

PIEŠŤANSKO NOVOMESTSKO-MYJAVSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 41 870 domácností

facebook

Sledujte nás

Súťaže
Podujatia
Tipy na výlet
Aktuálne dianie



Piešťansko



Rozširujeme
svoj tím o nových kolegov na pozíciu

OPERÁTOR VÝROBY

na hlavný pracovný pomer, prípadne
brigádu počas letného obdobia.

Semikron Danfoss, s.r.o. | Šteruská 3 | 922 03 Vrbové
0910 856 005 | lucia.potroková@semikron-danfoss.com

PRIDAJ
SA K NÁMI!

JEDINEČNÉ
SPOJENIE.

Prenájom kontajnerov

Búracie a vypratávacie práce

Čistenie pozemkov

Dovoz sypkých materiálov

Odvoz odpadu

Kontajnery s otváracím čelom



kontakt

0917 567 349



Príjme
automechanika

na preskladávanie dielov
po autonehodách

viac informácií

0907 499 981

**SERVIS
PREDAJ
BICYKLOV**

A.Trajan

Tel.: 0905 400 473

SERVIS OKIEN A DVERÍ
SERVIS TIENIAČEJ TECHNIKY

JUMITECH

0908 717 770

www.jumitech.sk

jumitech.servis@gmail.com



ŽALÚZIE
ROLETY
SIETKY
PLISSÉ
MARKÍZY

Zateká Vám strecha?

Spoľahnite sa na odborníkov
a budete kľudne spať

- opravy asfaltových a plechových
striech - lokálne aj celoplošne
novými elastickými materiálmi
so životnosťou min. 30 rokov
v cene už od 12,90 € / m²
Výber z viac druhov materiálov
- obhliadka a vypracovanie
cenovej ponuky **zadarmo**

STRECHAFER, s.r.o.
Božík Peter
0948 606 860

AUTOSERVIS Drahovský

Oprava osobných
a nákladných vozidiel

Plnenie, čistenie,
dezinfekcia klimatizácií
Pneuservis

0905 249 156 / 0905 204 619

NONSTOP
ODTÁHOVÁ
SLUŽBA

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.

f MK-Vet 032/771 04 58

0903 421 765

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

www.mk-vet.sk

21. júna 1990

bolo založené **Slovenské hemofilické zdru-
ženie**

Výročia a udalosti

Štiepané
palivové
drevo

Pre okresy
PN, NM a MY

0948 308 448

AKCIA
DOPRAVA
ZADARMO
PRE OKRESY
MY, NN, PN

V PONUKE
AJ SUCHÉ
PALIVOVÉ
DREVO



PROFESIONÁLNY VÝCVIK
PSOV VŠETKÝCH PLEMEN A
UBYTOVANIE. 0944 544 577



ošetrovanie stromov
výchovný, bezpečnostný,
zdravotný, rekudčný rez
| hodnotenie stavu stromov
| rez ovocných stromov
| odvoz bioodpadu
| úprava živých plotov
| výsadba, po výsadbovú
starostlivosť
| bezpečnostné väzby
| rizikové výruby

0903 416 877

Bezplatný týždenník

PIEŠŤANSKO
NOVOMESTSKO-MYJAVSKO

EV 6228/24

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

Ročník I, Vydanie 7, týždeň 24/2024.

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

INZERCIA

Ivana Korvínová 0905 746 988

Distribúcia: Marek Rus 0908 979 496
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk



Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (41.870 domácností)

pámy týždeň: Banka, Beckov, Brezová pod Bradlom, Bzince pod Javorinou, Čachtice, Horná Streda, Kočovce, 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, Peceňady, Piešťany, Pobeďim, Podolie, Považany, Rakovice, Sokolovce, Stará Turá, Trebatice, Veselé, Veľké Kostolany, Veľké Orvište, Vrbové.

Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovú 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-SALIANSKO
HC	30330	HLOHOVECKO-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	TOPOLČANSKO-PE-BN
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	LUCENECKO-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	ŽIARSKO-ZC-BŠ
ZA	50780	ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

BJ	37210	BARDEJOVSKO-SK-SP
GE	30830	GEMERSKO-RV-RS-RA
HU	27190	HUMENSKO-VF-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

100 ROKOV MG MOTOR.

OSLÁVTE ICH S NAMI. T.O.B. Trenčín



Since 1924

- Špeciálne zvyhodnenie
- Financovanie s úrokom od 1,99 %
- 7 rokov továrenskej záruky / 150 000 km
- 7 rokov asistenčnej služby

MG ZS

1.5 DVVT 106 k / 78 kW

- Bi-LED svetlomety
- 6 Airbagov
- Parkovacie senzory
- Digitálna klimatizácia
- Tempomat
- 10,1" displej
- Apple CarPlay®
- 17" zliatinové kolesá

OTVORIŤ
PONUKU



16 810 €
~~17 890 €~~



Spotreba paliva v l/100 km (kombinovaná, WLTP): 6,6. Emisie CO₂ v g/km (kombinované, WLTP): 149

MG HS

1.5 TGI 162 k / 119 kW

- Bi-LED svetlomety
- Parkovacie senzory
- Digitálna klimatizácia
- Tempomat
- Navigácia
- Digitálny príst. panel 12,3"
- Apple CarPlay®
- 17" zliatinové kolesá

OTVORIŤ
PONUKU



26 470 €
~~28 470 €~~



Spotreba paliva v l/100 km (kombinovaná, WLTP): 7,4. Emisie CO₂ v g/km (kombinované, WLTP): 168

T.O.B. Trenčín

T.O.B. s.r.o., Bánovská 1042, Trenčianska Turná

Tel.: +421 32 321 7215

E-mail: info@tob-mg.sk

www.tob-mg.sk



150 000 km

Dom Umenia Piešťany

**PONDELOK 17. 6. / UTOROK 18. 6.
/ 18.00 – KONCERT
ZÁVEREČNÝ KONCERT
SÚKROMNÝ ZÁKLAD-
NEJ UMELECKEJ ŠKOLY
PIEŠŤANY**

Koncertné vystúpenie žiakov hudobného odboru SZUŠ Piešťany. Koncert je pestrou ponukou palety hudobného a vokálneho umenia.

