť. Neprimeraná šírka zas môže predstavovať



*problém z hľadiska prístupnosti a jednoduchého používania. Pri rozhodovaní o šírke je rozumné zvážiť potenciálnu bezbariérovosť a možnosť umiestnenia širších predmetov, ako je nadrozmerný nábytok,“ vysvetľuje Richard Klička, odborník na stavebniny z Hornbachu a dodáva „Rozmery závisia predovšetkým od montážnej situácie. Pre novostavbu môžete vybrať dvere v ľubovoľnej veľkosti. V prípade renovácie by mali dvere zodpovedať existujúcemu otvoru v stene. Štandardná výška vchodových dverí v našom regióne je 1 970 mm. Trendy v predaji ale ukazujú, že ľudia aktuálne preferujú väčšie rozmery. Čo sa týka šírky, vchodové dvere by mali mať aspoň 900 mm.“ Aj správne rozmiestnenie pántov je nevyhnutné pre bezproblémovú prevádzku. Nedodržanie rozpätia môže spôsobiť problémy, ako je nerovnomerné opotrebovanie, ťažkosti pri otváraní a časom aj možné poškodenie konštrukcie.*



### ŠTÝLOVÝ VZHĽAD, ČO VYDRŽÍ

V prípade novostavieb ste menej limitovaní ako pri rekonštrukcii. Zvyčajne si môžete vybrať jednokrídlové a dvojkrídlové dvere, dvere s bočnými výplňami alebo dvere s nadsvetlením. „Jednokrídlové dvere si vyžadujú málo miesta a preto sú vhodné ak máte malý vstupný priestor. Dvojkrídlové dvere pôsobia veľkolepo a vytvárajú výrazný vizuálny efekt. Dvere s bočnými panelmi zo skla či s nadsvetlíkom pomôžu do domu priviesť slnko a zaisťujú tak prirodzené osvetlenie predsiene,“ hovorí Richard Klička z Hornbachu.

Z HLADISKA MATERIÁLU SÚ NA TRHU K DISPOZÍCII TIETO DRUHÝ:

#### • Hliníkové dvere

Sú obľúbené pre svoju robustnosť, rozmerovú stálosť a odolnosť voči poveternostným podmienkam. Ponúkajú nielen účinnú zvukovú izoláciu, ale môžu sa pochváliť aj výbornými tepelnoizolačnými vlastnosťami. Hoci sú tieto dvere o niečo drahšie, poskytujú prakticky neobmedzenú životnosť a bezúdržbovosť.

#### • Plastové dvere

Plastové vchodové dvere sú obľúbené predovšetkým pre ich dobrú tepelnú izoláciu, cenovú dostupnosť a nízke nároky na údržbu. Pri výrazne lacnejších alternatívach buďte ale opatrní, pretože kompromisy v cene môžu mať za následok nižšiu kvalitu a potenciálne prehybanie dverí.

#### • Drevené dvere

Tradičné drevené dvere vyžarujú osobitý prírodný pôvab a ponúkajú vynikajúcu tepelnú izoláciu. Napriek tomu je nevyhnutné zohľadniť náchylnosť dreva na vlhkosť a jemné rozmerové zmeny. Na zachovanie dlhej životnosti dreva bude potrebná pravidelná starostlivosť.

#### • Drevohliníkové vchodové dvere

Pre tých, ktorí oceňujú estetický vzhľad dreva, ale chcú sa vyhnúť častej údržbe, predstavujú drevohliníkové vchodové dvere ideálne riešenie. Kombinujú exkluzívny vzhľad hliníka v exteriéri s teplom dreva v interiéri a dokonale spájajú najlepšie vlastnosti oboch materiálov.

Reko

Foto: archív firiem a redakcie





# MYSLITE W DOBROM NA SVOJ DOMOV

S poistením nehnuteľnosti, domácnosti a zodpovednosti  
W dobrom domov máte pokrytých viac ako 35 rizík a nemusíte  
mať starosti o svoj domov. **Uzavriete aj online.**

[www.wuestenrot.sk](http://www.wuestenrot.sk)

**wüstenrot**

# POMOC OBETIAM

- trestných činov -

*Ministerstvo vnútra Slovenskej republiky  
v každom krajskom meste vytvorilo  
informačné kancelárie pre obeť trestných činov.*

V ktorých mestách nás nájdete?



Potrebuje  
pomoc?  
Náš zamestnanec s ňou  
ochotne pomôže!



*Usmerníme Vás ako postupovať pri ochrane svojich práv a na koho sa obrátiť.*



[www.prevenciakriminality.sk](http://www.prevenciakriminality.sk)





nakupujte a dopytujte on-line na adrese  
[www.dmpsteel.sk](http://www.dmpsteel.sk)



**WERTHEIM Production s.r.o.**

[www.wertheim.at](http://www.wertheim.at)

**Tel.: 033 690 55 25**

Predaj:

# Vieme sa správne rozhodnúť?

## Aká je finančná gramotnosť Slovákov pri kúpe nehnuteľnosti?

V SÚČASNOSTI JE NA REALITNOM TRHU OKOLO 30-TISÍC PONÚK NA PREDAJ NEHNUTEĽNOSTÍ A POZEMKOV. HOČI JE Z ČOHO VYBERAŤ, ŤAŽKO PREDVÍDAŤ, AKO SA BUDE VYVÍJAŤ TRH S HYPOTÉKAMI. NEISTOTA V KOMBINÁCII SO ŠOKOM PO MINULOM ROKU, KEDY SME VSTÚPILI DO OBDOBIA VYŠŠÍCH SPLÁTOK, SPÔSOBILA U MNOHÝCH ZVÝŠENÚ OPATRnosť. SLOVÁCI ZVAŽUJÚ A ANALYZUJÚ, ČO JE PRE NICH NAJVÝHODNEJŠIE. AKO SME TEDA NA TOM PRI VYHODNOCOVANÍ REALITNÝCH PONÚK?

Hoci situácia nie je najpriaznivejšia, bývať sa musí aj v ťažkej dobe. Uvedomujú si to všetci, vrátane tých, ktorí sa rozhodujú pre kúpu bytu či stavbu vlastného domu. Máme vysokú infláciu, éra superlacných úrokov je preč, ceny nehnuteľností sú na svojom vrchole a navyše, banky dvihli úroky na hypotékach, ktoré nie je ľahké získať.

Preto je dobré vedieť dôsledne zvážiť akýkoľvek krok pri kúpe bývania. Našťastie, v poslednom čase povedomie o financiách mierne stúpa. Dopyt po finančných témach sa zvyšuje vplyvom aktuálnej spoločenskej situácie, ktorá je nestála. Slováci sú dostatočne informovaní o cenových ponukách nehnuteľností na trhu, ako potvrdzuje Michal Jančí, konateľ realitnej kancelárie Bosen Group.

*„V posledných rokoch sa rapídne zvýšil všeobecný prehľad Slovákov ohľadom cien na*

*realitnom trhu,“* tvrdí odborník a dodáva, že ich finančná gramotnosť je každým rokom lepšia. Okrem iného k tomu prispievajú rôzne kampane v médiách a na sociálnych sieťach, ktoré informujú o najnižšej úrokovej sadzbe a iných výhodných podmienkach v bankách. I vďaka tomu vedia ľahšie zvážiť pre a proti.

### UŠETRIA ČAS I PENIAZE

Pri rozhodovaní môžu byť veľmi nápomocní finanční poradcovia. Zatiaľ čo kedysi sa ľudia spoliehali skôr sami na seba, obiehali banky po vlastnej línii a analyzovali ponuky hypoték, dnes sa situácia zmenila. Slováci vedia, že je dobré mať po svojom boku niekoho, kto sa v tom vyzná, usmerňuje finančné toky a zabraňuje nevhodným rozhodnutiam. Z rovnakého dôvodu si mnohí vyberú trénera, ktorý ich nielen kontroluje a usmerňuje, ale zároveň motivuje dosiahnuť čo najlepší výsledok. V tomto prípade hypotéku, ktorá by ich finančne nezruinovala a pomohla získať strechu nad hlavou, alebo predaj bytu. Trend využívania finančných služieb tak rastie. „Služby finančných poradcov sú v posledných rokoch čoraz viac využívané. Je dôležité povedať, že táto služba vie výrazne klientom pomôcť a ušetriť nielen čas, ale aj peniaze,“ zdôrazňuje výhody Michal Jančí z Bosen Group.

### POZOR NA NEPLÁNOVANÉ VÝDAVKY

Aj keď sa Slováci zaujímajú o financie, stále robia chyby pri kúpe nehnuteľ-







ností. Pri riešení hypotéky ich omyly môžu priviesť k strate peňazí. Tendenciu k tomu majú vtedy, keď sú pod finančným tlakom a vo finančnom strese. Jednoducho povedané, keď niečo veľmi chcú, ale nemajú na to peniaze.

Pred samotným čerpaním hypotéky vieme o troch ukazovateľoch: splátka, úroková sadzba a poplatky. To, čo mnohých zaskočí, je zistenie, že kúpa vlastného bývania zahŕňa mnoho ďalších nákladov. „Najčastejšie podceňované sú informácie o reálnych nákladoch spojených s bývaním. Výška nájmu, platba do fondu opráv, platby za energiu, poistenie nehnuteľnosti a podobne,“ upozorňuje odborník na reality.

Ak rátame s tým, že sa nám zmenia výdavky po kúpe nehnuteľnosti cez hypotéku, je nutné k nim pripočítať i vyššie spomenuté. Očakávané výdavky sa tak navýšia, čo môže predstavovať od 100

do 500 eur mesačne. Nepomáha tomu ani fakt, že regulované ceny energií v roku 2024 klesnú, no siahneme hlbšie do vrecka. Aktuálne platné regulované ceny pre tento rok sa totiž neuplatňujú. Konkrétny efekt na peňaženky odberateľov v budúcom roku bude známy až po tom, ako príde vláda SR s určitými opatreniami.

Mnohí taktiež môžu zistiť, že po tom, čo si niekoľkokrát prepočítali náklady na výstavbu nového domu, im financie stačiť nebudú. Preto pri úvere na výstavbu klientom nestačí ich pôvodná výška hypotéky. Aj v tomto prípade platí „dvakrát meraj a raz rež“.

### **SPÔSOBY FINANCOVANIA**

Keď úver na bývanie nepokryje náklady, prichádzajú na rad iné možnosti. Hypotéka je najviac využívanou formou financovania pri kúpe novej nehnuteľnosti.



**MÁME VYSOKÚ INFLÁCIU, ÉRA SUPERLACNÝCH ÚROKOV JE PREČ, CENY NEHNUTEĽNOSTÍ SÚ NA SVOJOM VRCHOLE A NAVYŠE, BANKY DVIHLI ÚROKY NA HYPOTÉKACH, KTORÉ NIE JE LAHKÉ ZÍSKAŤ.**



Pri rastúcich úrokových sadzbách však Slováci vítajú aj iné riešenia. „*Kvôli prísnejším podmienkam je pomerne často využívané dofinancovanie vo forme spotrebného úveru,*“ informuje Michal Jančí o najrýchlejšej možnosti, ako sa dostať k finančným prostriedkom. Hoci mnohí ocenia fakt, že im tento typ úveru poskytne každá finančná inštitúcia, treba rátať s vyšším úrokom.

Kombináciou hypotekárneho úveru so spotrebným možno dosiahnuť až 100% ceny kupovanej nehnuteľnosti. To väčšina ocení, keďže v súčasnosti mnohé banky neposkytujú ani 90% hypotéky. Treba si však dávať pozor na dlhú dobu splácania. Niekedy aj desiatky rokov trvá, kým sa zbavíte hypotekárneho dlhu. Naopak, spotrebný úver má krátku dobu splácania. Prvé roky tak budú finančne náročnejšie, keďže budete platiť vyššie poplatky.

Ďalšou formou financovania je americká hypotéka, ktorá sa využíva hlavne na nákup zariadenia. Hoci ide o bezúčelový úver s možnosťou využiť ho na čokoľvek, pri nákupe nehnuteľnosti natrafíte na vyššiu úrokovú sadzbu. Tá sa dokonca

pohybuje v číslach, ktoré prevyšujú úroky pri hypotekárnych úveroch.

Tí, ktorí disponujú dostatkom hotovosti, majú postarané o nervy a stres, ktorý môže priniesť splácanie hypotéky s vysokým úrokom niekoľko desiatok rokov. Ide o rýchly spôsob kúpy bytu či domu. Aj táto forma financovania však prináša nemalé risk. Dôležitá je dôvera medzi kupujúcim a predávajúcim, keďže sa narába s reálnymi peniazmi. Na druhej strane, dá sa to jednoducho vyriešiť. Notárska úschova zabezpečí, že vaše peniaze budú v poriadku a prepustia sa predajcovi až po splnení podmienok v kúpnej zmluve.

Dnes je výhodnou možnosťou kombinácia hotovosti a hypotekárneho úveru. Keďže banky už neposkytujú 100% hypotéky, sumu jednoducho doplníte hotovosťou. Tak sa sen o kúpe strechy na hlavou stane ľahšie dostupnou realitou.

Reko

**Foto:** archív firiem a redakcie



ŠKÁROVACIA MALTA, KTORÁ ODOLÁVA ČASU.  
NOVÉ FAREBNÉ ODTIENE PRE KAŽDÝ PRIESTOR.



169 | OCEĽOVO MODRÁ

## **Ultracolor® Plus**

Farebné odtiene škárovacích mált **Ultracolor Plus** zvýraznia krásu akéhokolvek obkladaného povrchu. Každému prostrediu dodajú nádych originality. **Odolná škárovacia malta Ultracolor Plus** bola navrhnutá s dôrazom na ľahkú aplikáciu a čistenie.

Farby Mapei pre všetky druhy škárovacích mált sú zladené s tmelom **Mapesil AC**.

- **NOVÉ FAREBNÉ ODTIENE**
- **BIOBLOCK: ODOLNÝ VOČI PLESNIAM**
- **ŠKÁROVANÉ PLOCHY SÚ RÝCHLO PRIPRAVENÉ NA POUŽITIE**
- **VODOODPUDIVÉ A LAHKO SA ČISTIA**
- **ZABRAŇUJÚ VÝKVETOM - PRE JEDNOTNÝ FAREBNÝ ODTIEŇ**



EVERYTHING'S OK  
WITH **MAPEI**

Viac na [mapei.com](http://mapei.com)





## Okná s 3-sklom za cenu dvojskla

Akcia platí na plastové okná  
Slovaktual PASIV v dekoroch dreva,  
vo farbe, alebo s hliníkovým klipom.

o k n á a d v e r e

**Slovaktual**<sup>®</sup>

Podrobnosti o akcii nájdete na stránke  
[www.slovaktual.sk/akcia](http://www.slovaktual.sk/akcia)



# Zemetrasenie či tornádo?

## Za škody po živloch vyplatila poisťovňa Allianz vyše dvojnásobok

ŽIVLY, KTORÉ POZNÁME SKÔR ZO ZAHRANIČIA, SÚ POSLEDNÉ ROKY REALITOU AJ NA SLOVENSKU. AJ VĎAKA NIM NÁKLADY ZA SPÔSOBENÉ ŠKODY Z ROKA NA ROK STÚPAJÚ. LEN ZA PRVÝCH 10 MESIACOV TOHTO ROKA EVIDUJE ALLIANZ – SLOVENSKÁ POISŤOVŇA 8 720 POISŤNÝCH UDALOSTÍ SPÔSOBENÝCH ŽIVLAMI ZA VIAC AKO 10,8 MILIÓNA EUR.

To je o 108 % viac poisťných udalostí ako za celý rok 2022, keď klienti Allianz nahlásili 6 043 škôd po živloch v hodnote takmer 5,2 milióna eur.

### ČO ROK TO INÝ ŽIVEL

Medzi prírodné živly patria dážď, blesk, krupobitie, zosuv pôdy, povodeň a záplava, víchrica a ťarcha snehu. Najvyššie škody tento rok spôsobilo krupobitie, ktoré zničilo rozsiahle polia s úrodou, ale poškodilo aj rodinné domy. „Poľnohospodárom z Michaloviec ľadovec zničil úrodu pšenice, kukurice a sóje za viac ako 124-tisíc eur. V okrese Sobrance zas ľadovec poškodil strechu domu. Škoda spolu so zatečeným podkrovím dosiahla 20-tisíc eur,“ hovorí riaditeľ odboru komunikácie Allianz Dárius Nógli. Významným živlom bolo tento rok zemetrasenie, ktoré prekvapilo najmä obyvateľov



východného Slovenska. Klientom Allianz spôsobilo takmer 1 700 škôd v hodnote približne 2,8 milióna eur. Pôsobenie prírodných živlov je nevyspytateľné. Štatistiky Allianz ukazujú, že škodovosť živlov aj ich frekvencia sa z roka na rok menia.

### INDEXÁCIA AJ AKTUALIZÁCIA POISŤNEJ SUMY

Všetky škody na privátnom majetku kryje poistenie Mój domov, kde si klienti vyberajú z troch balíkov poisťného krytia. Po tohtoročnom zemetrasení ostali viacerí poškodení prekvapení, keď zistili, že riziko zemetrasenia vôbec nemajú poistené. „Zemetrasenie je automatickým voliteľným rizikom v rámci všetkých 3 balíkov nášho majetkového poistenia. Približne 14 % klientov si ho však z poistenia vylúči. Cenový rozdiel pri voľbe jednotlivých rizík a balíkov je pritom minimálny, odporúčame preto klientom poistiť si svoj majetok komplexne,“ upozorňuje Strnad Muthová. Vážne živelné pohromy, ktoré vedú k totálnym škodám, preveria správnosť nastavenia výšky poisťnej sumy.

Reko z materiálov  
Allianz – Slovenská poisťovňa  
**Foto:** archív redakcie



# Aj druhý vysnívaný dom je z Ytongu

**MANŽELIA DANIELA A TIBOR UŽ V RODINNOM DOME BÝVALI, ALE PÔVODNÝ BUNGALOV, DO KTORÉHO SA AKO MLADÝ PÁR NASTAHOVALI, IM PRESTAL VYHOVOVAŤ. PRÍZEMNÝ DOM IM NA ZAČIATKU STAČIL VEĽKOSŤOU AJ DISPOZÍCIOU, VYHOVOVAL IM AJ YTONG AKO STAVEBNÝ MATERIÁL DOMU. SITUÁCIA SA VŠAK ZMENILA.**



Ako sa rodina rozrástla, túžili po novom dome, ktorý by im viac vyhovoval a splňal ich aktuálne požiadavky. „Príchodom potomka sme v bungalove začali pociťovať diskomfort, nakoľko v dome nebola nočná oddychová časť, a preto sa nám tísna chuť postaviť si dispozične taký rodinný dom, ktorý by nám bol šitý ‚na mieru‘. Lákala nás predstava nášho vysnívaného domu s veľkou obývačkou s otvoreným stropom kde na poschodí bude malá hostovská izba a pracovňa v jednom. Lokalitu sme meniť nechceli, v našej maličkovej dedinke neďaleko Dunajskej Stredy sme si rokmi vytvorili priateľstvá a okolie a aj dostupnosť do neďalekého mesta nám vyhovovala. V roku 2021 sme si kúpili pozemok neďaleko nášho predchádzajúceho domu a o pár mesiacov sa začali prvé práce na ňom. Vďaka materiálu, dobrému načasovaniu a ľuďom, ktorí na dome pracovali, sa nám podarilo do domu nastáhnovať do jednásť mesiacov od prvých výkopov,“ spomína na dôvody stavby Daniela.

## DO POSLEDNÉHO DETAILU

S projektom domu manželom pomohol Ing. Peter Neilinger zo spoločnosti NV

Project s.r.o., ktorý ich rukou nakreslenému pôdorysu a predstavám vdýchol „život“. Nadmieru profesionálne konzultácie a poradenstvo poskytol aj Ing. Tibor Viola zo spoločnosti Xella Slovensko. Spoločne dotiahli projekt do posledného detailu a položili tak základy pre rýchlu, kvalitnú a úspešnú výstavbu nového rodinného domu. „Stavbu sme si riešili pol na pol, náš stavbyvedúci Juraj Kántor dohliadal na stavbu od A-Z, odborné veci nám robili skúsení profesionáli a svojpomocne s manželkou sme pracovali na častiach, ktoré si nevyžadovali takú odbornosť. Dodávateľov ostatných materiálov sme si vyberali na základe odporúčaní a vlastných skúseností,“ hovorí Tibor.

## JEDINÁ VOĽBA

S materiálom na hrubú stavbu to mali manželka od začiatku jednoduché. Pórbetón Ytong bol ich prvá a jediná voľba, nakoľko predchádzajúci dom, ktorý síce nestavali, ale kúpili, bol postavený z Ytongu. Vlastnosti tohto materiálu im vyhovovali a stavili preto na istotu. Dobré skúsenosti sa potvrdili aj pri stavbe druhého domu. Tibor bol nadšený



zo schodiska Ytong a jeho možností, Daniele zas robia po nastáhaní radosť nízke účty za energie a výborný tepelný komfort nielen v zime, ale aj pri horúčavách. O tie nie je v priebehu leta núdza a dom pri nich dokáže aj bez zapnutej klimatizácie udržať príjemnú teplotu v interiéri.

