

# HUMENSKO

## VRANOVSKO-SNINSKO-MEDZILABORECKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 27 190 domácností



Čítajte nás:

[www.cujte.sk](http://www.cujte.sk)

**LETECKÉ DNI**  
KOŠICKÉHO KRAJA  
7.-8. SEPTEMBER 2024  
LETISKO KOŠICE

**Košice region** **ANTIK** **Chemkostav**  
**Košice INTERNATIONAL AIRPORT** **KOŠICE** **LPS SR**  
**MINISTERSTVO VNÚTRA SR** **MINISTERSTVO OBRANY SR** **TECHNICKÁ UNIVERZITA V KOŠICIACH**  
**TOPCONTROL** **SLUŽBA PROSTRIEDKOMI AIRCRAFT SERVICES** **AVIATION**  
**RÁDIOKOŠICE** **tkv** **HESTA**  
**K&K TECHNOLOGY** **STM** **ALPANEL** **StarSlovakia**  
**Labas** **ASSA ABLLOY** **TAURIS**

[www.leteckednikosickehokraja.sk](http://www.leteckednikosickehokraja.sk)

**PREDÁM ŠTEŇATÁ**  
Západosibírska lajka  
Kontakt: 0908 485 443

**LACNÝ VÝKOP** **AKCIA**  
**STUDNÍ** **0915 877 159**

**KANALIZÁCIE** **KANAL**  
KANALIZÁČNÉ SLUŽBY  
ČISTENIE • MONTÁŽ • MONITORING • OPRAVA  
**PREPICHY CIEST - PRÍPOJKY**  
**0951 500 000**

**ŽALÚZIE • SIETE • ROLETY**  
**SEZÓNNE ZĽAVY!**  
0915 927 993 • 0940 707 621  
[www.mgroupsro.sk](http://www.mgroupsro.sk)

**VÝKUP KROJOV**  
a ich súčastí, plátno,  
kašmírové sukne, šatky,  
brokátové šatky, štofky, mince  
**0908 627 952**

za NAJLEPŠIU CENU !!!  
**STUDNE**  
0907 148 965  
0905 195 458

**REKLAMA do novin**  
0907 895 864

**Steel SK ...** **Strojárska výroba ponúka voľné pracovné miesta**  
**CNC Sústružník**  
• riadiaci systém Siemens, Fanuc  
**CNC Frézár**  
• riadiaci systém Heidenhain  
**0908 974 489** Práca je v Bardejove

**ČISTENIE HROBOV**  
• Čistenie hrobov • Obnova písma  
• Dosekávajúce písma  
**AKCIA**  
JEDNOHROB 90€ **70€**  
DVOJHROB 140€ **100€**  
Obnova písma 1,50€ **1,30€/ZNAK**  
Impregnácia a doprava ZDARMA  
**0911 996 087 0949 651 250**  
[www.cistenie-hrobov.sk](http://www.cistenie-hrobov.sk)

**VŔTANIE STUDNÍ** **Letná AKCIA!**  
**0944 068 115**

**STAVEBNÉ REZIVO**  
**HRANOLY FOŠNE, DOSKY** **270 €/m<sup>3</sup>**  
**PÍLENIE KROVU** **270 €/m<sup>3</sup>**  
BEZ PRIRÁŽKY  
V ZÁKLADNEJ CENE REZIVA  
e-mail: [drevop@drevop.sk](mailto:drevop@drevop.sk)  
**DREVOP - DLHÉ NAD CIROCHOU** **0903 624 426 • 057 762 3549**

