

ZVOLENSKO DETVIANSKO-KRUPINSKO

Najčítanejšie regionálne noviny Týždenne do 38 400 domácností a firiem

VÝKUP KOŽÍ
a PREDAJ KRMÍV
PREDAJ MLÁDOK DOMINANT
od 12.8.2024
Viac info **str. 4**

DAJTE NÁM Like
Zvolensko.sk

VÝRUB A OREZ STROMOV
V RIZIKOVÝCH PODMIENKACH
ZDRAVOTNÝ REZ
OVOCNÝCH STROMOV
ÚDRŽBA ŽIVÝCH PLOTOV
KOSENIE ZÁHRAD
☎ 0902 796 885

OBNOVA NÁPISOV
a DOSEKÁVANIE
DÁTUMOV na
POMNÍKOCH
PRIAMO NA CINTORÍNE
čistenie dvojhrobu 100€
0944 229 001

Palivové drevo
Dátum dodania podľa Vášho výberu
SKLADOM AJ SUCHÉ
59 EUR/PRMS
0907 222 616

ZBER STARÝCH VOZIDIEL
a trvalé vyradenie z evidencie
možnosť odvozu.
ALUEX Po-Pia: 0944 530 853
7,00 - 15,30 045/533 36 44

INZERCIA ZVOLENSKO
0907 727 201

Predáme štiepané palivové drevo
s dovozom
0940 870 613 ☎ 0944 304 589

INZERÁT tu už za **14 €**+DPH
0907 727 201 / kucerova@regionpress.sk

ŠIMUNEK Kompletne
rekonštrukcie domov a bytov
www.stavbysimunek.sk 0904 525 084

PROFIDEMONT
REALIZÁCIA HRUBEJ STAVBY
ZÁKLADOVÉ DOSKY
www.profidemont.sk 0919 175 335

STAVEBNÉ PRÁCE Gigant build s.r.o.
0905 298 635
0918 641 094
!!! NAJLEPŠIE CENY!!!

- Bytové jadrá, omietky, stierky
- Sadrokartónové systémy
- Strechy, krovy, altánky
- Vodárske, elektrikárske práce
- Zatepľovacie práce
- Obklady, dlažby, zdvojené podlahy
- Rodinné domy od základu
- Nábytok na mieru

PREDAJ MLÁDOK
18-týždňových nosníc
VÝKUP KOŽÍ
Predaj sliepok 18-týždňových nosníc rôznych farieb. Areál f. M.H.S. Osloboditeľov 917/3, Krupina (bývalé Osivo), v STREDU dátumoch
14.8., 4.9., 25.9., 16.10. 2024
v čase od 15:00 do 17:00 hod.
0907 893 351
www.slovakiaskins.sk

NEODTEKÁ !!!
KRTKOVANIE - MONITORING
KANALIZÁCIE
LIKVIDÁCIA AZBESTU!!!
www.profidemont.sk 0919 175 335

ČISTENIE HROBOV
JEDNOHROB 55 € DVOJHROB 85 €
Dosekávanie písma
Do 10 znakov 100 €, 11 a viac 10 €/znak
Obnova písma 1,20 €/znak
Posledná akcia pred Dušičkami!!!
Ing. Miroslav Greisiger AKCIA do 31.8.2024!!
0940 653 651, 0919 205 521
www.greisiger.sk

REVÍZNY TECHNIK
ELEKTRICKÉ REVÍZIE
DOMOV A BYTOV
☎ 0915 833 649

PREDAJ A DOVOZ PALIVOVÉHO DREVA
Pripravujeme palivové drevo namiešané z listnatých drevin - dub, buk, agát, breza, lipa, cerešňa, vrbica, osika, dodávané v naplnených a naštiepaných dĺžkach 20, 25 cm a 33, 40, 50 cm resp. dĺžkach podľa želania

1 PRMS	(priestorový meter sypaný od dĺžky 33 cm) (Odber u nás v Ábelovej)	49 €
8 PRMS	Veľké auto Mercedes Atego (S dovozom do 60 km od Ábelovej)	480 €
4 PRMS	Terénne auto ISUZU (S dovozom do 60 km od Ábelovej) * Ideálne pre ťažko prístupové chaty a usadlosti	277 €
Môžeme pripraviť a dovieŕť aj palivové drevo smrekové suché		
1 PRMS	(priestorový meter sypaný od dĺžky 33 cm) (Odber u nás v Ábelovej)	44 €
12 PRMS	Veľké auto Mercedes Atego (S dovozom do 60 km od Ábelovej)	584 € 496 €
4 PRMS	Terénne auto ISUZU (S dovozom do 60 km od Ábelovej) * Ideálne pre ťažko prístupové chaty a usadlosti	232 € 196 €
Môžeme pripraviť a dovieŕť aj lacné palivové drevo zo suchých odpadových (použitých), dosiek, hranolov a paliet naplnených cca na 33cm.		
1 PRMS	(priestorový meter sypaný od dĺžky 33 cm) (Odber u nás v Ábelovej)	32 €
12 PRMS	Veľké auto Mercedes Atego (S dovozom do 60 km od Ábelovej)	430 € 366 €
4 PRMS	Terénne auto ISUZU (S dovozom do 60 km od Ábelovej) * Ideálne pre ťažko prístupové chaty a usadlosti	184 € 156 €
LIPOVÉ TRIESKY vrecko 30x60 cm		3,00 €/vrecko

Mercedess Atego Isuzu 4x4
☎ 0907 884 162

Salón krásy Šarming
M. R. Štefánika 68, Detva
ponúka služby:

- Kozmetické ošetrenia pleti
- Masáže
- Depilácie
- Úprava obočia a rias
- Aplikácia umelých rias
- Líčenie na rôzne príležitosti
- Účesy na rôzne príležitosti
- aj zapletané copíky s kanekalónom
- Manikúra - klasická, japonská, francúzska, nail art zdobenie, gélové nechty
- Darčekové poukážky
- Predaj kozmetiky a poradenstvo

☎ 0904 269 949



Správna voľba

52% ZĽAVA

2.49*

1.19

(100 g = 0,64)

Tuníakový šalát

185 g
rôzne druhy



AKTIVUJ KUPÓN



1+1 ZADARMO

1.98**

0.99*

(100 g = 0,50)

Maslo

200 g

Maximálny odber je 6 kusov na nákup.

*Cena za kus pri kúpe 2 kusov = 0,99 €

**Cena za kus pri kúpe 1 kus = 1,98 €

Cena za 2 kusy = 1,98 €



48% ZĽAVA

4.79***

2.49

52% ZĽAVA

4.79***

2.29

Tmavé hrozno
1 kg balenie

LIDL STÁNOK
DOBRE ČERSTVÉ



3+3 ZADARMO

0.84**

0.42*

Kukurica

kus

*Cena za kus pri kúpe 6 kusov = 0,42 €

**Cena za kus pri kúpe 1 kus = 0,84 €

Cena za 6 kusov = 2,52 €



NAJNIŽŠIA CENA V LIDL
TÚTO SEZÓNU
S LIDL PLUS

50% ZĽAVA

3.99

1.99

Kuchynské utierky
1 roľka
2-vrstvové
vysoko absorpčné
Maximálny odber sú 2 roľky na nákup.



