

PRIEVIDZSKO



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 40 150 domácností

ČISTENIE HROBOV
 HROB 90€ 80€ 2HROB 140€ 120€
 OBNOVA PÍSMÁ: 1,5€ 1,3€/ZNAK
 DOŠKAVANIE PÍSMÁ-DATUM 100€, TEXT 10€/ZNAK
DO DUŠÍČEK STÍHAME!
CENY PLATNÉ DO 30.9.21
 ING. MIROSLAV GREISIGER
 0940 653 651, 0919 205 521
 WWW.CISTENIEHROBU.SK

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

GEO  **Mark**
 s.r.o.
G. Švéniho 6
Prievidza

Geodetické práce:

- geometrické plány • vecné bremeno
- polohopisné a výškopisné plány
- vytyčenie hraníc pozemkov, polohy budov a iné

Objednávky:

- osobne: Po - Pia 8.00 - 15.00 hod.
- (budova Tatrabanky oproti Okresnému súdu)
- telefonicky: 046/542 41 52
- elektronicky: geomark@geomark.sk

SOŠ Handlová
 ponúka na prenájom

NEBYTOVÉ PRIESTORY

v Handlovej o výmere
 1x60m² a 1x112m².

Bližšie informácie

nájdete na webovej stránke www.sosha.sk v časti „Edupage“ „Prenájom priestorov“, na úradnej tabuli TSK a na telefónnom čísle 046/512 19 38.

PONUKA STAVEBNÝCH PRÁČ

- prerábky bytov a domov
- sadrokartón, maľovanie
- bytové jadrá
- murárske, búracie, vodárenské
- elektrikárske práce
- rovné strechy **FATRAFOL**



0908 808 846 | 0948 975 710

PROFESIONÁLNE MALIARSKÉ SLUŽBY

byty • domy • administr. budovy • fasády

f : mocolor.sk www.mocolor.sk

0940 943 216

STRECHY

OPRAVY A REKONŠTRUKCIE STRIECH
ZATEPLOVANIE PLOCHÝCH STRIECH

TIPSTAV

www.tipstav.sk

- Rodinné domy
- Bytové domy
- Občianske budovy
- Priemyselné haly

tel.: 0905 315 127, 0905 314 767

e-mail: tipstav@tipstav.sk

POZÝVAME VÁS NA KONCERT KANDRÁČOVCOV

NEDEĽA 8. SEPTEMBER OD 16:00
NÁMESTIE SNP PARTIZÁNSKE
SME GENERÁLNY PARTNER MESTA

www.artra.sk/kariera

ARTRA
 PRACOVNÁ OBUV

Dôležitá je komunikácia, pravidelný režim aj spánok

Pomôžme deťom s nástupom do školy

Začiatok školského roka je tu, a to znamená veľa povinností pre dieťa aj rodiča. Aby nebolo toto obdobie pre vášho školáka a vás stresujúce, pripravil Úrad verejného zdravotníctva Slovenskej republiky (ÚVZ SR) viaceré odporúčania.

„Každé dieťa je jedinečné, a podobne, aj nástup do školy je individuálna vec a môže sa stať, že nie u každého dieťaťa bude úplne bezproblémový. Dôležité je byť dieťaťu oporou a veriť, že to zvládne,“ hovoria odborníci z ÚVZ SR a pripájajú nasledovné rady:

- Dieťa pripravte na školu formou spoločných rozhovorov. Vysvetlite mu, čo ho v škole čaká, objasnite mu, že škola má iné pravidlá a organizáciu dňa ako škôlka, a že ako školák bude mať aj zodpovednosť a do školy sa chodiť musí.
- Povzbudte dieťa tým, že v škole si nájde nových kamarátov a naučí sa veľa nového a zaujímavého. Naopak, vyhňte sa strašeniu detí vetami ako „Počkaj, až pôjdeš do školy...“ alebo „Oni ňa v tej škole dajú do poriadku!“.
- Neprenášajte pochybnosti na dieťa. Budúci školák si tak môže vybudovať zbytočný odpor, neistotu alebo strach ku škole a už samotný štart bude veľmi negatívne poznačený. Prechod dieťaťa z materskej školy do základnej je veľmi dôležitým medzní-

kom v živote dieťaťa a jeho rodiny, preto by mal so sebou prinášať len pozitívne zážitky, keďže dieťa sa do školy prirodzene teší.

Pravidelnosť a systém

Pre rýchlu adaptáciu je zásadná pravidelnosť a veku primeraný systém pri akejkoľvek činnosti súvisiacej so školou.

- Vhodné je už zo začiatku vypestovať u dieťaťa potrebné režimové prvky – vstávať v určitú hodinu a chodiť spať v rovnaký čas.
- Po nástupe do školy si treba určiť, kedy sa rodič bude s dieťaťom učiť - najvhodnejší čas nastáva, keď sa dieťa vráti zo školy a 1 až 2 hodiny si odpočinie.
- Školská príprava predstavuje nielen samotné úlohy, ale aj upratovanie v taške, overenie ostroty farbičiek a ceruziek, prípravu vecí na ďalší deň...
- Spočiatku je namieste s týmito činnosťami dieťaťu pomáhať, a to napríklad formou vysvetlenia, čo je potrebné do tašky vložiť, vybrať, aké úlohy urobiť. Cieľom je dieťa naučiť, aby svoje povinnosti časom zvládalo samo.

Nepodceňujte dôležitosť spánku

Spánok je pre školáka veľmi dôležitý. Ovplyvňuje jeho celkový zdravotný psychický aj fyzický stav. Naučte ho správnym návykom, aby si zvyklo na pravidelný režim.



Ilustračné foto.

zdroj foto steverioti pixabay

Pre školopovinné deti a dospelých je dostatočne dlhý a kvalitný spánok nevyhnutný pre:

- správne fungovanie imunitného systému až po obnovu energetických zásob,
- posilňovanie a regeneráciu pamäte, pretože počas spánku sa zdokonaľujú organizačné schopnosti, plánovanie a poznávanie a kognitívne funkcie,
- rast a vývin, vyvíjajúci sa mozog a schopnosť koncentrovať sa.

Všeobecne odporúčané množstvo spánku je nasledovné:

- Školáci od 6 do 13 rokov 9 až 11 hodín spánku

- Staršie deti od 14 do 17 rokov 8 až 10 hodín spánku
- Mladší dospelí od 18 do 25 rokov 7 až 9 hodín spánku

„Pripomíname, že toto sú všeobecné odporúčania, ktoré nezohľadňujú individuálne potreby. Pre optimálnu dĺžku spánku treba tiež zohľadniť celkový zdravotný stav či každodenné aktivity dieťaťa. Okrem kvantity spánku je dôležitá aj jeho kvalita, často prerušovaný spánok nie je kvalitný,“ uzatvárajú odborníci.

Informácie poskytol ÚVZ SR

» ren

Totálny VÝPREDAJ!

-50%

KTO SKÔR PRÍDE, TEN SKÔR BERIE.

Na všetkých našich predajniach a e-shope petcenter.sk prebieha totálny výpredaj vybraných produktov.

