

Začítaj sa

Letný žurnál



Panta Rhei

radosť každý deň

Vážené čitateľky, vážení čitatelia,

leto je obdobím, kedy sa naše dni stávajú dlhšími, slnečnejšími a plnými príležitostí na relaxáciu a objavovanie nových svetov – či už na dovolenke pri mori, na chalupe v horách, alebo v tieni záhrady. Víťame vás pri listovaní naším letným knižným žurnálom, ktorý sme pripravili s láskou a nadšením, aby sme vám priniesli to najlepšie z knižného sveta a pomohli vám vychutnať si každý okamih týchto krásnych dní.

Na stránkach tohto žurnálu nájdete bohatú ponuku knižných noviniek, ktoré vás zavedú do nepoznaných krajín, poodhalia tajomstvá minulosti, či poskytnú cenné rady pre váš osobný a profesijný rozvoj. Tento rok sme pre vás vybrali tituly od domácich aj zahraničných autorov, ktorí svojím písaním oslovujú všetky generácie a záujmy.

Okrem kníh sme pre vás pripravili aj pestrú ponuku neknižného sortimentu, ktorý ocenia všetci milovníci čítania. Od zábavných spoločenských hier, cez štýlové doplnky, až po knižné parfumsy, ktoré dotvoria atmosféru pri vašom obľúbenom románe. Naši kolegovia v kníhkupectvách vám radi poradia a pomôžu s výberom, aby ste si mohli dopriať dokonalý zážitok.

Letný knižný žurnál je však viac než len katalóg kníh a doplnkov. Pripravili sme pre vás aj zaujímavé články a rozhovory, ktoré vás inšpirujú a obohatia. Dozviete sa viac o zákulisí knižnej tvorby, stretnete sa s autormi, ktorí vám prezradia svoje tajomstvá, a nájdete tipy na nezabudnuteľné letné čítanie.



Naše kníhkupectvá sú miestom, kde sa stretávajú ľudia s rovnakou vášňou pre knihy. Sme hrdí na to, že môžeme byť súčasťou vašich čitateľských dobrodružstiev a tešíme sa, že vás môžeme privítať v našich obchodoch. Veríme, že si u nás nájdete tie správne knihy, ktoré vás budú sprevádzať letom.

Ďakujeme vám za vašu vernosť a podporu. Prajeme vám príjemné leto plné oddychu a nezabudnuteľných čitateľských zážitkov!

Martin Hromkovič,
generálny riaditeľ Panta Rhei

Cenou Knižnej múzy Panta Rhei za rok 2023 boli ocenení:

Slovenský spisovateľ roka: *Dominik Dán*

Slovenská spisovateľka roka: *Táňa Keleová-Vasilková*

Slovenský knižný debutant roka: *Ján Kuciak, Annamária Dömeová, Laura Kellöová*

Životný štýl: *Martin Pyco Rausch – Treba si variť*

Slovenská detská kniha roka: *Peter Nagy a Zuzana Smatanová - Peter Nagy pre deti 2*

Slovenská mládežnícka kniha roka: *Silvia Demovičová - Na Vianoce budem doma*

Cena Literárnej Akadémie – beletria: *Richard Pupaľ – Druhý čierny zošit*

Cena Literárnej Akadémie – nebeletria: *Juraj Buzalka – Postsedliaci*

Sieň Slávy Panta Rhei: *Jana Bodnárová*

Cena knižných blogerov: *Miroslava Kul'ková – Hotel Balkán*

Cena Knižnej múzy za spoločenskú zodpovednosť udeľuje n.o. Panta Rhei:

PhDr. Mária Gojdičová, PhD. MBA



Knihy ocenené
Cenou Knižnej múzy
kúpíte na našom
e-shope

Panta Rhei Awards 2023

Cena knižnej múzy



**Panta Rhei tento rok
už po pätnásty raz odovzdala
Ocenenie Knižnej múzy
tým najlepším slovenským
autorkám a autorom.**

O tom, kto uspel v ankete Panta Rhei Awards, opäť rozhodovali čitatelia v hlasovaní na stránke www.kniznamuza.sk. Hlasovali v šiestich kategóriách.



Jana Bodnárová bola uvedená do Siene Slávy Panta Rhei.

Koncom apríla sa v našom kníhkupectve v bratislavskom Auparku uskutočnilo odovzdávanie Ceny Knižnej múzy. Galavečerom sprevádzal Oliver Filan a hudobným hosťom bol Pavol Hammel. Medzi nominovanými nechýbali dobre známe mená ako Dominik Dán, Peter Šloser, Marek Vagovič, či Táňa Keleová-Vasilková. Medzi nominovanými sa objavili aj nováčikovia ako je top slovenský marketér Michal Pastier, influencer Denis Kováč, ale aj zavraždený novinár Ján Kuciak. V roku 2023 vyšla in memoriam kniha jeho reportáží.

Skrátka neprišli ani hlasujúci čitatelia, ktorí rozhodovali o víťazoch šiestich kategórií. V každej kategórii vyberali z piatich nominovaných. Hlavnou cenou pre jedného z hlasujúcich bol i v tomto roku nezabudnuteľný víkendový pobyt v Grand Hoteli Kempinski High Tatras na Štrbskom

Plese. Ďalších 20 hlasujúcich získalo 20-eurovú poukážku na nákup v sieti kníhkupectiev Panta Rhei.

Panta Rhei Awards spája čitateľskú anketu aj rozhodnutia členov odbornej poroty a knižných recenzentov. Okrem čitateľského ocenenia Panta Rhei Awards prináša aj ocenenie v kategórii Sieň Slávy a Cena literárnej akadémie, kde o víťazovi rozhoduje odborná porota. Tú tvoria literárna odborníčka, autorka, prekladateľka Miroslava Vallová, literárny kritik Dado Nagy, publicista a šéfredaktor Magazínu o knihách, Martin Kasarda, publicista a komentátor Róbert Kotian a editorka v Literárnom informačnom centre a tiež redaktorka a recenzentka Magazínu o knihách Alexandra Jurišová. O Cene blogger roka rozhodujú knižní recenzenti Panta Rhei.

Ocenenie Knižnej múzy, doteraz známe ako

Panta Rhei Awards, vo svojich začiatkoch odmeňovalo vydavateľstvá, autorov a tituly na základe predajov v sieti kníhkupectiev Panta Rhei. Od roku 2017 sa však rozhodlo zapojiť do hlasovania aj fanúšikov a spustilo verejné online hlasovanie.

Postupne sa tak zmenilo na ocenenie vyhodnotené na základe preferencií čitateľov v šiestich kategóriách. Vznikli dve významné ocenenia hodnotené odbornou porotou – Cena literárnej akadémie a Sieň slávy Panta Rhei. Od roku 2018 je súčasťou odovzdávania aj Cena knižných recenzentov a od roku 2022 aj Cena Knižnej múzy za spoločenskú zodpovednosť udeľovanú n.o. Panta Rhei.

V ostatných rokoch prešlo ocenenie hneď niekoľkými zmenami. Premenováva sa na Ocenenie Knižnej múzy a vysielala sa v spolupráci s TV JOJ na JOJ Plus. Nový symbol a sošku s názvom "Knižná múza" pre ňu navrhol výtvarný umelec Martin Dzurek.



Kníhkupectvo splnených snov

Jenny Colgan



Cukrová barónka

Martina Sahler, Heiko Wolz



Láska na skúšku

Christina Lauren

Nina dokáže vyčariť úsmev na tvári aj tomu najväčšiemu skeptikovi. Keď stratí prácu knižničnice, začne sa zamýšľať nad tým, či aj na ňu niekde čaká šťastie a ten pravý. Rozhodne sa začať nanovo v malej dedinke, kde si kúpi dodávku. Premení ju na pojazdné kníhkupectvo a silou rozprávania začne meniť jeden život za druhým. Je tu však šťastný koniec aj pre ňu?

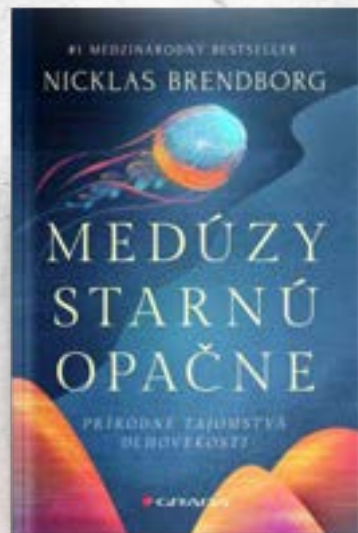
Rodina Schinderovcov je hlavným pašeráckym klanom sacharínu v Bavorskom lese. Martha zdedila temperament a odpor k autoritám po svojom otcovi. Je odhodlaná kráčať v jeho stopách. Spolu s dvoma mladšími sestrami pašujú vyhladávaný sacharín, ktorý konkuruje drahému cukru. No potom, ako sa zamiluje do dediča cukrovej ríše, sa ocitá v ohrození nielen jej život.

Fizzy, autorka lúboštných románov, nikdy nezažila, ako chutí skutočná láska. Na bode mrazu je aj jej spisovateľská kariéra. Connor miluje svoju prácu dokumentaristu. No keď od neho šéf žiada, aby vytvoril reality šou kvôli zisku, nie je tým nadšený. Čím viac Connor spoznáva Fizzy, tým viac si uvedomuje, že nájsť jej spriaznenú dušu bude ťažšie, než by čakal.



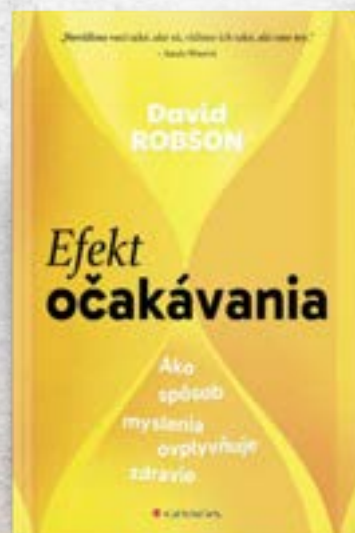
Nauč sa čítať v ľuďoch ako v knihách

Patrick King



Medúzy starnú opačne

Nicklas Brendborg



Efekt očakávania

David Robson

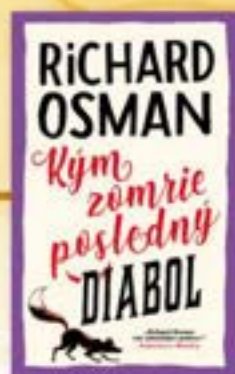
Je možné analyzovať ľudí bez toho, aby nepovedali ani slovo? Áno, je. Naučte sa, ako „čítať“ myšlienky“ a nadviazať hlboké spojenia. Odhaľte lži v každodennom živote a pochopíte, ako funguje ľudská psychika.

Vedeli ste, že existujú medúzy, ktoré starnú opačne, stromy, ktoré žijú nerušené tisíce rokov, takmer nesmrteľné baktérie a žraloky, ktoré majú viac ako štyristo rokov? Zdá sa, že príroda so svojimi zázrakmi a záhadami skrýva tajomstvo dlhovekosti. Práve o tomto tajomstve je tento medzinárodne úspešný bestseller.

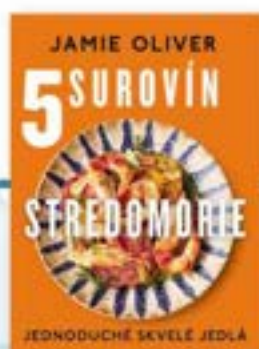
Ľudia, ktorí veria, že starnutie prináša múdrosť, žijú dlhšie. Talizmany skutočne zlepšujú výkon športovca. Užívanie placebo, aj keď viete, že ide o placebo, dokáže stále zlepšiť vaše zdravie. Vitajte vo svete efektu očakávania, vo svete racionálnej mágie, podloženej vedeckými faktami, kde naše myslenie formuje každý aspekt nášho života.



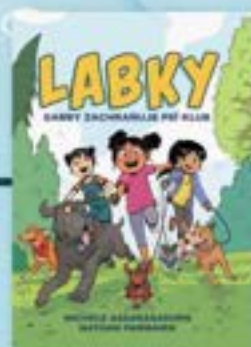
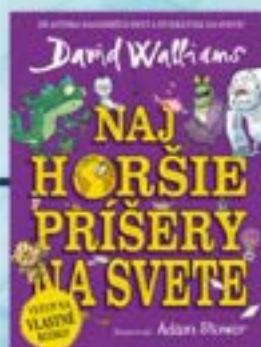
Čo neodmysliteľne patrí k letu? **RELAX, SLNKO A DOBRÁ KNIHA**



Začítajte sa v horúcich dňoch do mrazivých **DETEKTÍVOK**.



Inšpirujte sa **LETNÝMI RECEPTAMI, MÓDNymi HITMI**
či **NÁPADMI NA DOVOLENKU**.



Potešte **DETI** knihami, ktoré ich zaručene **ROZOSMEJÚ**.



Erika Fosterová sa vráti domov!

ROBERT BRYNDZA PLÁNUJE PRÍPAD ZO SLOVENSKEHO PROSTREDIA

Fenomenálny autor trilerov, ktorý sa môže pochváliť 6 miliónmi predaných výtlačkov len v angličtine, má tak príznačné slovenské priezvisko, až by ste neverili, že nie je rodák spod Tatier. Sympatický a charizmatičký britský spisovateľ žijúci v Nitre nám v exkluzívnom rozhovore prezradil pár zaujímavostí o novom trileri Anjel smrti a o ďalších svojich plánoch.



Čím ste chceli byť ako dieťa? Predstavovali ste si seba ako spisovateľa?

Písanie ma veľmi naplňa. Myslím, že nikdy nepôjdem do spisovateľského dôchodku, pretože mám stále veľa nápadov a chcem písať nové veci. Práve som dokončil piatu knihu s Kate Marshallovou. (Piaty diel série The Lost Victim vychádza v anglickom origináli 11.7.2024 – pozn. redak.)

Ešte predtým som si sľúbil, že si dám niekoľko mesiacov pauzu, kým začnem znova písať... ale o dva týždne som to už vnímal inak a zase mám chuť napísať niečo nové! Je to ako choroba, také zvláštne psychické nutkanie, že musím písať.

Pamätám si, že už ako dieťa som chcel byť spisovateľom, ale najskôr som sa vydal cestou divadla. Po štúdiu herectva a viacerých pokusoch som sa rozhodol napísať divadelnú hru, v ktorej by som si aj sám zahral. Keď som v tejto hre hral na divadelnom festivale v Edinburhu v Škótsku, stretol som svojho manžela, ktorý mi povedal: „Vieš, možno by si mal skúsiť napísať knihu, pretože sa zdá, že ťa písanie baví oveľa viac ako herectvo.“ Ponúkol sa, že bude šesť mesiacov pracovať, aby som mohol zostať doma a písať, a to bol jeden z najväčších darov, aké som kedy dostal. Moja prvotina, ktorú som napokon napísal sa volala Nie tak úplne súkromné e-mail Coco Pinchardovej a odvtedy sa venujem písaniu naplno.

Žijete dlhší čas na Slovensku, predtým ste žili okrem iného v Londýne, či v USA. V čom je život na Slovensku ľahší a v čom ťažší oproti životu v Londýne alebo Hollywoode?

Myslím si, že po skúsenostiach so životom na mnohých rôznych miestach je oveľa ľahšie, ak nemusíte cestovať obrovské vzdialenosti za prácou a že ste obklopený rodinou a priateľmi. Mám to šťastie, že to mám tu na Slovensku, a to mi veľmi uľahčuje život.

Motivujú vás k písaniu aj zážitky a udalosti, ktoré ste zažili na Slovensku?

Ak ste spisovateľom, vkladáte do svojich kníh veľa vecí, ktoré v živote zažijete. Každý z nás je pritom jedinečný a má svoj jedinečný pohľad, ako aj súbor zažitých skúseností. Byť Britom na Slovensku mi dalo inú perspektívu a tiež mi napríklad vnuklo nápad napísať postavu Eriky Fosterovej. Žiadny iný britský kriminálny spisovateľ nenapísal o slovenskom detektívovi žijúcom v Británii.

Minulý rok ste vydali triler Ťaživé ticho. Čo vás motivovalo k napísaniu tejto knihy? Zostane ako samostatný triler alebo plánujete aj pokračovanie príbehov s Maggie v novej sérii?

Chcel som skúsiť niečo iné a napísať samostatnú knihu. Inšpirovalo ma aj niekoľko zim, ktoré som strávil v Chorvátsku vo veľmi strašidelnom dome na ďalekom ostrove. Chcel som napísať o tom pociťte odrezanosti na veľmi krásnom mieste. Mnohí ľudia poznajú Chorvátsko len ako slnečný modrý morský raj, ale v zime som sa tam cítil úplne inak a aj dosť opustene, preto som niečo z toho chcel zachytiť v kriminálnom trileri. Táto kniha zostane pravdepodobne samostatným trilerom pretože Maggiin príbeh sa na konci knihy uzavrie.

Vo vašej najnovšej kriminálke opäť ožila postava veľkej policajnej vyšetrovateľky Eriky Fosterovej. Anjel smrti je už 8. diel série, samotný príbeh je opäť napínavý a zápletky originálne. Ako by ste tento príbeh predstavili čitateľom?

Myslím, že táto nová kniha o Erike Fosterovej je šťastie politický triler a šťastie triler o pomste. Okrem napínavého desivého prípadu, ktorý treba vyriešiť, sa Erika posúva ďalej vo svojom živote. Usadila sa so svojím partnerom Igorom, ktorý je tiež Slovak. V práci má rovnaké problémy a možno začína trochu pociťovať svoj vek. Stále je však

skvelou detektívkou.

Otvorený koniec naznačuje, že ďalší diel je pravdepodobne na obzore. Budú príbehy Eriky pokračovať? Máte v pláne jej návrat na Slovensko a napísať príbeh aj zo slovenského prostredia?

V skutočnosti Anjel smrti nemá otvorený koniec. Erika síce v závere dolapí páchateľa a odhalí jeho skutky, no dokázať to pred súdom môže byť náročné. Tento fakt som sa snažil v knihe zdôrazniť, ale odkedy vyšla, čelím otázkam čitateľov, či sa jedná o prvú časť dvojdielnej série alebo či ide o otvorený koniec. Sám si to však nemyslím a v nasledujúcej knihe sa budem snažiť tieto pochybnosti rozptýliť.

Myslím, že to vzniklo aj tým, že v súčasnosti je veľa televíznych seriálov a kníh, ktoré pokračujú v ďalších epizódach. Ľudia potom automaticky očakávajú, že príbeh bude pokračovať. V ďalšej knihe plánujem, že sa Erika vráti na rodné Slovensko a tu sa bude odohrávať aj jej ďalší prípad. Pevne dúfam, že to vyjde, pretože by som veľmi rád napísal niečo o živote na Slovensku a o svojich zážitkoch z pobytu na Slovensku očami Eriky Fosterovej.

Čitatelia milujú vašu kriminálnu sériu s Erikou Fosterovou a Kate Marshallovou. Treťou zaujímavou postavou hľadajúcou pravdu a spravodlivosť je Maggie. Mnohí sa pýtajú, či v blízkej budúcnosti plánujete predstaviť ďalšiu silnú ženskú hrdinku?

Celkom sa mi páči myšlienka napísať v budúcnosti knihu s nejakou mužskou postavou. Ako muž mám za sebou bohaté životné skúsenosti a tiež mužský pohľad na veci, čo by mohlo byť niečo naozaj zaujímavé na lepšie preskúmanie.

Vaše knihy sa dajú začať čítať od ktorejkoľvek časti. Dbáte na to, aby boli príbehy na seba nezávislé a čitateľ nemal pocit, že musí poznať

predchádzajúce časti, aby pochopil súvislosti. Ak by ste mali čitateľovi, ktorý ešte nepozná vašu tvorbu, odporučiť jednu vašu knihu „na ochutnanie“, ktorá by to bola?

Áno, to je pravda, že sa knihy dajú čítať od ktorejkoľvek časti (okrem niektorých čitateľov, ktorí čakajú na pokračovanie Anjela smrti). Myslím, že som najviac hrdý na knihu Dievča v lade, pretože to bola prvá kniha s Erikou Fosterovou, takže možno by si mali najprv prečítať tento prvý diel. Ak majú čitatelia radi romantické komédie, môžu si prečítať moju prvú romanticko-komediálnu knihu Nie tak úplne súkromné e-maily Coco Pinchardovej.

Na čom momentálne pracujete? A prezradíte nám svoje ďalšie spisovateľské plány?

Deviatou knihou by mala byť kniha s Erikou Fosterovou. Mám aj nápad na filmový scenár, ktorý mi už dlho leží v hlave, preto by som si rád našiel čas na jeho napísanie. Začínal som písaním scenárov a myslím, že by bolo zábavné sa k tomu opäť vrátiť.

Máte na konte už desiatky kníh a z rôznych žánrov, okrem trilerov to v minulosti boli romantické komédie či satira. Je triler žánr, pri ktorom chcete ostať, alebo máte ambície v budúcnosti skúsiť ešte niečo iné?

Milujem písanie trilerov a mať série s Erikou Fosterovou a Kate Marshallou mi prináša obrovskú radosť pri ich písaní. Vždy som si v hlávke

duše myslel, že som spisovateľom komédií, čo je veľmi zvláštne, pretože teraz som viac známy písaním trilerov. Veľmi rád by som v budúcnosti napísal viac komediálnych kníh alebo dokonca scenárov. V súčasnosti je v televízii toľko úžasných komediálnych seriálov a vždy, keď ich sledujem, myslím na to, že by som rád robil aj tento žánr. Dodám však, že mám veľmi veľké šťastie, že môžem písať to, čo chcem, takže v najbližšej dobe sa nechystám prestať písať trilery!

Vyšťudovali ste herectvo a aj ste v minulosti pôsobili ako herec. Vrátili by ste sa ešte niekedy k herectvu? Napríklad aj vo vašom vlastnom filme?

Nie, nemyslím si, že by som sa vrátil k herectvu. Vždy som mal rád hereckú časť práce, či už to bolo na javisku alebo na filmovom plátne. Ale pokiaľ nie ste naozaj super úspešný, je to pomerne zložitá byť stále nezamestnaný medzi dvomi prácami a tiež musieť bojovať či uchádzať sa o prácu. Nikdy som nebol dobrý v konkurzoch a spôsobovalo mi to obrovský stres. Moja posledná riadna herecká práca bola pred mnohými rokmi na festivale v škótskom Edinburgu, keď som hral svoju vlastnú hru. Bola úspešná a robil som ju rád, keďže som bol aj jej producentom. Mal som nad ňou obrovskú kontrolu a v istom zmysle to bola perfektná práca, ale už vtedy som uvedomoval, že už zrejme nebudem hrať. Dosiahol som svoje životné maximum. Teraz mám naozaj šťastie, že môžem písať a stačí, keď si sadnem do svojej útulnej kancelárie, otvorím počítač a môžem písať, čo chcem. Možno by bolo fajn nahovoriť jednu

z mojich komediálnych kníh ako audioknihu v angličtine, ale ani tým si teraz nie som istý. Myslím, že ak by niekto niekedy nakrútil film podľa niektorej z mojich kní, veľmi by sa mi páčila nejaká maličká rola v pozadí, kde by som prechádzal okolo a nastupoval do autobusu – trochu ako to robil Alfred Hitchcock vo svojich filmoch. Bola by to veľká zábava, žiadne tlaky a potom by som mohol ísť domov a pokračovať v písaní.

Keď máte príležitosť, čítate aj inú literatúru? Aký žánr máte rád? Dokážete čítať ako „bežný konzument či čitateľ“ a nepracovať pri analýze knihy z pohľadu autora?

Myslím si, že povolanie spisovateľa ma pripravilo o veľa radosti z čítania, pretože mám tendenciu analyzovať každú knihu počas jej čítania. Rád čítam literatúru faktu a vedecko-fantastickú literatúru, pretože oboje mi pripadá oveľa vzdialenejšie od beletrie, ktorú píšem. Uvedomujem si však, že je dôležité pokračovať v čítaní kriminálnych románov, pretože sa musím stále učiť a zdokonaľovať v písaní.

Ako relaxujete, keď nepracujete? Ako budete tráviť leto?

Práca a oddych pre mňa zvyčajne splyvajú v jedno. Milujem písanie, takže mi to často nepripadá ako práca, ale určite potrebujem aj relaxovať. Tento rok sa moje leto bude niesť v znamení písania, ale na pár dní plánujem odísť do Vysokých Tatier a možno aj na pár dní do Dubrovníka, ktorý milujem. ■

BESTSELLEROVÁ SÉRIA S DETEKTÍV ŠÉFINŠPEKTOR ERIKOU FOSTEROVOU

Nenechajte si ujsť napínavú sériu knižných krimi príbehov s hlavnou vyšetrovateľkou Erikou Fosterovou, Slovenkou, žijúcou vo Veľkej Británii, ktorej detektívny príbeh začal medzinárodným bestsellerom Dievča v lade. V poradí už ôsmom prípade s názvom Anjel smrti sa Erika vydáva na zložitú cestu pátrania po sériovom vrahovi, ktorý sa postaral o úmrtia viacerých úspešných osobností. Dokáže Erika odhaliť všetky tváre zla?



