ČÍSLO 3 | II. ROČNÍK
MAREC 2018

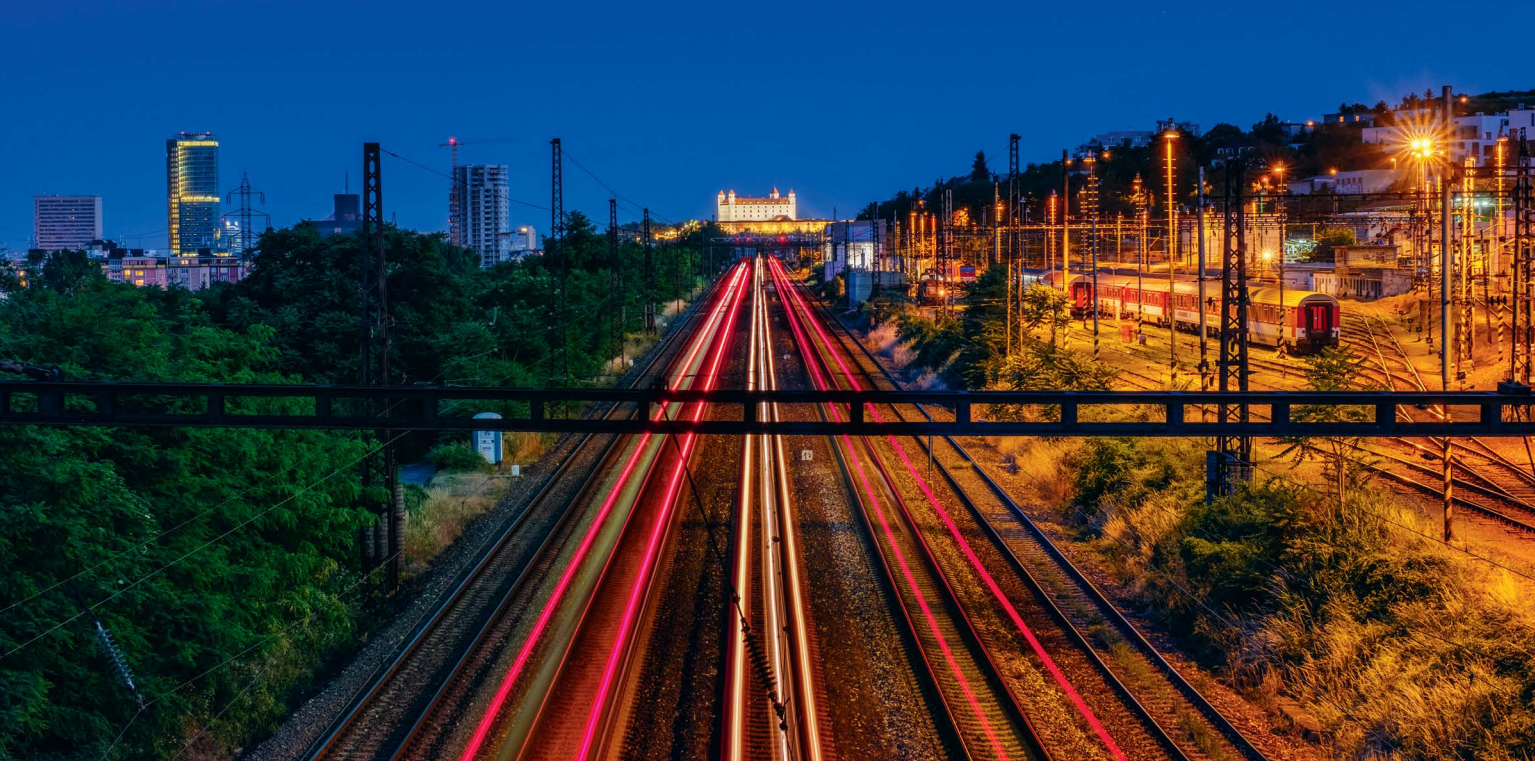
MAGAZÍN

NA CESTE

BRAŇO DEÁK
Chce byť otecko!

LESK A BIEDA NAŠICH KÚPEĽOV
Niektoré sú svetové, iné sa rozpadajú

EUROVEA
FASHION
FORWARD
vám predstaví
trendy aj
v roku 2018
17. – 20. 4. 2018
EUROVEA



MAGAZÍN NA CESTE

VYDAVATEĽ
NIVEL PLUS s.r.o.

ŠÉFREDAKTOR
Roman SLUŠNÝ
e-mail: sefredaktor@m-naceste.sk
tel.: +421 949 555 999

PROJEKTOVÁ MANAŽÉRKA
Katarína HERŽOVÁ
e-mail: projekty@m-naceste.sk

GRAFICKÝ DIZAJN/ÚPRAVA
Matúš HUSÁR

JAZYKOVÁ KORektúra
Nikola ČUKANOVÁ

ZÁSTUPCA RIADITEĽA PRE INZERCIU
Jozef ŠPAČEK
e-mail: reklama@m-naceste.sk
tel.: +421 911 668 469

ADRESA REDAKCIE
Ivanská cesta 2D, 821 04 Bratislava
tel.: +421 2 628 01 182

Vydanie: Marec 2018 **Ročník:** II. **Číslo:** 3
Periodicita vydávania: mesačník
Evidenčné číslo: EV 5524/17
ISSN: 2585-7053
Sídlo vydavateľa: Ivanská cesta 2D 821 04 Bratislava **IČO:** 35712058
Tlač: Neografia, a.s., Martin

EDITORIÁL

DRAHÍ ČITATELIA,

držíte v rukách marcové vydanie nášho magazínu, ktorý sa snáď postupne stáva vaším verným spoločníkom na cestách vlakom. Túto formu osobnej dopravy nedávno začala Železničná spoločnosť Slovensko ešte viac propagovať aj vďaka spolupráci s hudobnou formáciou S Hudbou Vesmírnou, ktorej členovia nahrali pesničku Ideme vlakom, o čom si budete môcť bližšie prečítať aj v tomto treťom tohtoročnom čísle. Okrem toho vás zoberieme na virtuálny výlet po našich kúpeľoch, ktorých máme na Slovensku niekoľko desiatok, pričom ich úroveň sa dosť líši. Mimochodom, vedeli ste, že najviac je ich situovaných na východe republiky, kým v Bratislavskom a Nitrianskom kraji nie sú ani jedny? Pripomenieme si aj Marec – mesiac knihy, a to návštevou niekoľkých významných knižníc v SR, vrátane nádhernej Apponyiovskej knižnice v Oponiciach. Na rozhovor sme si prizvali herca Braňa Deáka, najnovšie účinkujúceho v seriáli Oteckovia na Markíze, šprintéra Jána Volka, ako aj herečku Máriu Havranovú a tanečníka Tonyho Poruchu, ktorí nám prezradili niečo viac o slovenskom filme Backstage. Ten má v krajine pod Tatrami naplánovanú premiéru na 15.3. a následne by mal s plnou parádou vtancovať do kinosál v každom väčšom meste. Nakoľko sa pomaly blíži aj Veľká noc, tak v tomto čísle prinášame zaujímavý cestopis z Izraela, ale určite vás potešia aj naše pravidelné rubriky, vrátane zábavy pre deti a dospelých, ktoré nájdete na zadných stranách. Prajem vám príjemnú cestu a veselé sviatky jari!

Roman Slušný

Bezplatne distribuovaný magazín do rýchlikov v rámci Slovenska.

Autorské práva sú vyhradené a vykonáva ich vydavateľ. Kopírovanie alebo rozširovanie celku a akejkoľvek časti magazínu v slovenskom alebo inom jazyku bez písomného súhlasu vydavateľa je zakázané.

PR reklama je graficky vyznačená.

Foto na titulnej stránke: Dominantou Rajeckých Teplíc je Royal Apartments Aphrodite Palace, ktorý bol postavený v antickom štýle. V popredí fontána, ktorá je takisto súčasťou kúpeľného areálu. Foto: Shutterstock (Autor: Jaroslav Moravčík)
Foto na tretej strane: Nevšedný pohľad na Bratislavský hrad, aký sa naskytne azda len rušňovodičom vlakov prichádzajúcich na Hlavnú stanicu. Autor: Balázs Szárka

PO SLOVENSKU

12 LIPTOV AKO NA DLANI

Skanzen v Pribyline láka aj na filmové príbehy, ktoré sem zasadili. Určite si spomínate napríklad na historickú snímku Bathory od režiséra Juraja Jakubiska...

KULTÚRA

16 BACKSTAGE NA JAR VTANCUJE NA PLÁTNA

Už 15. marca začína svoju púť v našich kinách nový slovenský film, ktorý je plný skvelého tanca, hudby a energie. Umožní divákom nahliadnuť do zákulisia tanečnej šou, kde o výhre nerozhoduje len talent...

ZDRAVIE

19 DIEVČAŤU ZACHRÁNILA RUKU JEJ NOHA

Lekári z bratislavského Národného ústavu detských chorôb jedinečným spôsobom zachránili 16-ročnej dievčine ruku poškodenú nádorom.

DO HISTÓRIE

20 KLENOTY V POLIČKÁCH

Marec je Mesiac knihy, a tak treba pripomenúť, že aj u nás máme miesta, kde sa sústreďujú vo väčšom množstve. Knižnice predstavujú najväčší symbol nášho intelektuálneho vývoja. Mnohé boli budované roky a ich atmosféru by mal zažiť každý milovník literatúry.

AUTO-MOTO

38 TEŠÍTE SA NA NOVINKY ROKA?

Fanúšikom štvorkolesových miláčikov v roku 2018 nuda rozhodne nehrozí a na automobilovom trhu si vyberie úplne každý. Novinky, ktoré sa v tejto sezóne dostávajú do predaja, oslovia absolútne všetky príjmové skupiny.

OPÄŤ ŠANCA ZÍSKAŤ PRÍSPEVOK AŽ 1 750 € NA SOLÁRNE KOLEKTORY

V roku 2018 budú mať záujemcovia o solárne kolektory poslednú možnosť získať finančný príspevok.

O príspevok požiadajte čím skôr

Domácnosti, ktoré chcú v rodinných domoch ušetriť na ohreve teplej vody, by mali požiadať o príspevok čo najskôr. *„Záujemcovia o príspevok môžu nechať svoj kontakt na www.zeon.sk/solar. Doterajší záujem slovenských domácností o finančný príspevok na inštaláciu zariadení, ktoré využívajú obnoviteľné zdroje energie, bol veľmi vysoký. Jednotlivé kolá podpory trvali len niekoľko minút, kým sa pridelené finančné prostriedky minuli. Naša spoločnosť je schopná za zákazníka vybaviť získanie finančného príspevku a zastrešiť administratívu s tým spojenú. Vďaka príspevku si záujemcovia môžu výrazne znížiť vstupné náklady a zvyšok môžu uhradiť buď jednorazovo alebo na splátky už od 48 € mesačne,“* hovorí Erik Chabreček, expert na riešenie ZEON Solar v ZSE.

Vysoká úspora a dlhá životnosť

Pomocou solárnych kolektorov sa dá ročne ušetriť až 70 % nákladov na teplú vodu. Výška úspory závisí od správneho výberu riešenia pre konkrétnu domácnosť, od počtu členov domácnosti a od orientácie kolektorov. *„V rámci ponuky ZEON Solar máme riešenia na ohrev vody buď pre 2- až 3-členné domácnosti, ako aj pre viacčlenné domácnosti. Zákazníkom ponúkame kompletné riešenia, ktoré v sebe zahŕňajú samotné ploché solárne kolektory, 200- alebo 300-litrový zásobník vody, čerpadlovú jednotku, expanznú nádobu a ďalšie príslušenstvo. Solárny zásobník uskladňuje vodu ohriatu kolektormi, vďaka čomu ju môžu obyvatelia domu využiť v čase, ktorý im vyhovuje a využiť tak všetku vyrobenú energiu len na vlastnú potrebu,“* dopĺňa Erik Chabreček zo ZSE. Solárne kolektory ZEON Solar majú životnosť až 30 rokov, záruku 12 rokov a veľmi nízke prevádzkové náklady. Montáž trvá maximálne 2 dni a realizuje sa bez zásahu do konštrukcie domu. *„V slovenských podmienkach majú väčší zmysel ploché kolektory než vákuové trubicové. Trubicové kolektory majú vyššie prevádzkové náklady a v prípade topiaceho či zamŕzajúceho snehu na streche môže dôjsť k deštrukcii vákuových rúr, čo pri plochých kolektoroch nehrozí. Preto napríklad aj v Nemecku či v Rakúsku absolútne dominujú riešenia s plochými kolektormi,“* odporúča odborník zo ZSE.

Vyberte si dodávateľa, ktorý má skúsenosti

Pri výbere dodávateľa je dôležité rozhodnúť sa pre firmu, ktorá má s inštaláciou solárnych riešení rozsiahle skúsenosti. ZSE za posledné dva roky inštalovala svojim zákazníkom 338 riešení ZEON Solar po celom Slovensku. Okrem profesionálneho poradenstva, montáže, záručného a pozáručného servisu je v ZSE výhodou špeciálna servisná prehliadka po 2 rokoch, spojená s výmenou teplonosnej kvapaliny, a to úplne zadarmo.

Viac informácií na www.zeon.sk/solar

SOLÁRNE KOLEKTORY NA ÚSPORU ENERGIÍ

S FINANČNÝM PRÍSPEVKOM AŽ 1 750 €

ZEON

INOVÁCIE OD EXPERTOV ZSE

LESK A BIEDA slovenských kúpeľov

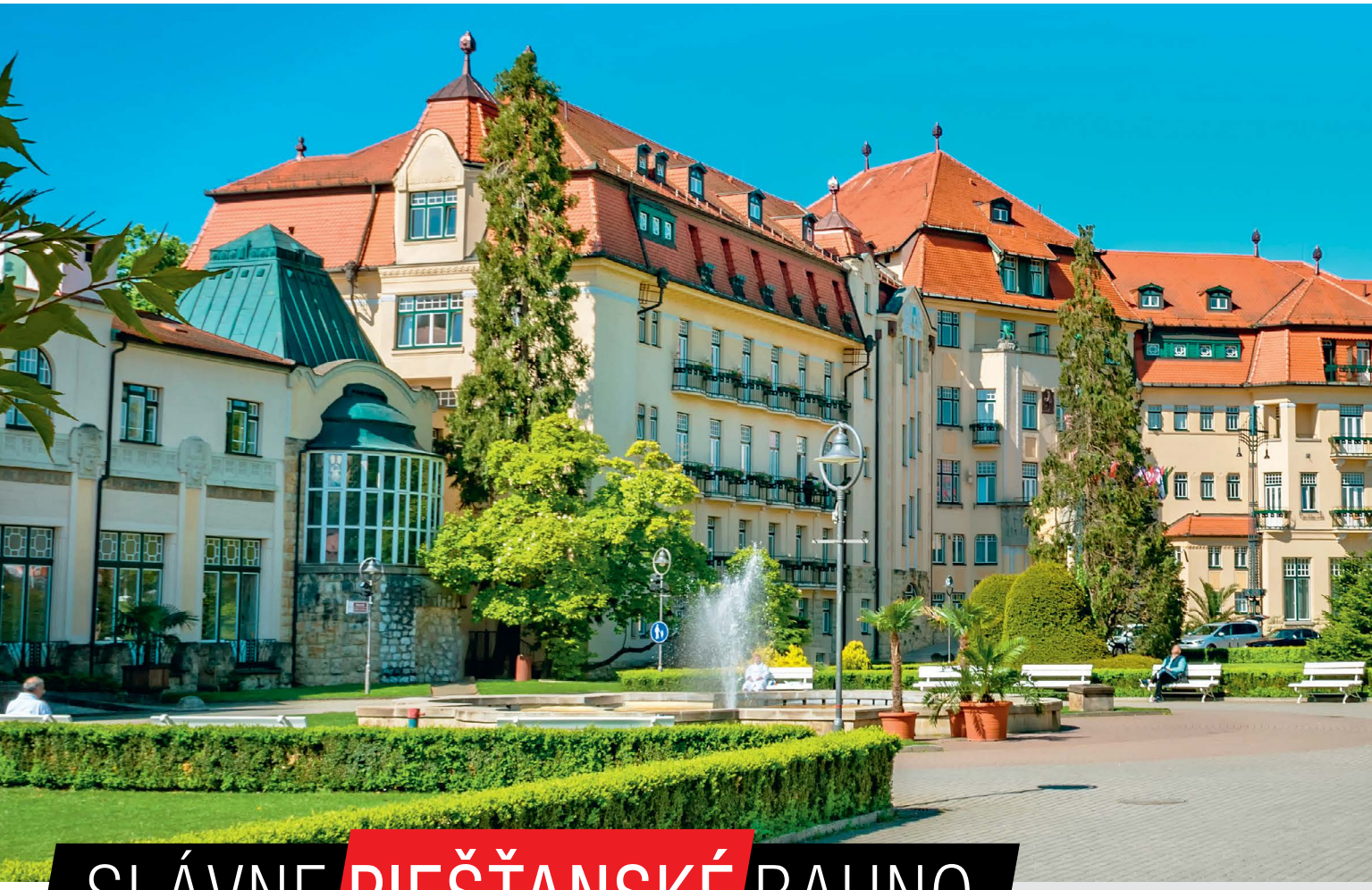
Slovensko patrí vďaka kvalite kúpeľníctva medzi európske veľmoci. Na našom území sa nachádza množstvo prírodných liečivých, minerálnych a termálnych vôd, ktoré sú základom každých kúpeľov. Tie sa v historických zápisoch začali spomínať už v 12. storočí a my sme sa pozreli na súčasnosť niektorých z nich.

Autor: Roman SLUŠNÝ, **Foto:** Shutterstock, Wikipedia, archív kúpeľov

Luxusné bazény komplexu Spa Aphrodite.

RAJECKÉ TEPLICE PLNÉ HVIEZD

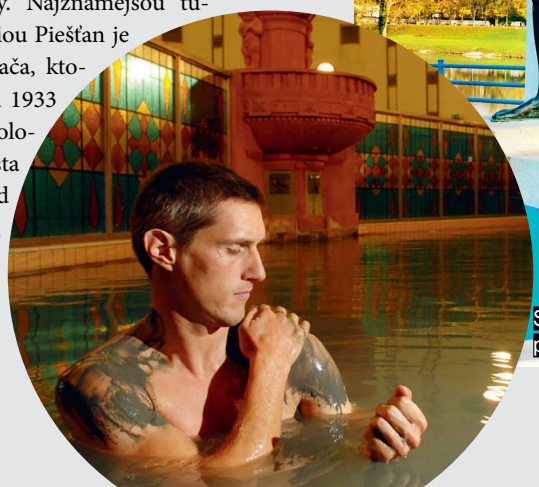
Rajecké Teplice patria medzi najkrajšie a najznámejšie kúpele na Slovensku. Nachádzajú sa východne od Považskej Bystrice a na juh od Žiliny, v údolí rieky Rajčianka a v blízkosti Strážovských vrchov či Malej Fatry. Žriedla termálnych prameňov majú vďaka 38 °C teplej vody vynikajúce liečivé účinky, a to najmä na poruchy pohybového ústrojenstva, zápalové ochorenia centrálneho nervového systému, nervovo-svalové degeneratívne choroby aj choroby z povolania. Dominantou kúpeľov je v antickom štýle riešený kúpeľný dom Aphrodite. Tento liečebný a relaxačný komplex je centrom kúpeľov Rajecké Teplice a svojím vybavením spĺňa aj tie najnáročnejšie kritériá. V rezorte je niekoľko hotelových zariadení vrátane päťhviezdičkového Royal Apartment Aphrodita Palace, v ktorom v roku 2014 bývali aj futbalové hviezdy slávnych klubov Real Madrid a FC Barcelona počas kvalifikačného zápasu o postup na ME do Francúzska medzi Slovenskom a Španielskom. S trochou humoru sa dá povedať, že luxus, ktorý futbalistom z Pyrenejského polostrova v kúpeľoch Aphrodita Spy ponúkli, ich učičíkal natoľko, že v spomínanom zápase pod Dubňom našim podľahli 1:2. Kúpele v nedávnej minulosti navštívili aj iní slávni ľudia, ako napríklad princ Anton Von Liechtenstein, českí speváci Karel Gott či Lucie Bílá, trojnásobný majster sveta v cyklistike Peter Sagan, ale napríklad aj bývalý jazdec Formuly 1 Mark Webber z Austrálie. Určite vyskúšali aj minerálnu vodu, ktorá je vhodná na pitné kúry a priaznivo pôsobí na metabolizmus a detoxikáciu. Klientom v kúpeľoch je k dispozícii komplex vzájomne prepojených termálnych bazénov, sáun a parných kúpeľov, ktoré sa nachádzajú v atraktívnych, orientálne ladených priestoroch. Nachádza sa tu i jazierko s možnosťou člnkovania alebo kúpeľný park s nádhernými zákutiami. Klíma v okolí Rajeckých Teplíc priaznivo vplýva aj na regeneráciu zdravých ľudí, a preto sú kúpele ideálnym miestom nielen na liečebné, ale aj na ozdravovacie či rekondičné pobyty.



