

Časopis PRVEJ STAVEBNEJ SPORITELNE

DOMa

1
2016



Prečo obnoviť
BYTOVÝ DOM?



Vertikálne
záhrady
v INTERIÉRI



Zariadte si
domácu
TELOCVIČŇU



AKO BÝVAJÚ SPISOVATELIA
MIRKA ÁBELOVÁ
a **JÁN ULIČIANSKY**



digitálnu verziu nájdete v App Store a Google Play



22

VÝBER PODLAHY

Povrch, po ktorom chodíme, by mal byť bezpečný, ľahko udržiavateľný a komfortný. Ako si čo najlepšie vybrať ten správny materiál pre vašu domácu podlahu? Dajte sa inšpirovať radami odborníkov pri prehliadke virtuálneho bytu.



26

ZA MÁLO PEŇAZÍ VELA MUZIKY

Patríte k ľuďom, ktorí neradi navštevujú fitnesscentrá, no zároveň chcete pre svoje zdravie niečo urobiť? Zariadte si doma jednoduchú telocvičňu. Nemusíte ani veľa investovať a nepotrebujete na to ani špeciálnu miestnosť.

28

HRA S FARBAMI

Výber farieb a vzorov môže zásadne meniť vzhľad miestnosti. Tmavý, malý, severne orientovaný či atypický priestor dokážete s našimi tipmi ľahko prekabátiť. Získate presvetlený, väčší a príjemnejší interiér.



- 3 Príhovor
- 4 Aktuálne
- 6 Čo o nich (asi) neviete
Ako bývajú ľudia, ktorí píšú
- 12 Naše skúsenosti
Klientom sa venujem nepretržite
- 13 Vy sa pýtate...
...my odpovedáme
- 14 DOMáci záhradkár
Vertikálne záhrady
- 16 Výhody obnovy
bytového domu
- 18 Na návšteve
Zateplenie ako ne/náročná misia
- 21 Novinky
- 22 Téma
Výber podlahy
- 26 Rady a tipy
Vybudujte si domácu telocvičňu
- 28 Nápady a inšpirácie
Hra s farbami
- 31 Zabavte sa a vyhrajte



Vážení a milí čitatelia,

mať vlastné bývanie, to je sen, ktorý sa podarilo naplniť deviatim z desiatich obyvateľov Slovenska. Podľa prieskumu agentúry Eurostat až 90 % Slovákov žije vo vlastnom byte alebo rodinnom dome. V porovnaní s krajinami Európskej únie je to vysoký nadpriemer. Jedným dychom však treba dodať, že na svedomí to má nielen silná túžba po vlastnej streche nad hlavou, ale aj hromadný odpredaj takmer všetkých komunálnych a družstevných bytov do súkromného vlastníctva, ku ktorému došlo v poslednej dekáde minulého storočia.

Avšak tí, ktorí sa v nedávnej minulosti nestihli relatívne poľahky dostať k vlastnému bývaniu, to teraz majú zložitejšie. Na myslí mám hlavne mladých ľudí a mladé začínajúce rodiny. Zabezpečenie si bývania totiž patrí k najnákladnejším položkám v živote človeka. Dať dohromady potrebnú hotovosť nie je možné zo dňa na deň. A nie je to ani otázka roka či dvoch. Preto je nevyhnutné dlhodobá a pravidelne sporiť, odkladať si prostriedky a zhodnocovať ich – najlepšie na účte stavebného sporenia.

Niektorí by mohli namietajú, načo sporiť, keď súčasná doba praje úverom s rekordne nízkymi úrokovými sadzbami. Áno, súhlasím, ale toto je len prechodná situácia. Úverový vzťah je dlhodobá záležitosť a úrokové sadzby časom porastú. Môže sa stať, že bez kvalitnej prípravy a predchádzajúceho sporenia nebude každý schopný „uniesť“ svoj úverový záväzok, hoci sa mu v súčasnosti zdá byť priaznivý a ľahko zvládnuteľný.

A ešte je tu jedna skupina obyvateľov, ktorá si zaslúži našu osobitnú pozornosť. Sú to tí ľudia, ktorí si vzhľadom na nízke príjmy nemôžu dovoliť vlastné bývanie. Pre nich sa v budúcnosti pokúsime zabezpečiť čo najviac nájomných bytov. Pilotným projektom bolo otvorenie sociálneho bytového domu s nájomnými bytmi v Seliciach. Pre PSS je to prvá stavba tohto typu financovaná z vlastných zdrojov. Nájomné bývanie považujem za jeden z najslabších článkov bytového fondu na Slovensku, preto sa budeme touto problematikou a hľadaním vhodného modelu nájomného bývania na Slovensku intenzívne zaoberať aj naďalej.

Ing. Imrich Béreš, predseda predstavenstva Prvej stavebnej sporiteľne

Bývajte lepšie s úverom,

KTORÝ NETREBA ZABEZPEČIŤ NEHNUTEĽNOSŤOU

KOLKO VÁM POŽIČIAME

do **50 000 €**
pre sporiaceho klienta

Nárok naň má každý, kto pravidelne spori na svojom účte stavebného sporenia a má dostatočný príjem na to, aby splácal úver.

do **45 000 €**

pre klienta, ktorý zodpovedne spláca alebo už splatil iný úver

Vyžadujeme dobrú platobnú disciplínu a zdokladovanie príjmu, ktorý klientovi umožní zodpovedne splácať aj nový úver. Nezáleží na tom, či mu úver, ktorý splácal alebo ešte stále spláca, poskytla PSS alebo akákoľvek iná banka.

do **15 000 €**

aj pre úplne nového klienta

Takýto klient si dosiaľ nesporel na účte stavebného sporenia ani nespľácal žiaden úver. Preto ho nazývame neznámym klientom.

do **7 000 €**

úver na zariadenie domácnosti

- nízka a nemenná úroková sadzba
- splatnosť až 7 rokov
- netreba predkladať bločky ani faktúry

Výhody

- nízka úroková sadzba
- splatnosť až 30 rokov
- netreba platiť za znalecký posudok
- nie je potrebné hradiť vklad do katastra
- žiadne dodatočné poisťovanie nehnuteľnosti
- požičané prostriedky môžete použiť aj na splatenie svojich starších úverových záväzkov v súlade so zákonom o stavebnom sporení

Potrebuje viac?

Úver však už bude treba zabezpečiť nehnuteľnosťou.

- **do 170-tisíc €** – pre jedného stavebného sporiteľa
 - **do 340-tisíc €** – pre manželov alebo partnerov na jednu nehnuteľnosť
- Manželia nebudú potrebovať ani ručiteľa.

Na čo ho môžete použiť

- na kúpu bytu alebo rodinného domu
- výstavbu rodinného domu
- obnovu svojho súčasného bývania (viac na www.pss.sk)

Úver bez poplatku

Ak žijete v bytovom dome, ktorý v tomto alebo v minulom roku čerpal úver na obnovu z PSS, a. s., a požiadate nás o úver napríklad na rekonštrukciu svojho bytu, radi vám ho poskytneme bez poplatku za jeho spracovanie.

Nezabudnite na poistenie

Obchodní zástupcovia PSS, a. s., vám na požiadanie sprostredkujú aj:

- poistenie úveru,
- poistenie domu či bytu,
- poistenie domácnosti,
- kapitálové životné poistenie,
- pohrebné poistenie.

Vybavenie poistenia je jednoduché a je tu pre vás bez ohľadu na to, či ste alebo sa len plánujete stať našim klientom.

Kontakty:

- oslovte niektorého z tisícky obchodných zástupcov PSS
- stretnú sa s vami kedykoľvek a kdekoľvek
- zatelefonujte na číslo **02/58 55 58 55**
- kliknite na www.pss.sk

AKO BÝVAJÚ ĽUDIA,
KTORÍ PÍŠU

Poetka Mirka Ábelová (31)

S VÝHLADOM NA PADAJÚCE HVIEZDY

Vzdala sa bývania v centre mesta, ale zato získala viac priestoru a prírodu za oknami. Poetka Mirka Ábelová má rada provensalský štýl, bielu farbu a primorskú atmosféru. Ideálne pre ňu je útulné, ale dostatočne priestrané bývanie. V byte žije s partnerom Radoslavom a ich psíkom Montym.

Počas vysokej školy ste sa z Prievidze presťahovali do Bratislavy. Ako ste prežívali túto zmenu?

Bol to riadny šok. Ako správna „cépčička“ som najskôr bývala na internáte v Mlynskej doline. Keď sme s mamou prvýkrát vošli do ešte prázdnej izby, sadli sme si na posteľ a obe sme plakali. Ale snažila som sa si to tam všetko vylepšiť a už počas prvého ročníka som sa tam zabývala. Zvykla som si na moje dve hipisácke spolubývatelky a aj na to, že u nás stále niekto spal.

Pre mladých ľudí je zväčša ťažké zabezpečiť si vlastné bývanie. No bývanie v prenajatom tiež nie je ideálne, hlavne pre sťahovanie, ktoré sa s ním spája... Ako to bolo u vás?

No práve. Minule som to rákala a zistila som, že odkedy som prišla študovať do Bratislavy, bývala som asi v 15 podnájmoch. Neznášam sťahovanie, ale ono sa to často odvíja od životných zmien. Keď sme sa spoznali s Radkom, prvého pol roka sme prenášali veci z jedného bytu do druhého, až sme sa napokon rozhodli bývať spolu.

Keďže sme si chceli kúpiť psa, vyhrala lokalita Karlova Ves. Bývali sme tam dva roky a psíkovi Montymu tam bolo úžasne. Potom sme sa konečne presťahovali do svojho vlastného bytu.

Čo zavážilo pri výbere vlastného bývania a kto bol v hľadani nehnuteľnosti akčnejší – vy či partner?

Hľadanie nového bytu si zobral na starosť Radko. Tieto veci ho bavia. Chceli sme byť, samozrejme, čo najbližšie k mestu. Ale čím bližšie k centru, tým menšiu rozlohu sme si mohli dovoliť. A my sme potrebovali veľký priestor, pretože raz chceme mať aj deti. Vďaka tomu, že sme sa vzdali mesta, môžeme mať namiesto dvojizbového bytu štvorizbový. Medzi priority patril aj výťah a pokojné prostredie.



Vnútri vášho bytu by asi nikomu nenapadlo, že sa nachádza na sídlisku. Má veľmi príjemnú atmosféru. Čo všetko ste tu zmenili?

Sme tu v naozaj príjemnom prostredí, keďže za domom máme les. A hoci sme na sídlisku, berieme to tak, že tu nie sme navždy. Pôvodne sa mi tento byt ale vôbec nepáčil. Vyzeral úplne inak. Mal kriklavé oranžové, zelené a tmavomodré steny a naozaj hroznú kuchynskú linku. Radko ma ale dokázal presvedčiť, že členenie bytu je zaujímavé. Postupne sme si ho dokázali upraviť – premaľovali sme, zariadili sme si ho podľa seba, vymenili sme linku.

Zhodnete sa v štýle zariadenia alebo musíte robiť väčšie kompromisy?

Našťastie máme veľmi podobný vkus. Spoločne sa o veciach rozprávame, spoločne ich vyberáme. Jemu sa páči severský typ bytu, industriálne lofty, mne zase provensalský štýl, biela farba a zbožňujem aj veci z bazáru. Máme teraz takú zábavku s pracovňami. Keďže každý máme svoju pracovňu, keď niekto niečo chce, čo sa tomu druhému až tak veľmi nepáči, ten druhý mu povie: „Daj si to do pracovne“. Takže sa na tom vždy smeje. Ale v princípe sa zhodneme.



