

ZVOLENSKO DETVIANSKO-KRUPINSKO

Najčítanejšie regionálne noviny Týždenne do 38 400 domácností a firiem

**INZERÁT,
KTORÝ
PREDÁVA**

**ZVOLENSKO
0907 727 201**

**Dám
do prenájmu
1 izbový byt
v Detve
0904 808 685**

ŠIMUNEK Kompletne
STAVBA • INTERIÉR • KÚRENIE
**rekonštrukcie
domov a bytov**
www.stavbysimunek.sk **0904 525 084**



59 EUR/PRMS

Palivové drevo

Dátum dodania podľa Vášho výberu

SKLADOM AJ SUCHÉ

0907 222 616

**REVÍZNY
TECHNIK**
ELEKTRICKÉ REVÍZIE
DOMOV A BYTOV
0915 833 649

11 rokov
skúsenosti



TeploZima.sk

17 000 +
spokojných
zákazníkov

**Doprajte si klimatizáciu
s odbornou montážou**

+421 905 722 725 www.teplozima.sk

SAMSUNG

DAIKIN

NAITEC

inventor

MITSUBISHI
ELECTRIC

TOSHIBA



Použite
zľavový kód

LETO50ZV

a získajte **-50 € zľavu**
na všetky klimatizácie

* zľava platí do konca augusta

Jabloňový sad v Tekovskej Breznici

Sady Tekova

jablká

0905 71 73 75
0908 90 65 10

www.sadytekova.sk

STAVEBNÉ A MONTÁŽNE PRÁCE

**Rekonštrukcie
domov a bytov**

0919 175 335 www.profidemont.sk



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

NEODTEKÁ !!!

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

**OBNOVA NÁPISOV
a DOSEKÁVANIE
DÁTUMOV na
POMNÍKCH
PRIAMO NA CINTORÍNE
čistenie dvojhrabu 100€
0944 229 001**

www.oknoslovaksro.sk

**PLASTOVÉ, HLINÍKOVÉ
OKNÁ A DVERE HESTA**
ŽALÚZIE + SIETE
+ PARAPETY
GARÁŽOVÉ BRÁNY
INTERIÉROVÉ DVERE



LETNÉ ZĽAVY

DETVÁ OD OÁZA, Záhradná 7/9,
hestadt@centrum.sk, hestamelich@centrum.sk
tel.: 0908 222 236, 0944 724 977

**INZERCIA
ZVOLENSKO**

0907 727 201

**STAVEBNÉ PRÁCE 0905 298 635
Gigant build s.r.o. 0918 641 094**

- 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

**!!! NAJLEPŠIE
GENY!!!**



ZBER STARÝCH VOZIDIEL
a trvalé vyradenie z evidencie
možnosť odvozu.

ALUEX

Po-Pia:
7,00 - 15,30

0944 530 853
045/533 36 44



Správna voľba

34% ZĽAVA

3,29**
2,15
• (1 kg = 6,60)
Tradičné maslo
250 g



46% ZĽAVA

2,39**
1,29
Slniečnicový olej
1 l



1 pranie od
0,23

52% ZĽAVA

41,99*
19,99
(1 pranie = 0,39 / 0,32 / 0,23)
Ariel tekutý prací gél/kapsuly
52/63/90 praní
rôzne druhy



OD PONDELKA

OD PONDELKA 19. 8. DO NEDELE 25. 8.
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

XXL XXL XXL XXL XXL XXL

ŠTEDRÝ PONDELOK

BOBULOVINY

SO ZĽAVOU AŽ DO

-48%

PLATÍ LEN V PONDELOK 19. 8.

50% ZĽAVA

4,98**
2,49
Biele hrozno bezjadierkové
1 kg balenie



LIDL
STANOK
DENNE ČISTÝE

33% ZĽAVA

0,89**
0,59
Šalátové uhorky
kus



35% ZĽAVA

6,99
4,49
Kuracie stehná XXL
cena za 1 kg
bez kostí a kože



XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

*Odporičaná alebo malobchodná predajná cena výrobcu.
**Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. imho akčných cien, zistených na základe porovnania cien dňa 30. 7. 2024.
***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávaného produktu, zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti LIDL Slovenská republika, s. r. o. pri prepočte na rovnaký produkt z akčového týždňa.

Ponuka tovaru platí od 19. 8. do 25. 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

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

Ročník I, Vydanie 16, týždeň 33/2024.

Redakcia: Hronská 1
ZVOLEN
zvolensko@regionpress.sk

INZERCIA

Mariana Kučerová 0907 727 201

Distribúcia:
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk



DISTRIBÚCIA (38.400 domácností)

Každý týždeň:
Zvolen, Detva, Hriňová, Korytárky, Kriváň,
Stožok, Vígľaš, Krupina, Bzovík, Dudince,
Hontianske Nemce, Sebechleby, Babiná,
Budča, Dobrá Niva, Hronská Breznica,
Kováčová, Lieskovec, Očová, Pliešovce,
Podzámok, Sása, Sielnica, Sliac, Zvolenská
Slatina, Kováčová, Očová, Zvolenská
Slatina



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	GALANTSKO-SÁLIANSKO
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	SENIČKO-SKALICKO
TO	41930	TOPOĽCIANSKO-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	LUČENECOKO-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

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

- Kozmetika
- Manikúra
- Vizáž

☎ **0904 269 949**

Kúpim
STAVEBNÝ POZEMOK
do 30.000 €
alebo
STARÝ DOM, ZRÚCANINU
rozloha 1500 m²
vzdialenosť do 10 km od Zvolena

Tel: **0908 855 513**

KURZ SBS
LEN U NÁS ONLINE aj PREZENČNE

Cez Úrad práce pre všetkých ZDARMA

Kontakt:
kurzysbs@sbb.sk
0911 514 328

Ponúkam palivové drevo
metrovicu, buk, dub, hrab
CENA: 60 EUR /pm s dopravou.

