

SENICKO-SKALICKO



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 31 000 domácností

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.

ĎAKUJEM za Vašu podporu

HNUTIE SLOVENSKO



33-011 Objednávateľ: SLOVENSKO, Zámocká 14, 811 01 Bratislava IČO: 42287511

prodomis
...pre lepšie bývanie!

DOM OKIEN, DVERÍ, PODLÁH
ŠIROKÝ SORTIMENT / NAJLEPŠIE CENY / PROFESIONÁLNY PRÍSTUP

AKCIA NA SKLADOVÉ DVERE

KLEOPATRA	ENZO	NEGRA	VCHODOVÉ DVERE
149,-	199,-	199,-	469,-

V cene: dvere, zárubňa, kľučka
KOMPLETE: kľučka, prah, 2x FAB

Holíč, Kátovská 1138 • 0917 423 259 • holic@prodomis.sk
www.prodomis.sk

Autovrakovisko Holíč

LIKVIDÁCIA AUTOVRAKOV

- Vyradenie z evidencie
- Predaj autosúčiastok
- Odvoz zdarma
- NON STOP Odťah

0903 790 619
www.autovrakyholic.sk

GARÁŽOVÉ BRÁNY

BO-MONT

bomont.sk 0905 478 303



AZ NONSTOP! 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

MAĽBY-NÁTERY BALVAN

Vykonávame všetky maliarske a natieračské práce v interiéri aj exteriéri, stierky, omietky, dekoratívne maľby, protipožiarne nátery ...

Sadrokartóny v modernom štýle, kompletne rekonštrukcie bytov

Pri predložení konkurenčnej ponuky vám spravíme lepšiu cenu

Cenová ponuka a obhliadka ZDARMA je samozrejmosťou

0907 726 634

DVERE PODLAHY TIENIACA TECHNIKA



SHOWROOM

Kľúčnik, s.r.o.
Sasinkova 17, 908 51 Holíč (smer Hodonín)

Otváracie hodiny:
Po - Piat: 9.00 - 16.00 h,
So - Ne: Zatvorené
prípadne telefonická dohoda



KONTAKTY

+421 918 536 949

info@klucnik.sk

Kľúčnik Dvere a Podlahy

www.klucnik.sk

Bezplatný týždenník

SENICKO-SKALICKO

EV 6226/24

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

Ročník I, Vydanie 5, týždeň 22/2024.

Redakcia: Potočná 16
SKALICA
skalicko@regionpress.sk

INZERCIA

Simona Marťáková 0905 915 033
Silvia Lukúvková 0908 979 377

Distribúcia:
Silvia Lukúvková 0908 979 377
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk



DISTRIBÚCIA (36420 domácností)

páry týždeň: Čáčov, Kunov, Senica, Borský Mikuláš, Borský Svätý Jur, Čary, Jablonica, Kúty, Moravský Svätý Ján, Rovensko, Sekule, Smolinské, Šaštín - Stráže, Štefanov, Skalica, Dubovce, Gbely, Holíč, Kátov, Kopčany, Petrova Ves, Popudinské Močidlany, Prietržka, Radimov, Radošovce, Trnovec, Unín, Jablonica

ne páry týždeň: Čáčov, Kunov, Senica, Cerová, Castkov, Dojč, Hlboké, Hradište pod Vrátnom, Jablonica, Koválov, Plavecký Peter, Prievaly, Rohov, Rovensko, Rybky, Smerdák, Sobotiče, Šaštín - Stráže, Štefanov, Skalica, Brodské, Dubovce, Gbely, Holíč, Kátov, Kopčany, Lopašov, Letniče, Prietržka, Chropov, Popudinské Močidlany, Radošovce, Trnovec, Unín, Vrádište

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-ŠALANSKO
HC	30330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16450	KOMÁRŇANSKO
LV	30580	LEVIČKO
MA	29680	MALACKO
NR	54170	NITRIANSKO
NZ	35050	NOVOZÁMČO
PK	22970	PEZINSKO
PN	41870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35420	SENECKO
SE	36750	SENICKO-SKALICKO
TO	41930	TOPOČIANSKO-PE-BN
TN	60750	TREŇCIANSKO-DCA-IL
TT	49930	TRNAVSKO
ZM	20930	ZLATOMORAVSKO

