

SENECKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 35 420 domácností

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

STRECHY SC
Výstavba striech • Opravy, rekonštrukcie • Strešné krytiny

ZADARMO!
Cenová ponuka

Využite JÚLOVÚ AKCIU:
krytina Terran s až 45% zľavou

až do 45%

Nezmeškajte túto jedinečnú príležitosť!

NAJLEPŠIE CENY NA REKONŠTRUKCIU PLOCHÝCH STRIECH IBA U NÁS

- Výstavba striech
- Rekonštrukcie
- Strešné krytiny
- Strešné doplnky
- Strešné okná

0908 186 129 www.strechysc.sk

Okoč
STRECHY na kľúč

- STREŠNÉ KRYTINY
- STAVEBNÉ REZIVO
- ODKVAPKOVÉ SYSTÉMY
- OSB DOBKY
- STREŠNÉ OKNÁ
- TATRANSKÝ PROFIL
- IZOLAČNÉ MATERIÁLY

www.strecha.ws tel.: +421 951 444 444

Ja som chytil loptu, oni chytili mňa!
COOPERČIA NOVOSTA IBA
ARRI, s.r.o.

W

PhDr. MUDr. Vladimír Vožár
MHA. MBA. MPH.

ORTOPÉD - ÚRAZOVÝ CHIRURG

- Hlavná 135, 900 89 Častá
- +421 948 262 224
- ortoped@vladimirvozar.sk
- www.vladimirvozar.sk

VÝKUP KROJOV
a ich súčastí, plátno kašmírové sukne, šatky brokatové šatky, štočky

0908 627 952

DOVOZ NA ADRESU

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

ČALÚNNICTVO

» obnova a výroba čalúneného nábytku na mieru
» čalúnený nábytok pre deti
» predaj matracov

tel.: 0904 697 765 mancalcaluvnictvo@gmail.com
Tureň 442, 903 01

kamenárstvo
GAPČO

výroba pomníkov
oprava starých hrobov

Dušan Gapčo Igram 117
0940 743 516 Reča 375 Možnosť AJ NA SPLÁTKY

denisgapco94@gmail.com Kamenárstvo Gapčo

VYCVIČÍM vášho PSA, profesionál
0908 728 081

PROFESIONÁLNE VYŠETRENIE ZRAKU BEZ ČAKANIA

optika
SENEC

0950 248 511

LICHNEROVA 8, SENEC
WWW.OPTIKASENEC.SK

DENTAL point
Dunajská Lužná

- Záchovná a estetická stomatológia
- Stomatochirurgia, RTG, CT, Implantáty
- Komplexné protetické riešenia
- Dentálna hygiena, bielenie

DENTALPOINT_DUNAJSKA_LUZNA
+421 910 980 114 www.dentalpoint.sk

OPTIK MORVAY

Nová kolekcia SLNEČNÝCH OKULIAROV

0905 433 944
Lichnerova 16, 903 01 Senec

www.OPTIKMORVAY.sk

REZANIE BETÓNU

KRÁTKA ČAKACIA DOBA
DLHOROČNÉ SKÚSENOSTI

otvory do panelu
jadrové vŕtanie otvorov
statické posudky
odvoz odpadu

0908 447 006
www.jadrovevrtanie.sk

Bezplatný týždenník

SENECKO

EV 6227/24

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

Ročník I, Vydanie 12, týždeň 29/2024.

Redakcia: Trnavská 11
903 01 SENEC
senecko@regionpress.sk

INZERCIA

Peter Bukovinský 0905 915 040
Zora Kovačová 0905 719 132
Edita Schubertová 0910 922 916
Mgr. Barbora Knapová 0910 973 657

Distribúcia:
Zora Kovačová 0905 719 132
www.regionpress.sk
www.facebook.com/Senecko.sk

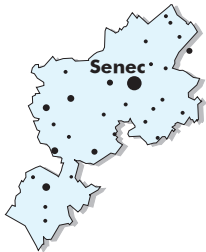


Vychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (35.420 domácností)

Každý týždeň:

Senec, Bernolákovo, Blatné, Čataj,
Dunajská Lužná, Hamuliakovo, Hrubá
Borša, Hrubý Šúr, Igram, Ivanka pri Du-
naji, Kaplna, Kráľová pri Senci, Malinovo,
Most pri Bratislave, Nová Dedinka, Reča,
Rovinka, Tomášov, Tureň, Vlky, Zálesie,
Chorvátsky Grob, Veľký Biel, Kostolná
pri Dunaji



Vydavateľ nezodpovedá za obsah a
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazy-
kovou úpravou.