Ponúkam poľienka
buk, dub, hrab:
25 cm, 33 cm, 50 cm
CENA: 80 EUR /pm s dopravou.

Tel.: **0919 069 263**

NÁTERY STRIECH
CERTIFIKOVANÝMI FARBAMI
PRÍJEMNÉ CENY
Volajte: **0944 813 531**

DOVOZ NA ADRESU

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

OKNÁ, DVERE
garážové brány, sieťky,
žalúzie, interiérové dvere

LETNÉ ZĽAVY

OKNOPLAST
Ideálna chvíľa pre nové okná

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

NOVINKA
VONKAJŠIE ŽALÚZIE NA OKNÁ

SLOVREKLA s.r.o. - Zvolen, Trhová 6 (Tržnica)
www.slovrekla.sk, info@slovrekla.sk
045/540 20 71, 0905 298 160

HLBOKÝ RELAX - "RESET" HLAVY
OBNOVA ENERGETICKÝCH TOKOV V TELE

f www.facebook.com/drahomira.kotrckova
INFO. A REZERVACIE: ☎ 0915 877 550 po 20:00 hod

Predáme štiepané palivové drevo
s dovozom

☎ **0940 870 613** ☎ **0944 304 589**

PLASTOVÉ OKNÁ
výrobca okien a dverí z PVC a hliníka
vonkajšie žalúzie a rolety
garážové brány

Dobré Zvolen, s.r.o.
EUROCOLOR

REHAU LETNÉ AKCIE

Zvolen, ul. JESENSKÉHO 4707, (bývalý areál ZDROJ)
tel.: 0905 967 427
dobreaknozvolen@gmail.com
Po - Pia 9.00 - 17.00 hod.
www.dobre-okno.sk

Dvojplášťový nerezový komínový systém

-36 %

1095,- €
699,- €
ø 150 mm, 5 m

Brikona
kominý, kozuby, kachle

Zvolenská cesta 18
Banská Bystrica | brikona.sk | 048/416 08 08 | Po - Pia 7:00 - 15:30

Stále je čas na nové dobrodružstvá

Hoci sa nám letné prázdniny už pomaličky blížia do finále, stále nás ešte čaká dostatok pekných dní vhodných na objavovanie krás našej vlasti.

Počas leta sa mnohí z nás venujú turistike. Skvelú príležitosť, ako sa naše vychádzky do prírody môžu zmeniť na zaujímavé výlety za poznáním, nám poskytujú náučné chodníky. Nájdeme ich roztrúsené po celom Slovensku. Niektoré nám umožňujú dozvedieť sa viac o našej faune a flóre, iné spoznávať rozličné kultúrne pamiatky a nájdú sa aj také, ktoré nás preniesú do ďalekej histórie.

No a pri histórii ešte chvíľku zostaneme, pretože fascinuje mnohých z nás. Prenikanie do historických súvislostí, odhalovanie pozadia rozličných udalostí či spoznávanie života významných osobností môže byť častokrát nielen zaujímavé, ale aj poučné a inšpiratívne. Je skvelé, že na Slovensku máme veľa pozoruhodných múzeí a práve vďaka ich návšteve môžeme získať rôznorodé poznatky z čias minulých. Vypravíť sa však do minulosti môžeme aj návštevou hradov, zámkov či zrúcanín, ktorými je Slovensko priam posiate. Z ich krásy im nič neubral ani zub času, a tak obdivujeme tieto naše skvosty a nasávajme ich magickú atmosféru.

Ak nás história predsa len trochu omrzí, môžeme si spestriť leto obdivovaním kvetov. Myslím, že nepoznáam nikoho, kto by ich nemal rád. Skvelou príležitosťou, ako sa tešiť z ich krásy, môže byť aj návšteva botanickej záhrady. Veľmi vzácne exempláre rôznych tropických a subtropických rastlín môžeme obdivovať v Botanickej záhrade Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, príjemnú oázu pokoja nájdeme aj v Botanickej záhrade Univerzity Komenského v Bratislave, zaujímavé domáce i exotické kvetiny na nás čakajú v Botanickej záhrade Slovenskej poľnohospodárskej univerzity v Nitre, no a k tisícakam ruží môžeme privoňať napríklad v Rozáriu v Dolnej Krupci.

Keďže letné horúčavy pravdepodobne ešte nepovedali posledné slovo, občas sa nám žiada trošku sa schladiť. Možností je viacero a jednou z nich môže byť napríklad návšteva niektorej z našich slovenských jaskýň. Nielenže tam nájdeme skvelé útočisko počas horúcich dní, ale budeme mať tiež možnosť obdivovať prekrásne prírodné úkazy.

» Renáta Kopáčová, redaktorka





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

Ručne vyrábané syry



Objednávky:

RD KRIVÁŇ

Kriváň č.353, 96204 Kriváň
e-mail: rdkrivan@gmail.com
Telefón: 045 5469 443
www.rdkrivan.sk

Predaj mladých nosníc

10-týždňové vysokožnaškové mládky plemeno DOMINANT

6 € / ks Predaj kýmnych zmesí

NOVINKA - DOMINANT GREENSHELL

OBJEDNÁVKY UŽ PRIJÍMAME
Doroz priamo na adresu **0940 658 399**
0905 355 145

Farma Frajkovci: 160 Veľčice
frajka.team1@gmail.com • www.farmafrajkovci.sk

ŽALÚZIE

Radovan Matuš

ZASKLIEVANIE BALKÓNOV

roletky deň a noc
vertikálne žalúzie
sieťky proti hmyzu
zhŕňacie lamelové dvere
servis balkónových roliet

www.balkony.net **0905 767 777**

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

»Predám seno, slamu, malé aj veľké balíky. Tel: 0905518454

11 HOBBY A ŠPORT

»Predám bicykel KROSS-Hexaagon 2.0, 27 S black green yellow mat MIX S, cyklo košík, fľaša, cyklo pumpa, záмок. Cena 230€. Tel: 0903845395
»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 G0 typ-4K-LH-02, súdky na kapustu 12l a 30l. Tel: 0944154776
»Predám dvojtakt na Jičinku. Tel: 0908917582

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

»Hľadám prácu, ako pomocná sila do kuchyne, alebo v potravinárskom priemysle, mám potravinárske minimum a zdravotný preukaz. Tel: 0908618202

16 ZOZNAMKA

Chcete si podať inzerát?