### MATERIÁL PRE CELÝ DOM

Nový rodinný dom je trojizbový – atypický, so šikmou pultovou strechou. Nad garážou je miestnosť so vstupom z obývačky a celá denná časť má otvorený strop so svetlou výškou sedem metrov, Pórobetón Ytong je použitý na celom dome, tvárnice, preklady, priečky, omietky, základová malta – všetko, čo na dome manželia mohli z ponuky Xella Slovensko využiť, to použili. Záhradný domček taktiež postavili z pórobetónových tvárnic Ytong. „V našom prvom dome, ktorý bol tiež postavený z Ytongu, sme bývali sedem rokov. Dom nám prestal stačiť veľkosťou a usporiadaním, ale materiál a vlastnosti stavebného systému Ytong nám už v tej dobe veľmi sedeli.



*Preto sme aj teraz nadmieru spokojní, navyše je to dom podľa nás a je vlastnoručne postavený. Nemenili by sme a ak sa rozhodneme ešte niekedy niečo stavať, tak opäť jedine s Ytongom,“ uzatvára rozhovor Daniela.*

Reko z materiálov Xella Slovensko  
**Foto:** Xella Slovensko

**xella**

# NAJPRV NOVÚ STRECHU POTOM KOPEC SMIECHU

**Kompletné riešenie YTONG na stavbu domu vrátane stropov a striech.**  
[www.xella.sk](http://www.xella.sk)

Domov na prvom mieste

**YTONG**

# Tepelná izolácia pre energeticky úsporné budovy

TEPELNÁ OCHRANA ENERGETICKY ÚSPORNÝCH BUDOV MUSÍ SPLŇAŤ STANOVENÉ POŽIADAVKY. VLASTNOSTI STAVEBNÝCH KONŠTRUKCIÍ BUDOV OVPLYVŇUJE HLAVNE KVALITA ZABUDOVANÝCH KOMPONENTOV A MATERIÁLOV. PRÁVE PRETO JE DÔLEŽITÉ HĽADANIE NOVÝCH MOŽNOSTÍ, KTORÉ ZABEZPEČIA ČO NAJLEPŠIU ENERGETICKÚ HOSPODÁRNOSŤ BUDOV A KTORÉ BUDÚ SPLŇAŤ AJ ĎALŠIE POŽIADAVKY.



Výrobky sú hydrofobizované v celom priereze a splňajú prísne požiadavky na kvalitu výrobkov z kamennej vlny.

Vďaka čadičovej surovine a špeciálnemu výrobnému procesu sú tepelné izolácie RAVATHERM SW vysoko paropriepustné, majú vynikajúcu tepelnú a zvukovú izolačnú schopnosť a sú nehorľavé s triedou reakcie na oheň A1.

Výrobcom tepelnej izolácie RAVATHERM je spoločnosť Ravago Building Solutions. Obchod a výroba stavebných materiálov sú v histórii skupiny Ravago prítomné

Výrobca tepelnej izolácie Ravatherm, rozširuje svoje produktové portfólio. Spoločnosť Ravago okrem výroby tepelnej izolácie z penového polystyrénu s uzavretou bunkovou štruktúrou (XPS) tento rok spustila aj výrobu tepelnej izolácie z kamennej vlny (SW).

## RAVATHERM SW

Výrobky z kamennej vlny značky RAVATHERM SW sa vyrábajú špeciálnym výrobným postupom, pri ktorom sa počas tavenia a rozvlákňovania prírodného čadičového kameňa vytvárajú vysokokvalitné, široko použiteľné tepelnoizolačné dosky z minerálnych vlákien. Vďaka tepelnoizolačnému materiálu RAVATHERM SW z kamennej vlny je výsledný produkt nehorľavý a jeho teplota topenia je vyššia ako 1 000 °C.







od 60. rokov 20. storočia. Spoločnosť, ktorá spočiatku pôsobila len v Belgicku na lokálnej úrovni, si uvedomila dôležitosť recyklácie a postupne sa rozrástla na celosvetovú spoločnosť, ktorá dnes ponúka rôzne stavebné riešenia v celej Európe nielen ako distribútor, ale hlavne ako výrobca. Do tejto línie zapadá aj najnovší výrobný závod na tepelnoizolačné materiály.

Produkty z kamennej vlny z tohto závodu sú vyrobené najmodernejšou technológiou z prírodných surovín a významne tak prispievajú k znižovaniu emisií skleníkových plynov prostredníctvom úspory energie. Závod sa tiež snaží o čo najmenšiu ekologickú stopu vo výrobnom procese. V súlade s ekologickým myslením sa preto vyrába podľa systému environmentálneho manažérstva ISO14001. Tepelnoizolačné výrobky RAVATHERM SW tak prinášajú hodnotu pre každého, od výroby až po montáž.

### OCHRANA ŽIVOTNÉHO PROSTREDIA

Z environmentálneho hľadiska prispieva tepelná izolácia Ravatherm SW k znižovaniu emisií CO<sup>2</sup> prostredníctvom neustálych úspor energie. Na konci svojho životného cyklu sa môže recyklovať.

### PREVÁDZKA

Investor a prevádzkovateľ sa môžu spoľahnúť na dlhú životnosť, nízke náklady na prevádzku a údržbu, vysoký stupeň bezpečnosti prevádzky, či rýchlu návratnosť.

### POUŽITIE

Zhotoviteľ môže pracovať s kvalitnými, ľahko spracovateľnými a jednoduchými materiálmi, ktoré sa ľahko inštalujú, čím šetrí finančné zdroje aj pracovný čas a tým dosahuje vyššiu efektívnosť.

### PLOCHÉ STRECHY PRIEMYSELNÝCH HÁL

Problematika tepelnej izolácie plochých striech priemyselných hál je mimoriadne dôležitá z hľadiska zimnej aj letnej tepelnej ochrany. Izolácia ľahkých plochých striech kamennou vlnou RAVATHERM SW je zvlášť výhodná vďaka vynikajúcim akustickým aj tepelnoizolačným vlastnostiam materiálu a jeho požiarnej odolnosti. Okrem toho je nehorľavá kamenná vlna odolná, rozmerovo stála a má vysokú priepustnosť vodných pár.



Kamenná vlna RAVATHERM SW Roof je ideálna na tepelnú izoláciu plochých striech priemyselných budov. Pevnosť výrobkov RAVATHERM SW v tlaku sa pohybuje v rozmedzí 30 – 80 kPa v závislosti od požiadaviek. Pri ukladaní izolácií vo vrstvách sa na spodnú vrstvu používa vlna s nižšou pevnosťou (štandardne 30 – 40 kPa) a na vrchnú vrstvu vlna s vyššou pevnosťou (štandardne 70 – 80 kPa). Takáto izolačná vrstva odolá bez problémov veľkým zaťaženiám, napríklad ako je stavebná alebo údržbová prevádzka.

Bodová únosnosť výrobkov z kamennej vlny určených na ploché strechy je mimoriadne vysoká.

Tepelná izolácia RAVATHERM SW poskytuje vhodný základ pre hydroizoláciu z akéhokoľvek materiálu bez použitia samostatného dodatočného opatrenia alebo separačnej vrstvy a vďaka optimálne veľkým rozmerom dosiek sa dá inštalovať rýchlo a úsporne.

Pri zatepľovaní je potrebné použiť vhodnú kvalitnú súvislú parotesnú vrstvu a pri jej kladení treba vždy dbať na ukladanie dosiek s presahom. Pri snahe zabrániť tepelným mostom je okrem správnej tepelnej izolácie dôležité vybrať a správne nainštalovať upevňovacie prostriedky. Viac na [www.ravago.sk](http://www.ravago.sk).

Reko z materiálov Ravago Building Solutions  
**Foto:** Ravago Building Solutions

# Ceny energií majiteľov pasívnych domov netrália

OPODSTATNENOSŤ STAVIEB, KTORÉ SPOTREBUJÚ MINIMUM ENERGIÍ NA KÚRENIE ČI CHLADENIE, UŽ MAJITELIA POCÍTLI NA STAVE RODINNÝCH FINANCIÍ. V POROVNANÍ S OSTATNÝMI ZÁSADNE UŠETRIA. ČO VŠETKO POTREBUJE PASÍVNY DOM A DÁ SA NA TENTO ŠTANDARD PREROBÍŤ AJ STARŠIA NEHNUTEĽNOSŤ?

A lfou a omegou pri pasívnych domoch je ich ročná spotreba energií prepočítaná na meter štvorcový. Pasívny dom má spotrebu od 5 do 15 kWh/m<sup>2</sup> ročne. Spotreba energie pritom nezávisí len od zdrojov na kúrenie a ohrev vody, ale aj od materiálov použitých na stavbe, od orientácie na svetové strany, od spôsobu izolácie, spôsobu vetrania (rekuperácia) a ďalších faktorov.

Ak niekto túži po pasívnom dome, musí na to myslieť už v projektovej fáze. Podmienkou výstavby pasívneho domu je dobrý architektonicko-stavebný koncept budovy, v ktorom sa ráta s vhodnými materiálmi, ale aj s technológiami a s využívaním obnoviteľných zdrojov energie. Pasívny dom sa nepodarí postaviť v kotline ani na návrší. Vhodný je pozemok v miernom svahu, orientovaný na juh alebo juhovýchod. Obytné miestnosti musia byť dispozične navrhnuté tak, aby smerovali na slnečnú stranu. Technické miestnosti môžu byť orientované na sever.

Na nízkoenergetický alebo pri dobrej súhre okolností na pasívny dom sa však dá premeniť aj staršia stavba.

## KADIAĽ PRÚDIA ENERGIE

Pri znižovaní spotreby externých energií a využívaní v čo najväčšej miere energií prirodzených (slnko, vietor, zem) je veľmi dôležitá orientácia domu. Pokiaľ dom nie je

orientovaný severojužne, bude finančne mimoriadne nákladné prerobiť ho na pasívny dom, pretože nebude možné využívať efektívne energiu zo slnka. Určite sa však dá znížiť jeho energetická náročnosť.

Treba si uvedomiť, že energiu priamo alebo nepriamo spotrebúvajú všetky časti domu: obvodové múry, podlaha, strecha. Každá z týchto častí má nejaký tepelný odpor. Pri znižovaní energetickej náročnosti nehnuteľnosti treba tento odpor zvýšiť, a to vhodným zateplením a elimináciou tepelných mostov.

Ide o práce, ktoré treba zveriť do rúk odborníkov, aby mohli poskytnúť záruku na materiál a aj svoju prácu. „Na odstránenie tepelných mostov odporúčam využívať systémové riešenia. Materiály v nich navzájom dobre spolupracujú a dopĺňajú sa. Vďaka tomu sa šetria financie aj čas potrebný na obnovu, predlžuje sa životnosť stavby a znižujú sa náklady na kúrenie a chladenie,“ spresnil Branislav Augustín, odborník na stavby a rekonštrukcie zo Sika.

## NETESNOSTI, KADIAĽ UTEKAJÚ PENIAZE

Tepelné mosty, teda miesta, kadiaľ uniká teplo, nie sú iba „výsadou“ starších domov, hoci pravdepodobnosť ich výskytu je tu vysoká. Narušená izolácia v dôsledku zle zrealizovanej izolácie obvodových múrov, podlahy alebo strechy, degradácia izolácie v priebehu rokov, výmena okien, pohyby stavby, rekonštrukcia kóminy, to sú len niektoré z faktorov, ktoré môžu spôsobiť vznik tepelných mostov. Udiat sa to môže aj na novostavbe a do-







konca aj na energeticky pasívnom alebo nízkoenergetickom dome.

Preto sa okrem základných stavebných materiálov oplatí investovať aj do vhodnej tepelnej izolácie a jej samotnej realizácie. Úlohou izolácie nie je len zabrániť úniku tepla z interiéru do exteriéru v zimnom období či zamedziť prenikaniu tepla a prehrievaniu stavby počas horúcich mesiacov. „Okrem energetickej úspory by mali majitelia domov zväziť aj ďalšie vlastnosti izolačných materiálov, ako je zvuková izolácia, priehľadnosť, paropriepustnosť, zdravotná neškodnosť a taktiež vplyv na životné prostredie,“ upozornil Lukáš Kmenta, country manažér spoločnosti HBS pre Česko a Slovensko.

Dlhú životnosť, minimálnu šancu vzniku tepelných mostov a zároveň priehľadnosť,

paropriepustnosť a dobrú zvukovú izoláciu zabezpečuje napríklad čoraz populárnejšia striekaná PUR pena. Dá sa aplikovať na podlahu, obvodové steny aj na zaizolovanie strechy, pričom zatepľovať týmto spôsobom sa dá v podstate v každom ročnom období. „Obrovskou výhodou PUR striekanej izolácie je aj rýchla práca, bežný rodinný dom sa dá zaizolovať za 24 hodín,“ dodal L. Kmenta.

### AJ NA STRECHĚ ZÁLEŽÍ

Znižovať energetickú náročnosť stavby a dosiahnuť energetickú pasivitu pomáha okrem orientácie stavby s ohľadom na svetové strany aj kvalitná tieniaca technika a tiež živá, extenzívna zelená strecha, o ktorú sa takmer vôbec netreba starať.

„Zelená strecha priaznivo ovplyvňuje energetickú bilanciu budovy v zime aj v lete, čo





dokazujú mnohé štúdié z rôznych klimatických pásiem,“ konštatuje B. Augustín zo Sika a dodáva, „okrem toho, že sa zlepší mikroklima v okolí domu a získate malú zelenú oázu, ktorá prospieva životnému prostrediu, chránite si strechu pred UV žiarením, čím predĺžite jej životnosť až o 50 rokov.“

Zelená strecha priaznivo ovplyvňuje energetickú bilanciu budovy v zime aj v lete, čo dokazujú mnohé štúdié z rôznych klimatických pásiem. Skúsenosti zo Švajčiarska, Nemecka a Rakúska, ktoré sú lídrami v biosolárnych strechách, ukazujú, že kombinácia solárnych panelov a vegetácie funguje.

### SILA SLNKA

Samostatnou kapitolou sú okná a ich zasklenie. Len samotné trojsklo nestačí, pri pasívnych domoch sa používa predsadená montáž. Cez sklá preniká dovnútra slnečné žiarenie a zohrieva priestory aj v zime, pokiaľ sú dni slnečné. Zároveň cez ne teplo neuniká von.

Pasívny, respektíve nízkoenergetický dom sa nezaobíde bez rekuperácie, ktorá sa stará o správne efektívne vetranie a výmenu vzduchu s minimom tepelných strát.

Ďalším zariadením, ktoré si dom s nízkymi nákladmi na energie priam pýta, sú slnečné kolektory. Tie môžu

byť umiestnené napríklad na zelenej streche. „Ďalší vhodný priestor predstavuje montovaný prístrešok pre auto, strecha garáže alebo montovaného záhradného domčeka. Moderné montované stavby sú na tento alternatívny zdroj energie už predpripravené,“ poradil technik Rastislav Matuška zo spoločnosti GARDEON, ktorá tieto druhy stavieb pravidelne realizuje. Výstavba pasívnych domov má určite budúcnosť, no keďže sa nedajú postaviť všade, znižovanie energetickej náročnosti nehnuteľnosti vhodnou izoláciou, kvalitnými oknami a využívaním energie z okolia na kúrenie, chladenie, respektíve ohrev vody a výrobu elektrickej energie, má zmysel na každom druhu stavby.

### Čo je pasívny dom?

Druh stavby s najnižšou možnou spotrebou energie na kúrenie a chladenie. Ročná spotreba je od 5 do 15 kWh/m<sup>2</sup>. Nízkú spotrebu zabezpečuje komplex vecí ako orientácia domu, jeho tvar, použité stavebné materiály, izolácia, zasklenie okien, zabezpečenie výmeny vzduchu a využívanie slnka ako zdroja na kúrenie, ohrev vody aj výrobu elektrickej energie.

Reko

Foto: archív firiem a redakcie







## STAVEBNÉ PROFILY PRE DETAILS VÁŠHO DOMU.

Zaoberáme sa výrobou a predajom stavebných profilov určených pre stavebníctvo.

[www.celox.sk](http://www.celox.sk)



# SIEA spúšťa nový projekt Zelená domácnostiam

*Slnečné kolektory a kotly na biomasu  
opäť s finančnou podporou od štátu*

SLOVENSKÁ INOVAČNÁ A ENERGETICKÁ AGENTÚRA (SIEA) SPUSTILA NOVÝ PROJEKT ZELENÁ DOMÁCNOSTIAM, PROSTREDNÍCTVOM KTORÉHO BUDÚ V ROKOCH 2023 AŽ 2029 PODPOROVANÉ INŠTALÁCIE ZARIADENÍ NA VYUŽÍVANIE OBNOVITEĽNÝCH ZDROJOV ENERGIE (OZE) V DOMÁCNOSTIACH.





Na poukážky pre domácnosti je z európskych a národných zdrojov vyčlenených 151,6 miliónov eur, z toho 58,1 milióna eur pre Bratislavský samosprávny kraj. Zásadnou zmenou projektu je, že zariadenia bude možné inštalovať aj vopred, ešte pred zaregistrovaním žiadosti a získaním poukážky. Ďalšiu fázu, v ktorej budú poukážky vydávané a preplácané, spustí SIEA v prvom štvrtroku 2024, kedy bude prístupný nový informačný systém.

## VYBERAJTE S ROZUMOM

Z obnoviteľných zdrojov energie (OZE) majú v rodinnom dome svoj význam termické kolektory, kotly na biomasu, fotovoltické (FV) panely alebo aj tepelné čerpadlá. Dôležité však je, aby boli použité rozumným spôsobom. A práve prvé dve menované technológie sú veľmi výhodnou voľbou a kombináciou pri zabezpečení vykurovania a ohrevu pitnej vody.

Čím termické kolektory vyslovene vynikajú, je jednoznačne ich životnosť, ktorá je násobne vyššia ako pri iných zariadeniach a dosahuje aj viac ako 40 rokov. Navyše solárny systém vyrobený z kvalitných materiálov je v podstate bezúdržbový a počas svojej prevádzky o ňom majiteľ ani nevie. Ďalšou výhodou je konštantný výkon počas celej životnosti zariadenia – na rozdiel od FV panelov, kde výkon s pribúdajúcimi rokmi postupne klesá. Je pravda, že slnečné kolektory vyrábajú síce iba teplo, ale z metra štvorcového inštalovanej plochy ho vyrobí štvornásobne viac ako spomínané fotovoltické panely.

Jednorazová investícia do slnečných kolektorov okolo 5 000 eur (komplet aj s montážou) ušetrí približne 60 % z ceny energie na ohrev pitnej vody každý rok, a to počas najbližších 40 rokov. Pri využití finančnej podpory od štátu a získaní poukážky v max. výške 2 300 eur na slnečné kolektory tak celá inštalácia solárneho systému ukrojí z rodinného rozpočtu len približne 2 700 eur. Takýto systém je vhodný pre 4-5 člennú rodinu a bude jej slúžiť celé desaťročia.

## VÝHODNÁ KOMBINÁCIA

Keďže v zimnom období je slnečnej energie nedostatok, výhodná je



kombinácia slnečných kolektorov a kotlov na biomasu. Tieto zariadenia sa veľmi dobre dopĺňajú – v zime zabezpečí v dome tepelnú pohodu kotol na biomasu a v lete zase zaobstará dostatok tepla pre ohrev pitnej vody solárny systém. V letnom období tak nie je potrebné zapínať kotol len kvôli ohrevu vody, a tým sa predlžuje aj jeho životnosť.

Kotly na biomasu predstavujú vynikajúcu alternatívu vykurovania v porovnaní so zariadeniami využívajúcimi fosílnu palivá, ale aj elektrickú energiu a dokážu byť riešením pre akýkoľvek objekt. Pri kotloch na biomasu je možné získať v projekte Zelená domácnostiam maximálny príspevok v sume 1500 eur.

## RÔZNE PORTFÓLIO

Spoločnosť THERMO/SOLAR Žiar má vo svojom portfóliu rôzne typy kotlov na pelety, kusové drevo alebo aj štiepku s výkonmi od 6 kW až po 330 kW. Pre novostavby môže byť zaujímavý napríklad kotol na drevné pelety v typovej rade Nano-PK, pričom najmenšie takéto zariadenie pracuje s tepelným výkonom

1,8 – 6,6 kW. Zaujímavá je aj kombinácia kotla na kusové drevo a pelety. Kombikotol Neo-HV 20 kW / Nano PK 20 kW predstavuje vlastne dva samostatné kotly s jedným ovládaním. NEO-HV je drevo splyňujúci s tepelným výkonom 20 kW a NANO-PK je na drevné pelety s tepelným výkonom 20 kW. Viac na stránke [www.thermosolar.sk](http://www.thermosolar.sk).