SLÁVNE PIEŠŤANSKÉ BAHNO

Termálna minerálna voda a unikátne sírne liečivé bahno boli základom pre vznik Piešťanských kúpeľov. Svetoznámymi sa stali vďaka moderným metódam liečby reumatizmu a iných ochorení pohybového aparátu, ale aj prekrásnemu kúpeľnému parku, bohatému kultúrnemu a spoločenskému životu, širokým možnostiam športového vyžitia a aktívneho oddychu. Piešťany patria viac ako 100 rokov k popredným európskym kúpeľom, v ktorých vedia prostredníctvom špecializovaných liečebných postupov znižovať zápaly v kĺboch a obnoviť ich pohyblivosť. Vďaka slávnemu piešťanskému bahnu sa posilňuje imunitný systém, regenerujú poškodené chrupavky a spomaľuje degeneratívny proces kĺbov. Jednou z dominánt Piešťan je práve Kúpeľný ostrov. Táto oáza pokoja a relaxu, ponúka okrem ubytovacích kapacít aj množstvo príležitostí pre rôzne športové aktivity. Nachádza sa tu napríklad 9-jamkové golfové ihrisko, vonkajšie termálne Kúpalisko Eva, kde si nejeden kilometer odplávala aj tunajšia rodáčka Martina Moravcová – naša olympijská medailistka zo Sydney 2002. V jeho areáli sú okrem bazénov aj tenisové dvorce či ihriská na plážový volejbal. Kúpeľný park je ideálnym miestom na prechádzky, ale prakticky v celých Piešťanoch sa môžete cítiť ako v kúpeľoch. Doslova na každom kroku nájdete nejakú kaviareň alebo reštauráciu, v ktorých môžete ochutnať domáce i medzinárodné špeciality. Najznámejšou turistickou atrakciou Piešťan je socha Barlolamača, ktorý stojí od roku 1933 na priečelí Kolonádového mosta vedúceho ponad Váh. Zároveň je to dokonalý symbol liečivej sily piešťanských kúpeľov.

Socha Barlolamača pri Kolonádovom moste.



ZÁHADNÝ AJ ROZPRÁVKOVÝ SLIAČ

Kúpele v Sliači sú známe už vyše 770 rokov, a to najmä vďaka liečivým účinkom unikátnych minerálnych prameňov, ktorých je päť s názvami: Kúpeľný, Štefánik (predtým Jozef), Bystrica (pôvodne Dorotea), Adam a Lenkey pomenovaný podľa prírodovedca a milovníka sliačskej prírody Acaciusa Lenkeyho. Pozoruhodné termálne a minerálne pramene uprostred močaristých lúk a strání nad dedinou Rybáre vzbudzovali už v dávnych časoch záujem nielen okolitého ľudu, ale i učencov a pisateľov. Poverčivý ľud si však dlho nevedel vysvetliť príčinu náhleho uhynutia vtákov a zvierat v okolí prameňov, až kým sa neprišlo na to, že bolo zamorené voľným kysličníkom uhličitým. Povesť o žene s vodnatieľkou, ktorá vošla do jamy s teplou vodou, aby v nej namočila ľan, vďaka čomu sa z choroby vyliečila, sa však zachovala až dodnes. Patrónom sliačskych kúpeľov by pokojne mohol byť hudobný skladateľ Ján Cikker, ktorý im venoval nielen operu, ale aj krásne vyznanie o tom, že sa narodil dvakrát. „Prvý raz v roku 1911 v Banskej Bystrici, druhý raz na Sliači v roku 1958, keď už na moju chorobu žiadne lieky nezaberali, keď som už i ja, ktorý som tak dúfal, že sa uzdravím, prestal veriť. Bol to zvláštny radostný víťazný pocit, keď som znova vykročil k životu a do života. Sliač a jeho voda už neoddeliteľne patria ku mne a môjmu životu.“ Liečila sa tu aj česká spisovateľka Božena Němcová, ktorá v Sliači čerpala inšpiráciu k rozprávke Soľ nad zlato a krásny výhľad smerom na Hron a hory ju zas motivoval pri koncipovaní diela „Podhorská dedina“.

Kúpeľný hotel Palace v Sliači.

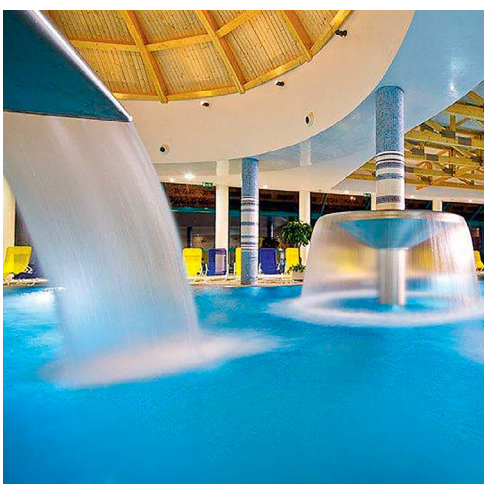
BARDEJOVSKÉ

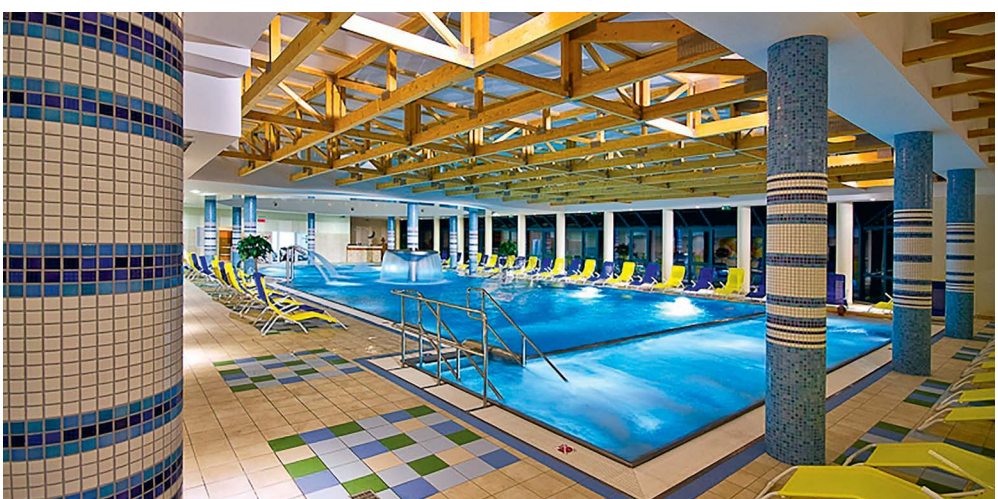
Nielen vďaka dlhoročnej tradícii patria medzi špičku slovenského kúpeľníctva. Nachádzajú sa uprostred prekrásnej prírody horného Šariša asi päť kilometrov od Bardejova. Prvá písomná zmienka o kúpeľoch pochádza z roku 1247, pričom najväčší rozmach kúpeľov nastal na prelome 18. a 19. storočia, kedy sa postavil hlavný kúpeľný dom i niekoľko ubytovacích zariadení. Niekoľko týždňov tu strávil aj rakúsko-uhorský cisár Jozef II., ruský cár Alexander I, ale aj manželka Františka Jozef I. – cisárovná Alžbeta, prezývaná Sissi, ktorej socha sa v kúpeľnom parku vyníma dodnes. Okrem tradičnej liečby vnútorných ochorení sa tu liečia choroby ženské, nervové ako aj ochorenia pohybového aparátu. Celý komplex podávaných liečebných procedúr zabezpečuje Kúpeľný dom, kde je zriadená Balneoterapia s kúpeľnou poliklinikou. V kúpeľoch sa nachádza pešia zóna a lesopark, v areáli kúpeľov je letné kúpalisko s vyhrievanou vodou, tenisové kurty a krytá tenisová hala, miniaturgolf, kyslíková dráha, turistické a cyklistické chodníky, Múzeum ľudovej architektúry - skanzen, kino, obchodné centrum.

Hotel Astória je dominantou celého areálu.

KÚPELE SÚ KLASIKOU

Súčasťou kúpeľov je aj moderné Wellness a SPA centrum (bazénový a saunový svet s kapacitou 150 návštevníkov) a Beauty studio vybavené najmodernejšími prístrojmi na kozmetické kúry a tvarovanie postavy. Nádhernú scenériu kúpeľov dopĺňajú kúpeľné parky a lesné chodníky v areáli a blízkom okolí. Prírodná liečivá voda a nedotknutá príroda sú hlavným bohatstvom, pre ktoré sem chodia tisíce domácich aj zahraničných klientov. Mimochodom, ak by ste v bardejovských kúpeľoch videli nejakú mimoriadne atraktívnu slečnu v bielej rovnošate, tak by mohlo ísť o víťazku súťaže Miss Universe SR z roku 2005 - Juditu Hrubyovú, ktorá tu pracuje ako zdravotná sestra a venuje sa najmä detským pacientom.

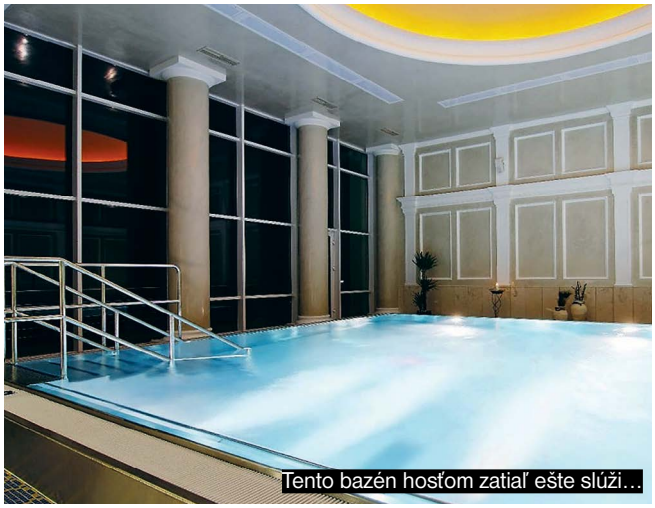




Sochu cisárovnej Sissi odhalili v roku 1903.

BRUSNO SA PÝŠI HVIEZDAMI, ALE...

Okolie Brusna je plné prírodných krás.


Tento bazén hosťom zatiaľ ešte slúži...

Kúpele Brusno ležia v tichom, zalesnenom a ničím nerušenom údolí nádhernej čistej prírody Horehronia v nadmorskej výške 424 m n.m. Nachádzajú sa v oblasti s miernou, teplou a pomerne vlhkou podhorskou klímou. Základom kúpeľnej liečby sú dávkované pitné kúry minerálnou vodou, doplnené bazénovými a vaňovými kúpeľmi v temperovanej minerálnej vode, fyzikálnou terapiou a liečebným telocvikom. Účinok pitných kúr pôsobí najvýraznejšie pri chorobách tráviaceho ústrojenstva. Súčasťou liečebných a relaxačných pobytov v kúpeľoch sú aktívny oddych, relaxácia, rekondičné cvičenia i šport. V areáli kúpeľov sa rozprestiera prekrásny kúpeľný park s možnosťou prechádzok v každom ročnom období. Turistické chodníky sprístupňujú hrebene Nízkych Tatier a masív Poľan, ale aj krásne vyhliadkové lokality Skala, Dubinka a Kopok. Počas leta sa na terase pri kúpeľnom dome Poľana už niekoľko rokov koná muzikálový festival Jozefa Bednárika, ktorý ho založil. Postupne na ňom vystúpili viaceré hviezdy českých muzikálov ako napríklad dnes už, žiaľ, tiež nebohý Petr Muk, Daniel Hůlka alebo Josef Vojtek či poprední slovenskí muzikáloví interpreti ako napríklad Marián Slovák, Mirka Partlová, Natália Hatalová, ale aj herci Soňa Valentová, Štefan Skrúcaný, Ján Koleník či Milo Kráľ. Vysokú úroveň si dlhodobo udržiava aj Veľký kúpeľný ples, kde už boli v nedávnej minulosti hlavnými hosťami Karel Gott, Helena Vondráčková či Lucie Bílá. Bežný návštevník kúpeľov, ktorý v nich strávi dlhší pobyt, však má možnosť vidieť aj odvrátenú stranu brusnianskych kúpeľov, ktorou sú napríklad rozostavané bazény v hlavnom objekte. Aj keď v roku 2007 prebehla v areáli rozsiahla rekonštrukcia, tak nie všetko sa stihlo dotiahnuť, respektíve na dokončenie chýbali peniaze...

KORYTNICU DRŽIA NAD VODOU IBA PRAMENE

Kúpele Korytnica boli kedysi pýchou Slovenska, avšak po ich privatizácii v roku 1996 prešli do rúk vlastníka, ktorý skrachoval a v konkurze ich odkúpil iný podnikateľ. Ten však nemal záujem rekonštruovať chátrajúce budovy, ale iba plničku minerálnej vody Korytnica, ktorú zmodernizoval. Väčšina objektov v Korytnici je však nepoužívaných, mení sa na ruiny a obrastá burinou. Medzitým z nich zmizlo skoro všetko, čo malo akú-takú hodnotu a dalo sa odtiaľ odniesť. Zvyšný majetok síce chráni SBS, ale zatiaľ sa nenašiel nik, kto by za tri milióny eur kúpil 72 384 štvorcových metrov pozemkov s dvanástimi stavbami a siedmimi minerálnymi prameňmi. Je jasné, že potrebné investície by boli asi ešte niekoľkonásobne vyššie. Pritom do roku 1989 bola Korytnica vychýrenými kúpeľmi, kde sa v dávnej minulosti liečili cisár František Jozef či Ľudovít Štúr, ale aj obyčajní ľudia z celej republiky s problémami tráviaceho traktu, prípadne po operáciách. Jedinou viditeľnou investíciou, ktorá sa tu v poslednom období uskutočnila, bola rekonštrukcia prístreškov nad piatimi korytnickými minerálnymi prameňmi s názvami Vojtech I., Vojtech II., Žofia, Jozef a Antonín. Ešte pred pár rokmi sa Korytnica nachádzala na území národného parku, ale medzitým sa podarilo kúpele z neho vyňať, takže by tu prípadný investor mohol bez problémov stavať. Lenže nemá kto...

Budovy v kúpeľoch chátrajú a obrastajú burinou.

Do Korytnice vedie aj cyklistická trasa.

Nad niektorými prameňmi vybudovali nové prístrešky.

Takto to tam vyzeralo pred desiatimi rokmi...

KDE VŠADE SÚ U NÁS KÚPELE?

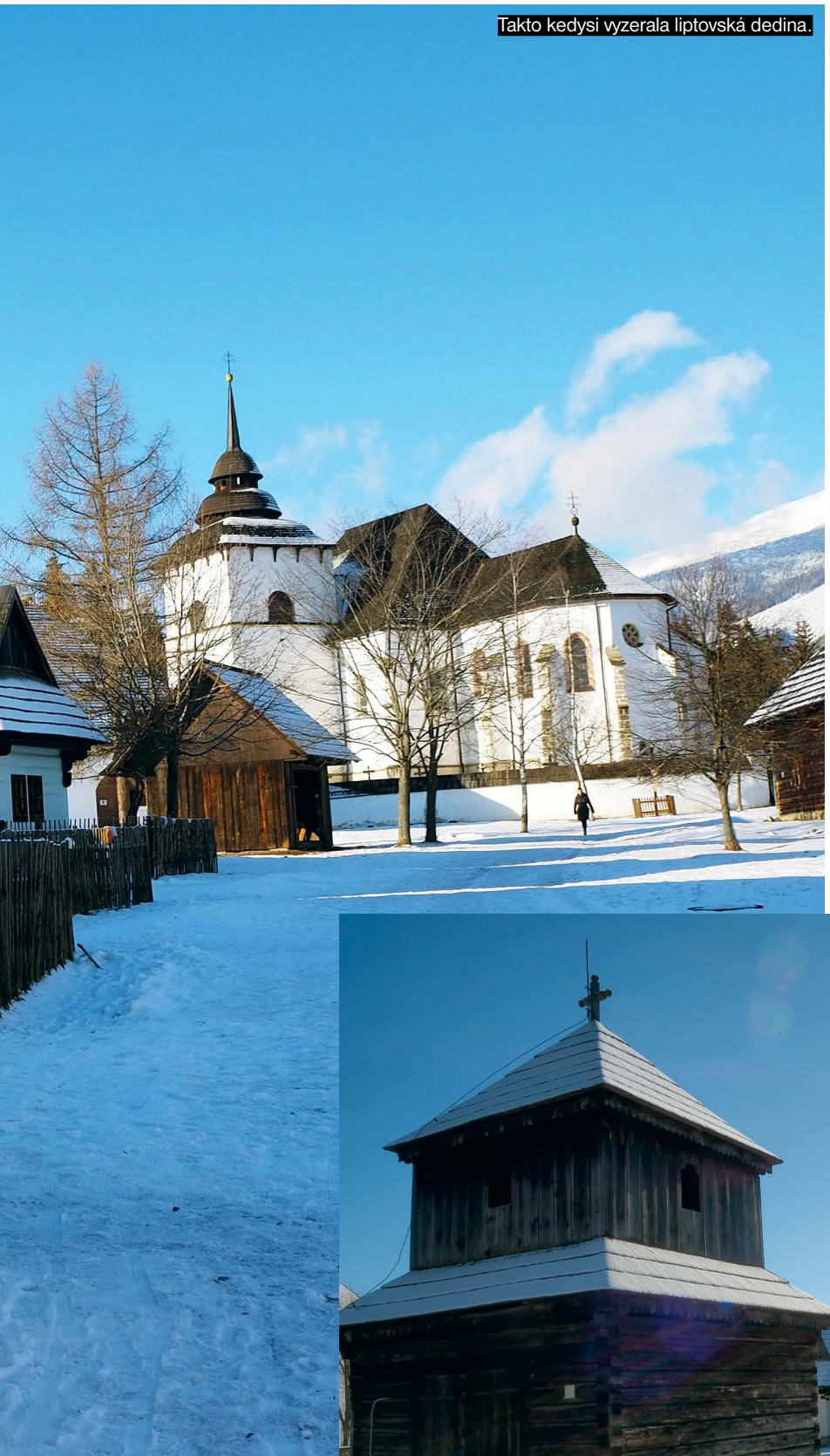
Trenčianske Teplice, Bojnice, Vyšné Ružbachy, Nový Smokovec, Červený kláštor, Číž, Klimatické kúpele Štós, Turčianske Teplice, Lúčky, Sklené Teplice, Dudince, Kováčová, Smrdáky, Nimnica.

Mnohé drevenice nemali komín: za ten sa totiž platila daň! Dymník preto ústil pod strechou. Žiaľ, iskra z pece neraz preskočila na domček a nezhorel len ten, ale celá ulica.

