

PIEŠŤANSKO

NOVOMESTSKO-MYJAVSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 41 870 domácností

facebook

Sledujte nás

Súťaže
Podujatia
Tipy na výlet
Aktuálne dianie



Piešťansko

BRIKETY RUF 100% BUKOVÉ

od **49€** 1m ukl.

DREVO POREZ

PALIVOVÉ DREVO

OD VÝROBCU PRIAMO K VÁM

1 tona 300€
250€
+ DOVOZ ZADARMO

ŠPECIÁLNA AKCIA

www.brikety-ruf.sk

0918 898 999 info@brikety-ruf.sk

ČAS POSTAVIŤ SA ZA SLOVENSKO

Nešťastný atentát na premiéra vyburcuje k eurovoľbám masy extrémistov. Preto je veľmi dôležité, aby prišli voliť aj slušní ľudia, ktorí Slovensko nechcú predať Putinovi.

22 **HNUTIE SLOVENSKO**

ĎAKUJEM za Vašu podporu

SERVIS PREDAJ BICYKLOV

A.Trajan

Tel.: 0905 400 473

Tepelné čerpadlá a klimatizácie

SENDO

Továrenská 9, Chynorany

www.interclima.sk

0911 069 257

SOLÁRNE KOLEKTORY NA OHREV VODY

Dotáciu vybavíme a solárny systém namontujeme a aj servisujeme.

SOLARMAX

Tel.: 0948 035 479 | www.solarne-kolektory.com

AUTOSERVIS Drahošký

Oprava osobných a nákladných vozidiel

Plnenie, čistenie, dezinfekcia klimatizácií

Pneuservis

NONSTOP ODŤAHOVÁ SLUŽBA

0905 249 156 / 0905 204 619

Štiepané palivové drevo

AKCIA DOPRAVA ZADARMO PRE OKRESY MY, NM, PN

V PONUKE AJ SUCHÉ PALIVOVÉ DREVO

Pre okresy PN, NM a MY

0948 308 448

www.hodinarstvoemili.sk

Servis všetkých druhov hodín +VODOTESNOSŤ

Hlohovec: SNP 3 | Trnava: OC Galéria, TESCO

oftal kabe

lekár: MUDr. Katarína Besedová
sestra: Adriana Balogová

NOVÁ OČNÁ AMBULANCIA V PIEŠŤANOCH

Berieme nových pacientov

Objednajte sa **0911 525 236** | www.topdoktor.sk

zmluvný partner s poisťovňami **DOVERA** **UNION**

Oftal kabe s.r.o. | Winterova 62, Piešťany
Budova Skelet, 3. poschodie

Tešíme sa na Vašu návštevu

Veterinárna Ambulancia

Tajovského 7, Nové Mesto nad Váhom

Hľadáte odbornú a láskavú starostlivosť pre Vaše zvieratká? V našej ambulancii poskytujeme kompletnú veterinárnu starostlivosť pre všetky druhy zvierat.

mk-vet

Po-Pia: 10.00-12.00
13.00-18.00
So: 10.00-12.00

f MK-Vet **032/771 04 58**

www.mk-vet.sk **0903 421 765**

REALIZÁCIA STRIECH

Kamenná predajňa

MAS DVORSKÝ STREŠNÉ TECHNOLOGIE Juraj Dvorský

- ✓ Odkvapové systémy
- ✓ Plechové strešné krytiny
- ✓ Plotové systémy
- ✓ Dymové systémy
- ✓ Zákazková výroba

Navštívte nás

Adresa: Štefániková 165, Piešťany

Kontakt: 0905 455 669 www.klampiarstvo-strechy.sk

Otvorené: Po-Pia od 7.30 do 16.30 h., Sob od 9 do 12 h.

KLAMPIARSTVO

Bezplatný týždenník

PIEŠŤANSKO
NOVOMESTSKO-MYJAVSKO

EV 6228/24

vydáva spoločnosť

REGIONPRESS

so sídlom Pekárska 7489/40A,
917 01 Trnava, IČO: 36252417.

Ročník I, Vydanie 5, týždeň 22/2024.

Redakcia: Pekárska 40/a
TRNAVA
piestansko@regionpress.sk

INZERCIA

Ivana Korvinová 0905 746 988

Distribúcia:
Marek Rus 0908 979 496
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.skVychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (41870 domácností)

pámy týždeň: Banka, Beckov, Brezová pod Bradlom, Bzince pod Javorinou, Čachtice, Horná Streda, Kočovice, Lubina, Myjava, Nové Mesto nad Váhom, Nová Ves nad Váhom, Piešťany, Pobeďim, Podolie, Považany, Sokolovce, Vrbové.**nepámy týždeň:** Banka, Borovce, Bzince pod Javorinou, Čachtice, Čhtelnica, Dolný Lopašov, Drahovce, Dubovany, Horná Streda, Krakovany, Lubina, Moravany nad Váhom, Nižná, Nové Mesto nad Váhom, Ostrov, Malé Orvište, Pečeňady, Piešťany, Pobeďim, Podolie, Považany, Rakovce, Sokolovce, Stará Turá, Trebatice, Veselé, Veľké Kostolany, Veľké Orvište, Vrbové.

Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovou úpravou.

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade, že viete o mieste, kam naše noviny nechodia, dajte nám, vedieť. Ďakujeme.

Západné Slovensko

| | | |
|----|--------|---------------------|
| BV | 97240 | BRATISLAVSKO východ |
| BZ | 106540 | BRATISLAVSKO západ |
| DS | 34320 | DUNAJSKOSTREDSKO |
| GA | 34390 | GALANTSKO-SALANSKO |
| HC | 30330 | HÍHOVCEKO-SEREĎSKO |
| KM | 16450 | KOMÁRŇANSKO |
| LV | 30580 | LEVICKO |
| MA | 29680 | MALACKO |
| NR | 54170 | NITRIANSKO |
| NZ | 35050 | NOVOZÁMCKO |
| PK | 22970 | PEZINSKO |
| PN | 41870 | PIEŠŤANSKO-NM-MY |
| SC | 35420 | SENECKO |
| SE | 36750 | SENICKO-SKALICKO |
| TO | 41930 | TOPOLČIANSKO-PE-PEN |
| TN | 60750 | TRENČIANSKO-DCA-IL |
| TT | 49930 | TRNAVSKO |
| ZM | 20930 | ZLATOMORAVSKO |

Stredné Slovensko

| | | |
|----|-------|--------------------|
| BB | 56200 | BANSKOBYSTRICKO-BR |
| KY | 29300 | KYSUCKO-CA-KM |
| LI | 37270 | LIPTOVSKO-LM-RK |
| LC | 30860 | LUČENECOKO-VK-PT |
| MT | 38570 | MARTINSKO-TR |
| OR | 34980 | ORAVSKO-DIK-NO-TS |
| PB | 33590 | POVAŽSKO-PB-PU |
| PD | 40150 | PRIEVIDSKO |
| ZV | 38400 | ZVOLENSKO-DT-KA |
| ZH | 26880 | ŽIARSKO-ZC-BŠ |
| ZA | 50780 | ŽILINSKO-BY |

Východné Slovensko

| | | |
|----|-------|-------------------|
| BJ | 37210 | BARDEJOVSKO-SK-SP |
| GE | 30830 | GEMERSKO-RV-RS-RA |
| HU | 27190 | HUMENSKO-VT-SV-ML |
| KE | 92130 | KOŠICKO |
| KS | 24900 | KOŠICKO okolie |
| SL | 12940 | LUBOVNIANSKO |
| MI | 31260 | MICHALOVSKO-TV-SO |
| PP | 41520 | POPRADESKO-KK |
| PO | 49940 | PREŠOVSKO-SB |
| SN | 32540 | SPIŠSKO-LE-GL |

Pridajte si do jedálnička vlákninu

Vláknina je významná zložka potravy. Je veľmi dôležitá pre náš organizmus a prospieva celkovému zdraviu. Podľa odborníkov je však jej príjem vo všeobecnej populácii nedostatočný.