50% ZĽAVA

1.99

0.99

Kačacie prsia XXL
cena za 100 g
s kožou



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

*Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.
**Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávaného produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri prepočte na hmotnosť produktu z akčiového týždňa.

Ponuka tovaru platí od 5. 8. do 11. 8. 2024 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

... a mnoho ďalších výrobkov na www.lidl.sk

Bezplatný týždenník

ZVOLENSKO
DETVIANSKO-KRUPINSKO

EV 6201/24

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

Ročník I, Vydanie 14, týždeň 31/2024.

Redakcia: Hronská 1
ZVOLEN
zvolensko@regionpress.sk**INZERCIA**

Mariana Kučerová 0907 727 201

Distribúcia:
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.skVychádzame
na recyklovanom
papieri**DISTRIBÚCIA** (38.400 domácností)

Každý týždeň:

Zvolen, Detva, Hriňová, Korytárky, Kriváň,
Stožok, Víglaš, Krupina, Bzovík, Dudince,
Hontianske Nemce, Sebechleby, Babiná,
Budča, Dobrá Niva, Hronská Breznica,
Kováčová, Lieskovec, Očová, Pľešovec,
Podzámčok, Sása, Sielnica, Sliac, Zvolenská
Slatina, Kováčová, Očová, Zvolenská
SlatinaVydavateľ 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	GALANTSKO-SALANSKO
HC	30330	HLOHOVECKO-SEREDSKO
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	TOPOĽCIANSKO-PE-BN
TN	60750	TRENČIANSKO-DCA-IL
TT	49390	TRNAVSKO
ZM	20930	ZLATOMORAVSKO

Stredné Slovensko

BB	56200	BANSKOBYSTRICKO-BR
KY	29300	KYSUCKO-CA-KM
LI	37270	LIPTOVSKO-LM-RK
LC	30860	LUČEŇECKO-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	ZIARSKO-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	SPÍŠSKO-LE-GL

PLASTOVÉ OKNÁvýrobca okien a dverí z PVC a hliníka
vonkajšie žalúzie a rolety
garážové brányDobré
Zvolen, s.r.o.

EUROCOLOR

**LETNÉ
AKCIE**Zvolen, ul. JESENSKÉHO 4707, (bývalý areál ZDROJ)
tel.: 0905 967 427dobreoknozvolen@gmail.com
Po - Pia 9.00 - 17.00 hod.www.dobre-okno.sk**OKNÁ, DVERE**garážové brány, sieťky,
žalúzie, interiérové dvere


LETNÉ ZĽAVY

Ideálna chvíľa pre nové okná

www.oknadetva.sk

Záhradná 4, DETVA

0908 239 451, 0908 265 128

oknoplastdt@centrum.sk, www.oknoplast.com

ZASKLENIE

rámový a bezrámový systém

- balkóny
- terasy
- pergoly
- prestrešenia
- zimné záhrady



SLOVREKLA s.r.o. - Zvolen, Trhová 6 (Tržnica)

www.slovrekla.sk, info@slovrekla.sk

045/540 20 71, 0905 298 160

KURZ SBS

LEN U NÁS ONLINE aj PREZENČNE

Cez Úrad práce
pre všetkých
ZDARMAKontakt:
kurzysbs@sbabb.sk
0911 514 328**DOVOZ NA ADRESU**

18 týž. mládky,

8 týždňové morky,

brojlerové kuriatka

www.hydinashop.sk

0944 842 953

**OVONA, spol. s r.o.**
Dobrá Niva

ponúka na predaj

**MLÁDKY ZNÁŠKOVÝCH
PLEMIEN**

Dekalb White ISA Sussex Bovans Brown Moravia BSL Moravia Barred

Miesto predaja: **Krupina, farma Bebrava**
(smer na priehradu)**Začiatok predaja je od 15. 8. 2024**Každý týždeň vo štvrtok, piatok
a v sobotu, v čase od 7:00 - 17:00 hod.**Objednávky:****0907 483 483**

Kúpim

STAVEBNÝ POZEMOKdo 30.000 €
alebo**STARÝ DOM, ZRÚCANINU**rozloha 1500 m²

vzdialenosť do 10 km od Zvolena

Tel: **0908 855 513****SPŠ dopravná**
Sokolská 911/94, Zvolen

vyhlasuje

**OBCHODNÚ
VEREJNÚ SŤAŽ**na predajom priestorov
na prevádzkovanie:

1. Školského bufetu
2. Nápojového automatu

Bližšie info:

www.dopravnazv.sk
0903 482 918www.oknoslovsro.sk**PLASTOVÉ, HLINÍKOVÉ
OKNÁ A DVERE HESTA****ŽALÚZIE + SIETE
+ PARAPETY****GARÁŽOVÉ BRÁNY
INTERIEROVÉ DVERE****LETNÉ ZĽAVY****DETVA**OD OÁZA, Záhradná 7/9,
hestadt@centrum.sk, hestamelich@centrum.sk
tel.: 0908 222 236, 0944 724 977**Výročia a udalosti****7. augusta 2002**v Česku sa začala **najničivejšia povodeň** v novodobých českých dejinách

Otvorili nové unikátne múzeum

V najväčšom a najnavštevovanejšom archeologickom skanzene Českej republiky v Modré u Velehradu pred pár dňami slávnostne otvorili nové unikátne múzeum – Klenotnica Veľkej Moravy. Ide o výsledok spoločného slovensko-českého projektu v rámci programu INTERREG V-A SK-CZ 14-20 s názvom Spoločné dedičstvo od Rimanov po klenoty Veľkej Moravy.

„V rekordne krátkom čase sa nám podarilo vybudovať pod úrovňou terénu archeoskanzenu moderné múzeum s najvýkonnejšími zabezpečovacími systémami. V rámci pilotnej výstavy s názvom Elity Veľkej Moravy sú verejnosti predstavené najvýznamnejšie nálezy z hradísk a pohrebísk Veľkej Moravy, ktoré reprezentujú hmotnú kultúru spájanú s najvyššou spoločenskou vrstvou 9.-10. storočia,“ povedala Jaroslava Ruttikayová z Archeologického ústavu Slovenskej akadémie vied (SAV), v.v.i. Návštevník môže vidieť množstvo jedinečných dobových výrobkov – šperky, výzbroj, výstroj zasadené do panoramatických scén zobrazujúcich najvýznamnejšie medziny veľkomoravského vývoja. „Ide o nálezy reprezentujúce významné juhomoravské náleziská – Mikulčice, Staré Město, Uherské Hradiště, Modrá, Pohansko u Břeclavi. Osobitnú pozornosť púta originál zvona z hradiska Bojná neďaleko

Topoľčian, ktorý patrí k európskym unikátom dokladajúcim nielen upevňovanie kresťanstva v 9. storočí, ale zároveň poukazuje aj na vyspelosť vtedajšej nobility,“ uviedla archeologička.