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípa-
de, 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	GALANSKO-ŠALIANSKO
HC	30330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16450	KOMÁRŇANSKO
LV	30580	LEVICKO
MA	29680	MALACKO
NR	54170	NITRIANSKO
NZ	35050	NOVOZÁMOCKO
PK	22970	PEZINSKO
PN	41870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35420	SENECKO
SE	36750	SENICKO-SKALICKO
TO	41930	TOPOLČIANSKO-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	LUČENECKO-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

**Slovenská Grafia a.s.****Pekná cesta 6, 834 03 Bratislava**

výrobná spoločnosť v oblasti polygrafického priemyslu

**PRIJME IHNEĎ**

- **PREVÁDZKOVÝCH ELEKTRONIKOV**
- **MECHANIKA POLYGRAFICKÝCH STROJOV**
- **STROJNÍKA ENERGETICKÝCH ZARIADENÍ**

Mzda: min. 1 550 € - 2 100 €
od skúseností a zručností uchádzača

- **SKLADNÍKA**
- **ROBOTNÍKOV do výroby a lisovne**
- **NASTAVOVAČOV OREZOVÝCH LINIEK**

Mzda: min. 1 130 € - 1 600 €
od skúseností a zručností uchádzača

Požiadavky:

- zdravotná spôsobilosť na výkon práce v noci
- vyučenie v odbore výhodou, nie podmienkou

Mzda vrátane príplatkov do 250 € a základnej zložky mzdy od 700 € - 1000 €

- **ŠPECIALISTU BOZP a PO**

Mzda: min. 1 600 €
od skúseností a zručností uchádzača

Požiadavky:

- vzdelanie stredoškolské s maturitou alebo vysokoškolské
- osvedčenie na výkon činnosti bezpečnostnej a požiarného technika

- **KOORDINÁTORA SKLADOVÉHO HOSPODÁRSTVA**

Mzda: min. 1 340 €
od skúseností a zručností uchádzača

Požiadavky:

- vzdelanie stredoškolské s maturitou

Mzda vrátane základnej zložky mzdy od 820 €

Benefity: 13. a 14. mzda

- každoročné zvýšenie mzdy
- mimoriadne a jubilejné odmeny
- hlavné jedlo zdarma v závodnej jedálni a iné benefity

Bližšie informácie:

tel.: 02/49493 853, 02/49493 854, 02/49493 111,
e-mail: kariera@grafia.sk, www.grafia.sk

**OPRAVA
STRECHY**

- » oprava a údržba
- » odstránenie zatekania
- » klampiarske prvky
- » odkvapový systém

0903 969 611

**RÝCHLOČISTIAREN
PERIA**
ŠITIE paplónov a vankúšov

AKCIA pri predložení
inzerátu
čistenie+vankúšik, alebo
nákupná taška **ZDARMA**
ODVOZ A DOVOZ ZDARMA PO CELEJ SR
Tel:0905 267 750 SENEC

**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

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

**Chcete si
podať inzerát?**

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

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

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

Spätnou SMS vám potvrdíme prijá-
tie 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. **Upozomenie!** Služba
nefunguje u operátorov O2 a 4ka.
TIP 1: Ak chcete inzerát na viac
týždňov, pošlite rovnakú sms toľ-
kokrát, v ktorých týždňoch chcete
inzerovať.

TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť
v ľubovoľných iných našich no-
vinách, SC zameňte za skratku
novín, ktorú nájdete v tiráži.
Službu PlatbaMobilom.sk tech-
nicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

BOBRIA SILA V AKCII

NAŠA PONUKA DLAŽIEB

Top cena

7,99 m²

OBKLAD 20 × 50 CM

Obklad, matná biela.
OBI č. 1934496

Top cena

9,99 m²

Obklad, dekor White Murretto.
OBI č. 2551778

Top cena

10,79 m²

DLAŽBA „ANTRACIT“

Rozmer 60 × 60 cm. Mrazuvzdorná a rektifikovaná.
Do interiéru aj exteriéru. Vzhľad betónu, matný povrch.
Hrúbka: 8 mm. Trieda oteruvzdornosti: PEI4 (vysoké
zaťaženie). Trieda protišmykovosti: R10. Vhodná pre
podlahové vykurovanie. Obsah balenia: 1,8 m² (5 ks).
OBI č. 2425148



Top cena

10,49 m²

DLAŽBA „YORK BEIGE“

1,340 m²/balenie (14 ks). Rozmer 15,5 × 62 cm. Hrúbka
7 mm. Trieda oteru 4. Protišmyková úprava R10. Vhodná
do interiéru aj exteriéru. Mrazuvzdorná. Vhodná pre
podlahové vykurovanie. Matná vo vzhľade dreva.
OBI č. 2425171



Top cena

10,99 m²

DLAŽBA „METROPOLIS BROWN“

1,620 m²/balenie (9 ks). Rozmer 30 × 60 cm.
Hrúbka 7,5 mm. Trieda oteru 4. Protišmyková úprava R9.
Mrazuvzdorná. Rektifikovaná. Vhodná do interiéru
aj exteriéru. Matný povrch, vzhľad dreva.
OBI č. 2325462

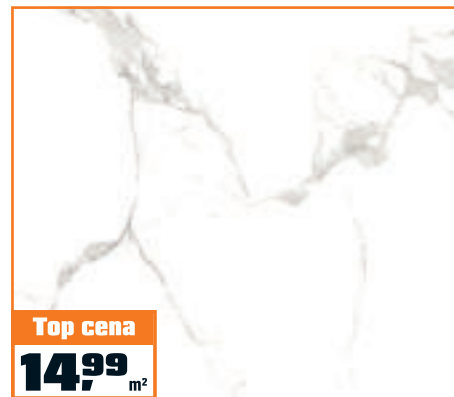


Top cena

11,99 m²

DLAŽBA „SGR 206-1“

Rozmery: 60 × 60 cm, matná, mrazuvzdorná,
hrúbka 8 mm, PEI4, R9. OBI č. 2558732



Top cena

14,99 m²

DLAŽBA „CALCUTTA“

1,440 m²/balenie (4 ks). Rozmer 60 × 60 cm. Hrúbka
7. Vhodná do interiéru. Trieda oteru 3. Protišmyková
úprava R9. Rektifikovaná. Mrazuvzdorná. Lesklý povrch,
vzhľad mramoru. OBI č. 2428357

Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

Platí od 19. 7. do 1. 8. 2024 alebo do vypredania zásob.



OBI

DOKÁŽETE ČOKOLVEK

KANÁL SERVIS
RÝCHLO | ČISTO | SPOLAHLIVO | NONSTOP

KRTKOVANIE
ČISTENIE KANALIZÁCIÍ
MONITORING KAMEROU
DOPRAVA ZDARMA

0918 907 920
www.kanalservis.sk

PALIVOVÉ DREVO
POLIENKA BUK, DUB, HRAB,
SMREKOVÉ PELETY

Ku každej objednávke
hodnotný darček

www.palivovedrevo.sk
0917 649 213

STAVEBNINY TUREŇ s.r.o.

Kompletný stavebný materiál
Stavebná chémia

Pracovné a voľnočasové odevy

pracovná dĺžka 4100 mm

KLAMPIARI POZOR!!!
OHÝBANIE PLECHU ZADARMO

0905 602 887 • bonamal@bonamal.sk

KAMENÁRSTVO PETROVIČ

- precíznosť, profesionalitu, serióznosť
- práce prevedené v najvyššej kvalite
- maximálnu spokojnosť

www.kamenarstvo-petrovic.sk

SENEC
Bratislavská 1/B (areál cintorína)
0905 100 134, 02 / 4564 6488
senec@kamenarstvo-petrovic.sk