čo o nich (asi) neviete

Čomu by ste sa pri zariadovaní určite vyhli?

Nemám rada dizajnové byty s minimalistickými alebo futuristickými prvkami. Sú síce krásne, ale chladné. Nevieť si predstaviť, že by som v takom byte bývala. Bála by som sa tam niečo aj položiť. Pre mňa je ideálne skôr útulné bývanie, v ktorom nájdete napríklad chladničku oblepenú nálepkami. Väčšinu vecí by som určite chcela mať v bielej farbe, pretože to vytvára vzdušnú atmosféru a pripomína mi to more. A vyhla by som sa televízoru v obývačke.

Ktorý detail máte na svojom bývaní najradšej?

Asi posteľ. Jednak preto, že veľmi rada a veľmi málo spím, takže si spánok vážim, ale i preto, že sa nad ňou nachádza okno, cez ktoré v noci vidíme oblohu. Nedávno sme pozorovali padajúce perzeidy. Mám rada aj svoju pracovňu,

hoci som v nej len málo. Keď som doma s Radkom, je mi ľúto nebyť s ním, a tak väčšinu času trávime v obývačke. Na nej sa mi zase páči vysoký strop a to, že je to veľký otvorený priestor.

Ak by ste si mali predstaviť ideálne bývanie, aké by bolo?

Časom určite budeme chcieť rodinný dom so záhradkou. Ale v Bratislave je to ťažké – to, čo ma na tom odrádza, je nielen vysoká cena, ale aj dostupnosť do mesta. Ja by som si úplne vystačila aj s veľkým päťizbovým bytom s terasou na Palisádach. (smiech) A raz určite budeme mať dom pri mori, napríklad v Livorne. Dovtedy však budem musieť napísať ešte veľa pesničiek a básní a vydať ešte veľa článkov. Ale to sú len také sny. Uvidíme, kam nás život zavedie.



Miroslava Žbelová

– spisovateľka, novinárka, hovorkyňa
Pochádza z Prievidze. Vyštudovala
žurnalistiku, potom pracovala

- ako redaktorka domáceho spravodajstva v Slovenskom rozhlase, neskôr v publicistike. Je víťazkou súťaže Básne 2012 Asseco solutions a Ceny Ruda Fabryho za rok 2010. Vydala básnické zbierky Striptíz (2011), Na! (2014), v súčasnosti chystá vydanie novej zbierky s názvom Básničky pre domáce paničky. V rádiu FM vedie reláciu Nedelná chvíľka poézie, je hovorkyňou Greenpeace Slovensko.



Režisér a autor kníh pre deti Ján Uličiansky (60)

TICHÝ BYT OBRÁTENÝ K ZÁHRADÁM

Spisovateľ Ján Uličiansky žije v trojizbovom byte, o ktorom zo žartu hovorí, že je farebne prispôsobený kocúrovi Leonardovi. O sebe zase tvrdí, že ak by sa nestal spisovateľom, bol by určite interiérovým dizajnérom. Svoje bývanie v obnovenom tehlovom dome z 30. rokov si neustále zdokonaľuje.

Na vašom byte je fascinujúce zladenie detailov. Pristupovali ste k zariaďovaniu takto precízne aj vtedy, keď ste ešte neboli vo vlastnom?

Áno, dokázal som si spríjemniť aj bývanie v podnájme. Bavilo ma prerábať bežné zariadenie. Napríklad vstavanú skriňu, ktorá bola zo sivého bakelitu, som celú obtiahol látkou z prúžkovanej roletoviny. Vyzeralo to fantasticky. Keď sa neskôr predával jeden byt, v ktorom som býval, nová majiteľka ho akceptovala iba pod podmienkou, že všetko zostane tak, ako je, aj s mojím zariadením. (smiech)

Aké bolo vaše prvé bývanie s vlastnou vizitkou na dverách?

Bola to 20 m² veľká garsónka na nábreží Dunaja. Nachádzala sa na najvyššom poschodí domu, mala veľkú lodžiu, ale inak bolo všetko ostatné malé. Nakoniec sa mi podarilo získať jednoizbový byt blízko Dulovho námestia. Mal len čosi vyše 40 m², ale mne sa zdal úžasný, pretože v porovnaní s predošlým mal dvojnásobnú rozlohu.



čo o nich (asi) neviete



Toto bývanie vám naozaj muselo prirásť k srdcu, pretože prepojenie dvoch menších bytov je zväčša nákladnejšie než kúpa väčšieho bytu vcelku. Prečo ste sa rozhodli ísť touto cestou?

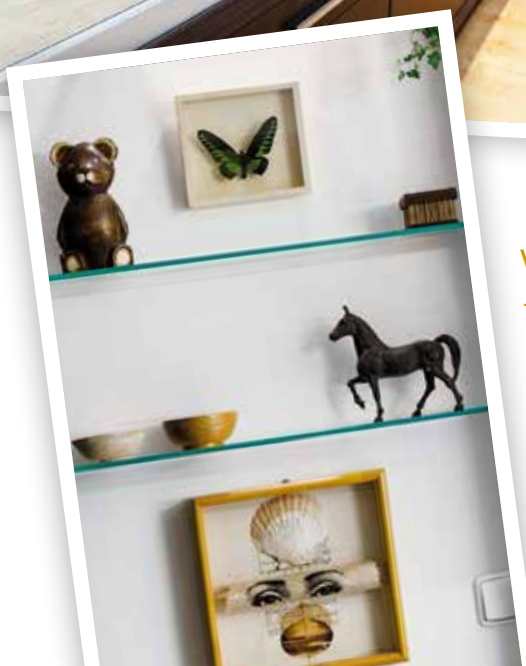
Očarila ma lokalita Ružinova a orientácia bytu na juh, smerom k záhradkám a rodinným domom. Keďže sa živím písaním, potrebujem na svoju prácu pokoj a ticho. Tu nie je žiadna rušná križovatka a pohľad do záhrad je upokojujúci. Jediné, čo mi tu chýba, je balkón.

Zmenil sa váš vkus v oblasti interiérového dizajnu od čias vášho prvého bývania?

Kedysi som mal mobilný nábytok a raz do mesiaca sa mi nelenilo kompletne prestaviť všetko zariadenie. Keby som sa nestal režisérom a spisovateľom, určite by som bol bytovým architektom. (smiech) V tomto byte som sa však chcel tejto vášne vyvarovať. Preto som sa rozhodol pre vstavaný nábytok, ktorý dopĺňajú len kresielka a zopár samostatných dizajnových kusov. Inak sa môj vkus zase až tak nemení. Keďže som mal vždy rád hnedú, béžovú a sivú farbu, nikdy som nemal problém s tým, že by sa nové veci nehodili k tým starším.

V tomto byte žijete dodnes, ale už je väčší a vyzerá inak...

Po niekoľkých rokoch sa mi totiž podarilo k pôvodnému bytu prikúpiť aj vedľajší jednoizbový byt a oba prepojiť. Po rekonštrukcii tak vznikol veľkorysý obytný priestor s obývačkou a pracovňou, a tiež ďalšou kúpeľňou a jedálňou. Má to tú výhodu, že keď u nás potrebujú prespať priatelia, majú vlastné zázemie.



Z NÁVŠTEVY

Hoci Mirka Ábelová ani Ján Uličiansky nepochádzajú z Bratislavy, napokon zakotvili v hlavnom meste. Obaja si prešli obdobím sťahovania sa z podnájmu do podnájmu a dnes sa tešia z vlastného byvania. Veľa o ňom premýšľajú a každý z nich má svoj vlastný obľúbený štýl. Pre ňu sú inšpiráciou provensalské prvky a prímorská atmosféra, preňho elegantný pánsky dizajn a pravidlo, že veci spolu majú ladiť. Ako spisovatelia majú vzťah ku knihám, no kým Mirka ich skôr zhromažďuje, Ján sa snaží ich počet priebežne znižovať. Obaja však niečo zbierajú – Mirka lodičky a Ján sošky a obrázky mačiek. Nosia im ich priatelia aj návštevy, a občas si nejaký kúsok aj kúpia.

Aj váš kocúr Leonardo, ktorý je tiež hrdinom vašich kníh, sa vlastne k tomuto bytu hodí...

A je to aj naopak, pretože Leonardo sa na výzore bytu dostal podpísal. Kým som ho nemal, preferoval som tmavšie tóny. Teraz sú to svetlejšie, ba až ryšavé odtiene. Keď som išiel kupovať gauč, mal som dokonca so sebou trochu ryšavých Leošových chlupov.

Ako často si dnes dovoľíte nejaké zmeny a kde sa inšpirujete?

Nesmierne rád si listujem v časopisoch o bývaní a baví ma chodiť po nábytkových obchodoch a železiarstvach. Železiarstvo je pre mňa v podstate galériou výtvarného umenia. Človek by, samozrejme, rád robil zmeny častejšie, ale mnohokrát treba robiť kompromisy.

Máte v tomto byte svoje najobľúbenejšie miesto?

Okrem pracovného stola mám rád jedáľenský kút. Keď som byt rozširoval, vedel som, že chcem určite vytvoriť jedáľenský priestor pre minimálne šiestich ľudí. Viem, že nie vždy je to možné, ale každá domácnosť by mala mať aspoň

taký stolovací priestor, aby sa v ňom mohli zísť prinajmenšom tí ľudia, ktorí v byte bývajú. A ak sa k tomu zmestia ešte aj priatelia, je to ideálne.

Chystáte sa niečo na svojom bývaní ešte zmeniť?

Najbližšie by som určite rád vymenil parkety, ktoré sa nachádzajú v prvom byte. Stále ma baví premýšľať o tom, čo by som ešte zmenil. A navyše, veci treba časom inovovať. Teraz je to však už jednoduchšie. Veci sa k sebe pýtajú. Niekedy stačí niekde uvidieť nejakú drobnosť a ja hneď viem, že patrí k zariadeniu, ktoré mám doma.