Ing. Tomáš Jančařík

Foto: THERMO/SOLAR Žiar

# EKONOMICKÁ VÝHODNOSŤ nového plynového kondenzačného kotla

V SÚČASNEJ DOBE, KEDY KLADIEME DÔRAZ NA ÚSPORY ENERGIE, JE DÔLEŽITÉ VENOVAŤ OSOBITNÚ POZORNOSŤ VÝBERU OPTIMÁLNEHO ZDROJA TEPLA PRE RODINNÝ DOM. VOĽBA ZDROJA MÁ TOTIŽ NAJZÁSADNEJŠÍ VPLYV NA CELKOVÉ NÁKLADY PRÍPRAVY TEPLA V RODINNOM DOME. OVPLYVŤUJE AKO POČÍATOČNÉ INVESTIČNÉ, TAK AJ PREVÁDZKOVÉ (MESAČNÉ) NÁKLADY.

Najpresnejším ukazovateľom ekonomickej výhodnosti jednotlivých zdrojov tepla sú celkové náklady na vlastníctvo počas životnosti zariadenia (tzv. TCO - z anglického Total Cost of Ownership), ktorá je v prípade zdrojov tepla na úrovni 15 rokov. Výmena zdroja by mala okrem úspory energie priniesť takisto ekonomickú úsporu vo forme návratnosti investície, ktorá by nemala presiahnuť 2/3 životnosti zariadenia.

## POROVNANIE EKONOMICKEJ VÝHODNOSTI

V nasledujúcich dvoch tabuľkách sme bližšie porovnali výmenu starého atmosférického plynového kotla za moderný plynový kondenzačný kotol (PKK) a tepelné čerpadlo (TČ) vzduch – voda. Porovnali sme výmenu v nezateplenom priemernom rodinnom dome v energetickej triede C a v bežne zateplenom dome v energetickej triede B z hľadiska ekonomickej výhodnosti.

PRÍEMERNÝ NEZATEPLENÝ RODINNÝ DOM, ENERGETICKÁ TRIEDA C

**Rozloha:** 228 m<sup>2</sup>

**Celková potreba energie:** ≤ 138 kWh/(m<sup>2</sup>. rok)

**Globálny ukazovateľ, primárna energia:** ≤ 324 kWh/(m<sup>2</sup>. rok)

**Potreba tepla na vykurovanie (stredná hodnota):** 108 kWh/(m<sup>2</sup>.rok)

**Potreba tepla na TV (stredná hodnota):** 31 kWh/(m<sup>2</sup>.rok)

**Výkon zdroja tepla:** 14 kW

	Nekondenzačný PK	Kondenzačný PK	TČ - vzduch/voda
Výhrevnosť paliva	10,70 kWh/m <sup>3</sup>	10,70 kWh/m <sup>3</sup>	1
Účinnosť	80%	97%	290%
Jednotková cena (€)	0,0543 €/kWh	0,0551 €/kWh	0,1571 €/kWh
Tarifá	D3 (SPP)	D3 (SPP)	DD5 (ZSE)
Tepló v palive (kWh)	39 613	32 670	10 928
Množstvo paliva za rok	3 702 m <sup>3</sup>	3 053 m <sup>3</sup>	10 928 kWh
<b>Prevádzkové náklady</b>			
Ročné náklady palivo	2 152 €/rok	1 801 €/rok	1 717 €/rok
Servis	60 €/rok	80 €/rok	150 €/rok
Prevádzkové náklady spolu	2 212 €/rok	1 881 €/rok	1 867 €/rok
<b>Investičné náklady</b>			
Hlavný zdroj tepla		1 970 €	15 250 €
Inštalácia + materiál		800 €	800 €
Uvedenie do prevádzky		170 €	504 €
Komín - vložka		300 €	
Dotácia Zelená domácnostiam na TČ			- 3 800 €
<b>TCO s dotáciou ZelDom</b>			<b>40 760 €</b>
<b>TCO bez dotácií</b>	<b>33 183 €</b>	<b>31 455 €</b>	<b>44 560 €</b>



## PRÍEMERNÝ ZATEPLENÝ RODINNÝ DOM ENERGETICKÁ TRIEDA B

**rozloha:** 228 m<sup>2</sup>

**Celková potreba energie:** ≤ 110 kWh/(m<sup>2</sup>. rok)

**Globálny ukazovateľ, primárna energia:** ≤ 216 kWh/(m<sup>2</sup>. rok)

**Potreba tepla na vykurovanie (stredná hodnota):** 65 kWh/(m<sup>2</sup>.rok)

**Potreba tepla na TV (stredná hodnota):** 19 kWh/(m<sup>2</sup>.rok)

**Výkon zdroja tepla:** 10 kW

	Nekondenzačný PK	Kondenzačný PK	TČ - vzduch/voda
Výhrevnosť paliva	10,70 kWh/m <sup>3</sup>	10,70 kWh/m <sup>3</sup>	1
Účinnosť	80%	97%	300%
Jednotková cena (€)	0,0568 €/kWh	0,0581 €/kWh	0,1721 €/kWh
Tarifa	D3 (SPP)	D3 (SPP)	DD5 (ZSE)
Teplo v palive (kWh)	23 938	19 742	6 383
Množstvo paliva za rok	2 237 m <sup>3</sup>	1 845 m <sup>3</sup>	6 383 kWh
<b>Prevádzkové náklady</b>			
Ročné náklady palivo	1 359 €/rok	1 147 €/rok	1 099 €/rok
Servis	60 €/rok	80 €/rok	150 €/rok
Prevádzkové náklady spolu	1 419 €/rok	1 227 €/rok	1 249 €/rok
<b>Investičné náklady</b>			
Hlavný zdroj tepla	1 970 €	1 970 €	11 300 €
Inštalácia + materiál	800 €	800 €	800 €
Uvedenie do prevádzky	170 €	170 €	504 €
Komín - vložka	300 €	300 €	
Dotácia Zelená domácnostiam na TČ			- 3 800 €
<b>TCO s dotáciou ZelDom</b>			<b>27 534 €</b>
<b>TCO bez dotácií</b>	<b>21 288 €</b>	<b>21 644 €</b>	<b>31 334 €</b>

### AKO DOSIAHNUŤ OKAMŽITÚ ÚSPORU?

Z porovnania vyplýva, že zemný plyn ostáva najvýhodnejším spôsobom vykurovania rodinného domu, predovšetkým ak sa bavíme o výmene atmosférického plynového kotla za PKK v nezateplenom dome.

Podľa odhadov SPP – distribúcia, a.s. je na Slovensku stále inštalovaných okolo 400 000 starých nekondenzačných plynových kotlov, výmenou ktorých je možné dosiahnuť okamžitú úsporu 15% – 23% spotrebovaného plynu a prevádzkových nákladov pri rovnakej jednotkovej cene plynu. PKK ostáva jasnou voľbou taktiež pri výmene kotla v rodinnom dome v energetickej triede B. Oproti tepelnému čerpadlu sú v oboch prípadoch TCO o 23% až 31% nižšie v prospech plynového kondenzačného kotla (aj so zohľadnením dotácie na tepelné čerpadlo z programu Zelená domácnostiam). Tepelné čerpadlá

vzduch – voda síce majú efektívnosť výroby tepla na úrovni 260% – 290% (t. j. na jednu jednotku spotreby elektrickej energie sú schopné vyrobiť 2,6 – 2,9 jednotiek tepla), ale cena zemného plynu je približne 3-krát nižšia než cena elektrickej energie a zásadným spôsobom ju neovplyvní ani pripravovaný systém obchodovania so skleníkovými plynmi pre sektor budov (od r. 2027 resp. 2028), ktorý môže priniesť len 7% – 10% navyšenie TCO v prípade zemného plynu. Okrem toho je aj cena nového nízkoemisného plynového kondenzačného kotla veľmi priaznivá, nakoľko sa pohybuje na úrovni cca 3 200 eur aj s inštaláciou.

Na druhú stranu cena tepelného čerpadla typ vzduch – voda sa aj s inštaláciou pohybuje na úrovni cca 12,6 tis. eur. Obrovskou výhodou PKK oproti TČ je aj jeho modulácia výkonu vo veľkom rozsahu 10% – 100%, čo umožňuje jeho efektívnu prevádzku aj po zateplení rodinného domu, kedy sa zníži potreba tepla.



### AKCIA SO ZĽAVOU

Moderné plynové kondenzačné kotly, pripravené v budúcnosti spoluspaľovať zmes zemného plynu a vodíka, je momentálne možné zaobstarať so zľavou až do výšky 600 eur s využitím akcie „Môj nový kotol“, ktorú spustila v polovici októbra 2023 SPP – distribúcia, a.s. Zaujemca vyplní svoju žiadosť o poukaz jednoducho na internetovej stránke [www.mojnovykotol.sk](http://www.mojnovykotol.sk) a vyberie si zo širokej ponuky plynových kondenzačných kotlov.

Ďalšie porovnania zdrojov vykurovania nájdete na webe [www.oplyne.info](http://www.oplyne.info).

Reko z materiálov SPP – distribúcia, a.s.

**Foto:** SPP – distribúcia, a.s.

# Domáce batériové úložisko HES

## Boduje svojou originálnou koncepciou a softvérom

NA RASTÚCI DOPYT PO BATÉRIOVÝCH STANICIACH PRE DOMÁCNOSTI ZAREAGOVALA AJ SPOLOČNOSŤ FENIX GROUP, NAJVÄČŠÍ EURÓPSKY VÝROBCA ELEKTRICKÝCH SÁLAVÝCH VYKUROVACÍCH SYSTÉMOV. ZÁKLAD JEJ PONUKY V OBLASTI BATÉRIÍ PRE DOMÁCNOSTI PREDSTAVUJÚ VÝKONNÉ DOMÁCE BATÉRIOVÉ ÚLOŽISKÁ HES.

Tieto úložiská sú od vývoja až po výrobu lokálnym riešením – know-how pochádza od firmy AERS (tá je súčasťou holdingu Fenix Group), samotné úložiská sú potom zostavované vo výrobnom závode Fenix v Jeseníku. Vďaka all-in-one systému stačí stanicu napojiť na fotovoltaickú elektrárňu a domáci rozvádzač a všetko je pripravené na fungovanie.

### NIE JE BATÉRIA AKO BATÉRIA

„Domáce batériové úložisko HES s kapacitou 41 kWh vyniká nielen veľkou kapacitou, ale v porovnaní s bežnými batériami čínskej proveniencie najmä svojim originálnym riešením a unikátnym softvérom vyvinutým v spolupráci s Univerzitným centrom energeticky efektívnych budov ČVUT v Prahe. Majitelia oceňujú aj skutočnosť, že ide o v Európe vyvinutý a predávaný výrobok s lokálnym know-how a výrobou. Ako jeho dodávateľ sme schopní v prípade zmien na slovenskom trhu rýchlo reagovať. Navyše je to riešenie pre budúcnosť, kedy bude vysoká kapacita akumulácie a flexibilita batériových úložísk absolútnou nutnosťou a samotná akumulácia „bez inteligencie“ už



nebude potrebám či požiadavkám trhu vrátane prevádzkovateľov distribučných sietí stačiť. Naša batériová stanica samozrejme umožňuje plynulú prevádzku v sieťovom aj nesieťovom (ostrovnom) režime a reguluje nezávisle každú fázu zvlášť. Vstavaný striedač dokáže energiu zároveň odoberať aj dodávať,“ hovorí Cyril Svozil jr., riaditeľ spoločnosti AERS s.r.o.

### PERSPEKTÍVY ELEKTRICKÉHO VYKUROVANIA

Aj vďaka batériám sú perspektívy elektrického vykurovania dobré. Spojenie elektrického sálavého vykurovania, fotovoltaiky a vysokokapacitných batérií má v rezidenčnej aj verejnej sfére budúcnosť. Riešením je aj kombinácia elektric-







kého sálavého vykurovania a sálavých kachlí alebo krbových vložiek v rodinných domoch.

Jedným z dôvodov, prečo je spotreba elektrickej energie v budovách vykurovaných sálavými systémami o cca 40 % nižšia ako pri teplovodných systémoch s tepelnými čerpadlami, je skutočnosť, že sálavé systémy sa v budovách veľmi často kombinujú napríklad s kachľami na drevo či krbmi. Na rozdiel od teplovodných systémov totiž sálavé systémy úplne automaticky reagujú na akýkoľvek ďalší tepelný zdroj v miestnosti, či už je ním krb, žehlička, varná doska alebo človek. Pre túto svoju výhodu je táto kombinácia veľmi často využívaná, pričom podiel jednotlivých energií je možné plne prispôsobiť možnostiam a potrebám používateľa. Viac informácií o batériových staniciach HES nájdete na [www.fenix.sk](http://www.fenix.sk).

Reko z materiálov Fenix Group  
**Foto:** Fenix Group

## BATÉRIOVÉ ÚLOŽISKO HES

ČESKÁ TECHNOLOGIA + KAPACITA 41 KWH + SPOTOVÉ NAKUPOVANIE  
 =  
 KOMFORT + SEBESTAČNOSŤ + ÚSPORA

FENIX
www.fenix.sk

# UDRŽATEĽNE AJ ŠETRNE

V DNEŠNOM SVETE, KDE EKOLÓGIA A UDRŽATEĽNOSŤ ZOHRÁVAJÚ STÁLE DÔLEŽITEJŠIU ÚLOHU, JE PRIORITOU HĽADAŤ SPÔSOBY, AKO ŽIŤ OHĽADUPLNE K ŽIVOTNÉMU PROSTREDIU. BÝVANIE AKO JEDNA Z KĹÚČOVÝCH OBLASTÍ ĽUDSKÉHO ŽIVOTA NIE JE VÝNIMKOU. UDRŽATEĽNÉ A OHĽADUPLNÉ BÝVANIE SA STÁVA SYMBOLOM NOVEJ ÉRY, KDE ARCHITEKTÚRA, DIZAJN, TECHNOLOGIE A ZODPOVEDNOSŤ VOČI PLANÉTE TVORIA INOVATÍVNE A EKOLOGICKY PRIAZNIVÉ DOMOVY.

Aj malá zmena dokáže mať veľký pozitívny vplyv nielen na planétu, ale aj na peňaženku. Ako si teda vytvoriť udržateľnejšiu domácnosť? Inšpirujte sa tipmi z IKEA Slovensko.

## ÚSPORY ENERGIE A ZNÍŽENIE NÁKLADOV V DOMÁCNOSTI

Zopár jednoduchých zmien v domácnosti môže významne pomôcť s úsporou energie a znižovaním nákladov. Dnes už asi málokto používa tradičné žiarovky, ale ak áno, tak výmena starých žiaroviek za LED žiarovky je väčšinou jednou z prvých a najefektívnejších ciest k redukcii spotreby elektrickej energie. Spotrebujú totiž o 85 % menej energie a vydržia 20-krát dlhšie než klasické žiarovky. Rovnako dôležité je pravidelné vypínanie elektroniky a spotrebičov v čase, keď ich nevyužívate. Týmto spôsobom minimalizujete tzv. „standby“ spotrebu energie.

V kuchyni ušetríte množstvo energie aj používaním indukčnej varnej dosky ROGESTAD, ktorá je mimoriadne energeticky efektívna, rýchla a precízna, pretože indukčná technológia prenáša energiu priamo do magnetického riadu. Funkcia spájania zón vám dokonca umožní spojiť dve varné zóny do jednej, vďaka čomu získate flexibilitu pri používaní hrncov, ktoré sú väčšie, či majú nepravidelný tvar.



Vedeli ste, že svoje výdavky môžete znížiť aj používaním roliet? Čítate správne. Rolety nemusia slúžiť iba na reguláciu svetla v domácnosti. Sú nákladovo a energeticky úsporným spôsobom, ako si vytvoriť v domácnosti príjemnú vnútornú klímu. Účinne znižujú tepelné straty spôsobené prievanom a znižujú prebytočné teplo zo slnka. Rolety sú vyrobené menšími bunkami, ktoré zachytávajú vzduch a premieňajú ho na izolačnú bariéru medzi oknom a miestnosťou.

V IKEA teraz môžete nájsť napríklad roletu TREDANSEN so zatemňovacím efektom alebo roletu PRAKTLYSING s jemným filtračným efektom. Pri výrobe oboch roliet sa používa recyklovaný polyester, vďaka čomu sa spotrebúva menej nových surovín a znižuje sa tak negatívny vplyv na životné prostredie.

## SMEROVANIE V OBLASTI ŠETRENIA DOMÁCNOSTÍ

V oblasti šetrenia v domácnosti je výrazný trend smerujúci k rôznym ekologickým technológiám a procesom. Orientuje sa na neustály rozvoj spotrebičov s nízkou energetickou náročnosťou a kladie sa väčší dôraz na využívanie obnoviteľných zdrojov energie. Moderné umývačky riadu, práčky či chladničky často disponujú rôznymi úspornými programami či možnosťou individuálnych nastavení. Kúpiť si nový spotrebič však nestačí. Rovnako dôležité je starostlivo udržiavať tieto zariadenia tak, aby fungovali efektívne a dlhodo-





bo. Elektrosprebiče, ktoré pracujú s vodou, pravidelne odvápnajte, a pokiaľ nemáte chladničku a mrazničku s automatickým rozmrazovaním, pravidelne ručne rozmrazujte.

Málokto z nás si uvedomí, že na energetickú spotrebu v zariadeniach môže mať výrazný vplyv aj minimálna zmena v nastavení teploty. Preto je vždy dôležité preštudovať teplotné odporúčania a riadiť sa podľa nich. Napríklad v chladničke by sme mali udržiavať optimálnu teplotu na jednotlivých priechkoch, pričom na horných úrovniach by mala byť teplota 7 °C, na nižších do 4 °C. Ideálna teplota mrazničky by mala byť nastavená na -18 °C. Niektoré moderné umývačky riadu a práčky sú už vybavené aj pokročilou

technológiou, ktorá umožňuje účinné čistenie aj pri nižších teplotách vody.

Aj vývoj nových technológií pre inteligentné domácnosti umožňuje lepšiu kontrolu nad spotrebou energie a poskytuje platformu pre efektívnejšie využívanie domácich systémov. Programovateľné termostaty, inteligentné osvetlenie a mobilné aplikácie na sledovanie energetickej spotreby umožňujú užívateľom riadiť domáce spotrebiče a systémy, pričom minimalizujú zbytočné využívanie energie.

### **EKONOMICKY VÝHODNÉ A ZÁROVEŇ ÚSPORNEJŠIE**

Súčasná ekonomická situácia prináša výzvy, ktoré majú priamy dopad na



### TIPY IKEA



#### ◀ NIMM škatuľa s vrchnákom

čierna, 25 x 35 x 15 cm  
**Nová nižšia cena:** 3,49 eur  
**Pôvodná cena:** 3,99 eur

Škatuľa je vyrobená z recyklovaného papiera. Výrobok je možné recyklovať alebo použiť na výrobu energie, ak sú vo vašom okolí k dispozícii vhodné zariadenia.

#### ▶ IKEA 365+ dóza na potraviny s vrchnákom

štvorec sklo/bambus, 600 ml  
**Nová nižšia cena:** 4,99 eur  
**Pôvodná cena:** 5,49 eur

Vďaka priehľadnej dóze vždy nájdete to, čo potrebujete, vďaka čomu budete bojovať proti zbytočnému plytvaniu. Prírodný bambus vytvára hrejivý vzhľad plný života.



#### ◀ RISATORP košík

**Nová nižšia cena:** 7,99 eur  
**Pôvodná cena:** 9,99 eur

Košík sa výborne hodí na skladovanie potravín, ktorým sa najlepšie darí mimo chladničky. Sieťka umožňuje cirkuláciu vzduchu, vďaka čomu potraviny vydržia dlhšie čerstvé.



#### ▶ LAUTERS stojacia lampa

**Nová nižšia cena:** 64,90 eur  
**Pôvodná cena:** 79,90 eur

Tienidlo je vyrobené z recyklovaných fliaš PET. Základňa z masívneho dreva pochádza z udržateľne pestovaných lesov.



bežné domácnosti. Faktory, ktoré hrajú významnú úlohu, sú napríklad inflácia a situácia na trhu s nehnuteľnosťami. Tieto faktory ovplyvňujú bežných ľudí na viacerých úrovniach, od denných financií až po dlhodobé investície a plány. Aj v takejto situácii ponúka spoločnosť IKEA viacero možností, ako nakupovať výhodne a úspornejšie. V minulosti spustila obľúbený koncept oddelenia Druhý život nábytku, v rámci ktorého zákazníkom poskytuje použitý nábytok za zvýhodnenú cenu či náhradné diely k nábytku zadarmo. V obchodnom dome IKEA tak môžete kúpiť dizajnové kusy v dobrom stave z druhej ruky za ešte dostupnejšiu cenu.