... kvalita, tradícia

0905 111 444

NAŠE SÚRADNICE

NOVINKA
hydraulická ruka
do 4 ton

MAKADAM
ŠTRK - PIESOK
OKRASNÉ KAMENE

DOVOZ kameniva
až k Vám domov

najnižšie ceny
v okolí

Predajňa otvorená aj v sobotu

OutletStone

ZENIT

AKCIA NA POLYKARBONÁT

REZANIE MATERIÁLU ZDARMA

eshop.zenitsk.sk/akcia

 -30% Ultralight 2/10 čira 9,50 €/m² s DPH	 -30% Exolon 7/16 BF bronz 16,51 €/m² s DPH
---	--

ROZVOZ PO CELOM SLOVENSKU

KOŠ - 046/5430 771, zenit@zenitsk.sk
KOŠICE - 055/6254 006, kosice@zenitsk.sk

KÖNIG FRANKSTAHL
Poľná 4, 903 01 Senec

prijmeme do trvalého pracovného pomeru:

SKLADNÍK

Miesto práce: SENEC Termín nástupu: dohodou
Mzdové podmienky (brutto): 1 250 € / mesiac
+ po skúšobnej dobe zvýšenie

Zamestnanecké výhody, benefity:

- príspevok na stravu formou príspevku alebo stravovacej karty
- preplácané nadčasy
- zamestnávateľom hradené školenia potrebné k výkonu práce
- sociálne benefity
- práca na 2 alebo 3 zmeny
- práca v Senci - dochádzka bez stresu v dopravných kolónach
- zamestnanecká zľava na všetok materiál
- pracovné odevy a ich údržba
- príjemný kolektív

Štruktúrovaný životopis zasielajte na adresu firmy:
KÖNIGFRANKSTAHL s.r.o., Poľná 4, 903 01 Senec
alebo e-mailom: a.andil@koenigfrankstahl.sk

Kontaktná osoba: Alexander Andil, tel.: 0903 553 874

Autobazár Volt

PLNENIE A ČISTENIE AUTOKLIMATIZÁCIE

Malý Lég 1070
930 37 Lehnice
Slovensko

Kontakt:
info@autobazarovolt.sk
+421 911 76 76 76

od 40 €

Zámková dlažba

Zavarský

- pokládka zámkovej dlažby
- zemné a výkopové práce

minibagrom a mininakladačom

0905 580 848
dlazbazavarsky@gmail.com

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%
- chemická injektáž

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

Frézovanie komínov

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

ZĽAVA NA NEREZ

www.kominicek.sk
0905 702 276 • 0917 850 155

KOBERCE - PVC - VINYL

- metrážne, bytové, kancelárske a kusové koberce
- pvc, vinyl, sokle, lišty
- obrusy, garníže, behúne, rohože



Hľadáme brigádnika

obšívanie - realizácie - pokladanie - dovoz

JÚLOVÁ AKCIA

široký výber umelých trávnikov aj v 5m šírke,
50% zľavy na koberce

Slovakia TAP s.r.o.

Bratislavská 85, PEZINOK (vo dvore 130 m)

Tel.: 033 / 642 25 06

otvorené: po-pia: 8⁰⁰ - 17⁰⁰, so: 9⁰⁰ - 13⁰⁰

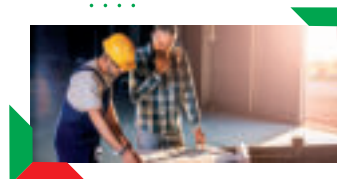
www.slovakiatap.sk

51-0125

IN REAL spol.s r. o.

stavebno-obchodná spoločnosť

- sadrokartón
- tepelné a zvukové izolácie
- fasádny zateplovací systém
- interiérové stavebné práce



Areál PD, Boldocká 301, Senec | tel.: 0905 605 209

www.in-real.sk | e-mail: inreal@wmx.sk

91-0075

Nájdete nás v Dome smútku v Senci

VA-SI, spol. s r.o.

Pohrebná služba v Senci NON STOP Služba

Várady - 0911 011 020, 0903 653 930

Vybavenie matričných dokladov ZDARMA

PREVÁDZKA: VA-SI, spol. s r.o., Farské námestie 16, Senec

www.pohrebnaslužba-vasi.sk

06-0024

Obchodná verejná súťaž na nájom majetku

Bratislavského samosprávneho kraja – tretie kolo obchodnej verejnej súťaže.

