



SPIRÁLA
Tepelná čerpadla

**AŽ 80%
ÚSPORA
ENERGIE**



- jediný specialista na tepelná čerpadla voda - voda, nejúčinnější tepelná čerpadla
- nejlevnější způsob vytápění
- využijte stávající studnu jako zdroj tepla
- jsme český výrobce
- vyrábíme čerpadla podle vlastního patentu
- každé druhé je od nás
- jediný správný způsob, jak vodou vytopit rodinný dům

Hronětice 3, Kostomlaty nad Labem
tel.: 739 218 630, e-mail: stuchlik.josef@seznam.cz
www.tcspirala.cz

	OPADÁNÍ	ČESKÝ HOKEJISTA		JINAK	MARODITI		DVOJICE (KNIŽ.)	MEDIKAMENT
OPICE		NÁRODNÍ SHROMÁŽDĚNÍ				SPZ ISLE OF WRIGHT (V. BRITÁNIE)		
Tajenka č. 1		POPEVEK				MEKKE KOVY		
NEKATOLÍK								
RUSKÝ SOUHLAS		ZAJISTĚ					Tajenka č. 3	FILIPÍNSKÁ SOPKA
		ČERNOŠEDÝ PTÁK						
						DÁNSKÝ SKLADATEL		
						ZKR. HOSPODÁŘSKÝCH NOVIN		
	PLÁNEK	POTRAVA PRO KONĚ	CITO-SLOVCE HÍHVNÍ			BOBIZAČNÍ SLABÍKA		
			KYSELÁ POCHÚTINA			ZÁVAR DO POLÉVKY		
ANGL. MĚSÍC					ANGL. NE			OZNAČENÍ LETADEL ETIOPIE
					SÍDLO V BELGII			
ZAČÁTEK ABECEDY				SENGOVÉ PENÍZE				
				KNIŽNÍ PŘEDLOŽKA				
PŘÍDOMEK								
Tajenka č. 2								
ZKR. ATLETICKÉHO KLUBU			NÁZEV HLÁSKY R					

 KAMNA, KOTLE
HOSTOMSKÝ

Tajenka ... kamna. VYHRAJTE KNIHU
Vyluštěnou křížovku zašlete na adresu vydavatele viz. str. 3 nebo e-mailem na krizovky@uniform.cz do 30.8.2026. Slosování proběhne 8.9.2026.

• PELETOVÉ KOTLE • KRBOVÁ KAMNA •



HAPERO



ARTEL
CLIMA & ENERGIA

- ▶ Do interiéru i do sklepa
- ▶ Doba hoření dva dny až celá sezóna
- ▶ Možnost připojení externího zásobníku s pneumatickou dopravou do 20 metrů





KAMNA, KOTLE
HOSTOMSKÝ

Pražská 193/43, 250 01 Brandýs nad Labem, Tel.: 326 906 959
Mobil: 602 418 541, www.hapero.eu, www.hostomsky.cz

Zveme vás na výstavu For Arch 16.-19.9 Praha Letňany

invia

Jak naplánovat výlet do srdce sardinské Blue Zone

Kam vyrazit?

Za autentickou Sardinii zamířte do horských oblastí Ogliastra a Barbagia. Zajímavými zastávkami jsou například Baurnei, Villagrande Strisaili, Arzana, Seulo nebo Orgosolo.

Jak daleko to je?

Z letovisek na východním pobřeží, například z Arbataxu, Cala Gonone nebo Santa Maria Navarrese, se do horských vesnic dostanete autem přibližně za 30 až 90 minut.

Co tu zažijete?

Vydejte se na túru v pohoří Gennargentu, projdete se kamennými uličkami historických vesnic, objevte slavné nástěnné malby murales v Orgosolu nebo si dopřejte dlouhý oběd v rodinném aguriturismu.

Kdy vyrazit?

Nejpříjemnější období je jaro a podzim, kdy jsou hory svěže zelené, teploty ideální na výlety a vesnice nejsou tolik navštěvované jako v hlavní letní sezoně.

Tip Invia

Nespěchejte. Vyhradte si na výlet celý den. Právě pomalejší tempo, setkání s místními a čas strávený u společného stolu patří k zážitkům, na které budete nakonec vzpomínat nejdéle.

Kde najdete další Blue Zones? Sardinie není jediná

Sardinie není jediným místem, kde se lidé běžně dožívají vysokého věku. Vědci popsalí celkem pět oblastí, které spojuje mimořádná dlouhověkost jejich obyvatel. Ačkoliv má každá z těchto oblastí svou vlastní kulturu i tradice, spojuje je několik společných znaků: přirozený pohyb, kvalitní strava, silné mezilidské vztahy a jasný smysl života.

- **Sardinie (Itálie)** – horské oblasti Ogliastra a Barbagia
- **Okinawa (Japonsko)** – ostrov proslulý aktivním stářím a silnými komunitními vazbami
- **Ikarie (Řecko)** – egejský ostrov, kde je dlouhověkost spojována se středomořskou stravou a klidným tempem života
- **Poloostrov Nicoya (Kostarika)** – region známý aktivním životním stylem a pevným rodinným zázemím
- **Loma Linda (Kalifornie, USA)** – komunita adventistů sedmého dne, jejíž členové se vyznačují zdravým životním stylem a důrazem na prevenci

www.invia.cz