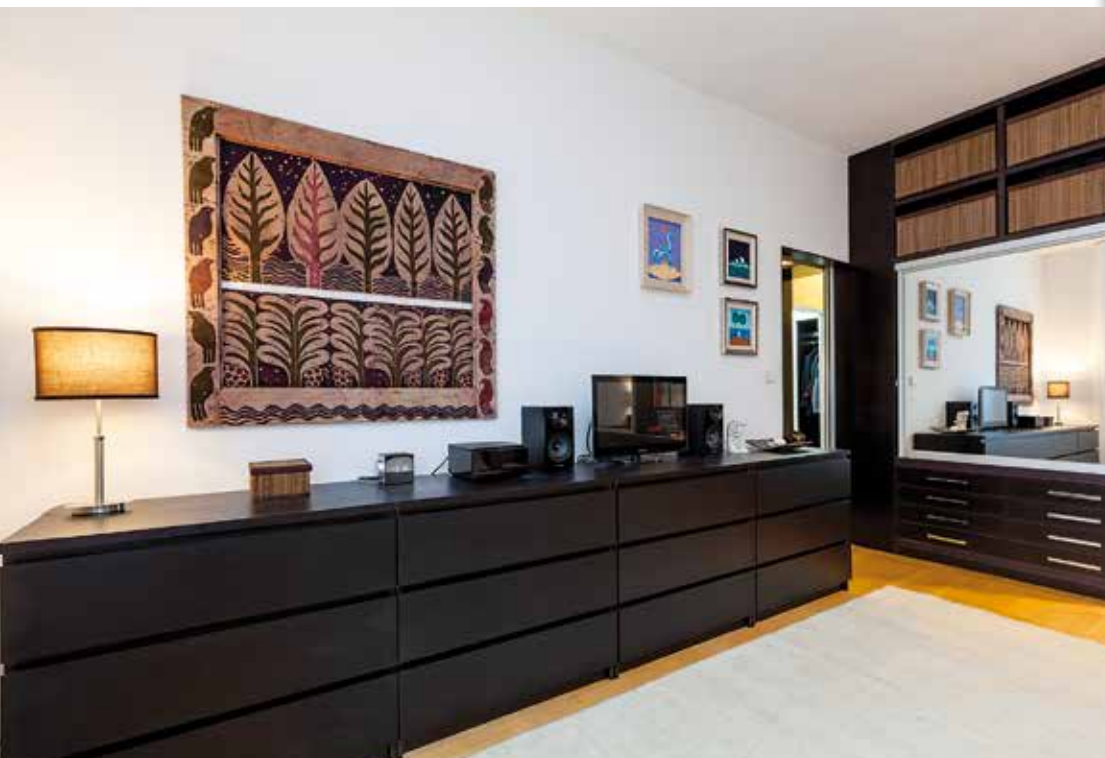
Text: Lenka Krištofová

Foto: Dano Veselský



Ján Uličiansky

– režisér, spisovateľ, dramaturg
Vyrastal v Košiciach. Po štúdiu na pražskej DAMU pracoval v košickom bábkovom divadle, neskôr ako dramaturg v Slovenskom rozhlase. Pôsobí ako pedagóg na Katedre bábkarskej tvorby VŠMU. Medzi jeho najznámejšie knihy pre deti a mládež patria: Snehuliacke ostrovy; Malá princezná; Analfabeta Negramotná; Leonardo, kocúr z ulice. Bol nominovaný na Cenu Hansa Christiana Andersena a za svoju tvorbu získal mnoho ocenení.



KLIENTOM SA VENUJEM SYSTEMATICKY A NEPRETRŽITE

Každý z nás sa z času na čas ocitne v situácii, s ktorou si nevie dať rady. Vtedy je najrozumnejšie obrátiť sa na odborníka, ktorý dokáže pomôcť pri hľadaní najvhodnejšieho riešenia. Obzvlášť dôležité je to v takých finančne náročných záležitostiach, ako je napríklad financovanie bývania.

Obyvatelia Trenčína a jeho okolia majú tú výhodu, že sa môžu obrátiť na jednu z najrenomovanejších obchodných zástupkyň Prvej stavebnej sporiteľne – Máriu Noskovú.

Nová práca – nová výzva

Pre najväčšiu stavebnú sporiteľňu na Slovensku pracuje od roku 1998. „Pred 17 rokmi som bola v Investičnej a rozvojovej banke. Banka sa však dostala pod nútenú správu. Zvažovala som, čo ďalej. Oslovili ma z PSS a ja som súhlasila. Kolegyne sa ma pýtali, čo tam budem robiť, predsa len, je to úplne iná práca ako v banke za okienkom. Ja som to však vnímala inak. Hoci som už nebola najmladšia, cítila som, že je to pre mňa veľká výzva,“ spomína si M. Nosková.

Načúvať a vzdelávať sa

V novej práci sa tešila najmä na priamy kontakt s klientmi. Za takmer dve desaťročia sa jej ho dostalo až-až. Každý deň iní ľudia, rozdielne príbehy, rozličné potreby a s tým súvisiace originálne a na mieru pripravené riešenia. „Polovicou úspechu v mojej práci je schopnosť načúvať potrebám klienta. Zvyšok predstavuje neustále vzdelávanie sa. Našťastie, PSS je v tomto smere špičková banka. Stará sa, aby odborná zručnosť jej obchodných zástupcov a zástupkyň bola na čo najvyššej úrovni,“ hovorí a dodáva, že trenčiansky región je miestom, kde sa šikovný obchodný zástupca PSS môže naozaj obracať. V ostatných mesiacoch sa tu podarilo naštartovať viacero developerských projektov, rodinné domy pribúdajú ako huby po daždi a majitelia tých starších sa zase neboja pustiť do prestavby či rekonštrukcie. A všetci títo ľudia potrebujú poradiť, ako svoje zábery financovať čo najvhodnejšie.

*„Polovicou úspechu
v mojej práci je
schopnosť načúvať
potrebám klienta.“*

V čom je PSS silná?

Verejnosť ocenuje predovšetkým úvery bez založenia nehnuteľnosti. Neznámemu klientovi poskytneme úver do výšky 15-tisíc €, známemu až do 50-tisíc €. Prostredníctvom stavebného úveru môže klient získať rovnakú sumu aj bez dokladovania výšky príjmu. Ponuka PSS je na slovenskom bankovom trhu bezkonkurenčná.

Cením si dlhodobé vzťahy

Správne pochopenie potrieb klienta v kombinácii s poskytnutím optimálneho riešenia sú receptom úspechu Márie Noskovej, ktorá sa rokmi vypracovala na jednu z najúspešnejších obchodných zástupkyň PSS. A je tu ešte niečo – systematická práca s klientmi. „Pre mňa je dôležité, aby mal klient vo mne svojho poradcu. Aby sme spoločne plánovali a pripravovali riešenia do budúcnosti. Vtedy som schopná spoločne s ním úspešne zareagovať na aktuálne i neplánované udalosti v jeho živote. Jednoducho, vzťah obchodný zástupca – klient vnímam ako beh na dlhú trať,“ vysvetľuje M. Nosková. Ako príklad uvádza dvoch mladých ľudí, ktorých spoznala ešte ako študentov. „Nemali príjem, finančnú hotovosť ani vlastné bývanie. Nemohli si dovoliť vôbec nič, ale zostali sme v kontakte. Dnes sú manželia, obaja slušne zarábajú a svoj rodinný dom i zariadenie v ňom si zabezpečili výhradne zo stavebného sporenia. Ten pocit, že som im spoločne s PSS pomohla slniť ich sny, je na nezaplatenie,“ uzatvára M. Nosková.

Text: Robert Juriš

Foto: Dano Veselský

Mária Nosková

Obchodná zástupkyňa od: 1. 7. 1998

Na práci pre PSS sa jej páči: **variabilita**

Záľuby: **prechádzky v lese, plávanie**

Kontakt: **0915 740 084**

Email: **maria.noskova@fopss.sk**

VY SA PÝTATE... ...MY ODPOVEDÁME



Na otázky čitateľov
odpovedá
Mgr. Andrej Vida,
vedúci odboru manažment produktu
Prvej stavebnej sporitelne

Zabezpečenie úveru nehnutelnosťou

Sporím si u vás už 5 rokov. Plánujem si kúpiť byt a budem potrebovať úver vo výške 40 000 €. Chcel by som ho založiť domom mojich rodičov. Aké doklady si mám pripraviť a keď budem môcť rodičovský dom zbaviť záložného práva?

Michal Lehotský, Revúca

Možno oceníte informáciu, že v Prvej stavebnej sporitelni môžete ako náš sporiaci klient čerpať úver až do 50 000 eur aj bez založenia nehnuteľnosti. Samozrejme, ak sa rozhodnete úver v tejto výške zabezpečiť nehnuteľnosťou, je tu aj taká možnosť. K žiadosti o úver budete potom potrebovať znalecký posudok na zakladanú nehnuteľnosť, ktorou je v tomto prípade rodičovský dom. Najpraktickejšie bude, ak vyhľadáte niektorého zo zmluvných znalcov Prvej stavebnej sporitelne. Ich zoznam nájdete na www.pss.sk. A keď už bude spomínaný byt zapísaný vo vašom vlastníctve, môžete požiadať o zmenu predmetu zabezpečenia úveru.

Splácanie úveru po narodení dieťaťa

Už siedmy rok splácame v PSS stavebný úver. V januári sa nám narodila dcéra a pre našu rodinu to znamená aj zníženie príjmu. Môžeme splácanie úveru na nejaký čas prerušiť?

Andrea Neubrandová, Banská Bystrica

Klienti, ktorí u nás splácajú úver a narodí sa im dieťa, môžu požiadať o polročný odklad splátok. Podmienkou je, aby dovtedy úver splácali zodpovedne a aby o odklad splátok požiadali najneskôr do troch mesiacov od narodenia dieťaťa. Na rodiny myslíme nielen možnosťou odkladu úverových splátok, ale aj špeciálnym stavebným sporením pre deti do 18 rokov. Ak máte záujem o stavebné sporenie Junior extra, opýtajte sa našich obchodných zástupcov, za akých podmienok môžete uzatvoriť zmluvu zdarma.

Výplata nasporených peňazí

Ak si z účtu stavebného sporenia vyberiem všetky aktuálne našetrené financie, môžem sporiť aj naďalej, alebo mi sporenie zaniká?

Peter Polák (momentálne v ČR)

Máte viacero možností, ako sa dostať k svojim nasporeným prostriedkom. Nasporené financie vám vyplatíme na základe vami podanej výpovede zmluvy o stavebnom sporení. Zmluva tým pádom spolu s účtom vášho stavebného sporenia zanikne. Potom však môžete opäť uzatvoriť novú zmluvu o stavebnom sporení. Takto budete môcť ďalej využívať všetky výhody stavebného sporenia. Odporúčame vám však informovať sa aj o možnosti rozdelenia vašej zmluvy o stavebnom sporení. Vďaka nemu by ste z jednej časti zmluvy – oddelenej od pôvodnej – jej výpoveďou získali finančné prostriedky, a zároveň si uchovali i pôvodnú zmluvu o stavebnom sporení. Viac informácií získate v kanceláriách obchodných zástupcov PSS, ktorých zoznam nájdete na stránke www.pss.sk, alebo na čísle 02/58 55 58 55.

Napište nám



Máte aj vy otázku súvisiacu so stavebným sporením v Prvej stavebnej sporitelni? Radi vám odpovieme, stačí sa pýtať.

Svoje otázky posielajte:

→ buď e-mailom na adresu doma@pss.sk,

→ alebo poštou na adresu Prvá stavebná sporiteľňa (časopis DOMa), Bajkalská 30, P. O. Box 48, 829 48 Bratislava 25.

Antúrium
(*Anthurium andreaum*)Figovník
(*Ficus elastica*)

STENY PLNÉ ŽIVOTA

Interiérové rastliny majú množstvo predností a svojmu majiteľovi prinášajú mnohé zdravotné benefity. Nemali by preto chýbať v žiadnom interiéri. Nie každý byt či dom však poskytuje dostatok miesta na pestovanie reprezentatívnej zelene. Riešením môžu byť vertikálne výsadby.

V mnohých krajinách sveta je dnes populárne vertikálne pestovanie exteriérovej zelene na fasádach budov. V stiesnených pomeroch veľkosti ide o zaujímavú alternatívu strešných záhrad. Pohľad na stenu plnú sviežej a kvitnúcej zelene lahodí očiam, nehovoriac o prínosoch, ktoré zeleň má. Dokáže čistiť vzduch, pomáha zvyšovať jeho vlhkosť, reguluje teplotu budovy a znižuje hluk. Samozrejme, to je možné len za predpokladu, že je zeleň bohato rozrastená a má dobrú starostlivosť. Zeleň pestovaná týmto spôsobom totiž musí počas roka odolávať premenlivým a často extrémnym podmienkam – suchu, vetru, horúčave, prípadne mrazu. Preto môže byť jej životnosť nižšia a je nutné neustále dosádzať uhynuté rastliny. Určité výhody má vertikálne pestovanie zelene v interiéri. Tu sú totiž podmienky celoročne takmer rovnaké. Nedochoádza tu k extrémnym výkyvom a sortiment zelene vhodnej na takéto pestovanie je skutočne pestrý. Počiatočná investícia pritom nemusí byť vysoká.