NÁVRHY
DO
5. 8. 2024

Bratislavský samosprávny kraj, Sabinovská 16, 820 05 Bratislava, IČO: 36 063 606 vyhlasuje obchodnú verejnú súťaž s použitím systému elektronickej aukcie o najvhodnejší návrh na zariadenie nájomnej zmluvy, ktorej predmetom sú pozemky a stavby evidované na LV č. 2258 a LV č. 4265 v k. ú. Rača ako aj stavby nepodliehajúce evidencii v katastrálnom úrade nachádzajúce sa v k. ú. Rača.

Do dlhodobého nájmu sa poskytuje majetok vo výlučnom vlastníctve Bratislavského samosprávneho kraja, nezapísaných na liste vlastníctva ako aj zapísaných na LV č. 2258 a LV č. 4265, vedené Okresným úradom Bratislava, katastrálny odbor, okres Bratislava III, obec Bratislava-Rača, v k.ú. Rača, a to:

STAVBY:

- stavba: Spol. Techn. Vybavenie kotolňa so súp. č. 9362, postavená na pozemku s parc. č. 3282/35,
- stavba: Škola so súp. č. 7700, postavená na pozemku s parc. č. 3282/31, 3282/32, 3282/33,
- stavba: Stravovacia časť so súp. č. 7700, postavená na pozemku s parc. č. 3282/34,
- stavba: Výmenníková stanica, postavená na pozemku s parc. č. 3282/23 (neevidovaná na LV)
- stavba: Oplotenie areálu SOŠ (neevidovaná na LV)

- stavba: Oplotenie tenisového dvorca (neevidovaná na LV)
- stavba: Oplotenie tenisového ihriska - bežeckého areálu (neevidovaná na LV)
- stavba: Rozvody vody areálu (neevidovaná na LV)
- stavba: Kanalizačný rozvod areálu (neevidovaná na LV)
- stavba: Kanalizačné šachty areálu - napájacie (neevidovaná na LV)
- stavba: Elektrický rozvod areálu (neevidovaná na LV)
- stavba: Rozvod plynu areálu (neevidovaná na LV)
- stavba: Spevnené plochy areálu (neevidovaná na LV)
- stavba: Tenisový areál, postavený na pozemku s parc. č. 3282/23 (neevidovaná na LV)
- stavba: Spevnené plochy - vnútroareálová komunikácia (neevidovaná na LV)
- stavba: Bežecký areál - ihrisko na pozemku s parc. č. 3282/23 (neevidovaná na LV)
- stavba: Futbalové ihrisko na pozemku s parc. č. 3282/23 (neevidovaná na LV)

POZEMKY v rozsahu plochy nájmu 53.511 m² tvorenej z nasledovných pozemkov:

- pozemok parc. č. 3282/23, druh: Ostatná plocha, o výmere: 46 776 m²
- pozemok parc. č. 3282/31, druh: Zastavaná plocha a nádvorie, o výmere: 1 804 m²
- pozemok parc. č. 3282/32, druh: Zastavaná plocha a nádvorie, o výmere: 916 m²
- pozemok parc. č. 3282/33, druh: Zastavaná plocha a nádvorie, o výmere: 675 m²

- pozemok parc. č. 3282/34, druh: Zastavaná plocha a nádvorie, o výmere: 3 378 m²
- pozemok parc. č. 3282/35, druh: Zastavaná plocha a nádvorie, o výmere: 866 m²
- pozemok parc. č. 3282/141, druh: Ostatná plocha, o výmere: 15 894 m²
- pozemok parc. č. 3282/142, druh: Ostatná plocha, o výmere: 630 m²

Záväzným kritériom pre vyhodnotenie ponúk je cena. Návrhy môžu záujemcovia zaslať do 05.08.2024 do 12.00 hod., na adresu:

Úrad Bratislavského samosprávneho kraja
Sabinovská 16, 820 05 Bratislava.

Rozhodujúci je dátum doručenia návrhu v podateľni Úradu BSK.