ŠTVRTOK / 20. 6. / 19.30

**KONCERT
PETITE MESSE SOLEN-
NELLE**

SLOVENSKÝ FILHARMONICKÝ ZBOR
Dĺžka predstavenia 80 min.
Vstupné: 16,- €

**PIATOK / 21. 6. / 19.30 – KONCERT
NYLONOVÝ VEK
SWINGU**

Dĺžka predstavenia 120 min.
Vstupné: 25,- € a 20,- €

PONDELOK / 24. 6. / 19.00

**DIVADELNÉ PREDSTAVENIE
RUSÁLKA NIELEN PODĽA
DVORÁKA**

Dĺžka predstavenia 130 min.
Vstupné: 44,- € a 39,- €

PIATOK / 28. 6. / 19.30

**KONCERT
SLOVANSKÉ TANCE**

Dĺžka predstavenia 80 min.
Vstupné: 16,- €

PREDPREDAJ VSTUPENIEK

Pokladňa Dom umenia, Nábřežie I. Kraska 1, Piešťany,

Pondelok – piatok: 14.00 – 17.00 a hodinu pred predstavením alebo www.ticketportal.sk

Program nájdete na internete: www.domumenia-piestany.sk

e-mail: domumenia@filharmonia.sk
Programová prevádzka: 033/2458 100

pokladňa: 033/2458 001
ZÁKAZ VSTUPU DO HLADISKA POČAS PREDSTAVENIA!
ZMENA PROGRAMU VYHRADENÁ!

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

- » ČZ-JAWA Odkúpim Moto-cykel/Diely-SERIOZNA DO-HODA 0908 205 521
- » ODKÚPIM BABETU STELU MANET KORADO AJ POKAZENE PONUKNITE 0915215406

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

- » Kúpim pracku 0907451914

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

- » Vdovec 67r. Hlada priateľku. 0907587711
- » Seriozny 55r hlada i plnostihlu zrelu zenu do 75r 0918011427
- » SYMPATICKA 57 R HLADA PRIATELA NA ZOZNAMENIE 0907277466

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare: RP medzera PN medzera číslo rubriky medzera Text inzerátu

Príklad:
RP PN 12 Predám kočík, 0987 654 321.

Riadková inzercia realit je od 26.10.2023 zrušená, inzerát si môžete podať len cez www.mojinzerat.sk

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie 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 operátorov 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 novinách, **PN** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete v tiráži. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.



Správna voľba

40% ZĽAVA

3.29***

1.95

(1 kg = 280)

Tradičné maslo
250 g



60% ZĽAVA

3.98***

1.59

Ploché broskyne
1 kg balenie



37% ZĽAVA

11.70***

7.29

Čerstvé vajcia „M“
60 kusov



1 kus iba
0.13

58% ZĽAVA

4.31***

1.79

Cherry paradajky
strapcové
500 g balenie



Lidl STÁNOK
BEZPEČNÉ ČERSTVÉ

42% ZĽAVA

6.99*

3.99

(1 l = 100)

Krušovice Originál
10°
8 x 0,5 l + 4 l
zvyšný výčapný pivo
+ záloh za obaly 1,20 €



8x
0,5 l iba
0.50

47% ZĽAVA

3.79

1.99

Kuracie štvrte XXL
cena za 1 kg



*Výdeľová cena vrátane DPH podľa platnej legislatívy. **Cena pred zľavou. ***Cena pred zľavou vrátane DPH podľa platnej legislatívy.

****Cena pred zľavou vrátane DPH podľa platnej legislatívy. *****Cena pred zľavou vrátane DPH podľa platnej legislatívy.

*****Cena pred zľavou vrátane DPH podľa platnej legislatívy. *****Cena pred zľavou vrátane DPH podľa platnej legislatívy.



Fandíme spoločne
naším chlapcom

Lidl - Generálny partner
Slovenského futbalového zväzu

Prezentačný materiál platí od 17. 6. do 23. 6. 2024 alebo do vypredania zásob. Číslo vľavo od produktu. Cena za 1 kg. Cena pred zľavou. Cena pred zľavou vrátane DPH podľa platnej legislatívy. Cena pred zľavou vrátane DPH podľa platnej legislatívy. Cena pred zľavou vrátane DPH podľa platnej legislatívy. Cena pred zľavou vrátane DPH podľa platnej legislatívy.

S našimi klinikami o
zubné benefity neprídete.

Prestúpte k nám a získate 150 €

+421 902 828 111
nitra@zubkovevily.sk
Štefánikova trieda 100, Nitra

+421 911 707 167
prievidza@zubkovevily.sk
Bojnická cesta 447/43, Prievidza

+421 911 909 039
piestany@zubkovevily.sk
Winterova 1745/41, Piešťany



Predpoved'
počasí
na 7 dní
Piešťany

Pondelok
17.6.2024



čiasťočne oblačno

27°C

14°C

Utorok
18.6.2024



čiasťočne oblačno

29°C

20°C

Streda
19.6.2024



jasno

29°C

17°C

Štvrtok
20.6.2024



čiasťočne oblačno

24°C

15°C

Piatok
21.6.2024



čiasťočne oblačno

22°C

13°C

Sobota
22.6.2024



čiasťočne oblačno

24°C

13°C

Nedeľa
23.6.2024



polooblačno

24°C

15°C

25. týždeň

zdroj pocasio.sk | predpoveď zo dňa 10.6.2024

1994-2024
30
ROKOV

**SME TU
S VAMI!**

MAGNA

MAGNA Slovteca s.r.o.
Nové Mesto nad Váhom

Kontakt: praca@magna.com alebo +421 32 3220 240

Odvykanie od fajčenia a jeho úskalia

Úrad verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) priniesol na sociálnej sieti pri príležitosti Svetového dňa bez tabaku informáciu o sieti poradní zdravia, ktorá funguje na regionálnych úradoch verejného zdravotníctva a poskytuje bezplatné odborné poradenstvo každému, kto prejaví záujem odvyknúť si od fajčenia a užívania alternatív k fajčeniu. Zároveň ponúka odpovede na najčastejšie položené otázky k odvykaniu od fajčenia.

„Okrem odborného poradenstva vyškolenými pracovníkmi v poradniach zdravia na regionálnych úradoch verejného zdravotníctva funguje v Slovenskej republike aj Linka pomoci na odvykanie od fajčenia na telefónnom čísle 0908 222 722. Prevádzkujú ju odborní pracovníci úradov verejného zdravotníctva v oblasti poradenstva odvykania od fajčenia. Na linku je možné volať v pracovných dňoch od 8.00 h do 15.00 h,“ informoval ÚVZ SR.

Ponúkame odpovede na niektoré z najčastejšie položených otázok k odvykaniu od fajčenia. Odpovedá na ne Mgr. Katarína Blažová z Poradne na odvykanie od fajčenia na Regionálnom úrade verejného zdravotníctva v Bratislave:

Ako mám skončiť s fajčením a s alternatívami k fajčeniu, ak už som to viackrát skúsil a vždy sa k tomu vrátim?