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

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

Riadková inzercia realit je od 26. 10. 2023 zrušená, inzerát si môžete podať len cez www.mojinzerat.sk

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor. Cena je 0,60 € s DPH za každých začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme. **Upozornenie!** Služba nefunguje u operátorov 02 a 4ka.

BOBRIA SILA V AKCII

NAŠA **AUGUSTOVÁ** PONUKA

vhodná na podlahové vykurovanie



Top cena

6,49 m²

LAMINÁTOVÁ PODLAHA „COMFORT“ BOROVIKA MORSKÁ

Rozmery: š 19,3 × d 138,3 cm, hrúbka 7 mm.
Obsah balenia 2,135 m². OBI č. 5325204

vhodná na podlahové vykurovanie



Top cena

6,99 m²

LAMINÁTOVÁ PODLAHA „COMFORT“ JEDLOVEC RUSTIK

Rozmery: š 19,3 × d 138,3 cm, hrúbka 8 mm.
Obsah balenia 1,868 m². OBI č. 5325196

vhodná do vlhkých priestorov



Top cena

13,99 m²

VINYLOVÁ PODLAHA DUB „PADUA“

Rozmery: š 18 × d 122 cm, celková hrúbka 3,5 mm.
Obsah balenia 2,635 m². OBI č. 1298397

Top cena

39,99

DVERE INTERIÉROVÉ „ARUBA“¹

Interiérové dvere plné, lakované, dekor dub
škandinávsky, pravé/ľavé, šírka: 60, 70, 80 a 90 cm.
OBI č. 1006808 a i.

Top cena

59,99

DVERE „METRIX“¹

Interiérové dvere presklené. MDF rám opláštený
HDF doskami. Lakované. Pravé/ľavé, šírka: 60, 70,
80 a 90 cm. Dub bielený. OBI č. 1006881 a i.

Top cena

79,99

DVERE INTERIÉROVÉ „PALLMER“¹

Interiérové dvere plné, 3D fólie, taliansky orech,
pravé/ľavé, šírka: 60, 70, 80 a 90 cm.
OBI č. 2179877 a i.

Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

¹Cena je bez kovania a zárubne.
Platí od 16. 8. do 29. 8. 2024 alebo do vypredania zásob.



OBI

DOKÁŽETE ČOKOLVEK

Ako postupovať po návrate z dovolenky

Letné obdobie patrí dovolenkám a výletom. To však môže okrem príjemných zážitkov niekedy priniesť aj nepríjemnosti spojené s rizikom zdravotných problémov, pričom niektoré ochorenia sa môžu prejavíť už počas cesty alebo ihneď po návrate, no väčšina ochorení sa prejaví najneskôr do 6-12 týždňov. Upozorňujú na to odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR).

„U niektorých ochorení, ako napríklad malária, sa príznaky môžu objaviť až po pol roku alebo roku. Ak ste sa vrátili z krajín s výskytom exotických ochorení, je dôležité aj po návrate sledovať svoj zdravotný stav. Zároveň je potrebné dodržať pokyny lekára, ktoré sa týkajú napríklad užívania liekov proti malárii v stanovenom období po návrate z exotической destinácie,“ radí doktorka Adriana Mečochová, vedúca Sekcie epidemiológie a pripravenosti na pandémie.

Izolujte sa

„V prípade objavenia sa zdravotných ťažkostí po návrate z dovolenky sa izolujte a skontaktujte svojho ošetrojúceho lekára. Informujte ho o ceste a pobyte v cudzine - a to aj napriek tomu, že od návratu z dovolenky uplynul dlhší čas,“ doplnila doktorka Tatiana Červe-

ňová, hlavný hygienik SR.

Ak vyhladáte zdravotnícku pomoc či diagnostiku, dodržte základné všeobecné opatrenia na zamedzenie šírenia nákazy:

- majte pri kontakte s inými ľuďmi nasadený respirátor,
- priebežne a dôsledne dodržiavajte hygienu rúk,
- v prípade podozrivej vyrážky ju majte preventívne prekrytú - zvolte voľné tričko s dlhým rukávom, vzdušné nohavice.

Ďalší postup a vhodnú liečbu následne určí lekár na základe výsledkov vyšetrenia a podľa stanovenej diagnózy a celkového zdravotného stavu.



» ren

zdroj foto Bru-nO pixabay

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 jednohrobu, dvojhrobu alebo viachrobu ZDARMA: 100 ks písmen, svietnik, váza, doprava + zameranie

Ľubomír Adamec

tel.: 0903 162 933

www.wellstav.sk



OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH, KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

slovenská firma

BITUMÉNOVOU LEPENKOU bez demontáže pôvodnej krytiny

⇒ zameranie ⇒ odborné poradenstvo ⇒ cenová kalkulácia ZDARMA!!!

NON STOP - 0944 720 932

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽĽABOV

ROVAMI

Vášho starého tátoša ODVEZIEME A VYRADÍME priamo u Vás doma

Autorizovaný spracovateľ

RECYKLÁCIA AUTOMOBILOV

ZVOLEN » 0902 457 777

www.AUTOVRAKOVISKO.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

SAGANOV VÝKUP PAPIERA

NOVINKA

VÝKUP KUCHYNSKÉHO OLEJA

☎ 0902 919 114

Luxemburská firma hľadá skúsených vodičov MKD veľmi dobré podmienky.

tel.: 0918 627 471

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE

od 15€/bm

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV
ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV
OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA

48-0007-1

0948 012 507 • www.profikominy.sk

Ošetrovanie a rez stromov

Arboristika

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

☎ 0904 842 323 • www.citytrees.sk

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





FNsP F. D. Roosevelta
BANSKÁ BYSTRICA

Meníme nemocnicu, meníme dopravu.