**TYTEX Slovakia s.r.o.**  
prijme do pracovného pomeru: **TYTEX**  
**ŠIČKY / KRAJČÍRKY** (priemerný mesačný plat po zaškolení od 885€ - 970€ brutto)  
**OBSLUHA VÝROBY - PRÍPRAVÁR ALEBO PLETIAR/KA**  
(priemerný mesačný plat po zaškolení od 1150€ - 1360€ brutto)  
plus príplatok za odpracované roky, bonus za nadčas, ročná odmena a iné zamestnanecké výhody v zmysle Kolektívnej zmluvy.  
Žiadosti spolu so životopisom zasielajte na adresu:  
**TYTEX Slovakia s.r.o., Poľná 15, 066 01 Humenné,**  
e-mail: [vge@tytex.sk](mailto:vge@tytex.sk), info: na tel. čísle: 0918 967 585

# VŔTANIE STUDNÍ

- Vŕtanie na jadro do 30m
- Začerpanie

0902 176 186 • 0907 098 683

[www.vrtaniestudnibf.sk](http://www.vrtaniestudnibf.sk)



## SPECIÁLNE STRECHY 0940 848 027 | 0907 953 163

**BELMONT**

Obnova starých eternitových, plechových a plochých striech rodinných domov i panelákov

**BEZ DEMONTÁŽE**

Výmena odkvapových žlabov  
Oprava komínov

Špeciálne lepenie z kvalitných bituminových pásov rôznej farby, vzorov a druhov  
len Index total qualitate

ZDARMA: obhliadka, zameranie / cenová ponuka / konzultácia, poradenstvo

**CENA 25 €/m<sup>2</sup>**

**ZÁRUKA 15 ROKOV**

[belmont@centrum.sk](mailto:belmont@centrum.sk)



## ALU RENOSTAV s.r.o.

Suchý Jarok 2811, HUMENNÉ

**GARÁŽOVÉ BRÁNY a VONKAJŠIE ŽALÚZIE**



**HLINÍKOVÉ OKNÁ, DVERE, FASÁDY**



**VÝROBA V HUMENNOM!**

pre pohodlie domova...

**INTERIÉROVÉ DVERE a PODLAHY**



**PLASTOVÉ OKNÁ a VCHODOVÉ DVERE**

**DECCO 83**

- 7-komorový profil, ktorý spĺňa najnáročnejšie normy EÚ
- 3-tesnenia
- 3-sklo



[obchod.alurenostav@gmail.com](mailto:obchod.alurenostav@gmail.com)  
0907 533 504 • 0918 841 371

## LIKVIDÁCIA AZBESTOVÝCH STRIECH

[www.Leeris.sk](http://www.Leeris.sk), 0944 923 476, [info@leeris.sk](mailto:info@leeris.sk)

Strojárska výroba ponúka voľné pracovné miesta

**Technológ - konštruktér**

- práca s CAD-CAM softvérom, tvorba technologických postupov

**Kontrolór kvality**

- potrebná prax z metrologie

**0908 974 489** Práca je v Bardejove

## ČISTENIE HROBOV

HROB 90€ 100€ ZHROB 140€ 100€

Obnova písma 1,5€ 1,30/znak

Dosekávania písma  
Dátum 100€, text 10€/znak

Posledná akcia pred Dušičkami!  
Ceny platné do 31.8.!!

Ing. Miroslav Greisiger  
0940 653 651, 0919 205 521  
[www.cisteniehrobov.sk](http://www.cisteniehrobov.sk)

## INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA

**0907 895 864**

## Plánujete nové bývanie, dokončujete dom, prerábate byt?

# JNÁBYTOK JOMA

slovenský nábytok pre Váš domov



prídte sa k nám inšpirovať

**Masarykova 14/A, Prešov**  
[www.joma.sk](http://www.joma.sk) tel.: 051 7734 748

## OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH, KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

BITUMÉNOVOU LEPENKOU bez demontáže pôvodnej krytiny

⇒ zameranie ⇒ odborné poradenstvo  
⇒ cenová kalkuluácia ZDARMA!!!