Možnosť prenájmu Ubytovacieho zariadenia so súp. č. 7700 a okolitých pozemkov spoločne s predmetom súťaže v zmysle podmienok uvedených v obchodnej verejnej súťaži.

Bližšie informácie a podmienky obchodnej verejnej súťaže sú zverejnené na úradnej tabuli BSK a na internetovej stránke www.bratislavskyykraj.sk/otvorena-zupa/obchodne-verejne-sutaze/

91-0124

Cestovateľská lekárnica

Na dovolenku je potrebné si zbaliť aj cestovateľskú lekárnicu, pričom jej obsah podľa odborníkov závisí od krajiny, do ktorej cestujeme, a aj od dĺžky pobytu a dostupnosti zdravotnej starostlivosti.

Čo obsahuje kompletná cestovateľská lekárnica? Radí docentka Jana Hamade, zástupkyňa hlavného hygienika SR so zameraním na deti a mládež:

- lieky, ktoré cestovateľ bežne užíva,
- lieky proti horúčke a bolestiam hlavy,
- kvapky do nosa, očí, uší
- lieky proti hnačke,
- lieky proti nevoľnosti pri takzvanej chorobe z pohybu,
- lieky proti zápche,
- antihistaminiká (lieky pri alergických reakciách),
- lokálne antihistaminiká - krém, gél (potrebný pri poštípaní hmyzom),



Ilustračné foto.

zdroj foto adexo_medical pixabay

- lieky na ochranu proti malárii, v prípade pobytu v oblasti s výskytom malárie,
- sprej alebo krém proti hmyzu (repellent),
- dezinfekčný prostriedok,
- pohotovostné obvazy, elastický obväz,
- lieky proti plesňovej infekcii nôh,
- rehydratačný roztok (najmä pre deti),
- teplomer, obväzovú vatu, pinzetu, nožničky, náplasti.

„Príbalové letáky všetkých liekov si prečítajte ešte doma pred odchodom - je nutné splniť všetky podmienky na skladovanie a uchovávanie liečiv, prísne dodržiavať účel liečby a dávkovanie, kontraindikácie, zohľadniť vedľajšie účinky a znášanosť, respektíve pôsobenie s inými liekmi. Lekárnička musí byť v suchu, chlade a tme, aby nedošlo k poškodeniu jej obsahu,“ vysvetlila doktorka Tatiana Červeňová, hlavný hygienik SR.

» ren

Zásady ochrany zdravia pre cestovateľov

Na čo pamätať, aby sa dovolenka vydarila

Vyrážete onedlho na dovolenku a chcete si ju užiť čo najlepšie? Na čo nezabudnúť, aby sa dovolenka vydarila k spokojnosti celej rodiny? Odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) ponúkajú užitočné rady, na čo si dávať pozor na dovolenke a to nielen v zahraničí:

Cestovanie

„Počas cestovania autom je potrebné klimatizáciu používať tak, aby vám neškodila. To znamená, aby rozdiel teplôt medzi vonkajším a vnútorným prostredím auta nebol vyšší ako 5, maximálne 7 stupňov Celzia. Tiež je potrebné nasmerovať prúd vzduchu do priestoru a nie priamo na tvár a chrbát,“ odporúča vedúca odboru hygieny životného prostredia ÚVZ SR doktorka Milada Eštoková a dodáva, že počas leteckej prepravy sa odporúča používať respirátor.

Turistika na horách

„V prípade turistiky na horách zväzťe počasie v aktuálny deň, nepreceňujte svoje fyzické schopnosti. Počas búrky sa nezdržiavajte na otvorenom priestranstve, pri otvorených lokalitách vodných plôch a ich blízkom okolí. Opustite vrchol a hrebene hôr, postupujte do nižších polôh a dolín, vzdialte sa od vysokých stromov, stožiarov, kovových reťazí, plotov či zábradlí. Počas búrky preventívne vypnite elektronické zariadenia, ako napríklad mobil. Snažte sa nájsť a prečkať búrku napríklad v chate, útulni alebo pod prístreškom, ktorý nevyčnieva nad okolitý terén. Ak sa rozhodnete ukryť v previse alebo jaskyni, držte sa čo najďalej od vchodu a stien, posadte sa na izolujúci materiál a spojte končatiny. Zamedzte kontaktu s vodivými predmetmi - kovové predmety, turistické palice či dáždnik dajte čo najďalej od seba. Pri ústupe pred búrku sa snažte robiť menšie kroky a ruky držte pri tele, aby ste minimalizovali riziko krokového napätia. Ak