DO ROOSEVELTOVEJ NEMOCNICE SA OD SEPTEMBRA NAJPOHODLNEJŠIE DOSTANETE MHD. PARKOVANIE VOZIDIEL BUDE SPOPLATNENÉ.

Vo FNsP F. D. Roosevelta Banská Bystrica od septembra 2024 dôjde k obmedzeniam dopravy a parkovania pre pacientov aj návštevníkov. Už aj tak zložitú situáciu s parkovaním skomplikuje začiatok výstavby novej modernej nemocnice. Vytvorenie záchytných parkovísk pri vstupoch do mesta (Tesco, Kaufland), posilnenie liniek MHD zo záchytných parkovísk, bus pruhy pre rýchlejší prejazd MHD, vybudovanie podmienok pre zdieľanú dopravu a cyklistov a podpora pešieho dochádzania z najbližšieho okolia, sú opatrenia, ktorými chce nemocnica vytvoriť podmienky pre zníženie počtu áut v okolí nemocnice. Nemocnica tak chce dosiahnuť, aby ľudia, ktorým to zdravotný stav umožňuje, presadli do MHD a odľahčili tak nápor na parkovanie vozidiel.

Prečo využiť na dopravu do nemocnice MHD?

- Ak prichádzate autom z okolia Banskej Bystrice, alebo z iného okresu, pri príchode do Banskej Bystrice zaparkujte **bezplatne** osobné motorové vozidlo na odstavnom parkovisku pri nákupnom centre.
- V blízkosti sa nachádza zastávka MHD, z ktorej vám v pravidelných intervaloch ide spoj do nemocnice.
- Na ceste od ulice THK až po nemocnicu, bude vytvorený bus pruh, vďaka čomu nebudú autobusy a trolejbusy stáť v kolónach a ich prejazd bude bez zdržania.
- Zastávka MHD na výstup a nástup pred nemocnicou bude presunutá do blízkosti polikliniky. Bez nutnosti čakať na prechode pre chodcov a prechádzať cez frekventovanú komunikáciu ste do 1 minúty v budove s ambulanciami.
- Rovnakým spôsobom sa pohodlne vrátite späť ku svojmu vozidlu na odstavnom parkovisku.

Prečo bude doprava osobným vozidlom menej komfortná ?

Stavba nemocnice a s ňou súvisiace dopravné a stavebné obmedzenia znížia už aj tak nepostačujúci počet miest na parkovanie v okolí nemocnice.

- Pribudnú vozidlá stavby, ktoré ešte viac zahustia a spomalí premávku.
- V dopravných špičkách sa vytvárajú kolóny áut, ktoré spomaľujú dopravu.
- Parkovanie na hlavnom parkovisku bude od septembra spoplatnené sumou 1,- €/h.
- Vjazd aj výjazd do areálu nemocnice bude možný len v smere od Podlavíc.
- Obmedzenia sa týkajú aj Detskej fakultnej nemocnice.
- Samozrejme, dostať sa do nemocnice autom bude stále možné, len treba počítať so spomenutými obmedzeniami. Miesta pre ZŤP pacientov budú dostupné na parkovisku aj vo vnútri areálu.

Dostupnosť Urgentného príjmu sa nemení, zmení sa len prístup, a to od Podlavíc. Výstavba novej nemocnice nepochybne ovplyvní dopravnú dostupnosť v lokalite. Avšak veríme, že prijaté opatrenia v konečnom dôsledku situáciu stabilizujú a obdobie výstavby spoločnými silami zvládneme. Výsledkom v roku 2028 bude moderná nemocnica hodná 21. storočia.

Smer príchodu	Záchytné parkovisko	MHD č.
od Brezna	Kaufland (ul. 29. augusta 63)	1 / 80
od Zvolena	Tesco (ul. Zvolenská cesta 8)	5



Pripravte si studené polievky na horúce letné dni

Nemáte počas horúcich dní chuť na teplé jedlo? Pripravte si studenú polievku. Prijemne osvieži, nasýti a ešte aj dodá telu potrebné vitamíny.

Studená uhorková polievka

Suroviny: 2 šalátové uhorky, 1 strúčik cesnaku, 250 g bieleho jogurtu alebo pochúťkovej smotany, 50 ml studeného zeleninového vývaru alebo vody na zriedenie, čerstvú kôprovú vňať, soľ, mleté čierne korenie

Postup: Uhorky umyte, osušte, očistite a odstráňte z nich semiačka. Následne nahrubo nastrúhajte do misky. Potom pridajte jogurt, pretlačený cesnak, posekaný kôpor a všetko spolu vymiešajte. Aby ste získali požadovanú hustotu, môžete zriediť zeleninovým vývarom alebo vodou. Osolte, okoreňte a dajte vychladiť do chladničky. Polievku rozdeľte do tanierov, ozdobte kôpkom bieleho jogurtu a posypte kôprom. Podávajte s nasucho opečeným toastovým chlebom.

Gaspacho

Suroviny: 1 šalátovú uhorku, 1 čer-

venú papriku, 1 cibuľu, 5 mäsitých paradajok, 2 strúčiky cesnaku, 250 ml studeného zeleninového vývaru alebo vody, citrónovú šťavu, toastový chlieb, soľ, štipku mletého rímskeho kmínu, mleté čierne korenie, bazalku, olivový olej

Postup: Zeleninu umyte, nakrájajte na kocky a vložte do mixéra. Pridajte celé strúčiky cesnaku, citrónovú šťavu, zeleninový vývar, osolte, okoreňte a všetko rozmixujte. Na zahustenie môžete pridať striedku z toastového chleba. Polievku dajte vychladiť. Polievku rozdeľte do tanierov, pokvapkajte olivovým olejom a ozdobte bazalkou.