Liptov na dlani

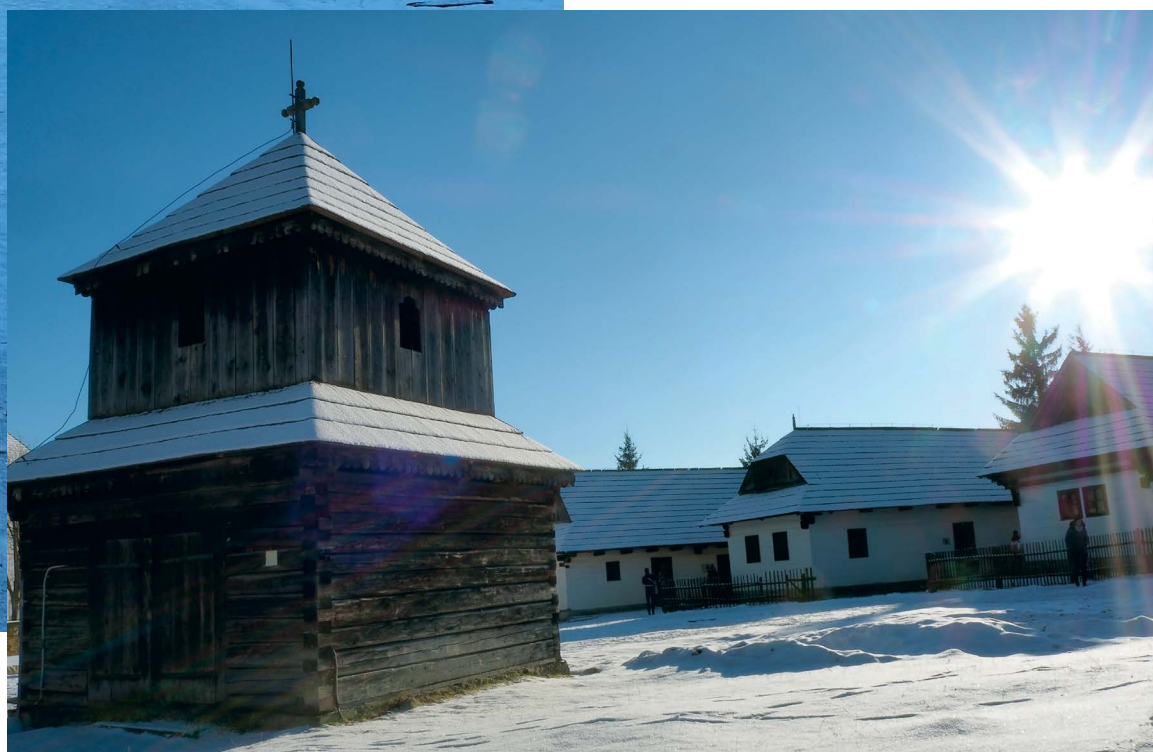
Skanzen v Pribyline láka aj na filmové príbehy, ktoré sem zasadili. Určite si spomínate napríklad na historickú snímku Bathory od režiséra Juraja Jakubiska…

Autor: Ondrej DOBROTA, **Foto:** od



Takto kedysi vyzerala liptovská dedina.

Kaštieľ z Parížoviec sa spája s kráľom Matejom Korvínom…



Liptov je turisticky najnavštevovanejší región Slovenska. Nezáleží na tom, či je jar, alebo pod Tatrami stále vládne zima, milým tipom, ako si v ňom spestriť dovolenku, je návšteva Múzea liptovskej dediny v Pribyline. Najmladší slovenský skanzen stojí neďaleko cesty z Liptovského Hrádku do Vysokých Tatier. Z diaľnice medzi Žilinou a Prešovom sa sem autom dostanete približne za desať minút. Nikam sa neponáhľajte, na návštevu múzea si vyčleňte aspoň pol dňa.

V prvom rade nás upúta scenéria, aká sa len tak nevidí. Pod rozprávkovými domčekmi sa vypínajú vysoké hory. Kde ste to už videli? Tí starší v tradičných slovenských rozprávkach. Stredná generácia v šotoch s Michalom Dočolomanským či Jankom Kronerom, najmenší v reklamách mobilných operátorov. No všetci v najdrahšom filme slovenskej kinematografie, Bathory. Štáb v skanzene vtedy postavil dnes už neexistujúcu krčmu s holubníkom, v ktorom vo filme stáli Jiří Mádl aj Bolek Polívka.

DOMY BEZ KOMÍNOV

Od tých čias utieklo pod Tatrami veľa vody. Skanzen navštívili prezidenti, diplomati či ombudsmani z celej strednej Európy. Obdivovali drevenčky, v ktorých žili roľníci a remeselníci, no tiež dva vzácne kamenné objekty. Pôvodne poľovnícky zámoček z Parížoviec, usadlosti, ktoré zatopili vody Liptovskej Mary, sa spája s kráľom Matejom Korvínom. V Pribyline postavili jeho vernú kópiu. Zámoček zažil časy panských lovov a pitiek, aj tie, keď ho obklopovali nevábne maštale. Dnes opäť pôsobí elegantne a pýši sa tromi salónmi, ktoré nazvali podľa farby nábytku: žltý, ružový, zelený.

Dedinské bytie zasa ukazujú tradičné domčeky. Obydlia želiara, krajčíra, kováča, kolára či robotníka pôsobia, akoby ich namaľovali, no život v nich bol zložitý. Mnohé drevenice nemali komín: za ten sa totiž platila daň! Dymník preto ústil pod strechou. Žiaľ, iskra z pece neraz pre-

Kópia kostola z Liptovskej Mary, v ktorom sú drevené sošky aj jedny z najkrajších drevených vyrezávaných lavíc na Slovensku.

Uvidíte aj dopravné prostriedky našich predkov.

Takto kedysi žili ľudia, ktorí patrili k bohatším.

Múzeum liptovskej dediny v Pribyline je najmladší slovenský skanzen. Stojí neďaleko cesty z Liptovského Hrádku do Vysokých Tatier. Z diaľnice medzi Žilinou a Prešovom sa sem autom dostanete približne za desať minút. Nikam sa neponáhľajte, na návštevu múzea si vyčleňte aspoň pol dňa.

skočila na domček a nezhorel len ten, ale celá ulica. Najzložitejší bol spánok. Jeden človek v jednej posteli bol prepych: takže obvykle spával otec so synom, mama s dcérou, starí rodičia s vnúčatami.

VYREZÁVANÉ LAVICE

Najväčším postrachom minulosti bol oheň. Úrodu v sýpkach si liptovskí gazdovia chránili dvomi strechami. Jedna bola zo šindľov, druhá murovaná. Ak sýpka vzbĺkla, strhli z nej šindeľ požiarnymi hákmi ešte predtým ako plamene zasiahli obilie. Dominantou skanzenu je kópia ranogotického kostola Panny Márie. Pôvodne stál v obci Liptovská Mara. Vyrezávané drevené lavice v ňom sú bohato zdobené a zrejme najkrajšie na Slovensku. V tichu tu môžete rozjímať iba so sprievodcom.

Objektom, ktorý milujú školáci, je jednotriedna škola z Valaskej Dubovej. Niektorí žiaci by iste menili. Ich predchodcovia do nej totiž chodili len v období, keď nemuseli pomáhať rodičom na poli. Učiteľ síce patril k vidieckej honorácii, no jeho izba bola súčasne pracovňou, študovňou, kuchyňou, obývačkou i spálňou. K bohatšej vrstve kedysi pod Tatrami patril aj mlynár. Mlyn, v akom žil, je vedľa jazierka a historickej Považskej lesnej železnice v hornej časti areálu. Je ďalšou atrakciou areálu, ktorý by ste na konci liptovskej zimy určite nemali obísť.

Mária Havranová a Tony Porucha pri nakrúcaní filmu v Bratislave.

BACKSTAGE na jar vtancuje na plátna

Už 15. marca začína svoju púť v našich kinách nový slovenský film BACKSTAGE, ktorý je plný skvelého tanca, hudby a energie. Film umožní divákom nahliadnuť do zákulisia tanečnej šou, kde o výhre nerozhoduje talent, ale najmä ľudské príbehy a osudy tanečníkov, pre ktorých predstavuje súťaž doteraz najväčšiu životnú príležitosť. V hlavných úlohách sa predstavia herečka Mária Havranová a tanečník Tony Porucha zo skupiny The Pastels.

Autor: Arina Film Production, **Foto:** Backstage, Mayo Hirc

Čo vás presvedčilo, aby ste sa rozhodli, že do tohto projektu pôjdete?

MARY: Nebola som tá, ktorá sa rozhodovala, či to prijať alebo nie. Zavolali ma na kasting do tanečného filmu, bola som rada, pretože som dlhšiu dobu nemala žiaden projekt, a tak som sa veľmi potešila, že prišlo niečo nové, zaujímavé a hlavne netradičné. Tanec zbožňujem, takže som nemala nad čím premýšľať.

TONY: Som celkom sebakritický človek a nevedel som si predstaviť seba v hereckej úlohe (vlastne stále ešte možno neviem), a možno práve aj tá výzva bola jednou z príčin, prečo som nakoniec súhlasil s ponukou hrať Buddyho. Rozhodovanie mi uľahčil aj fakt, že do projektu sme išli spoločne aj s našou skupinou "The Pastels", vďaka čomu som sa necítil sám v novom filmovom svete.

Mária, vo filme budete stvárňovať postavu Mary. Máte s touto postavou niečo spoločné?

MARY: Áno máme, minimálne meno (smiech). Keď som si prvýkrát prečítala scenár, bola mi sympatická, určite som sa v nej našla a aj keď jej minulosť je úplne odlišná od tej mojej, v jadre osobnosti sme si veľmi podobné. Je to mladé, slušné, mierne naivné dievča, ktoré žije jednoduchým životom a musela sa popasovať s niektorými neľahkými udalosťami, ktoré ju síce poznačili, ale nedáva to najavo. Tak to robíme mnohí. Myslím si, že viaceré ženy a dievčatá sa v nej nájdu, ale viac nebudem prezrádzať.

A čo vy, Tony? Našli ste sa v postave Buddyho?

TONY: Buddy je veľmi ambiciózny a cieľavedomý chalan. Má svoje sny a je pre ne ochotný obetovať všetko. S Buddym toho až tak veľa spoločného nemáme. Skôr by sa dalo povedať, že je môj pravý opak.

Aké sú vaše najsilnejšie zážitky z nakrúcania? A naopak, je aj niečo, na čo spomínate neradi?

MARY: Je ich viacero, nakrúcali sme na etapy takmer rok, takže sa toho udialo naozaj veľa a v pamäti mám množstvo skvelých okamihov, z ktorých je ťažké vybrať iba jeden... Pre mňa sú však vždy pamätné momenty práve tie, keď ide o silné emócie, tie sa mi vždy vryjú do pamäte a aj vo filme sa presne také nájdu. Boli sme veľmi dobrá partia, mám z nakrúcania veľa zážitkov, mám na čo spomínať a robím to rada. A na nepríjemné veci treba zabudnúť. Vždy sa niečo vyskytne, nejaké problémy, ale bez toho by to nebolo ono.

TONY: Mne nenapadá konkrétny deň alebo scéna, no celé nakrúcanie je v podstate jedna silná a príjemná spomienka a nie je nič také, na čo by som spomínal nerád. Niektoré dni boli možno ťažšie a boli sme občas aj unavení, ale nevyskytlo sa nič také, na čo by som už nechcel spomínať.

Mary, diváci vás poznajú najmä z televíznych seriálov a divadelných hier. Bola pre vás príprava na hlavnú úlohu v celovečernom filme omnoho náročnejšia?

MARY: Áno, bola to drina v každom prípade, pretože to bola nielen herecká, ale aj tanečná rola. Musela som sa sústrediť na ➤

Po úvodnom tanečnom súboji

väčšie množstvo vecí, ako som zvyknutá. Nebolo to vždy jednoduché. Mám síce dobrú pamäť na texty alebo akcie, ale tanečnú pamäť až takú vytrénovanú nemám, a preto to bolo pre mňa náročnejšie. Bola to veľká škola.

Takže s tancom ako takým ste sa pri filme stretli prvýkrát?

MARY: Tanec je moja veľká záľuba, ale, paradoxne, som sa mu nikdy nevenovala, pretože mi na to už nezvyšoval čas. Tancovala som si vždy sama pre seba, pustila som si hudbu a tancovala tak, ako som to cítila, a to mi vlastne zostalo dodnes. Veľakrát si ventilujem hlavu tak, že si pustím obľúbenú hudbu a v podstate sa z niektorých vecí vytancujem, pomáha mi to. Na základnej škole som robila nejaké choreografie na Deň matiek, to ma bavilo, rovnako, aj keď som prišla na konzervatórium a neskôr na VŠMU, stretla som sa s rôznymi štýlmi tanca. K hip-hopu som však intenzívne privoňala až vďaka filmu a bola to veľká skúsenosť a zábava zároveň, niekedy však aj drina.

Tony, pre vás, naopak, muselo byť veľkou výzvou herectvo. Ako prebiehala vaša príprava pre splnenie takejto výzvy?

TONY: Pôvodne som mal hrať inú postavu, kde by toho hrania nebolo tak veľa, takže príprava nebola nejako potrebná. Veci sa ale na poslednú chvíľu pomenili a ja som dostal úlohu Buddyho. Na prípravy už nezostalo príliš veľa času. Zo začiatku som sa skúšal pripravovať doma, ale po prvých dňoch nakrúcania som zistil, že to bolo viac-menej zbytočné. Priamo na mieste sa často môže zmeniť text či nálada postavy a pre mňa bolo ťažšie meniť priamo na pľaci už doma nacvičené veci.

Ako tanečník máte určite veľa skúseností s účinkovaním v rôznych televíznych šou a súťažiach. Dá sa zákulisie takýchto udalostí porovnať s tým, ako to je zobrazené vo filme BACKSTAGE?

TONY: Našťastie, moje skúsenosti neboli také dramatické. Od začiatku do konca bolo naše súťaženie viac-menej zábava a potešenie, čo sa nedá úplne povedať aj o filmovom príbehu.

V čom je film BACKSTAGE iný od ostatných slovenských filmov a prečo by si ho diváci mali prísť pozrieť?

MARY: Pretože je to prvý slovenský tanečný film. Pretože bude plný dobrého tanca, skvelej hudby a šikovných ľudí. Pretože tam budem ja (smiech). Pretože bude nielen o tanci, ale aj o vzťahoch, láske, šťastí, problémoch, skrátka o živote... A preto, že sme do toho každý dali kus seba a snažili sa vytvoriť dielo, ktoré vám niečo povie a v tom najlepšom prípade sa vás dotkne.

TONY: V prvom rade si myslím, že je dobré podporovať „domácu" tvorbu, pretože natočiť film od samotného nápadu, cez realizáciu, až po posledné úpravy vôbec nie je jednoduchá záležitosť. Backstage je plný tanca, hudby, vzťahov a, samozrejme, aj nejakej tej drámy. Je iný ako zahraničné tanečné filmy a určite sa naň oplatí ísť do kina, ale hlavne preto, aby ste na veľkom plátne mohli vidieť moje adolescentné fúziky, ktoré som si musel vypestovať. (smiech).

Posledný natáčací deň na Štrbskom Plese.

Dievčaťu zachránila ruku jej noha

Lekári z bratislavského Národného ústavu detských chorôb jedinečným spôsobom zachránili 16-ročnej dievčine ruku poškodenú nádorom.

Autorka: lov,
Ilustračné foto: samphotostock.cz

Mladému dievčaťu našli lekári nádor na ľavom predlaktí a zápästí, ktorý narástol do obrovských rozmerov. Išlo o nádor, ktorý je považovaný za semimalígny, teda polozhubný. „Keď sme videli rozsah nádoru, obávali sme sa, či predsa len nie je zhubný. Opätovne sme teda urobili histológiu. Vzorka nám potvrdila tretí stupeň nádoru, a teda aj to, že môže malignizovať, čiže by sa mohol stať zhubným. Pacientke úplne zničil kosť a premenil ho na mäkké jazvovité tkanivo," povedal prednosta ortopedickej kliniky nemocnice prof. MUDr. Milan Kokavec, PhD., MPH.

Lekári sa rozhodli nádorom poškodenú kosť na predlaktí nahradiť vlastným kostným transplantátom, a ten dievčaťu odobrali z predkolenia. Lekári zvolili takýto postup u detskej pacientky s nádorom prvý raz.

PRIEBEH OPERÁCIE

Lekárom sa, našťastie, podarilo nádor celý vybrať, a to až do zdravého tkaniva. Vybratú kosť nahradili potom vlastnou kosťou pacientky. „Využili sme na to ihlicu z protiľahlej strany predkolenia, ktorú sme odobrali spolu s cievnou stopkou, ktorá vyživovala ihlicu," vysvetlil Milan Kokavec. Ak je kosť na cievnej stopke, je podľa špecialistu viac ako 90 percentná nádej, že sa prihojí. Ako dodal, lekári nechceli kostný transplantát len priskrutkovať, potrebovali, aby bola kosť živá a hojila sa. Preto sa obrátili na skúsených plastických chirurgov z Ružinovskej nemocnice v Bratislave, a to na MUDr. Drahomíra Palenčára, PhD.

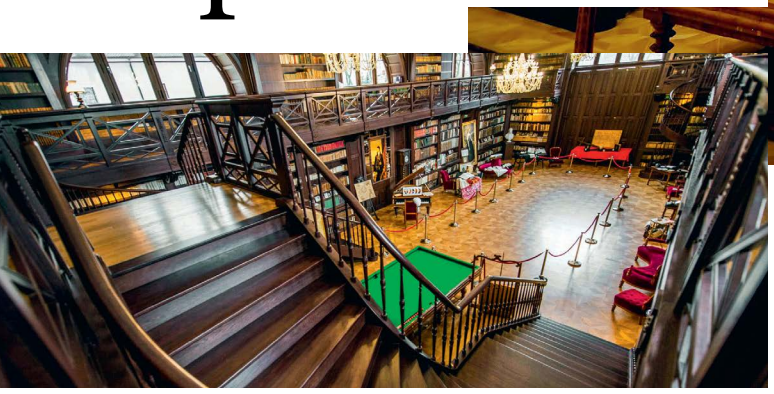
Kosť odobratá z predkolenia nebude mať žiaden vplyv na funkciu nohy a pacientka to nebude nijako pociťovať. „Je to kostička, ktorá nemá žiadnu funkciu v tej časti, z ktorej sme ju odobrali. Zobrali sme len časť ihlice, hlavičku sme nechali na predkolení a táto časť chýbať nebude. Ak by sme ju vybrali napríklad dole od členka, tam by chýbala a členok by bol nestabilný," vysvetlil profesor Kokavec.

OSEM HODÍN, PÄŤ LEKÁROV

Pri operácii, ktorá trvala takmer osem hodín, lekári vybrali celý tumor, ktorý mal až osem centimetrov a zasahoval až do záprstných kostí. Museli pritom dbať na to, aby nepoškodili tepny a žily, aby ruka zostala živá. Pri operačnom stole pracovalo až päť lekárov, pričom každý mal svoju nezastupiteľnú úlohu, vrátane plastického chirurga. „Odobral som nádorom poškodenú kosť, ďalší kolegovia súčasne odoberali kostný transplantát z nohy pacientky i s cievnou stopkou v potrebnej dĺžke," opísal priebeh operácie Milan Kokavec.

A čo trvalo počas operácie najdlhšie? Zošívanie ciev, ktoré cievny mikrochirurg zošíval až tri hodiny pod špeciálnym očným mikroskopom. Ako dodal profesor Kokavec, ak by nemali túto najmodernejšiu zdravotnícku technológiu, nezhubný nádor by sa mohol zmeniť na zhubný a riešením by bola amputácia. Takto mladému dievčaťu zachránili ruku.

Klenoty v poličkách



Marec je mesiac knihy, a tak treba pripomenúť, že aj u nás máme miesta, kde sa sústreďujú vo väčšom množstve. Knižnice predstavujú najväčší symbol nášho intelektuálneho vývoja. Mnohé boli budované roky a ich atmosféru by mal zažiť každý milovník literatúry.

Autor: Róbert DAVID, **Foto:** archív autora, shutterstock

Okrem ďalších diel obsahuje knižnica v Oponiciach vzácne aktá pápežov a koncilov, dielo Giordana Bruna z roku 1585, prácu Isaaca Newtona zo začiatku 18. storočia, listy Galilea Galileiho univerzite v Pise, verše Michelangela Buonarrotiho, diela Machiavelliho či Leonarda da Vinciho.

OPONICE - SKVOST DÝCHAJÚCI HISTÓRIOU

Možno sú knižnice v dnešnej dobe miesto, kde vo voľnom čase asi len tak nevybehnete a taktiež knihy sa už akosi nenosia, no ak uvidíte Apponyiovskú knižnicu v Oponiciach, tak vám tá krása vyrazí dych. Ľudia sa pri pohľade na interiér cítia ako v Oxfordskej knižnici alebo na čarodejníckej škole Rokfort z rozprávky o Harrym Potterovi. Do jej fondu patrí viac ako 20 tisíc exemplárov, ktoré si môžu návštevníci pozrieť celoročne. Do kníh môžu nahliadnuť za dodržania stanovených podmienok, v bielych rukavičkách. Knihy sú písané v desiatke jazykov a najstaršou je dielo gréckeho rečníka Isokrata zo švajčiarskeho Bazileja z roku 1515, najmladšia kniha v depozite je anglický román Strašidelný dom, pochádza z roku 1940.