Akcia končí vypredaním zásob.



OD PONDELKA

OD PONDELKA 2. 9. DO NEDELE 8. 9.
ALEBO DO VYPREDANIA ZASOB

Lidl
STANOK
DENNE ČERSTVE



31% ZĽAVA

4.49

3.09

• (1 kg = 4,33)

Bravčové párky
750 g

83% PODIEL MASA



35% ZĽAVA

1.69

1.09

Banány
cena za 1 kg

41% ZĽAVA

1.69

0.99

PLATÍ DO 4. 9.

AKTÍVNY KUPÓN

8+4 ZADARMO

0.75**

0.50*

Trvanlivé mlieko
1 l

1,5 % tuku
Mliek s dlhým uchovaním
je 12 mesiacov od dátumu.



33% ZĽAVA

2.69***

1.79

Konzumné zemiaky neskoré
2 kg balenie
varný typ 3 - prílišné prázdne

1 kg iba

0.90



40% ZĽAVA

2.99

1.79

• (100 g = 0,90)

Kešu orechy
300 g



35% ZĽAVA

6.99

4.49

Kuracie stehenné rezne XXL
cena za 1 kg
bez kože a kostí



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnateľného produktu (100% účinnosť do dátumu vypršania použiteľnosti) z SR Slovenskej republiky, t.j. v porovnaní so štandardnou predajnou cenou za 1 kg tovaru.

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

Ponuka tovaru platí od 2. 9. do 8. 9. 2014 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez daňov. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch porovnateľného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

Bezplatný týždenník

PRIEVIDZSKO

EV 6222/24

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

Ročník I, Vydanie 18, týždeň 35/2024.

Redakcia: Matice slovenskej 335/8
(budova B05 Prievidza, zboru SČK poschodí)

PRIEVIDZA
prievidzsko@regionpress.sk

INZERCIA

Simona Pellerová 0905 719 148

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

Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (40.150 domácností)

páry týždeň:
Koš, Liešťany, Rudnianska Lehota, Seč, Prievidza, Handlová, Bojnice, Bystričany, Čereňany, Diviacka Nová Ves, Dolné Vestenice, Horná Ves, Kamenec pod Vtáčnikom, Kocurany, Kostolná Ves, Lehota pod Vtáčnikom, Nitrianske Sučany, Nitrica, Nováky, Opatovce nad Nitrou, Radobica, Oslany, Sútovice, Zemianske Kostolany

nepáry týždeň:
Prievidza, Handlová, Bojnice, Čiget, Chrenovec - Brusno, Jalovec, Kanianka, Kľačno, Lazany, Lipník, Malá Čausa, Malinová, Nedožery - Brezany, Nitrianske Pravno, Nováky, Poluvsie, Poruba, Pravenec, Ráztočno, Sebedražie, Tužina, Veľká Čausa, Kľačno

Yvadavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovú úpravou.

Prošba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade, že viete o mieste, kam naše noviny nechodia, dajte nám, vedieť. Ďakujeme.

Západné Slovensko

BV	97.240	BRATISLAVSKO	východ
BZ	106.540	BRATISLAVSKO	západ
DS	34.320	DUNAJSKOSTREDSKO	
GA	34.390	GALANTSKO-SALANSKO	
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREDSKO	
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO	
LV	30.580	LEVICKO	
MA	29.680	MALACKO	
NR	54.170	NITRIANSKO	
NZ	35.050	NOVOZÁMOCKO	
PK	22.970	PEZINSKO	
PN	41.870	PIEŠTANSKO-NM-MY	
SC	35.420	SENECKO	
SE	36.750	SENIČKO-SKALICKO	
TO	41.930	TOPOLČANSKO-PE-BN	
TN	60.750	TRENČANSKO-DCA-IL	
TT	49.930	TRNAVSKO	
ZM	20.930	ZLATOMORAVSKO	

Stredné Slovensko

BB	56.200	BANSKOBYSTRICKO-BR	
KY	29.300	KYSUCKO-CA-KM	
LI	37.270	LIPTOVSKO-LM-RK	
LC	30.860	LUČENECNO-VK-PT	
MT	38.570	MARTINSKO-TR	
OR	34.980	ORAVSKO-DK-NO-TS	
PB	33.590	POVAŽSKO-PB-PU	
PD	40.150	PRIEVIDZSKO	
ZV	38.400	ZVOLENSKO-DI-KA	
ZH	26.880	ŽIARSKO-ZC-BŠ	
ZA	50.780	ŽILINSKO-BY	

Východné Slovensko

BJ	37.210	BARDEJOVSKO-SK-SP	
GE	30.830	GEMERSKO-RV-RS-RA	
HU	27.190	HUMENSKO-VF-SV-ML	
KE	92.130	KOŠICKO	
KS	24.900	KOŠICKO okolie	
SL	12.940	LUBOVNIANSKO	
MI	31.260	MICHALOVSKO-TV-SO	
PP	41.520	POPRADESKO-KK	
PD	49.940	PREŠOVSKO-SB	
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL	

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

» Kúpim Pioniera, Babetu, Simsona, Stelu. Aj pokaze-né 0915215406

08 STAVBA

» Kúpim Haki lešenie 0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

» Odkúpim veci zo starých domov 0903868361

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

» 58r. Sympatický muž hľadá serióznu ženu z PD, ktorá má rada prírodu a záujem o vážny vzťah. SMS. 0918 572 436

Chcete si podať inzerát?

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

Príklad: RP PD 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 neučítujeme. **Upozomenie! 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 novinách, PD zameňte za skratku novin, ktorú nájdete v tiráži. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELT, s.r.o.

HÖRMANN

GARÁŽOVÉ BRÁNY VCHODOVÉ DVERE POHONY BRÁN

AKCIA -30%*

*na vybrané druhy tovaru

JatIF
spol. s r.o.
PRIEVIDZA

0902 905 555
www.jatif.sk jatif@jatif.sk

ODKUPENIE-NEHNUTELNOSTI.SK

Odkúpime v okrese Prievidza BYT - DOM - POZEMOK

15 rokov skúseností, férové jednanie
Bezpečná platba, bez provízie pre RK
Ochrana súkromia, dedičské konania
Desiatky spokojných klientov

0948 195 172, 0918 446 331

statika a projekty stavieb • odborné stavebné poradenstvo
stavebný dozor • ÚPLNÝ STAVEBNÝ SERVIS - od zámeru cez projekt po realizáciu stavby, úkony s pozemkami ...

Ing. Dušan Homola súdny znalec, autorizovaný stavebný inžinier
znalec v odbore stavebníctvo
odvetvie: odhad hodnoty nehnuteľností
pozemné stavby
poruchy stavieb

Privat: 972 32, Chrenovec-Brusno č. 551
Office: Košovská 11B, Prievidza
mobil: 0905 288 104
e-mail: hdsro2011@gmail.com, www.hdsro.sk

Ing. Ivan Grolmus

AUTOŠKOLA Turbo

0903 514 744

Otvára vodičské kurzy na skupinu osobný automobil a motocykle (AM, A1, A2, A).

12.9.2024 o 16.00 h.