» ren

zdroj foto lovini pixabay

ČISTENIE HROBOV
 1 HROB 90€ 35€ 2 HROB 140€ 85€
 Obnova písma 1,5€ 1,2€ /znak
 Dosekávania písma
 Dátum 100€, text 10€ /znak
 Posledná akcia pred DUSAČkami!!!
 Ceny platné do 31.8.!!
 Ing. Miroslav Greisiger
 0940 653 651, 0919 205 521
 www.cisteniehrobov.sk

ADAM KRŤKO s.r.o.
 • čistenie kanalizácie,
 • lapačov tukov
 • kamerovanie
 lokalizácia potrubia
 NONSTOP 0948 948 606

Zateká Vám strecha?
 Spoločníte sa na odborníkov a budete kľudne spať!
 - opravy asfaltových a plechových striech - lokálne aj celoplošne novými elastickými materiálmi so životnosťou min. 30 rokov v cene už od 12,90 €/m²
 Výber z viac druhov materiálov - obhliadka a vypracovanie cenovej ponuky **zadarmo**
STRECHAFER, s.r.o.
 Božik Peter
 0948 606 860

BUKOVÉ brikety
 Čistý produkt zo 100% čistého bukového dreva, bez umelín, lepidiel alebo škodlivín, našej vlastnej výroby
 AKCIA 239€
 ROZMER BRIKETY 155 x 90 x 60mm
 výhrevnosť: 19 MJ/kg
 popolnosť: 1,3%
 nízka popolnosť nedehtujú pre všetky typy piecok, sporákov a krbov
NONSTOP SLUŽBA
 0915 113 102
 Rozvoz aj v sobotu

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

Frézovanie a vložkovanie KOMÍNOV
 frézovanie od 15€/m
 Zľava na materiál 40%
 - Frézovanie 1 m - 15 €
 - Certifikovaný žiaruvzdorný materiál
 - Akcia 10m komín vyfrézovanie, vyzložkovanie komplet 900€
 - Obhliadka zdarma, dohoda istá
 0911 322 495, 0907 362 202, frezovanievložkovanie@gmail.com

ZENIT
AKCIA NA POLYKARBONÁT
 REZANIE MATERIÁLU ZDARMA
 eshop.zenitsk.sk / akcia
 -30%
 Ultralight 2/10 číra
 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

PRIJMEME UPRAŤOVAČKU A CHYŽNÚ
 na trvalý pracovný pomer
 Kontakt: 0905 583 824

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

NEPREMEŠKAJTE
 15.08. - 21.08.2024 - celý týždeň
KINO - BANSKÁ BYSTRICA
CINEMAX
 MAXIMÁLNY FILMOVÝ ZÁŽITOK
MIKI, 13:10, 15:30, 18:00, 20:30
Ja, zloduch 4, 14:10, 16:20,
Votrelec: Romulus, 18:30, 21:00
V hlave 2, 13:10, 15:20
Vlny, 17:30
Končí sa to nami, 20:10
PREDPREMIÉRA - Elli a partička príšeriek, 13:00 - hrá sa 18.8.
Mačacia duša, 13:00 - nehrá sa 18.8.
Votrelec: Romulus DBOX, 15:00
Deadpool a Wolverine 2D DBOX, 17:40, 20:20
Sylvanian Families: Freyin darček, 13:30
Mačacia duša, 15:10
MIKI, 17:20
Kavej, 19:50
Harold a čarovná pastelka, 13:40 - hrá sa 21.8., 14:40 - nehrá sa 21.8.
Zápisník alkoholičky, 16:40 - nehrá sa 21.8.
Borderlands, 18:40 - hrá sa 15.8., 17.8., 19.8. ČT; 16.8., 18.8., 20.8. ČD
Borderlands, 15:50 - hrá sa 21.8.
Trap, 20:50 - nehrá sa 21.8.
Trap, 20:15 - hrá sa 21.8.
ARTMAX KONCERT - SEVENTEEN TOUR 'FOLLOW' AGAIN TO CINEMAS, 18:00 - hrá sa 21.8.





LEKÁRSKE OBJAVY 2022:

Sluchový prístroj je už minulosťou?

Prelomový objav vedcov z Veľkej Británie je revolúciou v boji proti všetkým poruchám sluchu!

Obnovujú 100 % sluchového výkonu a ich technológia je 88-krát lacnejšia ako nákup väčšiny načúvacích prístrojov. Za 28 dní – bez operácie: zosilníte najdôležitejšie zvuky a ľudskú reč, odstránite nežiaduci hluk a šum v ušiach!

S kupina britských vedcov išla „do vojny“ s výrobcami načúvacích prístrojov. Už vyše 300 tisíc európanov upustilo od drahých a neefektívnych metód boja proti strate sluchu a používajú iba túto metódu. Klinické štúdie ukazujú, že dokáže obnoviť celú škálu zvukov v priebehu 4 týždňov – od šepotu až po vysoké zvuky.



Moja sestra už roky žije v Anglicku, poslala mi náplast ako darček. Hovorí: „Baška, vyskúšaj ich, tu väčšina mojich priateľov už dávno odložila prístroje, zosilňovače a iné zázraky, používajú len náplasti. Ak nebudú fungovať, beriem to na seba.“ Od načúvacieho prístroja som už mala rany v ušiach, tak som to vyskúšala. Prešiel 3 týždne, odkedy som si dala tieto diskretné náplasti. Všimla som si, že keď sa postavím chrbtom k televízoru, všetko nahlas počujem a zvuk je čistý ako nikdy predtým. Nikdy by som si nepomyslela, že sa technológia posunula takto dopredu.