Okrem ďalších diel obsahuje knižnica vzácne aktá pápežov a koncilov, dielo Giordana Bruna z roku 1585, prácu Isaaca Newtona zo začiatku 18. storočia, listy Galilea Galileiho univerzite v Pise, verše Michelangela Buonarrotiho, diela Machiavelliho či Leonarda da Vinciho. V knižnici sa nachádzajú prvé vydania románov Alexandra Dumasa, Charlesa Dickensa, Honoré de Balzaca, Viktora Huga i tvorba Kanta, Goetheho či Rousseaua. Na začiatku vzniku tohto unikátneho miesta bol gróf Anton Juraj Aponi a jeho veľká záľuba v zbieraní kníh. Tá nakoniec vyústila až ku založeniu osobnej knižnice vo Viedni a po grófovej smrti sa majetku zhostil jeden z jeho synov, Anton Aponi, ktorý sa taktiež aktívne zapojil do obohatenia knižnice. Keď už priestory vo Viedni nestačili, knihovník Carl Anton Gruber prišiel s návrhom presťahovať ju do rodného Uhorska. Po viacerých presunoch sa tituly udomácnili v Oponiciach, kde interiéru dominuje empírový nábytok z Paríža, ktorý bol dokonale zrekonštruovaný. V zbierkach knižnice sa kedysi nachádzala Gutenbergova Biblia, ktorou vo februári 1455 začal Gutenberg hromadnú tlač. Dodnes existuje približne 60 jej exemplárov, väčšina z nich je na území Nemecka. Žiaľ, knižnica bola viackrát prerieďená na aukciách vo Viedni, v Londýne či v Prahe. Aj tak tu nájdeme klenoty a miesto dýcha

atmosférou. Práve tu, v knižnici, sa svojho času objavila aj tanečnica a speváčka Josephina Bakerová. Múza Ernesta Hemingwaya a Pabla Picassa spievala a tancovala na biliardovom stole, ktorý dodnes stojí v zrekonštruovanej Apponyiovskej knižnici. Za sedem rokov od poslednej veľkej rekonštrukcie ju navštívilo približne štvrť milióna návštevníkov, pričom až jednu tretinu tvorili cudzinci.

REČNIL TU ŠTÚR

Najstaršia a najväčšia vedecká knižnica u nás je Univerzitná knižnica v Bratislave. Ešte predtým, než plnila svoju terajšiu funkciu, sídlil v budove Uhorský snem a práve v jej priestoroch rečnil pred takmer dvesto rokmi poslanec Ľudovít Štúr. V poslaneckom prejave dôrazne obhajoval nutnosť výučby na ľudových školách v materinskej reči. V rámci rozpravy o otázke zrušenia poddanstva vyjadril svoju vlastnú koncepciu a ďalšia jeho rozprava sa týkala mestských práv a slobôd. A dnes? „Univerzitka" je vrcholnou štátnou kultúrnou, informačnou, vedeckou a vzdelávacou inštitúciou v oblasti knižničnej, bibliografickej a kultúrnej činnosti. Je to ústredná štátna knižnica, ktorá zabezpečuje rozvoj vedy, kultúry a vzdelávania. Vlani tvorili jej knižničný fond takmer tri milióny dokumentov v klasickej papierovej a elektronickej podobe, vrátane súborov dokumentov z OSN či UNESCO. Knižnica obsahuje aj slovenské i zahraničné dizertačné práce, zbierky rukopisov a rôznych tlačovín zo stredoveku. Nachádza sa tu aj zbierka islamských rukopisov Safveta-bega Bašagića zapísaná do zoznamu UNESCO pamäť sveta. Knižnicu ročne navštívi asi 14-tisíc návštevníkov a za rovnaký čas pribudne takmer 30-tisíc nových kníh. Knižnica má viac ako 20-tisíc aktívnych používateľov a po časti rekonštrukcie si môžete posedieť v atraktívnom presklenom priestore modernej inštitúcie, ktorá je druhým domovom väčšiny vysokoškolských študentov navštevujúcich akademickú pôdu v hlavnom meste Slovenska.

NAŠE NÁRODNÉ BOHATSTVO

No a do tretice kultová a národná knižnica v Martine. Myšlienka založenia Slovenskej národnej knižnice ako depozitára kultúrneho písomného dedičstva slovenského národa sa objavila už v 1. polovici 19. storočia. V roku 1858 sa Martin Hamuljak, keďže si bol vedomý, že Slováci nemajú centrálnu kultúrnu inštitúciu muzeálneho či knižničného typu, rozhodol venovať svoju knižnú zbierku, čo bolo takmer 3-tisíc zväzkov kníh, rukopisov, obrazov a rytín, katolíckemu gymnáziu v Banskej Bystrici s podmienkou, že ak vznikne celonárodná ustanovizeň, jeho knižnica sa odovzdá do jej vlastníctva. Jeho želanie sa v plnom rozsahu realizovalo po založení Matice slovenskej v roku 1863. Matica dlhé roky zhromažďovala tlačené, rukopisné, obrazové, muzeálne a iné zbierky o dejinách a kultúre slovenského národa. Po jej zrušení zostali zbierky zatvorené v matičnej budove v Martine, a tak sa vytvoril určitý základ stotisícovej reprezentatívnej národnej knižnice. Do polovice minulého storočia tvorilo knižničný fond už vyše 300-tisíc zväzkov. Vznikla potreba veci uskladniť v modernej a funkčnej budove. Sídelná budova Slovenskej národnej knižnice bola ako jedna z dominánt mesta Martin postavená v rokoch 1964 až 1975. Vtedy novátorská budova postavená technológiou zdvíhaných stropov je obložená betónovými fasádnymi obkladmi, ktorých neosobnosť zmierňuje niekoľko umeleckých diel od popredných slovenských výtvarníkov –Vincenta Hložníka, Vladimíra Kompánka či Milana Laluhu. Dnes je martinská knižnica moderná vedecká, kultúrna, informačná a vzdelávacia inštitúcia, ktorá slúži všetkým občanom Slovenska a používateľom zo zahraničia. Je konzervačnou knižnicou a depozitnou knižnicou Slovenskej republiky, ktorá prednostne zhromažďuje, odborne spracúva, uchováva, ochraňuje a sprístupňuje domáce a zahraničné dokumenty. Čo to znamená? Všetky knihy, ktoré sa u nás vytlačia i všetky noviny či časopisy, ktoré vyjdú, nájdu svoje miesto v martinskom depozite. Aj preto fondy a zbierky Slovenskej národnej knižnice obsahujú viac ako 5 miliónov kníh a viac ako dva milióny archívnych dokumentov.

Najstaršia a najväčšia vedecká knižnica u nás je Univerzitná knižnica v Bratislave. Ešte predtým, než plnila svoju terajšiu funkciu, sídlil v budove Uhorský snem a práve v jej priestoroch rečnil pred takmer dvesto rokmi poslanec Ľudovít Štúr.

Nádvorie Univerzitnej knižnice v Bratislave je priestorom, kde sa môžu konať aj rôzne akcie.

Z miništranta Janka vyrástol svetový šprintér

VIZITKA JÁNA VOLKA

Narodený: 2. novembra 1996
Disciplína: šprinty
Klub: BK HNTN Bratislava
Tréneri: Naďa Bendová, Róbert Kresťanko
Osobný rekord na 60 m: 6,58 s
Osobný rekord na 100 m: 10,15 s
Osobný rekord na 200 m: 20,33 s

Keď ako malý chlapec miništroval v kostole, tak sa mu asi ani nesnívalo, že raz z neho bude jeden z najlepších slovenských atlétov. Začínal ako futbalista, ale postupne sa z neho stal veľmi úspešný šprintér, ktorý si to vlani na mítingu v Ostrave rozdal v behu na 100 metrov s fenomenálnym Jamajčanom Usainom Boltom. Čo všetko nám Ján Volko o sebe prezradil?

Autor: Andrej MIZNER, **Foto:** Archív J.V.

Ako ste sa dostali k atletike?

Začínal som s futbalom, ktorému som sa venoval osem rokov. Nebol som však príliš technický typ, no na druhej strane som bol rýchly, a tak sa ma otec jedného dňa spýtal, či by som nechcel skúsiť atletiku. Nebol som touto myšlienkou veľmi nadšený, keďže dieťa sa neprispôsobí tak rýchlo na niečo nové ako dospelý, no napokon som privolil a následne som sa dva roky venoval futbalu a atletike súčasne. Až potom som s naháňaním lopty definitívne sekol.

Atletika vás chytila za srdce hneď alebo to prišlo až časom?

Zo začiatku som ju bral ako koníček, na atletické tréningy som chodil dva razy týždenne. Až v maturitnom ročníku som sa jej začal venovať na profesionálnejšej úrovni. Dovtedy to však nebolo v mojom prípade výlučne o šprinte, ale skúsil som viacero disciplín. Celkom rád som mal skok do diaľky, kým skok do výšky zasa vôbec nie.

Zbadali ste už v detstve, že ste rýchlejší ako ostatní rovesníci?

Dá sa povedať, že áno. Už ako štvrták na základnej škole a aj o rok neskôr som vyhral kinderiádu, takže nejaké tie základy tam boli, no v tom čase som ich nerozvíjal, keďže som sa atletike ešte nevenoval.

Po kom ste zdedili športový talent?

Ťažko povedať, otec je síce veľký športový fanúšik a aj sa kedysi venoval atletike, ale nikdy to nebolo na profesionálnej úrovni a mama už vôbec nie. Možno po niekom z predchádzajúcich generácií, ale ani v tomto prípade nie som si celkom istý, či bol niekto až tak pohybovo nadaný.

Vaša kariéra postupne naberá na obrátkach, prekonali ste jeden slovenský rekord za druhým. Aké máte ambície, čo sa týka časových limitov na jednotlivých tratiach?

Ťažko povedať, či som sa k nim už nepriblížil, alebo tie, po ktorých som kedysi túžil, už aj nepadli. Ak sa to však bude každým rokom zlepšovať, tak to bude skvelé. Na stovke by som sa chcel čo najviac približovať k desaťsekundovej hranici a na dvojnásobnej trati k dvadsiatim sekundám.

Jedným z neopakovateľných životných momentov boli dozaista aj pre vás vlaňajšie preteky v Ostrave, kde vo vedľajšej dráhe bežal fenomenálny Jamajčan Usain Bolt. Ako ste to prežívali?

Bola to veľká šou a som šťastný, že som mohol niečo také zažiť v poslednom roku Boltovej kariéry. Hoci môj výkon nebol ideálny, tak v prvom rade som si chcel tie preteky užiť, a to sa mi aj podarilo. Samozrejme, že som bol trochu nervózny, no nemal som zasa ambície Bolta poraziť.

Snívali ste niekedy o tom, že raz budete s Boltom pretekať?

Obdivoval som ho, sledoval jeho kariéru a do určite miery bol aj mojím vzorom, no, že raz budem s ním súperiť a dokonca bude bežať hneď vedľa mňa, tak niečo také sa mi, veruže, nikdy ani len neprisnilo.

V istom rozhovore ste sa vyjadrili, že trénerka Naďa Bendová je ako vaša druhá mama. Čím ste si tak sadli, v čom je výnimočná?

Predovšetkým je to žena a matka dvoch detí, takže aj ten jej prístup ku mne ako k jej zverencovi je iný. Nie som pre ňu len športovec, ale má ma rada aj ako človeka a vidí vo mne viac ako len kus mäsa a kostí, ktorý dosahuje výsledky.

V priebehu krátkeho času ste sa stali na Slovensku známym. Spoznávajú vás už ľudia na ulici?

Nestáva sa mi to zasa často, ale občas ma niekto spozná. Skôr sa však niečo také deje na pretekoch, kde deti na mňa pozerajú ako na svätý obrázok, až sa častokrát divím, že ma vnímajú ako atletického superhrdinu.

Keby ste mali sám seba zhodnotiť, aké sú vaše najsilnejšie stránky a v čom máte ešte rezervy?

Pri dvojstovke mám asi najväčšie predpoklady, viem dosť dlho tolerovať laktát, teda pracovať v podmienkach, keď väčšina šprintérov už nemá kapacity. Zároveň som vďaka stavbe tela celkom silný. Čo sa týka mojich rezerv, jednou z najzásadnejších je azda to, že nemám až tak dobrý reakčný čas, čo sa do určitej miery dá natrénovať, ale skôr to býva vrodené.

Vlani ste boli vyhlásený za najlepšieho atléta roka na Slovensku a v ankete o Športovca roka ste skončili štvrtý. Čo tieto ocenenia pre vás znamenajú?

Bolo to niečo nečakané a úžasné. Obe ocenenia si nesmierne vážim, aj keď v prvom prípade sa to zrejme dalo čakať, keďže nejaké výraznejšie výsledky slovenská atletika vlani nezaznamenala. V druhom prípade bolo pre mňa obrovským úspechom už len to, že vďaka hlasom odborníkov a novinárov som sa dostal do prvej desiatky najlepších športovcov „pod Tatrami."

Máte nejaký talizman alebo rituál, ktorý pred pretekmi nikdy nevynecháte?

Talizman nemám žiadny a rituálom je asi to, že ako veriaci človek sa vždy prežehnám.

Keď sme už pri viere, čo to pre vás znamená?

Vyrastal som u Saleziánov v bratislavskej Trnávke, do určitého veku som dokonca aj miništroval a Boh znamená pre mňa stále veľmi veľa. K viere som bol odmalička vedený, je to súčasť môjho života. Verím, že Boh mi nejakým spôsobom pomáha, stará sa o mňa a to, čo robím, má nejaký zmysel aj v jeho očiach. Zároveň som presvedčený, že chce, aby som dosahoval dobré výsledky a to, čo sa deje, nie je náhoda. Aj preto sa vždy snažím nájsť si chvíľu na to, aby som nevynechal návštevu kostola.

Popri atletike sa venujete aj škole. Aký odbor študujete?

Momentálne som tretiak na Fakulte informatiky a informačných technológií, no zrejme ju ‚vymením´ za Fakultu elektrotechniky, pretože v informatike som sa veľmi nenašiel. Takže uvidíme, kde nakoniec skončím.

Začiatkom marca vás čakajú halové MS v Birminghame a potom v auguste kontinentálny šampionát v Berlíne. Aké sú vaše ciele na týchto podujatiach?

Na majstrovstvá sveta nepôjdem s veľkými očami, postup z rozbehu by bol malý zázrak, svetová úroveň je totiž niekde úplne inde ako tá európska. A čo sa týka majstrovstiev Európy, veľmi by ma potešil postup do finále na 200-metrovej trati, čo si myslím, že je aj dosiahnuteľné.

„Keby som vedela, čo ma čaká, nikdy by som si nezačala s otcom dieťaťa," vzdychne Tamara. Najhoršie je, že po vypočutí jej príbehu ju vôbec neľutujem. A som šťastná, že si môj ex ešte nenašiel ďalšiu partnerku, lebo keby mala byť taká na naše dieťa, aká bola Tamara, bolelo by ma srdce.

Autorka: PERLA, **Foto:** shutterstock

ŽELÁM si dobrú macochu

Tamara bola kolegyňa. Neboli sme priateľky, ale sedeli sme spolu v jednej kancelárii, a keďže Tamara často nemala do čoho pichnúť, viedla monológy o svojom živote. Niekedy som mala pocit, že to ani nehovorí mne, len sa potrebuje vyrozprávať. Takže som si „odžila" jej vzťah od prvotného romantického vzplanutia, až po jeho smutný záver.

Dodnes si pamätám, ako sa zoznámila s Radom. „Jeho ex má zo mňa veľký mindrák. Veď by mi mohla byť matkou. Asi už má hormonálne problémy z blížiaceho sa prechodu. Chlapa nemá, lebo má vysoké nároky a ten kto ich spĺňa, zas nechce ju," konštatovala sucho Tamara. Mala 25, svet, aj Rado jej ležali pri nohách. Vedľa Rada však mala svoje miesto aj jeho štvorročná dcéra Nina.

Čo sa pamätám, najskôr to medzi nimi bola čistá idyla. Rado vídal dcéru len cez deň, s Tamarou ju brávali na výlety, hrali sa s ňou, čítali si rozprávky. Občas sa síce stalo, že Rado mal nejakú robotu a Tamara zostala s jeho dcérou celý deň sama, ale varili spolu, nevadilo jej to. A spočiatku ani to, že Rado akoby chcel, aby Ninu milovala ako jej vlastná matka.

Lenže potom Tamara začala s Radom bývať. A Nina začala chodievať na celé víkendy. A bolo po idyle. „Predstav si, tá malá nechce spať bez otca!" oznamovala mi rozhorčene. „Vynucuje si spať medzi nami! Za to môže tá jej šľahnutá matka. Rozmaznáva ju."

Snažila som sa hlesnúť niečo o tom, že keď od rodiny odíde otec, nenecháš dieťa spať vo vedľajšej izbe, keď ste v byte samé dve, ale nepočúvala ma. Išla si svoje. Ako Rado rozložil gauč a keď bola dcéra u nich, spal s ňou na ňom. A ako sa kvôli tomu hádali. Pripadalo mi, akoby súperila s dieťaťom, kto získa Rada na svoju stranu. Kto z nich dvoch bude mať navrch. Tamara prehrala a aj to ovplyvnilo jej vzťah k malej Nine.

„Och, bože, zajtra zase príde tá malá. Mám chuť niekde zmiznúť," povedala mi zas raz v piatok. To mala Nina sedem rokov. „Nič, čo navarím, jej nie je dosť dobré. Chce len palacinky a cestoviny s kečupom. Jesť pri stole nebude, pobehuje po byte. A dúfam, že jej nebudem musieť umývať vlasy, lebo to

reve ako zmyslov zbavená. A vieš, čo na to Rado? Keď ju napomeniem, hneď po mne vyskočí, že ju nemám rada a dovolí jej všetko."

Samozrejme, zas bola podľa Tamary na vine zlá výchova jej hormonálne nevyrovnanej matky, ktorá len pýta výživné pre seba a nestará sa.

Tamara dúfala, že keď otehotnie a porodí, niečo sa zmení. Pamätám sa, že po pôrode chcela od Rada, aby k nim Nina nechodila tak často, veď stačí, keď príde raz za mesiac. Neuspela a zase raz sa pohádali.

Kým bola Tamara na materskej, kontakt som s ňou nemala, ale nezabudla som na ňu. Práve som sa rozvádzala a desila ma predstava, že budem posielať svojho syna do domácnosti ženy, ktorá ho neznáša. Na tých rozprávkach o macochách asi fakt niečo je. Dievčatá idú s krásnymi ilúziami do vzťahov s otcami detí a potom ich dobehne realita a nevlastné deti nemôžu vystáť. Ak muž počúva, kompromis sa nájde. Ak nie, buď sa detí z predchádzajúceho vzťahu vzdá, alebo ich nechá fungovať vedľa ženy, ktorej čoraz viac lezú na nervy. Lebo vlastná krv je vlastná krv a k tej bývajú ľudia menej kritickí.

Tamara sa po materskej vrátila do práce. Už sme spolu síce nesedeli, ale vždy si našla čas prísť za mnou a pokračovať v nárekoch. „Tá malá s ničím nepomôže, v izbe má neporiadok, ani riady neumyje, už je na to dosť veľká! Ako ju to tá jej matka vychováva?" rozčuľovala sa. „A vieš, čo mi povedala? Že jej mama stíha všetko! Ešte je aj drzá! Rado ju stále obhajuje, stále som ja tá zlá." A štvali ju, samozrejme, aj peniaze. „Aké má to decko nároky. Chcela mobil, Rado jej ho kúpil, aj oblečenie a topánky, chodí s ňou na pizzu a jej matka si dovolí požiadať o zvýšenie výživného? Vysáva z neho peniaze cez dieťa. Máme spolu Sáru a nechcem, aby doplácala na jeho ex a dcéru. Stovka jej nestačí?"

„Nestačí," hovorím jej na základe vlastných skúseností. „Len obedy v škole stoja mesačne 30 eur, ďalších 16 eur družina. Tie peniaze skutočne nie sú na jej mejkap. Alebo ty by si z toho dokázala zabezpečiť dieťaťu všetko, čo potrebuje?"

Zbytočná bola moja snaha...

