

# ZVOLENSKO DETVIANSKO-KRUPINSKO

Najčítanejšie regionálne noviny Týždenne do 38 400 domácností a firiem



Čítajte nás:

www.cujte.sk

**Predám 3 izbový tehlový byt**

☎ 0940 056 066

**Predáme štiepané palivové drevo**  
s dovozom

☎ 0940 870 613 ☎ 0944 304 589

**POŽIČOVŇA / NA PRENÁJOM:**  
DODÁVKY-OSOBAKY-VOZÍKY-SKLADY

☎ 0908 888 988 / ZVOLEN, J. JESENSKÉHO 89

Salón krásy  
M. R. Štefánika 68  
Detva

**Jesenné akcie !!**

- ♦ Ku všetkým špeciálnym ošetreniam pleti získate úpravu a farbenie obočia zadarmo!
- ♦ K manikúre masáž rúk a parafínový zábal rúk ako darček!

0904269 949

**Palivové drevo**

Dátum dodania podľa Vášho výberu

**DOPRAVA V OKOLÍ ZADARMO**

59 EUR/PRMS

0907 222 616

**STAVEBNÉ A MONTÁŽNE PRÁCE**

**Rekonštrukcie domov a bytov**

0919 175 335 www.profidemont.sk

**MAJSTER NA ZAVOLANIE**

kúrenie, radiátory, voda, sanita, elektroinštalácia, žalúzie, nábytok, dvere, podlahy, maľovky, strechy

**0949 561 565**

**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 predaj 26. 9. 2024.**  
Každý týždeň vo štvrtok, piatok a v sobotu, v čase od 7:00 - 17:00 hod.

**Objednávky:**  
**0907 483 483**

**NEODTEKÁ !!!**

**KRTKOVANIE - MONITORING KANALIZÁCIE**  
**LIKVIDÁCIA AZBESTU!!!**

www.profidemont.sk 0919 175 335

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

☎ 0902 796 885

**ZBER STARÝCH VOZIDIEL**  
a trvalé vyradenie z evidencie  
možnosť odvozu.

**ALUEX** Po-Pia: 0944 530 853  
7,00 - 15,30 045/533 36 44

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

**VÝPREDAJ**

**NEXEN** 185/60 R14 82T WINGUARD SNOW G3  
NEXEN TIRE

**42,90 €**

V PNEUSERVISOCH **MIKONA**  
www.mikona.sk

**ČISTENIE HROBOV**  
HROB 90€ 80€ 2HROB 140€ 120€  
OBNOVA PÍSM: 1,5€ 1,3€/ZNAK  
DISKAVANIE PÍSM-DÁTUM 100€, TEXT 10€/ZNAK  
DO DUŠIČEK STÍHAME!  
CENY PLATNÉ DO 30.9.!!  
ING. MIROSLAV GREISIGER  
0940 653 651, 0919 205 521  
WWW.CISTENIEHROBU.SK

**FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE**

FRÉZOVANIE od 15€/bm

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

SLOVENSKY CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL  
ZLAVA na materiál 40%

PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV  
ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV  
OBHLIADKA KOMÍNOV  
**ZDARMA**

0948 012 507 • www.profikominy.sk

**KURZ SBS**  
LEN U NÁS ONLINE aj PREZENČNE

**Cez Úrad práce pre všetkých ZDARMA**

Kontakt:  
kurzysbs@sbabsk.sk  
0911 514 328

**Bezplatný týždenník**

**ZVOLENSKO  
DETVANSKO-KRUPINSKO**

EV 6201/24

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

Ročník I, Vydanie 21, týždeň 38/2024.

Redakcia: Hronská 1  
**ZVOLEN**  
zvolenko@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, Hirňová, Korytárky, Kriváň,  
Stožok, Víglaš, Krupina, Bzovík, Dudince,  
Hontianske Nemce, Sebechleby, Babiná,  
Budča, Dobrá Niva, Hronská Breznica,  
Kováčová, Lieskovec, Očová, Pliešovce,  
Podzámčok, Sása, Sielnica, Sliach, Zvolen-  
ská Slatina, Kováčová, Očová, Zvolenská  
Slatina



Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovou úpravou.

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade, 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-ŠALIANSKO
HC	30330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16450	KOMÁRŇANSKO
LV	30580	LEVICKO
MA	29680	MALACKO
NR	54170	NITRIANSKO
NZ	35050	NOVOZÁMČOKO
PK	22970	PEZINSKO
PN	41870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35420	SENECKO
SE	36750	SENIČKO-SKALICKO
TO	41930	TOPOĽČIANSKO-PE-BN
TN	60750	TRENČIANSKO-DCA-IL
TT	49930	TRNAVSKO
ZM	20930	ZLATOVSKO

**Stredné Slovensko**

BB	56200	BANSKOBYSTRICKO-BR
KY	29300	KYSUCKO-CA-KM
LI	37270	LIPTOVSKO-LM-RK
LC	30860	LUČEŇECKO-VK-PT
MT	38570	MARTINSKO-TR
OR	34980	ORAVSKO-DK-NO-TS
PB	33590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40150	PRIEVIDSKO
ZV	38400	ZVOLENSKO-DT-KA
ZH	26880	ZIARSKO-ZC-BS
ZA	50780	ŽILINSKO-BY

