

SENECKO

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 35 420 domácností

STRECHY SC

Výstavba striech • Opravy, rekonštrukcie • Strešné krytiny

Tondach MADLEN FAKRO KRO TERRAN EPAMAC

ZADARMO!
Cenová ponuka

LETNÁ AKCIA:

krytiny Terran zľava až do 45%
odkvapový systém KJG až do 15%

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



**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

**PREPRAVNÁ
SPOLOČNOSŤ**
prijme do TPP

vodičov LKW

min. prax 2 roky
VP skupín C a E
nástup možný ihneď
Mzda: 1500 - 1700 €

0905 939 321
info@cargo24.sk

SBS RAVI s.r.o.

- prijme na TPP - dohoda
- » pracovníka /-čku na CCTV
 - » pracovníka /-čku na smeny na objekt v Seredi
 - Hodinová sadzba, dohoda na osobnom pohovore

Kontakt: 0905 375 594

ČALÚNNICTVO

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



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

VYCVIČÍM vášho
PSA, profesionál
0908 728 081

Účtovníctvo, poradenstvo, mzdy s úsmevom :)

0948 987 234

**PROFESIONÁLNE
VYŠETRENIE ZRAKU
BEZ ČAKANIA**

Optika
SENEC

0950 248 511

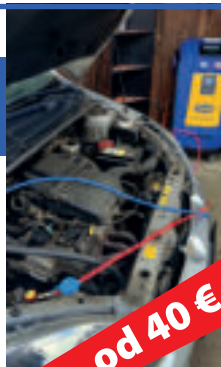
LICHNEROVA 8, SENEC
WWW.OPTIKASENEC.SK

Autobazár Volt

**PLNENIE A ČISTENIE
AUTOKLIMATIZÁCIE**

Malý Lég 1070
930 37 Lehnice
Slovensko

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



od 40 €

W

PhDr. MUDr. Vladimír Vozár
MHA. MBA. MPH.

ORTOPÉD - ÚRAZOVÝ CHIRURG

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



Kompletné strechy,
rekonštrukcie

Okoč
tel.: 0905 746 124

**VÝKUP
KOŽI**

a PREDAJ KRMÍV
**PREDAJ
MLÁDKO
DOMINANT**
od 12.8.2024
Viac info str. 4

Nová kolekcia

**SLNEČNÝCH
OKULIAROV**

0905 433 944
Lichnerova 16, 903 01 Senec

www.OPTIKMORVAY.sk

Bezplatný týždenník

SENECKO

EV 6227/24

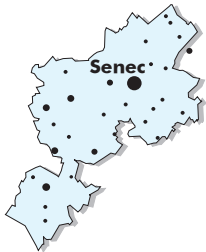
vydáva spoločnosť

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

Ročník I, Vydanie 14, týždeň 31/2024.

Redakcia: Trnavská 11
903 01 SENEČ
senecko@regionpress.sk**INZERCIA**Peter Bukovinský 0905 915 040
Zora Kováčová 0905 719 132
Edita Schubertová 0910 922 916
Mgr. Barbora Knapová 0910 973 657Distribúcia:
Zora Kováčová 0905 719 132
www.regionpress.sk
www.facebook.com/Senecko.skVychádzame
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 DunajiVydavateľ 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	NOVOZÁMCKO
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	POPRAĎSKO-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 bezpečnostného 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**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**»Hľadám disk zenu 0911
348 694**Chcete si
podať
inzerát?**

Pošlite SMS na číslo

8866 v tvare:**RPmedzera SC medzera**
Číslo rubriky medzera Text
inzerátu

Príklad:

RP SC 12 Predám kočík,
0987 654 321.**Riadková inzercia realít**
je od 26.10.2023 zrušená,
inzerát si môžete podať
len cez www.mojinzerat.skSpätou SMS vám potvrdíme
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 neučítujeme.
Upozornenie! Služba nefunguje
u operátora 02 a 4ka.**TIP 1:** Ak chcete inzerát na viac
týždňov, pošlite rovnakú sms
toľkokrát, v koľkých týždňoch
chcete inzerovať.**TIP 2:** Ak chcete inzerát uverejniť
v ľubovoľných iných našich no-
vinách, **SC** zameňte za skratku
novín, ktorú nájdete v tiráži.
Službu PlatbaMobilom.sk tech-
nicky 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. Kuchynka 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

¹Preďaj po celých doskách.