Modrá a Cífer spojili sily

Na českej strane je nositeľom projektu obec Modrá a na slovenskej strane obec Cífer. Práve starostovia týchto obcí dokázali zladit' všetkých aktérov projektu a v stanovených termínoch dosiahnuť skvelý výsledok, ktorý od prvého dňa vyvolal obrovský záujem verejnosti. Hlavným autorom scenára výstavy je Luděk Galuška. Samotná výstava je dielom Moravského zemského múzea v spolupráci s obcou Modrá, Archeologickým ústavom AV ČR, Brno, v. v. i., Filozofickou fakultou Masarykovej univerzity – Ústavom archeológie a muzeológie a Archeologickým ústavom SAV, v. v. i.

Informácie a foto poskytla Slovenská akadémia vied



» ren

NÁTERY STRIECH
CERTIFIKOVANÝMI FARBAMI
PRÍJEMNÉ CENY
Volajte: 0944 813 531

75-0036

VÝKUP KROJOV a ich SÚČASTÍ, KAŠMÍROVÝCH SUKNÍ a ŠATIEK
0908 245 251

49-0065

ADAM KRTKO
• čistenie kanalizácie,
• lapačov tukov
• kamerovanie lokalizácia potrubia
NONSTOP 0948 948 606

8-0015

NAJVÝHODNEJŠIA DOSTUPNÁ PÔŽIČKA
0905 555 863

05-0053-1

BUKOVÉ brikety
Čistý produkt zo 100% čistého bukového dreva, bez umelín, lepidiel alebo škodlivín, našej vlastnej výroby
AKCIA 239€
nizka popolnosť nedehtujú pre všetky typy peciek, sporákov a krbov
ROZMER BRIKETY 155 x 90 x 60mm
výhrevnosť: 19 MJ/kg
popolnosť: 1,3%

24-0040

VÝKUP KOŽÍ
Aktuálne ceny na www.slovakiaskins.sk
Kože vykupujeme vysušené, bez hláv a nožičiek. Cena koží sa môže meniť.
0,80 € za kus

vždy v PIATOK v týchto termínoch:
30.8., 20.9., 11.10., 22.11., 13.12. 2024

Budča	9,00 hod.	Dúbravy-Coop.....	12,10 hod.
Kováčová	9,15 hod.	Stará Detva	12,25 hod.
Sliač	9,30 hod.	Kriváň.....	12,45 hod.
Sielnica.....	9,45 hod.	Korytárky.....	13,00 hod.
Veľká Lúka.....	10,05 hod.	Hriňová.....	13,15 hod.
Hronsek	10,20 hod.	Detvianska Huta ..	13,30 hod.
Vlkanová-has. zbr.	10,35 hod.	Látky.....	13,45 hod.
Badín	10,50 hod.	Stožok.....	14,20 hod.
Lieskovec-pošta ...	11,20 hod.	Viglaš	14,35 hod.
Zolná.....	11,35 hod.	Zvolenská Slatina ..	14,50 hod.
Očová	11,50 hod.		

ŽALÚZIE
Radovan Matuš
ZASKLIEVANIE BALKÓNŮV
roletky deň a noc vertikálne žalúzie aj sušiaci sieťky proti hmyzu zhrňacie lamelové dvere servis balkónových roliet
www.balkony.net 0905 767 777

71-0013

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE
REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV
SLOVENSKY CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZEVA na materiál 40%
PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASŤÍ KOMÍNOV ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA
FRÉZOVANIE od 15€/bm
0948 012 507 • www.profikominy.sk

46-0007-1

liahen Bzenica = KVALITA OVERENÁ DESAŤROČIA – ponuka:
- AKCIA vysoko nosivé MLÁDKY Lohmann Brown 23 a viac týždňové po 10,5 €/ks - platí pre odber min. 6 ks do vyprédania
- vysoko nosivé MLÁDKY Dominant vo všetkých farbách
aj GreenShell (zelená škrapina) 15 a viac týždňové od 9,90 €/ks.
Predaj každú sobotu od 09:00 h do 13:00 h.
Naša aktuálna ponuka vid' web: www.liahenbzenica.wbl.sk
Blížšie informácie a objednávky: v Bzenici č. d. 127 (smer Vyhne) - okr. Žiar nad Hronom; tel.: 045 / 676 91 18, 677 32 25, e-mail: liahenbzenica@gmail.com

81-0028

Ponúkame:
• žulové hroby
• rekonštrukcie a čistenie starších hrobov
• na splátky bez navýšenia
• kvalitná žula z Indie, Južnej Afriky ...
• bez finančnej zálohy
Celožulový jednohrob s pomníkom od 1.250€
Celožulový dvojhrob s pomníkom od 2.190€
Urnový hrob od 635€
ZAVOLAJTE, PRÍDEME ZA VAMI.
Obhliadka a doprava zdarma.
www.kamenarstvorovnan.sk
tel. 0917 333 133

81-0006

a PREDAJ KRMÍV
Výkup sa opakuje každé 3 týždne
PREDAJ MLÁDOK DOMINANT od 12.8.2024
králik s liečivom, nosnice, brojlery a kačice, bažant, ovce, kozy, ošípané, husi, morky, psy

vždy v ŠTVRTOK v týchto termínoch:
15.8., 5.9., 26.9., 17.10., 7.11., 28.11., 19.12. 2024

Podkriváň	9,00 hod.	Veľká Ves	12,40 hod.
Mýtna	9,25 hod.	Kalinovo	13,00 hod.
Dobroč	9,50 hod.	Brezníčka.....	13,15 hod.
Kotmanová-CBA... ..	10,05 hod.	Poltár-Zelené-host.	13,40 hod.
Divin	10,20 hod.	Hrnčiar. Ves-pošta ..	14,20 hod.
Tuhár-host. Eva ...	10,50 hod.	Hrn. Zalužany-pošta	14,40 hod.
Ružina-kostol	11,05 hod.	Vidiná-Coop	15,00 hod.
Lovinobaňa	11,20 hod.	Tomášovce	15,20 hod.
Cinobaňa	11,40 hod.	Halič-CBA.....	15,40 hod.
Točnica-zvonica ...	12,05 hod.		
Podrečany-kostol ..	12,20 hod.		