PRIEVIDZA budova OD Rozvoj
NOVÁKY budova galantérie pri stanici
HANDLOVÁ budova Agroprodukt a.s.

ZAČNI TO NA NOVEJ AUDI A3
Príd'sa presvedčiť, že sme najlepší ...

Ivan Grolmus
autoskola-turbo.sk

Z+Z PARKETY
INTERIÉROVÉ DVERE

S kupónom **DARČEK PRE KAŽDEHO** pri nákupe nad 100€.
Tento inzerát slúži ako kupón k darčekom.

Laminátové podlahy
široký výber vodeodolných, laminátových, kompozitných a vinylových podláh a príslušenstva

VELKÁ LETNÁ AKCIA
Interiérové dvere so zárubňou
Kľučka k tomu len za 1 €
(Neplatí pre už akciový tovar!)

Akciové komplety dverí
kľučka len za polovicu!
už od **149 €** (dvere + zárubňa)

DODANIE DVERÍ UŽ DO TÝŽDŇA

Z+Z Home, s.r.o., Mliekarenská ulica 16 (Zapotôčky), PRIEVIDZA
tel.: 046/5432 092, mobil: 0915 79 39 77, www.zpluz.sk

KINEKUS - PRIEVIDZA

Police z našej ulice

Diskret
550x250x25
Dub Sonoma
Cena: 20,99€

Vepo
550x150x18
Dub Sonoma
Cena: 22,99€

Avantgard
550x250x18
Dub Sonoma
Cena: 23,99 €

Štandard
Ponuka rôznych dekorov a rozmerov

*na výber police rôznych dekorov a rozmerov, mimo ponúkaných polic v predajni Kinekus Prievidza sú police na objednávku

Zateká Vám strecha?
Spôhahnite 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**

STRECHAFAER, s.r.o.
Božik Peter
0948 606 860

BOBRIA SILA V AKCII

NAŠA SEPTEMBROVÁ PONUKA

10 kg



Top cena

3,69 10 kg

PILINOVÉ BRIKETY

OBI č. 4062147 (0,37 €/kg)

10 kg



Top cena

5,29 10 kg

UHOĽNÉ BRIKETY „REKORD“

Papierový obal. OBI č. 1646512 (0,53 €/kg)

15 kg



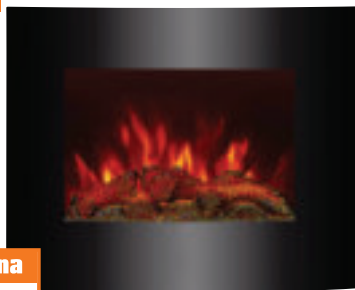
Top cena

5,69 15 kg

DREVENÉ PELETY A1

OBI č. 2412864 (0,38 €/kg)

1,8 kW



Top cena

99,99

**EL FUEGO ELEKTRICKÝ
NÁSTENNÝ KRB AARAU**

Výkon: 900/1800 W (možnosť regulácie). Predná časť zo zahnutej tabule, bezpečnostného skla (čierneho). S diaľkovým ovládaním. S regulátorom jasú. Zdanlivo skutočný efekt pahreby/plameňov. OBI č. 1599083

6,2 kW



Top cena

157,99

KACHLE „HIRI 3.0“

Pre štiepky, drevené alebo hnedouhoľné brikety, napojenie rúry vzadu, priem. 120 mm. Š 36 × 91,5 × h 28,5 cm. 58 kg. OBI č. 4793170

7 kW

Top cena

299,99

**KRBOVÉ KACHLE
MAGNA 3.0**

Pre miestnosti do 140 m³. Účinnosť až 81 %. Obloženie spaľovacej komory z vermikulitu. Veľké okienko s oplachom. Priestranná priehradka na uloženie dreva. Praktická doska na ohrievanie nápojov a jedla, čierna, 127 × 48 × 35,5 cm. OBI č. 2058774



Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

Platí od 30. 8. do 12. 9. 2024 alebo do vypredania zásob.



OBI

DOKÁŽETE ČOKOLVEK

Bylinky v našej kuchyni

Priaznivé účinky bylínok na náš organizmus poznali už naše staré mamy a pri ich správnom používaní dokážeme nimi nielen dochutiť a prevoňať pripravované pokrmy či nápoje ale aj posilniť naše zdravie.

Bylinky môžete využiť pri príprave rozličných pokrmov, ktoré vďaka nim získajú výbornú chuť i vôňu. Hodia sa k mäsu, zelenine ale výborne dochutia tiež rôzne osviežujúce nápoje.

Bazalka – používa sa do omáčok, šalátov i polievok. Ochutí tiež marinády a zálievky. Veľmi dobre sa hodí k paradajkám či baklažánu a pravdaže k cestovinám. Do varených jedál ju pridávajú až tesne pred ich dokončením, aby nestratila svoju vôňu.

Kôpor – sa hodí pri príprave pečených rýb ako aj na dochutenie omáčok či zeleninových šalátov. Tiež sa uplatní pri nakladaní zeleniny. Nemal by prejsť varom a preto ho do varených jedál pridávajú až na záver.

Mäta – pre jej výraznú mentolovú vôňu využijete mäta na ochutenie zeleninových šalátov, dusenej zeleniny, pečeného mäsa,



Ilustračné foto.

zdroj foto StockSnap pixabay

rýb, marinád a zálievok. Svoje miesto nájde aj pri výrobe dezertov, zmrzlín a osviežujúcich nápojov, ktoré nielen dochutí, a prevonia ale aj ozdobí.

Medovka – jej lístky majú citrónovú vôňu a výborne sa hodia najmä do nápojov, či dezertov, ale osviežiť môžu aj chuť rôznych šalátov či omáčok.

Pažitka – vonia podobne ako cibuľa, je však jemnejšia. Ochutí nátierky, šaláty i cestoviny so syrovou omáčkou. Do varených pokrmov ju pridávajú až po ich dokončení.

Rozmarín – aróma rozmarínu je veľmi výrazná a preto to s jeho množstvom príliš nepreháňajte. Táto bylina sa hodí najmä pri príprave pečeného či grilovaného mäsa.

Šalvia – jej lístky sa hodia najmä pri príprave jedál z bravčového mäsa a rýb. Použiť ju môžete aj na ochutenie omáčok či nátierok. Stačí jej malé množstvo, častokrát jeden až dva lístky, ktoré môžete mraziť v nádobkách na výrobu ľadových kociek podobne ako medovku či mäta.

Tymian – využijete ho pri príprave pečeného mäsa, rýb, dusenej zeleniny a omáčok. Nezabúdajte naň ani pri grilovaní mäsa, rýb a zeleniny. Zväčša sa požíva sušený.

Oregano – môžete ním v jedlách nahradiť majorán. Hodí sa do pokrmov z mletého mäsa, pri príprave pizze, zemiakových či zeleninových placiek, ale aj omáčok podávaných k cestovinám.

» ren

Dochutia naše pokrmy Vyrábame domáce bylinkové octy

Pomocou bylinkových octov a olejov vieme dochutiť takmer každé jedlo. Výhodou tých domácich je, že si môžeme bylinky namiešať podľa vlastnej chuti. Nechajte sa inšpirovať.