Vlákninu rozdeľujeme na dva typy – rozpustnú a nerozpustnú vo vode. Tá nerozpustná zväčšuje po skončení objem natrávanej potravy a stolice, čím podporuje pohyby čriev a črevnú peristaltiku. Rozpustná vláknina sa vo vode rozpustí a v hrubom čreve vytvára akýsi gél. Pomáha znižovať hladinu glukózy ako aj cholesterolu v krvi.

Účinky na zdravie

Vláknina má vplyv na látkovú premenu a činnosť tráviaceho systému. Podporuje činnosť žalúdka aj čriev – zlepšuje trávenie a pomáha pri vyprázdňovaní. Výrazne znižuje hladinu cholesterolu v krvi a znižuje riziko vzniku srdcovocievnych ochorení. „Jej príjem je vo všeobecnej populácii nedostatočný, väčšina ľudí by preto mala aktívne dbať na pravidelnú zvýšenú konzumáciu celozrnných obilnín, ovocia a zeleniny,“ hovoria odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR

na sociálnej sieti, pričom odporúčajú prijať denne 25 až 35 gramov rozpustnej a nerozpustnej vlákniny. Obilniny, ovocie a zelenina by mali podľa nich tvoriť vyše polovicu nášho denného jedálnička.

Potraviny obsahujúce vlákninu

Dobrym zdrojom vlákniny sú napríklad strukoviny - fazuľa, hrach, cicer, sošovica, ďalej kapusta, kel, mrkva, sója, jablká a hrušky, zemiaky - najmä so šupkou, sušené ovocie - figy, slivky, ale aj bobulové ovocie - čučoriedky, maliny, jahody, rovnako aj pomaranč, brokolica, orechy a semená. „Obilniny sa snažte jedávať v čo najviac prirodzenej celozrnnnej podobe - ovsené vločky, nelúpaná ryža, celozrnné pečivo alebo celozrnné cestoviny,“ radia odborníci.



» ren

zdroj foto RitaE pixabay

E - Výroba schodov z dreva
- Výroba zábradlí z dreva a nereze
0903 419 620 www.schody-zabradlia.sk

GLS Preprava balíkov SR, celá Európa 8:00-17:00
Gen. M.R. Štefánika, Vrbové **JEDLÁ POTLAČ**
sobota 8:00-12:00

Stavebná firma
Rekonštrukcie domov a bytov

- Zatepovanie a fasády
- Pokládka zámkovej dlažby
- Dlažby- obklady
- Sadrokartónové práce a ďalšie stavebné práce
- Drevodomy a altány
- Izolácia plochých striech

0944 669 354

Beauty Salon

Novootvorený salón v Piešťanoch
Manikúra | Pedikúra | Masáže

Nálepková 42, Piešťany
(bývalé staré trhovisko - bytový dom Enzo)
Kontakt: 0950/708 708
www.beauty-salon-piestany.sk

VÝŠKOVÉ PRÁCE HOROLEZECKOU TECHNIKOU

RIZIKOVÉ STROMY povolený výrub, orez
ZATEKAJÚCE STRECHY sedlové, rovné, šikmé
POŠKODENÉ FASÁDY montáž plášťov a ihlíc

0917 470 716
033 3810 127
www.iksmont.sk
iksmont@iksmont.sk

dohodnite si bezplatnú obhliadku

✓ ZATEPLENIE RODINNÝCH DOMOV, FASÁDY
✓ REKONŠTRUKCIE DOMOV, BYTOV
✓ ELEKTROINŠTALÁCIE
✓ OPLOTENIA
✓ ZÁMKOVA DLAŽBA
✓ STRECHY
0911 475 700

✓ REKONŠTRUKCIE DOMOV BYTOV
✓ HYDROIZOLÁCIE FATRAFOL
✓ NÁTERY STRIECH
✓ ZATEPLENIE DOMOV, FASÁDY
✓ KOMPLETNÉ STAVEBNÉ PRÁCE
0902 353 085

PALIVOVÉ DREVO
POLIENKA BUK, DUB, HRAB, SMREKOVÉ PELETY
Neváhajte sa zásobiť palivovým drevom už dnes!
0917 649 213

PROFESIONÁLNY VÝCVIK
PSOV VŠETKÝCH PLEMEN A
UBYTOVANIE. 0944 544 577

PALIVOVÉ DREVO
Cena za meter je 60€
Štiepanie na požadovanú dĺžku (25cm, 33cm, 50cm).
Pred spracovaním nakubikované na požadované množstvo.
Dovoz zabezpečený.
0944 242 232

SERVIS OKIEN A DVERÍ
SERVIS TIENIAČEJ TECHNIKY

JUMITECH
0908 717 770
www.jumitech.sk
jumitech.servis@gmail.com

ŽALÚZIE
ROLETY
SIEŤKY
PLISSÉ
MARKÍZY

Občianska
riadková
inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

08 STAVBA

» Kúpim haki lešenie .tel.0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

» Kúpim dychové nástroje, heligonku, akordeón, husle.0915876860
» KUPIM LUDOVE KROJE 0902708047

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

Chcete si
podat
inzerát?Pošlite SMS na číslo
8866 v tvare:
RPmedzera PN medzera
Číslo rubriky medzera Text
inzerátuPríklad:
RP PN 12 Predám kočík,
0987 654 321.Riadková inzercia realít
je od 26.10.2023 zrušená,
inzerát si môžete podať
len cez www.mojinzerat.skSpätou SMS vám potvrdíme
príjatie inzerátu a jeho cenu,
ktorú vám vyúčtuje váš mobilný
operátor. Cena je 0,60 € s DPH
za každých začatých 30 znakov
textu vášho inzerátu vrátane
medzier. Nič iné neúčtujeme.
**Upozornenie! Služba nefunguje
u operátora 02 a 4ka.****TIP 1:** Ak chcete inzerát na viac
týždňov, pošlite rovnakú sms
toľkokrát, v koľkých týždňoch
chcete inzerovať.
TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť
v ľubovoľných iných našich no-
vinách, PN zašlite za skratku
novín, ktorú nájdete v techn.
Službu PlatbaMobilom.sk tech-
nicky zabezpečuje ELET, s.r.o.