**NON STOP - 0944 720 932**

**ZÁRUKA 25 ROKOV**

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽLABOV



## NAJ STRECHA s.r.o.

Najlepšia oprava strechy

**AKCIA na 3D vzory 0940 776 203**

Oprava eternitových, plechových a plochých striech

- ▶ zameranie, poradenstvo ZDARMA
- ▶ bez potreby demontáže ▶ pre dôchodcov ŠPECIÁLNA ZLAVA

Oprava komínov • Oprava a montáž odkvapových žlabov

**UŽ 13 ROKOV NA TRHU**

[www.naj-strecha.sk](http://www.naj-strecha.sk) • facebook: Naj-strecha sro



## Výročia a udalosti

28. augusta 1949 bola násilne zlikvidovaná gréckokatolícka cirkev v Mukačevskej eparchii

			3	8			
S	3	1	8		5	6	4
U	8	9		5	2		
D	5		4	2		1	
				8			
O	9						5
K				4			3
U	2	8	6				9
				9	3		



Správna voľba

OD PONDELKA

OD PONDELKA 26. 8. DO NEDELE 1. 9.  
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

ŠTEDRÝ PONDELOK

MORČACIE  
MÄSO  
SO ZĽAVOU

-20%

PLATÍ LEN V PONDELOK 26. 8.

52%  
ZĽAVA

2,49\*\*

1,19

(100 g = 0,64)

Tuniový šalát  
185 g  
rôzne druhy



44%  
ZĽAVA

2,49

1,39

60%  
ZĽAVA

2,49

0,99

Stivky  
cena za 1 kg



LIDL  
STÁNOK  
DENNE ČERSTVÉ

AKTIVUJ KUPÓN

33%  
ZĽAVA

4,49

2,99

(1 l = 3,99)

Prosecco DOC  
Frizzante  
0,75 l  
Maximálny odber  
je 6 kusov na nákup.

CENA PLATÍ PRI KÚPE  
OD 3 KUSOV



33%  
ZĽAVA

1,19

0,79

Červené jablká  
cena za 1 kg



nová  
úroda

41%  
ZĽAVA

1,89\*\*

1,11

(1 l = 0,56)

Coca-Cola/Coca-Cola Zero/Fanta/Sprite  
2 l  
+ záloh za obal 0,15 €



28%  
ZĽAVA

6,98

4,99

Mleté mäso MIX XXL  
1 kg balenie  
hovädzie a bravčové  
30 % tuku



XXL

WELFARE  
CHOV



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

\*Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

\*\*Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t.j. mimo akčných cien, zistených na základe porovnania cien dňa 6. 8. 2024.

Ponuka tovaru platí od 26. 8. do 1. 9. 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](http://www.lidl.sk)

## Obdivujme naše skvosty

Slovensko sa pýši množstvom prekrásnych hradov, zámkov a zrúcanín, ktoré môžeme pri potulkách našou vlasťou obdivovať. Ponúkame malú ochtnávk.

V Spišskej kotline v nadmorskej výške 634 metrov sa na vápencovej skale týči národná kultúrna pamiatka Spišský hrad. Svojou rozlohou prevyšujúcou štyri hektáre je považovaný za jeden z najväčších hradných komplexov strednej Európy.

Zrúcaniny Likavského hradu, ktoré stoja na jednom zo skalnatých štítov Chočských vrchov na pravom brehu Váhu, sa nachádzajú približne 25 minút od Liptovského Hrádku.



Hrad Likava. zdroj foto Visit Liptov

Na travertínovej kope nad mestom Bojnice stojí jeden z najnavštevovanejších a najkrajších zámkov nielen na Slovensku, ale aj v strednej Európe. Reč je o veľmi romantickom až rozprávkovom Bojnickom zámku.

Gemer rovnako ponúka veľa pútavých zážitkov. Podniknite napríklad výpravu vedúcu z Muránskej Huty na tretí najvyššie položený hrad na Slovensku. Zrúcanina kedysi mohutného hradu Muráň sa týči na skalnom brale Cigánka a poskytuje krásne výhľady na Muránsku planinu, ale aj na majestátnu Kráľovu hoľu.