Systém na
uloženie pôdy

Odporúčané rastliny

- Okrasné listom: zelenec (*Chlorophytum comosum*), syngónium (*Syngonium podophyllum*), figovník (*Ficus pumila*), potosovec (*Scindapsus aureus*), krotón (*Codiaeum variegatum*), fitónia (*Fittonia verschaffeltii*), kalatea (*Calathea makoyana*), maranta (*Maranta leuconeura*), filodendron (*Philodendron scandens*), brečtan (*Hedera helix*), begónia (*Begonia rex*), aglaonéma (*Aglaonema*), cisus (*Cissus rhombifolia*), slezinník (*Asplenium nidus*), asparágus (*Asparagus*), tradeskancia (*Tradescantia fluminensis*), pilea (*Pilea cadieri*), difenbachia (*Dieffenbachia picta*)
- Kvitnúce druhy: antúrie (*Anthurium andreaum*), lopatkovec (*Spathiphyllum wallisii*), bromélie (guzmánia, vrízea, echmea), kalanchoe (*Kalanchoe blossfeldiana*), senpólia (*Saintpaulia ionantha*)

Vrízea
(*Vriesea splendens*)

Krotón
(*Codiaeum variegatum*)**Kam ju umiestniť**

Vertikálne výsadby sa hodia do menších aj väčších bytov, vyniknú však najmä v moderných mestských interiéroch. Takúto zeleň možno umiestniť do svetlých, ale i tmavších bytov, pričom ideálne je situovať ju na jedno, nanajvýš dve miesta. Vhodné sú najmä haly a schodištia, no nádhorne vynikne aj v obývacej izbe. Dá sa zakomponovať tiež do pracovne, kde bude pôsobiť relaxačne, alebo do jedálne, kde sa stretáva rodina a hostia. Takúto netradičnú kompozíciu možno vytvoriť svojpomocne, alebo sa pritom dá využiť práca špecializovanej firmy, ktorá disponuje potrebnými skúsenosťami a technickou výbavou. V prípade druhej možnosti však treba počítať nielen s rýchlou realizáciou, ale i s vyššími finančnými nákladmi. Na druhej strane, toto riešenie je zárukou, že výsadba bude z odborného hľadiska dobre zvládnutá a nebude dochádzať k neočakávaným problémom.

Princíp výsadby

Pri vertikálnom pestovaní sú rastliny vysadené do vhodného substrátu a zafixované (najčastejšie pomocou machu) vo vegetačnej nádobe. Na tento účel sa využívajú špeciálne usposobené, zvyčajne plastové nádoby. Pripevňujú sa priamo na stenu alebo na stabilnú kovovú konštrukciu. Ak sa na takúto konštrukciu upevní viacero nádob, vznikne zaujímavý celok. Vysadená plocha môže mať rôzne tvary a veľkosti. Možností je veľa. Využíva sa i drahší spôsob, keď je v špeciálnej konštrukcii natihnutá plst a cez ňu prerastajú korene rastlín. K nim sú pomocou automatického zavlažovania transportované potrebné živiny. Ide o technologicky prepracovanejšie riešenie, vhodné skôr do iného typu interiérov než do domácností. V zahraničí sa však bežne možno stretnúť s riešením, pri ktorom sa takto pestovaná zeleň zavlažuje recyklovanou vodou z domácnosti.

Akú zeleň si vybrať

Na vertikálne pestovanie sú vhodné viaceré druhy rastlín. Ide predovšetkým o druhy okrasné listom, ale i kvitnúce. Menej sa hodia rastliny okrasné plodmi. Na steny je najlepšie vysádzať mladé, dobre zakorenené rastliny, ktoré majú tie najlepšie predpoklady na ďalší rozvoj. Pri výsadbe sa treba zamerať na rozmanitosť – vynikajú najmä porasty, v ktorých sa nachádzajú listy v rôznych odtieňoch zelenej farby, prípadne iné farebné listy. Kvitnúca rastlina je vždy pôsobivým prvkom. Nie je však dobré sústrediť ťažisko iba na kvitnúce druhy. Mali by byť skôr decentným doplnením. Prihliadať treba aj na svetelné požiadavky rastlín. Iné druhy sa hodia na tmavšie, iné na svetlejšie miesta. Vždy je dobré vysadiť skupinky zložené z niekoľkých kusov jedného druhu. Po rozrastení bude výsledok veľmi príjemným prekvapením. Pohrát sa dá aj s formami a textúrami. Porast môže byť zložený z veľkolistých alebo drobnolistých druhov, prípadne môže byť kombináciou oboch možností. Zakomponovať môžeme druhy, ktoré vynikajú vzpriameným, poliehavým, trsovitým alebo rozložitejším vzrastom. Čím bude porast rozmanitejší, tým zaujímavejšie bude pôsobiť. Samozrejme, najmä pri menších plochách to s množstvom rastlín netreba preháňať. Aby sa rastlina ukázala v plnej kráse, potrebuje adekvátny životný priestor. Príliš hustá výsadba by v konečnom dôsledku mohla znamenať cestu k problémom, ako sú napríklad hubové ochorenia.

Text: Daniel Košťál
Foto: autor, isifa/Shutterstock

Zelenec
(*Chlorophytum comosum*)Potosovec
(*Scindapsus aureus*)Tradescancia
(*Tradescantia fluminensis*)**Starostlivosť
o vertikálnu zeleň****ZAVLAŽOVANIE**

Keďže rastliny majú k dispozícii menej substrátu (a ten rýchlejšie vysychá), zvyčajne ich treba zalievať aspoň dvakrát týždenne. Druhy náročnejšie na prísun vlhky možno zalievať i trikrát týždenne. Substrát musí medzi každou zálievkou mierne preschnúť, aby sa ku koreňom pestovaných rastlín dostal vzduch. Tiež sa tým zabráni nežiaducej hnilobe koreňov.

PRIHNOJOVANIE

Predpokladom toho, že bude vertikálna zeleň pôsobiť celoročne príťažlivo, je prihnojovanie. Najlepšie je použiť bežné, avšak kvalitné hnojivo na izbové rastliny, prípadne hnojivo s postupným uvoľňovaním živín. Prihnojovať, ideálne vo forme zálievky, treba aspoň raz mesačne. Pri častejšom prihnojovaní by zeleň zbytočne bujnela. Je však možné prihnojovať aj formou postreku (listová výživa).

ZASTRIHÁVANIE

Z času na čas treba odstrihnúť prekážajúce výhonky, prípadne mierne zredukovať príliš rozrastené rastliny. Je potrebné pravidelne kontrolovať zdravotný stav rastlín a v prípade výskytu chorôb či škodcov zasiahnuť hneď na začiatku. Netreba zabúdať ani na odstraňovanie suchých, zožltnutých alebo mechanicky poškodených listov.

OMLADZOVANIE

Vertikálne pestované rastliny sa nepresádzajú, no po rokoch je dobré kompozíciu omladiť. Ak je cieľom ešte viac zvýšiť vitalitu rastlín, pri menej vhodných svetelných podmienkach možno na podporu rastu použiť špeciálne fytolampy.

Maranta
(*Maranta leuconeura*)

V OBNOVENOM DOME SA BÝVA LEPŠIE A LACNEJŠIE

Mnohé bytové domy postavené počas ostatných šesťdesiatich rokov dnes potrebujú ozdravné zásahy. Ich nedostatky súvisia predovšetkým s prekročením životnosti stavebných konštrukcií a technického zariadenia budovy. Hoci je bezpečnosť bývania dôležitá, obyvatel'ov bytových domov zrejme najviac zaujíma možnosť zníženia spotreby energií a s tým súvisiaca úspora na nákladoch na bývanie.

Filozofia, ako ušetriť, je jednoduchá. Čím menej energie je potrebnej na zvýšenie teploty v byte, tým vyššie energetické úspory vlastník bytu dosiahne. A to sa priamo úmerne prejaví na znížení nákladov na bývanie. Osvedčeným riešením je obnova bytového domu. Platí, že čím je obnova komplexnejšia, tým sú úspory vyššie. Pri hĺbkovej obnove dosiahnu až 50 %, ba aj viac.

Povrchnosť sa nevypláca

Dôležité teda je, aby bytový dom podstúpil obnovu takpovediac od hlavy až po päty. Súčasťou hĺbkovej obnovy bytového domu by bezpodmienečne malo byť:

- odstránenie systémových porúch a chýb v statike domu,
- výmena okien, vstupných brán, oprava schodísk, výťahov, spoločných priestorov, balkónov a lodžii,
- zateplenie obvodových múrov, oprava, zateplenie a zaizolovanie strechy,

- obnova izolácií v základoch a suteréne domu,
- vykonanie zmien v energetických systémoch (kúrenie a príprava teplej vody),
- výmena a izolovanie vnútorných energetických rozvodov,
- vyregulovanie vykurovacej sústavy,
- namontovanie termostatických ventilov na všetky radiátory.

Pravdaže, je možné vykonať i čiastkové kroky. Vtedy sú však dosiahnuté úspory neporovnateľne nižšie a po čase je nutné v stavebných úpravách a obnove bytového domu pokračovať. Výsledný efekt nie je pritom nikdy taký, ako keď sa všetky práce vykonajú naraz a v správnom poradí.

16 rokov skúseností

Prvá stavebná sporiteľňa je banka, ktorá sa už 16 rokov venuje financovaniu obnovy bytových domov. Približne každý siedmy bytový dom na Slovensku bol obnovený zo stavebného sporenia v PSS, a. s. Aj z toho vyplýva, že s touto činnosťou máme bohaté skúsenosti. Vieme napríklad, že ak sa vlastníci bytov rozhodnú pre hĺbkovú obnovu bytového domu prostredníctvom úveru, zvyčajne ho dokážu splácať z peňazí ušetrených na energiách. Inak povedané, vôbec nemusia zvyšovať svoje platby do fondu opráv a údržby bytového domu. Často im dokonca zostane aj niečo navyše. Získajú i ďalšie benefity – budú bývať krajšie, zdravšie, bezpečnejšie a v neposlednom rade zvýšia aj trhovú hodnotu svojich bytov.

	US 12-mesačný FIX	Úver XXL konštant
Výška úveru	50 000 €	50 000 €
Úroková sadzba mediúveru	1,49 %	2,70 %
Úroková sadzba stavebného úveru	2,90 %	2,90 %
Mesačná splátka (konštantná)	211,16 €	214,77 €
RPMN mediúver/stavebný úver	1,58 %/2,94 %	2,82 %/2,93 %
Obdobie splácania	25 rokov	30 rokov

* Príklad je vypracovaný pre bytový dom s 20 bytmi. SVB má v tomto prípade nárok na 5 štátnych prémie ročne (5x 66,39 €).

Výhodný úverový program

Obnova bytového domu nie je lacná záležitosť, preto je mimoriadne dôležitý výber toho správneho partnera, ktorý pomôže s financovaním. Prvá stavebná sporiteľňa je známa tým, že dlhodobo prináša program zameraný na poskytovanie úverov na obnovu bytových domov s nízkou úrokovou sadzbou. V súčasnosti sa úroková sadzba pri tých najvýhodnejších začína už od 1,49 % ročne. Splatnosť takéhoto úveru s jednoročnou fixáciou úrokovej sadzby v minimálnej výške aspoň 20-tisíc € môže trvať až 30 rokov. Mesačných splátok takéhoto úveru sa netreba obávať, nie sú vysoké.