**Východné Slovensko**

BJ	37210	BARDEJOVSKO-SK-SP
GE	30830	GEMERSKO-RV-RS-RA
HU	27190	HUMENSKO-VT-SV-ML
KE	92130	KOŠICKO
KS	24900	KOŠICKO okolie
SL	12940	LUBOVNIANSKO
MI	31260	MICHALOVSKO-TV-SO
PP	41520	POPRADESKO-KK
PO	49940	PREŠOVSKO-SB
SN	32540	SPIŠSKO-LE-GL

**Naučme sa umeniu vnímavosti**

V poslednom čase sa často na rôznych fórach stretávam s pojmom mindfulness. Dozvedám sa, že ide o dôležitú schopnosť, ktorú by sme mali ovládať. Uľaviť by nám mala od úzkosti, ale aj pomôcť zlepšovať medziludské vzťahy, ľahšie zvládať stres či konflikty a naučiť nás žiť tu a teraz. O čo teda vlastne ide?

Mindfulness by sme mohli preložiť ako všímavosť či všímavý stav mysle. V praxi to znamená, že by sme mali zámerne venovať našu pozornosť tomu, čo sa práve s nami či okolo nás deje, a to bez akýchkoľvek predsudkov či očakávaní. Mali by sme sa pokúsiť byť naplno súčasťou daného okamihu, vnímať naše aktuálne telesné vnemy, myšlienky a pocity bez toho, aby sme ich nejakým spôsobom posudzovali, hodnotili či analyzovali.

Aby sa nám to podarilo, je potrebné trochu spomaliť, nadýchnuť sa, pokojne sa okolo seba rozohliadnuť a všimáť si všetky zvuky, vône, farby a tvary, ktoré možno inokedy prehliadame, pretože myslíme na čosi iné a nesledujeme to, čo je práve v našom bezprostrednom okolí. Našou snahou by malo byť naučiť sa vnímať svet okolo nás a vlastné emócie práve tu a teraz.

Čítala som kdesi, že tejto schopnosti sa dá naučiť. Dá sa dokonca aj trénovať a posilňovať tak, ako keď sa učíme napríklad hrať na hudobný nástroj alebo sa venujeme nejakému športu či inej aktivite. Dostupné je množstvo literatúry a jestvujú tiež kurzy, ktoré nás naučia potrebné techniky.

Za seba môžem povedať, že som si pri písaní týchto riadkov uvedomila, že mindfulness či všímavosť predsa len praktizujem. Každý deň, keď ideme podvečer s manželom a našou sučkou na dlhšiu vychádzku, sa aspoň na krátky čas oprostíme od každodenných povinností, zabudneme na všetky starosti či trápenia, nič neriešime, len sa kocháme, vnímame atmosféru daného miesta, občas postojíme a užívame si prítomný okamih, pozorujeme okolie, budovy, stromy, kvety, hmyz, niekedy dýhu, inokedy blesky či hviezdnu oblohu. Domov sa potom vraciame plní príjemných pocitov. Tak ako? Vyskúšate aj vy?

» Renáta Kopáčová, redaktorka



**27. septembra 1825** Výročia a udalosti  
George Stephenson riadil svoju parnú Locomotion na trase dlhej 38 kilometrov medzi mestami Stockton a Darlington



**Firma Ovona spol. s r.o.**

ponúka na predaj

**BROJLEROVÉ KURČATÁ**

**Predaj sa uskutoční v týchto termínoch:**

**19. - 21. 9. 2024**

**vek kurčiat 5 týždňov**

**cena 2,50€/kg**



**Čas predaja v uvedených termínoch od 7.00 - 17.00 hod.**

**Miesto predaja: farma Pijavice Krupina**

**Kontakt:**

**0907 483 483**

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

**Dobré Okno**  
Zvolen, s.r.o.

**EUROCOLOR**

**JESENNÉ AKCIE**

**REHAU**

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](http://www.dobre-okno.sk)

**VONKAJŠIA TIENIACA TECHNIKA**

- vonkajšie žalúzie
- vonkajšie rolety
- screenové rolety
- markízy

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

**Autorizované organizácie zodpovednosti výrobcov E-cycling s. r. o. a SLOVMAS, a. s. týmto informujú:**

**e-cycling slovmas**

- Do skupiny vyhradených výrobkov patria elektrozariadenia, batérie a akumulátory, obaly, neobalové výrobky, vozidlá a pneumatiky.
- Na vyhradené výrobky sa vzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov, t. z., že výrobca takéhoto výrobku je povinný plniť súbor povinností pre vyhradený výrobok uvedený na trh SR. Tým je zabezpečené, že o vyhradený výrobok, resp. vyhradený prúd odpadu bude postarané vo všetkých fázach jeho životného cyklu.
- Financovanie triedeného zberu vyhradeného prúdu odpadu, vrátane triedeného zberu zložiek komunálneho odpadu patriacich do vyhradeného prúdu, znižujú výrobcovia v rámci systému rozšírenej zodpovednosti výrobcov. V prípade nedôsledného triedenia oddelene zbieraných zložiek komunálneho odpadu, na ktoré sa vzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov, náklady na triedený zber vyhradeného prúdu odpadu znáša obec.
- Každý môže predchádzať vzniku odpadu už pri rozhodovaní o kúpe nového výrobku. Pre ochranu životného prostredia je dôležité, aby sme kupovali výrobky, ktoré majú čo najmenej obalov, pokiaľ možno z rozložitelných materiálov, aby sme kupovali elektrozariadenia s najvyššou energetickou triedou, pretože šetríme prírodné zdroje potrebné na výrobu elektrickej energie. V prípade batérií a akumulátorov sa snažme o používanie batérií s dlhou životnosťou alebo využívame nabíjateľné akumulátory.
- Zakazuje sa do voľnej prírody ukladať akýkoľvek odpad. Batérie a akumulátory, elektrozariadenia a odpadové pneumatiky sa nesmú vyhazovať do komunálneho odpadu.
- Konečný používateľ môže odovzdať elektrozariadenia, batérie a akumulátory na miestach spätného zberu a odpadové pneumatiky u distribútorov pneumatík. Nakladanie s odpadom z obalov a neobalových výrobkov je určené vo všeobecne záväznom nariadení obce.