Aj lesy Malých Karpát skrývajú mnoho obdivuhodných miest a práve v letných mesiacoch je pre návštevníkov prístupný jeden z najmladších našich zámkov - Smolenický zámok, nachádzajúci sa neďaleko obce Smolenice.

V malebnom prostredí stredného Považia severovýchodne od Nového Mesta nad Váhom sa zasa na vápencovom brale vypína hrad Beckov. Jeho studňu stráži drak menom Blundus a v hradnej kaplnke prebýva zázračná Beckovská madona.

No a ak sa vydáte na potulky do krásneho prostredia stredného Pohronia, môžete tam preskúmať pozostatky hradov Revište a Šášov. Oba sú súčasťou Pohronskej hradnej cesty, na ktorej môžete obdivovať množstvo ďalších hradov, hrádok, strážnych veží, opevnených miest či kláštorov.

» ren

# Vypravte sa na Babky, Ďumbier, Chopok či Sivý vrch Užite si letnú turistiku na Liptove

Liptov je krásny horský región nachádzajúci sa na severe Slovenska. Keďže ho zo všetkých strán obkolesujú hory, je ideálnym miestom pre turistiku. Nachádza sa tam približne 50 turistických chodníkov a značených trás v celkovej dĺžke 1185 km.

### Túra na Babky

Babky (1566 m n.m.) sú súčasťou Západných Tatier a poskytujú krásne výhľady na Liptov. Túra na ne nepatrí medzi najnáročnejšie, takže by ste ju mohli bez problémov zvládnuť. Východiskový bod túry je na začiatku Bobroveckej doliny, konkrétne v lokalite Bobrovecká vápenica. Trasa vedie po modrej značke popri kalvárii po zväžnici cez rázcestie Pod Babkami až na Chatu pod Náružím. Trasa pokračuje



Sivý vrch.

po modrej značke do Pod Babkami, z ktorého sa vydávate na zelenú značku až na Babky.

**Ako sa tam dostať:** Ak využijete dopravu autom, priamo vo východiskovom bode trasy v lokalite Bobrovecká vápenica sa nachádza bezplatné parkovisko s dostatočnou kapacitou. Autobusová zastávka je vzdialená asi 2,5 km chôdze od Bobroveckej vápenice na križovatke s obcou Jalovec, kam sa dá dostať prímestskou linkou z Liptovského Mikuláša.

**Náš tip:** Počas trasy sa môžeme zastaviť pri partizánskom bunkri. Ide o jaskyňu s fotografiami a popisom, v ktorej sa skrývali partizáni.

### Túra na Sivý vrch

Rovnako ako Babky, aj Sivý vrch (1805 m n.m.) je súčasťou Západných Tatier. Ponúka výhľady na Liptov a Oravu, ktoré rozhodne stoja zato. Dostupný je pritom z oblasti Hút aj z Bobrovca. Túra naň nepatrí medzi najnáročnejšie, no rozhodne je jednou z najkrajších. Túru na Sivý vrch môžete začínať na začiatku Bobroveckej doliny, konkrétne v



Výhľad z Babiek.

lokalite Bobrovecká vápenica. Trasa vedie po modrej značke popri kalvárii po zväžnici cez rázcestie Pod Babkami až na Chatu pod Náružím. Trasa

križovatke s obcou Jalovec, kam sa dá dostať prímestskou linkou z Liptovského Mikuláša.