Individuálny prístup

Prvá stavebná sporiteľňa ponúka aj iné riešenia. Platí, že čím je úver vyšší a čím dlhšia je jeho splatnosť, tým nižšia bude jeho úroková sadzba. Úroková sadzba úveru môže byť zafixovaná na celé obdobie splácania úveru alebo na jeden či päť rokov. Výber závisí od požiadaviek vlastníkov bytov a od výšky mesačnej tvorby fondu opráv a údržby bytového domu. Úrokovú sadzbu úverov určených na významnú obnovu bytových domov banka stanovuje individuálne. Obdobie splácania úveru môže PSS, a. s., prispôbiť požiadavkám vlastníkov bytov. Úver na obnovu bytového domu sa dá štandardne splatiť v intervale od 7 až do 30 rokov. Banka umožňuje aj predčasné splatenie. Vďaka úverom na obnovu bytových domov od PSS, a. s., je možné prefinancovať až 100 % plánovaných opráv v bytovom dome a novým úverom možno splatiť predchádzajúce úvery bytového domu čerpané v iných bankách, za menej výhodných podmienok.

Text: Robert Juriš
Foto: archív PSS

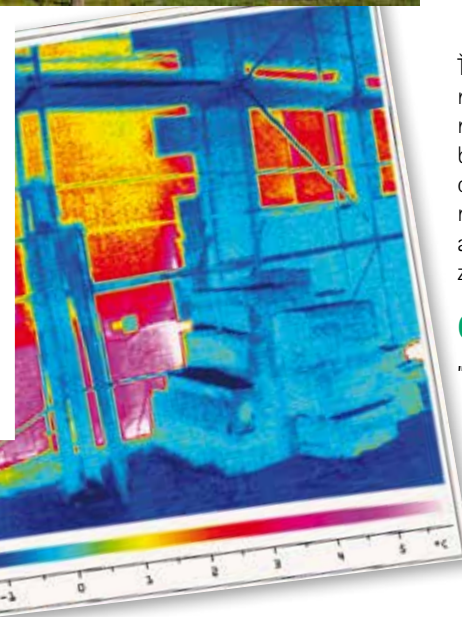
*Výhodné riešenie
s úsporou*

Ak žijete v bytovom dome, ktorý v tomto alebo v minulom roku čerpal úver na obnovu z PSS, a. s., a požiadate nás o úver, napríklad na rekonštrukciu svojho bytu, radi vám ho poskytneme bez poplatku za jeho spracovanie.



Obnova bytových domov je v niektorých krajoch **NÁROČNÁ MISIA**

Ako presvedčiť vlastníkov bytov, že zainvestovať do obnovy bytového domu sa im oplatí? Túto otázku si kladie množstvo správcovských organizácií, ale aj ľudí, ktorí sa už na vlastnej koži presvedčili o pozitívach takéhoto rozhodnutia. Naozaj náročná misia je to najmä v chudobnejších regiónoch Slovenska. Oblasť blízko hraníc s Ukrajinou k takým určite patrí.



Ivan Kucka, obchodný zástupca PSS, Snina:

„Žijeme v chudobnom kraji, ale našim úverom na financovanie obnovy bytových domov sa tu darí. Väčšina starších bytoviek bola obnovená z úverov od PSS. Oproti konkurenčným ponukám máme niekoľko nezanedbateľných výhod. Je to predovšetkým priaznivá a najmä stabilná úroková sadzba a vynikajúce úverové podmienky. Od klientov vyžadujeme menej papierovania. Proces vybavenia úveru je jednoduchý a rýchly, čo pri výbere finančného partnera často rozhoduje.“

Ťarcha zodpovednosti leží hlavne na pleciah odborníkov. Medzi tých naozaj fundovaných patrí Ing. Jaroslav Pašek zo Sniny. Je riaditeľom miestnej správcovskej organizácie Sebyt, s. r. o., a zároveň aj obyvateľom bytového domu, ktorý po 35 rokoch služby svojim obyvateľom potreboval obnovu ako soľ. Rozhodol sa preto, že osloví susedov a ponúkne im riešenie. No zo 120 vlastníkov bytov ich na domovú schôdzu prišlo menej ako 30. Vybral sa teda od dverí k dverám. Vysvetľoval, argumentoval, zdôvodňoval.

Obrazky presvedčia

„Naše debaty mali zvyčajne dve fázy. Tou jednoduchšou bolo vysvetliť, že po obnove sa v našom dome bude bývať krajšie, lepšie a že ušetríme na energiách. Náročnejšie bolo obyvateľov presvedčiť, že úspore predchádza investícia a teda, že musíme aspoň o niečo zvýšiť platby do fondu údržby a opráv bytového domu. Predsa len, množstvo ľudí tu musí vyžiť z minimálnej mzdy, a tak každé euro obracajú v dlani aj dvakrát,“ hovorí J. Pašek, ktorý okrem slov používal pre názornejšie vysvetlenie aj obrázky z termovíznej kamery. Na nich jeho susedia jasne videli, ako veľmi a kadiaľ uniká teplo z ich bytov.

Dobrá ponuka – výhodný úver

Misia sa mu napokon podarila a po získaní súhlasu dvojtretinovej väčšiny vlastníkov bytov mohol pristúpiť k zháňaniu prostriedkov na obnovu domu. Urobil si prieskum a zistil, že najvýhodnejšie úverové podmienky mu poskytne Prvá stavebná sporiteľňa. „Dobry a stabilny úrok, málo papierovania, ústretové konanie. Čo viac si môžete želať,“ pokračuje s tým, že v súčasnosti je už bytovka na Vihorlatskej ulici takmer kompletne obnovená. Opravili vodovodné stúpačky, vymenili okná na spoločných priestoroch, pivniciach i v jednotlivých bytoch, zrekonštruovali vstupy do domu, vymenili vchodové dvere a zateplili plášť bytového domu.

Teplá voda zo slnka

Za peniaze, ktoré im zvýšili, vymysleli aj niečo navyše. Na strechu domu nainštalovali päť solárnych zásobníkových ohrievačov vody. Pre každý vchod jeden. Prostredníctvom vákuových trubíc, ktoré sú pri zachytávaní slnečnej energie ešte efektívnejšie ako solárne panely, ohrievajú studenú vodu na približne 30 °C, ktorá potom vstupuje do výmennikovej stanice, kde sa zohrieva až na 50 °C. Vďaka tomu ušetria obyvatelia domu na príprave teplej vody nemalé peniaze. Výsledkom je, že od skončenia obnovy domu nemal nikto z nich nedoplatok za energie. Naopak, každý sa teší z preplatkov. Spotreba tepla na celú bytovku klesla približne o polovicu.



Vďaka solárnemu ohrevu tečie v tomto bytovom dome teplá voda aj počas odstavky.



Ďalšia úspora vďaka PSS

Mohlo by sa zdať, že tu sa príbeh končí. Nie je to však pravda. K slovu sa opäť dostáva Prvá stavebná sporiteľňa. Keďže pôvodný úver na obnovu bytového domu mal vyššiu úrokovú sadzbu, ako je aktuálna ponuka, obchodný zástupca PSS v Snine Ivan Kucka prišiel s nápadom, ako prefinancovať starý úver novým, výhodnejším. Stalo sa a výsledok je viac ako zreteľný. Kým donedávna odchádzalo z účtu domu v podobe úverovej splátky každý mesiac 2 000 €, v súčasnosti je to len 1 400 €. Táto úspora nás doslova núti položiť si otázku, na čo by sa ušetrené peniaze mohli v budúcnosti využiť. „Zostáva nám opraviť a zatepliť strechu. A ešte výťahy. Tieto naše sú kvalitné, českej výroby, ale aj tie si vyžadujú modernizáciu, a hlavne, nepremávajú z prízemia, ale až z prvého poschodia,“ uzatvára J. Pašek.

Text: Robert Juriš
Foto: Dano Veselský

OBNOVTE SI S NAMI OKOLIE DOMU

Obnova bytových domov sa v posledných rokoch rozbehla oveľa rýchlejšie než výstavba nových. Položme si však ruku na srdce. Nemáte pocit, že okolie vášho domu sa ešte stále nachádza kdesi v roku 1980?

Pri príchode a odchode z domu náš pohľad nezriedka sprevádzajú kaluže, blato, rozbité lavičky, zničené smetné nádoby či detské ihriská. Nielenže sú neestetické, pre deti a pre dospelých predstavujú i nebezpečenstvo.

Na terénne práce, nové lavičky, fontánky či parkové úpravy sú však potrebné financie, schválený projekt a často aj ťažká technika. Mesto či obec sa primárne snažia revitalizovať centrálné položené námestia. Na ďalšie exteriéry mimo centra im zdroje nezostávajú.

PSS, a. s., má záujem, aby vlastníci bytov či domov mali z peňazí, ktoré investovali do obnovy, dobrý pocit nielen vo vnútri domu, ale aj v jeho okolí. Vieme, že upraviť a skultúrniť všetky pozemky a zákrutia

v mestách a obciach nie je v našich silách. Preto sme sa rozhodli v spolupráci s Úniou miest Slovenska a Združením miest a obcí Slovenska ponúknuť mestám a obciam, prípadne občianskym združeniam, možnosť financovať revitalizáciu pozemkov v okolí prostredníctvom grantu.

Záujem o poskytnutie grantového financovania môžu mestá, obce a občianske združenia prejavíť zaslaním žiadosti na e-mail: mblanarik@pss.sk, alebo sekretariat@unia-miest.sk. Kritériá, podľa ktorých budú žiadosti posudzované, sa nachádzajú na www.pss.sk alebo www.unia-miest.sk.

Termín podávania žiadostí nie je obmedzený. No keďže počítame s tým, že práce na skultúrnení blízkeho pozemku chcete začať už na jar, prvé zasadnutie odborného zboru pre posúdenie žiadostí je naplánované už na začiatok marca. Projekty budú priebežne posudzované aj v ďalších štvrtrokoch. Program financovania je zatiaľ naplánovaný na 3 roky a jeho predĺženie závisí od toho, ako sa zhostíte jeho využitia.

Tešíme sa spolu s vami na krajšie a účelne skultúrené okolie našich obydlií. << mb

Plníme sny nielen v bývaní

SNOEZELLEN PRE SPOJENÚ ŠKOLU V PREŠOVE

Jednou z unikátnych metód, pomocou ktorej sa dosahujú pri práci s hendikepovanými deťmi vynikajúce výsledky, je terapia Snoezelen.

Prvá stavebná sporiteľňa podporila vznik Snoezelen miestnosti v Spojenej škole na ul. Matice slovenskej v Prešove, ktorú navštevujú deti s mentálnym a zmyslovým postihnutím rôzneho stupňa.

Význam metódy Snoezelen

Pôvodom holandská terapeutická metóda sa realizuje v príjemnom prostredí. Tvorí ho miestnosť vybavená špeciálnymi kompenzačnými a učebnými pomôckami. V miestnosti, ktorá vznikla v prešovskej Spojenej škole, sa nachádza napríklad hmatový totem, interaktívne

projekcie, vibračná vodná posteľ, ale i aromadifúzer, dotykové rukavice či ďalšie užitočné pomôcky. Pomocou nich sa u detí stimulujú zmysly, pomáha sa vytvárať psychická pohoda a atmosféra dôvery a uvoľnenia.