Viac informácií nájdete na webových sídlach [www.e-cycling.sk](http://www.e-cycling.sk) a [www.slovmas.sk](http://www.slovmas.sk).



**20**  
ROKOV NA  
SLOVENSKU

**OD PONDELKA**

OD PONDELKA 23. 9. DO NEDELE 29. 9.  
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

**VYROBENÉ  
NA**

**SLOVENSKU**

**50%  
ZĽAVA**

~~1.19~~  
**0.59**

Tatranské mlieko  
1 l  
1,5 % tuku



**53%  
ZĽAVA**

~~5.99~~  
**2.79**

Konzumné  
zemiaky neskoré  
5 kg balenie  
prané  
varný typ B - prílohové

1 kg iba  
**0.56**



**ZĽAVA AŽ -33%  
NA PRODUKTY**



**33%  
ZĽAVA**

~~4.79~~  
**3.19**

Spišské párky  
500 g



**33%  
ZĽAVA**

~~1.19~~  
**0.79**

Červené jablká  
cena za 1 kg



nová  
úroda

**44%  
ZĽAVA**

~~7.49~~  
**4.19**

Hubert de Luxe  
0,75 l  
biely/rozé



**35%  
ZĽAVA**

~~6.99~~  
**4.49**

Bravčové karé  
cena za 1 kg  
bez kostí  
v celku



**KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY  
MÁME PRE VÁS UŽ 20 ROKOV!**



\*Odpísaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

\*\*Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania cien dňa 4. 9. 2024.

Pomika tovaru platí od 23. 9. do 29. 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)



DOKÁŽETE ČOKOLVEK S

**OBI**

# BOBRIA SILA V AKCII

NAŠA **SEPTEMBROVÁ** PONUKAOd 25 m<sup>2</sup>\***8,99**  
m<sup>2</sup>**DLAŽBA „SGR56“**Rozmery: 60 × 60 cm, mrazuvzdorná a rektifikovaná.  
protišmykovosť R10. Obsah balenia 1,8 m<sup>2</sup>. OBI č. 2425148Od 25 m<sup>2</sup>\*\***5,99**  
m<sup>2</sup>**LAMINÁTOVÁ PODLAHA  
„CLASSIC“ DUB WOODWORK**Rozmer dielca 1292 × 193 × 7 mm. Obsah balenia: 2,493 m<sup>2</sup>.  
Vhodné na pokládku na podlahové vykurovanie. OBI č. 2382919

Od 4 ks\*\*\*

**49,99**  
ks**INTERIÉROVÉ DVERE „METRIX 2/3“<sup>1</sup>**Prevedenie: 60, 70, 80 a 90 cm, rám z MDF dosky,  
stabilizačná výplň voštiny, lakované, dub bielený.  
OBI č. 1006881 a i.\* Cena pri kúpe 1 bal.: 10,79 €/m<sup>2</sup>. Najnižšia cena v období 30 dní pred znížením ceny tovaru: 10,79 €/m<sup>2</sup>. Cena pri kúpe od 25 m<sup>2</sup>: 8,99 €/m<sup>2</sup>.\*\* Cena pri kúpe 1 bal.: 8,99 €/m<sup>2</sup>. Najnižšia cena v období 30 dní pred znížením ceny tovaru: 8,99 €/m<sup>2</sup>. Cena pri kúpe od 25 m<sup>2</sup>: 5,99 €/m<sup>2</sup>.

\*\*\* Cena pri kúpe 1 ks: 64,99 €/ks. Najnižšia cena v období 30 dní pred znížením ceny tovaru: 59,99 €/ks. Cena pri kúpe 4 a viac kusov pri akejkoľvek kombinácii veľkostí a otváratosti krídla: 49,99 €/ks. Cena bez kovania a zárubne.