Prípravu bylinkových octov a olejov hravo zvládnete a nezaberie vám veľa času. Výsledok však bude isto stáť za to. Ak fľaše ozdobíte lykom, motúzikom, stuhou či etiketou, zároveň získate dekoráciu do vašej kuchyne, či originálny darček pre svojich blízkych a priateľov. Takto pripravené oleje a octy sa skvelo hodia na ochutenie šalátov, ale použijú ich môžete aj na varenie.

Aké bylinky použiť?

Ako bezpečná voľba sa javia sušené bylinky. Je pri nich malá pravdepodobnosť, že splesnivujú. Ak sa rozhodnete pre čerstvé bylinky, dôkladne ich pred použitím umyte a poriadne vysušte.

Provensálsky olej

Suroviny: 1 lyžička tymianu, 1 lyžička bazalky, 1 lyžička majoránu, 1 lyžička saturejky, zopár guľôčok korenia štyroch farieb, 300 ml slnečnicového za studena lisovaného oleja

Postup: Čerstvé bylinky opláchnite, osušte, najemno nasekajte, sušené podrťte a všetky potom vložte do skleneného uzatvárateľného pohára alebo fľaše. Až po okraj zalejte olejom a uzavorte. Bylinný olej položte na slnečné miesto, napríklad na okenný parapet a nechajte dva týždne až mesiac lúhovať. Potom ho cez sitko prelejte do čistej



Bylinkové oleje a octy sa skvelo hodia na ochutenie šalátov, ale použitie ich môžete aj na varenie.

zdroj foto silviarita pixabay

sklenej fľaše, pričom bylinky dôkladne vyžmýkajte. Na ozdobu pridajte niekoľko kúskov čerstvého korenia a bylínok.

Pikantný olej s feferónkou

Suroviny: 4 feferónky, 1ČL celého čierneho korenia, 50g bazalky, olivový za studena lisovaný olej

Postup: Feferónky na niekoľkých miestach prepichnete vidličkou a vložte do sklenej nádoby. Pridajte celé čierne korenie a lístky bazalky. Všetko zalejte

až takmer po okraj olejom a nádobu uzavrite. Nechajte lúhovať dva týždne pri izbovej teplote, pričom denne pre-

triasajte. Potom olej cez sitko prelejte do čistej sklenej fľaše.

Rozmarínový ocot

Suroviny: 1L jablčného alebo vinného octu, niekoľko vetvičiek čerstvého rozmarínu, vetvička petržlenovej vňate, 5 guľôčok nového korenia, 2 menšie bobkové listy

Postup: Premyté a osušené bylinky a korenie vložte do sklenej nádoby, zalejte octom a dobre uzavrite. Všetko nechajte lúhovať na slnečnom mieste aspoň dva až štyri týždne, pričom fľašu denne pretriasajte. Potom ocot precedte cez sitko a prelejte do čistej sklenej fľaše. Na ozdobu pridajte niekoľko kúskov čerstvého korenia a bylínok.

Náš tip: Pri výrobe je dôležité, aby boli bylinky v oleji či octe úplne ponorené. Olej alebo ocot by mal siahať vždy zhruba centimeter nad bylinky.

Pozor!

Hotové octy a oleje skladujte vždy na tmavom a chladnom mieste. Ubezpečte sa, že použité bylinky dobre poznáte a nemáte na ne alergiu. Používajte ich s citom, pretože aj v prípade bylínok platí, že všetkého veľa môže škôr uškodiť. Ak si nie ste istí, poraďte sa radšej so svojím lekárom. Tiež dodržte hygienu a správny postup pri príprave a skladovaní domácich výrobkov.



Na prípravu bylinkových octov a olejov sa hodia čerstvé i sušené bylinky.

zdroj foto gate 74 pixabay

» ren

Vyberte správnu školskú tašku

Škola volá a pozornosť by sme mali podľa odborníkov z Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) venovať aj výberu školskej tašky.

Školská taška by mala byť podľa ich odporúčani vyrobená z kvalitných, zdraviu neškodných materiálov. Zároveň má byť čo najľahšia, zaisťovať dieťaťu stabilitu a má kopírovať tvar chrbtice. Popruhy nesmú byť príliš úzke, musia byť nastaviteľné a obopínať obe plecá rovnomerne, aby sa hmotnosť školskej tašky rozdelila rovna. Taktiež majú byť z mäkkého materiálu, aby sa čo najmenej vtlačali do kľúčnej kosti.

Hmotnosť plnej školskej aktovky nemá byť vyššia než 10 percent hmotnosti dieťaťa, teda zhruba:

- Žiaci 1. a 2. ročníka – 2,5 kg
- Žiaci 3. a 4. ročníka – 3,5 kg
- Žiaci 5. a 6. ročníka – 4,5 kg
- Žiaci 7. až 9. ročníka – 5 kg

„Zdôrazňujeme, že ide o odporúčané hodnoty, nie právne záväzné,“ hovoria odborníci a zároveň upozorňujú, že príliš ťažká aktovka preťažuje svalstvo chrbtice a prispieva k stuhnutiu svalov v krčno-hrudnej časti chrbtice. „Dlhodobé preťaženie chrbtice môže spôsobiť trvalejšie ťažkosti, deformácie a aj vznik skoliózy. Ak sa skolióza nelieči včas, môže chrbticu poškodiť tak, že v dospelosti sa už nebude dať napraviť,“ prízvukujú.

ÚVZ SR hovoria, že rodičia by mali dbať, aby taška nebola ťažká a pridávajú nasledovné rady:

- Pravidelne kontrolujte aktovky najmä menším deťom, či v nich nenosia zbytočnosti, ale iba pomôcky, ktoré potrebujú každý deň do školy - zošity, učebnice, peračník a desiatu; hoci sú jednotlivé veci zdanlivo ľahké, keď sa poskladajú dohromady do tašky, vážia aj niekoľko kilogramov. Keď navyše nesie dieťa napríklad veci na telocvik, taška váži ešte viac.

- Skúste nahradiť ťažké veci ľahšími. Príkladom sú tvrdé dosky. Je možné ich vymeniť za ľahšie plastové dosky. Deti tiež nemusia nosiť plnú fľašu s vodou. Stačí prázdna, ktorú si napustia v škole.

- Ak je to možné, skúste sa s vedením školy dohodnúť na úprave spôsobu používania učebníc a školských pomôcok tak, že niektoré z nich by bolo možné nechávať v škole a nenosiť ich každý deň v školskej aktovke.