Zákazníci, ktorí v oddelení Druhý život nábytku nenájdu to, čo potrebovali, majú možnosť nakúpiť bežný sortiment za zvýhodnenú cenu. Nájdete v ňom, samozrejme, aj množstvo udržateľných výrobkov. Spoločnosť IKEA v priebehu septembra a októbra zlacnila spolu 3 100 produktov, čo predstavuje až tretinu sortimentu. V priemere naprieč sortimentom ceny od septembra klesli o 13 %, ale niektoré obľúbené výrobky zlacneli až o 40 %.

Reko

**Foto:** IKEA a archív redakcie





# FOTOVOLTAICKÉ ELEKTRÁRNE NA KLÚČ

SOLÁRNE SYSTÉMY OD PROFESIONÁLOV

SOLÁRNE SYSTÉMY • FOTOVOLTICKÉ SYSTÉMY • SOLÁRNE ELEKTRÁRNE



Fotovoltaická elektráreň pre firmy a organizácie vám šetrí peniaze za elektrickú energiu. Solárna energia vám zníži spotrebu energie zo siete.

**Lokálny zdroj** je výroba elektriny na vlastnú spotrebu odberateľa elektriny. Firmy si môžu pripojiť fotovoltickú elektráreň v režime tzv. lokálneho zdroja.

EU-POWER, s.r.o., e-mail: [info@eu-power.sk](mailto:info@eu-power.sk), tel. : +421 908 548 551, [www.eu-power.sk](http://www.eu-power.sk)



Krbové kachle s vysokou účinnosťou, ktoré sú príťažlivým doplnkom do každého interiéru

**Nízka spotreba dreva**

**Až 84% účinnosť spaľovania**

Externý prívod spaľovacieho vzduchu

Moderné ekologické ohniská

Široký sortiment krbových kachlí a sporákov

[www.thorma.sk](http://www.thorma.sk)

# Moderný krb

## *pre modernú domácnosť*

OHEŇ JE JEDNÝM ZO ZÁKLADNÝCH ŽIVLOV, KTORÝ BY STE PRE DOKONALÚ HARMÓNIU PRIESTORU MALI ZAKOMPONOVAŤ AJ DO VÁŠHO BÝVANIA. IDEÁLNE VO FORME KRBU, KTORÝ OČARÍ NIELEN VYŽARUJÚCIM TEPLOM, ALE AJ SVOJIM DIZAJNOM A EFEKTÍVNOSŤOU.





To, akú krbovú vložku si vyberiete, sa vo veľkom odrazí nielen na dizajne krbu, ale aj vzhľade miestnosti či množstve tepla, o ktoré sa krb postará. Aké máte teda možnosti?

### KRBOVÉ VLOŽKY NA ŽELANIE

Ak si myslíte, že pri rozhodovaní sa o krbe si veľa nenavyberáte, tieto riadky sú venované práve vám. Vo svete moderných krbov máte často problém vybrať si pre vás ten správny. Niekedy sa však práve dizajn krbu pričíní o to, že po ňom zatúžite. Moderný krb vo vašom interiéri prispeje k navodeniu príjemnej atmosféry a navyše, celý priestor počas chladných dní ohrejete príjemným teplom. Čelné krbové vložky predstavujú rokmi overenú klasiku. Ide o klasický krb umiestnený väčšinou v strede steny, na ktorý sa pozeráte ako na televízor. Často to tak aj naozaj je, pretože blikot ohňa nás láka, aby sme sa do krbu pozerali celé hodiny ako na dobrý film. Divadlo, ktoré rozohrajú plamene, už zlákalo mnohých. Ešte väčší komfort poskytujú obojstranné krbové vložky, ktoré prinesú teplo do vášho domova do dvoch miestností naraz, pričom tieto miestnosti sú oddelené stenou a každý, kto sa na krb pozerá, vidí plameň rovnako, v jednej i druhej izbe.

### ROZHODLI STE SA POSTAVIŤ KRB?

V prípade, že ste sa rozhodli pre krb, skúsený kachliar vám s radosťou odpovie na všetky otázky a poradí vám, aký druh krbu bude pre vás najvhodnejší. Niektorí si rád posedia pri krbe preto, že to má svoje čaro počas prvých chladných večerov, iní uprednostnia vykurovanie krbom, pretože ho možno vyjde oveľa výhodnejšie. Pri navrhovaní krbu sa bude teda zohľadňovať, či budete krbom vykurovať primárne, alebo či to bude len jedna z alternatív. Samozrejme, tam sa to nekončí.



### ODBORNÍK RADÍ

Či žijete v malom rodinnom dome, alebo si užívate rozľahlý priestor, výber medzi krbom a krbovou vložkou je naozaj široký. Rozhodovať sa môžete pre rôzne veľkosti a tvary krbov. Dôležitý je však výber skúseného kachliara, ktorý pri stavbe krbu dodržiava bezpečnostné parametre a používa certifikované kachliarske materiály. Vyhnite sa tak množstvu možných komplikácií v budúcnosti. Naši zákazníci uprednostňujú hlavne krby s hore-výsuvným mechanizmom otvárania. Dvierka krbovej vložky sa tak neotvárajú do priestoru, ale vysúvajú sa smerom hore. V tomto prípade treba dvojnásobne dbať na výber kvalitného výrobcu, aby boli dvierka tesné, konštrukčne robustné a zároveň estetické na pohľad.

Ing. Daniel Mičic, SVAROGUS,  
člen Cechu kachliarov  
a Komory kominárov Slovenska



výberom konkrétneho typu krbu. Hrubý obklad spôsobí pomalšie odvádzanie tepla z tela krbu a jeho zvýšenú teplotu vnútri. Štandardne sa ako obklad na krb používa keramika, žula, travertín, pieskovec, lícové tehly alebo žiarobetónové platne. Všetky obklady sú žiaruvzdorné a veľký efekt docielite napríklad aj tým, ak obklad z krbu použijete i inde v interiéri, dokonca aj v exteriéri. Moderne zariadené interiéry často ako obklad na krb využívajú aj oceľ a betón v rôznych farebných prevedeniach. Svoj vysnívaný krb si môžete nakonfigurovať na webstránke [www.SVAROGUS.sk](http://www.SVAROGUS.sk) presne podľa vašich predstáv. Vďaka jednoduchému konfigurátoru krbu získate cenovú ponuku s grafickým návrhom v priebehu niekoľkých minút.

Reko z materiálov SVAROGUS  
**Foto:** SVAROGUS

### AKÝ OBKLAD NA KRB ZVOLIŤ?

Okrem výberu krbovej vložky ovplyvní sálanie tepla aj obklad na krbe. Podľa toho, aký typ krbu ste si zvolili, vyberá sa aj hrúbka a druh obkladu. Lepiť ťažké druhy obkladu na slabšiu konštrukciu krbu by bol nezmysel, preto by ste si dizajn krbu mali ujasniť ešte pred





Bezpečný oheň pre Váš domov

 **UHT HYDRO**  
ekologický lak

[www.kobok.sk](http://www.kobok.sk)



## NECHAJTE SA ROZMAZNÁVAŤ S JACUZZI

Vírivky sa postupne stali cenovo dostupnejšie a už dávno nie sú len doménou liečebných a rehabilitačných zariadení. Zabývali sa aj v našich domovoch a už to nie je len o samotnom kúpeli, rehabilitácii, liečbe, ale o blahodarnom účinku pôsobenia perličkového kúpeľa, smerovaní vodného prúdu, uvoľnení, odpočinku a relaxácii.

**Vírivka Jacuzzi® J-335™** je navrhnutá tak, aby poskytovala relaxačnú a pritom stimulujúcu masáž. Ponúka dostatok miesta pre 5 – 6 dospelých osôb. Terapeutické sedadlo, sedacie kreslo a výkonné vodné trysky, vrátane 16 PowerPro FX trysiek, uvoľňujú napätie vo vašich svaloch a pomáhajú znížiť aj celkový stres. Systém LED ProLites osvetľuje vaše nohy, podhlavníky a dokonca aj držiaky na poháre.

**Vaňa JACUZZI® Arga** napodobňuje úprimné objatie alebo úplné ponorenie sa do tichého potoka, a to všetko pri hlbokom spojení s prírodou. Vďaka jemnému víreniu, ktoré vytvárajú vodné trysky s integrovaným svetelným efektom, tichej prevádzke a konštantnej teplote vody, sa zážitok stáva až multizmyslovým. Rôzne štýly inštalácie zaisťujú, že sa **JACUZZI® Arga** prispôbívá akémukoľvek prostrediu kúpeľne, zatiaľ čo dizajn ponúka teplý, oválny, upokojujúci tvar, navrhnutý tak, aby eliminoval vnímanie času a uspával kúpajúceho sa vírom vody s pridaním kúpeľových solí.

[www.kupelne-ptacek.sk](http://www.kupelne-ptacek.sk)



### HYDRATUJE, VYŽIVUJE, OSVIEŽUJE A CHRÁNÍ

**ABC Foot Cream** – krém na suché nohy je prirodzene antibakteriálny a svieži, s Bambuckým maslom, prémiovým **ABC Tea Tree olejom** a prírodnými zložkami na zvláčnenie suchej a poškodenej pokožky chodidiel a prstov. Zabezpečuje prirodzenú ochranu i hojenie, zanechá príjemný pocit čistoty a zdravia. Vďaka špecifickému zloženiu predchádza zapareniu, zápachu aj zatvrdnutiu kože.

Pre intenzívne ošetrovanie už praskajúcej pokožky piat odporúčame **ABC Krém** na päty. **100 % vegánsky**. Žiadajte v lekární alebo na uvedenej web stránke.

[www.liecivaZem.sk](http://www.liecivaZem.sk)

# INFOMIX

## NOVÝ DIZAJN PRODUKTOV VINCENTKY

Redizajn produktov a novú identitu značky predstavila akciová spoločnosť Vincentka počas Dňa otvorených dverí 28. 9. 2023 v Luhačovicích, pri príležitosti osláv 25. výročia jej vzniku. Ide o jeden z krokov, ako zlepšiť užívateľskú skúsenosť s produktmi a stať sa atraktívnou aj pre mladšiu generáciu zákazníkov. Krstným otcom, ktorý pomohol dizajn pokrstiť sa stal známy český herec Jaromír Hanzlík, pozvaný predsedom predstavenstva Janom Šumšalom. „Je to pre mňa naozaj veľká česť, že ma Šumšaloví požiadali, aby som prišiel pokrstiť nový dizajn ich produktov, pretože obaja páni majú môj veľký obdiv za to, čo dokázali vybudovať,“ povedal zúčastneným legendárny herec. „My ďakujeme páňovi Hanzlíkovi, že aj napriek nabitému programu naše pozvanie prijal, veľmi si to vážime. Za tých 25 rokov sme vyrobili vyše 100 mil. fliaš Vincentky, čo je úctyhodné číslo a veríme, že aj s týmto novým dizajnom sa nám podarí obdobné množstvo dostať medzi našich verných zákazníkov,“ povedal J. Šumšal. Organizátori dňa otvorených dverí prichystali bohatý program, prehliadku plniarne, projekciu krátkého dokumentu o histórii spoločnosti a výstavu fliaš, do ktorých sa Vincentka od roku 1820 plnila. Zároveň mohli Vincentku ochutnať v pôvodnej verzii, aj v tej odželeznenej.

[www.vincentka.cz](http://www.vincentka.cz)





## VIANOČNÝ STROMČEK Z HORNBACHU

V Hornbachu odštartovali predaj vianočných stromčekov, nielen v záhradách v projektových marketoch, ale ponúkajú aj možnosť zakúpenia vianočných stromčekov online. **Vianočné stromčeky Nordmann Gold** pochádzajú z produkcie certifikovaných závodov a sú pestované s ohľadom na zdravé životné prostredie. Zaoberať sa ich môžete jedine v Hornbachu, ktorý vám priblíži, aký je ich osud a čo všetko musia splniť, než sa dostanú do vašej obývačky. Prvým krokom k spoľahlivej logistike je bezchybný priebeh zberu. Za týmto účelom je potrebné skoordinať všetky pracovné sily, jednotlivé úlohy a časové možnosti tak, aby na seba plynulo nadväzovali. Napríklad je nutné zaistiť, aby doprava strojov k baleniu do siete a paletovacích strojov medzi jednotlivými plantážami prebiehala s čo najmenšou stratou. **Vianočné stromčeky Nordmann Gold** sa na predajniach Hornbach objavili už 15. novembra. Pravidelné dodávky do predajní budú pokračovať až takmer do Vianoc, čím sa zaručí garancia čerstvosti. Vianočné stromčeky aj napriek inflácii zoženie za rovnakú cenu ako minulý rok.

[www.hornbach.sk](http://www.hornbach.sk)



## NAŠA PLANÉTA PROSÍ O POMOC

Ako môžeme znížiť našu spotrebu energií? Stačí sa len zamyslieť nad tým, ako v domácnostiach spotrebujeme vodu. **Produktové riešenia GROHE** pomáhajú zákazníkom znížiť spotrebu vody a energie bez námahy a straty pohodlia. Deň prekročenia kapacity Zeme označuje dátum, kedy dopyt ľudstva po prírodných zdrojoch prekročí množstvo, ktoré je Zem schopná obnoviť za jeden rok. To znamená, že aktuálne žijeme celých päť mesiacov na dlh a stále viac vyčerpávame naše prírodné zdroje. Táto alarmujúca skutočnosť vyžaduje naliehavé opatrenia na zníženie našej ekologickej stopy a tým zachovanie planéty pre budúce generácie. A nemusí to byť vôbec zložitá ani nákladná. Stačia jednoduché zmeny v našom každodennom správaní a používaní nových inovatívnych technológií. **GROHE** ako jedna z popredných svetových značiek kompletných kúpeľňových riešení a kuchynského vybavenia, si dala za cieľ vyvíjať riešenia na úsporu vody, ktoré umožnia každému prispieť k úsiliu o zníženie spotreby vody a elektrickej energie. Spoločnosť **GROHE** tak chce hrať priekopnícku rolu vo vývoji udržateľných riešení, ktoré zmenia spôsob využívania prírodných zdrojov v kuchyniach a kúpeľniach. Vďaka tomuto záväzku šetriť vodou a energiou či oddanosťou technologickým inováciám chce značka aj naďalej raziť cestu k **#MoveTheDate**.



## TEN NAJLEPŠÍ RELAX V POHODLÍ VÁŠHO DOMOVA

Najväčší výrobca luxusných víriviek z Kalifornie prináša najvyššej kategórii úplne novú kolekciu **Highlife® 2023**, ktorá je teraz ešte lepšia. **Kolekcia Highlife® 2023** zvyšuje úroveň toho, čím vírivka môže byť a ponúka jedinečné technológie a služby:

- » **Moto-massage DX** – exkluzívna masáž chrbtice, svetový patent – 2 pohyblivé trysky.
- » **Freshwater™** – solný systém pre jemnú dezinfekciu a čistú vodu po celý rok
- » **Profesionálna masáž** – každé sedenie má inú masáž – navrhnuté s fyzioterapeutmi.
- » **Energy smart®** – najnižšia energetická náročnosť použitím hi-tech technológií.
- » **Filtrácia** – jedinečné keramické filtre s dlhou životnosťou.
- » **Bezhluchné 38 W čerpadlo** s min. spotrebou – 24-hodinová filtrácia.
- » **No fault heater** – ohrevné teleso s titánovým povrchom a 5-ročnou zárukou.
- » **Dostupnosť náhradných dielov 20 rokov** po ukončení modelovej rady.  
Záruka – 7 rokov proti tečeniu plášťa, 5 rokov na čerpadlá, ohrev a trubky, 2 roky na elektroniku a termokryt.

Navštívte nás v našich showroomoch:

**Wellness World**, Stará Vajnorská 37, Bratislava

**Wellness World**, Letná 40, Košice.

[wellness-world.sk](http://wellness-world.sk), [hotspring.sk](http://hotspring.sk)



# Domáce SPA

## krok za krokom

STRES A ÚNAVA SÚ ROZHODNE VEĽKÝM NEPRIATEĽOM POHODY. BUĎTE K SEBE POČAS TEJTO UPONÁHLANEJ DOBY LÁSKAVÍ A ODMEŇTE SA PO NÁROČNOM VÝKONE, ČI ŤAŽKOM DNI V PRÁCI HÝČKANÍM. ŽE NEVIETE, AKO NA TO? NESTÍHATE A NEMÁTE KEDY? NEVADÍ, DÁ SA TO AJ Z DOMU A JE TO VEĽMI JEDNODUCHÉ.



So šikovnými pomocníkmi si vytvoríte svoj vlastný wellness aj u vás, v pohodlí domova, doslova v pár krokoch. A ten výsledok bude rozhodne stáť za to.

### KÚPEĽŇA – VYTVORTE SI SVOJU OÁZU POKOJA

Toto je vaše kráľovstvo. Ak vo vašej domácnosti máte vaňu, vyhrali ste! Niet lepšieho miesta na relax. Pri slovách „domáci wellness“ si práve väčšina ľudí vybaví horúcu vaňu plnú bubliniek v prítomí sviečok, s príjemnou hudbou alebo pohárom vína. Nech už sú vaše predstavy akékoľvek, základom je výber dostatočne veľkej a správne tvarovanej vane, ktorá poskytuje pohodlie.

Samostatne stojaca vaňa z kolekcie Palomba poskytuje maximálny komfort nielen vďaka oválnemu tvaru, ale aj predĺženej zadnej časti s oporou chrbta, všetky svaly teda môžete nechať relaxovať a užívať si horúci kúpeľ. Vaše zmysly budú rozmaznávané vďaka materiálu SENTEC. Aj napriek tenkým hranám odolá vaňa poškrabaniu aj pri dlhodobom používaní.

Voľne stojaca vaňa z kolekcie IlBagno-Alessi ponúka veľké množstvo priestoru a je príjemná na dotyk. Upúta špecifickým oválnym tvarom perfektne ladiacim s umývadlami tohto radu. Je vyrobená z minerálneho kompozitu Sentec so



Laufen, kolekcia Palomba





Laufen, kolekcia IlBagnoAlessi

zmyselným zamatovým povrchom, ktorý sa skvele hodí pre dlhý regeneračný kúpeľ.

Dizajnér Stefano Giovannoni pretvoril ikonické umývadlo tejto kolekcie do novej podoby. Podlhovastý organický tvar je pri využití materiálu Saphirkeramik zdôraznený ľahkým a tenkým profilom. Po novom sú navyše nielen umývadlá, ale aj ostatné keramické diely k dispozícii v matnej bielej, čiernej alebo kávovej farbe.

### ČARO SPRCHOVÉHO KÚTU

Pokiaľ máte k dispozícii len sprchový kút, nezúfajte. Vďaka moderným možnostiam a trendom viete efektívne relaxovať aj v stoji.

Príkladom môže byť nástenná sprchová batéria Cityplus v podobe sprchového stĺpu. Je vybavená efektom tropického dažďa a poskytuje perfektný zážitok zo sprchy. Sprchový stĺp je okrem hlavy doplnený o sprchovú syntetickú hadicu v dĺžke 1,5 metra a ručnú sprchu MyCity120 s tromi druhmi prúdov. Batéria je termostatická, nastavenie preferovanej teploty vody je preto okamžité. Sprchový stĺp je vyrobený v nadčasovom chrómovom prevedení. Zmyselná vôňa mydla a teplo z pary sa postarajú o relax aj v tejto situácii.

### PRAKTICKÉ DOPLNKY

Pre dokonalý oddych je potrebné odstrániť všetky rušivé elementy. Preto myslite aj na praktické doplnky, vďaka ktorým bude mať každá potrebná vec v kúpeľni svoje miesto. Do dekoračnej misy v ne-tradičnom prevedení odložíte menšie osušky na tvár či vatové tampóny. Príkladom je tiež úložný kôš, do ktorého môžete odkladať použitú alebo čistú bielizeň. Vďaka nemu si udržíte v kúpeľni stály poriadok a priestor. Ak sa držíte



Laufen, kolekcia IlBagnoAlessi



Laufen, kolekcia IlBagnoAlessi



Laufen, Cityplus

Dekoračná misa, KiK



Úložný kôš, KiK



Osušky, ASKO-NÁBYTOK

v jednej farebnej línii, nebojte sa trochu experimentovať napríklad s farbami na osuškách. Pri tmavých, ale aj svetlých tónoch kúpeľne skvele vyniknú rôzne odtiene zelenej, ktorá tiež dominuje v trendoch bývania.