Barbara V. (73 r.) z Trenčína

„Nemáme žiadne pochybnosti – vďaka biomedicínskej náplasti budete opäť počuť výrazne ľudskú reč, spev vtákov za oknom, zvuky rádia a televízie, sumu, ktorú treba zaplatiť v obchode a každé slovo knihy. Dokonale budete rozumieť tým, ktorí hovoria jemne a nezreteľne. Budete počuť všetko a všetkých okolo seba, dokonca aj z diaľky. Už Vás nebaví že nepočujete čo Vám hovoria ostatní?“



Na fotografií vľavo vidíme poškodené vlásokové bunky nachádzajúce sa v slímaku, smerujúce nadol, spôsobené deštrukciou vlásokových buniek. Tento typ poškodenia blokuje voľný tok zvukových signálov, kvôli čomu ich slabšie vnímame. Počujeme slabšie a nezreteľne. Po ošetrení sa štruktúra buniek prebudovala (foto vpravo), opäť získala správnu, vertikálnu polohu. Prijem a záznam zvuku je správny, zvuk je silný a čistý.

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

Načúvací prístroj je poriadna blblosť! Stále mi to vypadávalo z uší a všetky tie pukania a pískania ma privádzali do šialenstva! S náplastami som to zarískovala a úprimne... Pohodlné na nosenie, úžasné fungujú aj keď spím, v dave opäť jasne počujem, rádio v kuchyni tiež. Je to len tretí týždeň, čo ich nosím a už teraz som zvedavá, čo bude ďalej.

Henrieta C. (62 r.) z Dunajskej Stredy

Vďaka špeciálnemu zloženiu náplasti – automaticky a bez akejkoľvek námahy začnete zreteľne počuť a nežiaduci hluk a praskanie v pozadí navždy zmizne! Integrované nanopolarizátory zosilnia dôležité zvuky a eliminujú nepotrebné, ako je hluk z ulice, zvuk opätokov za dverami bytu, štrnganie príborov v reštaurácii alebo šum ľudských rozhovorov.

1 Na rozdiel od príležitostnej liečby straty sluchu, ako sú zosilňovače a drahé načúvacie prístroje, kde k zvýrazneniu zvukov sluchu dochádza až pri ich nosení, predstavuje táto inovatívna metóda veľký prelom. V prvom rade regenerácia poškodených sluchových buniek prebieha aj niekoľko hodín po ukončení aplikácie jedinej náplasti a taktiež počas spánku.

2 Je vhodná pre ľudí so všetkými hendikepmi bez ohľadu na vek či pohlavie. Boli vytvorené pre slabšie a aj veľmi počujúci, ľudí, ktorí nosia načúvacie prístroje a zosilňovače, ako aj ľudí, ktorí dlhodobo trpia šumom v ušiach.

3 Biomagnetické náplasti dokážu odstrániť aj roky veľmi vážnej straty sluchu. Aktivujú regeneračný systém sluchového ústrojenstva, čím núti telo spustiť proces automatickej regenerácie buniek. Viditeľné zlepšenie je badateľné už po niekoľkých desiatkach hodin od ich prvej aplikácie. Asi po 30 dňoch je možné plne získať predchádzajúci

sluchový výkon a obnoviť jeho ostrosť a presnosť, porovnateľnú s 25. rokom života. Dochádza k zvýšeniu komfortu počúvania až o 53%, regenerácii vlásokových buniek a takmer 14-násobnému zlepšeniu zachyteného šepotu a hlasov v dave.“

Či naozaj to tak funguje, je to efektívne?

Vďaka sérii štúdií bolo možné bezpochyby dokázať účinnosť tejto metódy. Je patentovaná a dodnes ju využívajú najmä súkromné ORL centrá pre profesionálnych hudobníkov, ktorí dennodenne pracujú so sluchom.

Vykonané klinické testy potvrdili, že novoobjavené biostimulačné aktívne zloženie náplasti majú takmer 97% účinnosť. Ľudia vo veku 39 – 94 rokov, ktorí sa zúčastnili na štúdiu, potvrdili zníženie hluku (spôsobeného najmä dlhoročnou prácou v hluku) až o 82% v porovnaní so stavom pred začiatkom štúdie, 14- násobný rozdiel v zachytení šepotu a hlasov v dave a nesporné a radikálne zlepšenie počuteľnosti ľudskej reči, hrania rádia a televízie. Na otázku, kedy naposledy tak dobre počuli, v 95% prípadov odpovedali – „medzi 24. a 35. rokom života.“

Genialitu účinnosti nového biomedicínskeho vzorca opisuje riaditeľ výskumného centra Christopher Washington:

Zistili sme, že polarizácia elektromagnetickej sily umožňuje obnoviť a prinútiť vykonávať funkciu vlásokových buniek zodpovedných za registráciu a prijímanie zvukov, ktoré sa k nám dostanú. Výsledky výskumu nás šokovali, ale aj jasne ukázali, že pravidelné nosenie „Neodym2000“ v drvivej väčšine prípadov umožňuje získať späť až 100% sluchového výkonu už za pár týždňov. To znamená, že až 98,2% prípadov deklarovalo účinnosť o 14-krát vyššiu ako v prípade 88-krát drahšieho načúvacieho

REKLAMNÉ INFORMÁCIE

Stačí nalepiť!

LEN do
23.08.2024
100%
lacnejšie!

Biomagnetické náplasti sú určené pre ľudí s každým sluchovým postihnutím:

- mierne a silne sluchovo postihnutí ► ktorí pociťujú hluk v ušiach s načúvacími prístrojmi alebo len malé posilnenie sluchu ► Telovej farby a za ušom neviditeľné ► ideálne pre ženy a mužov so stratou sluchu ► 100% bezpečné, nespôsobujú rany a podráždenie uší

prístroja, zosilňovača sluchu, nepohodlných a ťažko aplikovateľných olejov či nebezpečných injekcií do bubienka.