Delíme sa o úsmev

Vďaka sume 25-tisíc eur zo špeciálneho humanitárneho fondu Prvej stavebnej sporiteľne získala škola prístup k modernej, svetovými odborníkmi uznávanej metóde. „Snivali sme o tom naozaj dlho, skúšali sme sa dovoliť pomoci na rôznych miestach. Pozitívnej reakcie sme sa ale dočkali až od Prvej stavebnej sporiteľne,“ povedala pri príležitosti slávnostného otvorenia terapeutickú miestnosti riaditeľka školy Andrea Chalupová. Interaktívnu miestnosť môže už dnes využívať 157 detí. Neskôr bude slúžiť ďalším a ďalším žiakom, ktorí do školy ešte iba nastúpia. << lk



Predseda predstavenstva PSS Imrich Bérés a riaditeľka Spojenej školy Andrea Chalupová pri slávnostnom otvorení terapeutickú miestnosti.



Snoezelen miestnosť je vybavená množstvom užitočných pomôcok.



Terapia bude slúžiť deťom s mentálnym a viacnásobným postihnutím.

NIE JE JEDNO, ČO MÁME POD NOHAMI

Už naši predkovia chápali súvislosť medzi povrchom, po ktorom chodili, a zdravím. Mať nohy v teple patrilo k základným predpokladom zdravého života. Aj dnes platí, že podlahový materiál môže podstatne ovplyvniť nielen náš pocit komfortu, ale i zdravie.

Podlaha by mala spĺňať niekoľko základných kritérií. V prvom rade musí byť bezpečná, bez zbytočných nerovností, výstupkov či medzier. Dôležité je, samozrejme, aj to, aby sa ľahko udržiavala a aby sa vám páčila.

Aj neviditeľné musí byť kvalitné

Ak sa chystáte zadovážiť si novú podlahu, nezabudnite, že bez ohľadu na to, pre aký materiál sa rozhodnete, treba dôsledne pripraviť podklad. Povrch, na ktorý budete podlahu ukladať, musí byť rovný a suchý. Len tak bude nová podlaha presne taká, ako ste si vysnívali. Priprava podkladu je dôležitá už len preto, lebo hoci podlahu možno meniť každý rok, podklad sa zvyčajne nemení vôbec. Každá nerovnosť, medzera alebo každý hrbolček sa po čase ukážu a môžu narušiť povrchovú vrstvu podlahy. Naopak, čím bude podklad kvalitnejší, tým dlhšie podlaha vydrží. Drobné nerovnosti sa dajú vyrovnať aj škárovacím tmelom alebo samoniveláčnym náterom.

Tipy pre jednotlivé miestnosti

Ponuka podlahových krytín je dnes naozaj pestrá. Na výber je množstvo farieb, materiálov, spôsobov ukladania, ale aj cenových relácií, v rámci ktorých sa možno hýbať. Čo všetko by ste mali zvážiť pri výbere podlahy pre konkrétny typ miestnosti? Prejdite sa s nami klasickým bytom a nechajte sa inšpirovať.

Spálňa

Mala by byť oázou pokoja, miestom bez rušivých vplyvov, ktoré dokáže stlmiť všetky nepríjemnosti celodenného kolotoča. A hoci v spálni trávite veľa času, pobývanie v tejto miestnosti nepredstavuje pre podlahu veľkú záťaž. Preto si tu môžete dovoliť aj povrch, ktorý je menej mechanicky odolný, zato je teplejší, mäkkší, príjemný na dotyk. Ak máte v spálni podlahové kúrenie, môžete si bez obáv vyberať aj z chladnejších druhov podláh.

Vhodné materiály: koberec, vinyl, drevo, laminát

Nevhodné materiály: dlažba, liate podlahy, kameň

Kúpeľňa

Najmä ráno býva v kúpeľni rušno. Ak k tomu prirátame fakt, že voda má jedinečnú schopnosť dostať sa prakticky všade, podlaha musí spĺňať isté kritériá. V prvom rade by mala byť bezpečná. Aj malá mláčka na podlahe môže mať nepríjemné následky, ak sme zabudli na protišmykový efekt. V kúpeľni je dobré mať podlahu, ktorá bude jednoliata. Cez škáry by totiž voda mohla zatecť do podkladu. Rovnakú pozornosť venujte tomu, aby sa podlaha dala ľahko čistiť. Povrch, ktorý je zdrsnený, je možno protišmykový, ale jeho údržba je pomerne náročná.

Vhodné materiály: dlažba, vinyl, linoleum, korok, liate podlahy

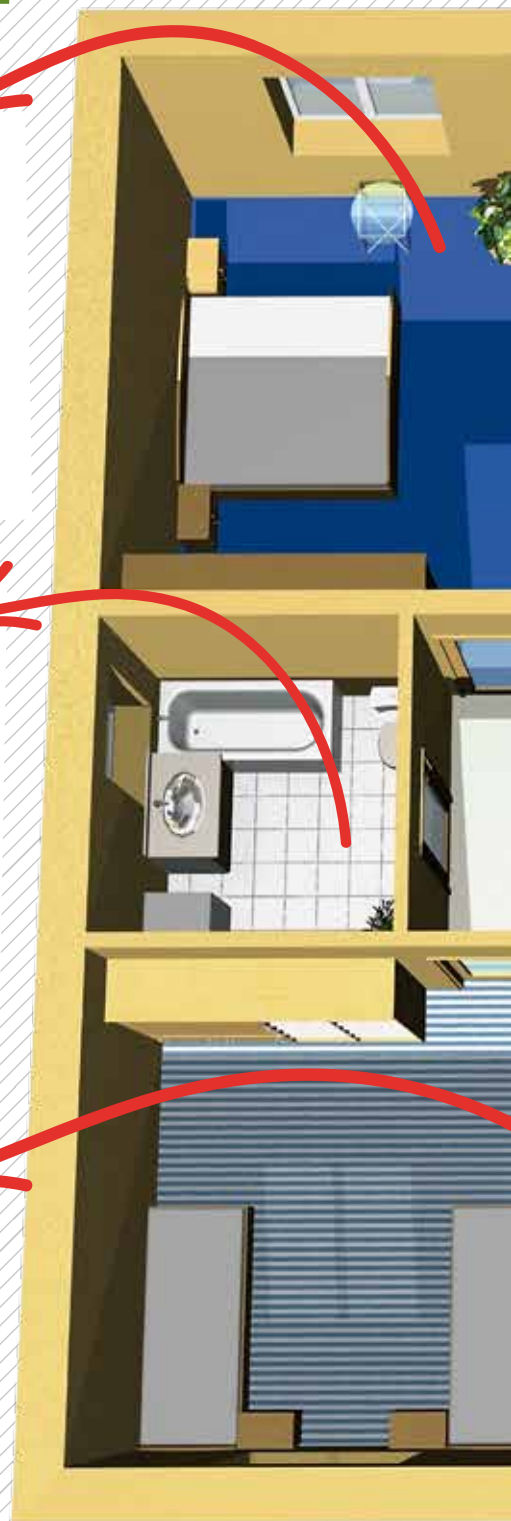
Nevhodné materiály: drevo, laminát

Predsieň, vstupná hala

Na základe vstupných priestorov si robíme prvý dojem o tom, kam sme prišli. Zrejme viac než v iných miestnostiach však platí, že v predsieni alebo chodbe musí byť podlaha nielen reprezentatívna, ale aj praktická. Veď na topánkach si často prinesieme rôzne nečistoty aj dažďovú vodu či sneh s prímiesou solí. Údržbu podlahy v týchto miestnostiach by mal preto bez problémov zvládnuť takmer každý člen rodiny. Samozrejme, dôležité je aj bezpečnostné hľadisko – podlaha by nemala byť šmyklavá. A keďže po chodbe prechádzajú všetci aspoň dvakrát denne, je dobré uprednostniť krytinu, ktorá je odolná voči mechanickému poškodeniu.

Vhodné materiály: dlažba, linoleum, vinyl, kameň, liate podlahy

Nevhodné materiály: drevo, korok, laminát, koberce, mäkké PVC





Detská izba

Deti sa najradšej hrajú na zemi. Tomu by mal zodpovedať aj výber podlahy pre ich kráľovstvo. Aký podlahový materiál teda zvoliť do detskej izby? Dostatočne teplý, príjemný na dotyk, ale aj ľahko udržiavateľný. Uprednostnite však taký materiál, ktorý nebude rezervoárom prachu a roztočov. Ak bývate v bytovom dome, susedia určite ocenia, ak bude podlaha tmiť buchot drevených kociek alebo hrkot stoličky na kolieskach.

Vhodné materiály: vinyl, korok, marmoleum, drevo

Nevhodné materiály: dlažba, laminát, liate podlahy, kameň

Obývačka

Obývacía izba je priestor, v ktorom ľudia radi oddychujú. Stretávajú sa tu s rodinou a so známymi, alebo len si len tak čítajú, prípadne pozerajú televíziu. V minulosti bola obývačka najkrajšou izbou, výkladnou skriňou domácnosti. Tento trend pretrváva dodnes, hoci v moderných interiéroch, kde je obývačka prepojená s kuchyňou, má už predsa len menej slávnostný charakter. Podlaha v obývacej izbe by mala odrážať náš životný štýl a vkus a mala by ladiť s ostatným zariadením. Do tohto priestoru je ideálne zvoliť teplé podlahové materiály.

Vhodné materiály: drevo, laminát, koberec, marmoleum, vinyl

Nevhodné materiály: dlažba, liate podlahy, kameň

Kuchyňa

Je miestom, kde sa varí, pečie, smaží. So všetkými rizikami, ktoré sa s týmito činnosťami spájajú. Tomu treba prispôbiť i výber podlahy. Aj najšikovnejšiemu kuchárovi totiž občas niečo spadne na zem, sem-tam kvapne voda alebo vyprskne olej z panvice. Nehovoriac o tom, v akom okruhu od jedálneho stola možno nájsť zvyšky jedál, ak si k plnému tanieru sadne malé dieťa. V kuchyni preto uprednostnite podlahu, ktorá sa ľahko umýva, ideálne aj s protišmykovou úpravou, odolnú voči prasknutiu. Keďže do kuchyne zvykne zavítať viac členov domácnosti s otázkou „čo bude na obed“ alebo „kedy bude večera“, podlaha by mala byť odolná aj voči mechanickému poškodeniu. V kuchyni sa nemusíte báť ani studenších materiálov.

Vhodné materiály: dlažba, vinyl, marmoleum, drevo

Nevhodné materiály: koberce, laminátové podlahy, krytiny s väčším množstvom škár



OTÁZKA PRE ODBORNÍKA

Radomír Shromáždil,
Podlahové štúdio KPP
(www.kpp.sk)

Aké chyby robia zákazníci pri nákupe podlahových krytín?

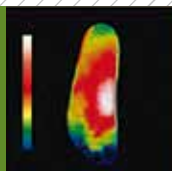
Mali by si viac všimnúť úžitkové vlastnosti vybranej podlahovej krytiny. Tak, aby zodpovedala charakteru priestoru, pre ktorý je určená. Pri výbere nesmieme podceňovať také dôležité veci, akými sú napríklad spôsob vykurovania, vhodný tepelný odpor danej krytiny, nároky na mechanické zaťaženie podlahy, ale aj zdravotné limity – napríklad, ak máme v rodine alergikov alebo ľudí s respiračnými ochoreniami, prípadne chováme domáce zvieratá. Orientovať sa iba podľa ceny, farby alebo vzoru nie je najlepšie. Podstatná je praktickosť, odolnosť a životnosť.

Dajú sa vo svete podlahových krytín vybadať módne trendy?