Je rovnako ťažké ich predvídať, ako odložiť

Dovolenkové tipy na silne návykové čítanie so zvratmi, ktoré zaručene nebudete čakať.



www.vydavatelstvomotyl.sk

FLORISTKA

Abby ochránila svoje tajomstvá, musí odhaliť tie ich... Amy Mackenzieová už raz všetko stratila. Teraz našla zmysel života v kvetoch. Vie o nich všetko. Má vlastné kvetinárstvo a vytvára nádherné aranžmány. Lenže potom dostane zákazku, ktorá všetko zmení. Kým si to však uvedomí, môže byť už neskoro...

PROFESORKA

Eve má pekný život. Každý deň vstane, dostane bozk od manžela a odchádza do práce na miestnu strednú školu. Všetko je tak, ako má byť. Až na to, že... nie je. Je tu aj mladá Addie, ktorá klame a ubližuje ľuďom. Aspoň to všetci tvrdia. Nikto však nepozná skutočnú Addie. A ona urobí všetko pre to, aby to tak zostalo...

ANATÓMIA LŽI

Novomanželka hľadajú svoj vysnívaný domov. Navštevujú odľahlé sídlo, ktoré kedysi patrilo uznávanej psychiatričke, ktorá pred rokmi zmizla. Počas obhliadky ich v dome uväzní na niekoľko dní silná búrka. Tu sa začína kolotoč desivých udalostí a nečakaných zvrátov. Budú za to môcť zvukové záznamy pacientov alebo ešte niečo ďalšie? Od majsterky psychologických trilerov Freidy McFadden.



Rozhovor
s bestsellerovou autorkou
Kristy Woodson Harvey

Photograph by Bud Johnson

**Román *Lastovičie leto*
vo vás vyvolá pocit nostalgie
za letami detstva.**



Román *Lastovičie leto* vyšiel v roku 2023 a hneď sa stal jednou z najpredávanejších kníh v USA. Prečo si myslíte, že táto kniha tak silno zarezonovala v čitateľoch?

Myslím si, že aj keď ste nikdy neboli v letnom tábore, *Lastovičie leto* vo vás vyvolá pocit nostalgie za letami detstva a to je práve to, čo čitateľov priťahuje. Bola som nadšená, že ľudia oslovia takým spôsobom, akým ich oslovila! V to vždy dúfam. A rada beriem ľudí na „dovolenku na stránkach knihy“, čo sa mi, myslím, pri tejto knihe podarilo.

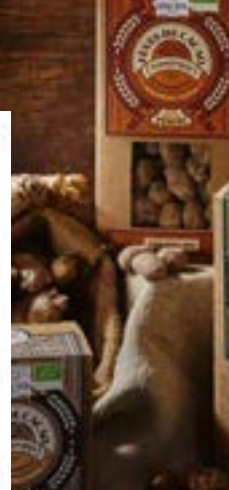
Prečo si myslíte, že práve téma letných táborov je pre čitateľov taká atraktívna? Myslím, že všetci by sme sa aspoň na chvíľu radi vrátili do detských letných čias, keď sme nemali žiadne povinnosti a mali sme úplnú slobodu. Predstava slobody detských letných prázdnin, ktorú predstavuje tábor, bola niečo, čo si väčšina ľudí pamätá, že niekedy pocítila. Mojou najväčšou nádejou je, že táto kniha prinúti čitateľov zamyslieť sa nad miestom v ich vlastnom živote, kde sa ako deti cítili slobodní a veľmi šťastní.

Sú tri hlavné hrdinky príbehu, kamarátky Daphne, Lanier a Mary Stuart, inšpirované konkrétnymi ženami vo Vašom živote, alebo sú to čisto fiktívne charaktery?

Z veľkej väčšiny sú vymyslené, aj keď ich priateľstvo bolo určite inšpirované hlbokým, večným priateľstvom, ktoré mám so svojimi priateľmi z detstva ja. V priateľstvách s ľuďmi, ktorí vás poznajú celý život, je akási čistota. Nie je v nich žiadna pretváрка, pretože títo ľudia vedia, kto ste na tej najhlbšej úrovni, videli vás v tých najhorších, aj najlepších situáciách a napriek všetkému vás ľúbia stále rovnako.

Medzičasom ste napísali aj ďalšiu knihu – *A Happier Life* – ktorá na Slovensku vyjde budúci rok. Na čo sa môžu čitatelia tešiť v tejto knihe?

Mám radosť, že táto kniha vyjde aj u nás! Tento román je o rodinnom tajomstve, zabudnutom dome a žene, ktorá si uprostred objavovania minulosti svojej rodiny, ktorú nikdy nepoznala, razí cestu k svetlejšej a nádejnejšej budúcnosti. Je to viac-generačný rodinný príbeh, ktorý sa odohráva v meste, kde žijem v Severnej Karolíne. Nemôžem sa dočkať, až sa oň podelím s čitateľmi!



**CHCETE
PREKVAPIT**

SVOJICH BLÍZKYCH ATRAKTÍVNÝM DARČEKOM Z FRANCÚZSKEHO REGIÓNU PROVENSÁLSKO?

Už viac ako 25 rokov prináša Quai Sud originálne výrobky,
ktoré sú vhodné pre každú slávnostnú chvíľu.

Vyskúšajte a verte, že budete nadšení!

Nájdete vo vybraných predajniach Panta Rhei!



LETNÝ
ROMÁN



Päťhviezdičkový víkend

ELIN HILDERBRANDOVÁ

Päť žien. Päť tajomstiev. Výlet, ktorý všetko zmení.

Život Hollis Shawovej je na prvý pohľad dokonalý. Je autorkou obľúbeného blogu o jedle, má vysnívaného manžela kardiochirurga Matthewa a nádhernú dcéru. Keď však Matthew zahynie pri autonehode, Hollisin život sa začne postupne rozpadáť. Keď sa dozvie o takzvanom Päťhviezdičkovom víkende – stretnutí najlepších priateľiek z každej životnej etapy –, znie to ako ideálna príležitosť opäť sa postaviť na nohy. No pobyt na Nantuckete so štyrmi veľmi odlišnými ženami, z ktorých každá bojuje s vlastnými problémami, nemusí byť idylickým únikom, aký si predstavuje. Hollis si uvedomí, že tento víkend všetko zmení, keď medzi priateľkami začína narastať napätie, odhaľujú sa tajomstvá a obviňujú emócie.

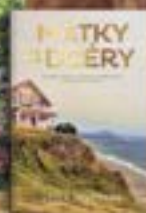
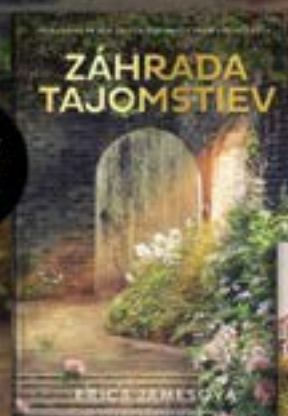
Záhrada tajomstiev

ERICA JAMESOVÁ

Láska prekvitá aj tam, kde ju najmenej čakáte...

Píše sa júl 1981. Celé Anglicko sa pripravuje na oslavy sobáša princa Charlesa a lady Dianny. Libby by však najradšej utiekla od všetkého čo najďalej. Len pár týždňov pred svadbou prichytíla svojho snúbenca pri nevere s najlepšou kamarátkou, a tak odišla z Londýna na vidiek do Suffolku. Tu, v Dome na strašnej nôžke s čarovnou záhradou, ktorú vytvorila preslávená záhradná návrhárka a niekdajšia levica salónov Elfrida Ambroseová, chce v starostlivej opatere prateľny Bess znova nájsť pevnú pôdu pod nohami. Jej príchod však vzkriesi duchov minulosti a Elfrida s Bess sa musia sa postaviť zoči-voči vlastným neodhaleným tajomstvám, premámeným láskam a osobným tragédiám, ak chcu Libby pomôcť znova vybudovať zničenú budúcnosť. Erica Jamesovej sa opäť raz podarilo napísať presvedčivý viacgeneračný dramatický rodinný príbeh, s ktorým sa ľahko stotožníme.

SÚČASNÝ
ROMÁN



Zabudnutý palác

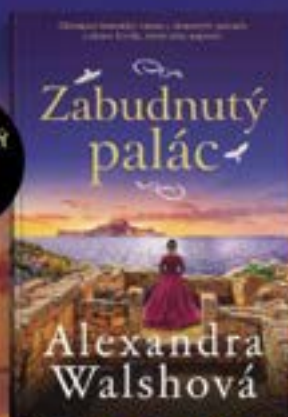
ALEXANDRA WALSHOVÁ

Nezabudnuteľný historický román z prostredia podmanivej Kréty.

Súčasnosť. Eloise sa po nečakanej smrti svojho manžela vydáva na Krétu do domu, ktorý jej zanechal svokor. V jeho pracovni plnej historických artefaktov nachádza dokumenty o viktoriánskych vykopávkach v Knosse. Medzi nimi je aj denník mládež ženy Alice. Eloise zisťuje, že sny, ktoré ju v posledných dňoch prenasledujú, sú rovnaké ako tie, ktoré nedali spať ani mládež Alice...

Rok 1900: Alice Websterová uteká na Krétu po tom, čo sa nešťastne zamilovala, spôsobila škandál a ohrozila povest celej rodiny. Teraz mieri s tetou do Európy, aby si zachránila povest a vyliečila zlomené srdce. Na Kréte sa zapojí do vzrušujúceho archeologického výskumu a preniká do tajov o hrôzostrašnom Minotaurovi a jeho sestre Ariadne. Uvedomí si, že legendy spojené s labyrintom, v ktorom bol netvor uväznený, sú presným zrkadlom jej desivých vízií... Čo okrem snov spája tieto ženy? A ako zamieša karty samotná Ariadna?

HISTORICKÝ
ROMÁN



Pozvánka

SEBASTIAN FITZEK

Len jedna vec je smrteľnejšia, ako opustiť odlahlý horský hotel – zostať v ňom.

Marla Lindbergová, inteligentná mladá žena s výnimočnou pamäťou, sa celý život snaží vysporiadať so spomienkami na zvláštny odkaz, ktorý ju pred rokmi vytákal do stanej nepoužívanej pôrodnice. Prenasleduje ju spomienka na postavu, ktorá sa ju tam pokúsila zabíjať. V uliach stále počuje jeho zvláštny piskavý kašeľ... Po rokoch psychoterapie sa však dozvedá, že sa nič z toho nestalo a všetko sú to len jej falšné spomienky. Teraz sa už Marla nevie dočkať predčleného víkendu v Alpách, kde prijala pozvánku na stretnúť zo školy. Teší sa, ako si so spolužiakmi zaspomínajú na bezstarostné časy. Keď však dorazi do zasneženého horského hotela, všetky izby sú už obsadené. Na jedálenskom stole leží použitý riad, v kozube plápolá oheň, ale nikto tam nie je. Marla začne hľadať ostatných. A potom to počuje znova. Vonku v ľadovej tme niekto piskavo zakáľe...



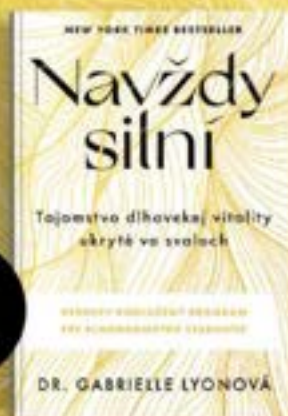
PSYCHO
TRILER

Navždy silní

DR. GABRIELLE LYONOVÁ

Tajomstvo dlhovekej vitality ukryté vo svaloch

Svaly, ako náš najväčší endokrinný orgán, ovplyvňujú všetko, čo sa týka zdravia a starnutia. Po rokoch starostlivosti o pacientov v Inštitúte pre medicínu zameranú na svalstvo si doktorka Lyonová všimla istý vzorec. Hoci jej pacienti zápasili so širokou škálou ochorení, všetci trpeli rovnakým základným problémom – chýbala im svalová hmota. Mnohé zo stavov, ktoré pacienti pociťovali, boli príznaky nedostatočne vyvinutého alebo nezdravého svalstva. Teraz vám Dr. Gabrielle Lyonová ponúka starostlivo vybudovaný program stravovania, fitness cvičení a starostlivosti o seba, ktorý vás naučí optimalizovať svaly bez ohľadu na vek alebo zdravotný stav. Prekonajte všetko od obezity až po autoimunitné poruchy a vyhnite sa napríklad Alzheimerovej chorobe, hypertenzii a cukrovke vďaka novému účinnému prístupu Dr. Lyonovej. Buďte už navždy silní!



Pôst na ženský spôsob

DR. MINDY PELZOVÁ

Cesta ženy, ako využiť liečivú silu pôstu na spaľovanie tukov a vyváženie hormónov

Patríte medzi mnohé ženy, ktoré sa cítia nevypočuté alebo nevidené lekármi a zdravotnými profesionálmi? Už ste vyčerpané z príšľubov rýchlych diét, ktoré vás len sklámú? *Pôst na ženský spôsob* vám pomôže získať späť kontrolu nad vašim zdravím pomocou najrýchlejšej a najúčinnnejšej cesty a prináša osvedčené stratégie, špeciálne postupy a tipy, ktorými Dr. Pelzová pomohla už tisícok žien s postením sa. Príručka od známej odborníčky Dr. Mindy Pelzovej sa špeciálne venuje pôstu pre potreby žien na základe ich hormónov a menštruačného cyklu. Súčasťou knihy je aj 50 skvelých receptov vytvorených špeciálne na podporu ženských hormónov a 30-dňový pôstny reset organizmu.



Mentalita excelentnosti

LEWIS HOWES

Excelentnosť máte v sebe. Teraz je čas ju prebudiť.

Prostredníctvom úprimného osobného príbehu Lewisa Howesa a stratégií podložených poznatkami popredných odborníkov, ktorí vystupovali v jeho mimoriadne úspešnom podcaste *The School of Greatness*, sa krok za krokom naučíte:

- Jasne zdefinovať zmysluplnú cestu, ktorá vás privedie k naplneniu vášho cieľa v tomto životnom období.
- Identifikovať základné príčiny pochybnosti o sebe a prekonať obavy, ktoré vás brzdia.
- Preprogramovať si myseľ, aby ste sa zbavili sebasabotážnych myšlienok a žili bohatý život.
- Realizovať svoju excelentnosť, aby ste na ľudí okolo seba vplývali čo najpozitívnejšie.

Vďaka ponaučeniam a stratégiám v *Mentalite excelentnosti* si dokážete naprojektovať život svojich snov a premeniť ho na realitu. Ste pripravení? Vaša cesta k excelentnosti sa práve začína!



Keď ťa každý má rád, nikto ťa neberie vážne

MARTIN WEHRLE

Ako si stanoviť zdravé hranice.

Máte pocit, že vás druhí podceňujú? Bojíte sa vyjadriť svoj názor, lebo chcete byť s každým zadobre? Človek, ktorý robí všetko, čo sa od neho očakáva, je síce obľúbený, ale zároveň je aj ľahkou obeťou. Úspechy dosiahne iba ten, kto sa nedá zneistiť a nebojí sa zaujať aj nepohodlný postoj.

Táto kniha je určená všetkým, ktorí:

- sa už nechcú dať zneužívať,
- chcú si stáť za svojim,
- chcú suverénne oponovať, keď čelia slovným útokom.

Kariérny a osobný kouč Martin Wehrle vás naučí, ako si v každej životnej situácii zachovať sebačnosť, ako sa brániť, nedáť sa zmanipulovať, ako zvládť náročné konverzácie a ako dosiahnuť svoje ciele.



Prečo hasne **vášeň a sexualita** v dlhodobom vzťahu?

Dlhodobý vzťah nemá šancu fungovať, pokiaľ mu počas jeho existencie nedovolíme zomierať a preberať sa do novej podoby, ktorú na seba túži zobrať. Nedovolíme mu zomierať, keď držíme formu, ktorú poznáme, hoci nám už neslúži. Nedovolíme mu zomrieť, keď: Mlčíme o tom, čo nám vadí, čo potrebujeme, čo chceme, čo nechceme, po čom túžime, kto sme. Nepriznávame sa k sebe plne, len predstierame verziu seba, ktorá nás dostane do čo najmenších problémov, lebo si neveríme, že keď nastanú, budeme sa v nich vedieť o seba postarať. Preto hasne vášňa, sexualita, príťažlivosť, dôvernosť, otvorenosť, živosť a sloboda neustále sa prinášať tak, ako sme naozaj. Málokde sa skrývame toľko, ako v dlhodobom vzťahu, v ktorom sme o sebe dlho mlčali...Tým, že muž má silné fyzické telo, no krehké srdce, je preňho jednoduchšie čeliť fyzickému nebezpečenstvu, alebo fyzicky náročným výzvam, než emóciám či nespokojnosti svojej ženy. V strete s nimi môže preferovať rôzne stratégie, či už od ženy utiecť, umlčať ju, raníť ju, prípadne jej vyhovieť, hoci by tým šiel proti sebe samému, „Jen, aby bol klud“. Ženu možno na chvíľu umlčať, no zároveň si ju aj sprotivil, prípadne emocionálne museli obaja od seba oveľa ďalej. Ďalej je síce naoko bezpečne, lebo tam menej vidieť, ale je tam aj prázdno. My ženy máme jemné, mäkké telo, no silné srdce. Dary aj zbrane nášho pociťového sveta môžeme používať k výžive, obnove a rastu, alebo ku skaze, okliešťovaniu a manipulácii. Vieme muža trafiť a raníť tam, kde by netrafil ani ten najtvrdší úder v pástnom súboji. Vieme znemožniť, poničiť, rafinované donútiť aj obviníť. Na chvíľu sa nám možno uľaví, no dôverný a živý vzťah nám to neprinesie. Ako v tom spolu byť zdravo, a tak, aby láska mohla ešte silnejšie prúdiť aj v náročných situáciách? Jednou z ciest je radikálna otvorenosť. Otvorenosť, ktorá je úplná, ktorá neprináša len priateľnú a potenciálne neohrožujúcu polopravdu. Je to otvorenosť, ktorá neviní, no preberá za seba zodpovednosť.

Dôvera



Autorky: Daniela Choma & Alexandra Hollá

Blízkosť



Novinka

Vezmeme sa

Tato edícia vznikla na základe hlbokých rozhovorov s pármí, ktorým na sebe záleží. S ich pomocou sme vytvorili 150 otázok, ktoré vás povedú na cestu k pravde o sebe, vašom partnerovi a o vašom vzťahu.

Kvalita, ktorá má v úcte seba a svoje prežívanie, a tiež má dosť odvahy ho do vzťahu priniesť a priznať. Hoci s roztraseným hlasom, či kolenami. Celé, úplné a holé. S rešpektom k sebe aj k druhému. Všade, kde sa totiž snažíme obviňovať, tam sa ešte bojíme prevziať zodpovednosť za svoje potreby. Radikálnu otvorenosť podporuje radikálne prijatie. Prijatie toho, čo je prítomné bez súdu, zneváženia, zahanbenia, popretia, či zľahčovania. Tým dávame pozornosť, váhu a záujem všetkému, čo je v nás, či v našom vzťahu prítomné. Chce to odvahy, veľkorysosť a silný kontakt so svojou sebahodnotou, aby sme si radikálnu otvorenosť vedeli nevzťahovať na seba, ale transformovať ju k zmene, do ktorej nás vzťah oboch pozýva. Prijatím totiž skutočne načúvame. Chceme sa skutočne dozvedieť. Ide nám viac o to, ako to je naozaj, než mať pravdu. Táto otvorenosť a prijatie sú veslami, ktoré vzťahu umožňujú kormidlovať na vlnách zdravej neustálej premeny. Umožňujú mu hýbať sa tam, kam nanovo potrebuje, aby nás oboch pravdivejšie reflektoval. Dovoľuje mu sa meniť, a tým ostať živým a pre nás stále novým a zaujímavým. V takom vzťahu môžeme a chceme byť a rásť. Nepotrebuje sa v ňom viac skrývať, vypínať, kriviť ani z neho utekať. Povedať „ANO“ radikálnej otvorenosti, znamená byť v kontakte so smrteľnosťou vzťahu. Smrteľnosť vzťahu nám pripomína, že vzťah tu nie je pre nás len preto, že svadba, deti, alebo že „zatiaľ lepší/a neprišiel/a“. Smrteľnosť vzťahu ho udržiava bdelym, živým a angažovaným. Každou radikálnou otvorenosťou totižto tancujeme na hrane hlbšieho priblíženia a potenciálneho rozchodu. Lebo v radikálnej otvorenosti sa nám zakaždým nanovo ukazuje, či to stále dáva spoločne zmysel. Aj vďaka našim hrám sa nám odkrývajú naše individuálne aj spoločné premeny a príbehy, v ktorých môžeme uzrieť, či naša cesta má stále spoločný smer.

Premeňte všedné chvíle na zážitky

Záujem



Univerzálna

Potiahnite si kartičku s nevšednou otázkou a pustite sa do rozhovorov, ktoré vo vás zanechajú stopu.



Pre páry

Pre odvážne páry pozývajúce do svojho vzťahu a života viac otvorenosti, vrúcnosti a vášne. Doplnené vydanie nášho bestsellera.



Rodičia a deti

Povzbudí deti prirodzene a bez vyzvedania rozhovoriť sa o svojom prežívaní a videní sveta. Pre rodičov a deti od 4-10 rokov.



Biznis a tímy

Otvoríte rozhovory, ktoré sa ponárajú do podnikateľských tém, budujú dôveru a orientáciu v tíme.



Denník Tvojej človečiny

Dôverník, ktorý bude zvedavým a láskavým svedkom pokROKOV tvojho života. Obsahuje nedatovaný diár a sebarozvojové texty s úlohami.



Žlté karty budovania značky

Spoznajte seba a svoju značku vďaka 95 špeciálne zostaveným otázkam od autora bestsellera Žltá kniha budovania značky, Michala Pastiera.



VďaCNOTI

Karty s vyznaniami, ktorými dáte vašim blízkym vedieť, ako veľa pre vás znamenajú.



Muži

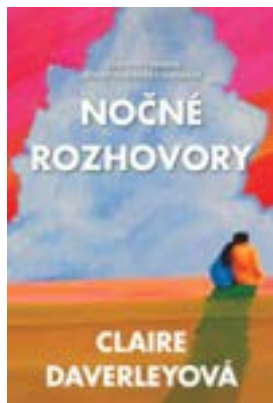
Potiahni si kartičky s neobvyčajnými otázkami a rozpovedz príbeh o mužovi 21.storočia. Vytvoríš kvalitné mužské vzťahy, o ktoré sa môžete spoločne oprieť.

Spoznajme sa bližšie.
Hrdvo, ľudsky, nozdroj

U ktorého
te sa môže dať
a vedieť

Objednaj na:



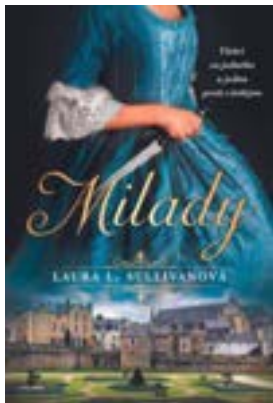


Nočné rozhovory

Claire Daverleyová

Čo robiť, keď na jedinú osobu, na ktorú by ste mali zabudnúť, jednoducho zabudnúť nedokázate?

Will a Rosie sa spoznajú ako tínedžeri. Sú protikladmi vo všetkých smeroch. Ona nad všetkým premýšľa, on je divoký, nepredvídateľný priateľ jej brata dvojčat'a. Počas náhodného stretnutia sa zblížia, vďaka netradičným rozhovorom sa do seba zaľúbia a sú si predurčení na veľkú lásku. Až kým jedného dňa nedôjde k tragédii a ich spoločná budúcnosť sa zrúti. No ako roky plynú, nemôžu si pomôcť a opäť k sebe nachádzajú cestu. Znova a znova sa približujú k obnoveniu toho, čo mohlo byť...



Milady

Laura L. Sullivanová

Všetci za jedného a jedna proti všetkým. Vystupovala som pod mnohými menami, hoci vy ma poznáte ako Milady de Winter: nemilosrdnú zvodkyňu a vedľajšiu postavu v legendárnom príbehu Troch mušketierov. Všetci však vieme, že históriu písali muži a tí sa často mýlia. Takže skôr než ma odsúdite, dovoľte mi, aby som vám prezradila, ako sa z obyčajného dievčaťa z vidieka stala najobávanejšia žena v celej Európe – terč nenávisťi, meno, ktoré sa šepká len so strachom alebo s odporom.

Konečne nastal čas, aby som vyrozprávala svoj príbeh...

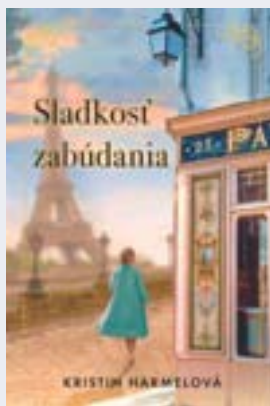
Sladkosť zabúdania

Kristin Harmelová

Nádherný príbeh o rodinnej súdržnosti, spolupráci náboženských skupín pri záchrane prenasledovaných počas druhej svetovej vojny a vernosti, ktorý vám vyrozpráva cukrárka Hope z Cape Cod.