„V prvom rade je dôležité vaše vnútorné

nastavenie, preskúmať, či ste naozaj pevne rozhodnutí, odhodlaní a máte skutočne pádný dôvod na skončenie so závislosťou. Ak áno, je dôležité si zapamätať, prípadne zapísať tieto dôvody, aby ste sa neskôr pri závähaniach a slabých chvíľkach k nim mohli vrátiť a utvrdiť sa o správnosti vášho rozhodnutia. Niektorí môžu argumentovať, že nemá pevnú vôľu a preto vždy zlyhá, ale vôľa nie je pevne stanovená a dá sa podobne ako naše svaly trénovať – vybudovať,“ približuje odborníčka.

Čo mám robiť, keď už som rozhodnutý a príde znova chuť na cigaretu či iné alternatívy k fajčeniu?

„Naším klientom v rámci poradne na odvykanie od fajčenia ponúkame viacero techník, ktoré im pomôžu zbaviť sa závislosti na fajčení a alternatív k fajčeniu a tiež na zvládanie abstinenčných príznakov. Dôležité je uvedomiť si, že ak chcete navždy skončiť s touto závislosťou, bude potrebné zmeniť svoje doterajšie návyky, teda prerušiť príčinnú súvislosť medzi situáciou a užívaním uvedených výrobkov. Napríklad mnohí majú hlboko zabudované zvyky - dať si cigaretu či užiť alternatívu k fajčeniu hneď po zobudení, pri pití kávy, po jedle, pri telefonovaní alebo v spoločnosti iných fajčiarov. Bude potrebné prerušiť túto naviazanosť a nahradiť spomenuté situácie iným zvykom. Napríklad si dať po zobudení sprchu a raňajky, kávu vymeniť za iný nápoj, napríklad čaj

alebo vodu. Ak ste pri telefonovaní zvyknutí na cigaretu v ruke, nájdite si čokoľvek iné okrem cigarety. Ak vám napríklad chýba cigareta v ústach, skúste žuvačky, prípadne nejaké ovocie alebo vodu – osvieži vám ústa a zníži tak chuť zapáliť si. Pozor v tomto období aj na alkohol, tiež bude potrebné sa na čas vyhnúť stretávaniu sa s fajčiarimi. Je dobré pripraviť sa na situácie pri ktorých viete, že príde chuť na cigaretu či alternatívy k fajčeniu a dopredu si naplánovať, akým spôsobom ich budete zvládať - aby vás takéto situácie nezaskočili. Ľudia okolo vás by mali vedieť, že sa snažíte skončiť s fajčením, preto ich poproste, aby vás cigaretami či alternatívami k fajčeniu neponúkali. Tiež je veľmi dobré mať priateľa, ktorý vás podporí vo vašom zámere. Domácnosť, v ktorej žijete, si bude vyžadovať zmenu a odstránenie vecí, ktoré vám pripomínajú fajčenie, teda popolníky, zapalovače a, samozrejme, cigarety. Snažte sa mať vždy naplánovaný deň: vyvážte čas na prácu, relax, skúste cvičenie alebo šport. Nemusí to byť nič náročné, stačí rýchla chôdza, hlavné je nechať priestor nude, pretože to iba podporí myšlienky na cigarety a alternatívy k fajčeniu,“ radí odborníčka.

Existujú nejaké lieky na odvykanie od fajčenia?

„Pri procese odvykania vám môžu byť nápomocné nikotínové náhrady v podobe žuvačiek, náplastí, alebo sprejov a



Ilustračné foto.

zdroj foto maxknoxvill pixabay

tiež beznikotínová liečba liekmi, ktoré sú viazané na lekársky predpis. Treba si však uvedomiť, že len tieto náhrady a lieky nestačia a nemôžete sa celkom spoľahnúť, že všetku prácu urobia za vás. Bez vášho vkladu v podobe odhodlania a pevnej vôľe, teda bez zmeny spôsobu myslenia, a tým aj spôsobu správania, to nebude možné,“ objasňuje odborníčka.

Priberiem, ak prestanem fajčiť či užívať alternatívy k fajčeniu?

„Pozor na nahrádzanie cigarety či alternatív k fajčeniu pochutinami a sladkosťami, vtedy by naozaj hrozilo priberanie na hmotnosti. Dá sa tomu vyhnúť vyváženým a pravidelným stravovaním a dodržiavaním aktívneho životného štýlu,“ približuje odborníčka.

Kontakty na poradne zdravia: <https://www.uvzsr.sk/web/uvz/kontakty-na-poradne-zdravia>.

» ren

IBO PÍLA
JEDINEČNÁ PONUKA
PALIVOVÉHO DREVA
www.ibo.sk

ČERSTVÉ PALIVOVÉ DREVO VOLNE SYPANÉ
PREPRAVOVANÉ NA NÁKLADNÝCH AUTÁCH AKO VOLNE SYPANÝ MATERIÁL

PRIVEZIEME PRIAMO AŽ K VÁM

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



AKCIA do 40 km!
Pri objednávke od 10 prms dreva DOPRAVA ZA 1/2
Pri objednávke od 15 prms dreva DOPRAVA ZADARMO

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

Autovrakovisko Holíč

LIKVIDÁCIA
AUTOVRAKOV

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

0903 790 619

www.autovrakyholic.sk

PALIVOVÉ DREVO
0902 364 995

REKONŠTRUKCIA

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

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

0904 865 898

Tieto výrobky zo Slovenska odolajú krutým prírodným živlom

Extrémne horúčavy aj treskúce mrazy. Unikátne výrobky z dvoch slovenských závodov denne zvädzajú boj s prírodnými živlami. Sú súčasťou dôležitej misie – prinesť ľuďom elektrickú energiu aj do ťažko dostupných oblastí.



Armatúry ML Produktion odolávajú extrémnym podmienkam v mrazoch aj na púšti *Ilustračné foto*

Predstavte si stožiare s vysokým napätím. Elektrinu šíria rozsiahlu krajinou aj do takých domácností, ktoré sú na míle vzdialené od civilizácie. Aby bol tento prenos bezpečný, sú elektrické vodiče upevňované špeciálnymi kovovými prvkami - armatúrami. Verili by ste, že tieto odolné produkty vznikajú pod rukami Slovákov?