» ren

zdroj foto dimitrisvetsikas1969 pixabay

Kontrola je dôležitá - Odborníci z

Autoškola Ivan Humaj s.r.o.

otvára nový kurz 11.9.2024
(v stredu) o 16:00 hod.

pre získanie vodičského oprávnenia skupín A1, A2, A, B, C, CE a T

adresa:

Moyzesova 2,
Prievidza

kontakt:

0918 800 125



13-0308

DOVOZ NA ADRESU

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

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%
- chemická injekcia



100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

20-0026

ŽALÚZIE, SIEŤKY
OPRAVY ŽALÚZIÍ

DEŇ A NOC, DVEROVÉ SIEŤKY, PLISSÉ

0905 467 323 • vagstav@gmail.com

19-0003

PLOCHÉ
STRECHY

- izolácie plochých striech
- zateplenia plochých striech
- kaučukové pásy, PVC fólie
- odborné poradenstvo
a cenová ponuka na mieste
ZDARMA

0905 66 22 29

20-0040

inexdecor

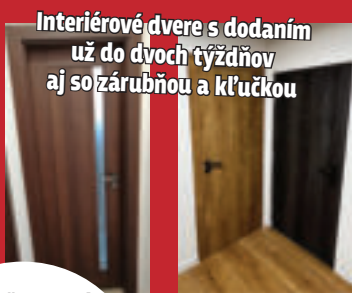
VÝROBA NÁBYTKU NA MIERU

interiér - exteriér - dekorácie

Otvorené:
Po-Pi 9.00-17.00
So 9.00-12.00



PODLAHY



Interiérové dvere s dodaním
už do dvoch týždňov
aj so zárubňou a kľučkou

BEZPEČNOSTNÉ
DVERE s dovozom,
montážou, demontážou
starých dverí,
odvozom
odpadu

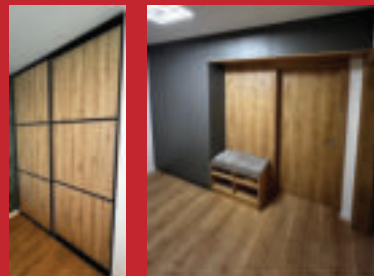
MOŽNOSŤ
NÁKUPU
AJ NA SPLÁTKY

Quatro

INTERIÉROVÉ
A BEZPEČNOSTNÉ
DVERE



VSTAVANÉ
SKRINE



KUCHYNSKÉ
LINKY

PRE BLIŽŠIE INFORMÁCIE VOLAJTE NA
0908 244 019



ROLETY



JAPONSKÉ
STENY



VERTIKÁLNE
ŽALÚZIE



Adresa:
A.Sládkoviča 1, Prievidza
(prvá ulica vľavo od žel. stanice
smerom na Bojnice, za predajňou Elko)

www.inexdecor.sk
e-mail:inexdecor@inexdecor.sk
0908 244 019

13-0308

**OPRAVA
A ÚDRŽBA
ZATEKAJÚCICH
STRIECH,
VÝMENA RÍN**

☎ 0944 091 085

**IZOLÁCIE
PLOCHÝCH
STRIECH**

Obhliadka a cenová ponuka zdarma.

0904 005 299

Nakúpte výhodne vo vybraných E-shopoch

decoreum.sk

SADA KEMPINGOVÉHO NÁBYTKU

-10% 59,00 EUR 53,10 EUR

decoreum.sk

2-KOMOROVÝ BOTNÍK - LOFT

-10% 89,00 EUR 80,10 EUR

Využite kód: **OPLATISA**

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

	5			6			
S			6	4	1	9	
U	1						7
D		3		2			
O	7			9	4		5 3
K	5		6	1	2		
U		4			1		
	6	1					
2							

Predaj mladých nosníc

10-týždňové vysokožnáškové mládky plemeno DOMINANT

6 €/ks Predaj kýmnych zmesí

NOVINKA - DOMINANT GREENSHELL

OBJEDNÁVKY UŽ PRIJÍMAME

Dovoz priamo na adresu

0940 658 399
0905 355 145

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

OBNOVA NÁPISOV a DOSEKÁVANIE DÁTUMOV na POMNÍKOCH

PRIAMO NA CINTORÍNE

čistenie dvojhrobu 100€

0944 229 001

NAJLACNEJŠIA LIKVIDÁCIA

NEBEZPEČNÉHO ODPADU A AZBESTOVÝCH STRIECH

0910 336 600 • 0905 655 414
likvidovatazbest@gmail.com

VÝMENA STREŠNÝCH KRYTÍN, KROVOV, RÍN

Hydroizolácie striech

Tel.: 0917 114 686

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE

FRÉZOVANIE od 15€/bm

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL

ZĽAVA na materiál 40%

OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA

0948 012 507 • www.profikominy.sk

NDF spol. s r.o. Trenčianska Teplá

prijme väčší počet **VODIČOV** na zvoz cukrovej repy

do cukrovaru v Trenčianskej Tepléj v období september 2024 - február 2025 s možnosťou nástupu ihneď a pokračovanie PP.

• platné doklady vodiča - VP sk C+E, lekárska prehládka vodiča, psychotesty, KKV, tachografová karta
• flexibilitu - prax so sklápacím návesom a návesom s posuvnou podlahou je výhodou nie podmienkou

Ponúkame: • finančnú istotu - vyplácanie mzdy vždy načas
• mzdu min. 1600 € - v závislosti od počtu najazdených kilometrov a hospodárnosti • bezplatné ubytovanie
• dochádzkový bonus do výšky 200,- € / mesiac

Kontakt: tel.: 0902 924 400, e-mail: praca@ndf.sk

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

STRECHY - MONTÁŽ - VÝMENA

- PLECHOVÉ
- ŠKRIDLOVÉ
- ŠINDĽOVÉ
- HYDROIZOLÁCIE
- VÝMENA RÍN
- LIKVIDÁCIA AZBESTU

- NÁTERY STRIECH
- PRÍSTAVBY
- OPLOTENIA
- ZÁMKOVÉ DLAŽBY
- FASÁDY
- ÚDRŽBA DOMOV

0948 107 877

EURO-MONT

BRÚSENIE DREVENÝCH PARKIET

Odborne a kvalitne!

Široký výber povrchových úprav lakom alebo olej-voskom
Bezprašná technológia
Predaj a montáž drevených parkiet
Oprava a výmena poškodených parkiet

Kompletná renovácia s 3x lakovaním už od **14,99€/m²**

0917 755 577 | www.brusenieparkiet.com

ADAM KRŤKO

• čistenie kanalizácie,
• lapačov tukov
• kamerovanie
• lokalizácia potrubia

NONSTOP 0948 948 606

KOMINÁRSTVO

• FRÉZOVANIE
• VLOŽKOVANIE
• ODDECHTOVANIE
• STAVBY KOMÍNOV

OBHLIADKY ZDARMA

www.krbyakominy.sk 0904 947 422

climax SUNSCREENS

SHOWROOM PRIEVIDZA OTVORENÉ

AUTORIZOVANÝ PARTNER CLIMAX

ŽALÚZIE CIBULA

PRIEVIDZA Duklianska 2

0915 865 543
www.zaluzie-cibula.sk

Majte tienenie pod kontrolou

ŽALÚZIE • SCREENY • PERGOLY

SAMOZBER MALÍN - SLIVIEK - JABĽK - HRUŠIEK

PREBIEHA

BLIŽŠIE INFO 0902 982 120, 0903 767 190

PREDAJ JABĽK HRUŠIEK A SLIVIEK NA KVAS

0903 426 217,

V OSTRATICIACH PRI PARTIZÁNSKOM

PRED PRÍCHODOM SI OVERTE DOSTUPNOSŤ A POVETERNOSŤNÉ PODMIENKY

www.samozberjablk.sk, www.samozbersliviek.sk

OSTRATICE FRUCTOP



MESTO PRIEVIDZA INFORMUJE

platená inzercia

Blíži sa jesenný zber do VOK

S prichádzajúcou jeseňou sa blíži i termín rozmiestnenia veľkoobjemových kontajnerov pre uloženie objemného odpadu a zberu biologicky rozložiteľného odpadu t.j. konárov, tráv, lístia a iných biologických zvyškov zo záhrad. Konkrétne termíny sú rozdelené podľa volebných obvodov, začne sa volebným obvodom č. 2 - Píly už 23. septembra.