Stredné Slovensko

BB	56200	BANSKOBYSTRICKO-BR
GU	29300	KYŠUCKO-CA-KM
LI	37270	LIPTOVSKO-LM-RK
LC	30860	LUČENCKO-VK-PT
MT	38570	MARTINSKO-TR
OR	34980	ORAVSKO-DK-NO-TS
PB	33590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40150	PRIEVIDSKO
ZV	38400	ZVOLENSKO-DT-KA
ZH	26880	ŽILIA NSKO-ZC-BS
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

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 akejkolvek 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 narušať 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 žiaduce, 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

KAMENÁRSTVO Bocán s.r.o.
Hviezdoslavova 309, Senica

**AKCIA 1-hrob od 1250 €
2-hrob od 1650 €**

Zákryt s bočným obkladom a tvarovanou tabuľou s podložkou
JÚN 2024

Po-Pia: 8.00 - 15.30 hod.

ZADARMO: doprava, váza, lampáš antikora, zameranie, impregnácia, betónové chodníky, cenová ponuka, MONTÁŽ

0905 323 022 • 0910 902 635 RADI VÁS NAVŠTÍVIME AJ U VÁS DOMA - STAČÍ ZAVOLAŤ

www.kamenarstvo-bocan.sk

ŽALÚZIE OKNÁ DVERE
ZÁHORIE PÔSOBÍME NA CELOM ZÁHORÍ
www.zaluzie-zahorie.sk · info@zaluzie-zahorie.sk

žalúzie · siete · rolety · roletky · roletky deň a noc
okná · dvere · zasklenie balkónov · zimné záhrady

AKCIA -25% ZĽAVA
na látkové roletky, interiérové žalúzie a siete

Krátke dodacie termíny, široký sortiment kvalitných výrobkov. Moderné vonkajšie žalúzie na staršie domy - manuál, vypínač, alebo diaľkové ovládanie - všetko je s nami možné!

ZAMERANIE · MONTÁŽ · OPRAVY
0903 526 876 | 0910 114 407

SPRACOVANIE JEDNODUCHÉHO A PODVOJNÉHO ÚČTOVNÍCTVA

VYPRACOVANIE DAŇOVÝCH PRIZNANÍ
FO typ A, B a právnických osôb

MZDY, PERSONALISTIKA

Senica | 0911 521 767

Sme plátcí DPH

R&T TRADE
SME PRVÁ FIRMA, KTORÁ NEVYBERÁ ZÁLOHU NA OKNÁ

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE Vonkajšie hliníkové rolety

1500 2100 1200 800
599 € 649 € 899 €

cena zahŕňa: demontáž, montáž, parapety, žalúzie, murárske práce a DPH

10% ZĽAVA vymalovanie interiéru pri výmene okien

Faktúra k programu **OBNOV DOM** Zateplenie domov a výmena okien

MALBY a NÁTERY
Pri predložení konkurenčnej ponuky vám spravíme lepšiu cenu + 10% vernostná zľava

0903 342 475 | rtrade11@gmail.com

POHREBNÁ SLUŽBA ZÁHORIE s. r. o.

Komplexné pohrebné - cintorínske služby
maloobchod - sviečky, kahance, kvety, urny...
medzinárodná preprava zosnulých

prevádzka: BRATISLAVSKÁ 6, HOLÍČ, tel.: 0918 688 066
(v priestoroch tržnice)
STÁLA SLUŽBA PRI PREVOZE ZOSNULÝCH:
0907 928 212, 0907 079 862
www.pohrebnesluzby-holic.sk

PEKARr s.r.o., Skalica
tel.: 0907 344 041

Komplexné pohrebné služby

- predaj cintorínskych doplnkov
- v Dome smútku v Skalici
- sviečky, kahance, kvety, venčeky, ikebany...
- medzinárodná preprava zosnulých

Stála služba pri prevoze zosnulých **0907 928 212, 0907 079 862**
www.pohrebnesluzby-skalica.sk

POHREBNÁ SLUŽBA
ŠAŠŤÍN - STRÁŽE PEKAR SR s.r.o. a PEKAR SR s.r.o.

Prev.: Štúrova 958, Šaštín-Stráže, tel.: 0907 186 222
www.pohrebnesluzby-sastin-straze.sk

POHREBNÁ SLUŽBA
DOJČ PEKAR SR s.r.o.