Správna voľba

42% ZĽAVA
6.99
3.99
Kuracie stehná XXL
cena za 1 kg
bez kostí a kože



52% ZĽAVA
7.49***
3.59 • (1 kg = 700)
Čučoriedky
500 g balenie



Lidl STÁNOK
VERNE ČISTOTE

SUPERCENA
0.70
Trvanlivé mlieko
1 l
3,5 % tuku



28% ZĽAVA
2.08***
1.49
Konzumné zemiaky skoré
1,5 kg balenie
varný typ B - prílohové
1 kg iba
0.99



50% ZĽAVA
0.69
0.34 • (100 g = 0.23)
Zvolenský smotanový jogurt
140 g
sladká druhá



OBLÚBENÉ VÝROBKY SO ZĽAVOU MINIMÁLNE

50%



53% ZĽAVA
59.99*
27.99
Jar Platinum
140 tablet
tablety do umývacej vody
1 tableta iba
0.20



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

***Cena odporúčaná výrobcami alebo predajcami alebo cena porovnávacieho produktu v ostatných veľkoobchodných a maloobchodných predajniach LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri porovnaní sa berie do úvahy aj obsah balenia a akcie (2024) ... a mnoho ďalších výrobkov na www.lidl.sk
Posledná tovaru platí od 3. 6. do 9. 6. 2024 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlačí vyhradené. Ceny sú bez daňov. Ítema LIDL si vyhradzuje právo zmeniť v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

Zakladáme kompostovisko

Kompostovisko sa v posledných rokoch stalo súčasťou nejednej slovenskej záhrady. Vytvorí si ho však môžete dokonca aj na balkóne bytu či terase. Jeho výhodou je, že sa vďaka nemu zbavíte organického odpadu z domácností aj záhrady a tiež získate vlastné kvalitné bio hnojivo.

Kompostovisko si môžete založiť kedykoľvek počas roka. Skôr ako sa pustíte do jeho výstavby, nájdite mu vhodné miesto, najlepšie v polotieni niekde v kúte záhrady. Použiť na tento účel môžete kompostér, alebo si ho vytvoríte svojpomocne.

Ako na to?

Označte si miesto, kde chcete kompostovisko založiť a tam odkopte asi 15 cm zeminy. Následne položte drenáž, ktorou by mal byť v prípade hlinitej pôdy piesok, v prípade piesčitej pôdy hlinitá pôda. Vytvorte spodnú vrstvu kompostoviska pozostávajúcu z posekaných konárov a potom ukladajte striedavo vrstvy zeleného materiálu, ktorým môže byť odpad z ovocia a zeleniny, usadenina kávy, čajové vrecúška, rastliny či pokosená tráva (tú však najskôr nechajte trochu preschnúť) a hnedého odpadu, kam sa počíta suché lístie, štiepka, piliny, slama, kartón či drevený popol (pozor nie popol z uhlia). Vrstvy striedajte v pomere 2:1. Dbajte na to, aby kompostovisko ne-

prekročilo výšku 1,50 m. Na jeho zakrytie použite ochrannú vrstvu vytvorenú z listia, slamy alebo pokosenej trávy. Niektorí odborníci odporúčajú vždy na jar kompost poprevracať a to tak, že budete pri obracaní ukladať materiál z kraja do vnútra kompostoviska a vnútorný smerom von. Hotový kompost by mal pripomínať tmavú hnedastú hmotu, z ktorej by však nemal byť cítiť zápach hnoja, ale vôňa čerstvo rozrytej záhradnej pôdy.

Pozor: Do kompostoviska nepri dávajte semenaté buriny ani korene rýchlo sa šíriacich burín. Rovnako tam nepatrí záhradný odpad napadnutý chorobami alebo plesňou či rastliny, ktoré boli ošetrené insekticídmi.

Náš tip: Ak začne kompost zapáchať pridajte doň hnedý odpad. Ak sa vám bude javiť príliš suchý, pridajte zelený odpad a trochu vody.



» ren

Ilustračné foto. zdroj foto Antranas pixabay



JEDINEČNÁ PONUKA PALIVOVÉHO DREVA

www.ibo.sk

ČERSTVÉ PALIVOVÉ DREVO VOĽNE SYPANÉ

PREPRAVOVANÉ NA NÁKLADNÝCH AUTÁCH AKO VOĽNE SYPANÝ MATERIÁL

PRIVEZIEME PRIAMO AŽ K VÁM

1 PRIESTOROVÝ METER SYPANÝ (PRMS)
= 0,7 PRIESTOROVÝ METER (PRM) UKLADANÝ





KVALITNÉ STROJOVÉ LISTNATÉ
ŠTIEPANÉ PALIVOVÉ DREVO

IDEÁLNE NA KÚRENIE
V KRBOCH, KOTLOCH A PECIACH

VHODNÉ TIEŽ NA REKREAČNÉ OPEKANIE

VYRÁBAME AJ IHLIČNATÉ
ŠTIEPANÉ PALIVOVÉ DREVO



SUCHÉ DREVO V BALÍKCH 1,7 PRMS

Balík je na palete 80x120 cm, priemer balíka 120 cm, výška balíka 150 cm, dĺžka polien 33 cm (25 cm).

Váha balíka závisí od vlhkosti dreva:
suché pod 17% ... cca 500 kg,
od 17% do 25% ... cca 600 kg,
nad 25% ... cca 700 kg



IBO PÍLA, Bratislavská 50, 911 05 Trenčín
Otvorené: PO - PIA 7⁰⁰ - 17⁰⁰, +421 32 74 84 000, 0918 180 150, e-mail: pila@ibo.sk

20€

Voucher

na akýkoľvek nasledujúci zákrok

Voucher je prenosný

Ďakujeme Vám za Vašu prejavenu dôveru

PRIJÍMAME NOVÝCH PACIENTOV.



ZÚBKOVÉ VÍLY
DENTÁLNE KLINIKY



Parkovanie
pred klinikou

Termín do 24 hodín

Vstupná prehliadka
+ RTG zdarma

Deti, dospelí,
seniori

www.zubkovevily.sk

+421 911 909 039

Winterova 41, 921 01 Piešťany

@ zubkovevily

f zubkovevily

Kolektívna imunita

O kolektívnej imunite počúvame posledné roky pomerne často. O čo ide a ako kolektívna imunita funguje, informovali v uplynulých dňoch na sociálnej sieti odborníci zo Štátneho ústavu pre kontrolu liečiv.

„Kolektívna imunita znižuje riziko šírenia chorôb. Ako už napovedá jej názov, pred infekčnými chorobami chráni nielen jednotlivca, ale aj jeho okolie – rodinných príslušníkov, priateľov, spolužiakov, kolegov či susedov. Kolektívnu imunitu dosiahneme, keď väčšina populácie získa odolnosť voči infekčnej chorobe buď prirodzene, alebo očkovaním,“ približujú odborníci a dodávajú, že kolektívna imunita funguje na jednoduchom princípe – čím vyšší je podiel imúnnych jedincov v skupine (kolektíve), tým menšia je pravdepodobnosť, že zdravé neimunizované osoby prídu do kontaktu s infekčným jedincem. Výrazne sa tým znižuje pravdepodobnosť, že sa daná choroba rozšíri.

Chrání rizikové skupiny

„Kolektívna imunita nepriamo chráni aj rizikové skupiny, napríklad malé deti, seniorov, ľudí s oslabeným

imunitným systémom, pacientov s rakovinou či ľudí, ktorí nemôžu byť zaočkovaní zo zdravotných dôvodov - napríklad z dôvodu alergie na niektorú zložku vakcíny,“ objasňujú odborníci a tiež hovoria, že okrem zdravotných benefitov kolektívna imunita prospieva aj k zníženiu sociálneho, psychologického a finančného zaťaženia obyvateľov i štátnych systémov a znižuje tlak na zdravotníctvo a sociálnu starostlivosť.