Ilustračné foto.

zdroj foto dpung pixabay



Ilustračné foto.

zdroj foto DariuszSankowski pixabay

sa pohybujete ako väčšia skupina ľudí, snažte sa rozptýliť na vzdialenosť aspoň troch metrov,“ radí vedúca odboru hygieny životného prostredia ÚVZ SR doktorka Milada Eštoková.

Zvieratá a hmyz

Podľa odborníkov je tiež prospešné vyvarovať sa kontaktu s voľne sa pohybujúcimi zvieratami, uprednostniť kvalitné bývanie v hoteloch vzdialených od liahní komárov, využívať neporušené moskytiéry - ochranné siete proti komárom, používať repelentné prípravky, nosiť košeľe s dlhým rukávom, dlhé nohavice, predovšetkým po súmraku, nosiť bavlnené či lanové odevy, ktoré sajú pot, chrániť sa pred kliešťami, nosiť vhodné oblečenie ktoré účinne bráni kliešťom v prístupe k pokožke, používať repelenty, po pobyte v prírode dôkladne skontrolovať pokožku, či nedošlo k zakliešteniu.

Stravovanie

V prípade stravovania sa počas dovolenky, odborníci odporúčajú:

- piť nápoje (vrátane minerálnej a pramenitej vody a mlieka) len v originálnom balení
- na kávu a čaj používať len prevarenú pitnú vodu alebo vodu zo spotrebiteľského balenia,
- konzumovať len dôkladne tepelne spracované jedlo (dôkladne uvarené a prepečené)
- nejest neumyté surové ovocie a zeleninu; jesť len ovocie, ktoré sa dá ošúpať, respektíve ovocie a zeleninu, ktoré sú dôkladne umyté pitnou (balenou) vodou,
- vyhýbať sa konzumácii surového mäsa, surových rýb a surových morských živočíchov (vrátane šalátov z nich pripravených)
- vyhýbať sa majonézam, vajičkam, studeným misám,
- mlieko a mliečne výrobky jesť iba pasterizované, čiže riadne tepelne upravené (inak hrozí aj riziko nákazy kliešťovou encefalitídou),
- nekonzumovať jedlá, ktoré už raz boli zohriate
- v zahraničných destináciách nepoužívať na chladenie nápojov ľadové kocky, pretože môžu byť vyrobené z kontaminovanej vody,
- zvažovať, či je v danej destinácii bezpečné konzumovať zmrzlinu - pozrite si, či je zmrzlina hladká, bez kryštálikov ľadu alebo hrudiek nerozmixovaných surovín, či vonia po použitých surovinách; všimnite si, či sú prostredie predajne, pracovné plochy a náčinie čisté, či sú nádoby aj kornútky na zmrzlinu chránené pred znečistením, či personál používa jednorazové rukavice, prípadne, či má kornútok okolo seba obal, ktorý bráni jeho kontaminácii. Porciovanie náradie nesmie byť skladované v nádobe so stojacou vodou (množia sa tam mikroorganizmy),
- časté a dôkladné umývanie rúk mydlom a vodou, prípadne použitie čistiacich výrobkov na báze alkoholu,
- umývanie zubov len pitnou (balenou) vodou.

» ren

IBA DO 31.7.!

doctor  optic
OČNÁ OPTIKA

-50%

**NA NAŠE NAJKVALITNEJŠIE
MULTIFOKÁLNE
SKLÁ**

**LICHNEROVA 37
SENEC**

0918 237 839
WWW.DROPTIC.SK

OPTIKADROPTIK
DR.OPTIK_SK

75-006

HIKVISION®

Zariadenia majú nadštandardnú **záruku na 5 rokov**
+ Súčasťou balenia je **inštaláčna sada na uchytenie na stenu**

Interaktívny displej na výučbu aj videokonferencie

Vybavený najmodernejšími technológiami
s vynikajúcim vizuálnym zobrazením
pre rôzne profesionálne potreby
ako sú konferencie, výuka a ďalšie.