„Vo volebnom obvode č. 4 pri hromadnej bytovej výstavbe bude pristavený veľkoobjemový kontajner na základe požiadaviek bytových spoločností. V ostatných volebných obvodoch budú veľkoobjemové kontajnery pristavené na dobu 1 týždeň v stanovených termínoch a stanoviskách,“ vysvetľuje Ing. Zuzana Iliášová z oddelenia pre komunálne a odpadové hospodárstvo.

Termíny rozmiestnenia veľkoobjemových kontajnerov

sú totožné aj pre zber biologicky rozložiteľného odpadu (konárov, tráv, lístia a iných zvyškov) z určených stanovišť na jeseň tohto roku:

VO 2: 23.09.2024 – 29.09.2024

VO 3: 30.09.2024 – 06.10.2024

VO 1: 07.10.2024 – 13.10.2024

VO 4, VO 5, VO 6, VO 7: 14.10.2024 – 20.10.2024

Záhradkárske osady: 21.10.2024 – 27.10.2024

Základné a materské školy: 28.10.2024 – 29.10.2024

Viac informácií k jesennému zberu jednotlivých typov odpadov a k rozmiestneniu stanovišť nájdete na stránke mesta Prievidza v časti obyvateľ/zber odpadu.

Mesto Prievidza vyhlasuje obchodnú verejnú súťaž

Predaj bývalej budovy Harmónie na Košovskej ceste s príslušnými pozemkami

Prebytočný majetok mesta Prievidza nehnuteľností v k. ú. Prievidza, a to:

- budova so súpisným číslom 10058, druh stavby: iná budova, postavená na parcele registra CKN č. 1323, zastavaná plocha a nádvorie o výmere 390 m², zapísané na liste vlastníctva č. 1
- budova so súpisným číslom 10059, druh stavby: iná budova, postavená na parcele registra CKN č. 1324, zastavaná plocha a nádvorie o výmere 262 m², zapísané na liste vlastníctva č. 1
- pozemok parcela registra CKN č. 1323, zastavaná plocha a nádvorie o výmere 390 m², zapísaný na liste vlastníctva č. 1
- pozemok parcela registra CKN č. 1324, zastavaná plocha a nádvorie o výmere 262 m², zapísaný na liste vlastníctva č. 1
- pozemok parcela registra CKN č. 1327/2, ostatná plocha o výmere 143 m², zapísaný na liste vlastníctva č. 1,
- pozemok parcela registra CKN č. 1327/3, zastavaná plocha a nádvorie o výmere 232 m², zapísaný na liste vlastníctva č. 1, v spoluvlastníckom podiele 1/1.

Účel využitia: v zmysle územného plánu

Dátum ukončenia OVS: 30.09.2024

Kúpna cena: minimálne vo výške 308 832,83 € stano-

vená v zmysle ZP č. 74/2023, vyhotoveného Ing. Adolfom Daubnerom.

Obhliadka nehnuteľností po dohode na tel. č.: 046/5179518

Viac informácií na:

www.prievidza.sk – samospráva – predaj a prenájom majetku



Prelomový objav slovenskej naturopatickej chemičky v boji proti kŕčovým žilám

Bylinné tablety prof. Milánskej odstraňujú **KŔČOVÉ ŽILY**, **METLIČKOVÉ ŽILKY** a opuchy nôh za 7 dní.

Prof. Alžbeta Milánska, chemička

„Som chemička, takže mám skvelý myseľ. Ako mladé dievča ma však zaujímali bylinky a na čo všetko sa dajú využiť. Vyrastala som blízko hraníc s Ukrajinou. Moja stará mama bola v okolí známa bylinkárka a všetko ma naučila. Potom som išla na vysokú školu a študovala som chémiu. Keď som začala s výskumom, môj záujem o bylinnú medicínu upadol na vedľajšiu koľaj. Dlhé roky vedeckej práce som si myslela, že akademické poznatky a konvenčná medicína sú vo všetkom nadradené ľudovej múdrosti.

Teraz už viem, že to tak nie je vždy a nie pri všetkých chorobách!

Týka sa to napríklad kŕčových žíl. Prvé kŕčové žily a metličky na nohách som si všimla po tehotenstve. Nijak zvlášť ma to nezaujímalo. Popri starostlivosti o novonarodené dieťa som sa venovala doktorandskému štúdiu. Občas som zaspala nad písacím stolom alebo nad posteľou s dcérkou, bola som taká vyčerpaná. V takejto situácii sa človek netrápi tým, že sa mu niečo stalo s nohami.

Dlhé roky môjho života v behu ma nezaujímalo, že začal pribúdať počet kŕčových žíl. Až do jedného letného dňa, keď som stála na autobusovej zastávke oblečená v šatách. Vedľa mňa stálo mladé dievča a pozeralo sa mi na nohy. Na jej tvári bola grimasa znechutenia.

Až potom som sa bližšie pozrela na svoje nohy. Boli modré s kŕčovými žilami! Problém so vzhľadom nôh sa ale ukázal ako najmenej dôležitý. S každým ďalším rokom ma nohy boľia viac a viac, puchli a robili sa vredy.

Ako vedecký pracovník som sa rozhodla preveriť, čo ponúka moderná medicína ľuďom trpiacim kŕčovými žilami. Ako sa ukázalo... nič moc!

Nie je ani známe, odkiaľ pochádzajú. A prečo sú na ne niektorí ľudia predisponovaní a iní nie. Používala som veľa prípravkov – tablety, gély, mastičky... Nič nepomáhalo. Potom sa stalo nešťastie... Nešťastnou náhodou som si udrela nohu o posteľ a praskla mi jedna z kŕčových žíl! Manžel mi dal na nohu škrtidlo a odviezol ma na pohotovosť.

Tam som sa dopočula, že musím ísť na operáciu. Moje kŕčové žily boli už také vyvinuté, že som mala trombotické ochorenie. Tiež som sa dopočula, že keby nebolo správne aplikované škrtidlo, možno by som to krvácanie neprežila.

„Ľudová medicína porazila konvenčnú medicínu!“
– povedalo vyše 5000 žien, ktoré už vyskúšali účinky prípravku prof. Milánskej.

Málokto hovorí o takých vážnych následkoch kŕčových žíl, však?