### POCIT HARMÓNIE

K oáze pokoja patrí bezpochyby tlmené svetlo a príjemné vône bylín či kvetov. Túto atmosféru vytvoria vkusné svietniky so sviečkami, ktoré môžete porozkladať na každé voľné miesto. Pre



Dekoračná váza,  
KiK,

Svietnik, KiK

Sviečka vanilka,  
ASKO-NÁBYTOK



Taburet, KiK



Odkladací stolík,  
Eindhoven, AS-  
KO-NÁBYTOK



Dekoračný tanier, KiK,

väčšiu bezpečnosť a komfort použite sviečku v skle. Pri výbere sa pokojne môžete pohrať s fantáziou a ozvláštniť tak tmavé i svetlé priestory farebnými sklami svietnikov. Z vôní môžete siahnuť aj po vanilke, ktorá navodzuje pocit pohody a uvoľňuje psychické napätie, podporuje duševnú aktivitu a dodáva energiu. Ak chcete kúpeľni dodať glanc, nič nepokazíte ani bielu dekoratívnou vázou, ktorú ľahko zladíte k iným farbám a štýlom.

### NIELN KÚPEĽ

Wellness oáza si vyžaduje dostatok odkladacieho priestoru nielen na osušky, uteráky a hygienické potreby, ale aj knižku, tablet alebo napríklad pohárik šampanského. A ak ste si práve položili otázku, kam s tým, aj na to máme odpoveď. Ideálnym riešením je mobilný odkladací stolík alebo stolička, alternatívou môžu byť prakticky rozmiestnené regály, prípadne poličky. Štýlovým kúskom je aj originálny dekoratívny tanier. Môžete naň umiestniť napríklad menší črepník s obľúbenou rastlinkou, vonné tyčinky alebo naaranžovať dekorácie podľa seba, ktoré vám počas kúpeľa budú robiť radosť.

### ŠKANDINÁVSKY PRÍSTUP HYGGE

Upokojujúce prostredie prináša HYGGE. Ak máte naopak radi jednoduché čisté línie, moderné dizajnové kúsky a prírodné materiály, potom sa vám iste zapáči škandinávsky štýl, ktorý sa v posledných rokoch teší obzvlášť veľkej popularite. A niet divu – interiér naplní ľahkosťou, vzdušnosťou, ale zároveň pôsobí tiež veľmi útulne. HYGGE štýl vie byť krásny aj praktický, a preto je vyhľadávaným dizajnom pre moderné kúpeľne.

### KÚPEĽŇOVÝ NÁBYTOK

Príkladom môže byť napríklad kúpeľňová zostava South. Kombinuje matné biele plochy s dubom riviera, ktorý je použitý na vrchných doskách skriniek, úchytkách a nožičkách, ktoré sú inšpirované retro nábytkom zo 60. a 70. rokov. Skvele zapadne do minimalistickej kúpeľne a s jemnými doplnkami potom vytvorí pravý „hygge“ nádech. Škandinávská kúpeľňa pôsobí veľmi harmonicky a je v pravom slova zmysle – nadčasová. Na neutrálnom pozadí kúpeľne navyše skvele vyniknú všetky doplnky.



Zostava South, ASKO-NÁBYTOK

### ČO JE DÔLEŽITÉ NA VYTVORENIE DOMÁCEHO SPA?

- 1. Upokojujúca paleta farieb** – krásne zariadená kúpeľňa a prostredie v prirodzených farbách vám pomôžu uvoľniť sa. Skúste staviť na bielu, béžovú, odtiene sivej a prírodné drevo.
- 2. Usporiadany priestor** – najlepšie pomocou úložných košov, organizérov či táco. Vyhnite sa tak dojmu neporiadku, ktorý relaxu v kúpeľni neprospejeva.
- 3. Výber doplnkov** – relax miluje minimalizmus, preto sa pri výbere doplnkov zamerajte na jednoduché formy a surové povrchy.
- 4. Relaxačné osvetlenie** – mihotajúce svetlo sviečok a lampáše vám pomôžu zrelaxovať sa. Pri vytváraní domáceho SPA zabudnite na stropné osvetlenie.
- 5. Rituály a vône SPA** – tu vám pomôže výber kvalitnej kozmetiky, vďaka ktorej to bude pre vás a vaše telo skutočný pôžitok. Pre príjemnú vôňu po celý čas zas stavte na vonné sviečky či aróma-difúzor.

Reko

Foto: archív firiem a redakcie



Neváhajte s rezerváciou,  
máme posledné voľné miesta.

Akcia platí od 20.11.2023  
do 29.02.2024

# ČAROVNÁ ZIMA

FIRST MOMENT



Ideálny pobyt pre  
zaneprázdnených,  
ktorí potrebujú  
načerpať novú  
energiiu.

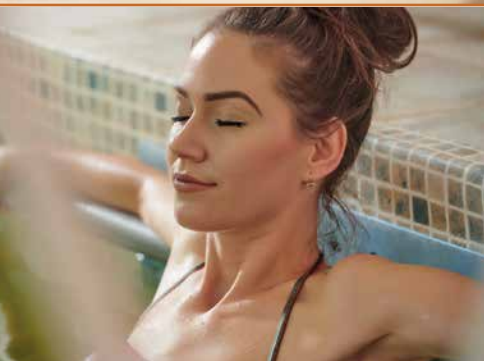
**SAMOPLATCI**

**65€ OS./NOC**



**KÚPEĽNÁ LIEČBA A**



**BEZ DOPLATKU**



**KÚPEĽNÁ LIEČBA B**

**ECONOMY: 19€ / RETRO: 22€  
ŠTANDARD: 25€**

Kontakt: 045/544 3794, 0918 828 684, 0917 475 490  
e-mail: [raler@kuperelias.sk](mailto:raler@kuperelias.sk)

  [kuperelias](https://www.kuperelias.sk)  
[www.kuperelias.sk](http://www.kuperelias.sk)

 **KÚPELE SLIAC**

# Zelená kúpeľňa

*Ekologické produkty, ktoré zmenia váš denný rituál*

MODERNÚ KÚPEĽŇU NETVORÍ LEN NADČASOVÝ DIZAJN, ALE AJ PRODUKTY, KTORÉ SÚ PRIATEĽSKÉ K ŽIVOTNÉMU PROSTREDIU. SPRÁVNE VYBAVENIE KÚPEĽNE MÔŽE VÝRAZNE PRISPIEŤ K UDRŽATEĽNEJŠIEMU DOMOVU. EKOLOGICKÉ ALTERNATÍVY PRITOM NESTRÁCAJÚ NA SVOJEJ FUNKČNOSTI A KRÁSE. PRÁVE NAOPAK! OBJAVTE PRODUKTY, KTORÉ CHRÁNI A ŽIVOTNÉ PROSTREDIE, NO ZÁROVEŇ VAŠEJ KÚPEĽNI DODAJÚ SKUTOČNE VÝNIMOČNÝ CVENG SÚČASNOSTI.

V dnešnej dobe sú ekologické témy a ochrana prírody naozaj dôležité a ani pri zariaďovaní kúpeľne by sme na ne nemali zabúdať.

Batérie, LED zrkadlá, nábytok alebo aj keramické umývadlo – to všetko pre vašu zelenú kúpeľňu. Presvedčte sa o výhodách v článku a zoznámte sa s kvalitami slovenskej značky Lotosan.







## BATÉRIE – V HLAVNEJ ÚLOHE PERLÁTOR

Umývadlové, vaňové, sprchové alebo aj bidetové batérie s perlátorom na konci výtokového ramena vytvárajú rovnomerný a jemnejší prúd vody. Vďaka vzduchu, ktorým je voda obohatená, je prúd vody aj podstatne jemnejší a zabraňuje nežiadúcemu striekaniu vody mimo umývadla, vane alebo sprchy. Nejde len o zvýšený komfort počas umývania, ale aj o efektívne šetrenie vody a celkových energií v domácnosti. Vyhľadávanými sú aj výkyvné perlátory alebo perlátory so systémom proti usádzaniu vodného kameňa.

Perlátor nie je však jedinou zložkou, ktorú by mala moderná batéria obsahovať. Trendom sú aj ekologické prietoky, ktoré rovnako automaticky znižujú prietok vody či kvalitné keramické kartuše. Samotná keramika nie je len prijateľnou voľbou pre životné prostredie, ale vydrží podstatne dlhšie ako iné materiály. Takto vybavené batérie teda spĺňajú všetky parametre modernej doby a vďaka rôznym farebným prevedeniam



(chróm, čierna, zlatá, meď, rose gold) perfektne zapadnú do každej kúpeľne.

## LED ZRKADLÁ – KÚPA, KTORÁ PRINÁŠA VÝHODY

Zrkadlá s LED osvetlením poskytujú prirodzené neoslňujúce svetlo, ktoré môže byť bez prestávky zapnuté aj niekoľko hodín. Ako je to možné? LED technológia povrch zrkadla ohrieva pomalšie a preto je vhodné aj do domácnosti s deťmi alebo domácimi miláčikmi. LED osvetlenie však dokáže aj výrazne ovplyvniť celkovú spotrebu energií a dosahuje i vyššiu životnosť v porovnaní s klasickými žiarovkami. Proces elektroluminiscencia, ktorým diódy vytvárajú svetlo, potrebuje oveľa menej energie. Výrazne dlhá životnosť prináša eliminovanie CO2 emisií a úsporu materiálu potrebného pre ich výrobu. Zrkadlá s LED osvetlením sú preto prijateľnou ekologickou voľbou, ktorá nešetrí len prírodu, ale aj naše financie.

## NÁBYTOK – UDRŽATEĽNÝ DIZAJN

Ani prírodné materiály alebo štruktúry by rozhodne v našich interiéroch nemali

chýbať. Takýto nábytok aj z prázdneho a minimalistického priestoru dokáže vyčarovať skutočné teplo domova. Výber nábytku, predovšetkým do kúpeľní, by sa však rozhodne nemal podceňovať. Vhodne upravený povrch odolný voči vlhkosti výrazne prispieva k dĺžke životnosti daného kúska a pri správnej starostlivosti môže jedna kúpeľňová skrinka vydržať aj niekoľko generácií. Nábytok Lotosan, vyrobený najmodernejšími technológiami, ktoré šetria vodné zdroje, je nielen kvalitný, ale so svojim dizajnom prináša i množstvo zaujímavých kombinácií pre malé bytové či veľké domové kúpeľne.

## KERAMICKÉ UMÝVADLÁ – NESTARNÚCA EKO KLASIKA

Krásne keramické umývadlo je dominantou každej kúpeľne. Aj keď samotnú keramiku poznáme už tisíce rokov, len málokto vie, že tento úžasný materiál je aj skutočne ekologický a priateľský k životnému prostrediu. Produkty z keramiky neobsahujú plasty, sú 100 % recyklovateľné, nie sú horľavé a sú odolné aj voči silným čistiacim prostriedkom. Jednoducho kvalita, ktorá dokáže splniť všetky vaše potreby.

**TIP:** Doplňte tvarom i farbou jedinečné keramické umývadlá o štýlové moderné dosky pod umývadlo z jedinečného materiálu LOTOSTONE. Jeho hlavnú zložku tvorí prírodný kameň (96 – 97 %) s prímесou výlučne prírodných živíc (3 – 4 %). Všetky dosky z tohto materiálu tak disponujú mechanickými aj estetickými vlastnosťami. Dostupné sú v rôznych farbách od čiernej až po smaragd alebo coral a v textúrach ako napríklad terazzo.

Moderný kúpeľňový sortiment spája udržateľnosť aj estetiku. Dizajn v súlade s prírodou nie je výstrednosť. Ide o čoraz častejšie žiadané spojenie, ktoré domov doplní o kvalitu, no zároveň prispeje k čistejšej planéte. Neváhajte a nechajte si poradiť u autorizovaných predajcov slovenskej značky Lotosan. Zelená kúpeľňa je to pravé riešenie.

Reko z materiálov LOTOSAN  
Foto: LOTOSAN

# Sauna, bublinky či hydromasáž?

## Vyberte si ideálnu relaxáciu vo vašom wellness

**BUBLINKOVÁ VÍRIVKA ČI SAUNA? PRESKÚMAJTE PRAKTICKOSŤ, LIEČIVÉ ÚČINKY A DETAILS KAŽDEJ MOŽNOSTI, ABY SA VAŠE ÚTOČISKO STALO OÁZOU RELAXU PRISPÔSOBENOU VAŠIM PREFERENCIÁM.**

V posledných rokoch si koncept zameraný na wellness získal obrovskú popularitu. Je to aj preto, že vírivé vane a domáce sauny sa stali cenovo dostupné, a jednoducho zabudovateľné aj v interiéroch bytov a domov.

### AKÉ MOŽNOSTI EXISTUJÚ?

Domáce sauny a vírivé vane ponúkajú nespočetné možnosti, ktoré vyhovujú rôznym preferenciám. „Široký sortiment umožňuje zriadiť si súkromné spa odhliadnuc od toho, či žijete v rodinnom dome alebo byte. Najdôležitejšie je dobre zvážiť, aké funkcie od zariadenia očakávate a na základe vašich predstáv vybrať najvhodnejšie riešenie. Ak sa neviete rozhodnúť, nechajte si poradiť odborníkmi,“ hovorí Marcela Bínová, odborníčka z oddelenia sáun v projektovom markete Hornbach.

#### • SAUNY

**Tradičné (suché) sauny:** Na výrobu tepla používajú rozžeravené kamene, ktoré vytvárajú intenzívny zážitok zo suchého tepla. Často majú drevený interiér, ktorý vytvára autentickú atmosféru sauny.

**Parné sauny:** Na rozdiel od tradičných sáun sa parná sauna spolieha na generátor pary, ktorá je často nasýtená rôznymi aromatickými zložkami či soľami. Ich výstavba je náročnejšia, čím vyžadujú vyššiu finančnú investíciu.

**Infračervené sauny:** Tieto sauny využívajú infračervené ohrievače a vyžarujú sálavé teplo, ktoré telo priamo absorbuje. Sú známe tým, že podporujú detoxikáciu a poskytujú jemnejší a pohodlnejší zážitok v porovnaní s tradičnými saunami.

#### **Kombinované sauny:**

V kombinovaných saunách sa spájajú výhody tradičných, parných aj infračervených sáun. Umožňujú viaceré spôsoby ohrevu.



**Prenosné sauny:** Prenosné sauny sú navrhnuté tak, aby boli flexibilné a šetrili miesto. Sú k dispozícii od skladacích stanov až po kompaktné infračervené sauny, vďaka čomu sú vhodné do bytov a malých domov.

#### • VÍRIVKY

**Vstavané vane:** Dokonale zapadnú do kúpeľne. Často sú vybavené nastaviateľnými tryskami, ktoré umožňujú používateľom prispôsobiť intenzitu masáže. Voľne stojace vane: Tieto vírivky poskytujú flexibilitu pri umiestnení, pretože si nevyžadujú pevnú konštrukciu. Možno ich tak umiestniť kdekoľvek a vytvoriť štýlový ústredný prvok.

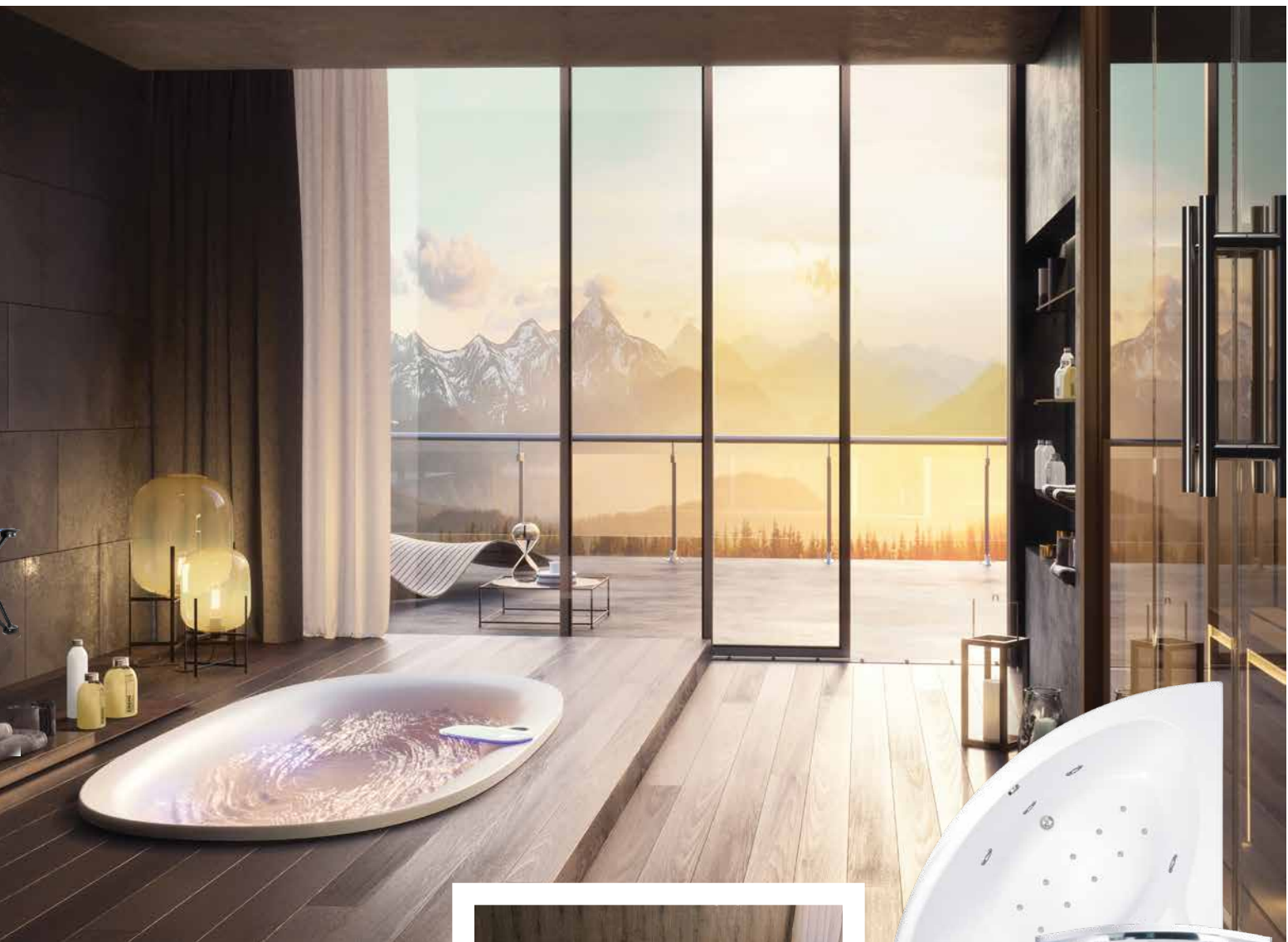
**Nafukovacie vírivky:** Sú ideálne pre tých, ktorí majú obmedzený priestor alebo obmedzený rozpočet, ľahko sa nastavujú a sú prenosné. Napriek tomu poskytujú relaxačný zážitok z hydroterapiu.

#### **Hydromasážne panely a sprchové hlavice:**

Ide o vynikajúce riešenie pri obmedzených priestoroch alebo pre tých, ktorí preferujú sprchu. Sprchové hlavice aktivujú rôzne zmyslové zážitky pomocou nastavení, ako je dážď, vodopád, vodný stĺpec alebo rozprašovač.







Hydromasážne panely zas namontujete do vstavaných sprchových kútov zakrytím nástenných vodovodných prípojk.

### NA ČO PRI VÝBERE MYSLIEŤ

Okrem typu zariadenia ďalej záleží aj na veľkosti a požadovanej kapacite. „Čo sa týka víriviek, na trhu dnes nájdete modely s rôznou kapacitou. Od malých pre jednu osobu až po veľké modely vhodné pre osem osôb. Sauny na domáce použitie sú spravidla k dispozícii pre 1 až 4 osoby. Cenový rozdiel pri saune pre jednu a dve osoby nie je markantný, a preto ak vám to priestor umožní, siahnite rovno po saune pre dvoch,“ radí Marcela Bínovská.

Výber materiálu je rozhodujúci najmä v prípade sáun, kde môže typ dreva ovplyvniť udržiavanie tepla, odolnosť a estetiku. Medzi najčastejšie používané drevá patrí kanadský jedľovec, severský smrek, červený céder, osika či jelša.