### Výstup na Ďumbier a Chopok

Ďumbier je s výškou 2043 m n.m. najvyšším vrcholom Nízkych Tatier. Výstup na vrchol nepatrí medzi najnáročnejšie. Trasa je plynulá, doplnená o úžasné výhľady na obe strany Nízkych Tatier. Liptov, Spiš, Horehronie, Západné a Vysoké Tatry či Slovenské rudohorie sú ako na dlani. Odporúčame trasu po zelenej značke z Lúčok cez Širokú dolinu a Krúpove sedlo až na Ďumbier (2043 m n.m.) s návratom po červenej značke vedenej po hrebeni cez Demänovské sedlo na Chopok (2024 m n.m.) a následne po modrej značke dole cez Lukovú až na Mikulášsku chatu.

**Ako sa tam dostať:** V tejto oblasti sa nachádza aj autobusová zastávka, z ktorej sa odveziete späť na parkovisko na Lúčky alebo priamo do Liptovského Mikuláša. Demänovská dolina je s Liptovským Mikulášom prepojená pravidelným autobusovým spojením, ktoré je pomerne dobre načasované pre potreby turistov. Východiskový bod



Chopok.

**Ako sa tam dostať:** Ak využijete dopravu autom, priamo vo východiskovom bode trasy v lokalite Bobrovecká vápenica sa nachádza bezplatné parkovisko s dostatočnou kapacitou. Autobusová zastávka je vzdialená asi 2,5 km chôdze od Bobroveckej vápenice na

túry sa nachádza priamo na zastávke autobusu, rovnako cieľ trasy.

**Náš tip:** Zostup z Chopku si môžete skrátiť jazdou na lanovke.

Informácie a foto: Visit Liptov

» ren

Bezplatný týždenník

**HUMENSKO**  
VRANOVSKO-SNINSKO-MEDZILABORECKO

EV 6211/24

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

Ročník 1, Vydanie 17, týždeň 34/2024.

Redakcia: Štefánikova 44  
**MICALOVCE**  
humensko@regionpress.sk

**INZERCIA**

Marianna Sovjaková 0907 895 864

www.regionpress.sk  
www.facebook.com/regionpress.sk



**DISTRIBÚCIA** (26.640 domácností)

**pámy týždeň:**  
Humenné, Brekov, Jasenov, Kochanovce, Topoľovka, Medzilaborce, Snina, Čemer-  
né, Vranov nad Topľou

**nepámy týždeň:**  
Humenné, Brestov, Papín, Závadka, Me-  
dzilaborce, Dlhé nad Cirochou, Zemplínske  
Hámre, Čemeré, Vranov nad Topľou, Snina,  
Sečovská Polianka, Sedliská, Slovenská  
Kajňa, Tovarné, Zámutov



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

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade,  
že viete o mieste, kam naše noviny  
nechodja, 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	PIEŠTANSKO-NM-MY	
SC	35420	SENECKO	
SE	36750	SENICKO-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	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	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	MICALOVSKO-TV-SO	
PP	41520	POPRADESKO-KK	
PO	49940	PREŠOVSKO-SB	
SN	32540	SPIŠSKO-LE-GL	

**čujte.sk**

**Pripravte si netradičné domáce džemy**

[www.cujte.sk](http://www.cujte.sk)

**Výročia a udalosti**

**3. septembra 1918**  
vláda USA uznala Česko-slovenskú národnú radu za Česko-slovenskú vládu a pripojila sa tak k predchádzajúcemu francúzskemu (29. júna) a britskému (9. augusta) diplomatickému uznaniu ČSR

S	1				2		6
U		5				1	9
D	8			6	3		
O	6			2			5
K					7	2	
U		9					
S		7			8		3
U	3				2	5	
O							1

S	2						6
U		1	4				7
D	8		7	5			
O	7		1				6
K							
U		8				5	1
S					6	4	
U	4				7		5
O		6	2				9
U	9				1		8
							4

## Zmeny v školskom stravovaní

V školských jedálňach pribudnú nové receptúry, chutnejšie pokrmy, čerstvá zelenia a ovocie a zároveň sa zníži obsah cukru v nápojoch. Vyplýva to z revízie Materiálno-spotrebných noriem a receptúr pre školské stravovanie. Je to záväzný dokument, ktorým sa pri príprave jedál riadia školské jedálne.