Prev.: č. 444, Dojč dočasne uzatvorená, objednávky pohrebov, výkopových prác a i. vybavuje p. Habová Klaudia, na Obec. úrade Dojč, na adrese č. 125, Dojč. tel.: 0908 109 406, prev. doba: PO - ŠT: 9⁰⁰-15⁰⁰ h, PIA: 8⁰⁰-12⁰⁰ h, poľudňajšia prestávka: 12⁰⁰-13⁰⁰ h.

www.pohrebnesluzby-dojc.sk
Komplexné pohrebné služby, maloobchod, sviečky, kahance, vence, ikebany, vázy a i.
STÁLA SLUŽBA PRI PREVOZE ZOSNULÝCH:
0907 928 212, 0907 079 862

FOTOVOLTIKA S DOTÁCIOU až 4025 €



☎ 0905 766 995 🌐 www.zfsolar.sk



Vedenie jednoduchého a podvojného účtovníctva, personalistiky a miezd

Hľadáte individuálny prístup a servis, ktorý dokonale spĺňa i neštandardné nároky klientov?

Ponúkame kompletne spracovanie daňových priznaní, mesačné a ročné závierky a ďalšie účtovné služby.

Lansbrough Europe, s.r.o.
sídlim v Borskom Mikuláši



Spoločnosť Lansbrough Europe, s.r.o. Borský Mikuláš ponúka kompletne účtovné služby a služby mzdového poradenstva, je členom skupiny BPS Group a má viac ako 1300 spokojných klientov.

Sídlo: Lansbrough Europe, s.r.o., Komenského 361, 908 77 Borský Mikuláš
Kontakt: ucto@bpsgroup.sk, kontakt@bpsgroup.sk alebo telefonicky 0948 844 815

Tatranský profil - perodrážka
Terasové dosky **DOVOZ**
Dlážkovica **0902 769 052**

Murárske práce 0904 259 971

- kompletne rekonštrukcie domov a bytov
- sadrokartonárske práce
- zateplovacie práce
- ploty, zámková dlažba
- obklady, dlažby, sanita
- jadrové vŕtanie
- výstavba RD

Profesionálne strojové pranie kobercov na Záhori

Klasický, shaggy, syntetický
Typ koberca

7,90 €/m²

Vlnený
Typ koberca

9,90 €/m²

☎ 0948 118 113

🌐 www.vypranykoberec.sk

✉ objednavky@vypranykoberec.sk

★★★
VYPRANÝ KOBEREC
ČISTÝ A VOŇAVÝ

LEXAN A MONTÁŽNE PRÍSLUŠENSTVO



- × Prevedenie: číry, dymový, mliečny
- × Vysoko kvalitné polykarbonátové dosky (prístrešky, parkovacie miesta, altánky a terasy, zimné záhrady, skleníky ...)
- × Vyššia tuhosť a lepšie tepelnoizolačné vlastnosti
- × UV ochrana
- × Nízka hmotnosť, dobrá manipulácia
- × Jednoduchá montáž
- × Vysoká priepustnosť svetla (číra)



☎ 0919 073 315

🏠 Priemyselný areál Holíč
Kopčanská 35, Holíč



Môžete si vybrať asi zo 130 druhov pomníkov a podľa vlastného výberu!

Pomníky sú vystavené priamo v areáli firmy

KAMENÁRSTVO STAPAV

Skalica, ul. Horská
0902 624 774

Stačí zavolať a my vás navštívime. www.kamenarstvistapav.sk

DVOJHROB
od 2300 € (tmavý od 2700 €)
NA KOMPLET - ZO ŽULE
Príďte sa presvedčiť

NAŠA FIRMA MÁ 33 ROKOV BOHATÉ SKÚSENOSTI

Vystavené sú nové druhy materiálu. Najlepšie ceny v Skalici a okolí.

f KOVOŠROT VAŠIN s.r.o.

Prevádzky: ČÁRY
GBELY (objekt tehelne)
HOLIČ (pri smaltovni)

- Likvidácia autovrakov
- Vyradíme Vám vozidlo z evidencie
- Odt'ahová služba **ZADARMO!**

www.kovosrotvasin.sk • Tel: 0903 373 854



SM
CLEANING
COMPANY

Ponúkame služby

šité na mieru pre každého zákazníka
osobitne v okresoch Skalica a Senica.
Sme k dispozícii 24/7.