Stačí si nalepiť diskretné náplasti za ucho a pravidelne ich nosiť. Vlny naštartujú proces intenzívnej regenerácie zvukovodu a vlásokových buniek. Zvyčajne sa to zlepši už po niekoľkých dňoch. Začnete zachytávať čoraz viac zvukov, počuť ostrejšie a jasnejšie. Použitá nanotechnológia, okrem iného, na výrobu najnovšej generácie kozmickej lode je presne tá istá technológia, ktorá bola použitá pri výrobe „Neodym2000“. Výsledkom je, že problém straty sluchu, dokonca aj v najťažších prípadoch, prestáva existovať. Pani Barbara z Trenčína, manažérka firmy zaoberajúcej sa výrobou automobilových dielov, a pani Henrieta z Dunajskej Stredy, kedysi učiteľka hudby, rozprávajú o tom, ako im biomedicínske náplasti zmenili život (**pozrite rámčeky**).

Získajte späť sluch až 88-krát lacnejšie ako s načúvacím prístrojom!

Biomedicínske náplasti dobývajú zahraničné trhy. Získali veľké uznanie až v 21 krajinách, ukradli srdca okrem iných Britov, Nórov, Japoncov, Čechov, Fínov, Švédov a najnáročnejších Nemcov! Tie dlho očakávané sú už dostupné aj na Slovensku. Malé, diskretné, pohodlné a cenovo dostupné pre každého! **Vďaka špeciálnej refundácii ich môžete kúpiť až o 100% lacnejšie. „Neodymium2000“ sú dostupné len v telefonickom predaji Senior klubu. Nekúpte ich v obchodoch ani v lekárni. Počet balení je obmedzený – rozhoduje poradie prihlášok.**

-100%

REFUNDÁCIA pre ľudí narodených v rokoch 1920-1985

Reklamované v TV

Prvých 30 ľudí, ktorí zavolajú do 23.08.2024, má nárok na refundáciu! Získate 20 biomagnetických náplasti, ktoré Vám pomôžu odstrániť procesy hluchoty a obnoviť sluchové bunky ZADARMO!

Zavolajte: 043/230 21 49

Pon-Pia: 8:00-20:00, So-Ne: 9:00-18:00 (Normálny miestny hovor bez príplatku)

Skrytý mesiac ženy

Trinásty mesiac v roku sa nezačína prvého a nekončí tridsiateho prvého. Nachádzame sa práve na jeho začiatku.

Podľa starobylej tradície sa nazýva aj „mesiacom ženy“, či „tridsiatnikom ženy“. Otvára ho 15. augusta slávnosť Nanebovzatia Panny Márie, a uzatvára sviatok Sedembolestnej 15. septembra. Počas týchto tridsiatich dní sa slávia aj menšie mariánske sviatky: 22. augusta je spomienka Panny Márie Kráľovnej, sviatok Mena Panny Márie pripadá na 8. septembra a jej narodenie si pripomíname 12. septembra. V tomto období sa kresťania obzvlášť obracajú k Márii v modlitbách a konajú sa púte k mariánskym svätyniam.

Na Nanebovzatie vrcholí leto, lúky sú v pestrej nádhere a ponúkajú množstvo kvetov. Staré liečiteľské znalosti hovoria o tom, že liečivé bylinky majú v čase Máriinho „tridsiatnika“ zvláštny účinok. Neskôr rastliny vynakladajú energiu na tvorbu semien alebo posilnenie koreňov, aby prežili zimu. S výnimkou ľubovníka bodkovaného, ktorý sa zbiera počas letného slnovratu, by sme na bylinky mali vyraziť práve počas týchto tridsiatich dní.

V Katolíckej cirkvi sa na slávnosť Máriinho nanebovzatia zvyknú posviacať nazbierané kytičky. Tradične

do zväzku patrí biblicky symbolický počet: tri, sedem, dvanásť, alebo až sedemdesiatšedem. V závislosti od kraja sa do kytičky viaže divozel, ľubovník, palina, vratič, myší chvost, skorocel, harmanček, repík, železník, alchemilka, šalvia, materina dúška, ďatelina, obilie a ďalšie. Posvätenie bylín vyjadruje, že Boh je prameňom každej liečivej sily, a na príhovor Panny Márie nám môže darovať uzdravenie.

Tento zvyk má korene už v 10. storočí a vychádza z tradovaného príbehu. Apoštol Tomáš nebol prítomný pri zosnutí Panny Márie. O tri dni pri jeho návrate si želal vidieť jej telo. Keď učeníci otvorili Máriin hrob, nenašli žiadne pozostatky, iba voňavé ruže a bylinky. Preto je práve sviatok Nanebovzatia dňom posviacania liečiviek, ktoré sa počas roka používajú pri chorobách.

Modlitbu k Nanebovzatiu nájdete na www.acnslovensko.sk



» acn zdroj foto ACN

Spomienka...

"Osud je občas veľmi krutý, nevráti čo raz vzal... Zostanú iba spomienky a v srdci veľký žiaľ..."

Dňa 25. augusta 2024 uplynie 30 rokov, čo nás navždy opustil náš drahý manžel, otec a starý



Ján Križan z Krupiny

Kto ste ho poznali, venujte mu tichú spomienku. S láskou a úctou spomínajú a za tichú spomienku ďakujú manželka, syn a dcéra s rodinami.

Spomienka

"Život je veľmi krátky, a preto ho žite naplno." Hovoril nám náš otec

Vojtech Šufliarsky,

kterého životná púť sa prerušila pred 10 rokmi vo veku 84 rokov.

Pred 5 rokmi navždy odišla aj naša maminka

Mária Šufliarska

vo veku nedožitých 83 rokov.

Spomíname na vás rodičia.

S láskou, deti Katka, Zdenka, Vojtík a Majka s rodinami.



Potláčajú nepokoj a zlepšujú náladu

Doprajme si šťavnaté broskyne

Broskyne patria vďaka svojej výbornej a osviežujúcej chuti medzi obľúbené druhy ovocia. Vďaka obsahu vitamínov, minerálov a rôznych iných látok, majú veľmi blahodárne účinky aj na naše zdravie.