VOLAJTE 0907 893 351 • 0907 684 441 • 0915 252 372 • 0905 345 352
www.slovakiaskins.sk • Slovenská Skins s.r.o. • 913 24 Švinná 466

46-0002

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

»Predám skúter Motorro 125, motor GY6, 4takt (dostupnosť dielov) r.v. 2013 a jazdí ako má, len sadnúť, cena 650 €, dohoda. Tel: 0907213518

02 AUTO-MOTO / iné

08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie. Tel: 0908532682

09 DOMÁCNOSŤ

»Predám včelí med a domácu medovinu. Tel: 0904577495
»Predám tkané pokrovcy. Tel: 0918699010

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

»Darujem do dobrých rúk vodnú korytnačku. Tel: 0951902746
»Predám seno, slamu, malé aj veľké balíky. Tel: 0905518454
»Kúpim použítu kosu, kovanú s kosiskom. Tel: 0907727201
»Predám plody rakytník, 10€/kg. Tel: 0905791069

11 HOBBY A ŠPORT

»Predám bicykel KROSS-Hexaagon 2.0, 27 S black green yellow mat MiX 5, cyklo košík, fľaša, cyklo pumpa, záмок. Cena 230€. Tel: 0903845395

Chcete si podať inzerát?

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

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

Riadková inzercia reálna 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 vylúčuje váš mobilný operátor. Cena je 0,60 € s DPH za každých začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme. **Upozornenie! Služba nefunguje u operátora O2 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, ZV zameňte za skratku novín, ktorú nájdete v tiráži Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

BOBRIA SILA V AKCII

NAŠA **AUGUSTOVÁ** PONUKA



Top cena

18,99_m

CPL PRACOVNÁ DOSKA 34038 DUB „SONOMA“ SVETLÝ¹

Rozmer: 260 × 60 × 2,8 cm. Ideálna na použitie ako kuchynská pracovná doska. Z vysoko odolného laminátu s 90 % obsahom dreva. Zaoblená predná hrana znižuje riziko nárazu. Povrch odolný voči nárazom, poškrabaniu, vode a teplote do 180 °C. Ľahko čistiteľné a hygienicky nezávadné v styku s potravinami. Veľký výber dekorov. OBI č. 2118255 (49,37 €/ks)



Top cena

67,99

JEDNOPÁKOVÁ KUCHYNSKÁ BATÉRIA BALIV „KI-1780“

Otočná o 360°, farba: matná čierna, výška: 33,2 cm, vrátane upevňovacej súpravy. OBI č. 1668847



Top cena

64,99

PODSTAVNÝ DIGESTOR „STANDART BC“

S 1 motorom 110 W, 71 kWh, prietok vzduchu pri bežnej prevádzke max.: 250 m³/h. OBI č. 2549111



Top cena

119,99

GRANITOVÝ DREZ „ROCK 130“

Rozmery: 78 × 48 cm, univerzálna orientácia drezu, s odkvapkávacou plochou a sifónom pre úsporu miesta 1 × 3 1/2" POP-UP s lankovým ovládaním a bočným prepadom. OBI č. 2379956



Top cena

214,99

KUCHYNSKÁ ZOSTAVA „ECO“

Lesklá biela, 180 cm. Kuchyňa Eco sa skladá z 5 skriniek. Korpus z laminovanej drevotriesky 16 mm. Biely korpus, čelné plochy skriniek vo vysokom lesku. Šírka úchytiak 96 mm. Vhodná aj do malých priestorov. OBI č. 2495471

len online objednávky
s rýchlym doručením domov



Top cena

1069,-

KUCHYŇA MORENA 210 CM/TYP 9 - RÚRA/VARNÁ DOSKA/DIGESTOR

Vr. rúry, varnej dosky, digestora. Korpus vnútorný/vonkajší - biely/dub San Remo svetlý. Čelo skrinky čadičovo sivá. Pracovná doska v dekore dub San Remo svetlý - 28 mm. Dekor sokla dub San Remo svetlý. Úchytky plastové vo farbe hliníku. OBI č. 2241826

Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

¹Predaj po celých doskách.

Platí od 2. 8. do 15. 8. 2024 alebo do vypredania zásob.



OBI

DOKÁŽETE ČOKOLVEK

Sochy z Borovej poputujú do USA

Počas uplynulého víkendu sa uskutočnilo podujatie, na ktorom odhalili a predstavili sochy, ktoré budú zdobiť orloj pred Národným českým a slovenským múzeom a knižnicou v Cedar Rapids, v štáte Iowa v USA.

Dvanásť sôch, ktoré vytvoril sochár Andrej Haršány z obce Borová pri Trnave, predstavuje dvanásť profesií, ktorým sa tradične venovali českí a slovenskí prisťahovalci v USA. Je medzi nimi napríklad socha baníka, poľnohospodára či kováča. Sú vyrobené z dubového dreva z orešiarskych lesov a ich hmotnosť sa pohybuje medzi 30 až 40 kilogramami.

Začínajú cestu do Ameriky

„Približne pred rokom som navštívil Národné české a slovenské múzeum a knižnicu v americkom štáte Iowa. Už vtedy som vedel, že spolupráca cez veľkú mláku má význam pre Slovensko aj Českú republiku, a je akýmsi mostom medzi našimi krajinami. Aj preto som veľmi rád a bolo mi naozaj ctou, byť pri tak významnej udalosti. Ďakujem všetkým, ktorí stoja za touto skvelou ideou, prišli s hodnotným nápadom a dostali ho do reálnej podoby. Ide o významný okamih, keď sochy z Borovej začínajú svoju cestu do Ameriky, podobne ako pred približne 200 rokmi cestovali osoby, ktoré boli pre tieto diela inšpiráciou,“ uviedol trnavský župan Jozef

Viskupič s tým, že sochy budú v USA slávnostne odhalené v septembri, a to aj za účasti prezidentov Slovenskej a Českej republiky a ďalších významných osobností.

Uchovávajú minulosť predkov

Národné české a slovenské múzeum a knižnica, ktoré sa nachádza v americkom štáte Iowa, oslavuje v tomto roku 50. výročie svojho založenia a na jeseň 2025 uplynú tri desaťročia od jeho presťahovania do novej väčšej budovy. Združenie, ktoré si predsavzalo uchovať minulosť svojich predkov, vzniklo v roku 1974 v Cedar Rapids v Iowe. Jeho členmi boli príslušníci druhej a tretej generácie potomkov prisťahovalcov. V roku 1992 Kongres USA oficiálne uznal toto múzeum za národnú kultúrnu inštitúciu Čechov a Slovákov žijúcich v Spojených štátoch.