Stále viac populárne sú produkty vyrábané na prírodnej báze. Z drevených podláh patria medzi najžiadanejšie jednolamelové palubovky, ktorých povrch je ošetrený olejom. Široké uplatnenie majú aj vinylové podlahy. Aj tie sa vyrábajú z prírodných materiálov, bez chemických škodlivín. Medzi ich prednosti patrí nielen široká farebná škála, ale aj zaujímavé povrchové prevedenie imitujúce drevené dekory, štiepaný mramor, travertín, dlažbu alebo kov.

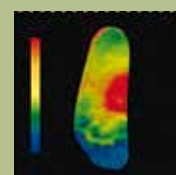
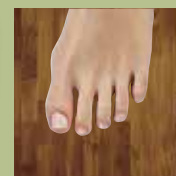
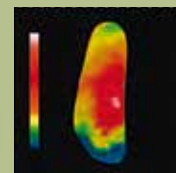


KLASICKÉ DELENIE PODLAHOVÝCH KRYTÍN POĎĽA PRIRODZENEJ TERMOREAKCIE CHODIDLA



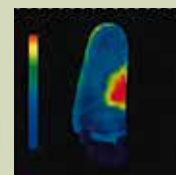
TEPLÉ

drevo
koberec
korok



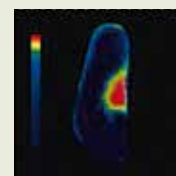
STREDNE TEPLÉ

laminát
PVC
linoleum



STUDENÉ

dlažba
kameň
liate podlahy



Charakteristika jednotlivých materiálov

Materiál	Výhody	Nevýhody
LINOLEUM, MARMOLEUM	<ul style="list-style-type: none"> ✓ prírodný materiál ✓ vysoká mechanická odolnosť ✓ jednoduchá údržba ✓ vhodné pre alergikov ✓ výborné tepelnoizolačné vlastnosti 	<ul style="list-style-type: none"> - vyššia cena
PVC KRYTINA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ ľahká údržba ✓ nenáročná inštalácia ✓ dobré tepelnoizolačné vlastnosti ✓ nižšia cena 	<ul style="list-style-type: none"> - pri výrobe sa môžu používať škodlivé chemikálie - pri mäkkších vyhotoveniach kratšia životnosť
DREVO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ prírodný materiál, dýcha ✓ vhodné pre alergikov, nezadržiava prach ✓ dlhá životnosť ✓ možná renovácia materiálu ✓ vynikajúce izolačné vlastnosti 	<ul style="list-style-type: none"> - menšia odolnosť voči mechanickým vplyvom - pomerne náročná údržba - časom môže meniť farbu - treba zväžiť inštaláciu pri podlahovom vykurovaní
LAMINÁT	<ul style="list-style-type: none"> ✓ vysoká odolnosť ✓ ľahká údržba ✓ nízke náklady 	<ul style="list-style-type: none"> - menšia odolnosť voči vode - slabšia protihluková schopnosť
DLAŽBA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ ideálna pri podlahovom vykurovaní ✓ priaznivá cena ✓ ľahká údržba ✓ pomerne jednoduchá výmena poškodených častí 	<ul style="list-style-type: none"> - bez podlahového vykurovania studená - nebezpečenstvo rozbitia
VINYL	<ul style="list-style-type: none"> ✓ odolný voči mechanickému poškodeniu ✓ jednoduchá údržba ✓ vhodný pre alergikov ✓ výborné izolačné vlastnosti 	<ul style="list-style-type: none"> - pomerne vysoká cena - predáva sa iba vo forme štvorcov a lamiel - viac škár a spojov
KOBEREC	<ul style="list-style-type: none"> ✓ príjemný na dotyk ✓ vynikajúca tepelná izolácia ✓ množstvo materiálov, vzorov a farieb 	<ul style="list-style-type: none"> - zložitejšia údržba - nevhodný pre alergikov - na frekventovaných miestach kratšia životnosť
KOROK	<ul style="list-style-type: none"> ✓ prírodný materiál ✓ vynikajúce izolačné a protihlukové vlastnosti ✓ ľahká údržba ✓ vhodný pre alergikov ✓ je pružný, vhodný pre ľudí, ktorých bolí chrbtica 	<ul style="list-style-type: none"> - potrebná povrchová úprava – lakovanie zvyšuje životnosť - vyššia cena - nečistoty môžu povrch nenávratne poškodiť

Text: Oldřiška Luptáková
Foto: isifa/Shutterstock



NAŠA SÚŤAŽ

Do súťaže **DOMa 4/2015** o exkluzívnu **SADU TLAKOVÝCH HRNCOV** z nehrdzavejúcej ocele sa vás zapojilo 60. Všetky odpovede doručené do redakcie boli správne. Spomedzi nich sme vyžrebovali víťaza, ktorým sa stáva:

A. RIAPOŠOVÁ Z BREZNA. Srdečne jej týmto gratulujeme!

A keďže ste si naše súťaže obľúbili, mysleli sme na vás aj pri príprave tohto čísla časopisu DOMa. Tentokrát sme pre vás prichystali **SÚŤAŽ O JARNÉ WELLNESS BALÍČKY**. V hre je **2 x ZNAČKOVÝ SUŠIČ VLASOV** a **SADA BAVLNENÝCH UTERÁKOV**. Doprajte si pohodu vždy a všade – cíťte sa príjemne nielen doma, ale aj na cestách či na dovolenke. Praktické uteráky a skladací fén vám to uľahčia.



AKO SÚŤAŽIŤ? Je to jednoduché!

- ✿ Stiahnite si cez QR kód (dole) prostredníctvom AppStore alebo Google do telefónu alebo tabletu mobilnú aplikáciu DOMa.
- ✿ Mobilná aplikácia obsahuje elektronickú verziu tohto časopisu. Na rovnakom mieste, ako sa nachádza toto avízo súťaže (teda na s. 25), nájdete i súťažnú otázku.
- ✿ Potom už stačí iba poslať správnu odpoveď do 15. apríla 2016 na adresu doma@pss.sk.
- ✿ Mená výhercov oznámime v DOMa 2/2016. Nezabudnite k odpovedi priložiť adresu, na ktorú vám máme výhru doručiť.

TIP PRE VÁS
Po stiahnutí aplikácie získate viac než možnosť vyhrať v súťaži. V elektronickej verzii časopisu nájdete množstvo informácií – rozšírené fotogalérie, panoramatické zábery a praktické prekličky, napr. na stránku www.pss.sk.





Domáca telocvičňa ZA MÁLO PEŇAZÍ VEĽA MUZYKY

Ako si vytvoriť domácu telocvičňu

MIESTO

Nemusi ísť o samostatnú izbu. Postačí i menej frekventovaný priestor v pracovni, spálni alebo zimnej záhrade. Dôležité je, aby mal dobré vetranie.

PODLAHA

Mala by byť praktická, ľahko udržiavateľná. Zabudnite na koberce a dlažbu. Uprednostnite odolnejší laminát alebo drevo, prípadne aspoň podložku z nich.

ZARIADENIE

Pozor, aby ste zbytočne zle neinvestovali. Nie každý stroj je vhodný pre každého. Pri kúpe zariadenia sa radšej poraďte s odborníkmi.

ZRKADLÁ

Opticky zväčšujú priestor a môžete v nich kontrolovať správne vykonávanie jednotlivých cvikov.

Chceli by ste cvičiť, ale neláka vás navštevovať fitnesscentrá? Skúste to doma a za lacný peniaz. Zariadte si malú telocvičňu priamo vo svojom byte alebo rodinnom dome.

Pomôcok na cvičenie je naozaj dosť. Dobrú službu vám urobí aj tie menej finančne náročné – natahovacie gumené pásy, činky, ktoré môžete pokojne nahradiť petfľašami naplnenými vodou, švihadlá alebo balančné pomôcky ako fitlopta, bosu či balančná doska. Nezaberú veľa miesta a po cvičení ich môžete ľahko odložiť do zásuvky alebo skryť pod posteľ či pracovný stôl. Fitlopta navyše poslúži ako náhradná stolička. Balančné dosky a bosu budú zase príťažlivým a najmä bezpečným predmetom, ktorý pri hrách ocenia aj vaše deti.

Domáci majstri sú vítaní

Ak patríte medzi kutilov, môžete si niektoré cvičebné pomôcky vyrobiť. Možno máte v pivnici, na povale alebo v komore odložený klasickú dlhú lavicu bez operadla. Stačí, ak sa zahráte na čalúnika, a získate novú pomôcku na cvičenie. Na sedáciu časť lavice upevnite vrstvu molitanu a prekryte ju dostatočne dlhým a širokým pásom koženky alebo kože. Jej okraje pripevnite zospodu na sedáciu dosku a ideálna posilňovacia lavička je na svete.

Čo najrozumnejšia inštalácia

Medzi jednoduché cvičebné pomôcky patrí i hrazda. Pri jej výbere je dôležité zvážiť nosnosť (uvádza ju každý výrobca). Rovnako však treba premyslieť aj umiestnenie a inštaláciu. Ak sú v miestnosti steny alebo stropy zo sadrokartónu, väčšiu hmotnosť neudržia a hrazda by sa mohla odtrhnúť. Hrazdu preto radšej upevňujte príchytkami na dostatočne pevnú tehlovú, pórobetónovú alebo panelovú stenu. Ešte pred vítaním si však overte, kadiaľ vedie elektrické vedenie.

Obdobný problém môže vzniknúť pri namontovaní hrazdy na zárubňu. Kovové, duté zárubne sa môžu pri záťaži poškodiť. Pri drevených zárubniach je riziko nižšie, no aj tie sa môžu pod tlakom zdeformovať. Ak chcete hrazdu namontovať na pevno, takmer každý výrobca odporúča pripevniť na zárubne pomocné valčeky, do ktorých sa hrazda zasunie a upevní. Takýto spôsob montáže však znamená aj vyvrtanie diery. Ak bývate v podnájme, radšej si u domácich preverte, či vám takéto „stavebné úpravy“ odobria. Takejto situácii sa môžete vyhnúť tak, že si zadovážite samovzpernú alebo samodržiacu závesnú hrazdu.

S vyššou investíciou

V mnohých domácnostiach sa už dávnejšie začali objavovať rozličné športové stroje. Priekopníkom v domácom cvičení bol zrejme stacionárny bicykel. Je vhodný nielen na spaľovanie tukov, ale aj pre ľudí, ktorí potrebujú rehabilitovať. Na moderných bicykloch je cvičenie oveľa zaujímavejšie. Dá sa tu totiž nastaviť intenzita šliapania alebo zvolíť reliéf terénu. Žiaľ, bicykel nie je veľmi skladný a v mnohých domácnostiach skončí ako relatívne drahý vešiak na bielizeň.

O niečo skladnejšie riešenie predstavujú bežecké pásy, ktoré sa vyrábajú v motorovej i bezmotorovej verzii. V prvom prípade treba myslieť na to, aby sa v dosahu priestoru na cvičenie nachádzala elektrická zásuvka. Podobne ako stacionárny bicykel, aj bežecké pásy dnes ponúkajú rozmanité funkcie. Lacnejšie pásy sa dajú rozložiť a odložiť do skrine, prípadne zasunúť pod posteľ. Drahšie, mohutnejšie pásy majú zväčša kolieska, ktoré umožňujú lepšiu manipuláciu, takže sa dajú odložiť na miesto, kde nebudú nikomu prekážať. A hoci sú dnešné domáce stroje na cvičenie moderné, predsa len sú pomerne hlučné. Preto urobíte dobre, ak si zadovážite aj protihlukovú podložku.