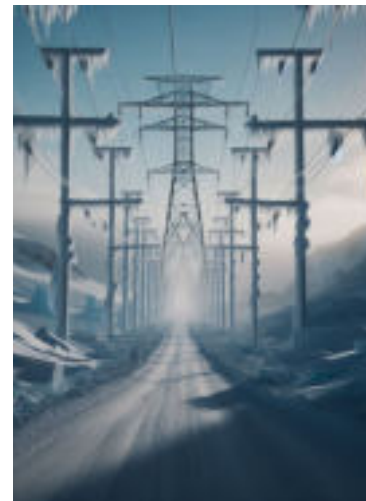
V horách aj v púšti

Kanada, Južná Amerika, Nový Zéland aj Austrália. Všade tam sú produkty zo Slovenska súčasťou nadzemných vedení, ktoré sa ťahajú aj tisíc kilometrov dlhou krajinou. V blízkosti polárneho kruhu sú vystavené teplotám až do -40°C . Na púšťach, v arabských krajinách a Afrike zas vzdorujú silnému UV žiareniu a silným dažďom zas čelia vo vysokohorských oblastiach Južnej Ameriky. „Najnovšie sa naša spoločnosť začala podieľať aj na unikátnom projekte v Indii. Komponenty tam dodáme pre pilotný projekt v napäťovej triede 1200 kV, ktorá je momentálne najvyššou napäťovou triedou na svete,“ hovorí Peter Varhaník zo spoločnosti

ML Produktion, ktorá prevádzkuje závody v Novom Meste nad Váhom a v Myjave.

Staň sa súčasťou tejto misie

ML Produktion je súčasťou rakúskej spoločnosti Knill Gruppe s viac ako 300-ročnou tradíciou. Na Slovensku funguje už 32 rokov a zamestnáva tu 240 ľudí. Šancu na uplatnenie dáva aj ďalším Slovákom, ktorí sú nadšení pre strojársky priemysel. „Tu, v Novom Meste nad Váhom a v Myjave, má strojársky priemysel významnú tradíciu. Úspech našej spoločnosti aj samotných produktov, závisí predovšetkým od šikovných ľudí. Aktuálne obsadzujeme viaceré pozície vhodné najmä pre mužov. Budeme radi, keď sa k nám pridajú a stanú sa súčasťou tejto skvelej misie,“ dodáva Peter Varhaník.



Armatúry ML Produktion odolávajú extrémnym podmienkam v mrazoch aj na púšti *Ilustračné foto*



ML PRODUKTION
KNILL GRUPPE

Pod'k nám pracovať

Baví ťa strojárina a rozumieš jej? Máš rád fyzickú prácu a máš chuť pracovať v dobrom kolektíve? Potom hľadáme práve teba. Momentálne obsadzujeme pozície: *montážny pracovník, lisiar, zvarač, vítač a brúsič.*

Kontakt: praca@mlproduktion.sk | 0905 606 022

Naši zamestnanci sú u nás spokojní. Budeš aj ty!

OTVOR S NAMI NOVÚ PREDAJŇU

📍 STARÁ TURÁ

**PREDAVAČ -
POKLADNÍK
(M/Ž)**

1 039 €

35 HOD./TÝŽ.
+ PRÍPLATKY

ŠIROKÝ VÝBER
BENEFITOV
V HODNOTE AŽ
450 €
ROČNE

Ocenili pedagógov, žiakov a študentov

Počas slávnostného odovzdávania Ceny sv. Gorazda minister školstva Tomáš Drucker odovzdal v uplynulých dňoch zlaté, strieborné a bronzové medaily pedagógom, ktorí sa pričínili o rozvoj školstva na Slovensku. Pamätným listom sv. Gorazda ocenil minister Tomáš Drucker aj šikovných žiakov a študentov.

Zlatú medailu sv. Gorazda udelil re-zort školstva 18 učiteľkám a učiteľom. Jednou z nich je PaedDr. Valéria Stašiaková zo Spojenej školy v Bratislave. Ocenenie získala za celoživotnú prácu a mimoriadne výsledky dosiahnuté vo výchove a vzdelávaní detí a žiakov so zdravotným znevýhodnením. Ocenený zlatou medailou in memoriam bol prof. Vladimír Krčméry za celoživotnú prácu a mimoriadne výsledky celoživotného a medzinárodného významu v oblasti medicíny a vo vzdelávacích, zdravotníckych, sociálnych a humanitárnych projektoch. Striebornú medailu sv. Gorazda si prevzalo 19 pedagógov. Medzi nimi je Mgr. Roman Švec zo Základnej školy v Holíči. Cenu sv. Gorazda získal za mimoriadne výsledky dosiahnuté vo výchove, vzdelávaní a v riadení školy. Bronzovú medailu sv. Gorazda udelilo ministerstvo školstva 30 učiteľkám a učiteľom. Cenu si prevzala doc. Zdenka Krajčovičová z Trenčianskej univerzity A. Dubčeka v Trenčíne. Ocenenie získala za významný prínos pre rozvoj vysokého školstva v Slovenskej republike v oblasti

rozvoja inovatívnych technológií, s presahom do verejného zdravia obyvateľstva.

Minister školstva zároveň udelil Pamätný list svätého Gorazda žiačkam a žiakom základných, stredných a základných umeleckých škôl a študentkám a študentom vysokých škôl. Ocenených v tejto kategórii bolo 20 mladých ľudí, medzi nimi Oliver Frajkus zo Strednej odbornej školy hotelových služieb a obchodu v Bratislave, a to za mimoriadne výsledky v študijnej oblasti a reprezentáciu na celoštátnych aj medzinárodných súťažiach. Jednou z ocenovaných je aj Vladimíra Mareková zo Základnej umeleckej školy v Starej Turej. Ocenenie získala za reprezentáciu Slovenskej republiky v zahraničí v záujmovom-umeleckej oblasti a za získanie Mimoriadnej zlatej medaily vo svetovej súťaži v Japonsku.

Slávnostný ceremoniál sa konal v priestoroch Zimnej jazdiarne Bratislavského hradu. Ocenenie pedagogickej práce, pomenované po svätom Gorazdovi, predstavuje najvyššie uznanie, ktoré môže pedagógom udeliť minister školstva a udeľuje sa od roku 1997. Tieto ocenenia, symbolicky pomenované po prvom známom učencovi v našej národnej histórii, vyjadrujú uznanie za výnimočné pedagogické úsilie, talent, nasadenie či vernosť učiteľskej profesii, ako aj za prácu v prospech školstva a výchovy.

» [ren](#)

20. júna 1976

vo finále futbalových **Majstrovstiev Európy v Belehrade zvíťazilo mužstvo Česko-Slovenska nad Nemeckom** na pokutové kopy

Výročia a udalosti

PRIJEMEME PRACOVNÍKOV SBS
na obchodnú prevádzku - VRBOVÉ

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

STRECHY - MONTÁŽ - VÝMENA

- PLECHOVÉ
- ŠKRYDLOVÉ
- ŠINDĽOVÉ
- HYDROIZOLÁCIE
- VÝMENA RÍN
- LIKVIDÁCIA AZBESTU
- ZATEPLENIE DOMOV
- PRÍSTAVBY
- BYTOVÉ JADRÁ
- ELEKTROINŠTALÁCIE
- POTERY, OMIETKY
- VODA, KÚRENIE

0948 107 877

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!!