UPRATOVANIE KOMERČNÝCH PRIESTOROV
UPRATOVANIE SÚKROMNÝCH PRIESTOROV
ÚDRŽBA ZÁHRAD A TRÁVNATÝCH PLOCH
PROFI ČISTENIE VOZIDIEL

☎ 0901 700 707
0949 127 021

📍 Starohorská 13, Skalica
🌐 www.sm-cleaning.sk

Občianska riadková inzerca

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

» Kúpim do zbierky PIO-
NIERA, BABETU, SIMSONA,
STELU aj pokazené.Tel.
0915215406

08 STAVBA

» Kúpim haki lešenie .Tel.
0908532682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

» Predám všetky - odlo-
žence r.miera B / 50 €.Tel.
0908636336
» Predám pšenicu a jač-
meň, Holíč.Tel. 0902740130

11 HOBBY A ŠPORT

» Predám bicykel horský a
závodný.Tel. 0907276042
» Predám Es Alt saxo-
fón zlatý zn. Victory.Tel.
0903428843
» Vykupujem gramofónové
LP platne.Tel. 0908113248
» Kúpim LUDOVÉ KROJE.Tel.
0902708047

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

» Predám kombinovaný
sporák Gorenje antikor
starší veľmi zachovalý.Tel.
0903428843

14 RÔZNE / iné

» Odkúpim nefunkčné elek-
tromotory, trafáky, zvärač-
ky, batérie, ventily, sprcho-
vé batérie.Tel. 0949386463

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

**RIADKOVÁ
INZERCA REALÍŤ
JE OD 26.10.2023
ZRUŠENÁ!**

Inzerát si môžete
podať cez

www.mojinzerat.sk

Chcete si podať inzerát?
Návod nájdete na tejto strane.

Predám sad o výmere 1296 m², pozemok o výmere 242 m²
a chatku o výmere 30 m² v Popudinských Močidl'anoch.
Vhodné na výstavbu rodinného domu. +421 919 122 594

HYDROIZOLÁCIE

hydroizolacie-ms.sk

plochých striech, balkónov,
prístreškov, jazierok, spodné
stavby asfaltovými pásmi i fóliami

0903 212 695

**Ponúkame na prenájom
11 parkovacích miest
lokalita Holíč ul. Kollárova
(pri športovej hale).**

**Prenájom 1 parkovacieho miesta
200 € / 1 rok a 100 € / polrok.**

**Tel.: 0903 744 360, 0903 744 390
e-mail.: stavoimpex@centrum.sk**

HYDROIZOLÁCIE PLOCHÝCH STRIECH

• ZÁKLADOV BUDOV
• BAZÉNOV • TERÁS
• BALKÓNOV



KLAMPIARSKÉ PRÁCE

0907 211 797 www.hydroizolacie-senica.sk

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo
8866 v tvare:
RPmedzera SE medzera
Číslo rubrikymedzera Text
inzerátu

Príklad:

**RP SE 12 Predám kočík,
0987 654 321.**

Spätnou SMS vám potvrdíme
prijatie inzerátu a jeho cenu,
ktorú vám vyúčtuje váš mo-
bilný operátor. Cena je **0,60 €**
s DPH za každých začatých 30
znakov textu vášho inzerátu
vrátane medzier. Nič iné neúč-
tujeme. **Upozomenie!** Služba
nefunguje u operátora o2 a 4ka.

TIP 1: Ak chcete inzerát na viac
týždňov, pošlite rovnakú sms
tolkokrát, v kolých týždňoch
chcete inzerovať.
TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť
v ľubovoľných iných našich no-
vinách, **SE** zameríte za skratku
novín, ktorú nájdete na zadnej
strane vľavo doľu. Službu Plat-
baMobilom.sk technicky zabez-
pečuje ELET, s.r.o.