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



OBI

DOKÁŽETE ČOKOLVEK

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

kamenárstvo výroba pomníkov
oprava starých hrobov

GAPČO

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

denisgapco94@gmail.com Kamenárstvo Gapčo

Frézovanie komínov

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

ZĽAVA
NA NEREZwww.kominicek.sk
0905 702 276 • 0917 850 155

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

STRECHY - MONTÁŽ - VÝMENA

- PLECHOVÉ
 - ŠKRIDĽOVÉ
 - ŠINDĽOVÉ
 - HYDROIZOLÁCIE
 - VÝMENA RÝN
 - LIKVIDÁCIA AZBESTU
 - ZATEPLENIE DOMOV
 - PRÍSTAVBY
 - BYTOVÉ JADRÁ
 - ELEKTROINŠTALÁCIE
 - PŤERY, OMIETKY
 - VODA, KÚRENIE
- 0948 107 877

VÝKUP KOŽÍ

Aktuálne ceny na
www.slovakiaskins.skKože vykupujeme vysušené, bez hláv
a nožičiek. Cena koží sa môže meniť.0,80
€
za kuskrálik s liečivom, nosnice,
brojlery a kačiče, bažant,
ovce, kozy, ošípané, husi,
morky, psy

a PREDAJ KRMÍV

Výkup
sa opakuje každé
3 týždnePREDAJ
MLÁDOK
DOMINANT
od 12.8.2024vždy v ŠTVRTOK v týchto termínoch:
22.8., 12.9., 3.10., 24.10.,
14.11., 5.12. 2024

Lehnice-trhovoisko ... 9,00 hod.	Tureň-samoška ... 12,40 hod.
Kvetoslavov ... 9,20 hod.	Kostolná p/D-KD .. 13,00 hod.
Hviezdoslavov ... 9,40 hod.	Hr. Borša-Coop ... 13,20 hod.
Alžbetin dvor ... 10,00 hod.	Reca-Coop ... 13,45 hod.
Štvrtok na Ostrove 10,20 hod.	Boldog ... 14,00 hod.
Miloslavov ... 10,40 hod.	Blatné-kostol ... 14,20 hod.
Vlky ... 11,00 hod.	Šenkvice-Coop ... 14,40 hod.
Tomášov-KD ... 11,20 hod.	Višňuk-h. Mizera ... 15,00 hod.
Malinovo-samoška .. 11,40 hod.	Báhoň ... 15,20 hod.
Zálesie ... 12,00 hod.	Budmerice ... 15,40 hod.
N. Dedinka-pošta .. 12,20 hod.	Jablonec ... 16,00 hod.

vždy v PIATOK v týchto termínoch:
23.8., 13.9., 4.10., 25.10.,
15.11., 6.12. 2024

Hrnčiarovce n/P... 9,00 hod.	Majcichov ... 12,30 hod.
Cífer ... 9,20 hod.	Opoj ... 12,45 hod.
Kaplná ... 9,40 hod.	Vičkovce ... 13,00 hod.
Igram ... 9,55 hod.	Križovany n/D ... 13,15 hod.
Čataj ... 10,10 hod.	D. Lovčice ... 13,35 hod.
Slov. Nová Ves ... 10,30 hod.	Brestovany ... 13,50 hod.
Voderady ... 10,45 hod.	Bučany ... 14,05 hod.
Pavlice ... 11,00 hod.	Trakovice ... 14,20 hod.
Veľké Úľany ... 11,30 hod.	Žilkovce ... 14,35 hod.
Sládkovičovo ... 11,50 hod.	Červenik-zvonica... 14,50 hod.
Veľká Mača ... 12,10 hod.	Ratkovce ... 15,10 hod.

<< Auto bude stát na stanovišti alebo pred Obecným úradom 10 minút <<
VOLAJTE 0907 893 351 • 0907 684 441 • 0915 252 372 • 0905 345 352
www.slovakiaskins.sk • Slovakia Skins s.r.o. • 913 24 Svinná 466