Bola som objednaná na operáciu. Nedalo mi neprečítať si, ako tento zákrok vyzerá a aké môžu byť komplikácie. Vyzerá to hroziivo, bola by som na dlhé týždne vyradená zo života a... kŕčové žily by asi aj tak narastli. Pretože ak sa objavili, znamená to, že mám k nim sklony, krvný obeh nemám v norme a operácia nepomôže! Pomôže len na chvíľu.

Koncom roka 2021 som sa zmierila s tým, že v prípade môjho stavu mala klasická medicína na výber len zákrok, ktorého som sa veľmi bála. Potom som si spomenula, že súbežne so štúdiom som absolvovala veľa kurzov bylinkárstva a naturopatie. Ako som už spomínala, zaujímalo ma to už za mlada. Hlavne vďaka mojej babke, ktorá bola bylinkárka.

Spomenula som si aj na to, že moja stará mama používala na výrobu „modrých cestovín“ istú bylinkovú zmes. V mojom okolí sa takto vtipne hovorilo o kŕčových žilách, ktoré v skutočnosti pripomínajú cestoviny, len sú modré.

Chodilo k nej veľa žien a ako malé dieťa, počúvajúc ich rozhovory, som dlhé roky žila v presvedčení, že moja stará mama predáva cestoviny! Až po rokoch som zistila, o čo vlastne ide.

Babička už nežije, mama si našťastie tento recept zapamätala. Od nej som sa dozvedela, že babička dávala ženám piť bylinky, z ktorých pripravovali horúci nálev, ktorý zvnútra posilňoval steny žíl.

TIETO BYLINKY POMÁHALI NA:

- + kŕčové žily
- + pavúčie žily
- + vredy a opuchy nôh



Ženy tento nálev pili pred spaním, regenerácia potom nastala rýchlejšie a efektívnejšie.

Na bylinkový nálev na kŕčové žily bolo potrebných 14 bylín. Zbierané v konkrétnom ročnom období a dni. Babičkina bylinková zmes bola pripravená v správnom pomere.

Nazbierala som tieto bylinky. Pomáhali mi ženy z dediny. Bylinky na „modré cestoviny“ poznali všetci dokonale.

Tento horúci nálev som hneď vyskúšala. Tak ako ma to naučila moja stará mama, pila som ho pred spaním. Už po 2 dňoch som si všimla, že ma prestali boľieť nohy. Zmizol aj opuch. V nasledujúcich dňoch sa udiali veci, ktoré som aj ja, vedec, človek, musela nazvať zázrakom! Kŕčové žily, aj tie najväčšie a najhrubšie, sa vstrebávali každým dňom! Pila som horúci nálev 29 dní.

Moje kŕčové žily jednoducho zmizli! A každá jedna žilka či prasknutá cieva tiež. Bola som šťastná, ale môj druhý záver ma šokoval ešte viac:

Ľudová medicína porazila konvenčnú medicínu!

Lekár, ktorý mal operáciu vykonať, zostal v šoku. Myslel si, že potajomky som operovala žily u niekoho iného. Nevedel však pochopiť, prečo nemám jazvy. Urobil dopplerovský test. Ukázalo sa, že obeh v nohách je teraz normálny. Potom sa na mňa pozrel ako na čarodajnicu!



„Akoby nové nohy“

„Kŕčové žily sú v mojej rodine vlastne normou. Má to moja mama, má to moja staršia sestra, ja som to mala pred tridsiatkou. Mama bola operovaná pred rokmi. Dala si do toho veľa úsilia a o pár rokov neskôr vyzerali jej nohy ešte horšie ako pred operáciou! Keď som si tento prípravok objednala, mama a sestra neverili, že pomôže, veď na kŕčové žily sme už všetky tri vyskúšali asi všetko. Keď som im po mesiaci ukázala nohy, na pár minút onemeli! Ani jedna kŕčová žila!“
Beáta F. (38 r.), Trnava



„Operácia nebola potrebná“

„Už som čakala na operáciu, lebo nič iné mi nepomáhalo a nohy som mala tmavomodré s kŕčovými žilami, opúchali a boleli. Nemohla som už chodiť ani na dlhé prechádzky. Tento prípravok mi priniesla moja dcéra. Sľúbila som jej, že to vyskúšam, aj keď som veľmi neverila, že to pomôže. Už o pár dní ma nohy boleli menej, opuch takmer zmizol a potom to veľmi rýchlo prešlo. Celá kúra trvala asi 3 týždne. Všetky kŕčové žily sa vstrebali.“
Silvia L. (57 r.), Košice



„Ďakujem, profesorka!“

„Od mladosti som bojovala s kŕčovými žilami. S prípravkom profesorky som sa stretla ešte keď bol ešte vo forme bylínok, z ktorých ste si museli urobiť vlastný nálev. Dalo to trochu práce a nebolo to veľmi chutné, ale podarilo sa! Každé ráno po prebudení som sa pozerala na svoje nohy a neverila som, že kŕčových žíl je stále menej a menej. Profesorka Milánska bude čoskoro známa po celom svete!“
Renáta O. (66 r.), Bratislava

Horúci nálev som odniesla do laboratória na univerzite, kde pracujem. Spolu s asi desiatkou kolegov z môjho oddelenia (všetci sa o tieto bylinky zaujímali. Potrebovali ich buď pre seba, alebo pre niektoré ženy v ich blízkosti. To je taký častý problém!) sme ich začali distribuovať v bylinkárňach.

Mnoho žien uviedlo, že pre svoju špecifickú chuť nemohli piť horúce nálevy. Od detstva som poznala vôňu a chuť rôznych bylinných zmesí, no pochopila som, že pre iných to môže byť problém. Navyše, bylinky museli byť varené špecifickým spôsobom, aby si zachovali svoje plné vlastnosti. Oslovila som malú farmaceutickú firmu, ktorá vyrába rôzne bylinné prípravky a spoločne sme vyvinuli prípravok na kŕčové žily vo forme tabliet.

To výrazne uľahčilo použitie kúry všetkým ženám! Nie je potrebné nič variť. Stačí vám na to ľahko prehľadná tableta s rovnakým účinkom ako horúce nálevy mojej babičky.

Objav prof. Milánskej vstupuje na trh

Bylinný prípravok prof. Milánskej (zmes 14 bylín vo forme tabliet) je momentálne dostupný len telefonicky. Vďaka špeciálnej refundácii môže 10 ľudí získať jeden balíček ZADARMO! Počet bezplatných balíčkov je obmedzený – rozhoduje poradie volajúcich.

Prvých 10 ľudí, ktorí zavolajú do 06.09.2024, má nárok na špeciálnu 100% zľavu. Následne dostanete jedno balenie bylinného prípravku, ktorý za 30 dní odstráni problém s kŕčovými žilami a opuchmi nôh ZADARMO!

ZBAVTE SA KŔČOVÝCH ŽÍL!

Bylinná kúra prof. Milánskej (vo forme tabliet) je dostupná iba telefonicky.



02/33 221 327

Pondelok-piatok od 8:00-20:00 a v sobotu a v nedeľu od 9:00-18:00
(Bežný miestny hovor bez ďalších poplatkov)

PRÍRODNÝ PRODUKT

ZAVOLAJTE BEZPLATNÉ BALENIA čakajú!