MAKALES s.r.o. Skalica

PREVÁZKA: **Kátov 71**

**VÝROBA A PREDAJ:
• PALIVOVÉ DREVO
• BRIKETY Z TVRDÉHO DREVA**



**0918 645 802
0907 784 324**

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie **-20%**
- chemická injekcia **STOP VODA**

100% odstránenie vlhkosti
www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

ČISTENIE HROBOV
JEDNOHROB 65 € DVOJHROB 95 €

Dosekávanie písma

Dátum 100 €, inak 10 €/znak

Obnova písma 1,30 €/znak

Ing. Miroslav Greisiger
0940 653 651, 0919 205 521
www.greisiger.sk

**AKCIA
do
30.6.2024!!**



LUX JR - Sobotište

NAJNIŽŠIE CENY V REGIÓNE - NAJVIŠŠIA KVALITA

www.lux-sobotiste.sk

DOTÁCIA Z PROGRAMU OBNOV DOM

- certifikované okná a dvere vyhovujúce podmienkam na získanie dotácie
- poradenstvo pri výbere vhodného profilu, bezplatné zameranie a vypracovanie cenovej ponuky

- PROFIL SALAMANDER BLUEEVOLUTION 82 VYROBENÝ NA SLOVENSKU
- OKNÁ V PLNEJ VÝBAVE CERTIFIKOVANÉ AJ PRE PASÍVNE DOPY
- 6-KOMOROVÝ PROFIL, 3-SKLO SO ŠÍRKOU ZASKLENIA 44MM A TEPLÝM RÁMIKOM, KOVANIE MACO MULTI-MATIC,
- 2 CELOOBVODOVÉ A JEDNO STREDOVÉ TESNENIA, 72 DEKÓROV
- HLINÍKOVÝ POSUVNÝ SYSTÉM HS PORTÁL A HLINÍKOVÉ VCHODOVÉ DVERE V PROFILE ALUPROF VYROBENÉ NA SLOVENSKU



DLHOROČNÉ SKÚSENOSTI = SERIÓZNOSŤ

ZÁRUČNÝ AJ POZÁRUČNÝ BEZPLATNÝ SERVIS OKIEN A DVERÍ

**PLASTOVÉ
OKNÁ A DVERE**

SALAMANDER

**HLINÍKOVÉ OKNÁ A DVERE
ALUPROF**

SEKIOVÉ A 2-KRÍDLOVÉ GARÁŽOVÉ BRÁNY

ŽALÚZIE VŠETKÝCH DRUHOV

MARKÍZY A TEXTILNÉ ROLETKY ZA NAJNIŽŠIE CENY V REGIÓNE

Sobotište 314, objekt reštaurácie MATULŮV DVŮR

e-mail: sobotiste@lux-sobotiste.sk • tel. 0908 702 522

facebook: Pavol Černek - LUX JR

čujte.sk

Čítajte nás:



www.cujte.sk

ABC-OKNÁ

VÝROBA A MONTÁŽ PLASTOVÝCH OKIEN A DVERÍ

- PLASTOVÉ OKNÁ A VCHODOVÉ DVERE
- HS PORTÁLY
- GARÁŽOVÉ BRÁNY LOMAX
- PREDOKENNÉ ROLETY
- VONKAJŠIE ŽALÚZIE
- OKENNÉ SIETE, SIEŤOVÉ DVERE



VŽDY
VÝHODNÉ **AKCIE**

LOMAX

blu Evolution

SALAMANDER
INDUSTRIEPRODUKTE

HOLIČ, BERNOLÁKOVÁ 12 (HOTEL SAN)
0948 344 401

okna@abc-okna.sk, holic@abc-okna.sk

www.abc-okna.sk

Frézovanie komínov

- Stavba teplovzdušných krbov a teplovzdušných rozvodov
- Vložkovanie komínov
- Rekonštrukcia starých komínov
- Obhliadka komína zdarma

www.kominicek.sk

0905 702 276 • 0917 850 155

**ZĽAVA
NA NEREZ**

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 domácnosti 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. Použití na tento účel môžete kompostér, alebo si ho vytvoriť 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 listie, 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 neprikladajte 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 Antranias pixabay

LIKVIDÁCIA AUTOVRAKOV

www.vamametal.sk
vamametal@gmail.com

SENICA

- VYRADENIE Z EVIDENCIE ODŤAH ZADARMO

0914 117 226

VAMA METAL

GEODÉZIA ZÁHORIE

... meriame svet okolo Vás ...

www.gz.sk
0905 534 826

- ✓ Geometrické plány
- ✓ Vytýčenie pozemkov
- ✓ Inžinierska geodézia
- ✓ Legalizácia čiernych stavieb

Zameriavame adresné body
www.adresny-bod.sk
ul. pplk. Pljušťa 1, Skalica, (autobus. stanica)

RÝCHLE DODANIE DOBRÉ CENY

PALIVOVÉ DREVO

POLIENKA BUK, DUB, HRAB, SMREKOVÉ PELETY

Neváhajte sa zásobiť palivovým drevom už dnes!