Pozor

„Kolektívna imunita nechráni pred všetkými infekčnými ochoreniami. Príkladom je tetanus, ktorý sa vyskytuje v dôsledku poranenia alebo uhryznutia psom, respektíve mačkou. Ochrana pred tetanom dokáže poskytnúť iba očkovanie,“ uzatvárajú odborníci.



» ren

foto autor JerzyGorecki pixabay

REKONŠTRUKCIA

- ✓ domov
- ✓ omietky
- ✓ hydroizolácie Fatrafol
- ✓ bytov na kľúč
- ✓ zámková dlažba
- ✓ izolácie domov
- ✓ nadstavby a prístavby
- ✓ strechy
- ✓ krovy
- ✓ elektroinštalácia
- ✓ zateplenia domov
- ✓ altány
- ✓ jadrá a nátery striech
- ✓ fasády
- ✓ oplotenia
- ✓ maľovky

VYPRATÁVANIE domov, bytov, záhrad, povalí, pivníc, garáží a nebezpečného odpadu azbest, eternit

☎ **0904 865 898**

9 ŽIVOTY NIE PROFITY

socialisti.sk

Lucia Hubinská

Objednávateľ: Socialisti.sk, Štefánikova tr. 44, 94901 Nitra, IČO: 52859071
Dodávateľ: REGIONPRESS, s.r.o., Pekárska 7493/40A, 917 01 Trnava, IČO: 36 252 417

Vypratávanie domov a bytov

0944 669 354

DOVOZ NA ADRESU

18 týž. mládky, brojlerové kuriatka

www.hydinashop.sk

0944 842 953

PLOCHÉ STRECHY

0905 662 229

ČISTENIE HROBOV

JEDNOHROB 65 € DVOJHROB 95 €

Dosekávanie písma

Dátum 100 €, inak 10 €/znak

Obnova písma 1,30 €/znak

Ing. Miroslav Greisiger AKCIA do 30.6.2024!!

0940 653 651, 0919 205 521

www.greisiger.sk

Dom umenia Piešťany

mf

music festival Piešťany

Daj hudbe šancu

(inšpirované Johnom Lennonom)

PIEŠŤANSKO NOVOMESTSKO-MYJAVSKO

mediálny partner

69.

www.domumenia-piestany.sk
www.filharmonia.sk

29. máj – 10. júl 2024

DREVENÉ konštrukcie

ZIMNÉ ZÁHRADY

ZASKLENIE TERASY

ZASKLENIE PRÍSTREŠKU

PRÍSTREŠKY

BIOKLIMATICKÉ PERGOLY

BALKÓNY a LODŽIE

SCREENOVÉ ROLETY

BETÓNOVANIE a DLAŽBA

DOPYT@OLIMONT.SK

0908 077 040

WWW.OLIMONT.SK

Nehľadajte 2-3 firmy.

My sa o všetko postaráme.

HLINÍKOVÉ konštrukcie

BIOKLIMATICKÉ PERGOLY

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%

- chemická injekcia

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

NONSTOP! AZ kanalizácie

Čistenie kanalizačných potrubí tlakovým zariadením, inšpekcia kamerou, zameranie kanalizácie a porúch, nonstop poruchová služba

0904 631 295 • www.azkanalizacie.sk

e-mail: azkanalizacie@azkanalizacie.sk

PALIVOVÉ DREVO

0917 351 013

www.palivovedrevopetrik.sk

Kvitne voňavá baza

Baza čierna rastie najmä na vlhších miestach, na lúčkach, poliach, či okraji lesov. Ide o pomerne známy ker, ktorý od mája až do konca júla kvitne bielymi až žltobielymi kvetmi s charakteristickou a prenikavou vôňou. Jej plody sú čierne až čiernofialové. Je bohatá na množstvo živín a zdraviu prospešných látok.

„Plody bazy čiernej sú zdrojom vitamínu C a A, vlákniny a minerálov ako draslík, vápnik a železo. Avšak najviac jej zdraviu prospešných účinkov je pripisovaných polyfenolovým látkam a z nich najmä antokyanínom, ktoré sú zodpovedné za čierne sfarbenie bazových plodov a ktoré majú i antioxidantné a protizápalové účinky,“ hovorí MUDr. Šranková z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva (RÚVZ) Bratislava. Baza podporuje imunitu, pomáha v prevencii a pri podpore liečby prechladnutia a často sa vyskytujúcich respiračných ochorení, ako angína či chrípka. Svojimi protizápalovými účinkami môže pomáhať i pri vonkajšom použití, ako zábalu



Ilustračné foto.

zdroj foto RitaE pixabay

alebo obklady pri miernení bolesti a opuchov. Antokyaníny taktiež pomáhajú pri prevencii srdcovo-cievnych chorôb. Baza má laxatívne účinky a tým môže pomáhať pri liečbe zápsy, má močopudné účinky, stimuluje potenie, môže taktiež zlepšovať náladu a životnú výkonnosť.

Použitie

Z plodov a kvetov bazy si môžeme pripraviť čaj, sirup, džem alebo víno. Kveti by sa mali sušiť zavesené za stopku alebo rozložené v tenkých vrstvách bez priameho slnečného svetla. Je tiež možné sušiť plody, keď sú už zrelé. Pokiaľ nie sú sušené, je najlepšie spracovávať kvety i plody čo najskôr.

Pozor!

Odborníci upozorňujú, že niektoré časti bazy - listy, korene, kôra, stonky a dokonca aj nezrelé bobule obsahujú kyanogénne glykozidy, ktoré za určitých okolností môžu uvoľňovať kyanid, ktorého množstvo je síce zriedkavo život ohrozujúce, avšak môže spôsobiť nevoľnosť, vracanie, hnačku, závraty či problémy s dýchaním. Aj zrelé, ale neuvarené plody môžu spôsobiť ťažkosti. Konzumácia bazy nie je vhodná ani pre ľudí s autoimunitnými problémami, malé deti, tehotné ženy či pre ľudí, ktorí užívajú močopudné lieky.

Zdroj informácií RÚVZ Bratislava / Fb

» ren

Pripravte si chutné pesto

Bazalka v našej kuchyni

Bazalka je jednoročná bylina, ktorej listy a vňať zberáme od júna až do septembra. Má príjemnú vôňu, široké uplatnenie v našej kuchyni a dopestovať si ju môžeme počas celého roka aj na okennom parapete.

Bazalka sa používa do omáčok, šalátov i polievok, pridávať ju však môžete aj do smoothie, limonád či šalátov. Ochutí tiež marinády a zálievky. Veľmi dobre sa hodí k paradajkám či baklažánu a pravdaže k cestovinám. Do varených jedál ju pridávajte až tesne pred ich dokončením, aby nestratila svoju vôňu.

Účinky na zdravie

Bazalka obsahuje veľa zdraviu prospešných látok. Patria medzi ne železo, horčík, vápnik, fosfor, draslík, zinok, selén, sodík, mangán, omega 3, omega 6 kyseliny, vitamíny A, B, C, E, K, luteín, betakarotén, kyselina listová, kyselina pantoténová. Bylinka má protizápalové a protivírusové účinky a je tak skvelým pomocníkom v boji proti rôznym infekciám. Podporuje chuť do jedla, uľaví pri nechutenstve, nevoľnosti, ale aj pri bolestiach hlavy. Vďaka svojim upokojujúcim účinkom pomáha zmierniť stres.