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%
- chemická injektáž
- 100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

Predaj reziva

PETI-mont s.r.o.

rezivopetimont@centrum.sk
+421 948 678 102 +421 904 276 991

Staničná, Brezová pod Bradlom

+421 907 856 613

KROVY, ALTÁNKY
STAVEBNÉ REZIVO
ŠALOVACIE REZIVO
PALETOVÉ REZIVO
PALIVOVÉ DREVO

TATRANSKÝ PROFIL
OSB DOSKY
RUF BRIKETY
PELETKY
IMPEGROVANÉ REZIVO

HOBLOVANIE REZIVA
ZEMINA, HNOJIVÁ PRE ZÁHRADKÁROV, VYVÝŠENÉ ZÁHONY, DREVENÉ KVEŤINÁČE, KAMEŇ OKRASNÝ/MUROVACÍ

www.pilapetimont.sk

MNOŽSTEVNÉ ZĽAVY.
DOPRAVA AŽ K VÁM DOMOV.

PRÁCA v Novom Meste n/Váhom
Firma Diand Trade s.r.o. hľadá pracovníkov na pozíciu

KONTROLÓR
(Práca na živnosť)

MANIPULANT
(Práca na živnosť)

7 Eur/hod (+príplatky)

Bližšie informácie: Zuzana Cibulková - 0918 467 469
zuzana.cibulkova@diandtrade.sk

Najčítanejšie regionálne noviny

www.regionpress.sk

REGION PRESS

www.regionpress.sk

Lindner

Lindner Mobilier s.r.o.
medzinárodné pôsobiaci 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 navyiac 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 Maďunice

033/735 16 15

Alena.Losonska@Lindner-Group.com

PALIVOVÉ DREVO

0917 351 013

www.palivovedrevopetrik.sk

- ✓ ZATEPLENIE RODINNÝCH DOMOV, FASÁDY
- ✓ REKONŠTRUKCIE DOMOV, BYTOV
- ✓ ELEKTROINŠTALÁCIE
- ✓ OPLOTENIA
- ✓ ZÁMKOVA DLAŽBA
- ✓ STRECHY

0911 475 700

Inzeráty

0905 746 988

- ✓ REKONŠTRUKCIE DOMOV BYTOV
- ✓ HYDROIZOLÁCIE
- ✓ FATRAFOL
- ✓ NÁTERY STRIECH
- ✓ ZATEPLENIE DOMOV, FASÁDY
- ✓ KOMPLETNÉ STAVEBNÉ PRÁCE

0902 353 085

PLOCHÉ STRECHY

0905 662 229

DOVOZ NA ADRESU

18 týž. mládky,
brojlerové kuriatka

www.hydinashop.sk
0944 842 953

Samoobslužná požičovňa kajakov na rieke Hornád

Zdatní vodáci, ale aj záujemcovia o nový zážitok z radov širokej verejnosti, ktorí si chcú vyskúšať vodáctvo, sa môžu tešiť na systém samoobslužných požičovní kajakov. Ten pribudol v uplynulých dňoch v Košickom kraji. Zrealizovaný bol na rieke Hornád a v našich podmienkach sa stáva priekopníkom zdieľaných služieb na vode.

Na slovenskom toku rieky Hornád sa celkovo nachádza 5 nástupných a/alebo výstupných miest s inteligentným kontajnerom a jeden „drop-off point“. Kontajnery sú umiestnené po prúde rieky vo Veľkej Lodine a v Kysaku, a následne v Košiciach sa nachádza priestor pre bezkontaktné odovzdanie lodí v areáli lodenice Splavujeme.sk. Pod Košicami je opäť možné začať splavovať v Ždani a ďalší kontajner sa nachádza v Trstenom pri Hornáde. Posledný kontajner na slovenskej strane je umiestnený v Milhosti. Splavujúci však môžu pokračovať aj ďalej do Maďarska, kde sa automatizované kontajnery nachádzajú v obciach Hidasnémeti, Pere a Hernádkércs. „Unikáty Košického kraja sú opäť bližšie návštevníkom aj domácim. Je sa čím pochváliť, pretože zdieľanie kajakov na Hornáde je mimoriadne inovatívne. Službu si športovci aj laici dokážu bez obáv naplánovať a následne si bezobslužne užijť aj celý splav. Proces je plne automatizovaný a prebieha cez mobilnú

aplikáciu. V praxi to vyzerá tak, že po rezervácii si záujemcovia svoje plavidlo aj všetko potrebné príslušenstvo pre splav prevezmú z takzvaných nadrozmerých smart schránok. Aj tento projekt je dôkazom toho, že susedské vzťahy medzi krajinami, ale aj obcami župy nenechávame odieť dole vodou,“ vysvetlil v skratke fungovanie samoobslužnej požičovne predseda Košického samosprávneho kraja Rastislav Trnka. „Aktuálne spustený systém samoobslužných požičovní kajakov pobeží v prvom roku v testovacej prevádzke, a tak chceme používateľov tejto novej služby poprosiť o spoluprácu v prípade, že sa stretnú s nejakým nedostatkom, aby ho prevádzkovateľovi operatívne nahlásili. My sa budeme následne snažiť s dodávateľom systému službu zlepšovať“, uviedla výkonná riaditeľka Krajskej organizácie cestovného ruchu Košice Región Turizmus (KRT), Lenka Vargová Jurková.

Systém bude prevádzkovaný v letných mesiacoch od 1. 6. do 30. 9. 2024. Lode si je možné zapožičať v čase od 8.00 h do 18.00 h. Splav je nutné ukončiť pred zotmením.

Pozor! Splav v testovacej prevádzke odporúčajú deťom od 12 rokov. Na vodu nesmú deti mladšie ako 3 roky. Osoby do 18 rokov môžu splavovať len pod dozorom zákonného zástupcu.