0917 649 213

VÝKUP KROJOV

a ich súčastí, plátno kašmírové sukne, šatky brokátové šatky, štočky

0908 627 952

PALIVOVÉ DREVO

bukové brikety



RUF

rašelinové

AKCIA NA MESIAC JÚN

DOPRAVA ZADARMO

v okrese Skalica

pri objednávke od 10 m dreva



DREVO REHÁK

0948 627 251 - 0904 327 169

NAJ CENY V REGIÓNE!



Rýchla dodacia doba
Dopravu zabezpečíme

Smolenická aj Krupanská fčela

Bezplatná kyvadlová doprava pre turistov

Ak sa chystáte na výlet do Smoleníc či Dolnej Krupovej, tak využít 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



SOTINSKÁ 1577, SENICA

KAMENÁRSTVO



KAMEX

NAJVÄČŠÍ VÝBER VYSTAVENÝCH
POMNÍKOV V REGIÓNE

VÝRAZNÉ ZĽAVY
A AKCIE AŽ DO -40 %

ZADARMO:

DOPRAVA, ZAMERANIE, MONTÁŽ, VÁZA + SVIETNIK,
IMPREGNÁCIA, CHODNÍKY



0903 792 674



KAMEX.SK

PO - PIA:
9.00 - 16.00 H

9 ŽIVOTY NIE PROFITY
socialistik

Lucia Hubinská

Objednávateľ: Socialistik.sk, Štefanikova tr. 44, 94901 Nitra, IČO: 5265907
Dodávateľ: REGIONPRESS, s.r.o., Pekárska 748940A, 917 01 Trnava, IČO: 36 252 417

DOVOZ NA ADRESU

18 týž. mládky,
brojlerové kuriatka
www.hydinashop.sk
0944 842 953

INZERCIA

0905 915 033

REKONŠTRUKCIA

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

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

0904 865 898

eko max

Letná AKCIA
na kvalitné brikety, pelety a drevo

Doprava v rámci celej SR **ZDARMA**

Bukové brikety 960 kg / 285€ 252€ 600 kg / 285€ 195€	Smrekové peletky A1 1005 kg / 310€ 292€ 780 kg / 265€ 249€	Drevo v kletke 1 prm / 172€ 1,7 prm / 210€
---	---	---

OBJEDNAJTE: 0918 348 999

www.ekomax.sk info@ekomax.sk Akcia platí do vyčerpania zásob

OKNÁ ZA POLOVICU

Záruka 10 rokov

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

Garancia najnižšej ceny v regióne

HLINÍKOVÉ ROLETY

V CENE PLASTOVÝCH

Ochráňte svoje okná a zvýšte 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

STONE INDUSTRY SRO

KAMENÁRSTVO

Vzorková predajňa

Senica
Staré trhovisko
pri Lidli

Po - Pia: 11:00 - 16:00

0905 366 666

CELOROČNÁ ZĽAVA až do 40%

UŽ 33 ROKOV S VAMI
1991-2024
Premium Quality
SLOVENSKÝ VÝROBCA POMNÍKOV

Slovenský výrobca pomníkov za dostupné ceny, s tradíciou od 1991

www.zulovepomniky.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 čierne-fialové. 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 zápchy, 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 spracovať 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 protívirusové 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 Stredomorja, 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

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 šialenému 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 sebedovomo. 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

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 jedálny lístok. A hoci ich dnes už bez problémov zakúpíte 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 kašíc. Na ich výrobu budete okrem rastlinnej zložky potrebovať kvalitný mixér, vodu a husté plátno, prípadne sitko.

Mandľové mlieko

Jeden hrnček lúpaných mandlí cez noc namočí 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 ozdóbime ovocím, prípadne nasekanými orechmi.



Ilustračné foto.

zdroj foto Imoflow pixabay

Zmrzlina s kokosovým mliekom

Suroviny: zrelé mango, banán, kokosové mlieko

Postup: Mango ošúpeme, vykôstkujeme a nakrájame na kocky, banán nakrájame na plátky. Takto pripravené ovocie dáme do vrecka 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](#)

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. 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 nechťov.