Náš tip:

Z bazalky si môžete pripraviť chutné pesto, ktoré výborne dochutí cestoviny,



Ilustračné foto.

zdroj foto Jill Wellington pixabay

ryby ale aj opekanú bruschettu.

Budete potrebovať: 2 šálky čerstvých lístkov bazalky, strúčik cesnaku, 30 g nasucho opražených píniových orieškov, 30 g syru parmezán, 60 ml olivového oleja, soľ, mleté čierne korenie, pár kvapiek citrónovej šťavy.

Postup: Lístky bazalky umyte pod tečúcou vodou a poriadne osušte. Do kuchynského elektrického sekáča alebo mixéra vložte cesnak, nasucho opražené vychladnuté píniové oriešky

a dôkladne rozsekejte. Postupne po dávkach pridávajte bazalku a prilievajte olivový olej. Mixujte krátko, aby prehrievaním bazalka nezhorkla a nestratila svoju zelenú farbu. Nakoniec pridajte strúhaný parmezán, pár kvapiek citrónovej šťavy, soľ, korenie a domixujte. Pesto preložte do uzatvárateľnej nádoby, jeho povrch zalejte olivovým olejom, uzatvorte viečkom a vložte do chladničky.

» ren

Pripravte si sirup alebo čaj

Tymian uľaví prieduškám aj tráveniu

Ak ste tymian doposiaľ používali len na dochutenie pokrmov, tak neváhajte a skúste jeho liečivé účinky využiť aj v podobe čaju či sirupu.

Hoci tymian alebo dúška tymianová pochádza zo Stredomoria, dopestovať si ho môžeme aj v našich záhradách. Daríť sa mu bude voľne v záhrade ale aj v nádobách na balkóne či terase. Nájdite mu však slnečné miesto. Pestovať ho môžete priamo zo semienok alebo z predpestovaných sadeníc, ktoré sa dajú zakúpiť v záhradníctvach. Sušený ho však bez ťažkostí zakúpite v predajni s potravinami.

Liečivé účinky tymianu

Liečivú silu tymianu poznali už naši predkovia a túto príjemne voňajúcu bylinku využívali najmä na liečenie problémov s tráviacim ústrojenstvom, pri zmiernení žalúdočných kŕčov, pri ničení črevných parazitov, pri nadúvaní, ale aj pri prechladnutí, pri liečbe záchvatového kašľa u priedušiek.

Tymianový sirup

Budete potrebovať: 300g trstinového cukru, 300ml vody a 15g sušeného tymianu

Takto sa to podarí: Vodu priveďte do varu, pridajte cukor a miešajte



Ilustračné foto.

autor foto photosforyou pixabay

kým sa cukor úplne rozpustí. Do takto vzniknutého sirupu vsypte sušený tymian, odstavte, prikryte a nechajte lúhovať 30 minút. Hotový sirup sceďte cez jemné sitko alebo plátno do čistého suchého a najlepšie sterilizovaného pohára, dobre uzatvorte a uložte na tmavé chladné miesto. Podávajte 3krát denne čajovú lyžičku.

Tymianový čaj

Z nasledovnej dávky získate čaj na celý deň. Dve čajové lyžičky sušeného tymianu (maximálne 7 gramov) zalejte

500ml vriacej vody, prikryte a nechajte lúhovať 15 minút. Sceďte cez jemné sitko alebo plátno a čaj popíjajte počas celého dňa. Toto množstvo neprekračujte.

Pozor

Tak ako v prípade všetkých bylín, aj tymian by sme mali užívať s mierou. Jeho nadmerná konzumácia môže spôsobiť zdravotné ťažkosti napríklad so štítnou žľazou. Ak nie ste si istí, poraďte sa so svojím lekárom.

» ren



PRIDAJTE SA K NÁŠMU DYNAMICKÉMU TÍMU!

Hľadáme schopných a motivovaných ľudí, ktorí sa neboja práce, na tieto pozície:

ŠPECIALISTA VYSEKÁVACIEHO STROJA

Mzda od 1 250 Eur brutto
(fix 950 Eur + variabil 300 Eur)

NASTAVOVAČ VÝROBNÝCH STROJOV

Mzda od 1 500 Eur brutto
(fix 1 200 Eur + variabil 300 Eur)

SKLADNÍK A VODIČ VZV

Mzda od 1 350 Eur brutto
(fix 1 050 Eur + variabil 300 Eur)

- | Práca max. na 2 zmeny
- | Žiadne nočné
- | Platené nadčasy
- | Stravné lístky bez doplatku zamestnanca
- | Čisté a vykurované priestory

0917 811 898
refima@refima.eu

REFIMA s.r.o., Vieska 440, 916 26 Považany

PRIJEMEME PRACOVNÍKOV SBS Objekt - Nové Mesto nad Váhom

Práca v stabilnej spoločnosti

Nutný preukaz odbornej spôsobilosti, zdravotná spôsobilosť, bezúhonnosť

corado@corado.sk
0948 116 981

PRIJEMEME PRACOVNÍKOV SBS na obchodnú prevádzku v Piešťanoch

Práca v stabilnej spoločnosti

Nutný preukaz odbornej spôsobilosti, zdravotná spôsobilosť, bezúhonnosť

corado@corado.sk
0948 116 981

PRIJEMEME PRACOVNÍKOV SBS na obchodnú prevádzku - VRBOVÉ

Práca v stabilnej spoločnosti

Nutný preukaz odbornej spôsobilosti, zdravotná spôsobilosť, bezúhonnosť

corado@corado.sk
0948 116 981

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

- Stavba troj vrstvových komínov
- Prestavby nadstrešných častí komínov
- Rekonštrukcia a sieťovanie komínov
- Montáž zrealizujeme za jeden deň

frézovanie
od 15€/bm

OBHLIADKA
KOMÍNOV
ZDARMA

0904 157 144, 0903 874 784

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA
na materiál 35%

Kamenárstvo ADAM - RUŽA

AKCIA
MÁJ – JÚN
2024

spodok 1 HROB: od 990 €
spodok 2 HROB: od 1400 €

- Nové pomníky - žula, terazzo
- Krycie dosky, sekanie písma
- Obnova písma - brúsenie pomníkov strojovo
- Rekonštrukcie starých hrobov, zakrývanie hrobov
- Dlažba, betónové chodníky

seriózne, kvalitne,
bez zálohy,
doprava ZDARMA

DÔCHODCI A ZŤP
VÝRAZNÉ ZĽAVY NA VŠETKO

0911 499 871 adamruzakamenarstvo@gmail.com
0940 098 504 fb: Kamenarstvo Adam ruza
Radi Vás navštívime aj doma.

Recyklácia a vyradenie vozidla z evidencie

Autorizovaný spracovateľ - Piec auto s.r.o.

Akcia na šrotovné - platíme 30 € za auto

Odvoz auta zadarmo

GA SA HC LV NR NZ ZM PE PN BN NM TO TT ZH ZC BS.

Už nemusíte chodiť na dopravný inšpektorát,
my všetko odhlásime za Vás.