Jej milovaná babička, pôvodom z Francúzska, trpí Alzheimerovou chorobou. Jedného dňa v zriedkavej chvíli jasnej mysle, si uvedomí, že pokiaľ nepovie Hope o minulosti, spomienky ktorých sa toľké roky držala, sa čoskoro stratia navždy. Odovzdá jej preto papierik s menami siedmich osôb a poprosí ju, aby šla do Paríža a zistila, čo sa s nimi stalo.

Tak sa Hope dozvedá o židovskom pôvode svojej rodiny, o pôvode koláčikov z ich cukrárne a o tragickej veľkej láske starej mamy.



Domov s vôňou kvetov

Debbie Macomberová

Debbie Macomberová je jednou z najpopulárnejších autoriek súčasnosti. Jej knihy sa dostali na prvé priečky zoznamu bestsellerov New York Times možno aj preto, že sú úprimné, vtipné, plné nádeje a ukazujú nám rôzne spôsoby, ktorými nás rodina, priatelia a láska dokážu pozdvihnúť.

Výnimkou nie je ani vtipný román Domov s vôňou kvetov o dvoch priateľkách, ktoré zisťujú, že „nájdená rodina“ je často tá najlepšia.



Detektív Bruno Zatykač a zlodej maškrt

Liana Somersetová

Vydajte sa na vzrušujúce dobrodružstvo a spolu s detektívom Brunom Zatykačom vyriešte jeho doteraz najťažší prípad. Keď sa v Labkoslavove záhadne stratia psie maškrtky, šikovný psí detektív sa bez váhania pustí do vyšetrovania. Podarí sa Brunovi vďaka jeho bystrým zmyslom nájsť páchatel'a a znova nastoliť v meste pokoj? Zistíte to v tomto peknom príbehu o priateľstve, odpustení a radosti z delenia sa o dobroty.



Mami oci, som online

Petra Arslan Šinková

Technológie, online svet, jeho prínosy a nástrahy. Dať deťom možnosť vstúpiť do online priestoru alebo ich chrániť pred jeho nástrahami? Ako s deťmi komunikovať a čo môže byť príčinou toho, že trávia veľa času pri obrazovkách? Odpovede na tieto a ďalšie otázky nájdete v tejto knihe, ktorá je neoceniteľnou pomôckou pre rodičov, ktorí sa zaujímajú o ochranu detského duševného zdravia.



K R Á Ľ O V S K Ý

Bahrajn

Fascinujúci

Omán

Nonstop lety z Bratislavy
Exkluzívne hotely
Fascinujúce výlety

Máme radi leto

HYDROT**UR**



Foto: RAI Zdravie

TIPY NA LETO A SKORÚ JESEŇ Z POHĽADU AJURVÉDY

Dr. Divya Chandrakumar Vinodhini



Študovala na Keralskej univerzite a získala bakalársky titul v odbore Ajurvédská medicína a chirurgia (BAMS). V obore pracuje už vyše 13 rokov, z toho 6 rokov v Indii a 7 rokov v Európe. V súčasnosti pôsobí na Slovensku, v Českej republike a v Rakúsku.

Ajurvéda nie je len medicínsky systém, je to veda o živote, učí nás správnemu životnému štýlu a ako viesť zdravší a lepší život.

PREVENCIA JE LEPŠIA AKO LIEČBA, je hlavným cieľom, ktorý si do života prinášame.

Skôr ako sa dostaneme k určitým tipom, je potrebné, aby ste porozumeli základnému princípu ajurvédy, ktorá všetko okolo nás vysvetľuje 3 základnými pojmami s názvom VATA, PITTA a KAPHA. Ľudia sa bežne stravujú a vykonávajú všetky činnosti práve podľa týchto troch energií.

Používajú sa na diagnostiku stavby ľudského tela, systémových funkcií a zdravotných problémov. Nachádzajú sa všade okolo nás, regulujú prírodu a vhodnú stravu v závislosti od ročného obdobia. Tieto tri dōše sú kombináciou piatich základných elementov na Zemi, a teda vykazujú rovnaké kvality. Vatu, Pittu a Kaphu rozpoznávame zisťovaním týchto vlastností v štruktúre a funkcii.

Vata – vzduch a vesmír, Pitta – oheň, Kapha – voda a zem. Napríklad studená, suchá, rýchla, pohyblivá štruktúra a činnosti sú považované za Vata. Horúca, aktivity a štruktúry, ktoré sú ľahké a nestále

(kvapalné) sú považované za Pitta. Ťažké, masťné, pomalé, studené štruktúry a činnosti sú považované za Kapha.

Väčšina textov o ajurvéde, ktoré je možné nájsť kdekoľvek na internete len kopírujú indické recepty, režim a aktivity pod pojmom Ajurvéda. Aj keď vyzerajú mnohé jedlá veľmi chutne a zdravo, nemusí to platiť pre každého, a už vôbec nie pre tých, ktorí žijú na inom kontinente, ak sa tým riadia na dennej báze.

PODĽA SKUTOČNEJ VEDY O AJURVÉDE, je naše telo rovnocenné s prírodou, v ktorej sme sa narodili a vyrastali.

Pri výbere vhodných potravín a aktivít je potrebné dbať na klimatické podmienky krajiny, v ktorej žijeme. To znamená, že by sme mali uprednostňovať miestnu zeleninu a ostatné potraviny a koreniny.

Ak tieto návyky celkom zmeníme, budú sa v krvnom obehu pomaly vytvárať toxíny, ktoré ovplyvňujú náš imunitný systém. V budúcnosti to môže viesť k vzniku autoimunitných ochorení. Pokiaľ to však robíme s mierou, je to v poriadku.

Počas každého ročného obdobia je dôležité

dodržiavať správny režim. Každý mesiac v roku sa príroda mení tak, aby sa prispôbila klimatickým zmenám. Rovnako sa to deje aj v ľudskom tele. Naša rutina by mala byť tomu prispôbena. Vďaka tomu dokážeme naše telo podporiť, čo je najlepšia prevencia pred vznikom chorôb.

PODĽA AJURVÉDY JE LETO A SKORÁ JESEŇ považovaná za čas zvýšeného Pitta (ohňa) v prírode, kvôli silnému slniečnemu žiareniu.

V tomto období sa slnečné lúče stávajú silnejšími a viac škodlivými. Skorá jeseň prináša slabý dážď a medzitým slnečné svetlo. Tieto zmeny v prírode vedú k vyššiemu Pitta (ohňu) a spôsobujú premeny aj vo vnútri tela, záleží od vekovej skupiny, stavby (konštitúcie) a stravovacích návykov. Každý má iný stupeň.



Dôležité kroky, ktoré musíme urobiť počas leta:

Potravinové preferencie: ľahko stráviteľné, sladšie, horkejšie a sťahujúce, mierne mastné, tekuté a studené.

Je dôležité obmedziť: slané, kyslé a korenisté jedlá, alkohol (ak sa ho nevieť vzdať, tak len veľmi malé množstvo riedeného alkoholu so sladkými a studenými tekutinami).

Odporúčam: sezónnu miestnu zeleninu a ovocie, ryžu, zemiaky.

Mäso: ovčie mäso, kozie, jelenie, kačacie, riečne ryby, všetky druhy polievok (nie husté). Obmedzte kuracie mäso, pretože vo vnútri vytvára vysoké teplo.

Vhodné sú aj sladené mliečne výrobky.

Ďalšie potraviny, ktoré môžeme pridať do nášho jedálnička, sú: ovos, pšenica, kokosový olej, slnečnicový olej, olivový olej, všetko ovocie, okrem kyslého ovocia, všetky druhy orechov (lepšie namočené), koreniny ako škoric, mäta, kardamón, koriander, ruža, levanduľa, kôpor, čerstvý zázvor (s mierou obchodované ovocie, orechy a korenie).

Režim: Nevystavujte sa priamemu slnečnému žiareniu v čase od 11:00 do 14:00, buďte v tieni. Pite dostatok tekutín, ktoré sú sladené prírodnými sirupmi z miestneho ovocia, či stromov. Pite často vodu s obsahom chladivých bylín, nie bublinkovú



vodu alebo limonádu (iba v malom množstve). Je potrebné znížiť spotrebu kávy a čaju, ale ak to nie je možné, nepite nalačno a na poludnie (od 11:00 do 14:00).

Čo sa týka pohybových aktivít, odporúčam len mierne cvičenie ako strečing celého tela a plávanie v studenej vode. Ak vykonávate nejaké ťažké športy, nevenujte sa im každý deň, na druhý deň si doprajte oddych.

Pred pobytom vonku naneste na telo chladivý krém alebo olej, ideálne s obsahom ruže, jazmínu, santalového dreva, levandule, škoric, lotosu, kokosu, kardamónu.

Výnimkou sú deti, môžu jesť čokoľvek podľa chuti a hladu, ale vyberajú si všetky sezónne potraviny.

Dôležité kroky, ktoré musíme urobiť začiatkom jesene:

Potravinové preferencie: opäť sezónne ovocie a zelenina, ryža, zemiaky a ostatné, už spomínané potraviny.

Preferencia chuti: sladká, horká a sťahujúca.

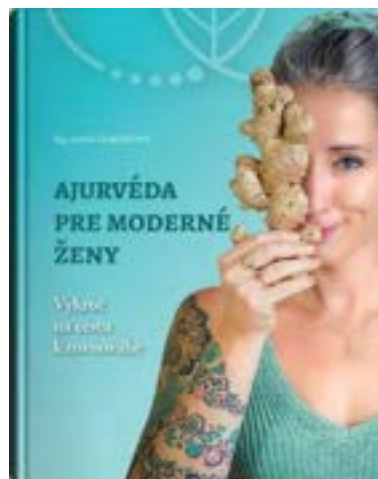
Je dôležité obmedziť: živočíšne tuky, tvaroh a husté polievky. Vyhnite sa takisto kyslým, slaným, korenistým jedlám a alkoholu.

Režim: Koncom skorej jesene začnite pomaly s detoxikáciou tela. Nevystavujte sa vetru, slnečnému žiareniu a hmle. Vyhnite sa spánku počas dňa.

BEZ AKÉHOKOĽVEK ÚČELU neužívajte žiadne doplnky, okrem miestnych bylín.

Dôležitá poznámka na záver: ak máte nejaké zdravotné problémy, nemali by ste sa riadiť týmito odporúčaniami. Mali by ste dodržiavať režim podľa svojho zdravotného stavu.

Krásne leto praje Divya.



Ajurvéda pre moderné ženy Jana Gurníková

Túžiš žiť zdravo a naplnene, ale cítiš, že sa strácaš v chaose informácií a rôznych protichodných tvrdení ohľadom zdravého životného štýlu?

Táto kniha je zrozumiteľným návodom, ako poznanie ajurvedy, starobylej náuky o zdravom živote, zakomponovať do bežných dní modernej ženy..



Ajurvéda na každý deň Kate O'Donnellová

Túžite po lahodnom sezónnom jedle, ktoré vaše telo udrží v rovnováhe?

Máte problémy so žalúdkom a radi by ste si ho liečili prostredníctvom tradičnej ajurvédkej múdrosti? V takom prípade je pre vás táto kniha s viac než sto jednoduchými receptami ako stvorená.

ZDRAVÉ RECEPTY

MUDr. Peter Minárik
a spoluautori

REDUKČNÁ DIÉTA
BEZLEPKOVÁ DIÉTA
PROTIRAKOVINOVÁ DIÉTA

Podťe žiť a stravovať sa v súlade s vaším ochorením! Siahnite po zdravých receptoch a zvýšite si tak kvalitu života. Ako? Stačí, ak sa spoľahniete na rady odborníkov – lekárov a vyhnete sa zaručeným tipom od pseudoodborníkov napríklad z internetu. Či už potrebujete rady, ako schudnúť bez jojo efektu, ako sa stravovať bez lepku, alebo ako stravovať a pohybom zásadným spôsobom znížiť vznik rakoviny, resp. ako si udržať zdravie po prekonaní onkologického ochorenia, vyberte si jednu z RAABE diét, ktoré okrem odporúčaní lekárov, jedálničkov a tipov, prinášajú aj množstvo receptov – vždy v súlade s tým-ktorým ochorením.

RAABE

PINTOR



akrylový popisovač
30 farieb, 4 hroty
rôzne sady

**výhodná
cena**

**pre vaše
farebné leto**


PILOT

K ROZHĽADNI NA DEVÍNSKEJ KOBYLE

DÚBRAVSKÉ LESY

Lesy nad Dúbravkou a pod Devínskou Kobylou ponúkajú viaceré skryté tajomstvá súvisiace najmä s obidvomi svetovými vojnami či érou tzv. studenej vojny. Turisti sem mali v poslednej tretine 20. storočia obmedzený prístup, avšak všetko sa zmenilo na konci 20. storočia.

Najprv sa návštevníci Devínskej Kobylы dočkali sprístupnenia areálu bývalej raketovej základne a takisto vrcholu Devínskej Kobylы, na ktorom stála malá železná pozorovateľňa. Vstup na ňu bol len na vlastné nebezpečie a neodporúčal sa. Na novú rozhľadňu sa čakalo veľmi dlho a až v roku 2021 sme sa jej dočkali. Vyhliadková veža Devínska Kobyla stojí však naozaj zato.

K novej rozhľadni sa dá dostať z rôznych východiskových bodov a viacerých mestských častí Bratislavy. Ak sa čo najviac chceme priblížiť k rozhľadni autom, najpohodlnejšie je zaparkovať v lese nad Dúbravkou v lokalite

Dúbravská hlavica a odtiaľ začať stúpať k vrcholu Devínskej Kobylы.

Žltá značkováaná asfaltová cyklotrasa či červeno značkový turistický chodník nás privedú až ku vysielacu stojacemu pri bývalej bráne do raketovej základne. Po páde železnej opony ostal celý areál nevyužívaný a technika bola demontovaná. Ešte aj dnes však vzbudzujú železobetónové silá, ktoré kedysi ukrývali protiletadlové rakety, svojou mohutnosťou obdiv. Ich prehliadka aj napriek pokročilej devastácii stojí určite za to.

Na najvyššom bode areálu, kde kedysi stála drevená rozhľadňa neskôr železná pozorovateľňa, dnes nájdeme mimoriadne vkusnú vyhliadkovú vežu, ktorá pripomína trošku bodliak. Je z nej nádherný kruhový výhľad na Bratislavu a jej široké okolie. V diaľke rozoznávame aj napr. vrch Vysoká v Malých Karpatoch či Neziderské jazero v Rakúsku.

ODPORÚČAME NAVŠTÍVIŤ

Vyhliadková veža Devínska Kobyla má výšku viac ako 21 metrov a niekoľko plošín. Na jej vrcholovú plošinu vedie 112 schodov. Hmotnosť kovovej konštrukcie je 35 ton a architektom sa podarilo vytvoriť naozaj vizuálne mimoriadne zaujímavé dielo. Na rozdiel od niektorých drevených rozhľadní je pohyb po nej aj pre deti veľmi bezpečný a tabule s výhľadovými cieľmi či vrcholový dalekohľad pomôžu všetkým sa dokonale zorientovať.



JEDNA Z NAJVÄČŠÍCH TURISTICKÝCH ATRAKCIÍ SEVEROZÁPADNÉHO OKOLIA BRATISLAVY



Tri knihy: Najkrajšie jednoduchové túry, Turistické magistrály a Cesta hrdinov SNP – pod spoločným názvom **TURISTICKÉ SLOVENSKO**.

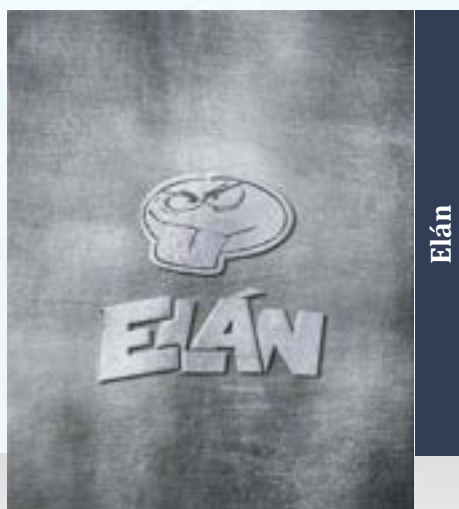
Pešia turistika, spoznávanie a objavovanie Slovenska sú základnou myšlienkou a mottom vzniku trilógie Turistické Slovensko. Trilógia predstavuje Slovensko z pohľadu turistiky a prezentuje to najkrajšie a najlepšie čo v rámci nej môže ponúknuť.

Objavme najkrajšie
turistické miesta
s trilógiou kníh
TURISTICKÉ SLOVENSKO

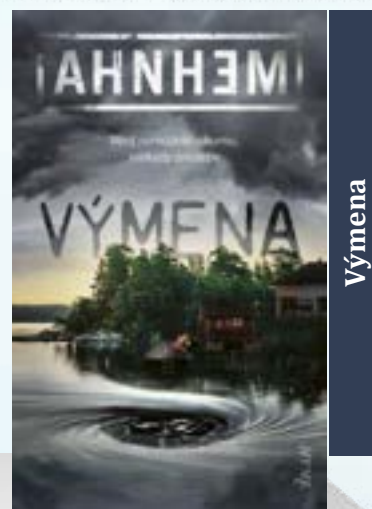




Lucia Záhorcová



Marcela Titzlová



Stefan Ahnhem

Dôležitejšie ako to, čo sa nám stalo, je to, čo s tým urobíme. Inšpirujte sa príbehmi, v ktorých sa ľudia nevzdali nádeje ani po takých zraneniach, ako sú incest či vražda blízkeho. Pomocou vhodne nasmerovaných cvičení, otázok a rád si môžete zlepšiť svoju psychickú pohodu i zdravie. Vyďajte sa na cestu odpúšťania, ktoré je uzdravujúce pre vás.

„Táto kniha je určená každému – laikovi aj odborníkovi –, kto potrebuje zahojiť seba, či ošetriť druhých láskavo a liečivým spôsobom.“

Legenda, o ktorej počul každý. Fenomén, ktorý ovplyvnil českú i slovenskú hudobnú scénu. Rebeli, búrajúci mýty a strhávajúci svojou hudbou masy ľudí.

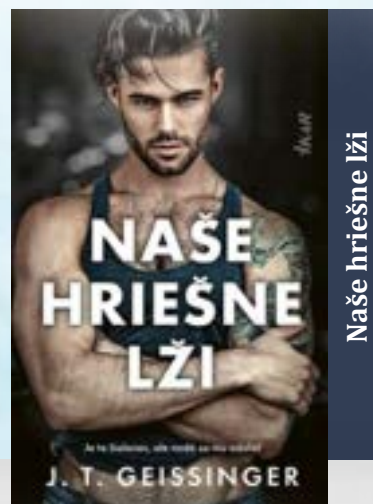
ELÁN. Nazrite do zákulisia. Pozrite sa do veľkolepej newyorskej Carnegie Hall. A zastavte sa na monštruóznej stotisícovej Letnej, aby ste prežili úspechy a slávu Elánu na vlastnej koži. Dnes oslavuje 55. výročie vzniku a jeho vzrušujúci príbeh od raných začiatkov až po súčasnosť zasvätené mapuje autorka tejto knihy, novinárka Marcela Titzlová. Lebo ELÁN je večný.

Veriť nemôžete nikomu, niekedy ani sebe.

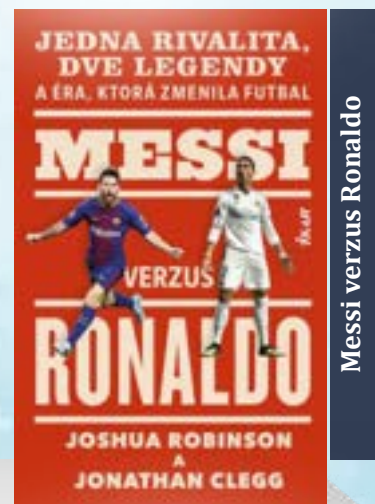
Poriadna dovolenka je presne to, čo Carl a Helene potrebujú. A keď v Kalifornii objaví dom snov, neváhajú ani okamih. V rámci výmeny ponúknu majiteľom svoju rezidenciu, zatiaľ čo oni strávia leto v ich vile v Santa Cruz. Hneď po príchode však poznajú, že niečo nie je v poriadku. A čo sa medzičasom odohráva u nich doma? Našťastie majú v každej izbe bezpečnostné kamery a pokusenie sledovať cudzí pár je priveľké.



Jozef Banáš



J. T. Geissinger



J. Robinson a J. Clegg

Po úspešných motivačných biografiách o Milanovi Rastislavovi Štefánikovi a Tomášovi Baťovi prináša Jozef Banáš tretí energizujúci román o jednom z najvýznamnejších svetových vedcov prvej polovice 20. storočia, Slovákov a švajčiarskom občanovi Aurelovi Stodolovi.

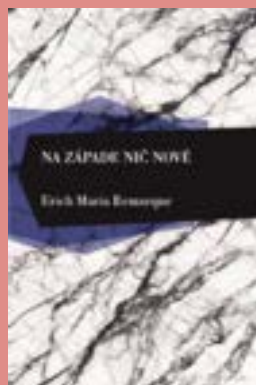
Je to šialenec, ale nedá sa mu odolať.

Mladá žena na pokraji bankrotu. Ponuka tajomného miliardára, ktorá jej zmení život. Mocná posadnutosť, ktorá ich môže oboch zničiť. Sex, klamstvá, tajomstvá a vášne. Čo Callum McCord chce, to aj dostane.

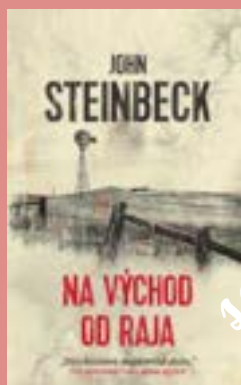
Jedna rivalita, dve legendy a éra, ktorá zmenila futbal.

Boli to nepochybne najväčšie futbalové hviezdy svojej generácie, ale ich herný štýl či osobné postoje sa od seba výrazne odlišovali. Pre milióny ľudí na celom svete nie je preto odpoveď na otázku „Messi alebo Ronaldo?“ len krčmovým sporom, ale prihlásením sa k istým hodnotám.

Keby sme čítali príbeh zložený z názvov kníh,
mohlo by to dopadnúť aj takto...



ale

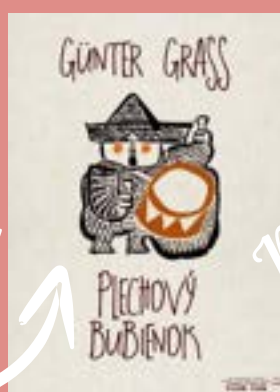


sa odohrávalo



Započul ako

hrá na



Nacvičoval na

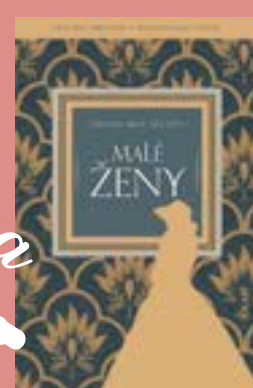


Ešte aj

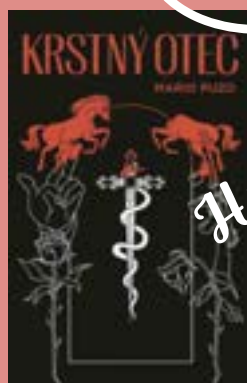
si pomyslel, že
je to



takto predsa



nechíni



Ani

Ho nepodporil.
Vedel, že



sú



...našťastie každá kniha má svoj vlastný príbeh.
Vyberte si ten svoj zo žurnálu a „Začítajte sa“.

UŽ **8 rokov pomáhame**
VĎAKA všetkým,
čo majú srdce
na pravom mieste.



- ♥ **Dlhodobu podporujeme Centrá pre deti a rodiny** a prostredníctvom projektov širíme poznanie o dôležitosti čítania medzi detskou populáciou.
- ♥ Projekt Knižné kútiky priniesol vďaka všetkým, ktorí majú srdce na pravom mieste **63 čitateľsky poďnetných kútikov v Centrách pre deti a rodiny** po celom Slovensku.
- ♥ Spoločne sme už darovali **viac ako 21 190 kníh**.
- ♥ Doteraz sme vďaka podpore našich zákazníkov a našich zamestnancov naplnili viac ako **14 000 vianočných knižných prání** detí z CDR a v 2023 pribudlo ďalších **3200 knižných prání pre deti z 56 detských domovov**.
- ♥ Podporili sme inkluzívnu zamestnanosť ľudí s **Downovým syndrómom** umožnením pracovnej skúsenosti na našich prevádzkach.
- ♥ Šírili sme povedomie o problematike **autizmu** cez organizovanie predajných výstav.
- ♥ V rámci medzigeneračného porozumenia sme podporili projekt **Koľko lásky sa zmestí do krabice od topánok**.
- ♥ **Naďáciu Kvapku Nádeje** sme podporili v projekte nákupu zdravotných matracov pre deti s onkologickým ochorením.

Veríme v silu kníh a ich schopnosť zmeniť svet.