A napätie sa stupňovalo. „Je ku mne odporná, robí mi napriek a ignoruje moje rozkazy. A keď na ňu už nahučím, Rado mi to vráti, že čo po nej ziapem. To decko si u nás môže robiť, čo chce bez toho, aby jej ocinko niečo povedal. Ale naposledy ma už úplne vytočil. Naša Sára, vieš, má štyri, je teraz vzdorovitá ako každé dieťa v jej veku, a skúša, čo môže... Tak po jednom výstupe jej dal na zadok a potom hovorí svojej dcére, ´ty si bola taká poslušná, tebe som nemusel nikdy dať po zadku´. Pritom je totálne nevychovaná." Už som mlčala. Áno, v očiach macochy sú vždy nevychované len nevlastné deti...

Moja trpezlivosť mlčiaceho svedka skončila príbehom o tom, ako si Tamara uspokojuje vlastnú frustráciu. Vždy, keď Rado nebol doma a ona sa musela starať o dve deti, dala svojej Sáre jesť niečo iné, lepšie ako Nine. O pár minút na to volal Rado, že mu volala ex, že jej volala Nina a plakala, že chce ísť domov a on sa pýta, čo jej zas urobila. „Tá malá stále medzi nami vyvoláva len hádky," zakončila to Tamara.

„Je mi ľúto toho dieťaťa," povedala som jej vtedy. „A dúfam, že takých macoch ako ty, je len zopár! Vedela si, do čoho ideš, že Rado má dieťa, a to dieťa bude vždy na tej istej úrovni ako vaše dieťa. A, mimochodom, to dieťa má toho ešte menej ako tvoje. Nemá pri sebe svojho otca! A tvoj príbeh už nechcem počúvať."

Tá situácia nevlastných detí v nových rodinách ich otcov mi však nešla z hlavy. Šla som ju hľadať na internet. Bohužiaľ, namiesto uspokojenia som sa ešte viac vydesila. Nedalo mi veľa námahy nájsť fóra, na ktorých sa macochy sťažujú na svoje nevydarené nevlastné decká. Ako im lezú na nervy, ako majú títo spratkovia dostať upratovací plán, ktorý treba dodržiavať, ako si zle umývajú zuby, akí sú nevychovaní, ako ich príchod nabúra rodinnú pohodu a systém, ako s nimi macochy nekomunikujú a vedome ich ignorujú a zároveň ľutujú samé seba, keď tieto deti začnú v puberte vzdorovať. Na tých fórach sa tieto ženy len málokedy zamysleli nad tým, že dieťa vidí svojho otca štyri dni do mesiaca, a najmä, že je to stále dieťa. Najsmutnejšie boli ojedinelé výkriky, príspevky detí, dnes už dospelých, čo takúto macochu ´prežili´. Ako ich k nej odkladal otec, kým sedel v krčme. A ako macocha zúrila, že má na krku štyri deti a odbavovala si to na nich. Bola som zhrozená. Vedia matky týchto detí, čo zažívajú každý druhý víkend alebo to tieto deti v strachu, že stratia aj to málo času, čo trávia s otcom, taja?

Nie dlho po tom, ako som sa s Tamarou prestala baviť, som sa od kolegýň dozvedela, že mu dala ultimátum. Buď ona alebo jeho dcéra. Vraj jej povedal, že keď sa vzdá dcéry, bude nešťastný. Vďakabohu za takého citlivého muža, ktorý nepristúpil na také absurdné vydieranie.

O rok sa rozišli. Tamarina dcéra Sára má šesť rokov a jej manžel novú partnerku. Nechcela by som byť v Tamarinej koži. Čo asi tak môže mať v hlave, keď sama najlepšie vie, akej nenávisti voči nevlastným deťom sú schopné macochy?

Dieťa? Pokojne aj hneď!

„Mne sa nechce hnať za peniazmi. Dokážem sa uskromniť a zistil som, že človek toho veľa nepotrebuje," hovorí Braňo Deák (35), ktorý si ani z nálepky sexsymbol ťažkú hlavu nerobí. Ako herec najnovšie hviezdi v seriáli Oteckovia a už si vie predstaviť, že aj sám bude otcom.

Autorka: Natália ROZBORILOVÁ,
Foto: TV Markíza

S manželkou Laďou radi cestujú.

Najnovšie vás vidíme v seriáli Oteckovia, stíhate sa ako herec okrem týchto filmovačiek venovať aj niečomu inému?

Ani nie, pretože seriál sa nakrúca skoro každý deň a keďže tam mám jednu z hlavných postáv, často som na pľaci od rána do večera. Okrem toho hrám aj v divadle, sviatok – nesviatok, takže, keď sa to spočíta, pracovných dní je viac než dosť. Na svoj voľný čas si naozaj musím spraviť čas.

V seriáli máte aj detských kolegov, hoci v súkromí ešte otcom nie ste. Po týchto skúsenostiach si hovoríte, že s dieťaťom ešte počkáte, alebo naopak? Že by ste sa už na rodičovstvo nechali nahovoriť?

Niekedy sú tie nakrúcania naozaj dlhé a náročné aj pre dospelých, nieto ešte pre deti. Aj sám sa niekedy čudujem, ako to zvládajú. Berú to tak dospelácky ako svoju prácu. Áno, na pľaci je to s nim občas únavné, no je to aj zábava. Aj preto si už viem predstaviť, že by som mal vlastné dieťa. Veď nemám dvadsať, tak prečo nie?

Keď to raz príde, aký by ste chceli byť otec?

To sa asi nedá celkom plánovať, ale jedno viem určite. Že by som sa chcel svojmu dieťaťu venovať čo najviac, tak, ako sa kedysi mne a bratovi venoval môj otec. A viesť ho k tomu, aby sa hralo čo najviac v prírode, nie s mobilmi a tabletmi. Som chlapec z dediny a celé detstvo som strávil vonku. Behali sme s kamarátmi po lese a hrali sa na Indiánov, leto sme trávili pri jazere, hrávali sme futbal, hokej, volejbal. Určite by som vlastné deti chcel viesť k láske k prírode aj zvieratám, lebo mám pocit, že nám dnes akosi chýba cit i porozumenie. Asi aj vďaka technológiám, ktoré už dnešné dvojročné deti majú doslova pod palcom. Lenže spoločne strávený čas, ktorý si venujeme, nič nenahradí. A pri deťoch to platí stonásobne.

Ako herec ste na voľnej nohe, už ste si zvykli na neistotu, že dnes síce prácu máte, ale zajtra žiadna ponuka prísť nemusí? A vôbec, dá sa na to zvyknúť?

Túto cestu som si zvolil dobrovoľne, na voľnej nohe som od skončenia VŠMU. Našťastie, na nedostatok práce si nemôžem sťažovať, veď okrem seriálov účinkujem vo viacerých divadelných hrách. Zažil som aj obdobie, kedy ma živili len predstavenia v divadle a keď sa človek uskromní, stačí mu to. Nie som náročný a nechce sa mi hnať za peniazmi. Už som zistil, že človek toho k šťastiu veľa nepotrebuje.

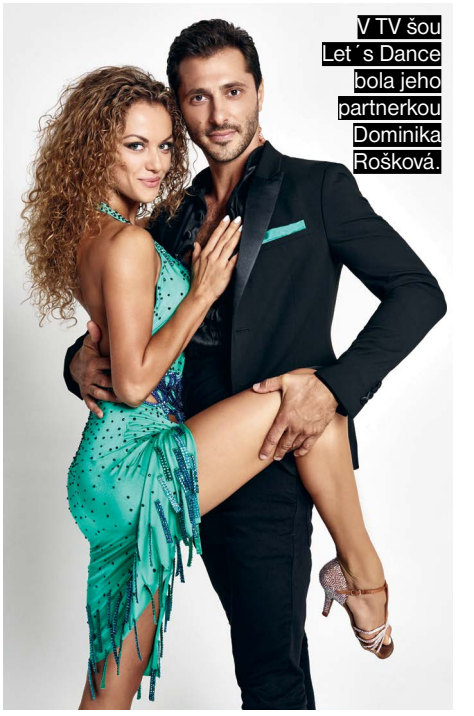
Hercom ste chceli byť odmalička, alebo sa vám táto kariéra len tak prihodila?

Na pľac som chodil už ako dieťa, pretože môj otec sa staral o zvieratá a často spolupracoval s filmármi. Takže môj svet, to boli nielen filmy, ale aj celý zverinec, najčastejšie kone. S nimi som vyrastal. A keď som ako školák chodil do dramatického krúžku, učiteľka sa ma opýtala, či to nechcem skúsiť na konzervatóriu. Keď ma tam prijali, už nebolo cesty späť.

A čo nejaká vysnívaná rola, máte takú?

Nemám, ale rád by som raz dostal rolu v nejakom naozaj dobrom filme s naozaj dobrým scenárom. Film je žáner, ➤

V markizáckom seriáli Oteckovia sú jeho kolegami Vlado Kobielsky, Filip Tůma a Marek Fašiang, ale aj detskí herci



V TV šou Let´s Dance bola jeho partnerkou Dominika Rošková.

v ktorom som mal doteraz najmenej príležitostí a o to viac ma láka a fascinuje. Pokojne si v ňom zahrám aj zloducha.

Nuž, s vaším výzorom asi zloduchov hrať nebudete, veď vaše meno je spojené aj nálepkou slovenský sexsymbol. Už ste si na to zvykli?

Všetky slovenské herecké „sexsymboly", ktoré poznám, spája jedna vec – rozpačité vnímanie tejto nálepky. Dnes je sexsymbolom pomaly každý, kto sa ukáže na obrazovke a je trošku krajší od čerta. Myslím si, že herci túžia skôr po uznaní za svoju prácu a nie za to, ako vyzerajú. Veď to ani nie je ich zásluha, aj ja sa môžem len poďakovať rodičom za dobré gény. A moja žena sa na tom dobre baví. Najmä, keď som doma voľne pohodený v starom tričku a teplákoch, zvykne mi povedať – keby ťa takto videli tvoje fanúšičky.

Neberte im, prosím, ilúzie, veď keď vás vlani videli na parkete tancovať v súťaži Let´s Dance, väčšina diváčok ani nedýchala. Vy ste vedeli, že máte taký tanečný talent?

Vôbec, ja som ani na diskotékach nikdy netancoval. Keď tancovali ženy, to sa mi páčilo, ale muži? Tí, nech sa len pozerajú alebo držia kabelky. No potom som videl film Hriešny tanec a v ňom Patricka Swayzeho. On bol v mojich očiach nielen pán herec, ale aj pán tanečník, spolu s Johnom Travoltom. Obaja boli pre mňa príkladom toho, že aj chlap dokáže tancovať tak, aby to vyzeralo sexi a mužne. A ja som sa snažil nájsť v tanci niečo podobné.

A vydolovala to z vás v súťaži vaša tanečná partnerka Dominika?

Áno, mala so mnou veľkú trpezlivosť, pretože niekedy som naozaj nemal na skúšky chuť ani silu. Stávalo sa, že keď som prišiel na tréning a mal som za sebou štyri – päť hodín spánku, pretože som do noci nakrúcal, prvú hodinu som od únavy ani nerozprával. Veľakrát som sa v behu medzi tréningami, natáčaním a divadelnými predstaveniami nestíhal ani najesť a hovoril som si, že sa na to vykašlem. Ale bola to skvelá skúsenosť, aj keď otvorene priznávam, že som siahol až na dno svojich síl.

Čo najradšej robí Braňo Deák, keď práve nemusí hrať, skúšať ani trénovať? Ako by vyzeral ideálny deň podľa vašich predstáv?

Mne ku šťastiu stačí dobré jedlo a nejaké pekné miesto. A k tomu príjemná spoločnosť. Ideálne je, keď je tam so mnou moja žena alebo kamaráti a ak je z toho miesta pekný výhľad, naozaj nič viac nepotrebujem.

Priznám sa, čakala som inú odpoveď - že si, trebárs, urobíte výlet na motorke. Veď silné stroje boli vašou vášňou alebo to už neplatí?

Ale platí, moja motorka je zatiaľ odparkovaná v garáži a čaká na lepšie počasie. Milujem kone, odmalička som na nich jazdil a keď sedím na motorke, cítim sa podobne. Je úžasné môcť sa len tak „tralalákať" po krajine a pozorovať svet. Ten pocit voľnosti a slobody je pre mňa nenahraditeľný.

Takže aj cestovanie máte v krvi, ste skôr na mestá, hory alebo more?

Na všetky tri. Počas roka veľa času nemám, vtedy si robíme len kratšie výlety na Moravu, do severných Čiech alebo do okolia Banskej Štiavnice. Obaja máme slabosť aj pre Taliansko, ktoré sme už slušne precestovali. Spoznávame tunajšie mestá, chodíme po galériách a múzeách. Navyše, moja žena vyštudovala dejiny umenia, v nej mám tú najlepšiu sprievodkyňu. Radi vymetáme aj filmové festivaly, trebárs tie v Piešťanoch a v Košiciach. Ale chodievame aj do lesa, najmä keď rastú hríby. Ja to mám po otcovi a rovnako vášnivou hubárkou je aj manželka. No a bez mora by sa mi leto zdalo neúplné.

Máte aj nejaké cestovateľské sny alebo ste si ich už splnili?

Pochodil som toho celkom dosť, videl som Ameriku, niečo z východného aj južného pobrežia, zašiel som dokonca až na Havaj, pozrel som sa do Indonézie a Thajska, bol som aj na Novom Zélande. Ale je stále veľa miest, ktoré ma lákajú. Trebárs Albánsko, Rumunsko alebo Rusko.

Do Ruska niektorí fanatici chodia aj vlakom, vy by ste si na to trúfli alebo tento spôsob cestovania nie je nič pre vás?

Práve naopak, taká Transsibírska magistrála vo vlaku musí byť určite parádny zážitok. Priznávam však, že čaru tohto cestovania som podľahol len prednedávnom, je praktické a príjemné. Vlakom chodím najčastejšie do Prahy.

Vy ste sa dokonca aj ženili v Česku, prečo?

Lebo ja, aj moja žena máme radi Čechy. Nielen Prahu, ale aj krásne mestečká od severu na západ, ktoré vyzerajú ako z rozprávky. Pre nás oboch to má zvláštnu atmosféru, aj preto sme sa brali v malebnom Českom Krumlove. Mali sme milú malú svadbu v úzkom kruhu, bol to skôr taký rodinný výlet s bonusom.

Je ešte niečo, čo o vás ľudia nevedia? Zahrajte sa na bonzáčika a prezraďte to na seba...

Napríklad, že pred každým predstavením v divadle si už roky opakujem svoj tajný rituál. Že v lese sa bojím tmy. Že som kutil, lebo môj dedo bol stolár, takže som mu pomáhal majstrovať v dielni a ako dieťa som si vyrábal drevené luky aj šípy. A myslím, že som celkom nadaný na šport. Hrám futbal, hokej, tenis, squash, v zime snoubordujem a v lete jazdím na wakeboarde. Vyskúšal som veľa športov, no keď sa im bolo treba viac venovať, dlho som pri nich nevydržal. Takže dnes viem z každého trošku, ale nič poriadne. Aj preto radšej športujem len rekreačne.

AVS prístroj: nová biomedicína

Prečo sú PSYCHOWALKMANY, odborne AVS prístroje, tak populárne? Je to jednoduché: majú veľa výhod a skvelé účinky pre dnešnú dobu.

Vývoj NASA. Garancia účinnosti.

NAJČASTEJŠIE VYUŽÍVANÉ ÚČINKY

- Rýchle odstránenie stresu a únavy, dokonalá relaxácia.
- Nadpriemerná psychická odolnosť, zrýchlenie učenia o 40%.
- Rýchle odstránenie nespavosti, depresií, bolesti, ADHD a iné.
- Ďalších 20 účinkov - možností.

MUDr. Helmut Rott, Rakúsko/Slovensko

George Clooney: ,,Oddýchnem si s ním rýchlejšie ako pri mori na pláži."

AVS prístroje: zľavy 5-40%! Mimoriadna akcia roka 2018.

Odborný garant pre SR a ČR.

Galaxy® 22 ROKOV

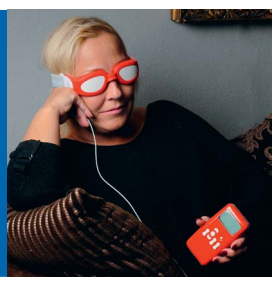
Kamenná predajňa: Bratislava, Špitálska 57. INFOLINKA: **0911 660 091**

www.naj-psychowalkman.sk

Objednajte katalóg a brožúru ZADARMO - cez SMS !

Dostanete online i tlačené: brožúru + katalóg + Ebook

Pošlite bežnú sms so svojou poštovou adresou, emailovou adresou a slovom CESTA na telefón: 0911 660 087. Odosielame obratom.



Rýchlokurz JARNÝCH trendov

Čo sa koncom zimy naučíte, na jar akoby ste našli. Reč je o módnych trendoch, bez ktorých sa v novej sezóne nezaobídete. A my vieme, ako ich nosiť.

Autorka: Natália ROZBORILOVÁ,
Foto: Archív značiek

Ultra Violet

Keďže farbou roka 2018 je podľa spoločnosti Pantone výrazná fialová, aspoň jeden nový kúsok v tomto odtieni by mal byť vašou povinnou výbavou. Skvele sa kombinuje s nude farbami ako piesková, béžová, ale tiež ružová či modrá a kto si netrúfa na príliš krikľavú fialovú, nič nepokazí ani jemnejšou levanduľovou či orgovánovou. Lebo doping v podobe fialky či slivky túto jar potrebuje každý šatník.

Dámske sandálky, Aldo, info o cene v predajni

Fialové nohavice, Lindex, 29,90 €

Dámsky top so širokými rukávmi, Lindex, 29,90 €

Dievčenské tričko s volánom, Reserved, 6,99 €

Pánska košeľa, Zara, 29,95 €

Dámsky trenčkot, Mohito, 64,99 €

Kovboj či motorkár?

Strapce, kárované košele, vysoké čižmy, cvoky, to sú poznávacie znamenia pravého texaského kovboja. Že Divoký západ nie je nič pre vás? Tak si potom vyberte imidž tvrdých motorkárov ako z filmu Easy Rider, ktorí nosili kožené bundy a rozlúsknite dilemu, či budete túto sezónu za kovboja alebo radšej motorkára. Ženy totiž milujú drsných chlapov a tento trend tiež. Aj na sebe.

Pánska motorkárska bunda, Desigual, 179,95 €

Pánska bunda so strapcami, Zara,129,90 €

Pánske motorkárske džínsy, H&M, 39,90 €

Tenisky s vybíjanými cvokmi, Zara, 49,95 €

Pánska bunda na zips, H&M, 49,90 €

Chlapčenská károvaná košeľa, Lindex, 24,99 €

Pánska károvaná košeľa, House, info o cene v predajni

Denim večne živý

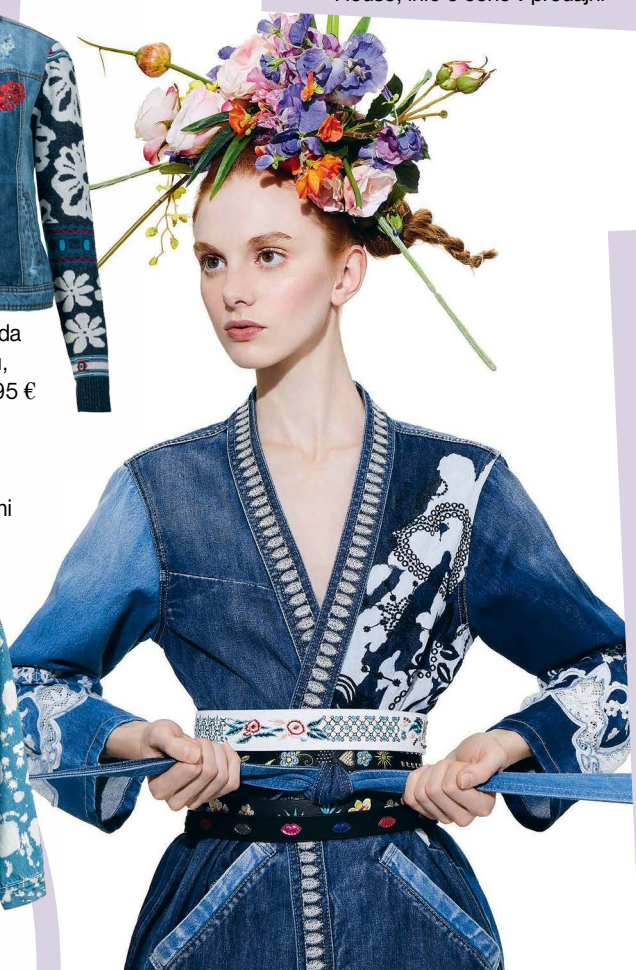
Áno, nie je to nič originálne, veď džínsovina bola trendy vlani, predvlani a bude aj ďalší rok, ale návrhári si asi povedali, že nie je nič lepšie ako stará overená klasika. Túto jar sa nosí opäť vo všetkých odtieňoch od „vypranej" bielej, cez indigovú modrú až po tmavé farby. A kombinuje sa v štýle - čím viac denimových kúskov v jednom outfite, tým lepšie. Ale pozor, nesmú byť nudné, takže stavte na aplikácie, vzory či nápadné detaily, a to platí rovnako pre obe pohlavia.