Pestovanie

Hoci broskyne pochádzajú z Číny, dokážeme ich pestovať aj v našich záhradách. Treba mať však na pamäti, že vyžadujú úrodné, stredne ťažké pôdy s dostatočnou vlhkosťou. Keďže sú broskyne náročné na teplo a svetlo, mali by sme im najšť slnečné miesto chránené pred vetrom. Aj u broskyní platí, že ak sa chystáte vysadiť rastliny pestované v kontajneri, môžete tak urobiť počas ce-

lej doby vegetácie. Pokiaľ ste si zakúpili voľnokorenné stromčeky, teda rastliny predávané s holými koreňmi, bez črepníka, je možné ich vysadiť do záhrady výlučne na jar, alebo na jeseň.

Účinky na zdravie

Broskyne obsahujú veľké množstvo draslíka, vápnika, sodíka, železa, horčíka, zinku a niacínu, ktoré pozitívne vplývajú na duševnú pohodu človeka. „Vďaka vysokému podielu niacínu spolu s horčíkom, selénom a zinkom potláčajú vnútorný nepokoj, nervozitu a zlepšujú náladu,“ približuje na sociálnej sieti Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava odborníčka na zdravú výživu Mgr. Klinčáková. Broskyne sú bohaté na vitamín C, A, B1 a B2, karotény a xantofyli, ktoré zlepšujú imunitný systém. Majú močopudné účinky, čím čistia naše obličky a močový mechúr a tiež odstraňujú červy z čriev.

Použitie

Broskyne najlepšie chutia čerstvé. Pridávať si ich môžeme do ovocných šalátov, nápojov či drení. Konzervované broskyne majú podobné využitie ako tie čerstvé a rovnako si z nich môžeme pripraviť rôzne koláče, dezerty či zmrz-



Ilustračné foto.

zdroj foto Kathas_Fotos pixabay

liny. Džem z týchto chutných plodov poslúži ako náterka na chlieb s maslom či ako lahodná plnka do palacinek.

Náš tip:

Tvarohové rezy s broskynami (plech rozmer cca 30x40 cm)

Suroviny: na cesto: 340 g polohrubá múka, 220 g kryštálový cukor, 4 vajcia, 100 ml vlažná voda, 130 ml rastlinný olej, 1 prášok do pečiva, 2 PL kakao

na plnku: 750 g jemný tvaroh, 130 g práškový cukor, 1 vanilkový cukor, 1 vanilkový puding v prášku, 2 vajcia, 740 ml broskynový kompót

Postup: V miske vyšľaháme 4 vajcia

s cukrom, pridáme olej, vodu, múku zmiešanú s práškom do pečiva a 2 lyžice kakaa. Hlboký plech vystelieme papierom na pečenie a vylejeme naň polovicu cesta.

V druhej miske vyšľaháme vajcia s cukrom a vanilkovým cukrom, jemne zamiešame tvaroh a vanilkový pudingový prášok. Plnku opatrne vylejeme na cesto a následne na ňu poukladáme scedené na menšie kúsky pokrúpané broskyne. Potom na tvarohovú plnku nalejeme zvyšok cesta a upečieme.

Múčnik podávame pokrúpaný na kocky a posypaný práškovým cukrom.

» ren



Ilustračné foto.

zdroj foto MrGajowy3 pixabay

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

MONTER

ZIMNÉ ZÁHRADY PERGOLY • ZASKLENIE

11
ROČNÉ
SKÚŠENOSŤI

NAKUPUJTE OD VÝROBCU!

HĽINÍK 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

Drevo

Hliník

WWW.MONTER.SK • 0919 383 881

OBJEDNAVKY@MONTER.SK

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk



DOM KAVY

DOMKAVY.SK
TRNAVA

KAVOVA5

ZLAVOVÝ KÓD - 5% ZLAVA NA NÁKUP ZO STRÁNKY WWW.DOMKAVY.SK

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

Oplatisa.sk

NAJLEPŠIE PONUKY



101,00€

Paco Rabanne 1 Million
Toaletná voda 100 ml

Demro.sk



390,00€

Pánske hodinky casio
g-shock gst-w310d-1aer

ZlatnictvoLion.sk



7,99€
9,99€

-20%

Tronic® Nabíjacie batérie
Ni-MH Ready 2 Use, 8 kusov

Lidl.sk



1.179,00€

Americká chladnička
Whirlpool WQ9 EIL

ZlavneneSpotrebice.sk



27,90€

Musetti zrnková káva
Armonico - 1kg

Domkavy.sk



42,00€

ASIR Nástenné hodiny
na plátne VÁZA 60 cm

Nabytkomania.sk



451,60€
6,00€

Kosačka Worcraft RLM-20Li,
20V 4ah, Li-Ion, 220 mm

ZEPA.sk



39,99€

Parkside® Regál s 5 policami
180 x 90 x 45 cm

Lidl.sk

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**

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

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

Zavolajte zadarmo
0800 162 162

www.stannah.sk



Služby
Špičkovej
Kvality



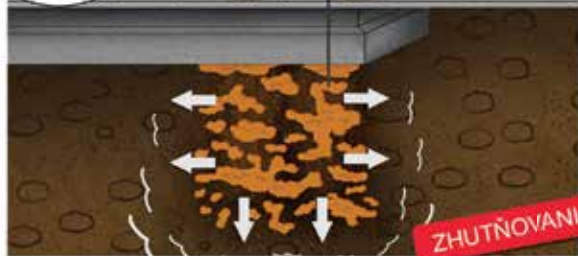
Táto ponuka platí pri kúpe schodiskového výtahu Stannah do
31.8.2024 a nie je platná s inými akciami alebo ponukami.

98-005

91-001



S GARANCIOU



**ZASTAVENIE SADANIA BUDOV
SPÄTNÉ ZDVIHNUTIE PODLÁH**

ČISTO, RÝCHLO a bez BÚRANIA

stabilizujeme základovú pôdu
a zastavíme sadanie budov injektážou syntetickej živice



0918 726 754

PRACUJEME PO CELOM SLOVENSKU

SK.ABAINNOVATOR.COM

96-83

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**

65-001

Oplatí sa!.sk

ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE!