Spoločne môžeme vytvoriť viac príležitostí,
viac podmienok, aby sa čítanie stalo neoddeliteľnou súčasťou
života detí z detských domovov.



Ďakujeme za Vašu podporu.

Panta Rhei, n.o


Panta Rhei
nezisková organizácia



„Krásne spracovaná sexi romantická séria plná zvrátov, akcie a neskutočnej lásky. Moje najobľúbenejšie čítanie. Celý príbeh je neskutočne originálny, premyslený, nič nie je prehnané a je tam aj veľa vtipných momentov. Odporúčam!“

ZĽAVA
50%

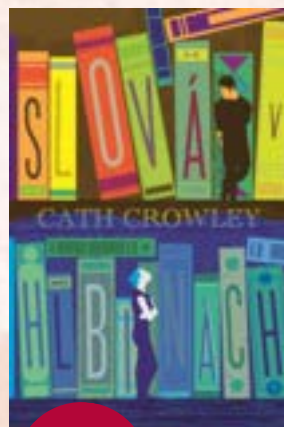
@ekniha



Legendy & Latte

„Fantasy ľahučké ako mliečna pena s dvojitém espressom sebaspoznávania!“

Originálny príbeh plný humoru a lásky. Neodolateľné postavy, ktoré si zamilujete. Perfektný mix fantasy a každodenných radostí. Kniha, ktorá zahreje srdce a poteší dušu. Ideálny darček pre každého milovníka fantasy a kávy!



Slová v hĺbinách

„Skvelá oddychovka s pravou knihomoľskou atmosférou.“

„Konečne po dlhom čase kniha, ktorá skutočne vyžarovala knihomoľskú lásku, dokonca ju zdieľala celá rodina, nie len jedna postava. Plusom sú aj citácie z rôznych diel, i keď väčšinu som nepoznala, a tiež zaujímavosti o oceáne. Chválím nápad s Knižnicou listov a vzťah ľudí ku kníhkupectvu. Musím priznať, že práve to ma najviac dojalo.“

Lenka Jacková, čitateľka



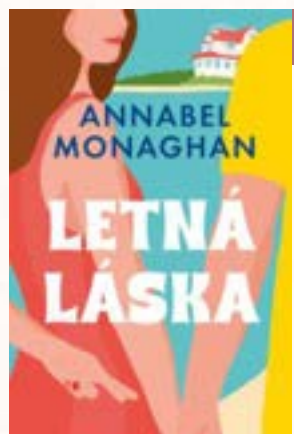
Láska na úteku

„Láska nie je povinnosť. Je to dar.“

„Skvelé, skvelé, skvelé. Parádna oddychovka, pri ktorej sa človek zasmieje, bude červenať, no hlavne vypne a preniesie sa na krásne miesto.“

@tinkine_knihy

ZĽAVA
50%



Letná láska

"Krásna kniha, z ktorej srší láska, dôvtip a túžba.“

Carley Fortune

Výhody letnej lásky: je zábavná, krátka a nikto neskončí so zlomeným srdcom.



Prisahaj

„Táto kniha je ako celovečerný film. Cítim z nej všetko. Môžem si dovoliť prežiť všetky pocity a nechať sa zasiahnuť všetkým, čo mi ponúka. Nie je to jazda. Je to plavba na mori. Dala mi čas sa rozhladiť a prijať impozantnú krásu celého príbehu. Uvidíte lásku v každej podobe a užijete si ju každým dúškom.“

„Nádherne. Jedným slovom nádherné.“

„Stále máš v srdci veľa miesta na lásku? Tak toto prevedenie románu budeš milovať.“

@Sanny_book_photo

ZĽAVA
30%



Užívanie:

Ak vám špecialista v Panta Rhei neodporučí inak, užívajte, teda čítajte knihu podľa vlastných kapacít aspoň raz denne zopár strán. Nadmerné čítanie nespôsobuje predávkovanie, je potrebné nepretržite užívať a po doužívaní sa poraďte s predajcom v Panta Rhei, čo čítať ako ďalšie z danej témy.

Možné vedľajšie účinky:

Všetky knihy môžu spôsobovať vedľajšie účinky.

Čitatelia ako najčastejšie vedľajšie účinky uvádzajú:

- rast IQ;
- rozšírenie vedomostí a slovnej zásoby;
- zníženie hormónu stresu;
- doplnenie takzvaného knihotocínu - hormónu, ktorý sa vyplavuje pri relaxe a čítaní obľúbených kníh;
- vysoké dávky strán za jednu noc môžu spôsobovať únavu. Prejavia sa iba u tých najponorenejších do deja.

Kontraindikácie:

Ak teraz čítate alebo ste nedávno čítali podobnú knihu o duševnom zdraví, poraďte sa o tom s predajcom v Panta Rhei. Niektoré knihy sa navzájom ovplyvňujú alebo riešia podobnú tému.

SPOZNAJTE PRIAZNIVÝ VPLYV ČÍTANIA

Kniha ako liek – naša knižná téma, upozorňuje na rastúce problémy s duševným zdravím, ktorým ako spoločnosť čelíme.

Rozhodli sme sa upozorniť na benefity čítania a prepojiť ich s knihami, ktoré prinášajú praktické rady pre duševné zdravie, fyzickú kondíciu a tiež kritické myslenie.

Kampaň „Kniha ako liek“ je prepojená s nebeletristickou literatúrou a zameriava sa na tri oblasti. Prvou oblasťou je duševné zdravie - vybrali sme pre vás knihy, ktoré sa zaoberajú psychológiou, motiváciou a osobnostným rastom. Ďalej uvádzame do pozornosti knihy, ktoré sa venujú fyzickému zdraviu a pohybovým aktivitám. A napokon sme sa rozhodli zamerať na knihy, ktoré podporujú naše kritické myslenie a bojujú proti hoaxom.

Pripravili sme pre vás aj originálne obaly, krabičky na knihy, ktoré vás presvedčia o tom, že knihy skutočne liečia. Zabaľte knihu podľa vlastného výberu do exkluzívnej krabičky a darujte knihomolom skutočný liek pre dušu, liek pre zdravie alebo liek proti hoaxom.

Široký výber najlepšej motivačnej a faktografickej literatúry nájdete vo všetkých kníhkupectvách Panta Rhei a na e-shope www.pantarhei.sk.



Vytvorte si život,
po akom túžite



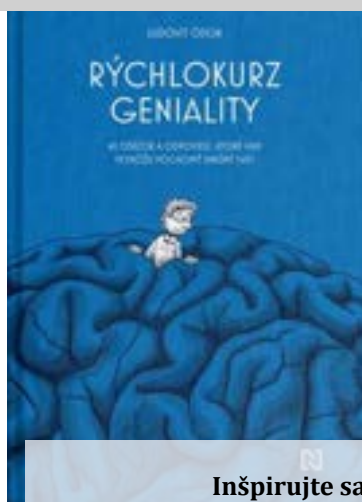
Rovnováha



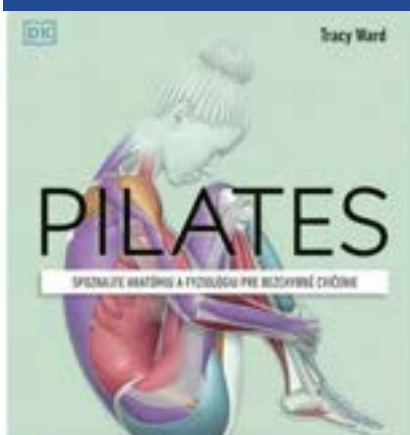
Trauma a uzdravenie



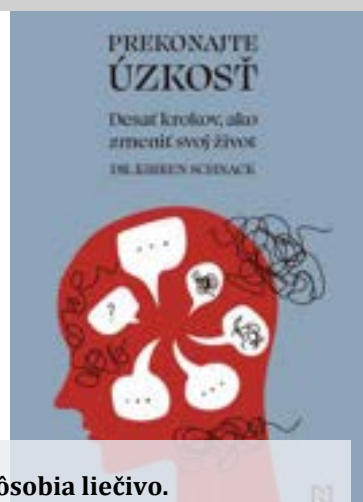
Rýchlokurz geniality



Pilates



Prekonajte úzkosť



Inšpirujte sa knižnými tipmi, ktoré osviežia letné čítanie a pôsobia liečivo.

Širšia ponuka kníh v rámci kampane Kniha ako liek

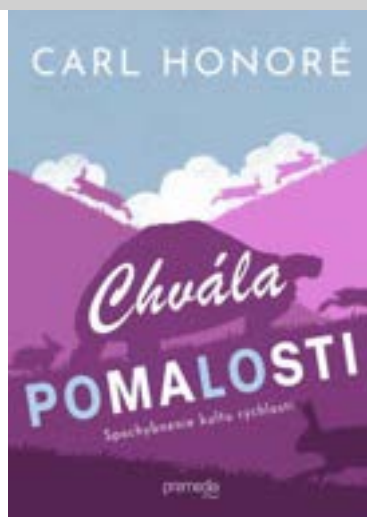
bude pre vás pripravená v predajniach Panta Rhei od septembra 2024.

ZAČÍTAJ SA!

Nauč sa čítať v ľudoch
ako v knihách



Chvála pomalosti



Produktivita bez starostí



Kakao nad zlato

Za siedmimi horami, za siedmimi moriami... Takto nejako začínajú viaceré rozprávky. A takto nejako by mohlo začať aj rozprávanie o úspešnom podnikateľskom príbehu investičnej skupiny Proxenta na ďalekej exotickej Kube.

Autor: Monika Hamed / Foto: Archiv Proxenta



V uliciach mesta Baracoa, najvýchodnejšieho mesta na Kube.

Proxenta už na Kube, vďaka jej generálnemu riaditeľovi a zakladateľovi Pavlovi Kožikovi, pôsobí takmer 10 rokov. Za tú dobu sa jej podarilo vybudovať úspešnú továreň v meste Caibarién na výrobu oblátok, cereálií, sušienok a iných sladkostí.

Po úspechu tohto projektu sa Proxenta rozhodla, že na Kube ani zďaleka nekončí. Svoj hľadáčik zamerala na biznis s kakaom, ktoré je momentálne hitom medzinárodných trhov a jeho cena stúpa.

Úspešný Proxcor

Podme však pekne po poriadku. Ako sa príbeh

Proxenty na kubánskom ostrove začal? Paradoxne dovolenkou, ktorú na Kube trávil Pavol Kožik s rodinou. Kubu si zamiloval a rozhodol sa, že do tejto krajiny sa chce ešte vrátiť. Nie však ako turista, ale ako podnikateľ.

Po analýze špecifického kubánskeho podnikateľského prostredia identifikoval Pavol Kožik potravinársky segment ako ten, v ktorom by na Kube mohol byť úspešný. O pár rokov neskôr vznikla spoločná kubánsko - slovenská joint venture spoločnosť Proxcor. „Je to jeden z najväčších potravinárskych projektov v tomto regióne. Továreň sme

kompletne zrekonštruovali a vybavili najmodernejšou technológiou z Európy. Spustili sme ju začiatkom minulého roka a pri plnej prevádzke vyprodukuje až 17-tisíc ton cukrovínok ročne,“ hovorí Pavol Kožik.

Proxenta je vôbec desiatou firmou na svete, ktorej sa podarilo dostať do potravinárskeho segmentu na Kube – zo Slovenska je jediná. Radí sa tak medzi známe spoločnosti ako napríklad švajčiarske Nestlé či belgický AB InBev. Slováci ju môžu poznať ako etablovanú investičnú skupinu, ktorá sa zameriava na development, komerčné prenájmy či výrobu potravín. V Bratislave stojí za známymi rezidenčnými projektmi Kesselbauer, Stockerka a v Banskej Bystrici pripravuje projekt Slovenka. Stávka na cukrovinky a cereálie sa Proxente vyplatila. Takmer 80 percent všetkých produktov sa na Kubu dováža. Preto je dopyt po takýchto výrobkoch naozaj vysoký. Už o pár rokov Proxenta očakáva, že Proxcor bude generovať ročné tržby na úrovni 100 miliónov dolárov.

Kakao nad zlato

Po úspechu v Caibariéne sa Proxenta rozhodla svoje podnikanie na Kube ešte

rozšíriť. Do jej hľadáča tentokrát padla továreň na spracovanie kakaa v meste Baracoa, ktoré je veľmi žiadané na svetových trhoch.

Nadväzuje tak na prvú úspešnú investíciu do potravinárstva na Kube a zakladá druhú slovensko-kubánsku joint venture, ktorej predmetom činnosti je spracovanie kakaových bôbov a výroba čokoládových produktov. Nový projekt nesie meno Baracocoa.

„Ide o unikátnu príležitosť. O tento konkrétny investičný vstup sme mali záujem už niekoľko rokov. Továreň na spracovanie kakaa v Baracoa je jediná svojho druhu na Kube. Nachádza sa v oblasti, kde sa pestuje 80 percent všetkej kakaovej produkcie ostrova. Nie je potrebná jej kompletná rekonštrukcia, na rozdiel od nášho prvého projektu v Caibariéne. Je plne funkčná, vybavená najmodernejšími technológiami zo Švajčiarska a z Talianska, pripravená spustiť výrobu,“ vysvetľuje Pavol Kožík.

Kubánske kakao je známe svojou vysokou kvalitou a navyše na Kube sa kakao produkuje v BIO kvalite. Vzhľadom na to, že momentálne je na svetových trhoch extrémny záujem o kakao a jeho cena stúpa, ide o veľmi lukratívny projekt. Proxenta tak bude môcť dodávať kľúčovú surovinu do svojich potravinárskych závodov v Caibariéne a v Galante, kde vyrába proteínové tyčinky.

Kakao je rovnako ako zlato komodita, ktorej hodnota dlhodobo rastie

Kakaové bôby sa ešte približne pred 500 rokmi používali ako platidlo a boli cennou komoditou výmenného obchodu. Z etymologického

hľadiska pochádza slovo kakao z mayského slova „Kakaw“, čo znamená matka kakaovník, a slovo čokoláda vzniklo z „chocol’ha“ (nápoj). Sloveso „chokolať“ znamená piť chocol’ha spoločne.

Investícia do továrne na spracovanie kakaa má svoje výhody v tom, že je spojená s potenciálnym rastom dopytu po luxusných čokoládových výrobkoch. Rastúci trend v obľube kvalitnej čokolády môže viesť k rastu cien kakaa. Na Slovensku je tak vďaka Proxente k dispozícii historicky prvá verejná ponuka

investovania do kubánskeho projektu. PROXPERIA a.s., ktorá financuje projekt Baracocoa, je emitentom prioritných akcií, ktoré sú investorom ponúkané v rámci verejnej ponuky aktuálne s predajnou cenou 1 117 eur za akciu.

Investícia do továrne na spracovanie kakaa, ktorá je teraz prístupná aj pre menších investorov tak môže poskytovať príležitosť diverzifikovať portfólio a získať zaujímavé výnosy z rastúceho trhu s luxusnými potravinárskymi výrobkami.

Sadenice kakao v Baracoa





Začali sme s vášňou

Príbeh našej kaviarne



Naša pražiareň, založená v júni 2022, je miestom, kde sa vášeň pre kávu stretáva s neustálou snahou o dokonalosť. S hrdosťou vám predstavujeme našu cestu, ktorá sa začala odhodlaním nášho Café Dias tímu, školením u slovenského uznávaného pražiara a baristu a následne spoluprácou so spoľahlivými importérmi zelenej kávy, ktorí nám prinášajú tie najlepšie suroviny z celého sveta. Naši importéri spolupracujú priamo s farmármi, čím zabezpečujú najlepšie podmienky a my sme tak mohli vybrať tie najkvalitnejšie zrná.



Udržateľnosť na prvom mieste

Ekologická zodpovednosť je pre nás prioritou. Našu hlavnú zmes kávy, ktorú spotrebujeme v našich kaviarňach balíme do potravinárskych vedierok, ktoré je možné opätovne použiť. Týmto spôsobom ročne šetríme približne 200 kg obalového materiálu a prispievame k udržateľnosti.



Uznanie a úspechy

Sme hrdí na našu účasť na kávovom festivale Two Coffee Champs, kde sme mali príležitosť prezentovať naše kávy spolu s desiatkami ďalších pražiarov z celej Európy. Tento festival je oslavou kreativity a remesla, ktoré sú základom výberovej kávy.



Čo je káva?

Káva je viac než len nápoj. Každé kávové zrnko sa nachádza v kávovníkovej čerešni, ktorá je plodom rastliny kávovníka. Kvalita a chuť kávy sú ovplyvnené množstvom faktorov vrátane starostlivosti farmára a počasia. Každá úroda prináša nové chuťové nuansy, podobne ako pri víne, kde sa ročník od ročníka líši.



Spracovanie kávy: Umelci na farmách

Spracovanie kávovníkových čerešní po zbere je umenie samo o sebe. Existujú rôzne metódy, ktoré farmári a spracovateľské spoločnosti používajú, aby dosiahli čo najlepšiu chuť a kvalitu. Po spracovaní a triedení sú kávové zrná zabalené do jutových vriec, pripravené na cestu do našej pražiarene.



Výberová káva: Kvalita na prvom mieste

Kaviarne s výberovou kávou kladú dôraz na kvalitu, transparentnosť a udržateľnosť. Tento prístup pomáha milovníkom kávy oceniť jedinečné chute a príbehy za každým zrnkom. Aj naša pražiareň ponúka rôzne druhy výberovej kávy, pretože veríme, že kvalita stojí za to.

Cesta kávy: Od farmy až k vám

Cesta kávy z farmy až do vašej šálky je fascinujúci príbeh histórie, kultúry a remesla. Je to zároveň príbeh náboženstva, otroctva, pašovania, lásky a komunity. Káva bola objavená najmenej pred 1000 rokmi. Presný rok sa nikde neudáva, ale mnohí veria, že pôvod Arabiky je v Južnom Sudáne a Etiópii, kým Robusta sa zrodila v západnej Afrike. Ešte predtým než boli upražené prvé zrnká, kým boli pomleté a uvarené na kávu, akú pijeme dnes, sa kávovníkové zrná a listy používali ako povzbudzujúci prostriedok. Kávovníkové listy a šupky plodov sa zvykli zaliať horúcou vodou, aby vytvorili povzbudzujúci odvar bohatý na kofeín. Panuje predstava, že kávu preniesli do Jemenu a Arábie africkí otroci. V 15. storočí pili súfiovia odvar z kávovníkových čerešní a volali ho arabské víno. Pomáhal im zostať bdelymi počas nočných modlitieb. Od 16. storočia začali Arabi pražiť a mlieť kávovníkové zrnká, aby vytvorili kávu podobnú tej akú pijeme dnes. Dnes si milovníci kávy viac než kedykoľvek predtým uvedomujú zložitosť a náročnosť jej výroby a obchodu, čo vedie k väčšiemu záujmu o udržateľne pestované kávy.

Café Dias Cukráreň

Vedeli ste o tom, že v **bratislavských kaviarňach Café Dias** nájdete zákusky z našej cukrárne? Už vyše roka sú súčasťou našich vitrín zákusky od nášho kolegu Paliho a jeho tímu.

Koncom roka 2022 sme prevzali priestory bývalej cukrárne, kde sme začali písať svoje vlastné cukrárenské dejiny s novým projektom – **Café Dias Cukráreň**.

Aby boli naše recepty najviac vyladené a dochutené, oslovili sme tých najlepších dodávateľov so zdravými a kvalitnými surovinami.

Spomínate si na akciu **Napečieme za Vás**? Práve ona bola našou prvou akciou z réžie Café Dias Cukráreň. Osem druhov pečiva v jednej krabičke, ktoré bolo dodané do najbližšej prevádzky Panta Rhei od vášho domova. Túto úspešnú akciu vám vieme s určitosťou sľúbiť aj tento rok.

Najobľúbenejšou a najpredávanejšou kombináciou je naša klasika Čokoládovo – malinová torta, ktorej predaj môžeme rátať na tisíce. Kakaový korpus, ktorý je plnený čokoládovým krémom z mascarpone a philadelphie, v kombinácii s malinami je zaručene vašou novou závislosťou.

Aktuálne máme v ponuke 29 druhov a stále pracujeme na nových chuťových kombináciách.

Ochutnali ste zákusky z našej výroby a chceli by ste si ich objednať na rodinnú oslavu alebo len tak na víkend? Ak ste z Bratislavy alebo z Trnavy, tak nás neváhajte osloviť priamo v kaviarni alebo na emailovej adrese: vonavekolaciky@pantarhei.sk.

Tip na letné osvieženie: *Cold Brew*

Leto je ideálny čas na osvieženie sa lahodným cold brew.

Jeho príprava je jednoduchá: zmiešajte hrubo pomletú kávu výberovej kvality s filtrovanou studenou vodou v pomere 1:15, nechajte lúhovať v chladničke 24 hodín a potom preceďte ideálne cez papierový filter.

Výsledkom je číry a osviežujúci nápoj, ktorý môžete skladovať v chladničke až dva týždne. Pre extra osvieženie pridajte ovocie alebo tonic.



VIETE SI
PREDSTAVIŤ
???

Koľko materiálu sme za tak krátky čas asi spotrebovali?

- napríklad takých vajec? Minuli sme ich vyše 10 tisíc kusov
- na prípravu cheesecakov sme použili takmer tonu creme cheesu a philadelphie
- dohromady bolo napečených bezmála už 100 tisíc rezov





YA KRIMI

Victoria Wlosok
Ako nájsť stratené dievča

Chuťovka pre milovníkov true-crime kníh či podcastov.

Najprv bez stopy zmizne jej staršia sestra, a potom aj dievča, ktoré o celej veci odvysielalo podcast. Iris sa snaží záhadu rozlúsknuť, aj keď od polície dostala jasné varovanie, aby od celej veci dala ruky preč.



DETEKTÍVKA

Helen Fields
Dokonalá smrť

Ako zastaviť manipulátora s nevinnou tvárou?

Tretí prípad detektívov Turnerovej a Callanacha z pera bestsellerovej autorky za začne v kopcoch nad Edinburghom, kde nájdu zamrznuté telo nahej dievčiny. V ten istý deň spácha samovraždu bývalý hlavný inšpektor kriminálky George Begbie. Ava tomu však nechce uveriť.



SCI-FI

Hugh Howey
Silo

Klaustrofóbnе postapokalyptické sci-fi.

Svet sa stal neobývateľným, ľudia žijú v obrovských podzemných silách a rozhovory o živote na povrchu sú zakázané. Rovnováha v tomto umelom svete je veľmi krehká a nová šerifka Jules postupne odhaľuje sprisahanie.

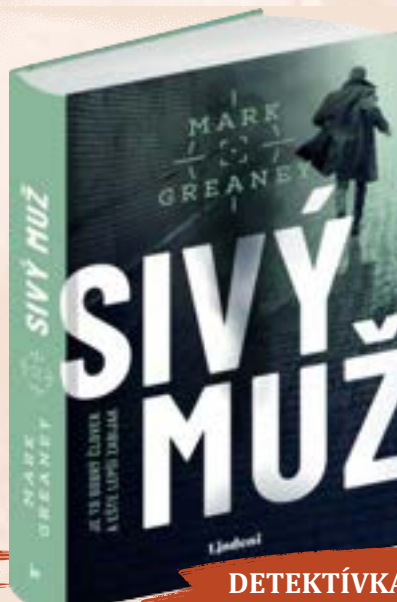


LOVE STORY

Katherine Center
Bodyguardka

Bodyguardka v prestrojení za frajerku slávneho herca?

Herec Jack chce pred svojou rodinou utajiť, že ho prenasleduje stalkerka, preto sa jeho ochrankou stane nenápadná Hannah. Ako to už v rom-comoch býva, so svojou novou rolou sa Hannah postupne stotožní. Možno až príliš.



DETEKTÍVKA

Mark Greaney
Sivý muž

Urobí, čo je nemožné, a potom zmizne.

Bývalý príslušník CIA, Court Gentry, je dnes legendárny nájomný vrah. Keď sa proti nemu obrátia jeho niekdajší zamestnávateľia aj vláda, pustí sa na zúfalý útek naprieč Stredným východom aj Európou.



DETEKTÍVKA

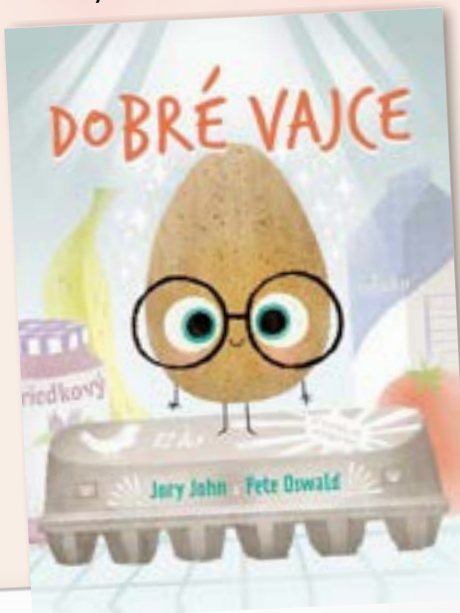
Jo Callaghan
Mihnutím oka

Umelá inteligencia verzus ľudská skúsenosť.