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 antioxidantnú organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známok 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

SLNIEČKO ZDRAVÁ VÝŽIVA
Coborihu 1, Nitra - OC Polygon

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 jedincom. 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 uhrýznutia psom, respektíve mačkou. Ochranu pred tetanom dokáže poskytnúť iba očkovanie,“ uzatvárajú odborníci.



» ren

foto autor JerzyGorecki pixabay



An MSM Group Company

Velkoobchodná spoločnosť zaoberajúca sa distribúciou zdravotníckeho materiálu prijme do pracovného pomeru

SKLADNÍKA a súčasne VODIČA

Požiadavky na uvedenú pozíciu:

- zodpovednosť, samostatnosť, spoľahlivosť, flexibilita
- oprávnenie a prax pre vysokozdvížny vozík (výhoda nie podmienka)
- manuálna zručnosť, vodičská zručnosť, prax vo vedení dodávky výhodou
- trestná bezúhonnosť (čistý Výpis z registra trestov)

Náplň práce:

- kumulovaná funkcia skladníka a vodiča dodávky
- práca v jednozmennej prevádzke
- práca s ručným paletovým a vysokozdvížnym vozikom
- príjem, príprava a výdaj tovaru
- nakládka, rozvoz a vykládka tovaru
- občasný rozvoz tovaru po celom Slovensku

Mesačná mzda:
1.090 € brutto
+ odmeny

Svoju žiadosť so životopisom zasielajte na e-mail: milan.drznik@msmgroup.eu, prípadne na adresu: **MSM Slovakia s.r.o., Kopčanská 35, 908 51 Holíč.**



prijme bezpečnostných pracovníkov do obchodnej prevádzky v Skalici

950 € brutto / mesiac
POS nutný!

0914 333 342

VPP servis s.r.o. Holíč prijme do TPP VODIČA

Podmienky: vodičské oprávnenie skupiny: B, C, T
• kvalifikačná karta vodiča • doklad o psychickej a zdravotnej spôsobilosti vodiča

0948 761 728 • vppservis@vppservis.sk

Hľadáme ľudí do našej výroby **ERI BAKERY, a.s.**, s prevádzkou v Holíči, Lesná 4, na túto pozíciu:



PRACOVNÍK V POTRAVINÁRSKEJ - PEKÁRSKEJ VÝROBE

- obsluha výrobných a baliacich zariadení
- zodpovednosť za pridelené pracovisko
- zodpovednosť za dodržanie technologických postupov, kvality na zverenom pracovisku
- manipulačné a baliace práce
- 8-hodinová pracovná doba / 2-zmenná prevádzka
- bez nočnej a víkendovej práce
- nástupný plat 5,00 €/h, po plnom zaučení 5,50 €/h

Kontakt: personalne@eribakery.eu, 0911 963 237

Stellanova International, s.r.o.

hľadá do prevádzky v Skalici nových spolupracovníkov na pozíciu:

operátor výroby

Požiadavky: manuálna zručnosť • zodpovednosť • samostatné myslenie • spoľahlivosť a flexibilita

Náplň práce: obsluha strojov a kontrola kvality Práca v 2-3 zmennej prevádzke. Nástup možný ihneď.

Záujemcovia sa môžu hlásiť na e-mail: lucie@stellanova.de

Spoločnosť PEKAR SR s.r.o. ponúka prácu na pozíciu

PREVÁDZKOVÝ PRACOVNÍK POHREBNEJ SLUŽBY

Náplňou práce je: prevoz zosnulých, manipulácia so zosnulým a činnosti spojené s pietnym aktom, prípadne výkopové práce.

Požiadavky: spoľahlivosť, zodpovednosť, slušnosť a vodičský preukaz skupiny "B".

Životopis záujemcu o prácu i s tel. kontaktom zasielajte na e-mail: pekar.psz@centrum.sk
Kontaktný telefón: +421 907 323 364 (p. Pekar)

Spoločnosť **Maccaferri** zaoberajúca sa výrobou gabiónov a geosyntetik pôsobiaci v priemyselnom parku v Senici ponúka prácu na pozíciu

údržbár – elektrikár

Podmienky dojednané priamo s uchádzačom

operátor vo výrobe

3 zmenná prevádzka

Mzda od 1200 € do 1400 €

Benefity: celý 13. plat v máji, celý 14. plat v novembri • strava zadarmo • príspevok do DDS 3,5% • príspevok na dopravu do 40 € mesačne • vernostný bonus vyplatený po 18, 36, 60, 120 mesiacoch • vyššie príplatky za víkendy a nadčasy • voľné dni nad rámec zákonníka práce a veľa ďalších benefitov.