Drevené imitácie predstavujú najlacnejší materiál, ktorý však nemá dostatočné izolačné vlastnosti ani potrebnú odolnosť. Funkcie zvoleného zariadenia by mali byť v súlade s osobnými preferenciami, od nastaviteľných prúdov vo vírivkách až po prispôsobiteľné ovládanie teploty v saunách. Okrem toho treba pri výbere dbať aj na jednoduchosť údržby a energetická účinnosť. „Vždy dávajte prednosť kvalitným materiálom, aby ste zabezpečili dlhú životnosť, nízke prevádzkové náklady a predišli zbytočným problémom. Správny





*výber závisí aj od individuálnych požiadaviek a dostupného rozpočtu,“ hovorí odborníčka.*

### **AKO JE TO S NÁKLADMI A SERVISOM?**

*Výška prevádzkových nákladov a technický servis je neoddeliteľnou súčasťou zabezpečenia optimálneho výkonu a dlhej životnosti sauny. „Infrasauny vynikajú nižšou priemernou spotrebou, vďaka čomu sú v porovnaní s tradičnými suchými saunami cenovo výhodnou voľbou. Podobne, pokiaľ ide o vŕivky, investícia do kvalitnejších modelov často znamená nižšiu spotrebu energie a dlhšiu životnosť. Pokiaľ ide o servis, úroveň podpory sa môže líšiť podľa výrobcu. Prémiové modely často zahŕňajú výhody, ako sú bezplatní servisní technici a ľahko dostupné náhradné diely,“ vysvetľuje odborníčka.*

### **DOKONALOSŤ JE O DETAILOCH**

*Premena kúpeľne na domáce wellness centrum nespočíva iba v nákupe pohodlnej vane ale zahŕňa premyslenú organizáciu a strategické umiestnenie prvkov, ktoré dotvoria pokojnú atmosféru.*

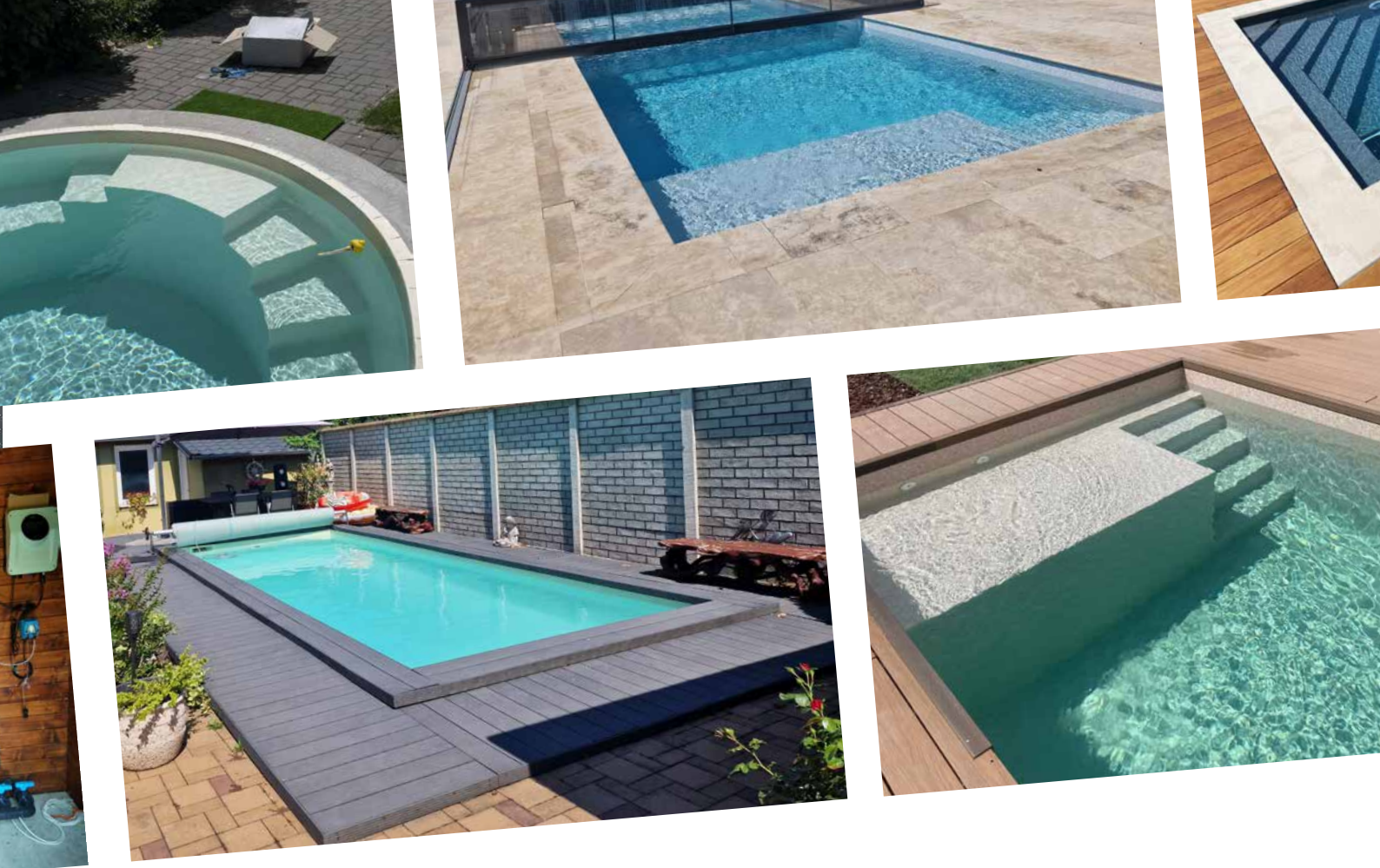
*Zväzťe zakomponovanie upokojujúcich farieb a jemného osvetlenia, aby ste ešte viac umocnili kúpeľného ducha. Rastliny alebo difuzéry esenciálnych olejov vnesú do priestoru dotyk prírody, ktorý poteší nielen oči, ale aj dušu.*

*Pred zariaďovaním je potrebné starostlivo zvážiť aj materiály a textúry, ktoré sú kľúčovým vizuálnym prvkom vo wellness centrách. „Voľba elegantného prírodného kameňa alebo teplého dreva vnesie do každej kúpeľne esenciálne prvky útulnosti a bezchybnej estetiky. Vzhľadom na absorpčnú povahu týchto prírodných materiálov je ale nevyhnutné realizovať poctivú impregnáciu a správne ošetrovanie,“ zdôrazňuje význam kvalitnej impregnácie Marcela Bínová z Hornbachu.*

Reko

**Foto:** archív firiem a redakcie





- VÝSTELKA BAZÉNOV FÓLIOU ALKORPLAN 2000 ◀
- MONTÁŽ ÚPRAVNÍ BAZÉNOVÝCH VÔD ◀
- REALIZÁCIA RODINNÝCH, HOTELOVÝCH BAZÉNOV, PLAVÁRNI ◀
  - SERVIS A ÚDRŽBA BAZÉNOV ◀
- PREDAJ BAZÉNOVEJ CHÉMIE, PRÍSLUŠENSTVA ◀
  - REKONŠTRUKCIA BAZÉNOV ◀

# Na atmosfére záleží!

## Doprajte si zimu plnú relaxu a zdravia

ZIMA JE OBDOBÍM, KEDY TRÁVIME MNOŽSTVO ČASU V INTERIÉRI. DNI SÚ OVEĽA KRATŠIE A MÁLOKEDY V NICH NACHÁDZAME PRIESTOR PRE AKTÍVNY ČI PASÍVNY ODDYCH V EXTERIÉRI. PRE NAŠU VNÚTORNÚ POHODU JE O TO DÔLEŽITEJŠIE DOPRIAŤ SI ÚNIK, KTORÝ REŠTARTUJE. VYUŽITE OBDOBIE OBDAROVANIA, SPOLOČENSKÝCH STRETNUTÍ, LAHODNÝCH GASTRONOMICKÝCH ZÁŽITKOV A V NEPOSLEDNOM RADE AJ PRÍLEŽITOSTÍ PRE NOVÉ PREDSAVZATIA ČI ZAČIATKY. OBJAVTE ZVÝHODNENÉ POBYTY V KÚPEĽOCH SLIAČ PLNÉ ZDRAVIA A INŠPIRÁCIE, KTORÉ VÁS REŠTARTUJÚ A DO NOVÝCH OBDOBÍ DOKONALE NALADIA.



nácia. V kúpeľnom prostredí budete mať príležitosť zrealizovať kopu vysnívaných aktivít a vychutnať si romantiku zimy v prostredí, ktoré lieči a inšpiruje.

### ČAS, KTORÝ ZAHREJE

Kúpeľné procedúry plné tepla zahrejú tak, aby ste po kúpeľnej liečbe odchádzali oddychnutí a zregenerovaní. Kúpeľné prostredie vytvára miesto, kde môžete vnímať svoje telo aktívnejšie a prítomnejšie. Objavte ponuku aj pre náročnejších návštevníkov, ktorí preferujú pestrú procedúr, ktoré im a ich organizmu vyhovujú. Nájdite si aj vy svoj vyvážený rytmus a vyberte si z masáží, ktoré vás spomalia, zahrejú a dosýta naštartujú. Nahliadnite aj na novinky v kúpeľnej ponuke. Medová masáž je luxusná procedúra, ktorú terapeuti využívajú na upokojenie tela a mysle. Med dopĺňa svalom potrebné minerály a naštartuje spaľovanie tukov. Aroma masáž je vhodná najmä pri bolestiach chrbta a celého tela, ktoré vznikajú následkom každodenného preťaženia a stresovania organizmu. Masáž pomôže pri uvoľnení tela, svalov, mysle, intenzívne pôsobí proti stresu, depresii a má upokojujúci účinok.



Kúpele Sliač vytvárajú zázemie prvotriednym procedúram, pútavým podujatiam, priateľským stretnutiam a pestrým aktivitám v prírode. Stále rozširujúca sa ponuka a novinky v procedúrach lákajú klientov nielen z blízka, ale aj z ďaleka. Zo slovenských kúpeľov priamo v lone prírody sa stáva moderná a čoraz vyhládavanejšia desti-



### UNIKÁT NA DOSAH RUKY

Kúpele Sliač ako jediné na Slovensku využívajú na liečbu unikátny prírodný žriedlový plyn, ktorého prevažnú časť tvorí oxid uhličitý. Vzhľadom na obsah CO<sub>2</sub> a inertných plynov je tento prírodný žriedlový plyn lekárske veľmi cenený. Jeho vplyv na organizmus je bezkon-





kurenčný a pacienti môžu pociťovať jeho priaznivé účinky už počas pobytu. Objavte silu kúpeľného prameňa na Sliači. Investujte do objavovania regiónov, ich pokladov a prírodných krás. Ľudský potenciál, pohoda a pestrá ponuka pobytov na mieru aj pre časovo vyťažených vytvorí príležitosť dosýtenia síl a posilnenia zdravia.

### UBYTOVANIE V TRADIČNOM KÚPEĽNOM ŠTÝLE

V ikonickom areáli kúpeľov vás už na pohľad očarí Kúpeľný hotel Palace\*\*\*. Hotel je rovnako ako park vyhlásený za národnú kultúrnu pamiatku, ktorá vás už pri vstupe uvíta nezameniteľnou eleganciou architektúry funkcionalizmu a očarí svojou dobovou atmosférou. Ubytovanie poskytujú Kúpele Sliač v hotelových izbách viacerých štandardov, ktoré v nedávnej dobe prešli modernizáciou.

### OKU AJ ZDRAVIU LAHODIACE STRAVOVANIE

Strava je taktiež dôležitou súčasťou kúpeľného pobytu, a práve preto sa na



ňu kladie veľký dôraz. Pestrú celodennú stravu zabezpečujú gastro špecialisti kúpeľov formou bufetov, prípadne prostredníctvom servírovanej stravy v závislosti od typu pobytu. Reštaurácia a kaviareň Palace Galéria ulahodí nielen vašim chuťovým pohárikom, ale aj vášmu umeleckému vnímaniu. Umiestnili sme tu výstavu unikátnych historických obrazov a pokiaľ váš zrak spočíva na výtvarnom umení, váš apetít uspokojí ponuka bufetu v štýle „jedz, koľko vládzeš“. Po prechádzke na čerstvom vzduchu sa posilníte v ikonickej kúpeľnej kaviarni Palace Club, ktorá ponúka domáce, vždy čerstvé, koláče, chutné bagety, lahodné nátierky a bohatý výber nápojov.



### NAJVZÁCNEJŠÍ DAR

Darujte si pri príležitosti obdobia obdarovania a predsavzatí ten najvzácnejší dar – čas a zdravie. Vychutajte si kúpeľnú atmosféru zimy s priateľmi, víkendový únik s blízkymi alebo pobyt plný zdravia počas intenzívnejšej kúpeľnej liečby ako samoplatca. Využite ponuku ČAROVNÁ ZIMA alebo darčekový poukaz a vychutajte si pobyt v lone zimnej prírody, ktorý vás dokonale reštartuje.

Reko z materiálov Kúpele Sliač  
Foto: Kúpele Sliač

# Intímny a originálny ženský priestor pre dokonalý relax



VOĽAKEDY BÝVALI V BOHATÝCH DOMOCH DÁMSKE A PÁNSKE SALÓNY. PO SPOLOČNEJ VEČERI SA MUŽI POBRALI DO FAJČIARSKEHO SALÓNU NA POHÁRIK A DEBATU A DÁMY ZAS DO KOMNÁT, KDE SA MOHLI VENOVAŤ HUDBE ČI RUČNÝM PRÁCAM. SAMOZREJME, ZAVÁŇA TO ISTOU DISKRIMINÁCIU, ALE KEĎ TROŠKU POOTOČÍME OPTIKU, ZISTÍME, ŽE VÝSOSTNE ŽENSKÝ PRIESTOR MÔŽE BYŤ NA NEZAPLATENIE.

Nechceme vracat staré časy a ani vytvárať dámske a pánske salóny v moderných rodinných domoch. Nadchla nás však predstava originálneho útočiska pre ženu. Priestoru, ktorý je iba jej, kde môže relaxovať, rozjímať, tvoriť, cvičiť, pracovať alebo preberať radosti a starosti života s kamarátkou.

„Takým priestorom sa môže stať záhradný domček,“ potvrdil nám Marek Choleva, odborník na montované záhradné stavby zo spoločnosti GARDEON. „Nijako neuberie z priestoru v interiéri a ten kúsok



*dvora, ktorý je na montovaný záhradný domček potrebný, určite chýbať nebude. Naopak, naše skúsenosti hovoria o tom, že ak je dobre vymyslený a dobre urobený, perfektne zapadne do exteriéru a užívanie záhrady je ešte radostnejšie.“*

## **MODERNÝ BUDOÁR**

Ktorá žena by nechcela mať skutočný priestor iba pre seba, svoj vlastný „budoár“?! Nemusi v ňom mať šatník ako v minulosti, no úžasná pohovka, na ktorej sa dá ležosiť, čítať, počúvať podcasty, piť čaj alebo víno, taká sa určite hodí. Predstava útulného intímneho priestoru je lákavá, trochu ju však ruší slovo montovaný. Technik Rastislav Matuška z GARDEONU nás upokojil: „Montovanie je iba spôsob, akým je postavený. Jednotlivé diely do seba presne zapadnú ako skladačka, všetko je hotové za jediný deň bez neporiadku a stavebných prác. Exteriér však môže mať takú úpravu, že je na nerozoznanie od skutočnej stavby. Okná, dvere, kúrenie, strešné okno, všetko si v ňom žena môže napláňovať podľa svojich predstáv a potrieb.“

Naozaj krásna predstava, mať niekoľko metrov štvorcových zariadených bez kompromisov, iba podľa svojich želaní. Vstup do záhradného domčeka môže, ale aj nemusí byť povolený ostatným členom rodiny. A možno sa z neho z času na čas stane miesto na spalenie intímneho partnerského života.

## **ŽENSKÝ PRIESTOR**

Kým vonkajšie prevedenie záhradného domčeka by malo ladiť s exteriérom stavby a so záhradou, interiér si môžete zladíť do farieb, ktoré vyvolávajú pozitívne emócie a upokojujú. Pastelové a teplé svetlé tóny budú príjemné v každom ročnom období.

Priestor oživia rastliny a bylinky, prípadne vždy čerstvá kytička vo váze. Aj keby ste si ju kúpili sama, nevadí. Kvety ženské oko a dušu vždy pohľadia.

Ak má byť záhradný domček miestom na tvorenie alebo regeneráciu síl, je dôležité, aby mal dostatok svetla. Už pri jeho plánovaní odporúčame vyriešiť detaily ako okná alebo umelé osvetlenie. V ideálnom prípade také, aby sa dala regulovať jeho



intenzita a farba od bielej až po žltú. Svičky a lampičky atmosféru dotvoria.

V parádnom domčeku pre ženu musí byť pohodlné miesto na sedenie, ležanie alebo spanie s množstvom vankúšikov rôznych tvarov a farieb, a samozrejme, krásne mäkká deka.

Zvoľte si doplnky, ktoré odrážajú vaše záujmy, koničky a ciele. V domčeku môže byť čokoľvek, čo si želáte: knižnica, veľké alebo malé zrkadlo, pracovný stôl, maliarsky stojan, šijací stroj, hrnčiarsky kruh, priestor na cvičenie... Plagáty, obrazy alebo inšpiratívne citáty sú rovnako dovolené.







### BEZ ÚDRŽBY

Moderné montované domčeky sú vymyslené tak, aby nevyžadovali takmer žiadnu údržbu. „Fasáda, strecha a ďalšie časti stavby sú z odolných materiálov, ktoré nepodliehajú zubu času. Nekorodujú, nevlhnú, jediné, čo potrebujú, je z času na čas silnejší prúd vody na umytie a oživenie fasády,“ pokračuje odborník M. Choleva z GARDEONU.

Aj vnútorné steny, podlaha a strop sú z rovnako odolných materiálov. „Určite odporúčam záhradný domček zatepliť. V zime nebude priestor taký náročný na vykúrenie a v lete bude poskytovať ochranu pred páliacim slnkom a horúčavou,“ radí technik R. Matuška.

Ostatnému upratovaniu sa (zrejme) nebude dať vyhnúť, ale my vieme, že v priestoroch, kde sa pohybujú iba ženy a kam majú deti a muži vstup obmedzený, toho na upratovanie veľa nebýva. Poriadok sa tak dá udržať relatívne dlho.

### DOMČEKOVÉ RITUÁLY

Na to, aby ste si svoj unikátny ženský záhradný domček užili na sto percent, odporúčame urobiť si vlastný rituál toho, kedy a akým spôsobom v ňom budete tráviť čas. Nech sa to naučia aj ostatní členovia rodiny. Napríklad v ňom



za sebou zavriete dvere každý párný podvečer so šálkou čaju alebo „dvojkou“ vychladeného vína a budete si robiť, čo sa vám žiada. Zvyšok sveta sa točí ďalej, ale vás to vôbec nemusí zaujímať. Vy si budete čítať magazín alebo konzumovať inú skvelú potravu pre dušu. Von vyjdete zrelaxovaná a ako znovuzrodená.

Alebo v ňom majte svoju chvíľku každé všedné ráno, skôr ako sa vyštartuje do života za povinnosťami. V domčeku si môžete čítať, meditovať, modliť sa, čokoľvek, čo vám spríjemní ráno a nakopne do nového dňa.

Aj keby domček slúžil ako vaša pracovňa a nie oáza oddychu a pokoja, je výhoda, že je oddelený od zvyšku domu. Jednak v ňom máte pokoj a súkromie a jednak keď skončíte, zavriete dvere a viac nie ste v práci.

„Je skutočne fascinujúce, na koľko rôznych spôsobov sa dá záhradný domček využiť. Kým voľakedy slúžil prevažne na uskladnenie kosačiek, náradia a bicyklov, dnes sa čoraz častejšie stretávame s projektmi, ktoré záhradný domček povyšujú na inú úroveň. Od kancelárie či domáceho televízneho štúdia cez čítareň, miesto na cvičenie až po ženský priestor, kde sa dá schovať pred zvyškom sveta. Je to skvelé!“ s nadšením dopĺňa M. Choleva.

Zo ženského priestoru sú nadšené aj ženy. Tak nech má každá svojich pár metrov štvorcových a život na celej planéte bude oveľa lepší!

Reko

Foto: archív firiem aredakcie



## Vytvorte si harmonický domov

FRIDA RAMSTEDTOVÁ

**Kniha známej švédskej dizajnérky naučila jednu celú škandinávsku generáciu umeniu tvorby harmonického domova.**

Túžite po útulnom domove, ktorý v sebe skrýva aj maximálnu funkčnosť? Poradiť si so správnym rozmiestnením nábytku, svetiel, obrazov či iných doplnkov nie je vždy jednoduché. *Príručka interiérového dizajnu* prináša užitočné rady, efektívne, no finančne nenáročné triky a tiež množstvo ilustrácií, vďaka ktorým si vytvoríte vysnívaný harmonický domov vo vlastnom štýle. Renomovaná švédska dizajnérka Frida Ramstedtová sformulovala svoje know-how spolu s rokmi overenými zákonitostami a základnými pravidlami interiérového dizajnu do 9 kapitol, ktoré upozorňujú na dôležitosť symetrie, naučia vás premýšľať o priestore a proporciách, vysvetlia vám všetko podstatné o farbách a pomôžu pri výbere a rozmiestnení kobercov, dekorácií a obrazov. S touto knižkou bude pre vás zariaďovanie či rekonštrukcia bytu úplná hračka a svoj domov raz-dva premeníte na bývanie svojich snov.