Dámska bunda s aplikáciou, Desigual, 68,95 €

Dámske džínsy s nášivkami, House, info o cene v predajni

Chlapčenské šortky s motívom, Desigual, 59,95 €

Pánska bunda so vzorom, H&M, 59,95 €



Športu zdar

Nevadí, že sa vám nechce chodiť do fitka, svojho športového ducha môžete dať najavo aj oblečením. Hitom jari sú športové mikiny, bundy, ale aj imidž bežca, aký sa kedysi nosil v 80. rokoch. Áno, máme na mysli presne tú „šuštiakovú" módu, na ktorej sa dnes zabávame. Lenže smiech nie je na mieste, šuštiaky a joggingové kúsky sú späť, tak, ak niekde na povale ešte nejakú takúto bundu vylovíte, pokojne v nej vyrazte do ulíc. A dámy, ktoré ju skombinujú so sukňou či podpätkami, dajú svetu najavo, že vedia, čo sa nosí.

Chlapčenské tepláky s motívom, Lindex, 19,99 €

Dámske nohavice s efektom teplákov, H&M, 24,99 €

Dámska športová mikina, Reserved, info o cene v predajni

Dievčenská bunda na zips, Lindex, 24,95 €

Pánska vzorovaná bunda, H&M, 34,99 €

Saténové tenisky, Puma, info o cene v predajni

Bermudy a šortky

Nie, šortky nie sú určené iba na leto a iba na pláž, stali sa totiž hitom jari a nosia sa s tričkom, košeľou, s pulóvrom, aj so sakom. A platí to dokonca aj pre mužov. Tak čo páni, trúfnete si vyjsť v nich do práce? Dámy, ktoré na šortky so sakom zatiaľ nenašli odvahu, ich môžu skombinovať s dlhým svetrom či kimonom, pretože tie opticky zakryjú odhalené nohy.

Džínsové šortky s aplikáciou, Desigual, 79,95 €

Pánske zelené bermudy, Zara, 19,90 €

Sivé šortky s pukmi plus vesta, Reserved, info o cene v predajni

Pánske bermudy s aplikáciou, Zara, 25,95 €

Golguz – 11 rokov to najlepšie víno

Od roku 2007 spoločnosť Food Farm Hlohovec uviedla na trh víno pod značkou Golguz. Dodnes obhospodaruje a produkuje víno z viníc medzi obcami Bojničky a Dvorníky v lokalite nazývanej Pannonia. GOLGUZ patrí do hlohoveckého terroiru, ktorý v širšom kontexte tvorí významnú časť Malokarpatskej vinohradníckej oblasti.

Poloha zaručuje výnimočnosť

Špecifikom tejto vinohradníckej lokality je poloha a blízkosť rieky Váh, ktorá pozitívne vplýva na mikroklimatické podmienky a dotvára unikátny charakter tejto vinohradníckej lokality.

Vinohrady vinárstva GOLGUZ sa rozprestierajú na celkovej rozlohe 240 ha a vďaka zvlnenému terénu pripomínajú známu oblasť Burgundsko. Lokalita vinohradov je rozdelená do 2 vinohadníckych honov Taličmany a Veľký Háj.

Po stopách Ferdinanda Fussmanna

Základy vinohradov hlohoveckého regiónu zasadil už v roku 1916 Ferdinand Fussmann, ktorý prišiel na Slovensko zo slovinského mesta Maribor. Do roku 1924 postupne vybudoval rozsiahly vinohradnícky areál s menším kaštieľom pri ceste, ktorý využívala rodina ako letné sídlo. Mimoriadne odborné a organizačné schopnosti zaradili Ferdinanda Fussmanna medzi najvplyvnejších podnikateľov Hlohovca v medzivojnovom období, jeho osud však tragicky zasiahol príchod druhej svetovej vojny.

Fussmann sa rozhodol aj s rodinou zostať v čase vojny na Slovensku. Ako vplyvný židovský podnikateľ rodinu i seba v roku 1944 neubránil pred deportáciou. Životná púť rodiny Ferdinanda Fussmanna sa skončila 5. októbra 1944 v Osvienčime. Zachránil sa iba syn Oskar, ktorý po vojne emigroval do Nemecka a neskôr dal v Pannonii postaviť pamätník „Ohnivú pochodeň", ako večnú spomienku na rodinu Fussmanovcov. Pamätník v rekonštruovanej podobe je dodnes miestom piety i oficiálnych stretnutí.

Vinohradnícku usadlosť na Panonii získali po vojne Štátne majetky. V roku 2005 po uplatnení reštitučného nároku vnuka Ferdinanda Fussmanna a následného odpredaja sa vlastníkom stala spoločnosť Food Farm s.r.o..

Vinárstvo dnes

Počas roka si milovníci vína prídu na svoje aj vďaka akciám, ktoré Golguz pre ľudí pripravuje. Na prelome mesiacov apríl/máj je areál vinárstva Golguz na Dukelskej ulici jednou zo zastávok Fraštackého putovania za vínom. Vyhráva živá hudba, k dispozícii sú aj stánky s občerstvením. Akciu navštívi cca. 2000 milovníkov vína. September je zase mesiacom, kedy sa otvárajú brány na Pannonii. Vinárstvo Golguz tam pravidelne oslavuje svoje narodeniny s pozvanými hosťami i návštevníkmi za tónov folklórnej i klasickej hudby, s atrakciami pre deti a množstvom zaujímavých sprievodných akcií.

Široký sortiment

Golguz sa stal v rokoch 2015 a 2017 Vinárstvom roka na Slovensku. Produktový rad vín je rozdelený do 4 kategórií: klasik, veselé vína, edícia Ferdinand Fussmann a ľadové vína. Ochutnať môžete Rulandské biele, Rizling rýnsky, Tramín červený, Devín, Chardonnay, Muškát moravský, Iršai Oliver, Sauvignon, Alibernet, Frankovku modrú, či Frankovku modrú – rosé.

V roku 2014 vo vinárstve GOLGUZ vytvorili nový produktový rad vín pod označením Cuvée Pannonia, pri príležitosti okrúhleho výročia narodenia zakladateľa vinohradníckej tradície Ferdinanda Fussmanna. Vína vznikli ako cuvée biele a cuvée červené víno z tých najlepších odrôd a vín, ktoré sa dopestovali na týchto viniciach, na Pannonii.

Predajňa vína, Hlohovec
Dukelská 21, 920 14 Hlohovec
areál spoločnosti FOOD FARM s.r.o., Hlohovec
mobil: 0918 990 772
Otváracie hodiny:
Pondelok - Piatok: 9.00 – 17.00 h
Sobota: 8.00 - 12:00 h

Zelené pľúca našich interiérov

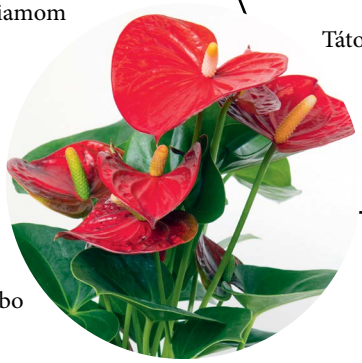
Možno sa vám to nezdá, no aj v interiéri často dýchame nebezpečné výpary – z lepidiel, farieb, oblečenia či cigaretového dymu. V zime sme, navyše, viac vnútri, menej vetráme, strácame kontakty s prirodzeným prečisťovaním vzduchu. Viete, že je niekoľko interiérových rastlín, ktoré vedia filtrovať vzduch okolo seba? Zlikvidujú vraj až deväťdesiat percent škodlivín z ovzdušia.

Autorka: Blažena ZEMANOVÁ, **Foto:** shutterstock

LOPATKOVEC ZVLHČUJE VZDUCH

Táto rastlina prečisťuje vzduch od acetónu, trichlóretylénu, benzolu a podobne, popritom osviežuje ovzdušie tým, že vyparí veľa vody vo forme vodnej pary. Darí sa jej aj v polotieni a neprekáža jej ani suchý vzduch v zimnom období. Ak sa nadmerne polieva alebo hnojí, začnú jej hnednúť konce listov. Pri dobrej starostlivosti pravidelne kvitne bielymi štíhlymi kvetmi, ktoré v určitých hodinách šíria príjemnú vôňu. Presádza sa práve v tomto marcovom období.

ANTÚRIA KRÁSNA AJ UŽITOČNÁ



Má veľmi rada svetlo, no na priamom slnku je neduživá a nekvitne. Práve zaujímavé kvety sú jej dominantou a osviežia každý interiér. Dajte ju teda radšej ďalej od okna. Antúria zachytí nebezpečný amoniak a xylén, ba aj formaldehyd. Občas ju jemne roste na listy, najmä v čase intenzívneho kúrenia, lebo obľubuje vlhké ovzdušie.

DRACÉNA ZABOJUJE S TRICHLÓRETYLÉNOM

Táto impozantná kráska je nielen dominantou interiéru, ale aj vynikajúco čistí vzduch od trichlóretylénu. Potrebuje dostatok svetla a teplejšie priestory s teplotou okolo 20 až 22 stupňov. Ak je v miestnosti príliš sucho, hnednú jej končeky listov. Polievajte menej, stačí, ak je substrát mierne vlhký.

SVOKRINE JAZYKY DODÁVAJÚ KYSLÍK

Svokrine jazyky sú rastliny, ktoré si zaslúžia oveľa viac pozornosti, než len vtipkovanie o svokrách. Dodávajú totiž veľa kyslíka a výrazne znižujú podiel trichlóretylénov a formaldehydov vo vzduchu. Tie sú súčasťou nábytku z drevotriesky, preglejok, lepeniek, podlahovín, farieb, lakov, kobercov či tapiet. Jazyky sú veľmi vďačné, majú radi svetlo, no nesmú nachladnúť. V zime ich polievajte menej, rastlinu nikdy neroste.

AZALKA ZATOČÍ S CIGARETOVÝM DYMOM

S cigaretovým dymom, amoniakom a xylénom, ktorý sa uvoľňuje napríklad z lakov na nechty, si poradí azalka. Vyžaduje si však v interiéri chladnejšie priestory, inak jej veľmi skoro opadajú listy a môže aj vyschnúť.

CHAMÉDOREA – POŽIERAČ ŠKODLIVÍN

Strapatá palmička je vynikajúcim „požieračom“ viacerých škodlivín v interiéri. Navyše sa pestuje veľmi jednoducho, lebo je odolná proti škodcom a chorobám. Dobre sa cíti aj v tieni, chráňte ju pred priamym slnkom. V zime, v období pokoja, privíta aj teploty okolo 14 stupňov, vtedy ju premiestnite do chladu a menej polievajte.

NEFROLEPKA JE IDEÁLNA DO KÚPEĽNE

Tento kvet obľubuje svetlé miesto, vydrží aj nižšie teploty na severnej či východnej strane. Ak máte kúpeľňu s oknom, určite doň postavte kvetináč s nefrolepkou do misky s vodou a kamienkami. Čistí vzduch od formaldehydu, zvládne absorbovať aj xylén, ktorý je nebezpečnou súčasťou saponátov a odmasťovačov.

GERBERA POHLCUJE FORMALDEHYD

Dajte si gerberu v kvetináči na stôl do kuchyne. Nielenže ju farebnými kvetmi oživí, no spoľahlivo pohltí formaldehyd a benzén. Podobné vlastnosti majú aj chryzantémy.

Videoklip sa nakrúcal vo vozňoch 1. a 2. triedy, lôžkovom, detskom, spoločenskom a v reštauračnom vozni.

HUDOBNÝ HIT UKAZUJE VÝHODY CESTOVANIA NA ŽELEZNICI

Železničná spoločnosť Slovensko (ZSSK) spolu so známou hudobnou skupinou odštartovala koncom januára novú kampaň. Chce, aby ľudia viac využívali výhody železničnej dopravy a cestovali jej vlakmi. Kampaň s názvom „Ideme vlakom“ má prilákať viac cestujúcich.

Autor: mc, **Foto:** ZSSK

Skupina S Hudbou Vesmírnou nahrala pre ZSSK pieseň o cestovaní vlakom. Skladbu sprevádza videoklip natočený v uvoľnenej atmosfére priamo vo vlaku. To, čo sa začína ako obyčajná cesta, sa cez výpočet všetkých výhod, ktoré so sebou cestovanie vlakom prináša, postupne mení až na spontánnu párty v spoločenskom vozni.

„S kapelou S Hudbou Vesmírnou máme veľa spoločného – ich priamočiary, úprimný a neskresľujúci umelecký prejav korešponduje s našimi strategickými cieľmi: transparentnosť, úprimnosť a efektivita,“ vysvetlil Filip Hlubocký, predseda predstavenstva a generálny riaditeľ ZSSK.

Celá kampaň cieli na internetové banery, sociálne siete, citylighty. Snahou je budovať značku ZSSK ako moderného a dynamického dopravcu a propagovať benefity vlakovej dopravy.

Daniel Sorizzo Kis z formácie S Hudbou Vesmírnou: „Pre spoluprácu sme sa rozhodli aj preto, lebo máme vlakom odjazdených naozaj tisíce kilometrov. Koľajnice a vlaky nám pripomínajú mladosť a detstvo. Ak máme možnosť priložiť ruku k dielu pri ich zlepšovaní, prečo nie. A nielen to, asi najviac sa nám páči, že vlaková doprava je jedna z najekologickejších. Nadchla nás myšlienka, že možno práve teraz má šancu ukázať nový šat.“

Pesnička za 11 dní dosiahla 500-tisíc videní na Youtube a facebooku ZSSK. Videoklip zaznamenal 99 % pozitívnych lajkov a na Youtube v sekcii „Trending“ vyskočil na 2. miesto.

- ✓ Pesničku nájdete na facebookovom profile ZSSK a kanáli Youtube.
- ✓ Na stránke idemevlakom.sk si môžete stiahnuť mp3, zvonenie na mobil alebo spustiť na Spotify.

APPKA NA SMS LÍSTKY

Ide vám vlak a nemáte lístok? Pomôže aplikácia, ktorá zjednoduší nákup SMS lístka. Stačí si zvoliť typ lístka a stlačiť tlačidlo „KÚPIŤ“. Aplikácia následne vygeneruje SMS v požadovanom tvare. Po odoslaní správy vám bude do dvoch minút doručený SMS cestovný lístok. Služba je dostupná pre zákazníkov všetkých štyroch slovenských mobilných operátorov. Princíp je jednoduchý – stačí si vybrať z ponuky: 20-minútový za 1,30 €, 60-minútový za 2,50 €, 180-minútový lístok pre cestujúcich s nárokom na bezplatnú prepravu stojí 0,30 €.

Približne do dvoch minút príde spätná SMS, ktorou sa cestujúci preukáže vo vlaku.

SMS lístok platí vo všetkých osobných vlakoch (kategória Os). Neplatí vo vlakoch vyšších kategórií (rýchliky, regionálne expresy a podobne). Pre trate Tatranských elektrických železníc treba v aplikácii zvoliť odlišný typ lístka.

V aplikácii cestujúci nájde aj históriu ním zakúpených lístkov a odpovede na základné otázky (FAQ).

GET IT ON Google Play

Get it on iTunes

NOVÉ SEDADLÁ BUDÚ S ČIČMIANSKYM VZOROM

ZSSK chce zvýšiť pohodu pri cestovaní vlakom. V lete nechala v priestoroch bratislavskej a košickej železničnej stanice cestujúcich testovať sedadlá. Prieskumný dotazník vyplnilo skoro 1200 cestujúcich. Jeden z testovaných parametrov bol aj poťah sedadiel. Látku uprednostnilo 56 percent ľudí.

Pri výbere farebného vzoru látky si ZSSK si dala záležať. Súťaž vyhrala česká firma AUFEER DESIGN, ktorá spracováva dizajnové návrhy napríklad pre Škoda Auto, Ferrari alebo Škoda Transportation. A prvý návrh je už na svete.

Nové sedadlá s čičmianskym vzorom ZSSK prvýkrát predviedla na veľtrhu cestovného ruchu ITF Slovakiatour koncom januára. V slovenskom dizajne je tento vzor stále viac populárny – odkazuje na folklór a návrat k tradíciám, na ktorých chce ZSSK stavať, a súčasne má vyjadrovať snahu naštartovať firemnú kultúru zameranú na starostlivosť o zákazníka.

Sedadlá s čičmianskym vzorom sa budú montovať do všetkých nových a modernizovaných vozňov ZSSK. Cestujúci sa s nimi vo vlakoch budú môcť prvýkrát stretnúť v polovici roka 2018.

Tešíte sa na NO

Fanúšikom štvorkolesových miláčikov v roku 2018 nuda rozhodne nehrozí a na automobilovom trhu si vyberie úplne každý. Novinky, ktoré sa v tejto sezóne dostávajú do predaja, oslovia absolútne všetky príjmové skupiny.

Autor: Ján JUSZTIN, **Foto:** Archív značiek

JEEP WRANGLER

Tento ikonický off-road je stále pripravený chodiť do terénu a navyše sa jeho dizajn mení skutočne iba v detailoch. Patrí medzi najupravovanejšie autá na svete a na cestách nestretnete dva rovnaké. A už to nebude taká ťažká váha ako doteraz a po novom pribudne aj hybridná verzia. Tú však skalní fanúšikovia zrejme odmietnu.

CITROËN C4 CACTUS

Veselý charakter mestského autíčka sa zapáčil a už prvá generácia zarezonovala u ľudí, ktorí k autám pristupujú inak ako ostatní. Pri pohľade na neho sa budete usmievať a úsmev vás neprejde ani za volantom.

DACIA DUSTER

Bude hitom roka, o tom už rozhodli objednávky zákazníkov. Na trh dorazila koncom roka a na príjemné prekvapenie všetkých má novšia a modernejšia Dacia Duster identickú základnú cenu ako predchádzajúca. Nechýba ani verzia s automatickou prevodovkou a naftovým motorom, hoci iba s pohonom predných kolies. Verzie s pohonom 4x4 majú manuálnu prevodovku.

VINKY ROKA?

SUZUKI SWIFT SPORT

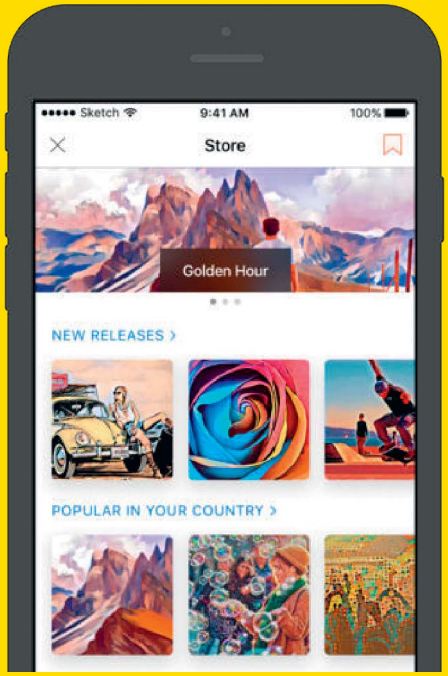
Opäť jeden z protagonistov dostupných športových áut. S celkovou váhou pod jednu tonu a maximálnym výkonom 140 koní sľubuje a zrejme aj poskytne vynikajúcu dynamiku, za ktorú sa určite nebude hanbiť ani Suzuki, ani jeho majiteľ. Navyše, cena by mala ostať na veľmi prijateľnej úrovni.

RENAULT MEGANE R.S.

Najsilnejší Megane sa prihlási o slovo už v apríli a máte sa na čo tešiť. Rodinný kompakt s maximálnym výkonom 280 koní poskytuje mimoriadnu športovú dynamiku a vďaka natáčaniu zadných kolies je v zákrutách extrémne rýchly!