Hlavnú inšpektorku Kat Frankovú vybrali, aby viedla pilotný program, do ktorého je zapojený aj asistent v podobe umelej inteligencie Lock. Katine inštinkty okamžite narazia na Lockovu logiku, no čudný spojenec je pekelné rýchly a to sa jej môže hodiť.

Jory John, Pete Oswald

DOBRÉ VAJCE



Aj pre deti je dôležité nájsť vlastnú rovnováhu a akceptovať aj tých, ktorí robia chyby.

Vtipný príbeh o vajíčku sprevádzajú ilustrácie, ktoré pomôžu deťom pochopiť, že nikto nie je dokonalý. Keď dobrému vajcu začne v snahe o dokonalosť praskať škrupinka a už je preň vyčerpávajúce byť stále iba dobrým, urobí odvážny krok a rozhodne sa zmeniť svoj prístup. Príbeh nám pripomína dôležitosť rovnováhy, starostlivosti o seba a akceptovania tých, ktorých máme radi, hoci sú niekedy trochu zlí.

LINGEA

Pútavý príbeh našej planéty, 4,6 miliardy rokov v 12 kapitolách.

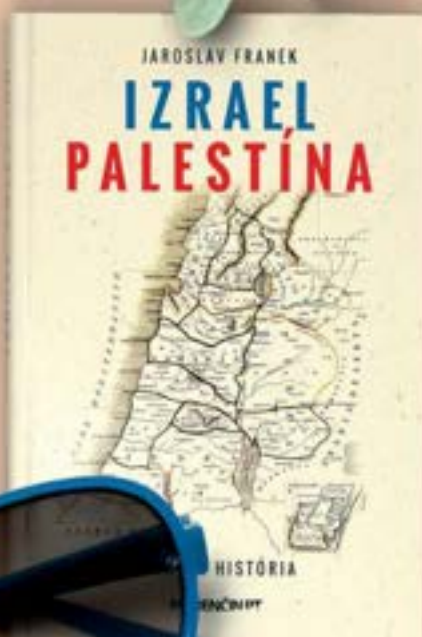
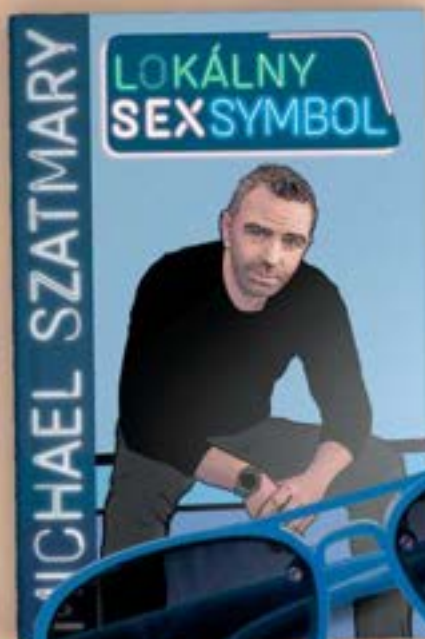
Publikácia opisuje úžasnú cestu od samotného zrodenia Zeme až po evolúciu človeka. Zložité vedecké koncepty sú vysvetlené zrozumiteľným a prístupným štýlom, vďaka čomu prečítate príbeh života na Zemi doslova na jeden dúšok.

Kniha ponúkajúca fascinujúci pohľad na vývoj nášho druhu bola ohodnotená cenou Science Book Prize pre podporu vedy, čím sa pripojila k dielam vedcov, akými sú Stephen Hawking.

STRUČNÁ HISTÓRIA ŽIVOTA NA ZEMI



Henry Gee



MARENČIN PT

marencin.sk





Pani Tall Acru
Laura Frantz

Triumf aj tragédiu, lojalitu aj zradu - to všetko možno nájsť na strhujúcich stránkach najnovšieho historického románu z pera talentovanej Laury Frantz.



Zima pri mori
Julie Klassenová

Do Sidmouthu zavíta kráľovská rodina a prinesie so sebou nečakané nebezpečenstvo aj sladkú možnosť romantického vzťahu...



Na úsvite

Tamera Alexanderová

„Život sa skladá z malých krôčikov. Niektoré sú nám dané, iné si volíme sami. Všetky majú moc zmeniť to, akým človekom sa staneme - ale len vtedy, ak im to dovoľíme.“



Poklad na ostrovoch
Roseanna M. Whiteová

„Láska je skutočne ako vták. Človek nevie, kde sa usadí ani kedy. Nedokáže ju skrotiť ani ju k ničomu prinútiť. Často ju ani nedokáže predpovedať. Môže po nej túžiť, no nikdy jej nemôže pristierniť krídla. A potom, keď ju najmenej čaká, na mieste, kde ju najmenej čaká, príde.“



Slepá ulička
Nancy Mehl

„Nancy Mehl stupňuje napätie, zatiaľ čo požiare ničia ďalšie domy a stopy sa hromadia... Kaely je zložitá a nedokonalá, ale zároveň skvelá vyšetrovatelka, ktorá poteší fanúšikov sérií... Autorka svojim strhujúcim a inšpiratívnym príbehom znovu raz trafila do čierneho.“ **Publishers Weekly**



Perla umenia
Mimi Matthews

„Keby boli všetky romantické knihy z regentského obdobia napísané tak dobre ako Perla umenia, prečítala by som ich všetky... Autorka má skutočný dar rozprávať príbehy.“ **The Herald-Dispatch**

Sarah a jej kľúč

Strhujúci príbeh o sile pamäte, strate a túžbe spoznať pravdu



Kniha Sarah a jej kľúč je strhujúci a nezabudnuteľný román, v ktorom sa prelínajú životy dvoch žien, ktoré od seba delí šesťdesiat rokov, no spája ich ničivá udalosť. Príbeh sa začína v Paríži v roku 1942 so Sarah, desaťročným židovským dievčaťom, ktoré je spolu s rodinou zatknuté počas razie Veľ' d'Hiv'. O desaťročia neskôr novinárka Julia Jarmondová dostane za úlohu napísať článok o výročí razie a odhalí Sarahin tragický príbeh, ktorý sa prekvapivo stane hlboko osobným, keďže súvisí s jej vlastnou rodinou. Autorka v dojímavom rozprávaní prepleťá históriu s fikciou a zachytáva trvalý vplyv traumy na človeka, ale aj odolnosť ľudského ducha.

AKCIA
6,90€

Nenásilná komunikácia

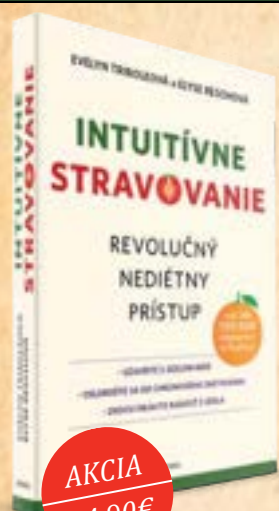
Jediná kniha o komunikácii, ktorú si určite musíte prečítať



Kniha Marshalla Rosenberga Nenásilná komunikácia ponúka čitateľom revolučný prístup k medziľudskej komunikácii s dôrazom na empatiu, súcit a porozumenie. Rosenberg nás učí, aké dôležité je v komunikácii citlivo a empaticky vnímať potreby druhých ľudí, čím otvára cestu k skutočnému spojeniu a riešeniu konfliktov. Nenásilná komunikácia mení naše pracovné aj osobné vzťahy. Toto prelomové dielo je nevyhnutné pre každého, kto sa snaží zlepšiť svoje komunikačné zručnosti a budovať harmonickejšie a plnohodnotnejšie vzťahy.

Intuitívne stravovanie

Oslobod'te sa od kultúry diét a stravujte sa intuitívne



Kniha Intuitívne stravovanie sa stavia proti tradičným konceptom diét a podporuje zdravý, vyvážený vzťah k jedlu. Autorky ako odborníčky na výživu predstavujú desať princípov intuitívneho stravovania, ktoré pomáhajú čitateľom nadviazať kontakt so svojim telom, vďaka čomu dokážu rozpoznať prirodzené signály hladu a sýtosti. Súčasťou knihy sú aj praktické rady, ako sa vzoprieť kultúre postavenej na diétach a obmedzovaní kalórií, ako prekonať prejedanie, zlepšiť si sebavedomie a nájsť radosť v jedle bez pocitu viny. Jedlo nie je náš nepriateľ a nastal najvyšší čas, aby sme s ním konečne uzavreli mier.

AKCIA
14,90€

Panovník

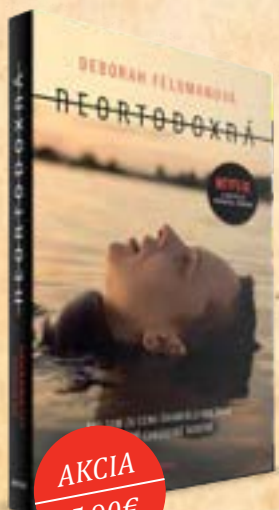
Odhaľte tajomstvá, lži a vraždy v búrlivom tudorovskom Anglicku



Panovník je majstrovskou kombináciou historickej fikcie a napínavej detektívky, ktorá čitateľov preniesie do obdobia búrlivej vlády Henricha VIII. Tretí diel úspešnej série Shardlake sleduje hrbatého právnik-detektíva Matthewa Shardlakea, ktorý sa pohybuje v kruhoch politických a náboženských intríg Anglicka v roku 1541. Shardlake, ktorý má za úlohu zaistiť bezpečnosť kontroverzného väzňa počas kráľovej cesty na vzbúrený sever krajiny, sa zapletie do smrtiaceho sprisahania, ktoré ohrozuje samotného kráľa. Fanúšikovia inteligentných, dobre prepracovaných detektívok a historických románov túto knihu nepustia z rúk. Podľa románu Panovník z knižnej série Shardlake vznikol aj rovnomenný seriál Shardlake z dielne Disney+.

Neortodoxná

Fascinujúce svedectvo ženy, ktorá vyrastala v sekte, vzdala sa všetkého a našla seba samu



Pútavý memoárový román Deborah Feldmanovej ponúka surový a presvedčivý pohľad do utajeného sveta satmárskej chasidskej komunity v Brooklyne. Feldmanová dramaticky opisuje svoju cestu od mladého dievčaťa, ktoré vyrastalo v prísnych tradíciách, až po ženu, ktorá sa odvážne vzoprie sekte, aby našla samu seba a slobodu. S neúprosnou úprimnosťou odhaľuje dusivú kontrolu, tajnostkársku povahu náboženskej komunity a intenzívny osobný boj, ktorému musela čeliť, aby sa oslobodila. Toto silné rozprávanie nie je len príbehom o vzbure, ale aj svedectvom odolnosti, odvahy a hľadania identity napriek odporu skupiny a najbližšej rodiny. Kniha Neortodoxná sa stala podkladom pre rovnomenný seriál, ktorý natočil Netflix.

AKCIA
5,90€

Ak to niekomu povieš...

Mrazivý skutočný príbeh o zneužívaní, odolnosti a súrodeneckej láske



Ak to niekomu povieš... je napínavý krimi román – postavený na skutočných udalostiach, ktorý čitateľa prevedie priam hororovým príbehom sestier Nikki, Sami a Tori Knotekových, ktoré prežili nepredstaviteľné zneužívanie zo strany svojej matky Shelly Knotekovej. Olsen podrobne opisuje traumatizujúce detstvo sestier na vidieku, kde sadistická krutosť ich matky nepoznala hranice. Román ponúka hlboký pohľad na psychické jazvy po zneužívaní zo strany najbližšieho človeka, ale aj na silu, ktorá je potrebná na prežitie. Je silným svedectvom o schopnosti ľudského ducha vytrvať, bojovať a prežiť, nech sú okolnosti akokoľvek zlé.

Voňavé umenie: 5 dôvodov, prečo si vybrať niche parfum

Niche parfumy, často považované za skvosty vo svete vôní, ponúkajú jedinečný zážitok, ktorý presahuje tradičné poňatie parfumérstva. Vo svete, kde sa často snažíme nájsť si svoje miesto a vyjadriť svoju individualitu, je niche parfum krásnym spôsobom, ako to urobiť.

Tu je päť dôvodov, prečo by ste si mali vybrať niche parfum:

1. EXKLUZIVITA A UNIKÁTNOSŤ

Niche parfumy sú synonymom exkluzivity. Sú vyrábané v menších množstvách a často používajú nezvyčajné alebo vzácne ingrediencie, ktoré im dodávajú jedinečný charakter. Keď si vyberiete niche parfum, je veľmi nepravdepodobné, že narazíte na niekoho s rovnakou vôňou. Stane sa vaším osobitým podpisom, ktorý vás odliší od davu.

2. VYSOKÁ KVALITA INGREDIENCIÍ

Výrobcovia niche parfumov kladú veľký dôraz na kvalitu a zdroj ingrediencií. Či už ide o vzácne esencie alebo organické zložky, kvalita je vždy na prvom mieste. Táto vysoká úroveň detailov znamená, že vôňa nie je len príjemnejšia a bohatšia, ale aj trvácnejšia na pokožke.

3. ZLOŽITOSŤ A HĽBKA VÔNE

Niche parfemy sú známe svojou zložitou a viacvrstvovými vôňovými profilmi. Sú navrhnuté tak, aby sa vyvíjali na pokožke počas dňa, odhaľujúc rôzne tóny a nuansy, ktoré vytvárajú bohatý a dynamický zážitok. Každé nanesenie môže odhaliť nový rozmer vašej obľúbenej vône.

4. UMENIE A VÝRAZ

Niche parfumy sú často považované za umelecké diela čuchového umenia. Parfuméri, ktorí stoja za týmito vôňami, sú umelci, ktorí experimentujú s neobvyklými kombináciami a technikami, aby vytvorili vône, ktoré vyvolávajú emócie, spomienky a obrazy. Výber niche parfumu je tak výberom

umenia, ktoré vyjadruje vaše najintímnejšie pocity a predstavy.

5. OSOBNÉ VYJADRENIE A IDENTITA

Niche parfum ponúka možnosť osobného vyjadrenia, ktoré prekračuje bežné vône dostupné na masovom trhu. Vyberajúc si niche parfum, volíte vôňu, ktorá najlepšie reprezentuje vašu osobnosť, štýl a jedinečnú identitu. Tento akt výberu je tak intímny, ako aj osobný.

Bookarazzi EdP je inovatívna slovenská značka parfumov, ktorá prináša revolúciu do sveta parfumérstva. Tieto unikátne vône v niche kvalite sú dostupné za cenovku, ktorá je prístupná širokej verejnosti. Odkláňajúc sa od masovej výroby a komerčných trendov, Bookarazzi EdP sa zameriava na umenie parfumérstva a originalitu kompozícií. Každá fľaštička je výsledkom starostlivého výberu surovín a dôkladného procesu tvorby, čo zaručuje výnimočný zážitok z každej kvapky. Sú vyrábané v hlavnom meste parfumérstva, v Grasse vo Francúzsku, čo zaručuje ich nezameniteľnú kvalitu a autenticitu.

Názov Bookarazzi reflektuje charakter milovníkov kníh - zvedavých a vášnivých. Parfumy sú navrhnuté tak, boli svojmu nositeľovi inšpiráciou na ceste za novým objavovaním a seba vyjadrením.

Nájdete ich aj vo vybraných predajniach a na e-shope Panta Rhei.



Bookarazzi®
EAU DE PARFUM

*Life is
too short
to wear
an ordinary
fragrance.*

FOUNDED IN SLOVAKIA // MADE IN FRANCE

NECH ŤA VÔŇA SPREVÁDZA™

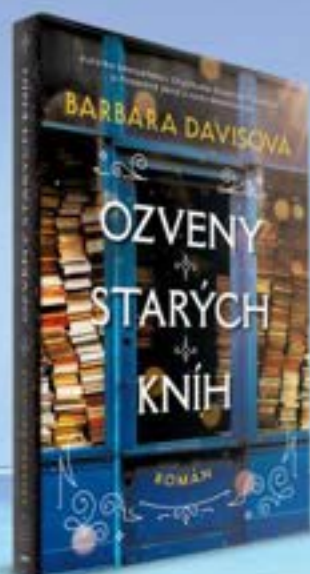
Jediné parfumy v knihkupectvách

Predaj parfumov Bookarazzi EdPv knihkupectvách Panta Rhei dodáva značke inovatívny rozmer. Obklopení knihami sa milovníci kníh môžu ponoriť do sveta vône, ktorý je neoddeliteľne spojený s literatúrou, hudbou a umením.

Objavte kolekciu vône
Bookarazzi EdP a vyberte
si svoje nové sebvýjadrenie.



"LETNÉ ČÍTANIE: NAJLEPŠIE KNIŽNÉ NOVINKY PRE HORÚCE DNI"



"Ozveny starých knih, pretkaná pútavými historickými prvkami, oslavuje vytrvalý vzťah, ktorý prekoná všetky prekážky, a transformačnú silu lásky, ktorá dokáže vyliečiť bolesť z tajomstiev minulosti. Román s veľkým srdcom, ktorý určite poteší všetkých milovníkov pravých knih."

– Christine Nolfiová



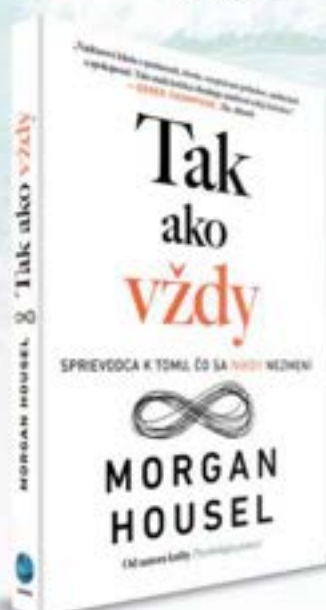
Dychberúci príbeh dvoch mladých ľudí, ktorých cesty sa skrížili, ma chytil od prvej strany. Stretneme sa pri jazere prekypuje nostalgiou, letným vánkom, druhými šancami a čistým srdcom."

– Elena Armas, autorka bestselleru podľa New York Times,



"Táto kniha je húsenková dráha emócií. Tak ako pri všetkých ostatných Luciných knihách, aj pri tejto som sa smiala, plakala, niekedy som plakala od smiechu a užila som si každú jednu chvíľu, ktorú som s ňou strávila."

-A book Lovers Playlist



"Chcete porozumieť meniacemu sa svetu? Začnite tým, čo sa nemení a zostáva rovnaké. To je úžasný záver fascinujúcej, užitočnej a veľmi zábavnej knihy Morgana Housela."

– Arthur C. Brooks, profesor na Harvard Business School a autor bestsellerov podľa New York Times.

"Najnovšia kniha Douglesa Murraya je viac než brilantná a mal by si ju prečítať, resp. musí si ju prečítať každý. Nemilosrdne odhaľuje pokrytectvo a do očí bijúce trápne rozpory, ktoré sa šíria v súčasnom 'woke hnutí'." – Richard Dawkins



Osemsmerovka

Osemsmerovky sú skvelým spôsobom, ako si oddýchnuť počas letných dní. Ponúkajú zábavu a zároveň precvičujú váš mozog. Špeciálne pre letnú edíciu žurnálu „Začítaj sa“ sme pripravili osemsmerovku, ktorá obsahuje tajničku. Nezabudnite, že širokú ponuku osemsmeroviek a krížoviek nájdete vo všetkých kníhkupectvách a na e-shope Panta Rhei.

E	K	P	R	N	Í	A	A	H	F	O	T	O	G	R	A	F	I	A	A
R	K	R	O	U	B	K	L'	K	N	I	Ž	N	I	C	A	P	R	H	E
A	P	A	M	D	B	N	U	M	E	C	T	É	V	H	O	Ú	I	P	Ť
I	P	C	U	Í	K	Í	B	Á	A	D	A	Z	F	R	T	N	O	S	N
L	O	H	H	Y	B	H	A	G	A	T	H	A	A	A	K	N	O	P	T
U	K	T	Z	A	U	K	T	I	R	A	N	B	R	R	E	D	O	O	S
K	O	A	L	A	D	U	Á	A	R	T	M	E	A	M	B	H	M	V	I
O	J	O	L'	K	Ú	P	M	N	A	H	T	E	S	Ň	L'	O	T	E	L
E	K	O	I	L'	C	E	Z	S	V	I	N	Í	Č	A	T	L	A	S	U
Š	M	O	R	E	N	C	Y	K	L	O	P	É	D	I	A	A	A	Ť	S
K	C	E	S	T	O	V	A	T	E	L'	L'	N	V	Á	K	Š	L	M	T
Á	O	I	T	A	S	U	B	Ó	L	G	I	Á	E	N	N	U	Ň	P	R
V	L	N	R	V	Ť	V	Á	P	R	C	C	M	R	A	E	D	E	R	Á
A	D	A	Á	O	L	P	E	T	A	I	F	O	L	K	L'	Ó	R	Í	C
I	A	L	N	S	A	V	H	T	A	P	D	R	O	D	O	S	A	R	I
C	V	E	K	I	K	Ť	O	R	L	B	I	K	A	E	V	Ž	I	O	A
K	I	D	A	P	Í	R	P	D	A	O	R	E	P	I	O	Ď	Č	D	H
I	D	Z	R	S	L	O	V	O	A	Č	Č	A	R	V	D	Ž	A	A	C
F	D	V	T	Ý	A	G	R	A	F	I	K	A	F	O	B	Á	L	K	A
V	Á	H	Y	D	B	Á	B	O	V	K	A	A	J	P	E	D	T	Ň	Š

Nájdí tieto slová:

Agatha, atlas, atrament, balík, bazén, budúcnosť, bábovka, cestovateľ, deka, divadlo, dosť, dovolenka, duša, Dán, dážd', encyklopédia, fantasy, farba, fikcia, folklór, fotografia, glóbus, grafika, hra, hračka, hudba, humor, hĺbka, ilustrácia, jazyk, karty, kniha, knižnica, kníhkupec, kráľovná, káva, leto, list, literatúra, mapa, meč, more, motivácia, moľa, mágia, obraz, obálka, okuliare, papier, pero, platňa, pohľadnica, pokoj, povest', poviedka, prach, prípad, príroda, písmeno, román, sila, slovo, spisovateľka, stroj, stránka, svetlo, tabuľa, teplo, tlačiareň, voda, vzdelanie, váhy, čaj, šach, škola

Romantika na dovolenku

ALBATROS MEDIA a.s.



Mariana Zapata

Všetky cesty vedú sem

Môže nezlomné priateľstvo prerásť do životnej lásky?

Ora sa po rozchode s dlhoročným priateľom presťahuje do rodného mestečka v Colorade a dúfa, že pobyt v horách jej dokáže vyliečiť zlomené srdce. Pomôcť by v tom mohol aj dobre vyzerajúci domáci. Všetko ale nie je také, ako sa zdá...



Jules Wake

S láskou z Talianska

Zdedila Ferrari... no musí ním precestovať Európu!

Laurie po svojom výstrednom strýkovi zdedí parádny športiak. Má to však podmienku: musí sa na ňom vydať do Talianska a dostane aj spolucestujúceho. Autorka napísala pod svojím rodným menom Julie Caplin úspešnú sériu Romantické úteky.



Rebecca Yarros

Všetkým zmyslami

Nezabudnuteľný príbeh od autorky bestsellera Štvrté krídlo!

Ember netuší, ako sa vyrovnáť s náhlou stratou otca ani ako nájsť silu postarať sa o zúfalú matku. Do jej života však vstúpi Josh, ktorý jediným pohľadom dokáže zmierniť jej bolesť. Má však nebezpečné tajomstvo...

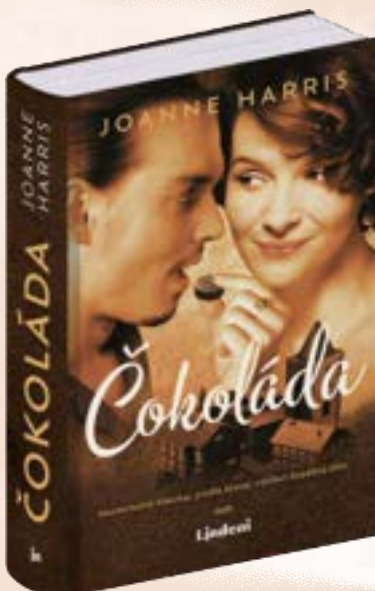


Ali Hazelwood

Šach & mat

Keď sa dráma na šachovnici zmení na boj o lásku.

Mallory so šachom skončila, no neochotne súhlasí, že si zahrá na poslednom charitatívnom turnaji. Tam narazí na Nolana Sawyera, majstra sveta, ktorého porazí... A naraz sa v nej prebudí nielen láska k šachu.

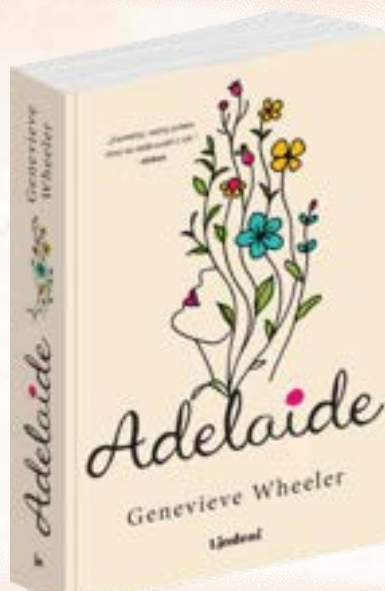


Joanne Harris

Čokoláda

Nesmrtelná klasika, podľa ktorej vznikol úspešný film.