HIKVISION **DS-D5B65RB/C**

- Jas displeja: 350 cd/m²
- Pozorovací úhol: 178°(H)/178°(V)
- Doba odozvy: 6 ms
- Počet dotykových bodov: Max 45 bodov
- Podporované jazyky: čeština, slovenčina
- Životnosť panelu: 50 000h
- Operačný systém: Android 11.0
- Rozhrania: WiFi, Bluetooth
- Pamäť: 4 GB
- Kapacita úložiska: 64 GB
- Reproduktory: 2 × 16 W
- Rozmery: 1507 × 930 × 86 mm

Vhodný pre firmy, školy a edukačné centrá

PREDAJNÁ CENA 1 692 EUR s DPH



LICENCIA NA **6 MESIACOV ZADARMO**



<https://eshop.zmgroup.sk/interaktivne-ploche-panely/>

Z + M group, a.s.
Martinčekova 17 | 851 04 Bratislava | Slovak Republic
pobočka: Pribinova 13 | 022 01 Čadca | Slovak Republic
pobočka: Čermelská 3 | 040 01 Košice | Slovak Republic

www.zmgroup.sk zmgroup@zmgroup.sk

Z+M

GROUP

Kontaktujte nás: **+421 414 331 340**

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



GS
EUROTHERM
MONT

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

Ahoj, Leto!

PONUKA

GRIL alebo
FRITÉZA

Toto hovoria naši zákazníci.
Neni k tomu čo dodať

Služby
Špičkovej
Kvality

Už po prvom kontakte sme boli veľmi milo prekvapení ochotou, ústretovosťou a profesionálnym prístupom tejto spoločnosti. Stoličkový výťah mi zmenil kvalitu môjho života a umožnil mi stráviť zvyšok môjho života v našom rodinnom dome. Moje poďakovanie patrí celému tímu spoločnosti Stannah.

Helena Soťáková

Trustpilot

Zavolajte zadarmo

0800 162 162 • www.stannah.sk

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

Táto ponuka platí pri kúpe schodiskového výťahu Stannah do 31.8.2024 a nie je platná s inými akciami alebo ponukami.

SIMON - Fleisch

**BRAVČOVÁ
A HOVÄDZIA
PORÁŽKA
V NEMECKU**

14€ - 20€

OBSLUHA UMÝVACEJ

LINKY

od 13€

PODĽA KVALIFIKÁCIE

Brutto na hodinu

20 dní platenej dovolenky
preplácané sviatky

Nemecká pracovná zmluva
Nemecké sociálne poistenie
Vybavíme všetko
potrebné pre prácu
Možnosť turnusov
Ubytovanie zabezpečené
Stabilná celoročná práca

www.simon-fleisch.de | job@simon-fleisch.de

+421 944 995 400

**KÚPIM
PAROŽIE**

Zhody, trofeje i celé
poľovnícke zbierky

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

Výkup mincí
do roku 1945

KONTAKT

0904 474 597

vykupparoziaeu@gmail.com

Celá SR

**EKOLOGICKÉ
ČISTENIE
FASÁD**

Patentovaná
kontaktná
technológia

BEZPLATNÁ
UKÁŽKA
A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

Bez vysokotlakových
čističov

ZĽAVA
50%
rodinné
domy

f BombaFasada

www.BombaFasada.sk

0905 148 393

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

MONTTER

**ZIMNÉ ZÁHRADY
PERGOLY • ZASKLENIE**

11
ROČNÉ
SKÚSENOSTI

NAKUPUJTE OD VÝROBCU!

OVERENÁ FIRMA

Drevo

HLINÍK
VO FARBE K MONTÁŽI

ANTRACIT
7016

HNEDÁ
8003

HNEDÁ
8017

BIELA
9016

LETO SA BLÍŽI!

Hliník

POZOR!
na podvodné firmy
U nás si viete objednať
zimnú záhradu aj

bez ZÁLOHY!
Akcia sa vzťahuje len na skladové farby RAL.

Montujeme
po celom Slovensku

WWW.MONTTER.SK • 0919 370 730

OBJEDNAVKY@MONTTER.SK