» ren

zdroj foto Trnavský samosprávny kraj

Ošetrovanie a rez stromov

Arboristika

Rez živých plotov, výsadba stromov, výrub stromov, odvoz drevnej hmoty

0904 842 323 www.citytrees.sk

SAGANOV VÝKUP PAPIERA

NOVINKA Tentó

VÝKUP KUCHYNSKÉHO OLEJA 0902 919 114

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

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

frézovanie od 15€/bm

OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL ZĽAVA na materiál 35% 0904 157 144, 0903 874 784

Rekonštrukcie domov-bytov na kľúč

- zateplenie domov-fasády
- oplotenia
- zámková dlažba
- jadrá, maľovky
- omietky, potery
- strechy, krovy, izolácie
- elektroinštalácie
- nátery strešných krytín
- výmena rýn

0904 865 898

Hľadáme TRAKTORISTU,
2 roky praxe,
ŠOFÉRA NA HÁKOVÝ NOSIČ KONTAJNERA
Miesto práce
Zvolen
tel.: 0908 928 779

čujte.sk
Čítajte nás:
www.cujte.sk

BITUFLEX s.r.o. OBNOVA PLECHOVEJ A ETERNITOVEJ STRECHY PRACUJEME VÝHRADNE NA ZÁKLADE ZMLUVY

- odstránenie nečistôt
- penetrácia
- vynikajúca nepriepustnosť vody
- vzhľad škridle
- vysoká životnosť
- ZAMERANIE ZDARMA
- BEZ ZÁLOHY
- prvotriedny materiál zn. Index mineral design
- záruka 25 rokov a dlhoročné skúsenosti

Oprava komínu GRÁTIS 0950 266 604

ZĽAVA pre seniorov www.bituflex.sk Bituflexroznav@gmail.com

VOLNÉ MIESTA

NÁDEJ

DOMOV PRE SENIOROV SLOVENSKÁ LUPČA
Czambelova 19

Nášim poslaním je zabezpečiť lepšiu kvalitu života pre našich starších klientov a ich rodiny poskytovaním spoľahlivej a cenovo dostupnej starostlivosti.

CENA OD 850 EUR

www.dssnadej.eu
+421 917 123 307 info@dssnadej.eu

PRIJMEME OPATROVATEĽKY (možnosť ubytovania)

ROVAMI

Vášho starého tátoša ODVEZIEME A VYRADÍME priamo u Vás doma

Autorizovaný spracovateľ

RECYKLÁCIA AUTOMOBILOV

ZVOLEN » 0902 457 777

www.AUTOVRAKOVISKO.sk

Občianska riadková inzercia

11 HOBBY A ŠPORT

»Kúpim staré hodinky, bankovky a mince. Tel: 0905767777
»Kúpim dychové nástroje, heligónku, akordeón, husle. Tel: 0915876860

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

»Predám zväračku co2 Telnig 150, čerpadlo po GO typ-4K-LH-02, súdky na kapustu 12l a 30l. Tel: 0944154776

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

»Hľadám priateľa vo veku od 68-70r. Tel: 0910330597
»Hľadám vzťah na úrovni so ženou nad 63r. SMS 0903404189

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare: RPmedzera ZV medzera Číslo rubriky medzera Text inzerátu

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

Riadková inzercia realít 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 operátora O2 a 4ka.**
TIP 1: Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v kolkých týždňoch chcete inzerovať.
TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť v (ubovoľných) iných našich novinách, ZV zameňte za skratku novín, ktorú nájdete v tíraži. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA

ZVOLENSKO
0907 727 201

Získajte až 10 000 eur na obnovu svojho domu s výzvou Obnov dom Mini

- Nemáte zateplený rodinný dom?
- Potrebujete vymeniť okná alebo dvere?
- Trápia vás vysoké účty za energie?

**Tak práve pre vás je tu pomoc
z Plánu obnovy a odolnosti.**

**Prvých 5 000 eur môžete získať
na začiatku obnovy domu.**



ZATEPLENIE
FASÁDY

VÝMENA OKIEN
A DVERÍ

VÝMENA ALEBO
KÚPA KOTLA

Vyplňte žiadosť o príspevok na: www.obnovdom.sk

Komu je príspevok určený?

- Pre nízkopříjmové domácnosti **Banskobystrického a Košického kraja.**
- **Mesačný čistý príjem** na člena domácnosti nepresiahol v roku 2022 sumu **556,73 eur.**
- Aspoň jeden člen rodiny vlastní rodinný dom.
- Príspevok až do výšky 10 000 eur získa minimálne **3 060 domácností.**
- S vyplnením žiadosti vám pomôžu **terénni pracovníci** Slovenskej agentúry životného prostredia.
- Všetky potrebné kontakty nájdete na stránke **www.obnovdom.sk.**

Podávanie
žiadostí:

19.7. – 30.8.
2024

Tvorivé dielne pre deti - Malí remeselníci

Ak hľadáte tip na zaujímavý víkend, tak sa môžete vypraviť do obce Červeník. V priestoroch miestneho amfiteátra tam 10. augusta 2024 od 14.00 h máte príležitosť stráviť tvorivé popoludnie s tradičnými ľudovými remeslami a zažiť tak radosť z tvorby.

„Prostredníctvom kreatívnych dielničiek sa tvorivou a hravou formou vraciame k ľudovomeleckým technikám viac, či menej zabudnutým, ale stále zaujímavým, znovu ich objavujeme a dávame možnosť naučiť sa, alebo ich predviesť i dnešnej mladej generácii,“ približuje Milada Kotlebová z Trnavského osvetového strediska.

Techniky ľudových remesiel

Tohtoročné tvorivé dielničky budú zamerané už tradične na rôzne techniky ľudových remesiel – pletenie zo slamy, výrobky z kože, dreva a hliny, maľovanie na sklo, práce s textilom, farbami. „Menšie deti budú tvoriť z hlíny, vyrábať antistresové loptičky a ozdoby z dreva a drevené magnetky vymalované podľa fantázie. Malé parádne si za asistencie skúsených lektorov vyrobia hravý farebný prstienok, alebo privesok z kože, staršie deti si vytvoria slamenú ozdôbku, alebo maľovaním na sklo čarovný svietnik. Deti sa tak hravou formou učia základy ľudových

remesiel a vyrobí si vlastný výrobok s úžitkovým, alebo dekoračným charakterom, ktorým urobí radosť nielen sebe, ale i svojim blízkym,“ popisuje M. Kotlebová.

Detské tvorivé dielne organizuje v Červeníku, v dedinke s bohatou folklórnou tradíciou Trnavské osvetové stredisko každoročne od roku 2010. Podujatie je súčasťou projektu KREATÍVNE 2024. Projekt z verejných zdrojov podporil Fond na podporu umenia, ktorý je hlavným partnerom projektu a organizátormi sú Trnavský samosprávny kraj, Trnavské osvetové stredisko a obec Červeník.