Môžu byť sladkosti hriechne? V dedinke, kam sa prisťahuje cudzinka Vianne s dcérou Anouk, rozhodne áno. Keď si totiž otvorí oproti kostolu obchodík s čokoládou, otec Reynaud v nej okamžite cíti nebezpečenstvo pre svoje ovečky.



Genevieve Wheeler

Adelaide

Ako veľmi treba milovať, aby ste boli milovaní?

Adelaide očarí Rory Hughes, ktorý vyzerá ako princ z disneyovky a pôsobí nedosiahnuteľne. Vie, že ak sa bude dostatočne snažiť, lásku jej opätuje. Potom však zomrie Roryho ex a Adelaide sa mu usiluje byť oporou – aj keby pri tom mala stratiť samu seba.

Keď cestovanie a romantika idú ruka v ruke

Manžel Julie Caplinovej rád žartuje, že on je hrdinom v každom jej príbehu.

JULIE CAPLINOVÁ



Britská autorka série romantických útekov, ktorá prišla na Slovensko pokrstiť svoju najnovšiu knihu Vila v Taliansku nám v exkluzívnom rozhovore porozprávala, čo ju inšpirovalo k napísaniu tohto slnečného príbehu z pobrežia Amalfi. Usmiata a vtipná spisovateľka prezradila aj to, ktorý zo svojich bestsellerov by najradšej prepísala alebo prečo píše pod dvoma menami. Prečítajte si o jej najúžasnejších cestovateľských zážitkoch a zistíte napríklad aj to, či sa Slovensko raz stane dejiskom jedného z jej romantických príbehov.

Julie, boli ste niekedy predtým na Slovensku? Čo bolo prvé, čo ste si dali na ochutnanie? Bryndzové halušky alebo slovenskú slivovicu?

Áno, na Slovensku som prvýkrát a stihla som už vidieť zopár úchvatných miest, aké som nikdy nevidela. Halušky som ešte neskúsila, ale dostala som ako darček Tatranský čaj a na to som veľmi zvedavá.

Do Bratislavy ste prišli pokrstiť vašu najnovšiu knihu série romantických útekov Vila v Taliansku. Predstavíte čitateľom bližšie vznik tejto knižky?

Vila v Taliansku je príbehom plným slnka, radosti, citrusovej vône a lahodného Limoncella na pobreží Amalfi. Zároveň je to hlboký príbeh o rodine a jej dôležitosti v našich životoch. Hlavná hrdinka Lia objaví prekvapivú pravdu o svojom pôvode, ktorá otrasie základmi všetkého, čo si doteraz myslela o svojom živote. Je to pre ňu veľmi veľký šok. Vydáva sa preto na cestu do Talianska, aby odhalila tajomstvá svojej minulosti a keď sa tam dostane, objaví úplne novú rodinu. Príbeh zachytáva jej vnútorný boj s novou realitou a hľadanie samej seba.

Inšpiráciou pre tento román bola rodinná dovolenka v malebnom mestečku v Toskánsku, keď som mala 12 rokov. Hoci je to už dávno, dodnes ako rodina hovoríme, že to bola jedna z najúžasnejších dovolení. Boli sme jediní cudzinci široko-ďaleko a miestni o nás hovorili ako o tých zvláštnych Angličanoch v domčeku na kopci. No zároveň nás všetci vrelo vítali vo svojich domovoch. Raz nás pozvali na obrovskú večeru jednej talianskej rodiny, kde nás pani domáca učila pripravovať cestoviny. Za dva týždne tejto dovolenky som nasala toľko talianskej pohostinnosti, rodinnej súdržnosti a kulinárskeho umenia, že som vedela, že raz o tom musím napísať.

Vaše knihy sú plné malebných destinácií. Ktoré miesto sa vám opisovalo najľahšie a ktoré bolo naopak najväčšou výzvou?

Musím priznať, že najľahšie sa mi písal Hrad v Škótsku, keďže môj manžel je rodený Škót a má rodinu v Saint Andrews. A potom, pred pár rokmi som mala tú česť zúčastniť sa úžasnej svadby na škótskej Vysočine. Bol to pre mňa taký silný zážitok, že som manželovi povedala, že teraz už môžem zomrieť spokojná! (smiech)

No a samozrejme, ako veľká fanúšička seriálu Outlander a Jamieho Frasera som mala o inšpiráciu postarané. Jediné, s čím som trochu zápasila, boli opisy jedál. Nie všetko, čo v Škótsku ochutnáte, je totiž typicky škótske. Tam som si musela spraviť dôkladnejší "kulinársky" výskum.

Naopak, najväčšou výzvou je pre mňa kniha, ktorú aktuálne dokončujem a odohráva sa v Prahe. Som si vedomá, že ju bude čítať mnoho českých čitateľov a tí okamžite odhalia akúkoľvek nezrovnalosť či nepresnosť. Preto jej písaniu venujem oveľa viac času ako obvykle.

Vaša séria "Romantické úteky" nás núti premýšľať: Ktoré miesto na svete by ste si vybrali pre svoj vlastný romantický útek a prečo?

To je vskutku ťažká otázka! (smiech) Pravdupovediac, konkrétne miesto až tak nie je podstatné. Kľúčové je, aby som tam bola s mojím manželom. On je to podstatné a potom je každé miesto tým pravým pre romantický útek!

Vaše knihy sú plné romantiky a vzrušujúcich zvrátov. Ako sa vám darí udržať si rovnováhu

medzi písaním a vlastným milostným životom? Alebo je váš manžel tajným hrdinom vašich príbehov?

Nie, nie, to vôbec nie je pravda! (smiech). Doma na to máme taký vtíp - môj manžel tvrdí, že on je predlohou pre všetkých hlavných hrdinov v mojich knihách, ale uistujem vás, že sú to čisto fiktívne postavy z mojej bujnej fantázie!

Musím ale povedať, že je veľký romantik. Nedáva mi darčeky nejako často, len občas kvety, ale neustále sa o mňa stará, aby som sa cítila dobre. Často mi nosí poháre s vínom a takisto aj čaj do postele pred spaním. Hovorí, že mi nedáva darčeky na Valentína, pretože u nás doma je Valentín každý deň. Ale nebojte sa, nie je dokonalý. Niekedy mi ide aj riadne na nervy! (smiech)

Píšete aj pod menom Jules Wake. Čo vás viedlo k myšlienke vytvoriť si pseudonym? Má Jules nejaké tajné návyky alebo zlovyky, ktoré Julie nemá?

Môj manžel o tomto často žartuje, že spáva s dvoma ženami. Jules Wake je moje skutočné meno a je to meno, pod ktorým som vydala svoje prvé knihy, na ktoré som bola veľmi hrdá. Mala som ich už niekoľko, keď prišla za mnou moja redaktorka s nápadom napísať knihu, ktorá by bola o nejakom výlete niekam do inej krajiny. Dokonca už mala pre ňu pripravený názov "Cozy Café in Kopenhagen" (Útulná kaviarňička v Kodani). No mne sa ten názov vôbec nepáčil, zdalo sa mi to také veľmi sladké a sentimentálne, skrátka úplne som nebola z toho nadšená. Navrhla som teda kompromis - knihu napíšem, ale pod iným menom. Zvolila som si Julie Caplin, čo je moje dievčenské rodné priezvisko. Nakoniec sa z toho vyklúla kniha, ktorá mala najväčší úspech zo všetkých mojich kníh. A tak začala séria Romantické úteky.

Knihy, ktoré vyšli pod menom Jules Wake, sa viac zameriavajú na komunitu a veľkú rodinu, nielen na romantiku. Sú tam aj iné súbežné príbehy. Romány Julie Caplin sú o láske a cestovaní.

Toto leto bude pre vašich čitateľov na Slovensku v znamení Talianska. Práve vyšli v takmer rovnakom čase dve vaše knižky: Vila v Taliansku a od Jules Wake S láskou z Talianska. Je to náhoda, alebo ste si povedali „Keď Taliansko, tak poriadne“?

Ó naozaj? Je to čistá náhoda. S láskou z Talianska je vlastne moja druhá kniha vôbec, takže je trochu staršia. Zameriava sa viac na krajinu, hoci samozrejme nejde o cestopis. Tieto dve knihy sú dosť odlišné. Ale je to pekná zhoda náhod.

Keď píšete, máte nejaké rituály alebo talizmany, ktoré vám pomáhajú dostať sa do tvorivého módu? Napríklad štýlový klobúk alebo pitie špeciálnej čajovej zmesi? Máte nejaké obľúbené miesto, kde sa vám najlepšie tvorí?

Čo sa týka mojich spisovateľských rituálov, som veľmi disciplinovaná. Písanie beriem ako svoje zamestnanie, takže vždy začínam o deviatej ráno. Musím mať pred sebou čistý stôl a k písaniu

si rada dávam citrónovo-zázvorový čaj. Nemám dopredu nejaký plán, keď píšem väčšinou to vymýšľam za pochodu. Keď sa potrebujem lepšie sústrediť, pustím si na Spotify playlist s klavírnou hudbou na sústredenie. Najčastejšie pracujem v kuchyni, hoci to nie je ideálne miesto, keďže tam často chodia ľudia. Ale už som si na to zvykla a cítim sa tam najpríjemnejšie. Laptop si dávam na kolená, lebo ma z neho bolia plecia, keď ho mám položený na stole. Takže, aby som mohla písať, musím mať so sebou svoj obľúbený laptop.

Keby ste mali možnosť zmeniť záver niektorej zo svojich kníh, ktorá by to bola a prečo?

Áno, urobila by som to. Konce sú vždy najväčší boj a najkomplikovanejšia súčasť písania. Napríklad kniha, ktorá sa odohráva v Írsku, tam som koniec prepísala dvakrát. Aj v príbehu, ktorý práve teraz píšem o Prahe som už dvakrát zmenila záver a stále nie som spokojná. Možno ho budem prepisovať ešte aj tretíkrát. A v knihe odohrávajúcej sa v Brooklyne - tam by som asi najviac chcela prepísať koniec, pretože niektorí čitatelia sa vyjadrovali, že im pripadal príliš unáhlený a privítali by trochu iné rozuzlenie. Väčšinou je to spôsobené tým, že keď sa už blížim ku koncu knihy, pracujem na nej dlho a začínam rozmýšľať nad novou knihou, ktorú by som chcela začať písať. Mám kopu ďalších nápadov, takže možno aj preto chcem aktuálnu knihu čo najskôr dokončiť.

Keďže vaše knihy sú plné cestovateľských dobrodružstiev, zaujímalo by nás, aké bolo vaše najšialenejšie dobrodružstvo počas písania alebo počas cestovania za inšpiráciou pre vaše knihy?

Raz som bola omylom ubytovaná v čínskom nevestinci v Malajzii. Nevedeli sme, že ide o takéto zariadenie, cestovali sme s kamarátkou s batohmi po Thajsku a Malajzii a natrafili sme na takéto ubytovanie. Až keď sme zaplatili za izbu, uvedomili sme si, že ostatné izby sa využívajú trochu na iné účely. (smiech)

Alebo raz sme stanovali na pláži v Austrálii a jeden z mojich priateľov si nechal cez noc topánky pred stanom. A ráno boli zjedené divokým psom dingom. Ten môj nemecký priateľ bol úplne nešťastný a rozrušene kričal: "Dingo mi zjedol topánky!"

V knižkách sa hrdinky objavujú na nezvyčajných miestach, krásnych budovách, ako v poslednej knižke Lia v nádhерnej vile na pobreží. Keby ste si mohli vybrať, v ktorej ikonickí budove či mieste by ste chceli stráviť noc?

To je ťažké. Asi by som rada vyskúšala stráviť noc v domčeku na strome. Už dlho to chcem vyskúšať, ale zatiaľ som sa na to neodhodlala. Našla som aj nejaké ponuky na Airbnb, tak uvidíme, či sa mi to podarí.



Ak by ste sa rozhodli napísať príbeh o Slovensku, aký by bol jeho názov a kde by sa odohrávala najromantickejšia scéna? Má vôbec Slovensko šancu, aby sa stalo jednou z krajín, kde sa odohráva príbeh zo série Romantické úteky?

Asi by som napísala nejakú poviedku zo Slovenska, ešte nie úplne celú knihu. Napríklad dnes sme mali exkurziu v jednej historickej pekárni (konditoreikormuth.sk pozn. red.), tá bola úplne nádherná, boli tam nástenné maľby a krásne porcelánové súpravy. To by som určite využila ako prostredie v takomto príbehu. Tiež sme navštívili Dóm sv. Martina, bolo to veľmi krásne miesto, veľmi majestátne, veľmi sa mi tam tiež páčilo.

Áké sú vaše plány do budúcnosti? Môžeme sa tešiť na ďalšie romantické dobrodružstvá v exotických destináciách alebo sa chystáte prekvapíť čitateľov niečím úplne novým?

Čitatelia sa môžu tešiť minimálne na dve-tri ďalšie knihy zo série Romantické úteky. Okrem toho na Slovensku nedávno vyšla aj kniha Útek na vidiek, ktorá pôvodne vyšla už dávnejšie v Británii ako prvá zo série. Mali to byť štyri knižky ako štyri ročné obdobia, toto bola prvá z nich „Jar“. Vydal ju iný vydavateľ ako ten, s ktorým teraz spolupracujem a nevyšlo to s ním až tak dobre. Môj súčasný vydavateľ nemá záujem v tejto sérii pokračovať, ale keďže na Slovensku a v Česku má Útek na vidiek veľký úspech, je možné, že pre tunajšie publikum napíšem nejaké pokračovanie aj v tejto sérii. ■

PRÍĎTE NÁS NAVŠTÍVIŤ
a využite sezónne zľavy %
a akcie na vybrané druhy
produktov!



Akiové ceny platia od 1. 7. 2024 do 31. 8. 2024 vo vybraných predajniach Panta Rhei a e-shope pantarhei.sk.

Utečte za láskou v oblíbenéj sérii *od Julie Caplinovej*

Knižná séria Romantické úteky je v súčasnosti jednou z najobľúbenejších romantických sérií. Britská autorka v nej svoje čitateľky berie na mnohé zaujímavé miesta, kam hrdinky utekajú za láskou. V týchto príbehoch sa spája milá a pohodová atmosféra známych miest a sympatické hrdinky. Aj napriek problémom, s ktorými sa stretávajú, prídu všetky na to, že šálka kávy spraví náladu, dobrý koláčik vykúzlí úsmev na perách a lásku môžete nájsť aj pri šľahaní krému do makróniek.



Krajina večného leta

Najdôležitejšia chvíľa v živote prímorskej Dalmácie je tá, keď sa končí leto. Len najstarší a najskúsenejší obyvatelia jadranského pobrežia vedia predvídať deň, či presnejšie noc, keď sa leto nepostrehnuteľne zmení na jeseň. Pre človeka nenavyknutého na stredomorské slnko je leto jav taký totálny, že jeseň a zima mu pripadajú ako nepravdepodobné, nemožné. A predsa príde deň, keď sa kúpeš v teplom mori alebo sa vyhrievaš na pláži, srkajúc gemišť, čiže biele víno s vodou, pričom hľadiš na čisté nebo bez mráčika. V noci prichádza búrka, zavýja vietor, veľké dažďové kvapky tlčú o okenné sklá. Na druhý deň je znovu čosi vyše dvadsať stupňov, ale všetci už vedia, že leto sa nevráti, že sa definitívne skončilo. Sezóna plynule prechádza do nesezóny. A zrazu ľudia, čo sa túľajú po centre s plecniakmi, už nie sú batôžkari, ale iba žiaci a študenti, ktorí sa vracajú zo školy. Ďalšie a ďalšie reštaurácie a krčmičky zatvárajú svoje brány, stoličky sa skladajú jedna na druhú a pripútávajú sa povrazom, namiesto menu vo dverách visia kartičky s oznamom: Dovidenia na budúci rok v júni. Poľština, čeština, nemčina, angličtina sa vytrácajú z ulíc, nahrádza ich dalmátska verzia chorvátčiny, ktorej najcharakteristickejšou vlastnosťou sú samohlásky „e“ a „a“ používané na vyjadrenie celého repertoáru dojmov a emócií.

absynt



Aleksandra Wojtaszek
Fjaka

„Kto v tejto krajine pracuje,
keď všetci popijajú kávu
uprostred dňa?“



Parkoviská, na ktorých doteraz parkovanie stálo celý majetok, dvíhajú rampy. Nikoho neprekvapuje, že autá sa tu nezamykajú. Ak nás niekto zablokuje, stačí vedieť, že pretlačíť susedovo auto na iné miesto je bežnou súčasťou tunajšieho folklóru. Davy ľudí sa vytrácajú a spolu s nimi aj široká gastronomická a ubytovacia ponuka. Zatvárajú sa dokonca aj niektoré benzínové pumpy, a bankomaty informujú, že peniaze v nich nie sú. Je to čas účtovania a nervózneho preratúvania, či tohtoročná sezóna umožní prečkať zimu. Hoci by sa mohlo zdať, že už-už príde niekto, aby vyhnal tých posledných, čo tadiaľto prechádzajú, a zamkol na kľúč brány Dubrovníka, staré mesto v Zadare alebo Diokleciánov palác v Split, v skutočnosti až prvé kvapky dažďa zvestujú návrat k ospanlivej všednosti.

Dost' bolo sexizmu a obťažovania!

A Dost! je ilustrovaná príručka
sebaobrany nie len pre tínedžerky.



Vďaka dôležitým zručnostiam
verbálnej aj fyzickej sebaobrany
sa budú môcť dievčatá cítiť
prípravenejšie, slobodnejšie
a bezpečnejšie na ulici, v škole,
v práci aj v súkromí.



Prvý grafický román, ktorý
približuje životný príbeh Georga
Lucasa a genézu filmu, ktorý
navždy zmenil kinematografiu.

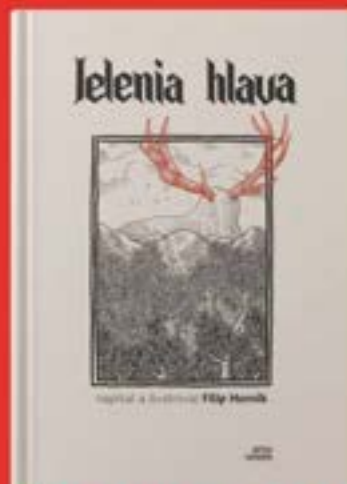
Fascinujúce nahliadnutie
do zákulisia Hviezdných vojen
a silný príbeh o ľudskej
vytrvalosti.

HVIEZDNE HODINY ĽUDSTVA

Ilustrované vydanie kultového diela
Stefana Zweiga, ktorý dychberúcim
reportážnym štýlom približuje
kľúčové momenty dejín ľudstva.



Viac informácií o našich
knihách na www.82.sk

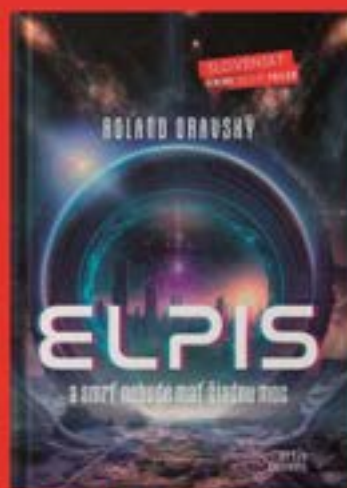
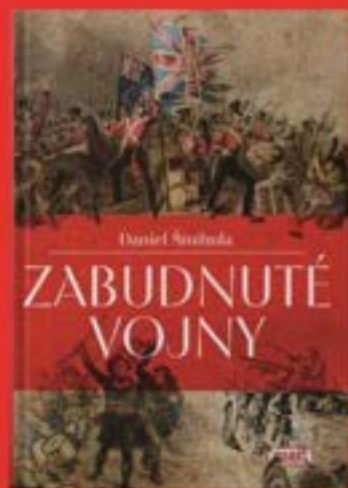


Mysteriózny historický príbeh z prostredia malokarpatskej vinárskej oblasti.

Pisár v kráľovských službách smeruje k osade pod kopcom, ktorý miestni nazývajú Jelenia hlava. Navonok pôsobí tento kút krajiny pokojne, či dokonca ospalo, no ako sa ukáže, pod slamenými strechami ukrýva plač a hrozivé tajomstvá. Podari sa učencovi v habite rozlúsknuť nevysvetliteľné udalosti?

Pútavé čítanie, ktoré poteší nielen priaznivcov histórie.

Spoznajte konflikty a vojnové epizódy, ktoré sú v dnešnom slovenskom prostredí málo známe, no v danej dobe boli významné. Niektoré z nich sa dokonca odohrávali aj na našom území, prípadne na nich Slováci priamo či nepriamo participovali.

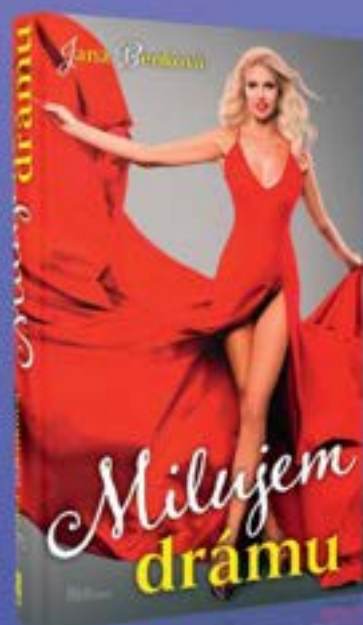


Aká je cena za večný život?

Zverejnenie najväčšieho medicínskeho objavu histórie sa nečakane zvrtné na dramatickú záchranu života. Prvý prípad extraterestriálnej vyšetrovateľky Liu Mingovej postupne odкрýva politické intrigy a vyplaví špinu, ktorá mala byť navždy zahrabaná.

**artis
omnis**

www.artisomnis.sk



Jana Benková MILUJEM DRÁMU

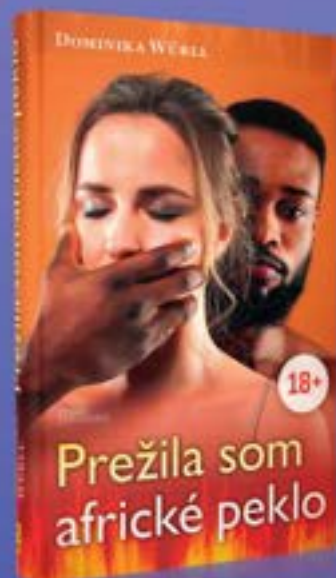
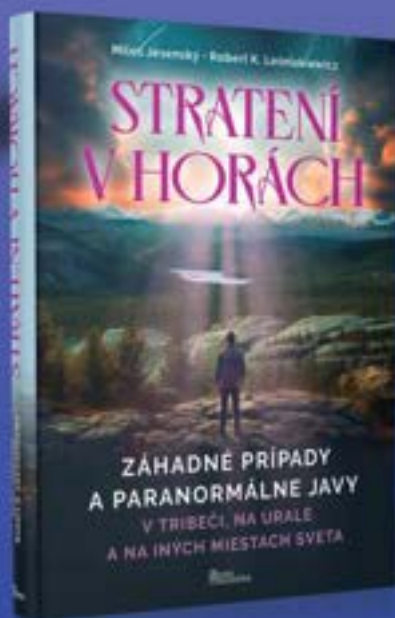
Luna má dve deti, ktoré vychovávajú viac jej rodičia ako ona, ale Luna to považuje za samozrejmú. Pochopí, čo je v živote skutočne dôležité?

Formát: 115 • 185 mm, väzaná s prebalem, 240 stran.

Miloš Jesenský STRATENÍ V HORÁCH – V TRIBEČI, NA URALE...

Autor pokračuje v pátraní po ľuďoch, ktorí zahynuli alebo zmizli v Tribeči a iných tajuplných pohorách sveta.

Formát: 145 • 205 mm, väzaná s prebalem, 240 stran.



Dominika Würll PREŽILA SOM AFRICKÉ PEKLO

Alena je mladé dievča, ktoré stále lieta v oblakoch. Jej najväčším snom je ísť do Afriky, miluje tú krajinu a aj všetko, čo je s ňou spojené.

Formát: 115 • 185 mm, väzaná s prebalem, 240 stran.

BRADENA



Vedecké okienko: Ivan Gábriš

100 odpovedí, ktoré vám pomôžu lepšie pochopiť svet okolo nás

Nelahkou úlohou učiteľa chémie nie je len vyrozprávať hromadu faktov, ale tiež snažiť sa tieto fakty spájať do súvislostí a pomáhať študentom objavovať svet z pohľadu molekúl – takpovediac pospájať hviezdy do súhvezdí. Kniha popularizátora vedy Ivana Gábriša, Vedecké okienko, je určená pre každú zvedavú myseľ a bádateľov všetkých vekových kategórií. Pre deti, študentov, no aj pre dospelých, ktorí radi objavujú záhady prírody.

interes

(A) Sociálne prasa: Denis Kováč

Malé veci, ktoré ti môžu zmeniť život

Autor Denis Kováč, ktorý stojí za jedným z najúspešnejších podcastov na Slovensku s názvom Mozgová atletika, svojím jedinečným štýlom spája tragikomický príbeh Dáriusa a teoretické poznatky podložené faktami z oblasti osobného rozvoja, psychológie, vedy a odbornej literatúry. Sebavedomie, charizma, verbálne i neverbálne schopnosti – ale hlavne základ k spokojnému životu naplnenému zážitkami, príležitosťami a pravidelným pokrokom.