„Naším cieľom je, aby školské jedálne poskytovali deťom zdravé a chutné pokrmy. Zníženie obsahu cukru, soli a nezdravých tukov v jedlách je kľúčové pre zdravý vývin detí. S novými receptúrami a zvýšeným využitím čerstvej zeleniny a ovocia sa snažíme nielen zlepšiť kvalitu školského stravovania, ale aj podporiť správne stravovacie návyky, ktoré budú mať pozitívny vplyv na ich zdravie,“ uviedol minister školstva Tomáš Drucker.

### Kompletné zmeny v školskom stravovaní (revízia školského stravovania 2024):

- Nové receptúry pre školské jedálne,
- Úprava pôvodných receptúr,
- Zvýšenie kvality podávaných jedál,
- Zvýšenie minimálnych požiadaviek na kvalitu používaných surovín,
- Zníženie obsahu soli a prídavných látok v receptúrach,
- Zlepšenie chuťovej stránky pripravovaných jedál,
- Zníženie cukru v nápojoch,
- Príprava jedál z čerstvých surovín,
- Podávanie čistej pitnej vody – prioritá,
- Obmedzenie pokrmov s obsahom mä-

kých mäsových výrobkov, výrobkov z údených mias a pokrmov pripravovaných technologickým postupom vyprážania,

- Spriehľadnenie a zjednodušenie metodického usmernenia pre prípravu pokrmov v školskej jedálni,
- Zjednodušenie práce a viac možností pri príprave stravy: pani kuchárky môžu používať viac ovocia, viac zeleniny, jedlá môžu dochucovať rôznymi bylinkami bez obmedzenia, výber dvoch jedál na výber, možnosť väčšej variability pri príprave pokrmov.

„Všeobecné princípy Aplikácie sú vypracované v súlade s odporúčaniami Svetovej zdravotníckej organizácie v oblastiach reformulácie cukru, soli a tukov. Dodržiavanie uvedených princíпов, ako aj kontrola ich dodržiavania je mimoriadne dôležitá pre zdravý vývin detí a mládeže v súvislosti so školským stravovaním. Zariadenie nových receptúr, ako aj revidovanú Aplikáciu princíпов k Materiálno-spotrebným normám a receptúram pre školské stravovanie 2024 tak odporúčam uplatniť v praxi,“ povedala hlavná odborníčka hlavného hygienika SR pre odbor hygieny detí a mládeže z ÚVZ SR Jana Hamada.

Ako uviedol rezort školstva, zmeny v školskom stravovaní pozitívne ohodnotili aj Slovenská asociácia pre výživu a rekvenciu, Slovenská poľnohospodárska univerzita v Nitre a Slovenská pediatrická spoločnosť.

» ren

## Prvá pomoc pri uštipnutí hmyzom

Uštipnutie hmyzom nie je v letných mesiacoch ničím neobvyklým. Zvyčajne sa nezaobíde bez drobných či väčších opuchov a neprijemného svrbenia postihnutého miesta. Niekedy sa však môže dostať aj alergická reakcia. Preto je dobré vedieť, ako uhryznutie a uštipnutie od hmyzu správne ošetriť a čo robiť, ak sa prejavia príznaky alergie.

Pozor by sme si mali podľa odborníkov dávať na včely, osy aj mravce. „Ak neviete identifikovať hmyz, ktorý vás poštípal – nevaďí, prvá pomoc je rovnaká,“ uvádza na sociálnej sieti Slovenský červený kríž a pridáva nasledovné rady:

- Pokiaľ v rane vidíte žihadlo, opatrne ho vysuňte z rany. Nikdy ho nestláčajte na jeho konci, pretože tam má jedové vaky a stlačením by ste jed vypudili pod kožu.