## Čo, kde a ako?

FRIDA RAMSTEDTOVÁ

**Švédsky fenomén – sprievodca výberom, zariadením a starostlivosťou o váš nábytok a domov.**

Na čo je dôležité myslieť, keď sa chystáte kupovať nábytok alebo zariadiť si bývanie? Na ktoré detaily sa zameriavajú dizajnéri a výrobcovia nábytku? Čo odlišuje kvalitu od kvantity a na aké bežné reklamácie si dávať pozor, ak sa chcete vyhnúť drahej a chybnéj kúpe?

Frida Ramstedtová vám v knihe *Príručka bytového dizajnu* zodpovie všetky vaše otázky týkajúce sa nábytku. Či už kupujete nový, z druhej ruky, alebo len chcete oceniť kvality svojho terajšieho zariadenia. Autorka sa delí o bohaté skúsenosti s bytovým dizajnom a účinné rady a tipy dopĺňa praktickými schémami a náčrtkami. Kniha vám umožní porozumieť nábytku, ktorý sa hodí ako k vám, tak aj k vášmu domovu.



# Vaše miesto na relax v prírode

UVAŽUJETE O VÍKENDOVEJ CHATE NA RELAX? A EŠTE K TOMU O TAKEJ, KTORÁ BUDE HOTOVÁ ZA VÍKEND? SPOLOČNOSŤ KOMA PONÚKA PRÍBYTOK, V KTOROM MÔŽETE ODDYCHOVAŤ TAKMER IHNEĎ. NOVÝ RAD PREFABRIKOVANÝCH MODULOV FASHION LINE RELAX JE AKO STAVEBNICA PRE DOSPELÝCH.



de o modulárnu stavebnicu, ktorá v sebe nesie synergiu nadčasového dizajnu a kvalitnej konštrukcie pre váš vysnený pobyt v prírode. Krok za krokom si sami vytvoríte vlastnú materiálovú a farebnú konfiguráciu, čím získate svoj jedinečný priestor. Všetky dostupné modely Fashion Line Relax sú ľahko napojiteľné na inžinierske siete a odpad, a tak si svoj odpočinok v prírode budete môcť vychutnať s dávkou komfortu.

Stavebná firma KOMA sa rozhodla „updatnúť“ svoj doterajší modulárny systém a vdýchnuť mu nielen nové technologické riešenia, ale taktiež moderný a nadčasový dizajn. Na túto úlohu si prizvali šikovnú dizajnerku Adelu Bačovú, ktorá dodala tomuto projektu komplexnú vizuálnu podobu.

## RÝCHLO A EFEKTÍVNE

Vďaka stavebnici umožňujúcej jednoduchú výrobu i výstavbu možno bežný postup stavebných prác skrátiť z mesiaca na jeden víkend. „Je to veľmi rýchle

a jednoduché – zákazník si iba vyberie prvky, ktoré je možné konfigurovať, napríklad typ fasády, farbu obkladov a pod.“ uvádza najväčšie prínosy tohto typu chat dizajnerka. „Vďaka prefabrikácii sa úprava Fashion Line Relax podľa prania klienta stihne vyrobiť vo veľmi krátkom čase a zákazník dostane hotový produkt, ktorý je hneď pripravený na užívanie. Je tu eliminovaný stres, ktorý je často s výstavbou domov, chat alebo bytov spojený.“

Fashion Line Relax funguje tak, že v základe je stále rovnaká kostra, ktorú si zákazník „oblečie“ podľa svojich požiadaviek a potrieb. Vyberie si veľkosť, farby a materiály a potom už len stačí zadať objednávku. KOMA navyše počíta s tým, že rovnako ako sa menia módné trendy podľa sezón, bude sa meniť i sortiment doplnkov týchto modulov.

## POHODLNÝ VÝBER

Produktový rad Fashion Line Relax ponúka pohodlný výber pomocou webového konfigurátora. Základom je výber







Fashion Line RELAX je obľúbený aj u rekreačných zariadení ako rozšírenie kapacít ubytovania. KOMA má vyše 30 rokov skúseností a dostatočne zázemie pre dodávky väčšieho počtu kusov. Ubytovacie zariadenia tak v krátkom čase získajú ďalšie kapacity glampingového typu pre klientelu, ktorá uprednostňuje súkromie chaty so zachovaním komfortu rezortu.

správnej veľkosti, a preto sa príbytok dodáva v troch rozmerových variantoch, ktoré vychádzajú z násobenia elementárneho modulu. Najmenší variant Single ponúka 22,5 m<sup>2</sup>, kde sa nachádza malá kúpeľňa s toaletou a sprchou, miesto na sklápaciu posteľ a kuchyňa. Stredný variant Double ponúka 36 m<sup>2</sup> a najväčší zástupca radu Fashion Line Relax Triple sa pýši priestorom veľkým 54 m<sup>2</sup>, čo rozmerovo zodpovedá menšiemu bytu.

### KONFIGURÁCIA EXTERIÉRU

Ak ste si ujasnili veľkosť, ktorá vám najviac vyhovuje, ďalším krokom je konfigurácia exteriéru. Signifikantným prvkom modulov sú ich zaoblené elegantné rohy dotvárajúce celý tvar objektu. Garant projektu Fashion Line David Šíkl nás zoznamuje taktiež s ich praktickým využitím: „Ide o exteriérový úložný priestor pre uskladnenie napríklad náradia alebo priestoru pre ukrytie klimatickej jednotky, ktorá býva často umiestnená na viditeľnom mieste priamo na fasáde budovy. Do bočnic chceme v budúcnosti umiestňovať aj zeleň, vývoj nových vecí



pre sériovú výrobu je však časovo náročný.“ Nový majiteľ si môže vybrať farbu rámu, terasy a obloženie fasády – možnosti sú nadizajnované tak, že výsledná podoba bude vždy vkusná a vizuálne príťažlivá.

### ČO INTERIÉR?

Hneď ako máte jasno v tom, ako bude váš jedinečný príbytok vyzerat zvonku, môžete smelo vstúpiť dnu a doladiť interiér. Rozhodovať môžete o materiáloch, farbe podlahy, obkladov stien a taktiež o dizajne kuchyne či centrálneho osvetlenia. Výber jednotlivých možností je koncipovaný tak, že vás ich počet nezahltí ani neodradí. Priestor chaty tak vždy zostane minimalistický bez toho, aby strácal na svojej príjemnosti a útulnosti. Ak náhodou nebudete so svojim



výsledným výberom spokojný, dané diely vám radi vymeníme za tie, ktoré sa vám budú hodiť do interiéru viac. „Jadro budovy založené na systéme konektorov zostáva rovnaké, fasádne prvky sa môžu pohodlne a ľahko meniť. V pravidelných intervaloch chceme prichádzať s novými kolekciami, ktoré ponúknu zákazníkovi inšpiratívne kombinácie materiálov a farebnosti,“ vysvetľuje Adela Bačová a dodáva, že v budúcnosti plánujú tvoriť i väčšie objekty s využitím pre kancelárie či kaviarne. Viac na [www.fashion-line.eu/sk](http://www.fashion-line.eu/sk)

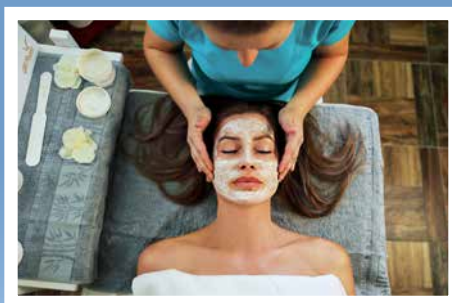
Reko materiálov KOMA

Foto: KOMA



# Kúpele, v ktorých lieči príroda

NA ZDRAVIE VPLÝVA MNOŽSTVO PODNETOV. DOPRAJTE SI POKOJ A CHVÍLE BEZ STRESU POČAS POBYTU V KÚPEĽOCH LÚČKY. TAKÝTO POBYT TOTIŽ DOKÁŽE SKVALITNIŤ VÁŠ ŽIVOT NA DLHŠÍ ČAS A ODNESIETE SI POCIT UVOĽNENIA, ZDRAVIA A PSYCHICKEJ POHODY.



Pobyť v kúpeľoch sa radí medzi najefektívnejšie ozdravné procesy, pretože na zdravie vplýva množstvo rôznych podnetov. Od kvalitných procedúr pod dohľadom odborníkov, cez príjemné uvoľnenie v liečivej vode bazénov až po veselé chvíle počas bohatej ponuky kultúrnych podujatí či tanečných „procedúr“, ktoré sú veľmi obľúbené.

*„Nie jeden návštevník kúpeľov si pochvaľuje čerstvý vzduch, ktorý ho privíta pri príchode do Lúčanskej doliny.“*

V Kúpeľoch Lúčky môžete okrem klasických aktivít spojených s kúpeľnou liečbou samotnou, zažiť aj úžasné chvíle v horskom prostredí. Liptov, to je čarokrásna príroda a majestátnosť hôr okolo. Na vlastnej koži zažijete, čo dokáže každé ročné obdobie pripraviť pre návštevníkov kúpeľov. Nie jeden návštevník si pochvaľuje čerstvý vzduch, ktorý ho privíta pri príchode do Lúčanskej doliny. Príroda je mocná liečiteľka, veď aj samotné kúpele sú tu len vďaka





nej. Práve liečivá voda, ktorá už mnohým pacientom prinavrátila zdravie, sa môže pochváliť mnohými prednosťami. Poznatky o vodách, ktoré obsahovali minerálne látky, sa dedili z pokolenia na pokolenie a pitná či kúpeľná liečba sa uplatňovala postupne. Na liečenie sa začali používať predovšetkým termálne pramene, pri ktorých postupne vznikali kúpeľné zariadenia. Jej ozdravné účinky sa začali písať pred stáročiami a dodnes spoznávame nové a nové prednosti tejto úžasnej liečiteľky.

## MODERNÉ BALNEOCENTRUM A BAZÉNOVÝ SVET

Kúpeľná liečba pomáha pacientom po vážnych či menej vážnych operáciách a zákrokoch. Liečia sa tu pohybové, neurologické, respiračné ochorenia a iné. Vďaka moderným technológiám sa klientom zlepšuje ich celkový zdravotný stav. Kúpele si tak udržujú popredné miesto v zozname špičkových kúpeľov na Slovensku. V areáli kúpeľov klienti nájdu Balneocentrum, ktoré sa môže



zaradiť medzi profesionálne zdravotnícke pracoviská. K dispozícii je AQUA – VITAL Park s liečivou vodou prameňov. Prírodné silice využívané v priestoroch Vitálneho sveta napomáhajú prirodzenej obranyschopnosti, preventívne pôsobia proti prechladnutiu, taktiež uvoľňujú napätie a stres. Pre skvelý zážitok z relaxu ponúka park aj jacuzzi pod holým nebom. Vďaka Vitálnemu svetu je park otvorený celoročne.

## ZAČNITE VYUŽÍVAŤ POTENCIÁL SVOJHO TELA VĎAKA POHYBU

Na ozdravné procesy v kúpeľoch vplýva nielen voda, ale aj pohyb, ktorý počas pobytu vykonávate. V Kúpeľoch Lúčky môžete zmeniť svoj životný štýl a začať využívať potenciál svojho tela. Okolie ponúka veľa možností aj na pešiu turistiku – napríklad výstup na Veľký Choč. Priamo cez kúpele vedú tri značené cyklotrasy. Pre hostí sa pravidelne organizujú výlety do blízkeho okolia. Okrem toho môžete využiť procedúru Nordic walking alebo individuálny či skupinový telocvik, ktorý sa využíva aj pre zmiernenie príznakov rôznych chorôb.

## ČAS NA ZASLÚŽENÝ RELAX

Po príjemnom pohybe je na programe zaslúžený relax. Svoje telo aj myseľ určite upokojíte v tichu soľnej jaskyne, ktorá

sa nachádza v priestoroch kúpeľného wellnessu s morskou jacuzzi a saunou. V jaskyni si môžu klienti príjemne odpočinúť pri relaxačnej hudbe, spomaliť svoje dýchanie, naladiť sa na ozdravné procesy. Prúdenie vzduchu v soľnej jaskyni vytvára špeciálnu mikroklimu, ktorej vynikajúce liečivé účinky nielenže vplývajú na zlepšenie zdravotného stavu pri niektorých chorobách, ale udržiavajú aj krásu a mladost organizmu.

Pokoj a sila prírody prináša klientom, ktorí navštívia Kúpele Lúčky či už pri riešení svojich zdravotných problémov, alebo tým, ktorí si chcú oddýchnuť od zhonu každodenného života, uzdravujúci zážitok. Okrem dobrého pocitu, že ste urobili niečo dobré pre seba, budete pociťovať aj zlepšenie zdravotného stavu. Doprajte svojmu telu a myslí relax v náručí hôr v Kúpeľoch Lúčky. Kontaktujte nás na tel. číslach +421444375126, +421444375352 alebo emailom promo@kupele-lucky.sk.

Reko z materiálov Kúpele Lúčky

Foto: Kúpele Lúčky



# To najlepšie pre Váš obchod



**MEDCOM**<sup>®</sup>  
obchodné zariadenia

NÁVRH PRIESTOROV



VÝROBA



DOPRAVA



MONTÁŽ



[www.medcom.sk](http://www.medcom.sk)

ADRESA VZORKOVNE: Stará Vajnorská 37, 831 04 Bratislava  
Tel./Fax:+421 (0)2 444 55 777, Mobil: +421 (0)905 415 777, E-mail: [medcom@medcom.sk](mailto:medcom@medcom.sk)



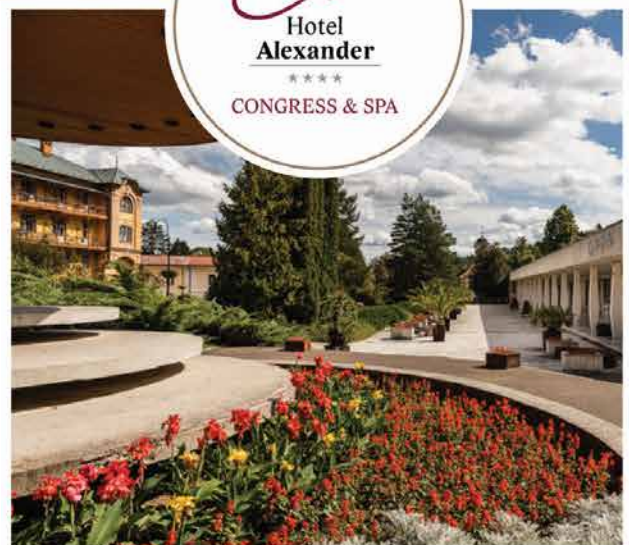


BARDEJOVSKÉ KÚPELE a.s.  
*Oáza zdravia a oddychu...*

*Výborná strava, wellness,  
liečivé účinky minerálnej  
vody a procedúr...*



V PRVOM KVARTÁLI PONÚKAME VÝRAZNÉ ZLAVY NA POBYTY PRE  
POISTENCOV OD 35% A SAMOPLATCOV OD 25%



*liečebné a wellness pobyty*

[www.kupele-bj.sk](http://www.kupele-bj.sk)

[www.hotelalexander.sk](http://www.hotelalexander.sk)



# Malý hotel pre veľké zážitky

TAKÝ JE KONTAKT WELLNESS HOTEL\*\*\*\*. RELAX V PRÍJEMNOM DOMÁCOM PROSTREDÍ ÚTULNÉHO HOTELA S PONUKOU 39 IZIEB VRÁTANE APARTMÁNOV A RODINNÝCH IZIEB, DOBRÉ JEDLO, KVALITNÝ SPÁNOK, MASÁŽE A KOZMETICKÉ PROCEDÚRY. VITÁLNY SVET NA PLOCHE VIAC AKO 1000 M<sup>2</sup>, PLÁVANIE AJ OTUŽOVANIE A TO VŠETKO LEN NA SKOK OD LYŽIARSKÉHO STREDISKA VO VYSOKÝCH TATRÁCH.

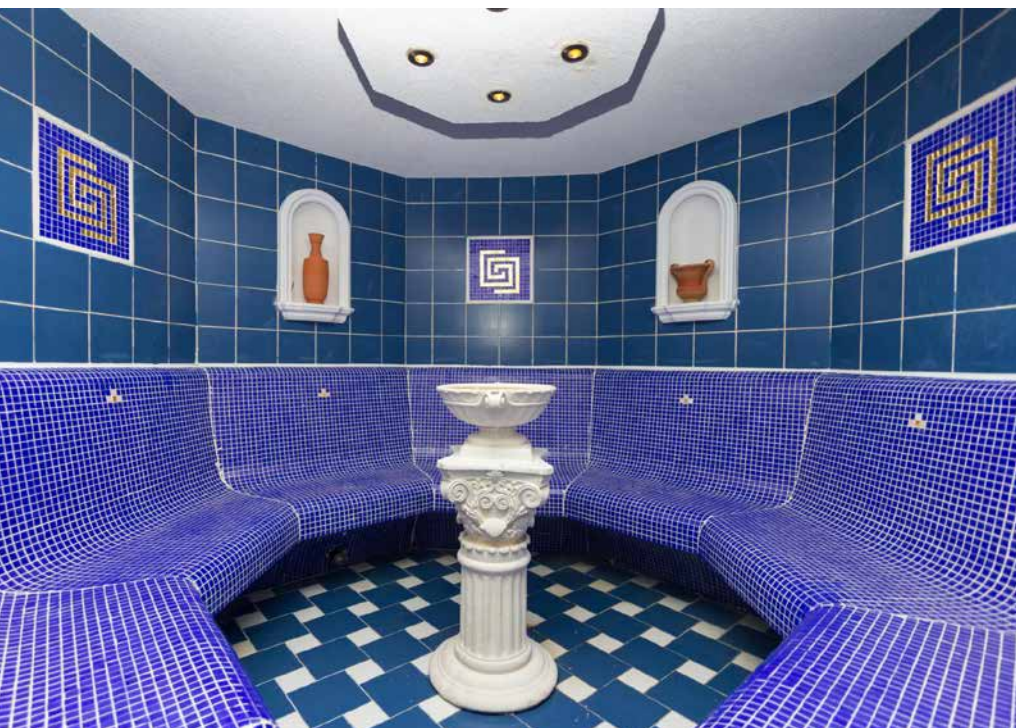
Nemusíte byť lyžiarskym nadšencom, aby ste si vychutnali aktívny oddych v tomto výnimočnom hoteli. Počasie býva v zime nevyspytateľné a preto je dôležité si plány v prírode poistiť alternatívnym programom.

## NAJVÄČŠIE LÁKADLO

Najväčším lákadlom tohto hotela je wellness. Fitness centrum, bazén, sauny, vírivky a oddychová zóna ponúkajú dostatočný priestor pre každého milovníka wellness, ktorý si môžu vďaka väčšej kapacite vychutnať aj neubytovaní hostia. Zahriať sa môžete vo fínskej, tatranskej, parnej a v infra saune, s možnosťou ochladenia v ľadovej kadi. Na dýchacie cesty pôsobí regeneračne bylinková a mentolová inhalácia, pokožku







prijemne zvláčni morský aerosól a relax doplná tepidárium, vonkajšia a vnútorná vírivka, bazén či obľúbený Jacuzzi bar s ďalšími dvoma vírivkami s možnosťou objednať si nápoje priamo s výhľadom na bazén. Ak sa rozhodnete tento hotel navštíviť, určite nevynechajte exotické procedúry, ako fidsijská masáž horúcimi mušľami, rituál Matamanoa, Tokoriki či thajskú celotelovú masáž. Nechajte sa rozmaznávať a doprajte si potešenie a výnimočný oddych v rukách skúsených masérov či kozmetičiek s ponukou profesionálnych tvárových a telových ošetrení s francúzskou kozmetikou Sothys.

Vitálny svet v Kontakte je ideálnym miestom na odbúranie stresu, vyčistenie mysle, navodenie pozitívnej nálady a celkové zregenerovanie tela aj duše.

### GASTRONOMICKÉ ZÁŽITKY

K blahodárnemu oddychu neodmysliteľne patrí aj dobré jedlo. Profesionálny tím vedený šéfkuchárom Dušanom Čatlochom pripravuje okrem tradičných slovenských jedál aj novinky a sezónne

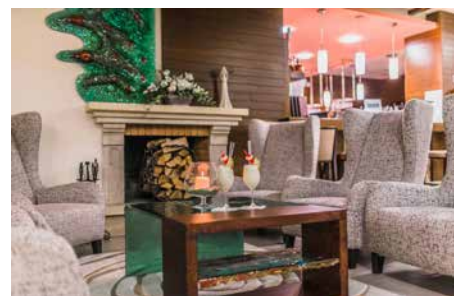


delikatesy. Vychutnajte si pestrú ponuku bufetových raňajok a večerí, ale aj menu podľa výberu z jedálneho lístka kombinované s vínami z bohatej hotelovej vinotéky.