» ren

Nakúpte výhodne vo vybraných E-shopoch

Využite kód:

OPLATISA

Pre získanie zľavy zadajte kód **OPLATISA** do poľa pre zľavový kupón v nákupnom košíku e-shopu.

decoreum

55,00 € **49,50 €**



BIELEA VONKAJŠIA ZÁHRADNÁ GIRLANDA, 20M REŤAZ + 20X E27 LED ŽIAROVKA

-10%

decoreum

125,00 € **112,50 €**



SKLADACÍ BALKÓNOVÝ NÁBYTOK - STÔL, 2 STOLIČKY

-10%

decoreum

179,00 € **161,10 €**



HERNÁ STOLIČKA HELL'S CHAIR HC-1006 GREY GREY WHITE FABRIC

-10%

Kamenárstvo ADAM - RUŽA

AKCIA JÚN - JÚL 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, zakryvanie hrobov
Dlažba, betónové chodníky

DŔCHODCOVIA A ZŤP
► VÝRAZNÉ ZĽAVY NA VŠETKO

Seriózne
Kvalitne
Bez zálohy
Doprava
ZDARMA

0911 499 871, 0940 098 504
adamruzakamenarstvo@gmail.com
fb: Kamenarstvo Adam ruza

Radi vás navštívime aj doma

Frézovanie a vložkovanie

KOMÍNOV

frézovanie
od 15€/m

- Frézovanie 1 m - 15 €
- Certifikovaný žiaruvzdorný materiál
- Akcia 10m komín vyfrézovanie, vyzložkovanie komplet 900€
- Obhliadka zdarma, dohoda istá

Zľava
na materiál
40%

0911 322 495, 0907 362 202, frezovanievložkovanie@gmail.com

✓ Prierez rizikových stromov, odvetvovanie

✓ Arboristika

✓ Odvoz odpadu

✓ Mulčovacie práce

✓ Plošina - výškové práce

✓ Výhovný rez ovocín, štiepkovanie

☎ 0902 182 789



VÝŠKOVÉ PRÁCE HOROLEZECKOU TECHNIKOU

RIZIKOVÉ STROMY
povolený výrub, orez

ZATEKAJÚCE STRECHY
sedlové, rovné, šikmé

POŠKODENÉ FASÁDY
montáž plašičov a ihlič

dohodnite si bezplatnú obhliadku

0917 470 716
033 3810 127

www.iksmont.sk
iksmont@iksmont.sk



IKS mont

čujte.sk

Využite liečivú silu lípy

www.cujte.sk

Tepelné čerpadlá a klimatizácie

SENDO

Továrenská 9, Chynorany

www.interclima.sk

0911 069 257

19. júna 1946

Edvard Beneš bol jednomyseľne zvolený za prezidenta ČSR

Výročia a udalosti

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

INZERCIA

0905 746 988



VÝMENA

STREŠNÝCH

KRYTÍN,

KROVOV, RÍN

Hydroizolácie striech

Tel.: 0917 114 686

VŔTANIE STUDNÍ

0908 943 835
0918 570 286

PALIVOVÉ DREVO

POLIENKA BUK, DUB, HRAB, SMREKOVÉ PELETY

Ku každej objednávke hodnotný darček

www.palivovedrevo.sk
0917 649 213

Ako na nepekné škvvrny

Škvrna od jedla na oblúbenom oblečení, na koberci, či obruse nám vie občas poriadne pokaziť náladu. Jestvuje zopár spôsobov, ako si s ňou poradiť. Dôležité však je, pustiť sa do jej odstraňovania čo najskôr.

Oblečenie, obrusy

- so škvrnami od červeného vína by si mala poradiť soľ. Znečistený odev či obrus namočte do vlažnej vody, posypte vrstvou soli a nechajte pôsobiť. Následne vyperte obvyklým spôsobom.
- ak ste si oblečenie obľali kávou, čo najskôr ho vyperte pod tečúcou studenou – v žiadnom prípade nie horúcou vodou. V prípade, že škvrna odoláva, posypte ju vrstvou zemiakového škrobu, nechajte pôsobiť a potom vyperte obvyklým spôsobom.
- škvrru od čokolády skúste odstrániť vodou, do ktorej ste pridali lyžičku octu.
- na škvrru od oleja môžete použiť kukuričný škrob. Škvrru ním posypte, nechajte pôsobiť a následne vyperte. Dobrým pomocníkom je v tomto prípade aj žehlička a pijavý papier. Ten priložte na škvrru a teplou žehličkou po ňom opakovane prechádzajte. Papier by mal masťnosť vsiaknuť. Potom stačí oblečenie či obrus vyprať.
- ak sa vám na odev prilepila žuvačka, vložte ho na určitý čas do mrazničky, následne by sa vám malo podariť žuvačku mrvením pomedzi prstami od-

strániť.

- smolu z odevu odstráňte tak, že ju najskôr pokvapkajte odlakovačom na nechty, nechajte vsiaknuť, preperte mrvením pomedzi prstami a následne vyperte mydlom.
- so škvrnami od rúžu či make-upu by si mal poradiť lieh. Znečistený odev položte na savú podložku a škvrru potierajte vatičkou namočenou v liehu, potom ho vyperte obvyklým spôsobom.
- škvrry od pera by mal vyčistiť podobne ako v predchádzajúcom prípade, lieh.

Koberce

- červené víno z koberca môžete odstrániť viacerými spôsobmi – ten najjednoduchší je, že znečistené miesto polejete perlivou vodou, nechajte pôsobiť a špongiou očistíte. Rovnaký spôsob môžete vyskúšať aj v prípade, že ste na koberec rozliali kávu.



» ren

zdroj foto JillWellington pixabay

OKNÁ ZA POLOVICU

Záruka 10 rokov

- nový profil 76 mm
- 3-sklo za cenu 2-skla
- -10% za rýchlú 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



doctor optic

OČNÁ OPTIKA

-50%

20.-21.6.

VŠETKY

OKULIAROVÉ SKLÁ



J.M. HURBANA 1
BREZOVÁ POD BRADLOM



0915 452 304



WWW.DROPTIC.SK



OPTIKADROPTIK



DR.OPTIK_SK

Jahodové nápoje

Mixovaním ovocia a zeleniny získame nápoje plné vitamínov. Reč je o domácich limonádach a smoothie, ktoré si môžeme pripraviť na mnoho spôsobov a spestriť si tak náš jedálny lístok.

Limonáda s jahodami a medovkou

Suroviny: 400 gramov čerstvých jahôd, 1 liter studenej vody, šľavu z jedného citróna, med podľa chuti, čerstvé lístky medovky, ľad

Postup: Jahody umyjeme a vložíme do mixéra, prilejeme vodu a šľavu z jedného citróna, pridáme med, pár lístkov medovky a rozmixujeme. Do pripraveného džbánku dáme ľad a zalejeme ho jahodovou limonádou. Podávame ozdobené kolieskami citróna a lístkami medovky.



Ilustračné foto.

zdroj foto Ajale pixabay

Náš tip: Ak by vám v nápoji prekážali zrnká z jahôd, môžete limonádu precediť cez sitko.