0915 261 120

Predaj mladých nosníc

7-týždňové vysokožnáškové mládky plemeno DOMINANT

5 €/ks

Predaj kámych zmesí

NOVINKA - DOMINANT GREENSHELL

OBJEDNÁVKY UŽ PRIJÍMAME

Dovoz priamo na adresu

0940 658 399
0905 355 145
Farma Frajtkovci: 160 Veľčice
frajka.team1@gmail.com • www.farmafrajtkovci.sk



Lindner Mobilier s.r.o.
medzinárodné pôsobiacia firma
v oblasti zariadenia interiérov

PRIJME DO VÝROBY NÁBYTKU

- Samostatne pracujúceho stolára
- Stolára
- Lakýrnik

- Podľa kvalifikácie mzda 800 – 1300 Eur/mesačne brutto
+ po 6 mesiacoch odmeny podľa interného prémieho systému
- stravné lístky navyč pri 12 hod zmenách
- strava v jedálni zdarma

**NÁSTUP
IHNEĎ**

odmena za odporúčanie nového zamestnanca -
príspevok zamestnávateľa na DDS 3.pilier -
pravidelné prehodnocovanie platu -
firemné chaty po celej Európe -
vianočná odmena -
firemné podujatia -

Lindner Mobilier s.r.o.
Družstevná 7
922 42 Madunice
033/735 16 15
Alena.Losonska@Lindner-Group.com

Mandľové, kokosové aj ovsené

Rastlinné mlieka si vyrobíte hravo aj doma

Ovsené, mandľové či kokosové – ktoré z nich si vyberiete? Rastlinné mlieka sú vhodnou voľbou nielen pre ľudí trpiacich alergiou na bielkovinu kravského mlieka, či vegánov, ale pre všetkých, ktorí si chcú spestriť svoj jedálniček. A hoci ich dnes už bez problémov zakúpite vo väčšine predajní s potravinami, zvládnete si ich jednoducho a rýchlo vyrobiť aj doma.

Použitie rastlinných mliek je veľmi všestranné. Dajú sa piť samotné, pripravovať z nich môžete tiež rôzne nápoje, koktaily či smoothie, ale skvelé sú aj do polievok, omáčok či do kaší. Na ich výrobu budete okrem rastlinnej zložky potrebovať kvalitný mixér, vodu a husté plátno, prípadne sitko.

Mandľové mlieko

Jeden hrnček lúpaných mandlí cez noc namočte do vody. Ráno sceďte, potom vložte do mixéra, pridajte štyri hrnčeky vody a rozmixujte dohladka. Precedte cez plátno, prípadne sitko. Získate tak nielen mlieko, ale aj mandľovú drť. Tú môžete použiť na výrobu domácej mandľovej nátierky či ako prísadu pri pečení koláčov.

Náš tip: Ovocné smoothie s mandľovým mliekom

Suroviny: 1/2 hrnčeka mandľového mlieka, 1 banán, 1/2 hrnčeka ananásu, 1/2 hrnčeka manga, 1/2 hrnčeka jahôd

Postup: Všetko ovocie očistíme, nakrájame na menšie kúsky a vložíme do mixéra. Zalejeme mandľovým mliekom a dôkladne rozmixujeme na hladké smoothie. Prelejeme ho do vyššieho pohára a ihneď podávame.

Kokosové mlieko

Dva hrnčeky strúhaného kokosu vložte do mixéra, pridajte štyri hrnčeky horúcej, nie však vriacej vody a rozmixujte dohladka. Precedte cez plátno, prípadne sitko. Získate tak nielen mlieko, ale aj kokosovú drť. Tú môžete použiť pri pečení ako prísadu do koláčov.

Náš tip: Kaša s kokosovým mliekom

Suroviny: 100 g ovsených vločiek, 200 ml vody, 200 ml kokosového mlieka, 1/2 PL medu, orechy a ovocie podľa chuti

Postup: Vločky dáme variť do vody. Keď sa časť vody odparí, prilejeme kokosové mlieko, necháme zovrieť a varíme za stáleho miešania na miernom ohni kým nezískame kašu požadovanej konzistencie. Na záver ochutíme medom a ozdobíme ovocím, prípadne nasekanými orechmi.



Ilustračné foto.

zdroj foto Imoflow pixabay

Zmrzlina s kokosovým mliekom

Suroviny: zrelé mango, banán, kokosové mlieko

Postup: Mango ošúpeme, vykôstkuje-me a nakrájame na kocky, banán nakrájame na plátky. Takto pripravené ovocie dáme do vrečka a vložíme do mrazničky.

Na druhý deň zmrazené ovocie vyberieme, dáme do mixéra a počas mixovania pridávame vychladené kokosové mlieko podľa toho, akú konzistenciu zmrzliny chceme dosiahnuť.

Ovsené mlieko

Postup: 100g jemných ovsených vločiek nasypete do mixéra, zalejte štyrmi hrnčekmi studenej vody a nechajte pol hodiny rozmočiť. Následne mixujte asi štyri minúty dohladka.

Po príprave mlieka ho ihneď skonzumujeme alebo uchováваме v uzavretej nádobe v chladničke najviac do druhého dňa.

» ren

doctor optic

MERANIE ZADARMO ZRÁKU

DOVOLENKA SA BLÍŽI

SLNEČNÉ DIOPTICKÉ OKULIARE ZA 89 EUR

-40% NA SAMOZAFARBOVACIE SKLÁ

POLARIZOVANÉ SLNEČNÉ OKULIARE UŽ ZA 39 EUR

IBA 3.-9. JÚNA

OPTIKADROPTIK
 DR.OPTIK_SK
WWW.DROPTIC.SK


HLAS
SOCIÁLNA DEMOKRACIA

SLOVENSKO JE ZRANENÉ ZACHRÁŇME HO SPOLOČNE

Vol'te 23

Streda 15. mája 2024 sa čiernymi písmenami zapísala do histórie slovenskej demokracie. Politická nenávisť a netolerancia k inému názoru vyústila až do atentátu na predsedu vlády Roberta Fica.

Jediná možná cesta je cesta pokoja, pokory a utlmenie vášní. Nesmieme na nenávisť odpovedať ďalšou nenávisťou, inak sa zlo nezastaví.

Slovensko je len jedno. Je to naša spoločná vlasť. A my nesmieme kvôli jednému šílenému činu rezignovať na všetko, čo sme ako národ a spoločenstvo počas troch desaťročí nezávislej Slovenskej republiky spolu dokázali.

mov či podpora regiónov. O tom všetkom rozhodoval a naďalej bude rozhodovať Európsky parlament. A už 8. júna pôjdeme voliť slovenských europoslancov, ktorí budú presne tieto otázky najbližších päť rokov riešiť.

Podme voliť ľudí, ktorí budú hrdými reprezentantmi Slovenska v Európe. Ktorí budú našim spoločným HLASom a ktorí budú mať na prvom mieste tak národnoštátne záujmy

SLOVENSKO JE LEN JEDNO. A MY NESMIEME REZIGNOVAŤ

Nebol to však len atentát na premiéra. Bol to atentát na demokraciu.

Slovensko každú politickú krízu vo svojej histórii vyriešilo demokraticky a ústavne vo volebných miestnostiach. Prvýkrát sa stalo, že sa niekto pokúsil vyjadriť svoj politický názor guľkami vystrelenými do tela jedného z najvyšších ústavných činiteľov.