A ak máš chuť sa učiť nové veci, máš rád prácu s ľuďmi a motivuje ťa vyšší plat, tak máme pre teba voľné aj miesto predáka – **VEDÚCEHO LINKY.**

Volaj a informuj sa na tel.: **0918 439 284**, príp. svoj životopis prines osobne na vrátnicu spoločnosti na adresu **Kaplinské pole 24, Senica**. V prípade záujmu príd' na pracovný pohovor každú stredu o 12:30 hod.



INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA



prijme bezpečnostných pracovníkov do obchodnej prevádzky

v Senici

900 € brutto / mesiac
POS nutný!

0914 333 342

Čujte.sk

Gotický kostol v Plešivci

www.cujte.sk



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

20-0014

46-0009

ZVÝŠTE HODNOTU VAŠEJ NEHNUTELNOSTI

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

f BombaFasada
www.BombaFasada.sk
0905 148 393

BEZPLATNÁ UKÁŽKA
A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

5 ROČNÁ ZÁRUKA

rodinné domy
ZĽAVA 50%

RÝCHLO, PROFESIONÁLNE A S DLHOTRVAJÚCIM ÚČINKOM

65-001

V LETE CHLADÍME | V ZIME KÚRIME

NÍZKONÁKLADOVÉ

KLIMATIZÁCIE

Značky podľa želania zákazníka

Dodanie | Montáž | Servis
Pozáručný servis

0902 061 972
klimasousek@gmail.com



63-0103

ROJA GROUP

- OKNÁ
- DVERE
- TIENENIE

VONKAJŠIE ŽALÚZIE
K OKNÁM
ZĽAVA 50%

0949 22 61 61

WWW.ROJAGROUP.SK

SENICA
ŠTEFÁNIKOVA 695

63-0102

ZA BEZKONKURENČNÉ CENY

zimné záhrady • prístrešky
zasklievanie balkónov,
terás a pergol

BilMont

info@bilmont.sk
0904 322 451



www.bilmont.sk

Priamo
od
výrobcu

CK ZÁBOJNÍK happy holiday travel TERMÁLY - MORE ...

ZÁJAZDY luxusným autobusom - WC, TV, KLÍMA, BUFET. Odchody z miesta bydliska. PLATBA V AUTOBUSE.

- 09.06. Mosonmagyóvár termál 23 €
- 11.06. Győr termál 25 €
- 14.06. Kittsse čokoládovňa, Bratislava Danubiana, Aupark, obed, bufet v ázijskej reštaurácii 25 €
- 15.06. Veľký Meder termál 25 €
- 16.06. Győr termál 25 €
- 21.06. Komárno pevnosť, nám. Európy, Komárom termál 29 €
- 22.06. Praha centrum sprievodca 49 €
- 23.06. - 24.06. Győr, hotel Garzon Plaza**** termál, raňajky, bufet, wellness, Mošon termál 99 €
- 29.06. Polný Kesov termál 27 €
- 30.06. Moravia termál 27 €
- 30.06. Milotice zámok, dobové kostýmy, Kyjov pivovar, hudba, tanec 28 €
- 01.07. - 02.07. Znojmo, Excalibur, hotel**** bazén all inclusive, Laa an der Thaya termál 149 €
- 05.07. - 14.07. Taliansko, Bibione apartmány 250 €
- 05.07. - 14.07. Taliansko, Palmová riviéra, Martinsicuro apartmány 250 €
- 06.07. Dunajská Streda termál 24 €
- 07.07. Veľký Meder termál 25 €
- 19.07. - 28.07. Grécko, Parália, Hotel Orea Eleni*** polpenzia, apartmány 349 €
- 30.07. - 08.08. Taliansko, Palmová riviéra, San Benedetto apartmány 250 €
- 02.08. - 11.08. Taliansko, Bibione Lignano apartmány 250 €
- 10.08. - 11.08. Znojmo, Excalibur, hotel**** bazén, all inclusive, Laa an der Thaya termál 149 €
- 09.08. - 11.08. Maďarsko, Pápa, hotel**** polpenzia, bufet, termál, Győr termál 199 €

magdalena.zabojnikova@azet.sk **0918 191 141**

15-0088

63-0024