Jahodové smoothie s bielym jogurtom

Suroviny: 170 g bieleho jogurtu, 10 mandlí, 150 gramov mrazených alebo čerstvých jahôd, 180 ml ľadového zeleného čaju, 1 čajovú lyžičku škoricu

Postup: Do mixéra vložte všetky suroviny okrem škoricu a všetko spolu rozmixujte. Následne prelejte do pohára a posypete škoricou.

Jahodovo-banánový nápoj

Suroviny: 1 ks banán, 100 g jahôd, 100 ml mandľového mlieka (môže byť aj klasické), 1/2 ČL vanilkového extraktu, 1 PL medu

Postup: Jahody umyjeme a spolu s ostatnými ingredienciami dáme do mixéra. Mixujeme až kým získame krémovú konzistenciu. Servírujeme do pohára, ozdobené mäťovými lístkami a nadrobno nakrájanými jahodami.

» ren

Jahody môžete pestovať aj na balkóne či terase Doprajte si jahody, sú veľmi zdravé

Existuje veľa odrôd jahôd, ktorých väčšina rastie v oblastiach mierneho pásma a líšia sa navzájom nielen chuťou, ale aj veľkosťou či obdobím plodenia. Dozrievajú podľa odrody od neskorej jari až do začiatku jesene alebo až po výskyt prvých mrazov.

Účinky na zdravie

Jahody obsahujú veľké množstvo vody a taktiež sú bohaté na množstvo živín, vďaka čomu sú veľkým prínosom pre naše zdravie. „Sú bohaté na vitamíny ako napríklad vitamíny skupiny B a vitamín C, ktorého obsah je porovnateľný s obsahom v citrusových plodoch. Sú taktiež bohaté na minerály ako napríklad draslík a mangán,“ približuje na sociálnej sieti MUDr. Šranková z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava. Jahody sú i bohatým zdrojom polyfenolových rastlinných farbív, ktoré zabezpečujú ich červenú farbu a majú i antioxidačný účinok. „Taktiež sú bohaté i na vlákninu, ktorá pomáha udržiavaniu zdravého trávenia a predchádzaniu zápchy či problémom s vyprázdňovaním,“ dodáva odborníčka.

Skladovanie jahôd

Jahody sú citlivé na spôsob skladovania a rýchlo podliehajú skaze. Najlepšie je ich uchovávať neumyté v chladničke, kde vydržia 3 až 5 dní. Umývať jahody sa odporúča až tesne pred ich konzumáciou, pretože dlhším namáčaním vo vode rýchlejšie podľahnú skaze. Skladovať ich môžete aj v mrazničke, kde vydržia aj niekoľko mesiacov.

Konzumácia jahôd

Keďže pri tepelnej úprave dochádza k stratám mnohých cenných živín,



Ilustračné foto.

zdroj foto congerdesign pixabay

najlepšie je jahody konzumovať čerstvé, prípadne ako súčasť ovocných či zeleninových šalátov. Tiež si ich môžete pridať do jogurtu či kaše alebo do smoothie nápojov.

Vedeli ste, že?

Konzumovať môžeme nielen plody jahôd, ale napríklad z lesných jahôd aj listy, z ktorých je možné pripraviť výborný čaj. Sušené listy sú dostupné aj v obchodoch.

Pozor! Po konzumácii jahôd sledujte reakciu svojho tela, pretože sa niekedy po ich zjedení u detí aj dospelých môžu objaviť alergické prejavy ako vyrážky, svrbenie v krku a na perách, slzenie alebo tráviace ťažkosti.



Ilustračné foto.

zdroj foto congerdesign pixabay

Pestovanie jahôd na balkóne

Zvyknete na balkóne pestovať kvety a každoročne ich dopĺňate o nové druhy? A čo tak urobiť tentokrát výnimku a zasadiť do črepníkov jahody? Na trhu nájdete viacero odrôd vhodných práve na balkóny či terasy. Ideálnym obdobím na vysádzanie jahôd sú mesiace apríl a máj, nič sa však nestane, ak ich zasadíte aj v júni. Pestovať ich môžete v črepníkoch, ale krásne vyniknú aj v závesných nádobách. Nielenže ušetríte priestor, ale budú pôsobiť veľmi dekoratívne a za dobrú starostlivosť vás odmenia sladkými plodmi.

Takto sa to podarí:

- Skôr ako sa pustíte do práce, pripravte si črepníky. V potrebách pre záhradkárov si kúpte substrát určený na pestovanie jahôd a tiež priesady. Najvhodnejšie odrody na balkón sú Camara, Elan alebo Toscana. Krátko pred výsadbou vložte priesady do vedra s vodou.
- Črepníky naplňte až po kraj substrátom. Rastliny vyberte z plastových nádob, v ktorých ste ich zakúpili, vysadte ich do rovnakej hĺbky, v akej boli zasadené v pôvodných nádobách a zalejte.
- Potom už stačí črepníky umiestniť na slnečné miesto a rastliny pravidelne zalievať tak, aby bola pôda vždy vlhká.

Náš tip

Životnosť balkónových jahôd je zväčša dva až tri roky. Ak črepníky obalíte pred príchodom zimných mesiacov hrubou tkaninou a rastliny prikryjete čečninou, môžete sa z úrody tešiť aj o rok. Stačí rastliny na jar vyčistiť od suchých listov a ešte pred začiatkom sezóny ich mierne prihnojiť.

» ren

Ako postupovať pri vysúšaní domu alebo bytu?

Odborníci radia čo robiť v prípade povodní

Slovensko v uplynulých dňoch opäť potrápili povodne. Silné búrky spravidzané výdatnými zrážkami spôsobili, že sa voda vylievala z tokov vo viacerých lokalitách našej krajiny. Odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) priniesli na sociálnych sieťach informácie o tom, čo robiť počas povodní a ako postupovať pri vysúšaní domu alebo bytu.

Radia: „Nezabúdajte, že pri vzniku povodne je potrebné“:

- celý čas sa riadiť pokynmi povodňových orgánov, polície a záchranárov.
- Rešpektovať oficiálne informácie o vývoji situácie.
- Konať s rozvahou a zbytočne neriskovať.
- Varovať ostatných ohrozených, pomáhať starým, bezvládnym a deťom bez dozoru.
- Chrániť predovšetkým zdravie a až potom majetok.

Základné odporúčania pre občanov:

- Pohybujte sa zásadne mimo zatopenej oblasti a nikdy nevstupujte do prúdiacej vody.
- Vyhýbajte sa elektrickému vedeniu a zapnutým elektrickým spotrebičom.
- Všimnite si možný únik plynu. Nepoužívajte otvorený oheň a nefajčite.