MERCEDES-BENZ TRIEDY A

Najmenší Mercedes-Benz triedy A je vstupnou bránou do sveta automobilov s trojcípou hviezdou na maske chladiča. Štvrtá generácia bude pokračovať v misii omladenia zákazníkov, keďže práve tento model sa postaral o to, že priemerný vek majiteľa Mercedesu je čosi vyše 30 rokov. A na to potrebuje atraktívny dizajn. Štvrtá generácia triedy A ho má!



Upravte si fotografie priamo v telefóne

Fotoaparát je už dnes súčasťou snáď každého šikovnejšieho mobilu a kvalita fotografií je často na nerozoznanie od regulárnych fotoaparátov. Digitálna fotografia nám dáva aj takmer nekonečné možnosti na editáciu fotografií. Pozrime sa preto na päť aplikácií, ktorými dokážete svoje tohtoročné fotografie skrášliť.

Autor: dh, **Foto:** iTunes/Prisma

PRISMA

Táto aplikácia bude v aktuálnom zozname trochu výnimočná. Nejde totiž o klasický editačný program s filtrami či orezávaním. Prisma ponúka možnosti ako pretransformovať obyčajnú fotografiu do umeleckého štýlu. Stiahnuť sa dá zadarmo a zadarmo si môžete vyskúšať aj niekoľko základných filtrov, ktoré vašu fotografiu prerobia na čosi ako obrázok. Ak sa vám Prisma zapáči, ďalšie filtre si môžete stiahnuť za peniaze. A ako to už býva, Prisma ponúka aj možnosť upravené fotografie čo najrýchlejšie odoslať na sociálne siete, aby ste sa svojimi kreáciami mohli aj pochváliť. Aj táto aplikácia funguje v oboch hlavných mobilných operačných systémoch.

VSCO

Aplikácia VSCO sa často spomína v internetových rebríčkoch najlepších fotografických programov. Aplikácia ponúka všetky dôležité funkcie, medzi ktorými nájdete aj sadu zaujímavých filtrov, ktoré vašim digitálnym záberom pridajú príjemné teplo, ktoré si pamätáte z klasických filmových fotografií. Základné efekty sú obsiahnuté priamo v aplikácii, ďalšie si môžete stiahnuť dodatočne. Takmer všetko pritom funguje zadarmo, iba časť z dodatočných efektov je spoplatnená. Najväčšou výhodou VSCO je pravdepodobne jednoduchosť a dostupnosť ovládania.

GOOGLE SNAPSEED

Napriek tomu, že ide o aplikáciu od Google, existuje verzia nielen pre Android, ale aj pre konkurenčný systém iOS od Apple. Snapseed má popri štandardných editačných funkciách (orez, otočenie, jas, kontrast) aj niekoľko funkcií, ktoré sa vedia pohrať napríklad s hĺbkou ostrosti fotografie. Teda s tým, či má fotografia dokonale zaostrené popredie, pozadie alebo oboje. Hranie sa s hĺbkou ostrosti patrí k obľúbeným trikom fotografov, no s pevnými šošovkami telefónov je to trochu problém. Google Snapseed tak pri troche šikovnosti urobí z mobilu aparát na skutočne zaujímavé fotografie. Dostupný je zadarmo.

ADOBE PHOTOSHOP EXPRESS

Photoshop je natoľko zásadný program, že sa stal synonymom pre všetky digitálne úpravy fotografií. Takže základné funkcie sú podobne ako pri Snapseede samozrejmosťou. Ako uvádza stránka Techradar.com, Photoshop Express stojí za pozornosť najmä vďaka zaujímavej sade digitálnych filtrov, ktoré vám pomôžu porátať sa s niektorými problémami narýchlo urobenej fotografie, ako napríklad teplotou farieb či nedokonalou expozíciou (prepálená alebo tmavá fotografia). Photoshop má rovnako aj niekoľko zaujímavých umeleckých efektov. Keďže aplikácia je zadarmo a je dostupná pre oba hlavné operačné systémy, nič vám nebráni v tom, aby ste si ju stiahli a vyskúšali.

FILTERSTORM NEUE

Všetky aplikácie, ktoré sme si doposiaľ predstavili, sú k dispozícii zdarma. Na záver si však ukážeme aj jeden platený program, ktorý by mohol spĺňať nároky náročnejšieho užívateľa. Filterstorm Neue ponúka omnoho širšie a podrobnejšie možnosti editácie, úpravu farieb, expozície, jasu a kontrastu. Zároveň má aj odstupňované filtre, maskovacie nástroje a mnoho ďalších. Ak sa chcete do mobilnej editácie fotografií zahĺbiť profesionálnejšie, práve Filterstorm Neue by mohol byť na začiatok dobrou voľbou. Zaplatíte zaň 3,99 dolára.

Ochráňte svoj MOBIL

Dnes sa pozrieme na päť zaujímavých antivírových a bezpečnostných programov, ktorými ochránite svoj smartfón pred vírusmi. Podľa odborníkov potrebujú ochranu najmä mobily s Androidom, kým tie od Apple sú uzavretejšie, čo má výhodu napríklad v podobe väčšej bezpečnosti. Väčšina nasledujúcich tipov je zameraná práve na Android.

Autor: dh, **Foto:** Play Google, shutterstock

AVAST MOBILE SECURITY

Táto aplikácia funguje v základnej verzii bezplatne. Avast Mobile Security dokáže v telefóne nájsť nebezpečné alebo nainfikované aplikácie a iné typy škodlivých programov, ktoré v počítačovom slangu poznáme ako trójske kone alebo spyware - sledovací softvér. Okrem toho vám dovolí zablokovať prichádzajúce hovory. Za poplatok sa zbavíte reklamy, môžete zablokovať konkrétne aplikácie alebo na diaľku nastaviť kameru. Softvér je dostupný pre Android aj iOS.

AVIRA ANTIVIRUS SECURITY

Značka Avira si už vybudovala slušnú reputáciu na poli bezplatných antivírusových programov pre počítače. Podobnú ponuku má aj pre smartfóny, v základnej výbave je k dispozícii zdarma. Dokáže zhodnotiť bezpečnosť aplikácií, ktoré máte nainštalované, ak treba, sleduje polohu vášho telefónu. Ak telefón stratíte, Avira môže upozorniť nálezcu, aby vás kontaktoval. Za príplatok dokáže zabezpečiť aj kameru či dokonalejšiu bezpečnosť surfovania po internete.

360 SECURITY

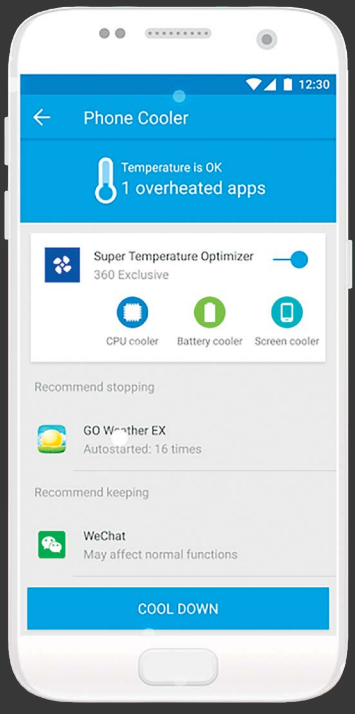
V konkurencii známych značiek je táto o čosi menej známa, no na Google play má výborné užívateľské hodnotenia. Opäť si ju v základnej verzii môžete stiahnuť bezplatne. Popri bežnej antivírusovej a internetovej ochrane pomáha aj pri chladení procesora, zamyká obrazovku a v momente, keď sa niekto neoprávnene zmocní vášho telefónu, urobí mu v tichosti selfie. Bezplatná verzia zobrazuje reklamu, tejto drobnosti sa za poplatok zbavíte.

MCAFEE MOBILE SECURITY

McAfee je v antivírovej brandži jednou z najprestížnejších a najznámejších značiek. Aj McAfee chráni váš telefón pred krádežou, optimalizuje využívanie batérie a pomáha pri čistení pamäte telefónu. Napriek zvučnému menu sme na webe našli aj negatívne zmienky. Jedna z nich kritizuje, že medzi platenou a voľnou verziou je primálo rozdielov. Inými slovami, za príplatok toho navyše veľa nedostanete. McAfee už len pre svoju reputáciu napriek tomu stojí za vyskúšanie.

DFNDR SECURITY

Tento program sa špecializuje na optimalizáciu výkonov telefónu. Napríklad dočasne odpojí od dát aplikácie, ktoré ste si uložili na pozadí. Uvoľní tak viac kapacity pre aplikáciu, ktorú práve potrebujete. Popritom chráni telefón proti hacknutiu alebo phishingu - teda falošným aplikáciám, ktoré sa podobajú na pravé a snažia sa tak získať vaše heslo. Pomáha, samozrejme, telefón vyčistiť a optimalizovať využitie jeho procesora.



Najkrajší výhľad na Izrael je vraj z Olivovej hory

Zasľúbená zem

Nie je náhoda, že sa tak volá práve Izrael. Tu totiž uvidíte aj zažijete všetko to, čo vám žiadna iná krajina nemôže sľúbiť. Výlet, ktorý pripomína cestu okolo sveta.

Autorka: Natália ROZBORILOVÁ, **Foto:** Archív autorky, shutterstock

MIAMI? NIE, TO JE TEL AVIV!

Ak sem niekto prichádza s predstavou, že sa tu všetci modlia, bude v šoku už po prílete do hlavného mesta. Lebo aj keď si turisti Svätú zem predstavujú ako biblickú krajinu, kde sa chodí rozjímať, Tel Aviv každého vyvedie z omylu. A nielen preto, že to tu vyzerá rušnejšie než na Miami. Vyrástol síce na piesočných dunách až v roku 1909, ale za ten čas sa z neho stala tá najmodernejšia metropola. Tanečné centrá, galérie, moderné múzeá a najmä desiatky kaviarní, reštaurácií, ktoré lemujú pláž dlhú päťdesiat kilometrov. Nečudo, že ju prezývajú Miami Stredozemia, práve na pláži to totiž žije. Pre domácich je doslova rituálom, že po práci nabalia piknikové koše, vezmú gitary, deti či kamarátov a vyrážajú k moru. Bodaj by nie, keď voda je tu príjemná a piesok horúci, takže pod slnečníkmi a s fľašou dobrého vína sa tu dá zabávať do noci. Ale skutočný nočný život, ten sa odohráva v baroch a kluboch. Dokonca aj domáci razia heslo - v Jeruzaleme sa modlí, v Tel

Starú časť Tel Avivu tvorí prístav Jaffa

Avive sa žúruje. Len sa pripravte na dilemu, že nebudete vedieť, do ktorého baru vstúpiť, sú tu totiž na každom kroku. A v nich samí nádherní muži. Vysokí, s ostrejšími črtami, majú telá ako z fitnes časopisov a také krásne úsmevy, až budete mať dojem, že ste sa ocitli kdesi na filmovom kastingu. Na tie najkrajšie exempláre natrafíte najmä v gay baroch, pretože tunajší homosexuáli sú na svoju orientáciu patrične hrdí. Dokonca až tak, že niekoľkokrát do roka organizujú povestné pochody gay parade. Stačí teda navštíviť Tel Aviv a predstava, že Izrael je konzervatívna krajina, sa vám zrúca ako domček z karát.

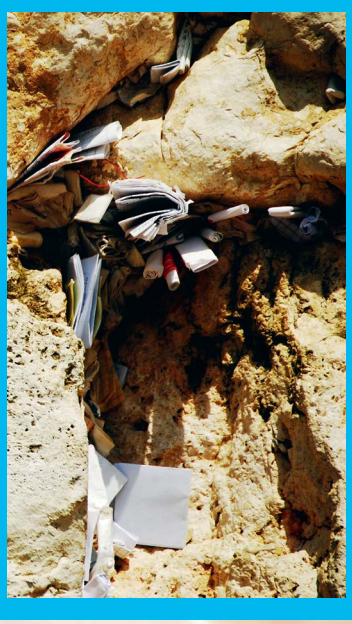
Rušno tu však nie je iba na pláži či v baroch, ale aj v Jaffe. To je tá staršia časť mesta a legenda hovorí, že tento prístav dal postaviť Noemov syn štyridsať rokov po potope sveta. Ktovie, čo je na tom pravdy, no dnes je štvrť plná tých najlepších reštaurácií, aké si len viete predstaviť. A nemusíte v nich ochutnávať iba tradičný hummus, čiže cícerovú pomazánku s chlebom pitta, pretože tu vraj šéfkuchári pripravujú tie najlepšie rybie pochúťky v krajine. Na svoje si však prídu aj nákupné maniačky, pretože v malebných uličkách Jaffy sa dajú nájsť doslova dizajnérske poklady. Skvelé renomé majú najmä izraelské značky šperkov, ktoré si všimli už aj svetové módne časopisy.

STAROVEKÝ RÍM? NIE, JERUZALEM

Moderná a pulzujúca metropola je úplným opakom mesta, z ktorého na vás doslova v každom rohu bude dýchať história. Jeruzalem je síce od Tel Avivu vzdialený len vyše päťdesiat kilometrov, no je to úplne iný svet. Tajomný. Mystický. A plný vôní. Bodaj by nie, keď sa tu arabské korenie mieša s vôňou kadidla a rozmarínu, ktoré tu pri cestách rastie doslova ako burina. V tej časti starého centra, ktorú nevynechá žiadny turista, sa na kilometri štvorcovom miešajú štyri štvrte - židovská, moslimská, kresťanská aj arménska. Hovorí sa jej Chrámová hora, z náboženského pohľadu je to miesto, kde sa Boh stretával s človekom a nebesá so zemou a dodnes je posvätná pre židov, moslimov aj kresťanov. Na nejaké hranice či presné značenie štvrtí však pokojne zabudnite, stačí si len lepšie všimnúť predajné stánky s tovarom. Obchodíky s koreninami? Áno, to bude moslimská štvrť, a keď ich zrazu nenápadne vystriedajú stánky s ružencami, je nad slnko jasnejšie, že ste práve prešli do kresťanskej časti. A keďže posvätná Krížová cesta vedie aj cez známe jeruzalemské trhovisko Machane Yehuda, nech vás nezaskočí, že tabuľky s nápismi typu VII. Via Dolorosa sú poprekrývané vešiakmi s oblečením či spodnou bielizňou. Nuž, biznis je biznis a v meste, kde za duchovnou potravou chodia milióny veriacich, to platí dvojnásobne. ➤

Vojenské hliadky pri Múre nárekov vzbudzujú rešpekt

Múr nárekov rabíni pravidelne čistia od lístočkov s prosbami



Podľa tovaru v stánkoch ľahko zistíte, v akej štvrti sa práve nachádzate. Pre tú arabskú sú typické najmä koreniny

Väčšina turistov si v Jeruzaleme nenechá ujsť Baziliku Božieho hrobu, kde sú aj štyri posledné zastavenia Krížovej cesty. Boží hrob je vlastne len menší kresťanský kostol vnútri hradieb Starého mesta, kde vás prekvapia davy dôchodcov, ktorí sa po kolenách plazia k oltáru. Alebo hlúčiky veriacich, ktorí sú tak pohrúžení do modlitieb, že doslova odpadávajú či skupinky ľudí, ktorí až fanaticky bozkávajú mramorovú dosku na zemi. Miesto, kde bol podľa kresťanskej legendy pochovaný Ježiš Kristus. Nuž, tieto sväté miesta v sebe majú naozaj zvláštnu silu a niektorým pútnikom dokonca môžu spôsobiť jeruzalemský syndróm. Asi stovka ľudí každoročne ten veľký duchovný nápor nezvládne, začnú si pripadať ako biblické postavy a končia na psychiatrii.

Lenže aj pohľad na Múr nárekov v starej časti mesta niekomu môže pripadať čudne. Najmä, ak tam budete pozorovať ľudí, ktorí sa pri ňom modlia. Na ľavej strane stoja muži v čiernych klobúkoch či s jarmulkou na hlave, napravo ženy, ktoré majú vlasy schované pod šatkou. Väčšinou sú všetci tak pohltení do veršov z Tóry, ktoré odriekajú po hebrejsky, že sa len knížu z jednej strany na druhú a vyzerajú ako v tranze. Pochopiteľne, veď pre židov je Múr nárekov najposvätnejším miestom, no modlia sa tu aj ľudia iných náboženstiev. A tiež chcú vsunúť papierik so svojím želaním medzi kamene múru, ktorý dostal prezývku Božia poštová schránka. Odkazy vraj nikto nečíta, no rabíni stenu dvakrát ročne od papierikov vyčistia. Musia, veď každý rok sa ich tam nazbiera vyše milióna a potom všetky lístočky pochovajú na Olivovej hore. Mimochodom, vyše dvetisíc rokov starý múr je vlastne Západnou stenou hradby, ktorá kedysi obkolesovala Chrámovú horu. Dnes ju však stráži niekto iný. Nielen ochranka, ale aj davy mladých vojakov a vojačiek, ktorí sa v uniformách a so samopalmi prevesenými cez plece prechádzajú po celom meste. Najskôr vás možno ich prítomnosť prekvapí, ale postupne si zvyknete. V Izraeli je totiž vojenská služba povinná pre chlapcov aj dievčatá, mladí sú na to hrdí a pyšne vám so zbraňou aj zapózujú. A potom vytiahnu iPhone, robia si spolu selfie, počúvajú hudbu zo slúchadiel alebo sa popri popíjaní koly medzi sebou veselo bavia. Nebyť tej uniformy a zbrane, vyzerali by ako obyčajní tínedžeri kdekoľvek na svete.

AMERICKÝ GRAND CANYON? NIE, MASSADA

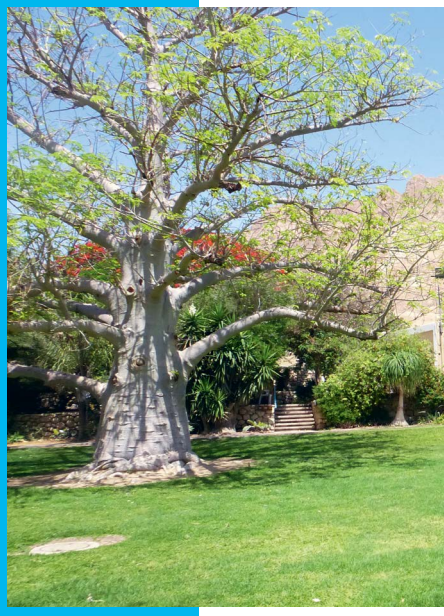
Aj keď v Izraeli je koncentrácia vojakov naozaj vysoká, budete sa tam cítiť bezpečne. Na letisku si pri prílete aj pri odlete síce prejdete okrem bežnej pasovej prehliadky aj podrobným pohovorom, kde vás kontrola preklepne tak detailne, že z vás vytiahne pomaly aj číslo spodnej bielizne, no to všetko robia pre bezpečnosť domácich aj turistov. A keď je reč o armáde, vedeli ste, že v ich prísahe odznievajú aj slová - Nech Massada nikdy nepodľahne? Massada je totiž skalnatá pevnosť na východe Júdskej púšte, kde vás vyvezie lanovka. A tiež miesto, ktoré by ste v Izraeli nemali obísť. A nielen preto, že na prvý pohľad tak trochu pripomína slávny Grand Canyon. Massadu dal postaviť kráľ Herodes a keď tu budete obdivovať ruiny domov, terasy kráľovho paláca alebo premyslený systém vodovodných kanálov, ani sa vám nebude chcieť veriť, že toto miesto na skale má v rodnom liste

zapísané prvé storočie pred Kristom. Odvšadiaľ cítiť neskutočný závan histórie a bonusom je aj nádherný výhľad na Mŕtve more. Na najnižšie položené miesto na svete, ktoré je až štyristo metrov pod úrovňou mora. To, že voda je v ňom slaná a nadnáša na hladine, vie každý školák, ale tušili ste, že doň treba vstupovať opatrne? Lebo vysoká koncentrácia soli môže spôsobiť, že sa pošmyknete a skončíte nechtiac ponorení pod hladinou. Aj to však môže byť zážitok, lebo kto rukou načrie na dno, do dlane si naberie skutočnú snehobielu soľ.