» ren

zdroj foto Trnavské osvetové stredisko



TVORÍME VÁŠ DOMOV

**OKNÁ
DVERE
BRÁNY
PARAPETY
TIENIACA TECHNIKA**

**15+
ROKOV
SKÚSENOSTÍ**

**VYBÁVIMÉ
FINANCOVANIE**

**670+
REALIZÁCIÍ**

ŠPIČKOVÁ KVALITA OD SLOVENSKEHO VÝROBCU

**0905 401 648
0919 329 541**

www.besttech.sk



**VCHODOVÉ DVERE
DO BYTOV**

**15-bodové bezpečnostné zamykanie
zvukovotesniaca a tepelná izolácia
oceľová zosilnená konštrukcia**

cena od
409 €
+ montáž

**záručný
a pozáručný
servis**

DOPRAVA ZDARMA

0917 678 746
www.vchodove-dvere.sk

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
- Pamät: 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**



VEĽKOSŤ
DISPLEJA: **65"**



<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**

ROZDÁVAME 30 KUSOV ZDARMA

magneto-turmalínového pásu proti bolesti *HIP KNEE*,
zmierňujúceho až 5 zdrojov bolesti!

TO NIE JE CHYBA TLAČE

Ak ste sa narodili pred rokom 1976 a:

- ➔ unavuje Vás dlhotrvajúca bolesť bedier, ktorú chcete zmierniť,
- ➔ máte bolesti chrbta, drieku, kolien, lakťov a ramien,
- ➔ trpíte degeneráciou bedrového kĺbu, tenisovým lakťom alebo diskopatiou,
- ➔ trápia Vás iné druhy bolesti spôsobené degeneráciou ...

...vyzdvihnite si magneto-turmalínový pás proti bolesti *HIP KNEE*, na ktorý máte nárok, a ktorý pomáha zmierniť bolesti vyvolané ochoreniami bedier, drieku, kolien, lakťov, či ramien a môže pomôcť zvrátiť degeneratívne zmeny bez ohľadu na ich príčinu.

Na sklade čaká 30 kusov najnovšieho modelu magneto-turmalínového pásu proti bolesti *HIP KNEE* pripravených na odoslanie! Rozdávame ich ÚPLNE ZADARMO - na princípe "kto prv príde, ten prv melie" - každému, kto zavolá do **09.08.2024**.

Inovatívna kúra magneto-turmalínovým pásom proti bolesti pomáha odstrániť dlhodobé bolesti kĺbov, ako je bežne známe z tlače. Pre úľavu od bolesti si stačí pás jednoducho navliecť na bedrá, ruku alebo koleno a nosiť ho minimálne

2-3 hodiny denne. 2 segmenty biomagnetov s celkovou silou 7500 Gs vsíté do materiálu, vytvárajú magnetický obal, ktorý pôsobí hlboko v bunkách. Nimi generované terapeutické biomagnetické pole zlepšuje mikrocirkuláciu krvi a urýchľuje potlačanie zápalových stavov, vďaka čomu sa zvyšuje vyživovanie chrupaviek a tvorba synoviálnej tekutiny. Výsledkom je, že dochádza k regenerácii kĺbov. Prírodné magnetické impulzy generované pásom pôsobia na celú oblasť zasiahnutú bolesťou, odstraňujú napätie a blokády. Bolesť ustupuje - bez ohľadu na jej zdroj alebo príčinu. Nanokryštály turmalínu zasadené do materiálu vyžarujú oživujúce infračervené vlny, čo dodatočne zosilňuje protiboletné účinky. Posilňujú pôsobenie biomagnetov, zlepšujú krvný obeh a urýchľujú regeneráciu šliach, svalov a väzov postihnutých zápalmi.

Jedná sa o najpopulárnejší a najnovší model, aký bol kedy prístupný v odvetvi zdravotníckych prístrojov s celosvetovým pôsobením. Vďaka jeho univerzálnej veľkosti a jednoduchému nastaveniu ho bez problémov prispôbíte rôznym častiam Vášho tela bez ohľadu na Vašu postavu. Bude Vám roky slúžiť.

Prečo ROZDÁVAME magneto-turmalínový pás proti bolesti *HIP KNEE*?

Nie sme charitatívnou organizáciou. Očakávame, že táto propagačná akcia upúta výraznú pozornosť v celej republike, vďaka čomu získame mnoho nových klientov.

Táto príležitosť je garantovaná len do 09.08.2024

Magneto-turmalínový pás proti bolesti *HIP KNEE* nebude dostupný bežne v obchodoch. ROZHODUJE PORADIE VOLAJÚCICH. Odporúčame sa poponáhľať a zavolať ihneď na číslo: **051/230 42 93**, aby ste to stihli skôr ako sa minú BEZPLATNÉ zásoby.

POZOR: limit je 1 kus na domácnosť.

Opísané produkty nie sú zdravotníckymi pomôckami alebo liekmi a neslúžia na určenie diagnózy, obnovenie, zlepšenie alebo modifikáciu fyziologických funkcií organizmu prostredníctvom farmakologického, imunologického alebo metabolického účinku. Produkty nie sú zdravotnými pomôckami a nenahrádzajú zdravotnú starostlivosť. Pri zdravotných problémoch a dysfunkciách je vždy potrebné navštíviť lekára. INZERENT: TWT GROUP

Sladké bobulky plné zdravia

Maliny, jahody, ríbezle, čučoriedky nie len skvelo chutia, ale sú nabité aj množstvom vitamínov. A kedy si ich dopriať, ak nie práve v lete.

Čučoriedky majú vysoký obsah karoténov, vlákniny, vitamínu C a E či vápnika. Tieto drobné guľôčky tiež zmiernujú tráviace ťažkosti, pomáhajú proti hnačkám a pri zápale močového mechúra, znižujú hladinu cholesterolu a krvných tukov, pôsobia preventívne proti infekciám, posilňujú imunitný systém a pochválil sa môžu aj antibakteriálnymi účinkami.

Ríbezle majú síce kyslejšiu chuť, ale vynahradia nám to množstvom skvelých účinkov na naše zdravie. Obsahujú vitamíny C a B, ale aj draslík, mangán, horčík a železo. Pomáhajú pri chudokrvnosti, podporujú činnosť tráviacej sústavy, zlepšujú aj činnosť srdca a cieiev.



Ilustračné foto.

zdroj foto misskursovie2013 pixabay

Maliny obsahujú vitamíny C a A, ako aj minerály a stopové prvky: meď, draslík, železo, horčík, vápnik, zinok, kobalt. Podporujú zdravý zrak, chránia bunky, ovplyvňujú kvalitu zubov, kostí, vlasov a pokožky. Používajú sa aj pri prechladnutí a akútnych ochoreniach dýchacích ciest, pri chrípke, horúčkovitých stavoch, bolestiach kĺbov a neuralgii. Pomáhajú aj pri problémoch s trávením.