- Náhla bolesť je normálnym sprievodným znakom. Podľa rozsahu reakcie chlaďte postihnuté miesto studeným obkladom. Ak je vpich v ústach – cmúľajte ľad, pretože chlad spomaľuje vstrebávanie jedu.

- Ak je postihnutá končatina, dajte ju do zvýšenej polohy, aby ste zmiernili opuch.

- Ak ste alergik, užite lieky – antihistaminiká, ktoré máte predpísané lekárom. Ten vám môže pre istotu predpísať aj adrenalínové pero, ktoré si môžete sami aplikovať do vonkajšej strany stehenneho svaly v prípade anafylaktickej reakcie. Tá môže nastúpiť s miernymi príznakmi, ktoré však náhle môžu vyústiť až do anafylaktického šoku.

### Všimajte si preto:

- pokles tlaku – závraty,
- sťažené dýchanie, bolesť na hrudi, pískanie,
- opuch jazyka, krku, či tváre,
- bolesť brucha, vracanie, hnačka,
- vyrážka, začervenanie kože, jej svrbenie až bolesť

V takom prípade vždy volajte na tiesňovú linku 155 alebo 112. Najrizikovejšie skupiny z hľadiska ohrozenia života po uštipnutí hmyzom sú dočiatá, seniori a alergici.



» ren  
zdroj foto terski pixabay

# 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%**

**Nakúpte  
výhodne**  
vo vybraných  
E-shopoch

Využite kód:

**OPLATISA**

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

**decoreum**

~~44,00 EUR~~ **39,60 EUR**

SKLADACIA  
ZOSTAVA 4+1 STÓL  
+STOLIČKY

**-10%**

**decoreum**

~~59,00 EUR~~ **53,10 EUR**

SADA KEMPINGOVÉHO  
NÁBYTKU

**-10%**

**decoreum**

~~89,00 EUR~~ **80,10 EUR**

2-KOMOROVÝ BOTNÍK - LOFT

**-10%**

**MÁTE  
VLHKÝ DOM?**

- podpilovanie muriva
- chemická injektáž

**ZĽAVY 20%**

**STOP**  
vlhkým múrom

**0918 671 541**

**POKRÝVAČ- TESÁR**

renovácia striech,  
renovácia garáží,  
zateplenie,  
oprava a renovácia  
žlabov kompletná  
výmena striech

**OKAMŽITÉ ZAČATIE PRÁC**

**ZDARMA**  
doprava, vypracovanie cenovej ponuky

**ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!**

Kontakt: +421 949 623 050

ZVÝŠTE HODNOTU VAŠEJ NEHNUTEĽNOSTI

EKOLOGICKÉ

**ČISTENIE FASÁD**

A STRIECH RODINNÝCH DOMOV A BYTOVIEK

Náš systém zaručuje  
profesionálne a ekologické čistenie fasád od všetkých  
nežiadúcich mikroorganizmov, rias, machov, plesní

Patentovaná  
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových  
čističov

f BombaFasada  
www.BombaFasada.sk  
**0905 148 393**

BEZPLATNÁ UKÁŽKA  
A KONZULTÁCIA  
PRIAMO U VÁS DOMA

**5 ROČNÁ ZÁRUKA**

rodinné domy  
**ZĽAVA 50%**

RÝCHLO, PROFESIONÁLNE A S DLHOTRVAJÚCIM ÚČINKOM

**KOMINÁRSTVO**

**KOLAUDAČIE  
FRÉZOVANIE / VLOŽKOVANIE  
NEREZOVÉ KOMÍNY**

frezovanie2@gmail.com  
**0915 35 33 35**

**POKRÝVAČ- TESÁR**

RENOVÁCIA STRIECH, RENOVÁCIA GARÁŽÍ,  
ZATEPLENIE, OPRAVA A RENOVÁCIA  
ŽLABOV KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH

**ZA NAŠU PRÁCU  
RUČÍME!**

Kontakt: Janek - 0919 495 628