Malé, praktické a skladné

Medzi vyhľadávané cvičebné pomôcky patria aj steppery a crossové trenažéry. Zdanlivo nenáročné cvičenie, pri ktorom sa simuluje chôdza, sa s pribúdajúcimi minútami stáva čoraz náročnejším. O to viac, že na stepperi je potrebné udržiavať rovnováhu. Pri crossových trenažéroch sa do cvičenia zapája aj horná polovica tela.



Cvičenie doma

Oba druhy strojov sa vyrábajú v rozličných vyhotoveniach. Tie menšie môžete v prípade potreby pohodlne a ľahko odložiť. Aj tu platí, že podlaha si užije svoje, preto treba venovať zvýšenú pozornosť jej ochrane, prípadne aj výberu materiálu už na počiatku, pri jej zhotovovaní. Keď nemôžete alebo nechcete investovať do steppera, podobný efekt dosiahnete, ak na cvičenie použijete statický schodík.

A na záver ešte jedna rada: všetko závisí len a len od vás. Ani ten najvýkonnejší stroj vám nepomôže, ak si neupracete svoju vôľu a myšlienky.

Text: Oldřiška Luptáková
Foto: isifa/Shutterstock

- + netreba chodiť do spoločného zariadenia
- + úspora peňazí za vstup do fitnesscentra
- + odpadá obava z neúspechu pred inými
- + neexistujú tu otváracie hodiny
- + možnosť cvičiť podľa DVD kaziet
- + hudba podľa vlastného vkusu

- chýba odborné usmernenie
- možná strata motivácie
- nedôslednosť pri dodržiavaní sérií a opakovaní
- riziko rozptýlenia pozornosti (napr. domácimi povinnosťami)



HRA S FARBAMI

Pri zariaďovaní svojho príbytku môžeme riešiť dilemu, ako rozjasniť menšiu miestnosť alebo ako rozšíriť úzku obývačku či vnieť trochu tepla do severne orientovanej spálne. Pri výbere farieb a vzorov je dobré riadiť sa citom, no nemenej dôležité je postupovať aj podľa niekoľkých osvedčených rád.

1

Predsieň bez okien

Tmavé predsieňe bez okien sú súčasťou väčšiny bytov. Nielen pri týchto priestoroch, ale aj všeobecne pri tmavých miestnostiach platí, že na presvetlenie je potrebné využiť maximum svetlých farieb a eliminovať zbytočne tmavé plochy. V predsieňach sa často nachádzajú vstavané šatníky, skrine či rôzne úložné priestory – nezriedka sú mohutné a miestnosť ešte viac zmenšujú. Svetlá alebo biela farba ich objem stlmí, zjednotí ich so zvyškom priestoru a opticky akoby pritiahne k stene. Netreba sa báť ani svetlej dlažby. V prípade malých rozmerov miestností sa treba vyvarovať rozbitiu plôch, priestor by tak pôsobil ešte menšie. Je lepšie využívať celé plochy. Zrkadlo na celej ploche posuvných dverí je ďalším tipom, ako miestnosť opticky zväčšiť. Pri takomto presvetlení sa nemusíme báť zvýrazniť napríklad samotné predsieňové sedenie tak, že využijeme drevený dekor, výraznejšiu farbu či tapetu.



Svetlá farba priestor zväčšuje, tmavá zmenšuje a zútulňuje.

2

Malá, severne orientovaná spálňa

Izby s bežnou obytnou funkciou by v ideálnom prípade mali byť orientované na juh. Severne orientované izby by sa mali využívať skôr na úžitkové, skladové či technické účely. Mnoho ľudí si však zámerne navrhuje severne orientované izby, kde si užívajú príjemný chládok bez zbytočného preslnenia. V takýchto miestnostiach znova platí, že pre nedostatok svetla je lepšie využívať celistvejšie plochy a svetlejšie farby. Mali by byť farebne zjednotené, lebo väčšie množstvo farieb či vzorov vytvára neporiadok, znižuje priestor. Ako v predsieňach, tak aj v spálňach sa objavujú úložné priestory, ktoré miestnosť ešte viac znižujú. Výhodné je preto prepojiť úložnú plochu s posteľou. Získame tak výraznejší akcent uprostred väčšieho, dominantného celku. Ani v takomto prostredí sa však netreba báť výraznejších vzorov. Retro geometrické tapety v sýtych či pastelových farbách priestor nezmenšia, ak ich aplikujeme na jednu stenu či iný prvok, pričom zvyšok miestnosti bude napríklad biely. Týmto spôsobom zároveň vieme nasmerovať pozornosť z väčšieho, členitejšieho, no farebne potlačeného celku na výraznejšiu, no jednoliatejšiu a menšiu plochu.



RADY ARCHITEKTA
Ing. arch. Michal Ondrejčo

1. Svetlé farby rozjasňujú a zväčšujú, tmavé a sýte farby zúžujú, zmenšujú.
2. Rôznorodosť farieb a vzorov vytvára chaos, čo miestnosť zmenšuje. Naopak, minimalizácia farieb a vzorov vytvára jednotu.
3. Horizontálne línie zväčšujú šírku, vertikálne výšku.
4. Využitím protikladu potlačíme dominantný charakter miestnosti (ak je napríklad miestnosť veľmi široká, využijeme vertikálne línie).
5. Veľké vzory priestor zmenšujú.
6. Ak sa vám páčia výrazné vzory, tapety, bojujte sa ich aplikácie, umiestnite ich len na jednu plochu. Táto plocha sa stane dominantnou, vzor bude výrazným akcentom a celistvý priestor sa zbytočne nezmenší.
7. Na dosiahnutie čo najlepšieho výsledku využívajte aj hru nábytkov, solitérov a vstavaných prvkov či rôzne delenie plôch (zónovanie).
8. Ak chcete nízky priestor opticky zvýšiť, siahnite po nižšom nábytku a doplnky ako obrazy umiestnite nižšie. Ak chcete vysoký priestor znížiť, postupujte opačne.
9. Retro vzory sú v kurze. Nebojte sa použiť vzorované maliarske valčeky.
10. Ak bojujete s vysokým stropom, opticky ho znížite farbou na stenách, ktorá nie je aplikovaná až po strop, alebo tmavším zafarbením stropu či odhalením jeho podkladu. Pôvodný podklad tvorí povrch základnej stropnej konštrukcie (napríklad betónu), ktorý odhalíte obitím omietky. V nových interiéroch omietku vôbec nemusíte aplikovať.



Ak má vaša spálňa príliš vysoký strop, zníži ho tmavšia farba alebo odhalenie podkladového materiálu.



Horizontálne vzory pôsobia dynamicky a zvyrazňujú šírku, respektíve hĺbku miestnosti, vertikálne vzory zvyrazňujú výšku a pôsobia stabilne.

3

Obývačka 6,5 x 3,5 m s oknom na kratšej strane




Predchádzajúce princípy sa uplatňujú aj v ďalšom „extrémnom“ priestore – v dlhej a úzkej obývačke. Znova sa tu stretávame s problémom osvetlenia. Aj keď sem môže vnikáť priame slnečné svetlo, s väčšou hĺbkou miestnosti jeho intenzita klesá. Preto je dobré napríklad umiestniť na farebný pastelový podklad biely nábytok. Smerom do hĺbky je podklad potlačený a ustupuje do úzadia vďaka zväčšeniu nábytku. Tento prípad však najviac ukazuje komplexnosť tvorby návrhu. Nemožno sa spoliehať len na farby či vzory. Takýto dlhý priestor je potrebné rozčleniť aj využitím rozličného solitérneho či vstavaného nábytku. Pri okne sa nachádza voľnejšia obývačková zostava s televízorom, pri stene zase vstavaná zostava s knižnicou, úložnými priestormi či plochou určenou na prácu. Obývaciu izbu rozdeľujú aj dva rozličné koberce. Steny možno ešte rozčleniť tak, že jednu plochu, v tomto prípade stenu za televízorom, zvyrazníme vzorom, tapetou. V súčasnosti sa znova začínajú využívať klasické valčeky, ktoré poznáme z domov našich starých mám. Ich výhodou je to, že podklad môže byť rovnaký na všetkých stenách – valčekovú maľovku stačí aplikovať len na jednu stenu. V takomto extrémne úzkom priestore by sme sa však mali vyhnúť horizontálnym líniam či horizontálnemu vedeniu vzorov. Zbytočne by totiž podporovali dlhý, hlboký rozmer miestnosti, ktorý chceme potlačiť.



Veľký vzor znižuje priestor, preto je lepšie aplikovať ho len na jednu stenu. Malý vzor možno aplikovať aj na viac stien, ale aj tu platí – radšej opatrne.

Text a vizualizácie: Ing. arch. Michal Ondrejčo

	východ, po nemecky	základná číslovka	bez lesku	avolt (zn.)	nevyperiem		súhlas	egyptský stvoriteľ sveta		harmónia	očividne	toreador	česká číslovka	ako
Turek (zastar.)						plošná miera				vodný kvet				
						súrodenci								
1										kvalita				
										stalo sa redším				
staroegyptský boh pisma				zlato, po španielsky				5						
				meno Adely				tiež						
ARIT, EA, RÉ, KÉN, TOT	slovenský boh hromu	rukavičkárska useň					značka argónu			značka telúru			podujatie	plenta
		nakladacia plošina					kód Talianska			obličaje				
3														
asýrsky boh mesta Eridu			nerast zo skup. nikelínu					rímskych 505			slučky			
			buď ticho					sníva			jap. správna jednotka			
MPZ vozidiel Mali				dvojhĺaska			sláčik					rímskych 105		
				značka niklu			EČV okr. Stropkov					značka neónu		
4						2								
treba						písmeno gréckej abecedy				trójsky hrdina				

Správne znenie tajničky posielajte poštou na adresu DOMA, JAGA GROUP, s. r. o., Lamačská cesta 45, 841 03 Bratislava 42 alebo e-mailom na doma@jaga.sk do 30. 4. 2016 (v e-mailoch nezabudnite uviesť aj poštovú adresu). Na troch výhercov čaká ročné predplatné časopisu Tvorivé bývanie. Za správnu tajničku z časopisu DOMa 4/2015 získavajú ročné predplatné časopisu Tvorivé bývanie Zuzana Džborová z Budimira, Darina Jurčiová z Hladovky a Palo Kučerák z Revúckej Lehoty. Srdečne gratulujeme.

Najlepšie časopisy o bývaní a záhrade za skvelé ceny!

Predplaťte si niektorý z časopisov o bývaní a záhrade rýchlo a jednoducho na našej webovej stránke a získate množstvo originálnych inšpirácií a nápadov pre vaše nové bývanie!

<http://predplatne.jaga.sk>



Objednávky:

tel.: 02/50 200 283, e-mail: predplatne@jaga.sk, JAGA GROUP, s. r. o., Lamačská cesta 45, 841 03 Bratislava 42



Môj dom | Tvorivé bývanie | Urob si sám ZÁHRADA | Urob si sám

MOJA MISIA: VAŠE VYSNÍVANÉ BÝVANIE



ÚVER AŽ DO
50 000 €
BEZ ZALOŽENIA NEHNUTEĽNOSTI

Som Lišiak. Mojou misiou je priniesť vám domov, po ktorom túžite. Bývajte podľa svojich predstáv s úverom až do 50 000 €, za ktorý netreba ručiť bytom ani domom.

Meníme vaše bývanie na domov.

Infolinka: 02/58 55 58 55

Viac na www.pss.sk



PRVÁ STAVEBNÁ
SPORITEĽŇA