Po prečítaní noviny odhod'te
do triedeného odpadu / PAPIER /

čujte.sk

Zásady ochrany zdravia
pre cestovateľov

www.cujte.sk

ceva LOGISTICS

DARE TO GROW

YESTERDAY TEAM LEADER — TODAY SHIFT LEADER — TOMORROW AREA MANAGER

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

DOVOZ NA ADRESU



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

KANÁL SERVIS
RÝCHLO | ČISTO | SPOLAHLIVO | NONSTOP

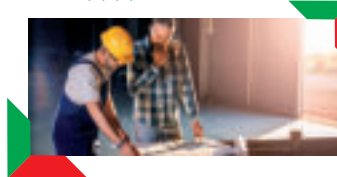
KRTKOVANIE
ČISTENIE KANALIZÁCIÍ
MONITORING KAMEROU

DOPRAVA ZDARMA
0918 907 920
www.kanalservis.sk

IN REAL spol.s r. o.

stavebno-obchodná spoločnosť

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



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

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

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

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 uzatvorenie 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 katastrálnych územných jednotkách nachádzajúcej 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

Záväzné kritérium 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.bratislavskykraj.sk/otvorena-zupa/obchodne-verejne-sutaze/

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 pochválíť 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 ciev.



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 zabaliť 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 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 rozbijeme 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.



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-

Náš tip: Bublaninu podávame posypanú práškovým cukrom. Ozdobíť 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, použijť 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 vajčkami. 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



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.

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

PONUKA PRÁCE

ROZVOZ KVETOV ZÁKAZNÍKOM,
KVETINÁRSTVAM, ZO SKLADU V BRATISLAVE
(vodičský preukaz „C“)

LOKALITA: ZÁPADNÉ SLOVENSKO
PLAT: 2 000 – 2 400 Eur/mesiac (brutto)

PRE VIAC INFO PÍŠTE EMAIL:
florek@storge.sk



veľkoobchod kvetín
Storge

0905 111 444

NAŠE SÚRADNICE



NOVINKA
hydraulická ruka
do 4 ton



**MAKADAM
ŠTRK - PIESOK
OKRASNÉ KAMENE**

**najnižšie ceny
v okolí**

DOVOZ kameniva
až k Vám domov

Preďajňa otvorená aj v sobotu

OutletStone

REZANIE BETÓNU

**KRÁTKA ČAKACIA DOBA
DLHOROČNÉ SKÚSENOSTI**

otvory do panelu
jadrové vrtanie otvorov
statické posudky
odvoz odpadu

0908 447 006

www.jadrovevrtanie.sk

PALIVOVÉ DREVO

POLIENKA BUK, DUB, HRAB,
SMREKOVÉ PELETY

Ku každej objednávke
hodnotný darček

www.palivovedrevo.sk
0917 649 213

eko
max

Letná AKCIA

na kvalitné brikety, pelety a drevo

DOVOZ
po celej SR
ZDARMA

**Smrekové peletky
Premium A1**

1005 kg / 292€
780 kg / 249€

Bukové brikety

960 kg / 252€
600 kg / 192€

Smrekové brikety

960 kg / 237€

Drevo v kliečke

1 prm / 172€
1,7 prm / 210€

OBJEDNAJTE: 0918 348 999

www.ekomax.sk

info@ekomax.sk

doctor optic
OČNÁ OPTIKA

LETNÁ AKCIA

5. - 11. AUGUST

DIOPTRICKÉ SKLÁ ZADARMO*

*AKCIA PLATÍ K VYBRANÝM RÁMOM A PRE JEDNOOHNISKOVÉ SKLÁ S INDEXOM 1.5 A 1.6.

WWW.DROPTIC.SK
DR.OPTIK_SK
OPTIKADROPTIK

LIČNEROVA 37
SENEC
0918 237 839



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

Stoličkové výťahy Stannah.
Zostaňte v domove, ktorý milujete.

Na celom
Slovensku

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

0800 162 162

Zavolajte zadarmo

www.stannah.sk

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

čujte.sk

Čítajte nás

www.cujte.sk

EKOLOGICKÉ
ČISTENIE
FASÁD

rodinné
domy
ZĽAVA 50%

Patentovaná
kontaktná technológia
Bez vysokotlakových
čističov

www.BombaFasada.sk

0905 148 393

BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONSULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

MONTTER

ZIMNÉ ZÁHRADY
PERGOLY • ZASKLENIE

11
ROČNÉ
SKÚSENOSTI

NAKUPUJTE OD VÝROBCU!

HLINÍK VO FARBE K MONTÁŽI

ANTRACIT	7016
HNEDÁ	8003
HNEDÁ	8017
BIELA	9016

LETO SA BLÍŽI!

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 injekcia

ZĽAVY 20%

STOP
vlhkým múrom
0918 671 541