Cestovateľ Aleš Tvrdý

Ako skutočne vyzerá život cestovateľa, blogera a fotografa?

Fotograf a cestovateľ Aleš Tvrdý vyrazil do sveta vo svojich dvadsiatich troch rokoch, kedy sa písal rok 2008. Odvtedy prešiel vyše 60 krajín a spravil viac ako 300-tisíc fotografií. Od svojej prvej cesty až dodnes si pripísal množstvo úspechov. Dvakrát sa mu podarilo vyhrať v súťaži Blogger roka v kategórii Najlepší travel blog. Dnes o tom napísal knihu.

Bestsellery od autora scenárov najpočúvanejšieho podcastu Vražedné psyché.

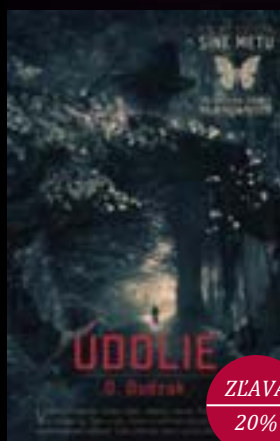


Na konci októbra 2020 vyšiel prvý diel podcastu Vražedné psyché, ktorý popisuje skutočné prípady zločinu u nás a vo svete. Od prvého dielu, ktorý mal názov Nočný vrah až dodnes, napísal všetky príbehy seriálu podcastov Vražedné psyché, knižný autor Dušan Budzak.

Bol to úspech prvých troch kníh, trilerov zhrnutých do voľne nadväzujúcej trilógie, ktorý motivoval producentov podcastu Vražedné psyché – spoločnosť ZAPO, aby oslovila D. Budzaka so

žiadostou vytvoriť koncept a napísať príbehy zhrnuté do scenárov skutočného zločinu. Za necelé štyri roky sa True crime podcast Vražedné psyché stal najpočúvanejším podcastom na Slovensku, a počuli ho aj v ďalších 20 krajinách na svete. Dnes má za sebou už takmer 14 miliónov vypočutí a jeho popularita stále rastie.

Prinášame Vám výber knižných titulov autora najpočúvanejšieho podcastu Vražedné psyché:



ZĽAVA
20%



ZĽAVA
20%



ZĽAVA
20%

Akciové ceny platia na označené tituly od 1. 7. 2024 do 31. 8. 2024 iba v predajniach Panta Rhei a e-shope pantarhei.sk.



Foto: archív Albi

MARCEL MERČIAK

Ako je známe z mnohých vedeckých výskumov, šport prospieva fyzickému i psychickému zdraviu. Nie je tajomstvo, že práve aktívny pohyb posilňuje zdravie, rozvíja mozog a motoriku a prispieva k pocitu šťastia. Preto ak chcete byť zdravší, veselší a zmysluplne s deťmi využívať svoj voľný čas, bavte sa športom! Navyše šport priaznivo formuje detskú osobnosť. Učí deti prekonávať prekážky a nevzdávať sa. Prostredníctvom tréningov vedie deti k návyku na pravidelnosť, vytrvalosť a zodpovednosť. Šport zároveň pomáha deťom lepšie sa začleniť do kolektívu, nájsť si nových kamarátov a prežiť s nimi nezabudnuteľné chvíle, na ktoré môžu spomínať celý život.

O zákulisí interaktívnej knihy, športových spomienkach a budúcnosti slovenského športu

Viacere výskumy sa zaoberali vplyvom pravidelného športovania na správanie detí. Jeden z najznámejších je výskum od Centers for Disease Control and Prevention (CDC) a National Institute of Health (NIH), ktorý skúmal, ako fyzická aktivita ovplyvňuje mentálne zdravie a správanie detí.

Štúdie zistili, že pravidelné športovanie môže zlepšiť náladu, zvýšiť koncentráciu a zlepšiť sociálne zručnosti.

Deti, ktoré pravidelne športujú, majú tendenciu mať lepšiu disciplínu a sebakontrolu.

Výskum realizovaný na University of Michigan potvrdil, že deti, ktoré sa pravidelne zapájajú do fyzických aktivít, majú lepšie výsledky v škole a menej často vykazujú problémové správanie.

Šport učí rešpektu, úcte, ohľaduplnosti a slušnosti k druhým ľuďom, čo je základný predpoklad toho, že z dieťaťa vyrastie dobrý človek.

Aj interaktívna kniha *Hravý šport* od Albi môže nenápadne rozvinúť lásku k športu u detí od najútlejšieho veku.

V knihe nazriete do sveta známych športových hviezd, atletiky, loptových, raketových, bojových, zimných aj vodných športov.

O množstvo zaujímavých informácií v podaní Petry Polnišovej, Romana Ferienčíka a obľúbených športových komentátorov Marcela Merčiak, či Pavla Gašpara nebude núdzá.

Marcel, nedávno ste sa zúčastnili nahrávania knihy *Hravý šport*. Je to iná pracovná ponuka, ako bežne dostávate. Ako sa vám páči podieľať sa na tvorbe takejto interaktívnej hovoriacej knihy?

„Bola to príjemná a zaujímavá skúsenosť. Nepamätám si, kedy som naposledy čítal toľko textu nahlas...“

V knihe nájdeme aj vtipné dialógy vás a ďalšieho športového komentátora – Pavla Gašpara. Počas nahrávania ste spolu vtipkovali a zabávali sa. Pamätáte si, kedy ste naposledy s Palim komentovali nejaké skutočné športové podujatie?

„Palovou špecializáciou je hokej, mojou futbal, takže v posledných rokoch sme sa na jednom komentátorskom mieste nestretávali. Kedysi sme odtiahli spolu niekoľko atletických prenosov a našim posledným spoločným prenosom bolo finále hokejového turnaja na zimnej olympiáde vo Vancouveri 2010 Kanada – USA. Hrlo sa pred 20-tisícovou kulisou v Canada Hockey Place. Američania vyrovnali 20 sekúnd pred koncom na 2:2, ale Sidney Crosby vystrelil Kanade zlato gólom v predĺžení. Bol to úžasný zážitok.“

V knihe *Hravý šport* ste si s Pavlom Gašparom od srdca zaspievali aj známy hokejový pokrik „Slovenskooo, Slovenskooo, heja, heja, heja Slovensko!“ Zaspievate si takto od srdca aj pri hokejových zápasoch mimo vašej pracovnej profesie?

„To nie. Bola to pre nás spomienka na nezabudnuteľné majové dni z roku 2002, keď sme sa stali majstrami sveta. Prežívali sme ich v Mlynskej doline, či už v televízii pri práci, alebo Paľo na intráku, kde býval, alebo s ďalšími kolegami a kamarátmi pod intrákmami pri nádherných oslavách víťazstiev nad Kanadanmi, Švédmi a Rusmi. Ten pokrik sa potom ozýval Mlynskou dolinou ešte aj počas leta...“

Patrí čítanie kníh medzi vaše obľúbené činnosti? Máte rád určité žánre kníh, vybraných autorov, čítate len deťom pred spaním, alebo je najobľúbenejšou knihou športová rubrika?

„Čítanie je pre mňa veľkým koníčkom a čítanie dobrej literatúry obohacujúcim zážitkom. Mám rád ruských autorov (od Dostojevského cez Gogoľa, Čechova, Turgeneva, Gončarova až po Tolstého a neskôr Bulgakova, Pasternaka a Solženicyna) a magický realizmus. Od Gabriela Garcíu mám prečítané všetko, čo v slovenčine vyšlo. Mojm obľúbeným románom je Patriarchova jeseň. A čítanie deťom pred spaním bol tradičný rituál. Teraz si už číta každý sám.“

Očaril vás svet športu už v detstve? Kedy ste si uvedomili, že šport vás naozaj baví?

„Od malička vnímam svet športu. Ako 11-ročný som si vysníval, že budem športovým komentátorom, a splnilo sa mi to. Šport ma bavil vo všetkých podobách. Trávil sme v partii veľa času spolu vonku, na dvore, takmer vždy s loptou. Športových prenosov nebolo toľko ako dnes, neexistovali športové televízne kanály, takže som sa vždy tešil na futbalové, hokejové zápasy, pozorne som vnímal prenosy z atletiky, tenisu, hádzanej, volejbalu, basketbalu aj z dostihov, plochej dráhy, cyklokrosu. Česko-Slovensko bolo silnou športovou krajinou, takže vždy sa bolo na koho pozeráť a vždy bolo komu držať palce.“

Myslíte si, že je dôležité viesť deti k športu od malička?

„Nemusí to byť práve šport. Deti sú aktívne, majú veľa energie, je potrebné, aby sa venovali pohybovým činnostiam, a ak skončia pri športe, určite tým nič nestratia. Šport pomáha pri všestrannom rozvoji človeka a jeho osobnosti.“

Ako ste rozvíjali a rozvíjate lásku k športu u vašich detí? Zaošportujete si s nimi radi i vy?

„Žijeme inú dobu. Deti idú zo školy domov, na krúžky, pripravujú sa na vyučovanie. Ak chceme, aby športovali, musíme ich mať inštitucionalizované, teda musia byť členmi nejakého klubu. V okolí, kde žijú, nemajú početnejšie detské partie, čo je škoda. Syn hrá futbal, trénuje trikrát týždenne, popritom hrá na gitare, dcéra sa venuje spevu, klavíru, tancu a folklóru. Som rád, že si našli niečo, čo ich baví.“

Venujete sa vo voľnom čase nejakému športu?

„Nie, nemám na to čas.“

Keby ste boli minister školstva, vedy, výskumu a športu Slovenskej republiky a mali by ste možnosť, čo by ste v našej krajine zmenili?

„Investície do športu, do jeho infraštruktúry, do vytvorenia moderných podmienok pre mládež a širšiu verejnosť v každom meste sa musia znásobiť. Inak budeme neustále strácať základňu. Vo vrcholovom športe sa musíme vrátiť k systému. Potrebujeme ho najskôr nájsť, vytvoriť, nastaviť a určiť si tie športové odvetvia, v ktorých môžeme dosahovať vysokú úroveň, pretože pri 5,5-miliónovej populácii sa to v každom športe jednoducho nedá.“ ■

OBJAVTE SVET KÚZELNÉHO ČÍTANIA



NOVINKA



PRIPRAVUJEME

Albi



Kúzelné
ČÍTANIE



Prečo je dôležité čítať malým deťom básničky a rozprávky?

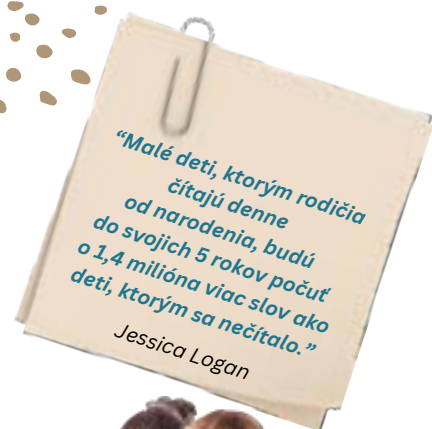
Milí rodičia, vedeli ste, že čítanie vášmu drobčekomu má obrovský význam už od jeho prvých dní na svete?

Áno, je to tak! Aj keď sa môže zdať, že vaše bábätko ešte nechápe význam slov, jeho mozog pracuje na plné obrátky a vstrebáva každé jedno slovíčko ako špongia.

Vývojová psychologička Carolyn Cates zo štúdie na NYU Langone Medical Center vtipne poznamenáva: "Aj keď deti ešte nerozprávajú, neznamená to, že sa neučia. Veď predsa, keby ste sa vy ocitli v krajine, ktorej jazyku nerozumiete, tiež by ste nasávali každé slovo ako malé dieťa!" A mala pravdu. Skoré vystavovanie hovorenému slovu má kľúčový vplyv na formovanie jazykových sietí v mozgu vášho drobca.

Ale prečo je to také dôležité? No predsa preto, že rýchlejšie spracovanie reči umožňuje bábätkám a malým deťom rýchlejšie rozpoznávať známe slová a zvyšuje ich pozornosť na ďalšie slová vo vetách. Je to ako keby ste im dali superschopnosť porozumieť jazyku. Táto zvýšená interakcia s rečou obohacuje ich slovnú zásobu a posilňuje kognitívne schopnosti ako pracovnú pamäť, úsudok, čítanie s porozumením a chápanie súvislostí.

A viete, čo je na tom najlepšie? Čítanie je jednoduchý a účinný spôsob, ako vystaviť vaše dieťa jazyku. Nielenže rozširuje ich slovnú zásobu, ale poskytuje aj vám, rodičom,



"Malé deti, ktorým rodičia čítajú denne od narodenia, budú do svojich 5 rokov počuť o 1,4 milióna viac slov ako deti, ktorým sa nečítalo."
Jessica Logan

skvelú príležitosť na zmysuplnú konverzáciu a prehĺbenie citových väzieb. A pre tých, ktorí sa možno cítia neisto pri rozprávaní sa s bábätkom, kniha je ako záchranný kruh - okamžitý prístup k živej jazykovej výmene.

Navyše, rytmus, opakovanie a rým v detskej literatúre sú ako hudobný koncert pre mozog vášho dieťaťa. Vytvárajú dôležité neurónové siete nevyhnutné pre čítanie a kognitívny vývoj.

Takže, milí rodičia, nebojte sa siahnuť po knižke a čítajte, čítajte, čítajte!

Váš malý génus vám raz poďakuje.

Diktáty pre piatakov

Dvojica pracovných zošitov pre žiakov piateho ročníka nielen na tréning pravopisu, ale aj na rozvíjanie čitateľskej gramotnosti a práce s textom. Spolu obsahujú viac ako 190 diktátov.

Kuliferdo Počítanie

Pracovný zošit pre prvákov, ktorí sa práve zoznamujú s matematikou, potrebujú si učivo z matematiky pre 1. ročník osvojiť, precvičiť a zopakovať.

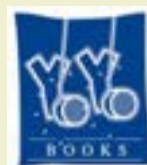
Kuliferdik Maľovanie

Pracovný zošit vo formáte A3 na tvrdom výkrese pre deti vo veku 3 – 7 rokov, ktorý prostredníctvom maľovania uvádza deti do sveta umenia. Prináša aktivity zamerané na rozvoj maliarskych a grafomotorických zručností.



RAABE

100 ohromujúcich faktov



O dinosauroch



O ľudskom tele



Zábavné učenie s nálepkami!

Lepenie nálepiek je zábavná činnosť a nie je nič lepšie ako škola hrou. Váš malý drobec sa na 24 stranách hravo naučí 100 fantastických faktov o ľudskom tele. Na pomoc sme mu prichystali 150 nálepiek.

Tak hor sa hľadať správne nálepky!

Ľudské telo je neuveriteľné majstrovské dielo. Mohli by sme ho prirovnať k zložitej továrni. Každá časť má svoju úlohu. Pomysli si na oči, ktoré umožňujú vidieť veci, prsty, ktoré dovoľujú veci uchopiť, srdce, ktoré pumpuje krv do celého tela alebo pľúca, ktoré zabezpečujú dýchanie. Tieto rôzne časti tela si nielenže dobre plnia svoje úlohy, ale navzájom aj dokonale spolupracujú. A to len z jedného dôvodu: aby ti umožnili žiť!

Vitajte v ríši zvierat!

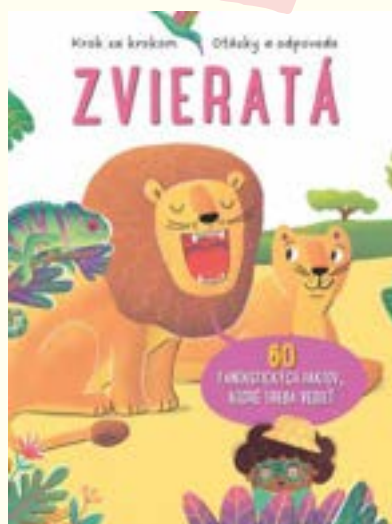
Rozložte zložené strany a vydajte sa po pevnine i po mori na úžasnú cestu za poznaním. Práve táto kniha umožní vám a vášmu dieťaťu navštíviť ríšu zvierat a preskúmať náš nádherný svet. Prostredníctvom 10 kľúčových otázok prebádajte 60 fantastických faktov o týchto úchvatných stvorených.

Tak hor sa objavovať!

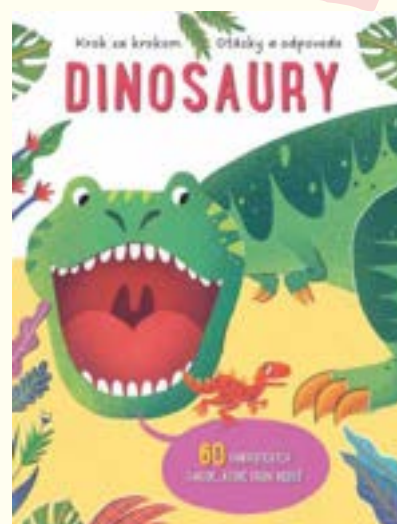
Na našej planéte žije množstvo rôznorodých a jedinečných živočíchov. Vedci sa v tom snažia urobiť trochu poriadok, a preto ich rozdeľujú do skupín podľa typických charakteristík. Napríklad také bezstavovce sú živočchy bez chrbtice. Každá skupina sa podľa konkrétnych vlastností delí ešte na ďalšie menšie podskupiny. A vieš, kam patríme my, ľudia? Spolu s opicami, gorilami a šimpanzmi ľudia patria do skupiny cicavcov, ktorá sa nazýva „PRIMÁTY“. Až 99 % ľudskej DNA (genetického materiálu) sa zhoduje s DNA šimpanzov.

Veľký rozdiel medzi nami veru nie je!

Krok za krokom, otázky a odpovede: Zvieratá



Krok za krokom, otázky a odpovede: Dinosauory



IBA U NÁS
ZLAVA
20%

Prečo? Otázky a odpovede pre malé deti:

Moje telo



Vesmír



Prečo? Oblíbená otázka detí i géniov!

Už sa to začalo? Už vás vaše 3-4 ročné dieťaťko začalo zasypávať otázkami "Prečo"?

Otvorte okienka, a vydajte sa na úžasnú cestu za poznaním. Prostredníctvom 31 okienok s otázkami na 14 stranách prebádajte fantastické fakty o vesmíre. Už sa vás vaše dieťa nikdy nebude pýtať, prečo planéty obiehajú okolo slnka, prečo majú kométy chvost, či prečo sú hviezdy na nebi také malé.

Tak hor sa hľadať odpovede!

Žijeme na planéte menom Zem. Zem je súčasťou slnečnej sústavy, v ktorej spolu s ďalšími planétami obieha okolo hviezdy zvanej Slnko. Slnečná sústava predstavuje jednu z mnohých sústav v našej galaxii Mliečna cesta a tá je zase jednou z miliárd galaxií, ktoré vo vesmíre jestvujú. Keď sa pozrieš na nočné nebo, pozeráš sa na vesmír. Vidíš náš mesiac, nespočetné množstvo hviezd a aj zopár planét vo vesmíre. Vesmír však ukrýva oveľa, oveľa viac toho, čo nemôžeme vidieť voľným okom ani ďalekohľadom.

Akciové ceny platia na zobrazené tituly od 1. 7. 2024 do 31. 8. 2024 iba v predajniach Panta Rhei a e-shope pantarhei.sk.

MONOPOLY

**Najoblúbenejšia spoločenská hra
všetkých čias Monopoly!**



S touto hrou sa môžete ponoriť do sveta nekonečných možností, kde si môžete otestovať svoje strategické schopnosti, obchodné zručnosti a zažiť nezabudnuteľné chvíle s rodinou a priateľmi.

Či už ste fanúšikom klasických verzií alebo máte radi hudobné a filmové témy, naše Monopoly majú pre každého niečo. Vďaka rôznym tematickým verziám sa môžete stať nehnuteľným magnátom vo svojom oblúbenom filmovom svete, alebo si užiť hru s hudobnými ikonami, ktoré vás inšpirujú k víťazstvu.



NEPREMEŠKAJTE PRÍLEŽITOSŤ

zažiť nezabudnuteľné chvíle a obohatiť svoju zbierku spoločenských hier.

Objednajte si svoju oblúbenú verziu ešte dnes a staňte sa majiteľom celého herného sveta!

RECENT TOYS

RECENTTOYS Mini hlavolamy

Vydajte sa na dobrodružstvo v riešení hádaniek vo vreckovej veľkosti s príveskami na kľúče RecentToys Mini. Tieto luxusné miniatúry sa môžu pochváliť rovnakou hladkosťou ako ich väčšie náprotivky a sú elegantne zabalené v ekologických obaloch bez plastov. Pozdvihnite svoju zbierku hlavolamov pomocou týchto podmanivých mini zázrakov!



RECENTTOYS Hollow Skewb Kocka

Séria Hollow predstavuje najnovšiu technickú inováciu medzi hlavolamami. Hlavolam neobsahuje žiadne vnútorné jadro, takže môžete sledovať, ako sa segmenty pohybujú. Vďaka kombinácii dômyselnej, zábavnej hry a ohromujúceho dizajnu je séria Hollow perfektná nielen ako darček! Každá stena musí mať rovnakú farbu! Zaujímavé umiestnenie osí Vám zaručí dlhodobú zábavu pri riešení tohto hlavolamu!

RECENTTOYS Krištál'ová Pyramída

Každá stena sa skladá z 3 rohových dielov a 6 dielov umiestnených okolo osí. Tieto dieliky sa nedajú posúvať, je možné s nimi otáčať iba okolo tejto osi. Naopak špičky sa dajú otáčať nezávisle od všetkých ostatných dielov.



APLI
kids

Vstúpte do sveta, kde je všetko možné.
Miesto plné farieb a kreativity.

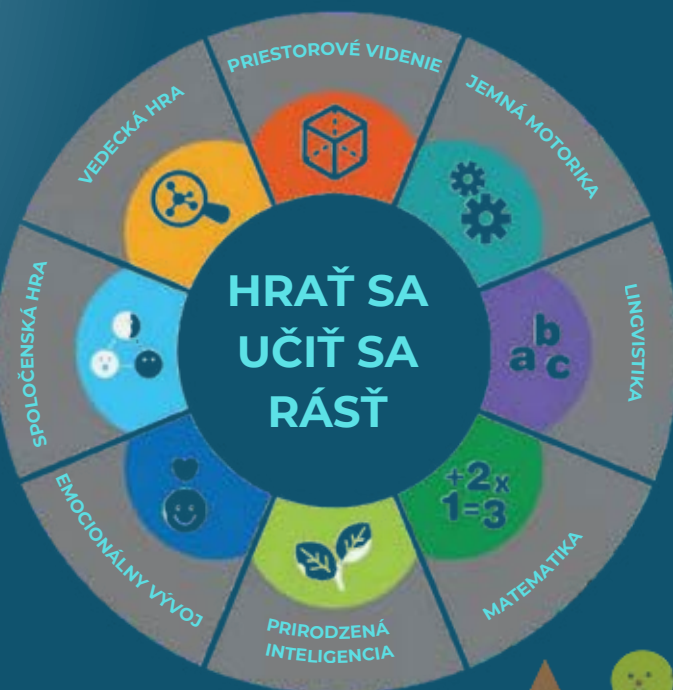
HRAŇIE JE PRE RAST NEVYHNUTNÉ !

V APLI Kids si želajú, aby tí najmenší vyrástli pri hre. Hrou dieťa stimuluje svoju mnohorakú inteligenciu. Tiež sa učí byť autonómne a komunikovať so svetom, pričom získava emocionálnu a efektívnu rovnováhu.

Vzdelávacie hry APLI Kids podporujú rozvoj kognitívnych funkcií, motivujú sociálne správanie a podporujú získavanie návykov a hodnôt.

Pri vymýšľaní hier spolupracujú s odborníkmi vo vzdelávacej oblasti a špecialistami na detskú pedagogiku, ktorí garantujú vhodné využitie hier a prispôbujú ich každému veku.

Hry APLI Kids sú založené na viacerých inteligenciách, ktoré identifikoval a definoval americký psychológ Howard Gardner vo svojej „Teórii viacerých inteligencií“.



VEDECKÉ A KREATÍVNE HRAČKY VŠETKÝCH VEKOVÝCH KATEGÓRIÍ !

Od roku 1992 Buki France navrhuje, vytvára a vymýšľa vedecké, vzdelávacie a kreatívne hračky pre malých aj veľkých, dievčatá aj chlapcov. Buki France, známa svojimi ikonickými hračkami, ako je chemické laboratórium, stylingová česacia hlava, pokračuje v inováciách s fascinujúcimi novými aktivitami, ktoré si môže doma užiť celá rodina.

Misia BUKI? Vytvára vzdelávacie hračky pre deti, ktoré sa budú učiť a zároveň sa baviť! Charakteristické postavy značky sú Leo a Lea, ponúkajú deťom experimenty a aktivity na objavovanie sveta na širokú škálu tém: veda, vesmír, zvieratá, príroda, stavba, móda..