Aby sa to nikdy viac nestalo, musíme otvorene hovoriť o príčinách a nebať sa pomenovať aj chyby. Ale predovšetkým, slovenský národ sa nevyhnutne musí upokojiť, uzmiertiť a žiť inak ako v posledných mesiacoch.

Svet sa ani po tomto hroznom skutku nezastaví. Nesmieme sa zastaviť ani my. A najväčšou chybou by bolo prenechať priestor ľuďom, myšlienkam a skutkom, ktoré priviedli atentátnika na handlovské námestie so zbraňou v ruke.

Náš spoločný HLAS musí znieť ďalej – hrdo, suverénne a sebedomo. A musí znieť nielen na Slovensku, ale aj v Európe. Pretože ani tá sa nezastaví a naďalej bude rozhodovať o mnohých konkrétnych veciach v našich životoch.

Postoj k nelegálnym migrantom, zákaz áut so spaľovacími motormi, zateplovanie do-

Slovenska, ako aj potreby slovenských ľudí. Slovensko je dnes zranené. Ale spoločne ho môžeme zachrániť. Aj demokratickým a slobodným vyjadrením názoru v eurovoľbách. Nedajme sa zastaviť ani zastrašiť. Podme ukázať, že našou jedinou zbraňou je odovzdaný hlas.


HLAS
SOCIÁLNA DEMOKRACIA

Smolenická aj Krupanská fčela

Bezplatná kyvadlová doprava pre turistov

Ak sa chystáte na výlet do Smoleníc či Dolnej Krupovej, tak využiť môžete bezplatnú kyvadlovú dopravu. Autobus vás odvezie k pamiatkam aj na najväčšie podujatia v týchto obciach a ich okolí.

Kyvadlový autobus funguje na princípe „vystúp-nastúp,“ čo umožňuje cestujúcim nastúpiť na ktorejkoľvek označenej zastávke, vystúpiť a pozrieť si atrakcie. Výhodou je flexibilné pokračovanie v jazde bez potreby zakúpenia cestovných lístkov. „Snažíme sa prispievať k ekologickejšej preprave návštevníkov regiónu, zároveň je to ideálna príležitosť cestovať za krásami regiónu zdarma,“ uvádza Agáta Mikulová, výkonná riaditeľka Krajskej organizácie cestovného ruchu Trnavský kraj a dodáva, že „cieľom je aj rozptýliť návštevníkov v destinácii Smolenice, tak, aby si každý užil zaujímavé miesta v nepreplnenom prostredí.“

V Smoleniciach so Smolenickou fčelou

Obec Smolenice patrí každoročne k tým najvyhľadávanejším lokalitám v okolí Trnavy. Ukrýva niekoľko lákadiel najmä pre rodiny s deťmi alebo aktívnych ľudí. Majú možnosť navští-

viť jaskyňu Driny - jedinú sprístupnenú jaskyňu na západnom Slovensku, Smolenický zámok, kedysi sídlo rodiny Pálffyovcov, náučný chodník hradiskom Molpír, edukatívne medovinárstvo alebo okolitú prírodu s turistickými trasami a cyklochodníkmi. Návštevníkom počas ich výletov pomôže v letných mesiacoch (júl – august) s prepravou kyvadlová doprava s názvom Smolenická fčela. Tá bude premávať každý víkend a zabezpečí spojenie od železničnej stanice, k medovinárstvu a cez centrum obce až k jaskyni Driny. „Prázdninové jazdy začnú vždy v sobotu a nedeľu o 10.10 h. Smolenická fčela vyrazí zo železničnej stanice v Smoleniciach, zastaví pri areáli medovinárstva a v centre Smoleníc. Cieľová zastávka bude parkovisko Jahodník pri jaskyni Driny,“ upesnil Alexander Prostinák, riaditeľ OOCR Trnava Tourism.

Smolenická fčela prepraví okrem letných mesiacov návštevníkov aj počas najväčších podujatí:

8. jún: Pálffyho slávnosti vína

15. jún: Cesta rozprávkovým lesom

19. október: Nočný Medokvas

30. november – 22. december: Svetlo noci Vianočnej



Ilustračné foto.

zdroj foto: Región Trnava, Obec Smolenice, Včelco

Krupanská fčela v Dolnej Krupovej

Počas veľkých podujatí v Dolnej Krupovej bude návštevníkom k dispozícii bezplatná doprava s názvom Krupanská fčela. Autobus bude premávať zo železničnej stanice v Trnave do obce Dolná Krupá a naspäť. „Krupanská fčela uľahčí návštevu najväčších podujatí a skrytých architektonických a prírodných klenotov, ktoré sa v obci nachádzajú. Kyvadlová doprava návštevníkom poskytuje možnosť vyraziť

na výlet bez potreby osobného auta,“ dodáva Alexander Prostinák.

Prehľad akcií v Dolnej Krupovej, kedy bude premávať Krupanská fčela:

1. jún: Otvorenie ružiarskej sezóny

29. jún: Letný Medolandiafest

7. september: Rozárium hudby

21. september: Jesenný Medolandiafest

12. október: Medobranie Dolná Krupá

» ren

Oplatisa.sk

NAJLEPŠIE PONUKY



113,00€

Gucci Guilty
Parfumovaná voda 50 ml

Demro.sk



109,99€

PHILIPS OneBlade PRO
360 PP

Demro.sk



979,00€

Kávovar JURA E6 Piano
Black (EC)

Domkavy.sk



49,99€

Silvercrest® Stolný
miniventilátor

Lidl.sk



14,90€

Musetti zrnková káva
Gentile - 500g

Domkavy.sk



365,00€

Umývačka riadu Whirlpool
WIC 3C26F

ZlavneneSpotrebice.sk



39,51€

Bazén Bestway®, nafukovací,
bez prísl., 305x76 cm

Profitent.sk



229,00€
289,00€

-21%

Grillmeister Plynový gril
3 + 1

Lidl.sk

Diskusie áno, kampaň nie

V súvislosti s blížiacimi sa voľbami do Európskeho parlamentu ministerstvo školstva opätovne upozorňuje, že politické kampane na školách sú v rozpore so zákonom. Diskusie o veciach verejných aj o politike sú vítanou súčasťou výchovy a vzdelávania žiakov, ale musia sa vyhnúť akejkoľvek forme propagácie politických strán alebo kandidátov.

„Podľa § 151 ods. 2 školského zákona je v školách zakázaná činnosť politických strán a ich propagácia. Cieľom tohto ustanovenia je zabezpečiť ideologickú neutralitu výchovy a vzdelávania. Neutralita znamená, že školské prostredie nesmie byť využívané na presadzovanie konkrétnych politických názorov alebo propagácie politických subjektov,“ informoval rezort školstva.

Politická propagácia je neprípustná

Politická propagácia je systematická forma presvedčania, ktorej cieľom je ovplyvňovať názory a postoje cieľového publika na ideologické alebo politické účely. Takéto aktivity sú v školách neprípustné, pretože môžu narúšať proces kritického myslenia a nezávislej analýzy žiakov. „Školy zohrávajú kľúčovú úlohu pri budovaní pluralitnej a demokratickej občianskej spoločnosti. Diskusie o politike, ktoré sú politicky neutrálne a bez propagácie konkrétnych strán a kandidátov, sú vítané a môžu prispieť k rozvoju občianskej gramotnosti a kritického mys-

lenia žiakov. Politici sa však musia zdržať kampaňovania, obzvlášť v citlivom období pred voľbami,“ uviedol minister školstva Tomáš Drucker.