Ilustračné foto.

zdroj foto ignartonosbg pixabay

Jahody sú bohaté na vitamíny skupiny B a vitamín C, ktorého obsah je porovnateľný s obsahom v citrusových plodoch. Nájde sa v nich tiež minerály draslík a mangán. Sú bohatým zdrojom polyfenolových rastlinných farbív, ktoré zabezpečujú ich červenú farbu a majú i antioxidantný účinok. Taktiež obsahujú vlákninu, ktorá pomáha udržiavaniu zdravého trávenia a predchádzaniu zápch či problémom s vyprázdňovaním.

» ren

Prinášame recepty na bublaninu aj mafiny Voňavé koláče plné ovocia

K letu patrí ovocie a spolu s ním i voňavé ovocné koláče. Jedným z nich je aj bublanina, ktorá nie je náročná na prípravu a z plechu zmizne raz dva. Na výlet si tiež môžeme zabalit chutné mafiny.

Bublaninu môžeme piecť počas celej sezóny tak, ako dozrievajú jednotlivé druhy ovocia. Hodia sa jahody, čerešne, višne, čučoriedky, ríbezle, maliny, ale pokojne môžete použiť aj iné, vami obľúbené plody. Receptov na bublaninu nájdeme nespočetné množstvo. Ponúkame tri osvedčené.

Rýchla hrnčeková bublanina s malinami (hrnček 250 ml)

Suroviny: 2 hrnčeky polohrubej múky, 1 hrnček kryštálového cukru, 2 balíčky vanilkového cukru, 1 balíček kypriaceho prášku do pečiva, 1 hrnček mlieka, 3 vajcia, 1/2 hrnčeka oleja, 300g malín

Postup: Maliny umyjeme a necháme na site odkvapkať. Do misky dáme



Ilustračné foto.

zdroj foto ThreeMilesPerHour pixabay

Kefírová bublanina s čučoriedkami

Suroviny: 250g polohrubej múky, 250g hladkej múky, 1 balíček kypriaceho prášku do pečiva, 200g krupicového cukru, 200ml kefiru, 2 vajcia, 100ml oleja, 300g čučoriedok

Postup: Čučoriedky umyjeme a ne-



Ilustračné foto.

zdroj foto RitaE pixabay

múku, kryštálový cukor, vanilkový cukor a kypriaci prášok do pečiva a spolu zmiešame. V druhej miske metličkou vymiešame vajcia s mliekom a olejom. Potom do múky vlejeme mokrú zmes a vymiešame cesto. Plech vystelieme papierom na pečenie, vylejeme cesto a poukladáme husto maliny. Bublaninu pečieme približne 30 až 40 minút pri teplote 180°C, podľa druhu rúry a veľkosti formy.

Jednoduchá tradičná bublanina s ríbezľami

Suroviny: 200g krupicového cukru, 250g polohrubej múky, 4 lyžice vlažnej vody, 1 vanilkový cukor, 4 vajcia, 300g ríbezlí

Postup: Ríbezle umyjeme a necháme na site odkvapkať. Do misky rozbieme vajcia a spolu s cukrom a vlažnou vodou ich vymiešame do peny. Potom zľahka po častiach vmiešame múku zmiešanú s vanilkovým cukrom. Plech vystelieme papierom na pečenie, vylejeme cesto a poukladáme husto ríbezle. Bublaninu pečieme približne 30 až 40 minút pri teplote 180°C, podľa druhu rúry a veľkosti formy.

cháme na site odkvapkať. Do misky preosejeme obe múky, pridáme kypriaci prášok do pečiva a cukor a dobre premiešame. Prilejem kefir a olej, pridáme



Ilustračné foto.

zdroj foto Hansuan_Fabregas pixabay

vajcia a vymiešame. Plech vystelieme papierom na pečenie, vylejeme cesto a poukladáme husto čučoriedky. Bublaninu pečieme približne 30 až 40 minút pri teplote 180°C, podľa druhu rúry a veľkosti formy.

Náš tip: Bublaninu podávame posypanú práškovým cukrom. Ozdobit môžeme kopčekom bieleho jogurtu, zmrzliny alebo šľahačky a lístkami medovky či mäty.

Ak si chcete počas výletu pochutiť na sladkej maškrte, ktorou pomerne rýchlo doplníte energiu, ponúkajú sa mafiny. Ich príprava nie je náročná a chutia zvyčajne malým aj veľkým výletníkom. Ponúkame jednoduchý recept.

Čučoriedkové mafiny

Suroviny: 125g zmäknutého masla, 100g cukru, 2 balíčky vanilkového cukru, 2 vajcia, 250g polohrubej múky, 125 ml mlieka, 2 KL prášku do pečiva, 125g čučoriedok

Postup: Čučoriedky umyjeme a necháme na sitku odkvapkať.

Do misky vložíme zmäknuté maslo, cukor a vanilkový cukor a vymiešame, použiť môžete aj elektrický mixér. Postupne po jednom vmiešame vajcia.

V druhej miske vymiešame múku, kypriaci prášok a mlieko. Túto zmes pridáme do misky s cukrom, maslom a vajíčkami. Vypracujem hladké cesto, do ktorého na záver zľahka vmiešame čučoriedky.

Prípravíme si plech na pečenie mafinov a jeho otvory vyložíme košíčkami alebo papierom na pečenie, ktorý sme

si predtým nastrihali na potrebnú veľkosť. Cesto naplníme do košíčkov asi do dvoch tretín. Rúru vyhrejeme na 180°C a pečieme asi 25 až 30 minút, podľa druhu rúry.

» ren

V Mozambiku sa modlia pod mangovníkmi

Keď teroristi zaútočili na mesto Mocímboa da Praia na mozambickom pobreží Indického oceána, väčšina obyvateľov utiekla. Kresťania, ktorí sa vrátili, nemajú kňazov ani rehoľníkov, ktorí by sa o nich duchovne starali. Napriek tomu sa naďalej každú nedeľu schádzajú pri ruinách miestneho kostola, aby sa spoločne modlili.

Ich stretnutia sú viac ako len modlitba, vyjadrujú tiež nádej. Mocímboa da Praia v provincii Cabo Delgado bola niekoľkokrát obsadená teroristami a známky deštrukcie možno vidieť všade. Aj kostol bol vypálený a zostali z neho len zarastené múry.

Katechéta Vicente Gabriel hovorí, že cítil túžbu vrátiť sa na miesto, ktoré bolo jeho domovom: „Som kresťan z Mocímboa da Praia. V tejto farnosti som prijal krst a birmovku, v roku 2019 som sa tu oženil. Keď mesto v roku 2020 obsadili teroristi, farnosť ostala opustená. Odišli sme do Pemby, no neskôr sme sa vrátili. Teraz sme tu, ale nemáme nič. Kostol aj fara sú zničené.“

Veriaci sa tu opäť začali modliť v roku 2022. Sedia pod stromami, na zemi alebo na kameňoch. Kostol sa už nedá zachrániť, musia ho postaviť úplne nanovo. „Naša viera však zo-

stáva živá. Stretávame sa tu každú nedeľu pod mangovníkmi a spoločne sa modlíme. Podmienky sú veľmi zlé, ale nevzdávame sa. Naďalej žijeme našu vieru a ďakujeme Bohu. Ak všetko pôjde dobre, Boh nám neskôr dožiči možnosť kúpiť stoličky,“ hovorí Vicente pre nadáciu ACN.