### AKTÍVNY RELAX

V areáli hotela sa nachádza detské a multifunkčné ihrisko, využívané najmä v letných mesiacoch, ktoré si pochvaľujú nielen rodiny s deťmi, ale aj športoví nadšenci. Zimné radovánky ako korčuľovanie a sánkovanie si môžete vychutnať v neďalekej Tatranskej Lomnici, len 2 km od hotela, kde sa nachádza aj jedno z najväčších lyžiarskych stredísk na Slovensku, ktoré v Lomnickom sedle ako jediné ponúka čiernu zjazdovku. V blízkosti je tiež lyžiarske stredisko Bachledka, Štrbské pleso alebo poľské stredisko Bialka Tatranska.

Počas prázdnin a sviatkov hotel zastrešuje pravidelné interaktívne animácie pre deti. Pre najmladších hostí je k dispozícii aj detský kútik, stolný futbal a hokej, biliard aj bowling.



### KULTÚRNY PROGRAM HOTELA

Každoročne sa v hoteli vystriedajú zvučné mená zo slovenského showbiznisu, ktoré už patria medzi verných hostí, ako napríklad Ondrej Kandráč, Lukáš Adamec, Karol Csino a veľa ďalších. Hostia si dokonca rezervujú svoje pobyty na základe ich vystúpení, o ktorých sa dozvedajú z pravidelného zasielania newslettera. Túto ponuku môže dostať každý, kto sa zaregistruje k odberu newslettera na webovej stránke hotela.

### LÁKA VÁS PESTRÁ PONUKA ZÁŽITKOV?

Objednajte si svoj pobyt v KONTAKT wellness hoteli \*\*\*\*, alebo ho darujte ako darček. Pobyt si môžete rezervovať cez náš online rezervačný systém ([www.hotelkontakt.sk](http://www.hotelkontakt.sk)) alebo telefonicky na 0902 868 768 či e-mailom na recepcii hotela: [recepcia@hotelkontakt.sk](mailto:recepcia@hotelkontakt.sk).

Reko z materiálov KONTAKT wellness hotela  
Foto: KONTAKT wellness hotel



TRI LIEČEBNÉ DOMY

**RUBÍN  
SMARAGD  
MINERÁL**



# *Kúpeľná liečba* v skupine A *bez doplatkov?*

## U nás je to stále možné!

Máte nárok na kúpele v skupine A  
a nemáte ešte vybavený návrh?

Poponáhľajte sa  
**a využite liečbu v Kúpeľoch Dudince  
bez doplatkov v 1. kvartáli 2024.**

Vianočná akcia pri rezervácii pobytu do 31. decembra 2023

Doplatky pri kúpeľnej liečbe v skupine B  
**o 15 % nižšie až do marca**

Máte zdravotnou poisťovňou schválený poukaz v skupine „B“? Rezervujte si termín **od januára do marca 2024** v ktoromkoľvek našom liečebnom dome najneskôr do konca tohto roka a **získate 15 % zľavu za ubytovanie a stravu.**

Liečebno-preventívne pobyty **Medical**  
**s 15 % zľavou až do marca**

Rezervujte si liečebné pobyty **MEDICAL GOLD, SILVER, PLATINUM** alebo predĺžený víkend **MEDICAL MINI** v termíne **od januára do marca 2024** v ktoromkoľvek našom liečebnom dome **so zľavou 15 %.**



Darujte pod stromček kúpele formou **darčkového poukazu** na vami zvolenú finančnú hodnotu. Poukaz platí jeden kalendárny rok od zakúpenia a je možné ho využiť pre akýkoľvek typ pobytu či službu.

Tel.: +421 45 550 4444, 3333, E-mail: rezervacie@kupeledudince.sk, www.kupeledudince.sk





TATRATEA



DRINK DIFFERENT

[www.tatratea.com](http://www.tatratea.com)

# DOM a BÝVANIE

Inšpirujte sa aktuálnym vydaním aj v online verzii

**Čítate nás už viac ako 15 rokov**

Ďalšie zaujímavé témy nájdete zdarma v našom archíve



[www.domabyvanie.eu](http://www.domabyvanie.eu)





# Rodos – ostrov Slnka

STARÍ GRÉCI VERILI, ŽE ZEUS PRI DELENÍ SVETA DAROVAL OSTROV HÉLIOVI – BOHU SLNKA. MÁ AŽ 330 SLNEČNÝCH DNÍ V ROKU. KRIŽOVATKA ORIENTU A ZÁPADU, KRIŠTÁĽOVÉ MORE, BOHATÝ GRÉCKY FOLKLÓR, ALE I SVIATKY VÍNA A MELÓNOV. OSTROV PRE DOBRODRUHOV, ČI DOVOLENKU PLNÚ AKTIVÍT, ALE AJ DOKONALÉHO RELAXU. NECHAJTE SA ZLÁKAŤ NA OSLNIVÝ RODOS.







**B**ohatá história, prírodné zaujímavosti, rozľahlé pláže, antické a stredoveké pamiatky. Rodos je obľúbený medzi turistami z celého sveta. Na západe ho obmýva Egejské a na východe Stredozemné more. Patrí pod Dodekanézy a je štvrtý najväčší. Leží kúsok od Ázie s dĺžkou pobrežia 220 km. Rozloha je 1398 km<sup>2</sup> a žije tu 115 000 obyvateľov. Najvyššou horou je Atavyros 1215 m.n.m. Rodos je dostupný trajektami, výletnými loďami z celej z Európy a taktiež má aj medzinárodné letisko.

### MESTO RODOS

V meste nájdeme mix kultúr žijúcich na týchto miestach od staroveku. Boli tu Minojci, Dórovia, neskôr i Peržania. Najväčší rozmach zažilo okolo roku 400 p. n. l., kedy patrilo pod Aténsky spolok. Symbolom bohatstva bola socha Hélia týčiaca sa 32 m nad prístavom. Rodoský kolos bol jedným zo siedmich divov starovekého sveta, ktoré však zničilo zemetrasenie. Neskôr, v 7. storočí, Rodos dobyli Arabi a v roku 1309 ho ovládli rytieri z Európy, čím získalo svoj terajší stredoveký charakter. Vzniklo tu mnoho honosných domov, mohutné hradby, paláce, ulička rytierov, mešity či synagógy. Rodos patrilo 400 rokov aj Turkom, od r. 1912 – 1948 Talianom a dnes už Grékom. Najväčším lákadlom mesta je prístav Mandraki, antický štadión, veterné mlyny, akropola, Apolónov chrám, múzea a stredoveká pevnosť zapísaná v UNESCO ako svetové kultúrne dedičstvo. Spomínať všadeprítomné obchodíky, námestia, fontány, sochy, parky, záhrady, taverny, kaviarne je zbytočné – ten kolorit je ťažko opísať, najlepšie ho zažiť.

### PODRIADENÉ DOVOLENKÁROM

Nechajme ruch a davy turistov a spoznajme západné pobrežie. Tam nás čakajú obrovské hotelové komplexy, ktoré časom spojili malé rybárske komunity ako Ixia, Ialysos, Kremasti do turistických aglomerácií, typických pre Stredomorie. Všetko je tu absolútne podriadené dovolenkárom. Stačí si požičať auto, skúter, či malý čln a vydať sa smerom ďalej na juh, kde už má Rodos autentickjšiu tvár. Spomenieme vyhlídky nad morom popri pobreží, napríklad kláštor a kríž Filerimos a ruiny strážnych pevností



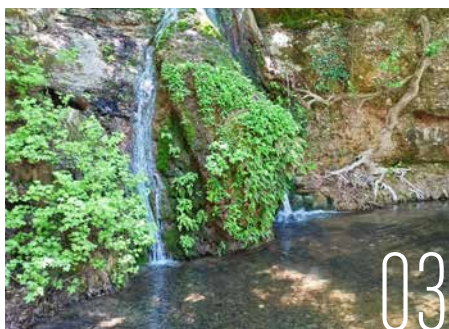
**01** Malebná pláž Ladiko. Čistá voda, množstvo rýb, morská vegetácia a magická hĺbčina – ak si neprinesiete potápačské okuliare o vela prichádzate.

**02** "Soudruzi, kontrolní otázka. Jestli pak víte, kolik žije v Řecku takovejch koz? Nevíte co? Údajně až čtyři miliony. A někdy ještě mnohem víc" :).

ako Kritinia. Na cestách je mnoho miest, ktoré lákajú zastaviť a zvečniť si úžasný výhľad. Nevynechajte hrad Monolithos. Skvelé miesto na pozorovanie západu slnka v tichosti so zatajeným dychom. Obľúbené romantickými dvojicami. Čím viac sa slnečný disk blíži k hladine mora, tým viac sa celé okolie zaleje do magických oranžových lúčov. Keď sa ponorí do vln, ozve sa i kratučký potlesk. Pre tento zážitok sa sem oplatí zájsť. Vnútrozemie s domácou atmosférou. Zaujímavým je i výlet do vnútrozemia, kde nájdete staroveký Kamiros – najviac zachované ruiny antického mesta v Grécku. Dotknite sa stĺpov a prejdite sa izbami domov a palácov ako pred 2500 rokmi. Cestou z Kamirosu objavíme dedinu Embonas preslávenú vinárstvami s možnosťou ich prehliadok, či ochutnávkou vín a miestnych tradičných výrobkov (vína, syry, olivy, koreniny, med, kozmetika...).

Potulky ostrovom vás zavedú do maličkých, ale i väčších miest (Afantou, Archangelos, Archipoli atď.), kde panuje domáca atmosféra. Cestou vidieť pribúdajúce pravoslávne kostolíky, či vysoké zvonice. Stretávame skôr miestnych a tí vám radi poradia, stačí sa spýtať, hoci len na tradičnú tavernu s gréckou kuchyňou. Nie je výnimkou, ak vám ponúknu melón, baklavu, či pohárik ouza.





**03** Sedem prameňov (Epta piges) – zelená oáza nepísaného pokoja. Ideálne na rodinný piknik.

**04** Máte obavy, či váš štvorkolesový miláčik prejde cez STK? V Grécku si z prísnych noriem EÚ ťažkú hlavu zjavne nerobia.

**05** Turisti, nerušiť! Tu sa totiž ťažko relaxuje v štýle Syga - Syga (v preklade pomaly - pomaly)

**06** Precíťte tok života v spoločenstve motýľov. Prejdite sa ich domovom v úplnej tichosti, pretože hluk ich núti odletieť.

**07** Kláštor Tsambika je miestom zázrakov. Legenda totiž vraví, že ak sem príde s prosbou a vierou žena, ktorá nedokáže otehotnieť, do roka sa jej sen o dieťati splní.

**08** Socha maltézskeho rytiera v meste Rodos – nemý strážca tajomstiev templárov.

**09** Kandylakia – malé svätyne, pravoslávny symbol gréckych ciest, ako vďaka za uzdravenie, ale i priestor pre modlitbu.

**10** Grécka kuchyňa – to najlepšie, čo je práve v sezóne, jednoduché, čerstvé a hlavne vždy rozmanité, zdravé a chutné. Tak rýchlo do najbližšej taverny. Nezapadnite na pohárik tsipoura. Yamas!

### ROMANTICKÉ MIESTA AJ VLNY

Videli ste už bozk dvoch morí? Na Rodose je i to možné. Na najužnejšom cípe ostrova sa nachádza Prasonisi. Dve zátoky oddeľujúce malý kúsok pevniny, na jednej strane piesok, vlnky a pokojný vánok Stredozemného mora a na strane druhej more Egejské, rozbúrené, s veľkými vlnami a silným vetrom. Raj pre vyznávačov surfingu. Pokračujeme z Prasonisi smerom naspäť na sever, kde opäť začínajú pribúdať oblasti s hotelmi, prechádzame Gennadi, Kiotari, Lardos či Pefki. Dopravu na Rodose urýchľuje hlavná cesta, vďaka ktorej je to všade hodina jazdy. Na nej sa vždy dajú nájsť zaujímavé miesta. Ak za romantickým kostolíkom, tak na Kyra Tsambika. Čaká vás výstup po 295 schodoch, čo je pri 36 °C neraz heroický výkon. Určite to však za tú

námahu stojí. Na vrchu sa vám naskytne nádherný výhľad na východné pobrežie, od Faliraki až po Lindos. Pod nami sa objaví komplex hotelov na 7 km dlhom pobreží, ktorého súčasťou sú pláže Kolymbia. Tá vedie až na Afandou, či jej najkrajšiu časť – krištáľovo čistú pláž Traganou. Stačí pár krokov ďalej a uvidíte 300 m pod sebou pláž vyhlásenú za najkrajšiu na Rodose – Tsambika. Piesková s pozvoľným vstupom do mora ponúkajúca návštevníkom parkovanie, bary, kantíny, vodné atrakcie, slnečníky, lehátka, predavačov dobrôt – jednoducho každá rodina či partia mladých si to tu užije.

### PRÍJEMNÉ OSVIEŽENIE

Niekedy to však chce zmenu. Čo tak sa v horúčavách príjemne schladiť? Naj-





lepšou voľbou je Epta Piges. Na malom kúsku tu vyteká z hory 7 prameňov tvoriacich potok a malé jazierka vedúce kaňonom medzi stromami, ktoré vytvárajú veľmi príjemný chládok. Všetky pramene sú pitné. Hneď po príchode vás na parkovisku privíta zopár pávov, ktorí sa tu voľne pohybujú a sú vítanou atrakciou. Následne sa už môžete schladiť a vyskúšať si prejsť po členky v tečúcej studenej vode úzky tunel pod zemou. Má 190 m a končí na zelenom jazierku s vodopádom. V malej kaviarni na mieste sa osvieži jedlom či nápojom každý návštevník.

Z Epta Piges vedie naša cesta na maličkú pláž Agathi so zlatým pieskom a len kúsok vyššie na pláž Anthony Quinn, ktorú dostal slávny herec od Grékov. Pekné miesto na šnorchlovanie, ale žiaľ príliš tesné a záujem oň je obrovský. Láka partie mladých turistov a aj miestnych.

### KDE TO ŽIJE

Cestou východným pobrežím míňame najznámejšie strediská na ostrove ako Stegna a Faliraki. Cez deň pokojné mestečká s kamienkovými plážami sa každý večer menia pod náporom návštevníkov na rušné mestá plné ľudí hľadajúcich zábavu, dobré jedlo a posedenie s priateľmi. Nájdete tu hotely, akvapark, lunapark, pizzerie, taverny, pekárne, bary, diskotéky, obchody so suvenírmí, požičovne atď. Jednoducho pravé mediteránske korzo, kde to žije až do ranných hodín.



### PÔSOBIVÁ SCENÉRIA

Len kúsok nad Faliraki je známa rezervácia Petaloudes – údolie motýľov. Za vstupné 5 eur sa vydáte smerom za zvukmi padajúcej vody do strmého kopca chodníkmi, cez úzke údolie dlhé 5 km ukryté v hustých lesoch. Pôsobivá scenéria jazierok a príjemného tieňa tu vytvára ideálnu klímu pre odpočinok motýľov rodu Panaxia. Údolie nikdy nevysychá a od júna do augusta tu nájdú domov tisíce motýľov, ktoré sem láka vôňa ambrovníkov. Nikde na svete podobné miesto nie je. Stromy a skaly sú nimi posiate. Ak sa chcete vyhnúť pokute, motýle nesmiete vyrušovať fotením či hlasným rozprávaním. Sú skvelo prispôbené tmavej kôre. Ak vzlietnu, menia sa na sýto oranžových krásavcov. Po peknej prechádzke nás čaká na samom vrchu kaňona kláštor Kalopetra, kde mnísi ponúkajú čerstvý džús z pomarančov, samozrejme, za malý príspevok. Výhľad odtiaľto je fenomenálny.

### FOTOGENICKÉ MESTEČKO

Lindos. Rozhodne najkrajšie tunajšie mestečko, doslova stvorené pre pohľadnice. Navštíviť ho je povinnosťou. Malé, fotogenické, ukryté medzi skalnými bralami nad azúrovým morom, plné bielych domčekov, nad ktorým sa týči majestátna akropola Atény Lindskej. Tá je staršia ako Parthenón v Aténach. Cez deň vítajú návštevníkov luxusné butiky, obchodíky so suvenírmí, či keramikou a večer nádherne vysvietené uličky a domy, na



strechách ktorých sa vždy po zotmení otvárajú mnohé reštaurácie a bary. Do Lindosu sa poľahky dostanete aj pravidelnými linkami autobusov. Parkuje sa mimo mesta, pretože do Lindosu autá nesmú. Nájst si po zotmení štýlový bar, kde hrá jazz alebo piano, vyjsť na terasu a pri pohári bieleho vína či mojita len tak počúvať, rozprávať sa či pozeráť na vysvietené uličky pod sebou a pulzujúci život, či v diaľke na mori sledovať hojdajúce sa jachty, to je príjemný zážitok.

### ZASLÚŽI SI POZORNOSŤ

Rodos je možno predvídateľná destinácia. Povieť si, že v rámci Grécka nič prevratné, preľudnené a komerčné, avšak stále sa tu dajú nájsť zaujímavé miesta, zátoky s morským životom, čisté dlhé pláže, pieskové, či kamienkové, miesta pokojné, ale i zhýralé s cenami vystrelenými až kdesi na Olymp. Odľahlé zabudnuté dedinky, dychberúce prejazydy horskými priesmykmi či panoramatické výhľady. Rodos si nezaslúži opovrhnutie, skôr návštevníkov, ktorí ho s chuťou budú objavovať, pretože čaro Grécka je v ňom stále živé.

Peter Podmanický

**Foto:** archív autora

# Výhercom predplatiteľskej súťaže úprimne gratulujeme!

Vážení čitatelia,

ďakujeme všetkým, ktorí zaslali objednávku predplatného za dôveru a záujem o časopis DOM a BÝVANIE.

Pevne veríme, že v časopise nájdete inšpiráciu a zaujímavé informácie, ktoré využijete pri zveľadovaní vášho bývania.

**V tomto kole predplatiteľskej súťaže sme vylosovali troch výhercov, ktorí získavajú uvedené ceny:**

**1. CENA: Pákový espresso kávovar Orava v hodnote 95 €**

získava Farkašovský Vladimír, Jamník

**2. CENA: Prenosný Bluetooth reproduktor 20 W, Crater v hodnote 50 €**

získava Tóthová Silvia, Slivník

**3. CENA: 3 v 1 multifunkčná nočná lampa Crater v hodnote 30 €**

získava Vaňo Stanislav, Topoľčany

1. CENA



2. CENA



3. CENA



**Predplatné  
môžete objednať  
vyplnením objednávky na:**

[www.domabyvanie.eu](http://www.domabyvanie.eu)

[www.ipredplatne.sk](http://www.ipredplatne.sk)

**Každý, kto si predplatí alebo predĺži predplatné, bude zaradený do zlosovania v ďalšom kole predplatiteľskej súťaže o zaujímavé ceny.**

**Bez odoslania kompletných požadovaných údajov nie je možné objednávku predplatného akceptovať.**

Objednávky na predplatné prijíma aj Mediaprint-Kapa Pressegrasso, a. s.,  
na č.: 0800 188 826, 02/4989 3563, 02/4989 3564, 02/4989 3565, 02/4989 3566  
alebo cez e-mail: [predplatne@abompkapa.sk](mailto:predplatne@abompkapa.sk).

Taktiež môžete objednávku odovzdať priamo na každej pošte alebo doručovateľovi slovenskej pošty či objednať telefonicky  
na č.: 02/5441 8102, 544 8091, 4524 8213  
alebo cez e-mail: [predplatne@slposta.sk](mailto:predplatne@slposta.sk).

Na základe objednávky bude vystavená faktúra, prípadne zaslaný U-poukaz – podľa požiadavky.

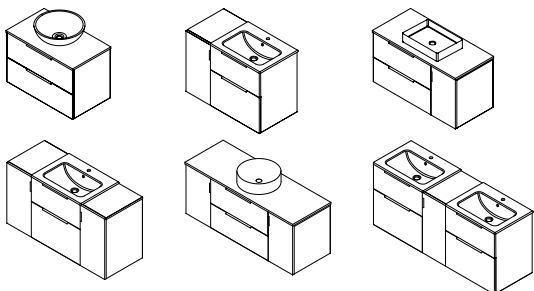
Objednaním predplatného dávate až do písomného odvolania súhlas na zaradenie svojich osobných údajov do databázy. Údaje môžu byť použité na marketingové aktivity vydavateľstva Perpes, s. r. o. Spracovanie osobných údajov je v súlade so všeobecným európskym nariadením o ochrane osobných údajov (angl. skratka GDPR – General Data Protection Regulation).



# kúpeľňový nábytok **CIRASA**



neobmedzené možnosti kombinácií



nábytok SAPHO vyrábame v Českej republike

**SAPHO**  
výnimočný štýl pre Vás



# STAVIAME A OBNOVUJEME S VAMI

Ponúkame vám výhodný a garantovaný úrok  
počas celej doby splácania

[www.sfrb.sk](http://www.sfrb.sk)