<sup>1</sup> Cena bez kovania a zárubne. Platí od 1. 9. do 30. 9. 2024 alebo do vypredania zásob. Platí len pre predajne: OBI Banská Bystrica, OBI Nitra, OBI Prešov, OBI Trnava, OBI Zvolen a OBI Žilina.

obi.sk

32-0056

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

S			4	8			
U	5	3		9		2	7
D					5		4
O							
K		4			3		
U	2		9			6	3
	5			2	7		
	3				8	2	
				9	6	4	

S		7		2			
U		4	1				
D	8		9	1		7	
O		1					8
K							3
U		3		6	9		
							9
	8			7	6	4	
	6		4				

**Realizujeme  
STROJOVÉ POTERY  
A OMIETKY**

☎ 0948 300 988 ☎

53-0069

**Ošetrovanie  
a rez stromov**

Arboristika

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

☎ 0904 842 323 🌐 www.citytrees.sk

81-0023

**KOVO VÝROBA SCHODOV**  
interiérové // exteriérové

**PLOTY A BRÁNY** samonosné // dvojkridlové

**PRÍSTREŠKY A PREKRYTIE TERÁS**

**ZÁBRADLIE** interiérové // exteriérové

**TEL.: 0910 171 103**

43-0092

**Frézovanie a vložkovanie  
KOMÍNOV**

frézovanie  
od 15€/m

- Frézovanie 1 m - 15 €  
- Certifikovaný žiaruvzdorný materiál  
- Akcia 10m komín vyfrézovanie,  
vyvložkovanie komplet 900€  
- Obhliadka zdarma, dohoda istá

**Zľava  
na materiál  
40%**

☎ 0911 322 495, ☎ 0907 362 202, frezovanievložkovanie@gmail.com

24-0036

**TESÁRSKE - POKRÝVAČSKÉ  
KLAMPIARSKÉ PRÁCE**

**strechy - altánky - šalovanie schodov  
rekonštrukcie a opravy**

☎ 0904 820 681

81-0021

**ŽALÚZIE**  
Radovan Matúš

**ZASKLIEVANIE BALKÓNOV**

roletky deň a noc  
vertikálne žalúzie aj sušiaci  
sieťky proti hmyzu  
zhrňacie lamelové dvere  
servis balkónových roliet

**www.balkony.net** ☎ 0905 767 777

71-0013

## Ako postupovať pri vysúšaní domu alebo bytu?

# Odborníci radia čo robiť v prípade povodní

Extrémne horúčavy vystriedal v uplynulých dňoch pretrvávajúci dážď a v mnohých oblastiach Slovenska spôsobil povodne. Odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) priniesli informácie o tom, aké opatrenia treba po záplavách vykonať a ako postupovať pri vysúšaní domu alebo bytu.

**Radia: „Nezabúdajte, že pri vzniku povodne je potrebné“:**

- celý čas sa riadiť pokynmi povodňových orgánov, polície a záchranárov.
- Rešpektovať oficiálne informácie o vývoji situácie.
- Konať s rozvahou a zbytočne neriskovať.
- Varovať ostatných ohrozených, pomáhať starým, bezvládnym a deťom bez dozoru.
- Chrániť predovšetkým zdravie a až potom majetok.

**Základné odporúčania pre občanov:**

- Pohybujte sa zásadne mimo zatopenej oblasti a nikdy nevstupujte do prúdiacej vody.
- Vyhýbajte sa elektrickému vedeniu a zapnutým elektrickým spotrebičom.
- Všimnite si možný únik plynu. Nepoužívajte otvorené oheň a nefajčite.

Sviette len baterkou.

- Dôsledne dbajte na hygienu, najmä na starostlivé a časté umývanie rúk pred jedným a pitím, pred a po použití WC.
- Na pitie používajte len zdravotne bezpečnú a spoľahlivo overenú vodu.
- Nikdy nekonzumujte potraviny, ktoré prišli do styku s povodňovou vodou, kalom a bahnom.
- Pri sanácii a likvidácii povodňových škôd dbajte na odporúčané pokyny orgánov verejného zdravotníctva.
- Počas likvidačných prác treba používať ochranné prostriedky – najmä gumené rukavice, gumený plášť, pevnú nepremokavú obuv.
- Okamžite treba ošetriť, predovšetkým vydezinfikovať každé zranenie a odreniny, pri rozsiahlejšom zranení vyhľadať lekára.

Vďaka spolupráci ÚVZ SR a Slovenského hydrometeorologického ústavu nájdete kompletné odporúčania aj priamo na stránke SHMÚ pri meteorologických a hydrologických výstrahách a podrobné informácie k ochrane zdravia nájdete uverejnené na webe ÚVZ SR.

**Základné zásady vysušania domu alebo bytu:**

- Zasiahnuté územie a objekty čo naj-

skôr odvodnite.

- Odstráňte všetko bahno a nečistoty z povrchov mechanickým očistením a dôkladným umytím vodou.
- Podlahy, steny, nábytok, zasiahnuté zariadenie a povrchy vydezinfikujte dezinfekčným prostriedkom, ktorý je určený na tento účel, pričom vždy postupujte podľa návodu na použitie.
- Skôr, než začnete s dezinfekciou, zoznámte sa dôkladne so spôsobom riedenia použitého dezinfekčného prostriedku a možnosťami jeho použitia.
- Po vykonanej dezinfekcii predmety, plochy a podlahy umyte čistou vodou.
- Dezinfikované zariadenia a predmety prichádzajúce do styku s potravinami nezabudnite opláchnuť pitnou vodou, rovnako napríklad aj hračky (zaplavené drevené náčinie, cumlíky a dojčenecké fľaše však radšej vyhodte).
- Urobte v miestnostiach prievan otvorením okien a dverí.
- Ak je to možné, použite ventilátory a teplovzdušné zdroje.
- Buďte však opatrní pri používaní benzínových teplovzdušných agregátov vo vnútri domu alebo bytu – môžete sa priotraviť sploďinami (oxid uhoľnatý)!
- Odstráňte akýkoľvek zvlhnutý interiérový materiál – tapety a všetko, čo samo odpadáva (napr. omietky na stenách).