Objavte náš výber hračiek bez ďalších okolkov !



Nájdete vo vybraných predajniach Panta Rhei a e-shope pantarhei.sk.



Prečo je dôležité, aby deťom čítali aj otcovia?

Revolučné zistenia

Dlhé roky sa v oblasti detskej gramotnosti kládol dôraz najmä na úlohu matiek ako hlavných "čitateľiek" pre deti. Avšak prelomová štúdia Dr. Elisabeth Duursmovej, ktorá bola súčasťou programu Early Head Start v USA, sa zamerala na zapojenie otcov do čitateľských aktivít so svojimi ratolesťami. A výsledky vás možno prekvapia.

Výskum pani Duursmovej ukázal, že keď sa oteckovia aktívne zapájali do čítania so svojimi deťmi, malo to enormný vplyv na ich jazykový a kognitívny rozvoj - dokonca väčší ako pri čítaní s mamou. Ako je to možné? Nuž, zdá sa, že otcovia vnášajú do čitateľských chvíľ svoj vlastný, jedinečný štýl. Používajú abstraktnejší jazyk a prepájajú príbehy s reálnymi životnými skúsenosťami.

Napríklad, ak sa v knižke objaví rebrík, zatiaľ čo mamy sa pýtajú, koľko má priečok a kto na ňom stojí, otec porozpráva o tom, ako dnes rebrík použil v práci a aký úžasný skladací rebrík videl v obchode. Takéto interakcie stimulujú slovnú zásobu a kognitívne schopnosti detí ako nič iné.

Ale to nie je všetko - spoločné čítanie otca s dieťaťom poskytuje aj neoceniteľnú príležitosť na prehĺbenie ich



"Dieťa nie je nikdy príliš malé na knihu. Čítanie deťom už od 6 mesiacov vedie k bohatšej slovnej zásobe a lepšej ranej gramotnosti o 4 roky neskôr, v období, keď sa dieťa pripravuje na školu."

Carolyn Cates

vzájomného puta. Tieto chvíle nielen podporujú lásku k čítaniu, ale aj v deťoch vytvárajú pocit bezpečia a pohody. A čo je snáď najdôležitejšie, upevňujú predstavu, že čítanie nie je len "babská záležitosť".

Takže, milí oteckovia, nebagatelizujte svoj vplyv na rozvoj čitateľskej gramotnosti vašich detí! Aktívnym zapájaním sa do čítania sa stávate silnými vzormi, ktoré formujú lásku vašich ratoleť k učeniu a pripravujú ich na úspech v škole i v živote. Veď kto by nechcel byť superhrdinom v očiach svojho dieťaťa?



DIY

Nové modelovacie sady





+24
*24 ks sady



Návod



Video





VIDEO
NÁVOD

Naskenujte kód
pre podrobný návod



Pútavé detské knihy z Taiwanu



Chuť čerešňových paradajok

Text: Ching-Yen Liu, ilustrácie: Yi-Chen Chung

Príbeh o človeku, ktorý v núdzi dokázal robiť zázraky

Najvýznamnejší taiwanský spisovateľ detskej literatúry Ching-yen Liu pretavil príbeh o návrate "čiernej ovce" domov vo forme obrázkovej knihy. Jednoduchými a nepoučujúcimi slovami približuje čitateľovi dojímavý príbeh, ktorý sa skutočne udial na Taiwane. Kniha má na deti pozitívny vplyv aj tým, že prináša nádej na ceste života.



Najcennejší dar na svete

Text & ilustrácie: Lai Ma

Táto kniha spája svet hľadania skutočného najcennejšieho daru, ale aj zábavy v spoločnosti zvieratiek, ktoré malého čitateľa vnášajú do sveta čísiel. Kvalitná kniha plná zábavy pri otáčaní stránok s nádhernými ilustráciami. Nechajte deti pri čítaní naplniť objaviteľskou zábavou a prekvapeniami! A aký je ten naozaj najcennejší dar?



Martin, Maša a teta Letná

Text: Shu-Fen Wang, ilustrácie: Pei-Ching Hsu

Príbeh o vzájomnej ľudskej pomoci a prinášaní úcty a tepla do vzťahov medzi susedmi.

Každý raz zostarne, to predsa vedia všetci. Významná spisovateľka z Taiwanu sa v tejto detskej knihe venuje vážnej spoločenskej téme starostlivosti o starších ľudí a vzťahoch medzi susedmi. Kniha vyvoláva nielen úsmev na tvári, ale zohrieva aj srdcia čitateľov.



Ufňukaná princezná

Text & ilustrácie: Lai Ma

Obrázková kniha, ktorá nespočítaným množstvom detailov pomáha pochopiť naše deti a aj ich rodičov.

Autor si všíma a rozoberá tri bežné situácie, alebo „problémy“ dospievajúcich detí, ktoré sám poeticky pomenováva – „Choroba princezien“, „Tolerancia frustrácie“ a „Emocionálna kontrola“. Pomocou pekných príbehov pomáha rodičom pochopiť problémy ich dospievajúcich detí a šikovne ponúka riešenia, ako sa vcítiť do navonok zložitého života svojich rýchlo rastúcich detí.



Kde je hrdina

Text & ilustrácie: Chao-lun Tsai

Kto je vo vašich očiach skutočným hrdinom?

Hrdina, hrdina, hrdina! Kto je hrdina? Aké vlastnosti musí mať hrdina? Byť múdrom? Má mať nadprirodzené vlastnosti? Alebo schopnosti supermana?

V príbehu tejto knižky sa nenápadne, nepoznane pohybuje akýsi hrdina, ktorý ticho pomáha každému. Keď všetci spia, v noci zmietanej tajfúnom, počas výpadku elektriny v hlboké noci, nepozorovane pomáha každému z nás. Ani vy, ani ja jeho nepoznáme. A on, bez nároku na odmenu, sa stáva svetlom a nádejou v našom svete.





Najkrajšie leto je s knihou *a nie s chorobou*

MUDr. Marta Špániková

Všeobecná lekárka pre deti a dospelých
v Bratislave.

Foto: Ester Erdelyi

„MYSLÍM, ŽE VŠETCI SA TEŠÍME NA LETNÉ DNI.“

Znamenajú pre mnohých prázdniny a užívanie si slnka, vody a čerstvého vzduchu. Patrí k nim aj cestovanie, spoznávanie nových ľudí, nových miest, aj nových jedál.

Bohužiaľ aj počas týchto očakávaných letných dní nás môže prevziť choroba. Často to riešim v mojej práci: celá rodina sa teší na dovolenku a choroba zmení plánovaný odchod na dovolenku často z hodiny na hodinu. A čo býva ešte horšie, nepríjemné dovolenkové dni na mieste, kam sa všetci tak veľmi tešili a doputovali tam. Buďme teda aj na prípadné ochorenie počas dovolenky pripravení. Mnohé problémy vedia poučení rodičia aj sami vyriešiť.

ČO NÁM TEDA dovolenku zvykne najčastejšie pokaziť?

Pre dieťa je už zmena prostredia záťažou, podobne ako dlhé cestovanie. Iste so mnou mnohí rodičia nebudú súhlasiť, ale cestovanie do vzdialených neznámych miest s dieťaťom do jedného roka vôbec neodporúčam. Dieťa si behom prvých týždňov a mesiacov života vytvorí nejaký režim, je pokojné v prostredí, ktoré pozná a zmena všetky jeho istoty naruší. Ak už cestu nie je možné odložiť, ak má byť pobyt s dieťaťom v horách alebo pri mori naozaj prínosom, mal by pobyt trvať najmenej tri

týždne: dieťa sa aklimatizuje behom prvých dní, potom môže naozaj využiť ozdravné prostredie horského alebo prímorského vzduchu.

Takmer všetci lekári, starajúci sa o deti, neodporúčajú cestovanie s deťmi do exotických vzdialených krajín deťom do dvoch rokov, určite ale ideálne do piatich rokov. Majú na to veľa argumentov: dlhá cesta, dlhé pobyty na letiskách, nedostatok jedla, tekutín, suchý vzduch, množstvo ľudí, ktorých zdravotný stav nikto nepozná, ale aj zmena podnebia, mikrobiálnej flóry, iná strava, pripravovaná ľuďmi s iným hygienickým štandardom, aj keď ste v dobrom hotelovom rezorte a mnohé iné odlišnosti domáceho prostredia môžu byť príčinou veľkých ťažkostí malého cestovateľa. Málokto si uvedomuje, že síce všade je dostupná lekárska starostlivosť, ale aj pobyt v zdravotníckom zariadení môže byť pre dieťa rizikom, pretože v týchto zdravotníckych zariadeniach sú iné, tzv. nosokomiálne mikrobiálne kmene a aj tie môžu byť príčinou ťažkostí dieťaťa, dokonca aj po návrate domov.

ČI UŽ SA VYBERIETE NA CESTU s malým dieťaťom (nedali ste na rady lekárov) alebo so starším dieťaťom, vždy treba byť na možnosť ochorenia pripravený.

Tak ako doma, aj na dovolenke majú deti pri ochorení rovnaké príznaky: horúčku, vracanie, hnačku, kašeľ, apatiu...

Rodičia by ich mali vedieť riešiť, mať so sebou základné lieky a až v prípade, že sa stav dieťaťa neupravuje, prípadne zhoršuje, je potrebné vyhľadať miestneho lekára.

Najčastejším problémom pri ochorení dieťaťa býva horúčka. Preto si treba vždy so sebou zobrať teplomer (základný, na meranie teploty v konečníku, alebo pod pazuškou a prípadne aj bezdotykový na kontrolu teploty, keď dieťaťo spinká). Taktiež je potrebné mať so sebou základné lieky na riešenie horúčky: paracetamol (panadol, paralen) a ibuprofen (nurofen, ibalgin) a vedieť správne dávkovanie podľa hmotnosti dieťaťa (paracetamol 15 mg/ kg/ dávku, ibuprofen 7 mg/ kg/ dávku), vhodné je mať formu sirupu, čípku, u starších detí tabletku. Je dobré mať so sebou bavlnenú plienku na prevedenie zábalu pri teplote nad 39 st. C.

Pri zmene stravy, inej mikrobiálnej flóry v prostredí, kúpaní v bazénoch, môže dieťaťo často postihnúť ochorenie tráviaceho traktu, prejavujúce sa hnačkou a vracaním. V takom prípade musíme zabrániť strate tekutín, dehydratácii. Je dôležité podávať dostatok tekutín, ale po lyžičkách. V rámci zavodnenia, rehydratácie, podávame rehydratačný roztok (obsahuje minerály, glukózu, napríklad Kulíšek), vodu, čierny čaj (deťom nad jeden rok). Dôležitá je diéta a postupný návrat k bežnej strave. Podávame enterínu prvých dní hnačiek, následne probiotiká. Deťom nikdy v prípade infekcie nepodávame lieky na zastavenie hnačky a vracania. Niekedy je nevyhnutné aj v týchto prípadoch navštíviť miestneho lekára.

**POBYT NA SLNKU
JE VEĽMI ZDRAVÝ**
(kam nechodí slnko, chodí lekár),
ale niekedy môže byť aj
nebezpečný.

Je vhodné počas pobytu pri mori sledovať, ako sa správajú miestni ľudia. Nikdy nie sú s deťmi pri mori a na slnku počas obedných hodín. Preto aj ja odporúčam pobyt pri mori od skorého rána (inhalácie prímorského vzduchu) a neskôr po šestnástej hodine podvečer. Opakovane som pozorovala našich cestovateľov pri mori s dieťaťom aj cez obed. Bolo síce pod slnečnikom, ale to mu nepomohlo, slnečné lúče sa odrážajú od vodnej hladiny, je veľmi horúco a toto prostredie nie je vhodné pre dieťa. Dieťa je potrebné opakovane aj ráno a odpoľudnia natrieť vhodným prostriedkom proti slnečnému žiareniu. Ak ste pri mori vo vhodnom čase, netreba mu dávať špeciálne oblečenie, iste nie počas celého pobytu, lebo slnečné lúče sa majú dotýkať kože dieťatka, taktiež by sa nemalo kúpať v bežnom tričku, negatívnym účinkom slnečného žiarenia to nezabráni. Ak už nastane problém s neuváženým a nevhodným pobytom na slnku, je potrebné postupovať podľa príznakov úpalu. Dieťa osprchovať vlažnou vodou,

natrieť vhodným prostriedkom po slnení. Uložiť do tieňa, dopriať kľud na lôžku, sledovať jeho reakcie a podávať dostatok vlažných tekutín. Pri apatii dieťaťa alebo nepokoji, vracaní, intenzívnych bolestiach hlavy je taktiež potrebné vyhľadať lekára.

Aj na dovolenke môže dieťaťko uštipnúť hmyz. Boolestivosť, opuch nebývajú príznaky alergie, ale toxického postihnutia príslušnej oblasti tela. Je vhodné lokálne ošetrenie chladným obkladom, octanovým alebo vínnym obkladom. Pri bolestivosti podať liek od bolesti (paracetamol alebo ibuprofen), je vhodné si so sebou vziať aj krém na uštipnutie hmyzom, poradia vám v lekárni. V exotických destináciách, kde prichádza do úvahy uštipnutie jedovatým hmyzom, medúzou alebo hadom (u nás zmiyou) je potrebné vyhľadať lekársku pomoc.

Deti sa často kúpu v mori alebo v bazéne veľmi dlho a to prináša prekrvenie očných spojiviek, až ich zápal. Preto je dobré mať so sebou vhodné očné kvapky na upokojenie spojiviek. Nie sú potrebné antibiotické očné kvapky. Taktiež často po dlhom kúpaní a potápaní trpia na bolesti ušík. Je vhodné mať so sebou ušné kvapky s protizápalovým a protibolestivým účinkom. Je lepšie si ich pribaliť do batožiny, ako ich hľadať v miestnej lekárni.

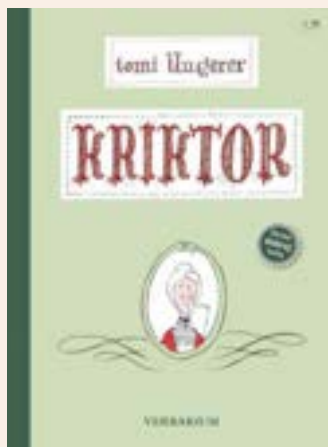
Do batožinovej lekárnicky určite nepatria antibiotiká, ako často pacienti chcu „pre istotu“. Antibiotiká musí ordinovať lekár po riadnom vyšetrení pacienta a potrebe antibiotickej liečby pri konkrétnom ochorení. Všade na svete pracujú lekári, vyšetria, ošetrí a liečia pacienta.

Snáď tieto rady poslúžia na príjemné strávenie letných dní pri vode, pri mori, na horách.

**PRAJEM VŠETKÝM,
aby boli vaše letné dni
pokoijné
a bez návštevy lekára.**

To môžu pozitívne ovplyvniť aj rodičia správnym výberom destinácie a vhodným správaním počas dní oddychu.

Krásne leto, praje Marta.



**Tomi Ungerer
KRIKTOR**

Jedného dňa dostane pani Lujza Bodková balík zvláštneho tvaru. Keď ho otvorí, veľmi sa naľaká. Je v ňom totiž veľhad kráľovský! Zatiaľ ešte malý, ale predsa, je to had. Pani Lujza ho začne kŕmiť mliekom z fľaše a všade ho vodí so sebou. Myslí si, že sa to ostatným obyvateľom mestečka páči? A ako dopadne nakoniec ich nezvyčajné priateľstvo? Zábavný príbeh z pera svetoznámeho autora a ilustrátora Tomiho Ungerera, držiteľa Ceny Hansa Christiana Andersena, o odlišnosti, ktorá sa nakoniec môže stať silnou stránkou, poteší všetkých čitateľov bez rozdielu veku.



**Christian Tielmann – Gerhard Schröder
POZOR! SME V PASCI!**

Čítajte, hádajte a strieľajte góly –
**interaktívna knižka pre začínajúcich
čitateľov**

Ukáž Futbalovému klubu Medvied'atá, kto je tu víťaz! Najskôr však pri čítaní musíš vyriešiť zábavné úlohy a prekonať nejednu prekážku. Každá chyba znamená nútený oddychový čas v šatni alebo slepú uličku. Našťastie sú tu Nela a Samo, s ktorými hráš v tíme. Pri hľadaní odpovedí ti poskytnú cenné rady a pomôžu s návratom späť na ihrisko, kde vás čaká rozhodujúci zápas. Kniha s únikovou hrou poteší každého malého futbalistu a zároveň motivuje k čítaniu.



**Éva Janíkovszky
Už som škôľkarom**

Keď išiel Jojo po prvýkrát do škôlky, bol veľmi rád, že tam môže ísť, nevedel sa však dosť tešiť tomu, že tam musí aj zostať. Pretože tak to niekedy chodí: človek sa teší, aj neteší zároveň. A presne tak je to aj vtedy, keď je človek ešte malý. A pritom je to skvelá vec, byť už škôľkarom, lebo je to vlastne čestné vyznamenanie. Na druhej strane, namiesto mamy je tam učiteľka, miesto je neznáme, a neznáme sú aj deti. A domov sa nemôže vybrať len tak, hocikedy! Nuž, takto nejako sa to začína. Našťastie, nepotrvá dlho, kým sa škôľkarský život naplno rozbehne s každodennými malými príbehmi, radostami i starosťami.

Thermalpark

DUNAJSKÁ STREDA • DUNASZERDAHELY



Necestujte ďaleko
a zažite more vodnej zábavy
na juhu Slovenska!

10 bazénov, toboganová veža, prírodné jazero
s množstvom vodných atrakcií, športové ihriská,
ubytovanie priamo v areáli

www.thermalpark.sk

autokemping
Thermalpark 





BARRADO
Peking ústředí Tokyo Pantarhei

PLYŠOVÉ HRAČKY NIE SÚ LEN PRE DETI
SI SKUTOČNÝM ZBERATEĽOM?

JE NAČASE POSUNÚŤ PLYŠOVÉ
HRAČKY
O LEVEL VYŠŠIE

Vedeli ste, že v Španielskej spoločnosti Barrado sa rozhodli vyvrátiť mýty o plyšových hračkách a prepísať ich históriu poctivosťou, kreativitou, láskou k rozprávaniu a inováciou?



CHCETE VEDIEŤ PREČO?

Podľa Barrado je poslaním plyšových hračiek okrem zábavy aj spájanie generácií. Preto si tu prídu na svoje nielen deti, ale aj teenageri a dospelí. Výrobcovia sa zaviazali dať plyšovému produktu väčšie postavenie v hračkárskom sektore prostredníctvom novej koncepcie dizajnu a udržateľnej výroby, ktorý vdýchne nový život do sveta zberateľstva.

Nájdete vo vybraných predajniach Panta Rhei a e-shope pantarhei.sk.



Pri nákupe akéhokoľvek produktu **pod značkou Maped** sa môžete zapojiť do žrebovania o **kreatívnu sadu**.

Výhercov budeme žrebovať začiatkom septembra 2024.



Akcia platí iba vo vybraných predajniach v sieti Panta Rhei od 1. 7. 2024 do 31. 8. 2024.

Detské knižky plné aktivít

NÁJDETE IBA V PREDAJNIACH PANTA RHEI

Moja veľká kniha odpovedí: Moje telo



Moja veľká kniha odpovedí: Vesmír



Spí niekedy aj srdce? Prečo sa potíme?

Odpovede na tieto a na mnohé iné fascinujúce otázky sa ukrývajú pod odklápacími obrázkami v tejto knižke. Hľadaj jednu odpoveď za druhou a objavuj ľudské telo s touto veľkou knihou plnou informácií.

Pristál už niekto na asteroide? Kde sa končí vesmír?

Otvor odklápacie okienko s nádhernou ilustráciou a dozvieš sa odpoveď, ktorá ťa zaujíma. Hľadaj jednu odpoveď za druhou a objavuj nádherný vesmír s touto veľkou knihou plnou informácií, ktorá ti prezradí niečo zábavné a poučné o záhadách vesmíru.

JAZDI A ČÍTAJ!

Prevez sa príbehom a vydaj sa so statočnými hasičmi na pomoc ľuďom v meste. Z knihy sa dá poskladať obrovské hasičské auto pre malého hasiča aj s čelným sklom!

S desiatimi nádherny ilustrovanými stavebnými kockami bude učenie pre vášho génia zábavné, ľahké a interaktívne. Ako bonus môžete vrchné strany kociek využiť na vytvorenie úžasných priečelí domov, ktoré povzbudia predstavivosť vášho dieťaťa. Vďaka farebnej knižke si vaše dieťa osvojí základné zručnosti počítania do desiatich a rozlišovania farieb.

Naučí sa aj nové slová a názvy zvierat.

Auto pre malých hasičov (knižka box)

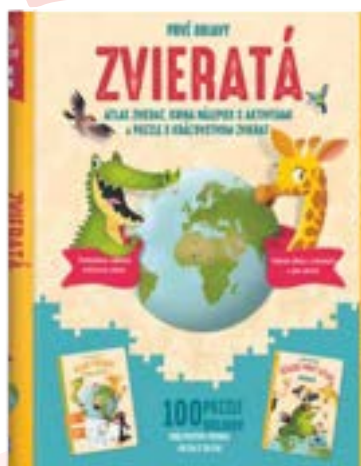


Moja veža z kníh



Objavovanie hravou formou

Darčekový box Malý objaviteľ Zvieratá



Darčekový box Malý objaviteľ Svet



Objavte kráľovstvo zvierat s týmto nádherným atlasom plným faktov! Darčekový box obsahuje knihu, nálepkový zošit a 100-dielné puzzle.

Od polárnych medvedov na severe po tučniaky na juhu... Od goril v džungli po ťavy na púšti... Od veľrýb v oceánoch po vtáky na nebi...

Táto úchvatná kniha obsahuje všetko, čo sa mladý objaviteľ túži naučiť o zvieratách. Spoznajte zvieratá, malé aj veľké, stranu za stranou!

Cestujte po svete na stránkach atlasu plného faktov! Každá darčeková škatuľka obsahuje krásnu knihu, nálepkový zošit a 100-dielné puzzle.

Od najvyššej hory po najhlbší oceán... Od najchladnejšieho pólu po najhorúcejšiu púšť... Od severu po juh a od východu po západ...

Táto úžasná kniha obsahuje všetko, čo sa mladí objavitelia túžia naučiť o svete okolo seba. Spoznajte náš nádherný svet stranu za stranou!



Letná akcia

Mladé vydavateľstvo literatúry pre deti a mládež, ktoré vzniklo z lásky ku knihám a k materinskému jazyku, v neposlednom rade z lásky k deťom, ktoré sú bezodnou studnicou inšpirácie.

Najkrajšie príbehy pre deti kúpíte so špeciálnymi zľavami iba v kníhkupectvách Panta Rhei.



Akciové ceny platia od 1. 7. 2024 do 31. 8. 2024 iba v predajniach Panta Rhei a e-shope pantarhei.sk.



**Objavuj.
Užívaj si.
Vyskúšaj
zberateľské
predmety zo
sveta umenia
a remesiel.**

**Inovatívne dizajny
prinášajú zábavu, iskru
a premieňajú
každodennú kreativitu
na niečo skutočne
magické**



**Ľahké na výrobu
Zábavné na zbieranie
Ideálne ako darček**



Pohodové leto s Panta Rhei



- Europa Banská Bystrica • Radničné nám. Bardejov • Aupark Bratislava • Avion Bratislava
- Bory Mall Bratislava • Central Bratislava • Eurovea Bratislava • Galéria Lamač Bratislava
- Galéria Petržalka Bratislava • OC Hron Bratislava • Vivo Bratislava
- Poštová ul. Bratislava • River Park Bratislava • Shopping Palace Bratislava • OC Point Brezno
- Nám. slobody Čadca • Jesenského ul. Dunajská Streda • Nám. slobody Humenné
- Palatínová ul. Komárno • Aupark Košice • Mlynská ul. Košice • Optima Košice • Dituria Levice
- Stop Shop Liptovský Mikuláš • Záhorácka ul. Malacky • Tulip Martin • Lipa Park Michalovce
- Zemplín Michalovce • OC Galéria Nitra • Galéria Mlyny Nitra • Max Nitra • Aquario Nové Zámky
- M. R. Štefánika Nové Zámky • OC Plus Pezinok • Aupark Piešťany • Max Poprad
- Eperia Prešov • Max Prešov • Hlavná ul. Prešov • Korzo Prievidza • Podhora Ružomberok
- Lichnerova ul. Senec • Hviezdoslavova ul. Senica • Nám. slobody Sereď • Max Skalica
- Madaras Spišská Nová Ves • Gazdovský rad Šamorín • Námestie M. R. Štefánika Topoľčany
- Komenského ul. Trebišov • Laugaricio Trenčín • Max Trenčín
- Braneckého ul. Trenčín • City Aréna Trnava • Max Trnava • OC Galéria Trnava
- Kúpeľná ul. Veľký Meder • Nám. slobody Vranov nad Topľou • Europa Zvolen
- Aupark Žilina • Dubeň Žilina • OC Max Žilina

www.pantarhei.sk


Panta Rhei
radosť každý deň