Miestny biskup Antonio Juliase má obavy z dlhodobej bezpečnostnej situácie. Diecéza napriek tomu pokračuje v projekte výstavby farskej haly, ktorá sa bude dočasne využívať aj ako kostol.

Biskup spomína na návštevu farnosti a na zbožnosť a radosť, ktorú tam zažil: „V júli minulého roka sme spolu slávili svätú omšu, v daždi a chlade. Ľudia napriek tomu zostali dve hodiny, spievali a tancovali. Bol som hlboko dojatý nádejou v ich tvárach.“

Viac informácií o možnosti pomôcť nájdete na www.acnslovensko.sk.



» acn
zdroj foto ACN

Spomienka

Mala som Vás všetkých rada, chcela som ešte žiť, ale prišla tá chvíľa, keď som Vás musela opustiť. Neplačte, nechajte ma ticho spať, čo bolo súdené muselo sa stať.

Ako keby to bolo včera, už sú to dva roky, čo nás 29. júla 2022 opustila naša milovaná manželka, mamička, starká, dcérka



ANIČKA MALATINOVÁ z Podkriváňa

Už nikdy nepohladíme Tvoju tvár, už nikdy Ti nepoviem, že si to najdôležitejšie čo nám osud vzal, no my Ťa budeme Anička naša, navždy veľmi ľúbiť a s láskou spomínať.

S láskou spomína celá rodina.

KAMENÁRSTVO WellStav s.r.o. DETVA

- komplet kamenárske práce
- 1-hroby, 2-hroby, viachroby, urnové komplety
- svetlý, tmavý, farebný kameň
- obnova starých hrobov
- renovácia písma (zlato, striebro)

STAČÍ IBA ZAVOLAŤ A MY PRÍDEME AŽ K VÁM

V cene jedného, dvojhrobu alebo viachrobu ZDARMA: 100 ks písmen, svietnik, váza, doprava + zameranie

Ľubomír Adamec

tel.: 0903 162 933

www.wellstav.sk



Najlepšie chutí varená s maslom a soľou

Kukurica pre naše zdravie

Varená kukurica patrí k letu podobne ako napríklad zmrzlina. Jej sladké žlté zrníčka obľubujú takmer všetci a okrem toho, že si na nich skvelo pochutíme, získame vďaka nim veľa zdraviu prospešných látok. A hoci väčšina z nás pozná len kukuričné klasy žltej farby, môžu mať aj iné podoby, napríklad modrú, červenú alebo fialovú či čiernu.

Ak máme dostatočne priestrannú záhradu, môžeme si vypestovať vlastnú kukuricu. Jej semená vysejeme na slnečné miesto a ideálne do dobre priepustnej pôdy. V čase kvitnutia a tiež pri tvorbe klasov, nemôžeme zabúdať na kvalitnú zálievku.



Ilustračné foto.

zdroj foto [furbymama pixabay](http://furbymama.pixabay.com)

Účinky na zdravie

„Kukurica obsahuje vitamín C, vitamíny skupiny B či vitamín E, škrob, bielkoviny, tuky, celulózu. Z minerálov obsahuje napríklad draslík, horčík či fosfor. Kukurice s odlišným zafarbením obsahujú i rozdielny obsah fytochemikálií - flavonoidov a karotenoidov, ktoré zabezpečujú ich rozličné zafarbenie,“ približuje na sociálnej sieti Regionálneho úradu verejného zdravotníctva (RÚVZ) Bratislava MUDr. Šranková a dodáva, že napríklad modrá, červená či fialová kukurica majú vyššiu koncentráciu flavonoidov - antokyanínov. Typická žltá kukurica má svoju žltú farbu vďaka obsahu karotenoidov, a to najmä luteínu a zeaxantínu, ktoré majú antioxidantné účinky a veľmi prospešne pôsobia na zdravie očí. „Kukurica je taktiež bohatá na vlákninu, ktorá podporuje zdravú funkciu tráviaceho traktu,“ popisuje odborníčka na zdravú výživu a uvádza tiež, že kukurica zabezpečuje pocit nasýtenia, vyrovnáva a dodáva hladinu cukru do krvi.

Akú si vybrať?

V obchodnej sieti si môžeme kukuricu zakúpiť počas celého roka, či už mrazenú alebo konzervovanú. Počas leta, ju však zoženieme na pultoch predajní



Ilustračné foto.

zdroj foto [Couleur pixabay](http://Couleur.pixabay.com)

či na trhu aj v čerstvej forme. Vybrať by sme si podľa odborníkov z RÚVZ Bratislava mali klasy pevne zabalené do sýto zelených šupiek, skladovať ich neolúpané v chladničke a spotrebovať ich v priebehu niekoľkých dní.

Použitie

Čerstvá kukurica asi najlepšie chutí varená, môžeme ju však aj grilovať, prípadne jej sladké zrníčka využiť pri príprave rozličných šalátov, polievok či placiek.

Náš tip: Varená kukurica

Suroviny: kukurica, maslo, soľ

Postup: Kukuričné klasy odrežeme od stebľa tak, aby na nich ostali 2 až 3 vnútorné listy.

Potom ich vložíme do väčšieho hrnca a uvaríme do mäkka.

Uvarené klásky kukurice zbavíme po uvarení listov, položíme ich na tanier, posolíme a na každý položíme plátok masla.

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**



Na celom
Slovensku

Stoličkové výťahy Stannah.
Zostaňte v domove, ktorý milujete.

Od pondelka do piatku je v jednej slovenskej domácnosti každých 24 hodín nainštalovaný schodiskový výťah Stannah. Od soboty do nedele naši klienti oslavujú svoje rozhodnutie so svojimi rodinami.

- ✓ Vynikajúca kvalita výrobkov
- ✓ Zákaznícka podpora 24h/7d
- ✓ 157 rokov výrobcu

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

0800 162 162
Zavolajte zadarmo

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

www.stannah.sk

Oplatí sa!

ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE!



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**

MONTTER

ZIMNÉ ZÁHRADY PERGOLY • ZASKLENIE



Drevo

HLINÍK VO FARBE K MONTÁŽI

ANTRACIT	7016
HNEDÁ	8003
HNEDÁ	8017
BIELA	9016



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 383 881

OBJEDNAVKY@MONTTER.SK

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podpilovanie muriva
- chemická injektáž

ZĽAVY 20%

STOP
vlhkým múrom

0918 671 541