Ilustračné foto.

zdroj foto [Peggyhoucair pixabay](#)

- Znečistenú bielizeň namočte do dezinfekčného prostriedku určeného na daný účel, pričom vždy postupujte podľa návodu na použitie. Bielizeň po dezinfikovaní vyperte obvyklým spôsobom s použitím pracieho prášku.
- Cennejšie šatstvo, ktoré nie je vhodné dezinfikovať, vysušte, vykefujte a nechajte vyčistiť v profesionálnej čistiarňi.

Zdroj informácií ÚVZ SR.

» [ren](#)

## Oplatisa.sk

## NAJLEPŠIE PONUKY



113,00€

Gucci Guilty  
Parfumovaná voda 50 ml

Demro.sk



40,99€

Zastrihávač Philips OneBlade  
na tvár QP2724/20

4home.sk



979,00€

Kávovar JURA E6 Piano  
Black (EC)

Domkavy.sk



29,99€

Vákuovačka Silvercrest®  
Kitchen Tools SV 125 C6 KAT

Lidl.sk



14,90€

Musetti zrnková káva  
Gentile - 500g

Domkavy.sk



365,00€

Umývačka Whirlpool  
WIC 3C26F

ZlavneneSpotrebice.sk



47,00€

Koberec DECOREUM 2698  
PRINT EMMA 140x200

Decoreum.sk



29,99€

Ultrazvukový čistiaci prístroj  
Silvercrest® SUR 48 D5

Lidl.sk

# CO SKORO ROZDÁME

## ZDARMA až 30 kusov

Najnovšej generácie trojmagnetických pásov **KNEE REGENERATION** proti bolestiam kolien a všetkým iným bolestiam s nimi spojených!

Akcia začína budúci týždeň, takže stále máte čas prihlásiť sa do zoznamu záujemcov na telefónnom čísle:

 **02/33 456 009**

**AK** ste sa narodili pred rokom 1973 a:

**ste unavený** z dlhodobých bolestí kolien, nôh a chrbta, ktorých sa chcete definitívne zbaviť,

**trpíte** artritídou, reumatizmom, chronickou degeneráciou a opuchmi kolien,

**sťažujete sa** na problémy s pohybom a vykonávaním najjednoduchších činností,

**trápi** Vás pocit šúchania, pichania a vŕzgania kolien

**alebo trpíte inými neduhmi...**

...získajte svoj trojmagnetický pás na **KNEE REGENERATION** proti bolesti kolena a súvisiacej bolesti, ktorý bojuje proti všetkým zápalom a prospieva zdraviu pri degenerácii, artritíde a reumatizme.

Na sklade čaká na odoslanie 30 kusov najnovšieho modelu trojmagnetického pásu **KNEE REGENERATION**! Každému, kto zavolá do 27.09.2024, ich rozdáme **ÚPLNE ZADARMO** – na zásade „kto prv príde, ten prv meľie“. Termín narodenia je potrebné potvrdiť ústne telefonicky.

Nechirurgická, beztabletová kúra trojmagnetickým pasom trvalo odstraňuje bolesti kolien všetkého druhu,

čo je dokázané a podložené desiatkami štúdií a odborných názorov. Na zmiernenie bolesti ho stačí nasadiť na koleno a nosiť minimálne 60-90 minút denne. 4 sektory naplnené špičkovými biomagnetmi hlbokého bunkového vplyvu s celkovou silou až 2000 gaussov stimulujú receptory v kĺboch a obnovujú prirodzenú hustotu synoviálnej tekutiny. Prirodzené magnetické a infračervené pole generované pásom pôsobí na boľavý medzikĺbový priestor, odstraňuje zápal a nenávratne a natrvalo uľavuje od bolesti.

Tento jednoznačne obľúbenec a best-seller vyrába líder v odvetví rehabilitácie a liekov proti bolesti s celosvetovým dosahom. Za pár sekúnd ho pripevníte aj na veľmi boľavé a opuchnuté koleno. Vďaka odolným a pohodlným materiálom najvyššej kvality Vám bude slúžiť roky.

**Prečo ROZDÁVAME Trojmagnetické Pásky Proti Bolesti KNEE REGENERATION?**

nie sme charita. Z dôvodu nehody a nedbanlivosti prepravnej spoločnosti máme celú paletu pásov **KNEE REGENERATION** v poškodenom obale. Ich obsah je zdravotne nezávadný a neporušený, no napriek tomu podľa predpisov výroby v poškodenom obale nie sú vhodné na predaj. Preto bolo rozhodnuté darovať tieto vysokokvalitné trojmagnetické regeneračné pásky na kolena – **ÚPLNE ZADARMO** v náhradnom balení.

**Táto ponuka je garantovaná len do: 27.09.2024**

**ROZHODUJE PORADIE PRIHLÁŠOK.** Odporúčame Vám, aby ste sa poponáhľali a zavolali na číslo:

 **02/33 456 009**

hneď teraz, aby ste to stihli skôr, než sa minú zásoby **ZADARMO**.  
**! POZOR: limit je 1 kus na domácnosť.**

# Ovocie vhodné na konzervovanie, sušenie i mrazenie

## Slivky sú chutné a plné vitamínov

Slivky sú chutné ovocie obsahujúce množstvo zdraviu prospešných živín. Dozrievajú postupne podľa odrody od júla až do októbra a dokážeme ich veľmi dobre spracovať. Dajú sa konzervovať, sušiť aj mraziť, a tak môžu byť súčasťou nášho jedálnička po celý rok.