BYLINKY z ekologických oblastí!

PROBLÉMY S NOHAMI, ktoré maximálne do 30 dní REDUKUJE bylinná kúra:



- ✓ kŕčové žily
- ✓ pavúčie žily
- ✓ bolesť a opuch
- ✓ ulcerácia
- ✓ problémy s krvným obehom

Ako funguje prírodná kúra?



Už od prvého použitia znižuje bolesť a opuch.



Postupne odblokuje žily a zregeneruje obehový systém.



Maximálne do 30 dní navracia žily do pôvodného stavu, odstraňuje kŕčové žily.

Oplatí sa!

**TOP
PONUKY
TÝŽDŇA**

Tankujte
kvalitu bez kompromisov



ORLEN express
Šetrí váš čas a peniaze

TandO
**PRENÁJOM
LEŠENIA**

**ZĽAVA
-10%**

Lešenie 78 m²

90€ / týždeň
250€ / mesiac

Lešenie 119 m²

110€ / týždeň
300€ / mesiac

Lešenie 126 m²

120€ / týždeň
320€ / mesiac

Lešenie 144 m²

130€ / týždeň
240€ / mesiac

**PONUKA
NA MIERU**
dohodou



TandO RENT

KONTAKT

+421 917 274 806
www.tandorent.com

Kolagén, ktorý si podmaňuje zdravie aj krásu naraz!

V posledných rokoch sa o kolagéne hovorí stále častejšie. Celosvetové štúdie preukázali, že správne užívanie kolagénu pomáha pri súvislosti so starnutím a pohybovými problémami.

Kolagén je bielkovina, ktorú tvorí skladba 19 aminokyselín prospešných pre ľudský metabolizmus a jeho správne fungovanie. Tieto bielkoviny sú dôležitým stavebným prvkom.

Ľudské telo si už od útleho veku dokáže kolagén vytvárať samo a však pribúdaním veku je tvorba tejto bielkoviny v našom tele stále slabšia a slabšia. Bolo preukázané, že už pri dosiahnutí 18 roka života je vo väčšine prípadov tvorba vlastného kolagénu takmer nulová. Každý metabolizmus si dokáže robiť zásoby kolagénu, ktoré sa však vstrebávajú u každého jedinca rôzne a podľa toho sa odvíja zásoba kolagénu a s tým spojené vyživovanie pohybového aparátu a pokožky. V dnešnej dobe existujú formy kolagénu, ktoré si vieme načerpať užívaním rôznych výživových doplnkov s obsahom kolagénu.

Rybí a hovädzí kolagén sú veľmi dôležitým stavebným prvkom v oblasti zdravej kĺbovej výživy, podpory správneho fungovania pohybového aparátu, zdravej pokožky, krásnych vlasov a silných nechto.

Hovädzí kolagén tvoria 2 typy kolagénu a to I a II, tieto kolagény sú neoddeliteľnou súčasťou v raste, obnove a rekonvalescencii kostí, šliach, väzov a kože. Pri dennom

**AKCIA
2+1 ZADARMO**

**HOVÄDZÍ
KOLAGÉN FORTE
45,90
EUR
/1 KS**

**KOLAGÉN
FORTE 2 V 1
38,90
EUR
/1 KS**

(Akcia platí iba pri nákupe dvoch rovnakých druhov kolagénu.)

užívaní predpísaných dávok dostáva naše telo skrz hovädzí kolagén veľké množstvo aminokyselín potrebných na regeneráciu tkanív. Hovädzí kolagén je pomocníkom pri bolestiach kĺbov, po úrazoch, problémoch s pohybovým aparátom, bolestiach a pri reumatických ťažkostiach.

Rybí kolagén tvorí kolagén typu I, tento druh kolagénu obsahuje podobné množstvo aminokyselín ako hovädzí kolagén a však v menšom množstve. Zdrojom hydrolyzácie kolagénu z rýb sú šupiny a koža. Tento typ kolagénu je bohatý na aminokyselinu „hydroxyprolín“, ktorá je

základným prvkom pokožky, ciev a tkanív. Rybí kolagén má blahodárne účinky v boji proti vráskam, zvyšuje pružnosť a elasticitu pokožky a podporuje antioxidantáciu organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známok starnutia.

Medika Expert priniesla na trh formu kolagénu, v ktorých sú obsiahnuté zložky v navýšených denných dávkach. Denná dávka kolagénu forte 2 v 1 obsahuje až 6 800 mg kolagénu s pridaným vitamínom C. Denná dávka hovädzieho kolagénu forte obsahuje až 8 000 mg kolagénu s pridaným MSM Opti+.

text: Medika Expert

**MEDIKA
EXPERT**

Môžete teraz
objednať na:

www.medikaexpert.sk
alebo na tel.:

0904 552 345

Volajte v pracovné dni:
od Pondelka do Piatka,
od 10:00 do 16:00 hod.

Alebo kúpiť
aj v predajni:



SLNIEČKO ZDRAVÁ VÝŽIVA
Coboriho 1, Nitra - OC Polygon

Oplatí sa!

**TOP
PONUKY
TÝŽDŇA**

GS
EUROTHERM
MOVIT

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

**-10%
ZĽAVA**



**Toto hovoria naši zákazníci.
Neni k tomu čo dodať**

**Služby
Špičkovej
Kvality**

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

Helena Soťáková

Trustpilot

Zavolajte zadarmo

0800 162 162 • www.stannah.sk

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



Ponuka sa nekumuluje s inými zľavami a kampaňami. Platí do 13/9/2024

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**

NORD | Nórska kvalita za najlepšie ceny

Zabezpečujeme kompletný proces na úspešné získanie dotácie

ZÁRUKA 10 ROKOV (výmena kus za kus na mieste, nečakáte na reklamáciu, teplo máte hneď)

NÓRSKY PRODUKT

UMELÁ INTELIGENCIA (teplné čerpadlo myslí za Vás a šetrí značné množstvo elektrickej energie. Je to jediná taká technológia na svete)

**ŠPIČKOVÝ KOMPRESOR
PANASONIC**

**POSKYTUJEME KVALITNÚ
MONTÁŽ A SERVIS**

**ÚZASNÝ
VÝKON ZA
FANTASTICKÚ
CENU**

tel. č.: 0951 909 909

e-mail: obchod@nord-ai.eu

Akčná cena NORD – od 4800+ (7kw)

Pri montáži tepelného čerpadla od nás, máte u nás zľavu na fotovoltaiku 200 eur na kw

MONITTER

**ZIMNÉ ZÁHRADY
PERGOLY • ZASKLENIE**

NAKUPUJTE OD VÝROBCU!

Drevo

HLINÍK VO FARBE K MONTÁŽI

**ANTRACIT
7016
HNEDÁ
8003
HNEDÁ
8017
BIELA
9016**

Hliník

LETŮ 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.MONITTER.SK • 0919 383 881

OBJEDNAVKY@MONITTER.SK

**MÁTE
VLHKÝ DOM?**

- podpilovanie muriva
- chemická injektáž

ZĽAVY 20%

STOP
vlhkým múrom

0918 671 541