Neutrálna diskusia

Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže SR považuje za žiadúce, aby sa žiaci stretávali s osobami, ktoré formujú verejné dianie, ale vždy je nutné zabezpečiť, aby stretnutia zostali v rovine neutrálnej diskusie. Zároveň pripomína, že aj tretie strany, ako neziskové organizácie alebo iné externé subjekty, musia dodržiavať princíp apolitickosti pri organizovaní prednášok a distribúcii vzdelávacích materiálov na školách. „Aktivity, ktoré majú za cieľ politické ovplyvňovanie žiakov bez zaručenia plurality názorov, sú neprípustné. Rezort školstva sa zaväzuje pokračovať v ochrane neutrality školského prostredia a podporovať vzdelávacie aktivity, ktoré prispievajú k rozvoju kritického myslenia a občianskej zodpovednosti mladých ľudí,“ uzatvára rezort školstva.



» *ren*

zdroj foto LeeJeongSoo pixabay

OKNÁ ZA POLOVICU

- nový profil 76 mm
- 3-skleo za cenu 2-skla
- -10% za rýchlú objednávku
- -10% pre seniorov a ZŤP
- TOP výmena okien do 10 dní od zamerania

Záruka 10 rokov

Garancia najnižšej ceny v regióne

HLINÍKOVÉ ROLETY

V CENE PLASTOVÝCH

Ochráňte svoje okná a zvyšte tepelnú izoláciu o 30%

PETER ČÍK

Dolina 975/55, Brezová pod Bradlom
0918 500 492 • oknozahorie@azet.sk
www.top-okna.sk

Malacky • Senica • Skalica • Nové Mesto nad Váhom • Trenčín • Topoľčany

Kolagén, ktorý si podmaňuje zdravie aj krásu naraz!

V posledných rokoch sa o kolagéne hovorí stále častejšie. Celosvetové štúdie preukázali, že správne užívanie kolagénu pomáha pri súvislosti so starnutím a pohybovými problémami.

Kolagén je bielkovina, ktorú tvorí skladba 19 aminokyselín prospešných pre ľudský metabolizmus a jeho správne fungovanie. Tieto bielkoviny sú dôležitým stavebným prvkom.

Ľudské telo si už od útleho veku dokáže kolagén vytvárať samo a však pribúdaním veku je tvorba tejto bielkoviny v našom tele stále slabšia a slabšia. Bolo preukázané, že už pri dosiahnutí 18 roka života je vo väčšine prípadov tvorba vlastného kolagénu takmer nulová. Každý metabolizmus si dokáže robiť zásoby kolagénu, ktoré sa však vstrebávajú u každého jedinca rôzne a podľa toho sa odvíja zásoba kolagénu a s tým spojené vyživovanie pohybového aparátu a pokožky. V dnešnej dobe existujú formy kolagénu, ktoré si vieme načerpať užívaním rôznych výživových doplnkov s obsahom kolagénu.

Rybí a hovädzí kolagén sú veľmi dôležitým stavebným prvkom v oblasti zdravej kĺbovej výživy, podpory správneho fungovania pohybového aparátu, zdravej pokožky, krásnych vlasov a silných nechtov.

Hovädzí kolagén tvoria 2 typy kolagénu a to I a II, tieto kolagény sú neoddeliteľnou súčasťou v raste, obnove a rekonvalescencii kostí, šliach, väzov a kože. Pri dennom

AKCIA 2+1 ZADARMO

HOVÄDZÍ KOLAGÉN FORTE 45,90 EUR / 1 KS

KOLAGÉN FORTE 2 v 1 38,90 EUR / 1 KS

(Akcia platí iba pri nákupe dvoch rovnakých druhov kolagénu.)

užívaní predpísaných dávok dostáva naše telo skrz hovädzí kolagén veľké množstvo aminokyselín potrebných na regeneráciu tkanív. Hovädzí kolagén je pomocníkom pri bolestiach kĺbov, po úrazoch, problémoch s pohybovým aparátom, bolestiach a pri reumatických ťažkostiach.

Rybí kolagén tvorí kolagén typu I, tento druh kolagénu obsahuje podobné množstvo aminokyselín ako hovädzí kolagén a však v menšom množstve. Zdrojom hydrolyzácie kolagénu z rýb sú šupiny a koža. Tento typ kolagénu je bohatý na aminokyselinu „hydroxyprolín“, ktorá je

základným prvkom pokožky, ciev a tkanív. Rybí kolagén má blahodárne účinky v boji proti vráskam, zvyšuje pružnosť a elasticitu pokožky a podporuje antioxidantáciu organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známk starnutia.

Medika Expert priniesla na trh formu kolagénu, v ktorých sú obsiahnuté zložky v navýšených denných dávkach. Denná dávka kolagénu forte 2 v 1 obsahuje až 6 800 mg kolagénu s pridaným vitamínom C. Denná dávka hovädzieho kolagénu forte obsahuje až 8 000 mg kolagénu s pridaným MSM Opti+.

text: Medika Expert

MEDIKA EXPERT

Môžete teraz objednať na:

www.medikaexpert.sk

alebo na tel.:

0904 552 345

Volajte v pracovné dni:
od Pondelka do Piatka,
od 10:00 do 16:00 hod.

Alebo kúpiť aj v predajni:



SLNIEČKO ZDRAVÁ VÝŽIVA
Coborho 1, Nitra - OC Polygón

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

**MÁTE
VLHKÝ DOM?**

- podpilovanie muriva
- chemická injektáž

ZĽAVY 20%



STOP
vlhkým múrom

0918 671 541

KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje i celé
poľovnícke zbierky.

Kúpim veci
z 1. a 2. sv. vojny,
vzduchovky.

Výkup mincí
do roku 1945

Celá SR

0904 474 597

vykupparoziaeu@gmail.com

ZVÝŠTE HODNOTU VAŠEJ NEHNUTEĽNOSTI

EKOLOGICKÉ

ČISTENIE FASÁD

A STRIECH RODINNÝCH DOMOV A BYTOVIEK

Náš systém zaručuje

profesionálne a ekologické čistenie fasád od všetkých
nežiadúcich mikroorganizmov, rias, machov, plesní

Patentovaná

kontaktná technológia

Bez vysokotlakových
čističov



BombaFasada

www.BombaFasada.sk

0905 148 393

BEZPLATNÁ UKÁZKA
A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

5 ROČNÁ ZÁRUKA

rodinné domy
ZĽAVA 50%

RÝCHLO, PROFESIONÁLNE A S DLHOTRVAJÚCIM ÚČINKOM

**DOM
KAVY**

DOMKAVY.SK
TRNAVA

KAVOVA5

ZĽAVOVÝ KÓD - 5% ZĽAVA NA NÁKUP ZO STRÁNKY WWW.DOMKAVY.SK

Samozber zemiakov

Medzi obcami
Majcichov a Hoste

na objednávku/
predaj na mieste
2,50€/kg

samozber
1,50€/kg

Chcete si objednať?
Stačí poslať sms
s menom a počtom kg
a my sa vám ozveme.

0911 654 806
www.jahody-samozber.sk