### Pestovanie

Slivka patrí medzi ovocné stromy, ktoré sa na Slovensku pestujú bežne a nie sú príliš náročné na teplo. Treba mať však na pamäti, že vyžadujú úrodné, teplé a mierne vlhké pôdy. Aj u sliviek platí, že ak sa chystáte vysadiť rastlinu pestovanú v kontajneri, môžete tak urobiť počas celej 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 - od marca do konca apríla, alebo na jeseň - od septembra do novembra, alebo do prvých mrazov. Nemali by sme zabudnúť osadiť pri stromoch aj oporné koly. Keďže slivky často trpia na najrôznejšie choroby, je dobré voliť rezistentné odrody. Vybrať si však zo širokého sortimentu tú správnu nebýva ľahké, poraďte sa preto radšej s odborníkom.

### Účinky na zdravie

„Slivky obsahujú pre zdravie dôležité vitamíny, ako napríklad vitamín C a vitamíny skupiny B. Z minerálov obsahujú napríklad draslík, horčík či fosfor. Obsahujú aj vlákninu, ktorá prispieva k udržaniu správnej činnosti čriev a pomáha pôsobiť preventívne proti zápche. Slivky navyše taktiež obsahujú sorbitol, ktorý má laxatívne účinky, čím slivky taktiež pomáhajú pri zápche,“ popisuje na sociálnej sieti Regionálneho úradu verejného zdravotníctva MUDr. Šranková z Poradne zdravia a dodáva, že slivky taktiež obsahujú i rôzne fytochemikálie, ako napríklad antokyány. „Antokyány sú pigmenty, ktoré sú koncentrované najmä v šupke sliviek a zabezpečujú jej tmavé sfarbenie. Antokyány majú antioxidantné vlastnosti,“ objasňuje odborníčka. Slivky obsahujú

taktiež pigmenty patriace ku karotenoidom, ako napríklad  $\beta$ -karotén, nazývaný aj provitamín vitamínu A, ktorý slúži na výrobu vitamínu A.

### Použitie

Slivky by sme mali skladovať v chladničke. Konzumovať ich môžeme samostatne, alebo využiť pri príprave rozličných koláčov. Sú však veľmi vhodné aj na konzervovanie či výrobu lekvárov, džemov a dokonca i pečených čajov. Rovnako ich môžeme aj sušiť a mraziť.

### Sušenie sliviek

Na sušenie vyberáme úplne vyzreté a zdravé plody, pričom celý proces sušenia môže v závislosti od veľkosti plodov trvať 6 až 15 hodín.

Slivky pred sušením umyjeme pod tečúcou vodou, následne ich narežeme nožom a vyberieme z nich kôstky. Sušiť ich môžeme v elektrickej rúre tak, že plech vystelieme papierom na pečenie a rovnomerne naň poukladáme pripravené slivky. Jednotlivé kusy by sa



Slivky sú chutné a plné vitamínov.

zdroj foto s-ms\_1989 pixabay

šime na 60 °C. Treba myslieť na to, že slivky budú počas sušenia púšťať šťavu, ktorá sa bude odparovať. Dvierka na rúre by preto mali byť pootvorené.



Slivky sú vhodné na výrobu domácich džemov a lekvárov.

zdroj foto RitaE pixabay

nemali navzájom dotýkať, preto ich ukladáme s medzerou aspoň 3 cm.

Rúru nastavíme na teplotu 50 °C. Po prvých 6 hodinách teplotu sušenia zvý-

skáme na 60 °C. Treba myslieť na to, že slivky budú počas sušenia púšťať šťavu, ktorá sa bude odparovať. Dvierka na rúre by preto mali byť pootvorené.

To, že sú slivky správne usušené zistíme tak, že stmavnú, zmrštia sa a zmenšia svoju veľkosť až na štvrtinu tej pôvodnej, sú pružné a nevyteká z nich šťava.

### Mrazenie sliviek

Na mrazenie sú vhodné úplne vyzreté plody. Slivky pred mrazením umyjeme pod tečúcou vodou, následne rozdělíme na polovice, vykôstkujeme, vložíme ich do nádobiek a dáme zamraziť. V nádobách by sme mali nechať aspoň 2cm vzduchovej medzery.

Pri dodržaní správneho postupu prípravy, by nám mali slivky v mrazničke vydržať 2 až 4 mesiace pri teplote mínus 12°C, 10 až 12 mesiacov pri teplote mínus 18°C.

### Slivkový koláč s posýpkou

**Suroviny:** 125 g maslo, 250 g hladká múka, 1 ks vajce, 80 g kryštálový cukor, 1 vanilínový cukor, 1 ČL prášok do pečiva, slivky

**na posýpku:** 50g maslo, 50g krupica, 40g kryštálový cukor

**Postup:** Do misky preosejeme múku a prášok do pečiva, pridáme maslo izbovej teploty, vajce, cukor a vypracujeme hladké cesto.