Svieťte len baterkou.

- Dôsledne dbajte na hygienu, najmä na starostlivé a časté umývanie rúk pred jedením a pitím, pred a po použití WC.
- Na pitie používajte len zdravotne bezpečnú a spoľahlivo overenú vodu.
- Nikdy nekonzumujte potraviny, ktoré prišli do styku s povodňovou vodou, kalom a bahnom.
- Pri sanácií a likvidácii povodňových škôd dbajte na odporúčané pokyny orgánov verejného zdravotníctva.
- Počas likvidačných prác treba používať ochranné prostriedky – najmä gumené rukavice, gumený plášť, pevnú nepremokavú obuv.
- Okamžite treba ošetriť, predovšetkým vydezinfikovať každé zranenie a odreniny, pri rozsiahlejšom zranení vyhľadať lekára.

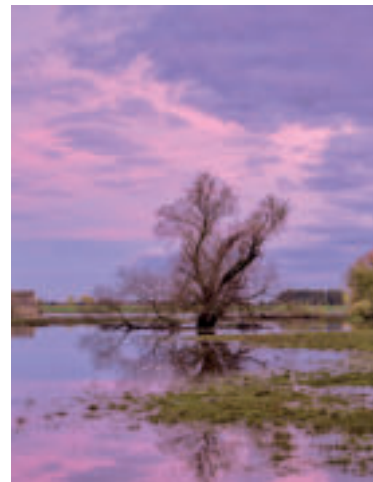
Vďaka spolupráci ÚVZ SR a Slovenského hydrometeorologického ústavu nájdete kompletné odporúčania aj priamo na stránke SHMÚ pri meteorologických a hydrologických výstrahách a podrobné informácie k ochrane zdravia nájdete uverejnené na webe ÚVZ SR.

Základné zásady vysušania domu alebo bytu:

- Zasiahnuté územie a objekty čo naj-

skôr odvodnite.

- Odstráňte všetko bahno a nečistoty z povrchov mechanickým očistením a dôkladným umytím vodou.
- Podlahy, steny, nábytok, zasiahnuté zariadenie a povrchy vydezinfikujte dezinfekčným prostriedkom, ktorý je určený na tento účel, pričom vždy postupujte podľa návodu na použitie.
- Skôr, než začnete s dezinfekciou, zoznámte sa dôkladne so spôsobom riešenia použitého dezinfekčného prostriedku a možnosťami jeho použitia.
- Po vykonanej dezinfekcii predmety, plochy a podlahy umyte čistou vodou.
- Dezinfikované zariadenia a predmety prichádzajúce do styku s potravinami nezabudnite opláchnuť pitnou vodou, rovnako napríklad aj hračky (zaplavené drevené náčinie, cumlíky a dojčenské fľaše však radšej vyhodte).
- Urobte v miestnostiach prievan otvorením okien a dverí.
- Ak je to možné, použite ventilátory a teplovzdušné zdroje.
- Buďte však opatrní pri používaní benzínových teplovzdušných agregátov vo vnútri domu alebo bytu – môžete sa priotraviť splodinami (oxid uhoľnatý)!
- Odstráňte akýkoľvek zvlhnutý interiérový materiál – tapety a všetko, čo samo odpadáva (napr. omietky na stenách).



Ilustračné foto.

zdroj foto [Peggychoucair pixabay](#)

- Znečistenú bielizeň namočte do dezinfekčného prostriedku určeného na daný účel, pričom vždy postupujte podľa návodu na použitie. Bielizeň po dezinfikovaní vyperte obvyklým spôsobom s použitím pracieho prášku.
- Cennejšie šatstvo, ktoré nie je vhodné dezinfikovať, vysušte, vykefujte a nechajte vyčistiť v profesionálnej čistiarni.

Zdroj informácií ÚVZ SR

» ren

Oplatisa.sk

NAJLEPŠIE PONUKY



98,90€

HUGO BOSS BOSS Alive
Parfumovaná voda 80 ml

Demro.sk



31,15€

Gillette 4 v 1 Precízny
Zastrihávač Na Telo A Bradu

Demro.sk



324,00€

Kávovar Smeg
ECF01BLEU

Domkavy.sk



39,99€



Aku nožnice na živý plot
20 V Phsa 20-Li C3

Lidl.sk



25,90€

Musetti zrnková káva
Intenso - 1kg

Domkavy.sk



274,90€

Plynová varná doska
Whirlpool GOFL 629/NB1

ZlavneneSpotrebice.sk



349,00€



Paddleboard Fusion
SUP 2023 ALL-Around

Lidl.sk



310,00€

Akumulátorový vyžinač
HUSQVARNA 215iL

zakovsky.sk

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



GS
EUROTHERM
MONTY

ZIMNÉ ZÁHRADY
ZASKLENIA BALKÓNOV
A TERÁS • PRÍSTREŠKY
PREKRYTIA BAZÉNOV
HLNÍKOVÉ A NEREZOVÉ
ZÁBRADLIA A BRÁNY

gszasklenie.sk
0800 333 223

ZAMERANIE A
3D VIZUALIZÁCIA
ZDARMA

**ZĽAVY AŽ
DO 50%**

Stannah



**-10%
ZĽAVA***

**Aké máte plány na zajtra?
So spoločnosťou Stannah
máte nekonečno možností.**

Pre ŤZP občanov možnosť vybaviť
na zakúpenie stoličkového výťahu
peňažný príspevok od štátu.

Zavolajte zadarmo
0800 162 162
www.stannah.sk

Služby
Špičkovej
Kvality

Ponuka sa nekumuluje s inými zľavami a kampaňami. Platí do 20/6/2024



TOP INJECT

S GARANCIOU

ZHUTŇOVANIE

**ZASTAVENIE SADANIA BUDOV
SPÄTNÉ ZDVIHNUTIE PODLÁH**

ČISTO, RÝCHLO a bez BÚRANIA

stabilizujeme základovú pôdu
a zastavíme sadanie budov injektážou syntetickej živice

0918 726 754
PRACUJEME PO CELOM SLOVENSKU
SK.ABAINNOVATOR.COM

**EKOLOGICKÉ
ČISTENIE
FASÁD**

rodinné
domy
ZĽAVA 50%

Patentovaná
kontaktná technológia
Bez vysokotlakových
čističov

BombaFasada
www.BombaFasada.sk
0905 148 393

**BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA**

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



**DOM
KAVY**

DOMKAVY.SK
TRNAVA

KAVOVA5
ZĽAVOVÝ KÓD - 5% ZĽAVA NA NÁKUP
ZO STRÁNKY WWW.DOMKAVY.SK