RAJ NA ZEMI? NIE, EIN GEDI

Pri návšteve Mŕtveho mora by bolo hriechom neskúsiť aj morské bahenné zábaly či luxusné kúpele, ktoré ponúkajú všetky hotely v okolí. Alebo odtiaľto môžete podniknúť výlet do Júdskej púšte, prípadne sa cestou zastaviť v typickom izraelskom kibuci Ein Gedi, čo je vlastne komunitná osada, kde sa ukrýva aj obrovská botanická záhrada. A v nej doslova raj na zemi, pretože tu rastie nielen ten najzelenší trávnik pod slnkom, ale aj cyprusy, exotické citrónovníky, banánovníky či baobaby, ktorých plody sa dajú dokonca ochutnať.

Len pozor, ak si budete počas pobytu plánovať výlety, myslite na to, že od piatku pred západom slnka sa v krajine zastaví život. Vtedy tu začína šábes, pre židov čas voľna a odpočinku, počas ktorého by nemali robiť nič. Dokonca ani stláčať výťahy v gombíku. Aj preto na tieto účely vymysleli špeciálny šábesový výťah, ktorý automaticky zastavuje na každom poschodí. Počas šábesu nefunguje mestská doprava a aj taxík zoženiete len vtedy, ak je za volantom šofér iného vierovyznania. V krajine, kde sa okolo náboženstva točí úplne všetko, to vlastne nie je nič výnimočné. A možno práve vďaka tomu je Izrael taký záhadný. Na jednej strane moderný a kozmopolitný, ale tiež plný kontrastov aj mystickej energie, ktorá sa na vás nalepí hneď pri prílete a nakazí aj toho najväčšieho ateistu. Tak, ako sa na zasľúbenú zem patrí.

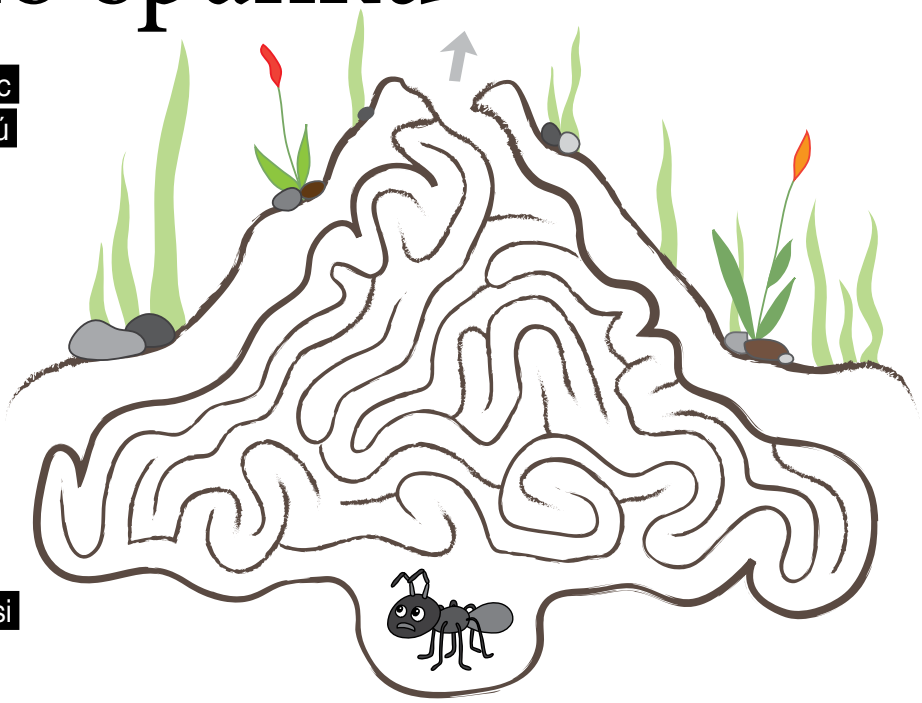


V kibuci Ein Gedi je aj nádherná botanická záhrada, ktorá pripomína raj

Zvieratká sa zobúdzajú zo zimného spánku

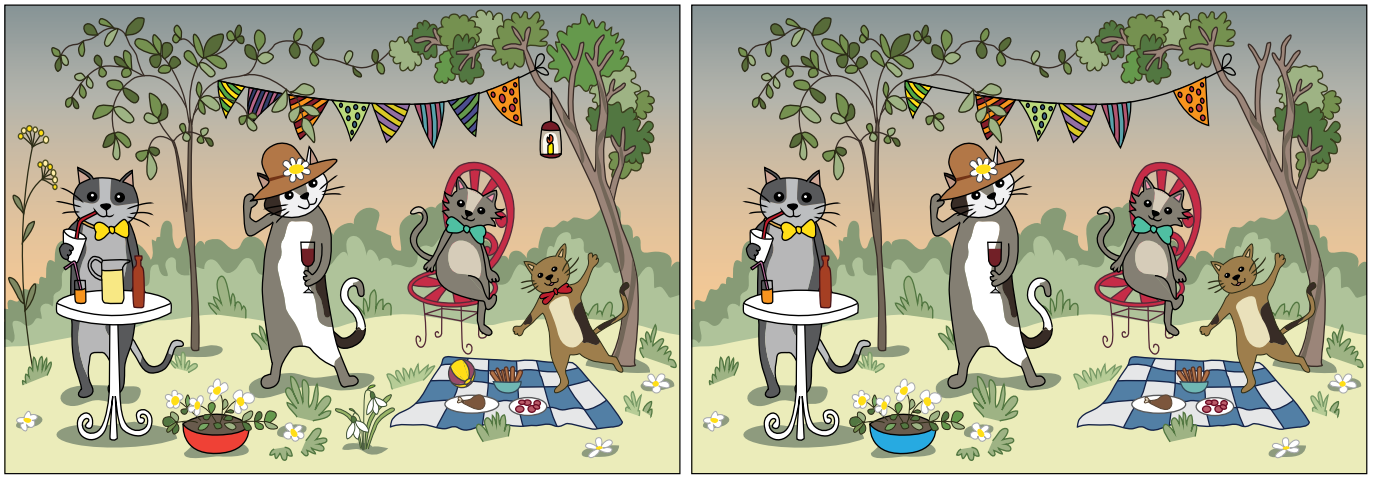
Milé deti. Vedeli ste, že marec je mesiac knihy a svoj sviatok počas neho oslavujú ženy (8.3.), ale aj učitelia (28.3.)? Alebo skôr patríte k tým, pre ktorých je dôležitejšie to, že v ňom máte jarné prázdniny, hoci pravdou je, že v niektorých krajoch ich školáci absolvovali už vo februári? Prvý jarný deň však všetci spoločne privítame 20. marca. Medzitým môžeme pozorovať prírodu, ktorá sa prebúdza zo zimného spánku podobne ako medveď. Jeho obrázok asi nájdete aj v jednej z úloh, ktoré sme si pre vás tento raz pripravili…

Pripravili: Kristína SLEZÁKOVÁ (ilustrácie), Ľudmila Moleková (hádanky)



POMÔŽ MRAVČEKOVI Z PODZEMNÉHO DOMČEKA

Vonku už kvitnú kvietky a mravček by si rád urobil prvú jarnú prechádzku. Akurát počas zimy akosi zabudol, ktorou chodbičkou sa chodí von. Vy mu s tým určite pomôžete a vyslobodíte ho spod zeme, však?



NÁJDI DESAŤ ROZDIELOV

Teplé počasie vylákalo von aj mačky, ktoré si urobili vonku na tráve pod stromami piknik. Zišli sa tu zatiaľ štyri, na obrázkoch je ich teda dokopy osem, ale ako sami vidíte, tak na nich treba nájsť 10 odlišností. Skúsite to?

DOKRESLI A VYFARBI OBRÁZOK

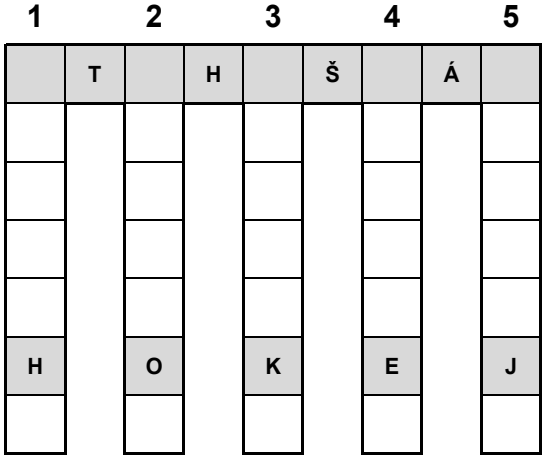
Už na prvý pohľad je jasné, že tu je spomínaný maco, ktorý sa vybral na jarnú prechádzku aj v daždi. Má však so sebou dáždnik, aby sa vyhol kvapkám a nezmokol mu kožuštek. Ak chcete mať obrázok kompletný, tak musíte ceruzkou alebo perom spojiť písmená od A po X a čísla od 1 do 28...

OBJAV MESTÁ UKRYTÉ VO VETE

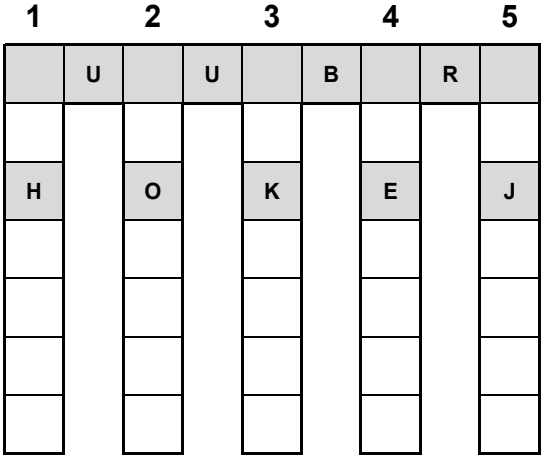
V tomto stĺpčeku sa nachádza dvanásť viet, ktoré pri prvom prečítaní znejú celkom logicky, zmysluplne a pritom jednoducho, ale zároveň v každej z nich je ukrytá hádanka. Vašou úlohou je prísť na to, ktoré písmenká pri spojení vytvoria názov nejakého slovenského alebo svetového mesta.

1. Pozná mesto vo svojom okolí?
2. Mocný lev očakával lepší úlovok.
3. Na zámku bol vysoký strop kovaný z medi.
4. Na čo slúži linajkový zošit?
5. Z dvoch Katren čínske veci obľubuje tá staršia.
6. Koč a záprah ako z dávnych čias.
7. Darmo, s kvalitou nič neurobíš.
8. Malo Slovensko peknú prírodu?
9. Každej žene varešku do kuchyne netreba.
10. Z čaju sa tak pará, že sa môžeš popáliť.
11. Sakra, kováč nie je doma.
12. Polož tovar na váhu.

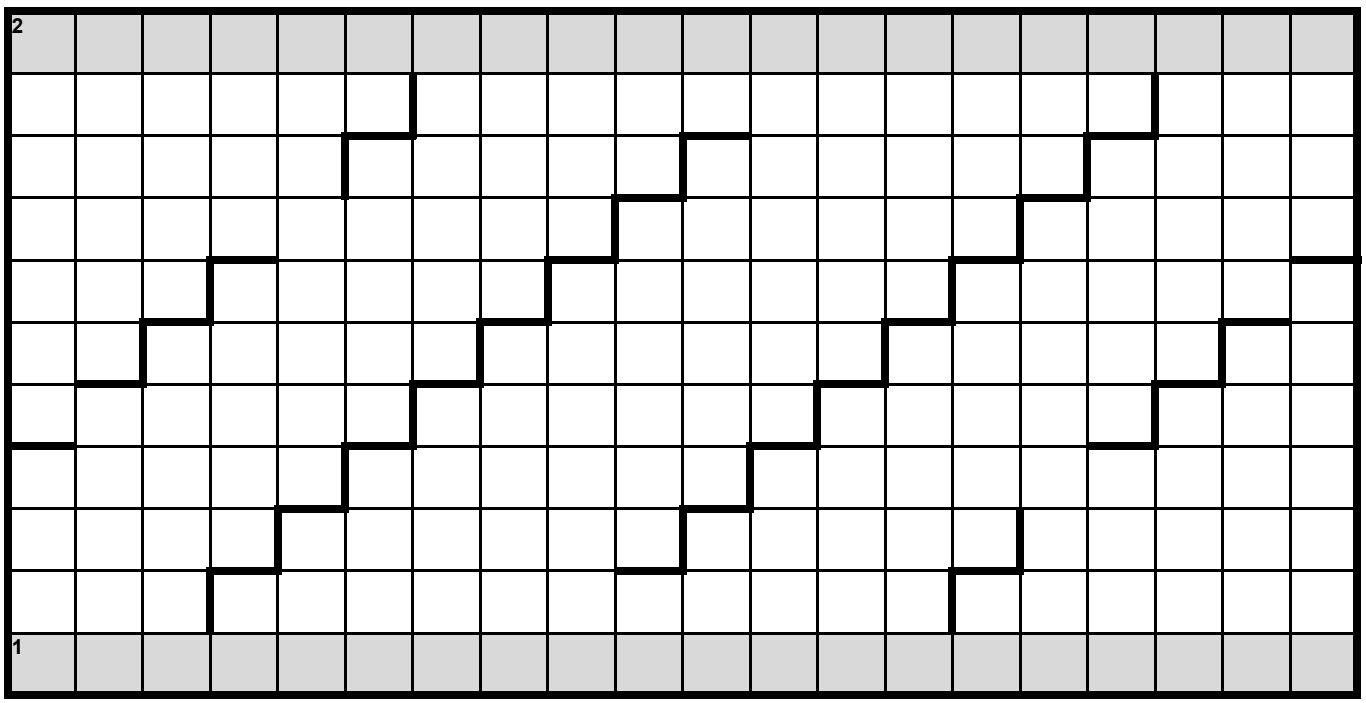
Riešenie:
1. Námestovo, 2. Levoča, 3. Stropkov, 4. Žilina, 5. Trenčín, 6. Praha, 7. Moskva, 8. Oslo, 9. Ženeva, 10. Paríž, 11. Krakov, 12. Varna



1. Obsluhujúci personál
2. Temperamentný mužský ľudový tanec
3. Pôvodkyňa, tvorkyňa
4. Číslo napísané nad zlomkovou čiarou
5. Polyfunkčný poľnohospodársky stroj



1. Vlasy dieťaťa vyčesané dohora
2. Údenársky výrobok
3. Zmes štrku používaná na úpravu vozoviek
4. Pustovník (knižn.)
5. Horúce pramene vystrekujúce v istých intervaloch



11. skabonila sa, upozornenie.

9. teplovody, trpievali.

8. silonová, zaplesnú.

7. kaličiť, nafúknu, pletivo, vrátite.

6. balans, elenča, entita, fatima, fľasnú, feluka, kefuje, latria, ľudovo, naláta, napája, nátril, nepite, nezvoľ, obľaví, oravka, rameno, samček, vnikni, vrzúka, záprah.

5. arara, bralo, derme, dnavá, dravo, email, etapa, frolo,hravá, kraby, ľalie, sofia, stlač, táfle, trasú, udalo, upadá, uvalí, valko, zenit, zopla, žemle.

4. arat, dril, doly, hlad, inia, laso, trak, vrah, vtip, žela.

3. ail, aln, als, ina, izo, lar, oka, val.

2. aa, ao, ba, id, sv, ve, vl, vo.

IDEME VLAKOM

UŽÍVAJTE SI CESTOVANIE PODĽA SEBA

Buďte pánmi svojho času. Vlakom cestujete rýchlo, bezpečne a ekologicky. Môžete sa pritom venovať povinnostiam či zábave.

www.idemevlakom.sk

www.zssk.sk | ✆ 18 188

ŽELEZNIČNÁ SPOLOČNOSŤ SLOVENSKO
NÁRODNÝ DOPRAVCA

Francis Bacon	vypralo	uhrádzal	známa časť sveta v starom Grécku	značka hektára	skratka oddelenia technickej kontroly	Autor krížovky: Juraj Mitošinka	pľaskot	sivo-biely kov zn. Os	mastenec (miner.)	skratka ústredného výboru	vlhči rosou	**Pomôcky:** salep, argot, torus, oikumena	bezduchý výcvik	***2. časť tajničky***	stadiaľ
citoslovce nesúhlasu s niečím						pourguj / Elemír (dom.)						spodná plocha niečoho			
1. časť tajničky												rehoľa / beda, po latinsky			
riečny kôrovec				vedome hovorí nepravdu / tylo, väz						svišť, svišťanie / golier, po česky					
Adam (dom.)					obsial / spočíval (knuž.)						rýdzosť mince / kvetné lôžko				
určená medza						tajne chystáte / tajná reč väzňov							zosilnený súhlas / tesne priľahol		
olejová lampička (zastar.)							vedľa, bokom / dochovávateľ					spracúvaj pílou / inam, inde			
Pomôcky: aloi, cunico, steatit, Asopos	otec nymfy Aigíny	na povrch niečoho / ***3. časť tajničky***						hrôzovláda / prozaický epický útvar						váži si, oceňuje	zanecháva nejaké miesto
pestrofarebný papagáj				mužské meno / jódnan draselný					druh zliatiny / lipnem (knuž.)						
EČV Šale			ďobol (knuž.) / týkajúca sa psov							sušené hľuzy vstavačov / zaťažuj					
pitím uber					rozpúšťať teplom / Liga arab. štátov						utratia lesklý náter				
osoba poverená doručiť správu						ozdobne koval / skr. daňového úradu						zaznačuj reč písmom / popevok			
myslené priamky				***4. časť tajničky***											
ako (bás.)				gúľam, kotúľam						mútia					

ĽAHKÉ ✪

9		1			7			
							5	
	5	4			8			
				4		8	2	
6		3				1		9
	2	8		7				
			2			6	7	
	4							
			5			3		1

STREDNÉ ✪✪

	1	5	6					
4					1	8		7
6							1	
5			3	1			2	
			7		2			
	3			8	6			4
	2							9
8		9	1					6
					9	2	4	

AKO POSTUPOVAŤ PRI RIEŠENÍ SUDOKU?

Cieľom hry je vyplniť prázdne políčka číslami od 1 do 9.
Dôležité je dodržať tieto podmienky:

- v každom riadku sa každé číslo môže vyskytovať iba raz
- v každom stĺpci sa každé číslo môže vyskytovať iba raz
- v každom poli 3x3 sa každé číslo môže vyskytovať iba raz

EXOTIKA PRE VŠETKÝCH

- **KONEČNÉ CENY BEZ PRÍPLATKOV**
- **LETY S KRÁTKYMI PRESTUPMI S NAJLEPŠÍMI LETECKÝMI SPOLOČNOSŤAMI**
- **KVALITNÉ HOTELY S DOBRÝMI RECENZIAMI**
- **OSOBNÝ PRÍSTUP, TERMÍNY ZÁJAZDOV PODĽA ŽELANIA**
- **HODNOTNÉ DARČEKY A KUFOR SAMSONITE / AMERICAN TOURISTER ZA MIMORIADNE VÝHODNÚ CENU**
- **MOŽNOSŤ VYHRAŤ LUXUSNÝ WELLNESS VÍKEND**

od 999 EUR

THE LONG BEACH RESORT
7 nocí s raňajkami

od 1.339 EUR

AYODYA BALI RESORT
7 nocí s raňajkami

od 1.349 EUR

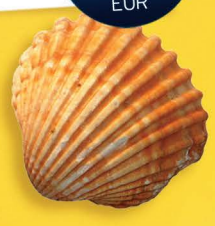
COIN DE MIRE ATTITUDE
7 nocí s polpenziou

od 1.379 EUR

BERJAYA LANGKAWI RESORT
7 nocí s raňajkami

od 1.399 EUR

MALAHINI KUDA BANDOS
7 nocí s raňajkami



www.magictravel.sk

AUPARK, EINSTEINOVA UL. 18, 851 01 BRATISLAVA
GALVANIHO 17/C, 821 04 BRATISLAVA

☎ +421 (0)2 / 63520004
+421 (0)2 / 4444 1130

VSTUPNÉ VYŠETRENIE **ZADARMO**

NENECHAJTE ZMIZNÚŤ VÁŠ ÚSMEV.

VĎAKA FIXNEJ PROTÉZE BUDETE MÔCŤ KOMFORTNE JESŤ, ROZPRÁVAŤ A USMIEVAŤ SA.

Praktické miniimplantáty, ktoré pevne držia protézu, vhodné pre takmer všetkých pacientov.

fixnéprotézy.sk

+421 2 4569 1979
www.fixneprotezy.sk

Antolská 4,
851 07 Bratislava

Dr. Martin
ZUBNÁ KLINIKA