Hotové cesto preložíme na pomúčenú dosku, vyvalkáme na veľkosť okrúhlej formy a následne preložíme do formy tak, že ho popritláčame aj na okraje a popicháme vidličkou.

Slivky očistíme, rozdělíme na polovice, odkôstkujeme a poukladáme na cesto.

V miske zmiešame maslo, krupicu a kryštálový cukor. Vznikne nám sypká zmes, ktorou posypeme vrch koláča. Takto pripravený koláč dáme piecť do vyhriatej rúry na 180 stupňov na približne 40 minút.

### Pečený slivkový čaj

**Suroviny:** 2kg slivky, 200g cukor, 1 hrnček voda, 1ks badián, škoricca a klinčeky podľa chuti

**Postup:** Slivky umyjeme, vykôstkujeme, nakrájame na menšie kúsky a pokladíme na plech, kde ich posypeme cukrom. Na vrch rozložíme na menšie kúsky polámanú škoricu, celé klinčeky a badián. Následne do plechu prilejeme hrnček vody a dáme piecť zakryté na 220 stupňov na 45 minút. Ešte horúce plníme do pohárov, ktoré ihneď po zatvorení otáčame hore dnom.

Príprava čaju: Do šálky dáme 1 lyžicu pečeného čaju, zalejeme horúcou vodou a necháme lúhovať.

### Slivky pečené v sušenej šunke

**Suroviny:** 15 až 20 sušených sliviek, 7 až 10 plátkov sušenej šunky, špáradlá

**Postup:** Sušené slivky zalejeme horúcou vodou a necháme v nej namočené približne 15 minút. Zatiaľ si sušenú šunku rozkrojíme pozdĺžne, každý plátek na dva pásiky. Každú slivku omotáme jedným pásikom sušenej šunky a prepichnete špáradlom. Slivkové závitky pokladíme na plech vystlaný papierom na pečenie a pečieme v rúre vyhriatej na 180 stupňov približne 15 minút.



Slivkové koláče sú veľmi obľúbené.

zdroj foto NoName\_13 pixabay



## Pri Útulni J. Maka pribudla suchá toaleta

Útulňu Jozefa Maka v Malých Karpatoch navštevujú stovky turistov. „Rastúci záujem o pobyt v prírode však prináša aj negatíva,“ informoval Trnavský samosprávny kraj (TTSK) s tým, že preto v lokalite Mihalinová v rámci dobrovoľníckej brigády osadili suchú toaletu a brigádnici zároveň upratali interiér útulne a skrášlili celé jej okolie.

Útulňa Jozefa Maka je ukázkou spolupráce verejného a občianskeho sektora. Výsledkom ďalšej fázy spoločného úsilia viacerých subjektov bola brigáda, ktorá sa v lokalite Mihalinová uskutočnila v septembri 2024. Stretli sa na nej zástupcovia TTSK, Krajskej organizácie cestovného ruchu (KOCR) Trnavský kraj, Lesov SR, Chránenej krajiny oblasti Malé Karpaty, Klubu slovenských turistov aj viaceru dobrovoľníkov, aby vyčistili okolie útulne od odpadkov a postavili suchú toaletu. Drevo a ďalší materiál na stavbu suchej toalety a šikovného rezbára zaobstaralo občianske združenie Hikemates. „Ak chceme, aby bol cestovný ruch udržateľný, musíme byť ústretoví k návštevníkom a zároveň zamedziť negatívnym dopadom na životné prostredie, ktoré sú s ich pobytom v rôznych lokalitách spojené. Aj preto sme sa rozhodli zorganizovať brigádu, počas ktorej sme spoločne skrášlili okolie Útulne Jozefa Maka, o ktorú je zo strany turistov veľký záujem. Aby bol pobyt uprostred bukového lesa aj naďalej príjemný, je nutné túto turistickú infraštruktúru neustále zlepšovať a starať sa o

ňu,“ povedal trnavský župan Jozef Viskupič po brigáde. „Okrem osadenia novej toalety sme spoločne upratali široké okolie, ale aj interiér útulne. Uvedomujeme si totiž, že zanedbané prostredie priťahuje ľudí, ktorí ho ďalej ničia a práve tomu sa touto aktivitou snažíme predchádzať,“ dodal vicežupan Rastislav Mráz, ktorý bol jedným z iniciátorov brigády. Na udržiavani Útulne Jozefa Maka spolupracuje KOCR Trnavský kraj s Klubom slovenských turistov aj s miestnymi lesníkmi. Stavba je neustále pod dohľadom, ale práve letný nápor návštevníkov a jej rastúca obľuba boli podnetom na zvolanie brigády.

Svojou ohľaduplnosťou môže priložiť ruku k dielu každý návštevník. Stačí sa riadiť jednoduchými pravidlami – odnieť všetko, čo do útulne prinesieme, vyčistiť použitú piecku, doplniť spotrebované drevo, vzájomne sa rešpektovať a tolerovať.

Útulňa Jozefa Maka bola verejnosti sprístupnená v júni 2023 a slúži tiež diaľkovým turistom prechádzajúcim cez Malé Karpaty po Ceste hrdinov SNP.



» ren

zdroj foto KOCR Trnavský kraj

INZERCA  
ZVOLENSKO

0907 727 201

NAJVÝHODNEJŠIA  
DOSTUPNÁ  
PÔŽIČKA  
0905 555 863

05-0053-1

ADAM KRŤKO s.r.o.

• čistenie  
kanalizácie,  
• lapačov tukov  
• kamerovanie  
lokalizácia  
potrubia

NONSTOP 0948 948 606

8-0015



Vodič na domiešavači/mix  
Vodič/strojník betón pumpa

Platové podmienky:

Mzda od 1600 eur/brutto

+ koncoročné odmeny

Presné platové podmienky sa dohodnú na pohovore

Prax:

min. 3r. ako šofér na domiešavači,  
strojník betón-pumpa

Nástup: Ihneď - pracovná zmluva

VP: C + KKV

V prípade záujmu prosím kontaktovať:

Ing. Tomáš Melich

e-mail: melich@betondetva.sk

mob.: +421 905 464 502

www.betondetva.sk

77-018

**CHROPYNSKA**

### Junior elektro projektant

Platové podmienky: od 1300 - do 1600 Eur/Brutto

### Robotik Simulant Junior

Platové podmienky: od 1400 - do 1700 Eur/Brutto

### Junior konštruktér strojných zariadení

Platové podmienky: od 1300 - do 1600 Eur/Brutto

### Obrábač kovov:

Sústružník univerzálny: Platové podmienky: od 1200 - do 1500 Eur/Brutto

CNC Frézar: Platové podmienky: od 1250 - do 1600 Eur/Brutto

Horizontkár NC: Platové podmienky: od 1250 - do 1600 Eur/Brutto

Ďalej ponúkame:

- pracovný pomer v perspektívnej medzinárodnej spoločnosti, ktorá je súčasťou Chropynska Group, a.s.
- možnosť osobného rozvoja a ďalšieho odborného rastu
- ročné príspevky zo sociálneho fondu ako napr. na rekreáciu a regeneráciu 165 €, kultúrne podujatia, šport a športové aktivity 135€, na detskú rekreáciu 110 €/ dieťa, pri prvej svadbe 250€, pri narodení dieťaťa 110€ atď.
- príspevok zamestnávateľa do III. piliera DDS
- obedy a večere 1,00€ / porcia

S potešením Vám oznamujeme, že Slavia Production Systems od 1. apríla 2024 pôsobí pod novým názvom Chropynska Slovakia a. s.

Viac informácií na [www.chropynska.sk](http://www.chropynska.sk) a tel: 045/520 32 06, 0911 126 536

V prípade záujmu zašlite svoj profesijný životopis na adresu firmy: Dúbravy, Areál PPS 48, 962 12 Detva alebo na e-mail: [personalne@chropynska.sk](mailto:personalne@chropynska.sk)

77-006

**ROST**  
s.r.o.

Firma ROST, s.r.o.  
Považská Bystrica

— HĽADÁ —  
**VODIČOV NÁKLADNEJ  
KAMIÓNOVEJ DOPRAVY**

- Preprava sypkých materiálov vyklápacími návesmi do krajín AT, IT, DE, FR, CZ,...
- Ťahače zn. VOLVO FH, r.v. 2019-2024
- Viac informácií telefonicky na č. 0918 706 706



75-089

**SŤAHOVANIE**

profí  
**SUVKA**  
Zvolen

Dispečing SK - 0950 333 222  
[www.stahovanie-profi.sk](http://www.stahovanie-profi.sk)

76-006

**HOSPIC  
Ľubietová**

Zariadenie pre seniorov

hľadá záujemcov na pozície:

♦ OPATROVATEĽ/KA ♦ KUCHÁR/KA ♦ ÚDRŽBÁR ♦

s nástupom ihneď, resp. dohodou, možnosť ubytovania zdarma

Nástupný plat: od 950 do 1300 € brutto + mesačné odmeny

kontakt: **0905 289 163**

71-006

**DOM  
KAVY**

DOMKAVY.SK  
TRNAVA

**KAVOVA5** ZĽAVOVÝ KÓD - 5% ZĽAVA NA NÁKUP ZO STRÁNKY [WWW.DOMKAVY.SK](http://WWW.DOMKAVY.SK)

## Optimalizácia siete stredných škôl

Na výzvu ministerstva školstva zrealizovalo všetkých osem samosprávnych krajov, ktoré predstavili svoj plán optimalizácie stredných škôl. Spolu predložili 67 optimalizačných projektov, 8 opatrení, ktoré boli zrealizované už k 1. septembru 2024 a ďalších 14 potenciálnych optimalizačných riešení.

Sieť stredných škôl čaká najväčšia zmena za posledných tridsať rokov. Tento proces podporujú legislatívne úpravy, ktoré sú súčasťou balíka „nežnej revolúcie vo vzdelávaní“, informoval rezort školstva a uviedol tiež, že stredné školstvo sa v súčasnosti nachádza v neúnosnom stave s umelo udržiavanými, predimenzovanými a neefektívnymi kapacitami. Trpí zotrvačnosťou a jeho štruktúra nezodpovedá demografickému vývoju, ani súčasným požiadavkám na trhu práce. Až o 34 percent ponúkajúcich odborov nie je zo strany študentov stredných škôl záujem.

Ministerstvo školstva preto v júni predstavilo plán optimalizácie siete stredných škôl a v spolupráci so samosprávnymi krajinami, zamestnávateľmi a ďalšími rezortmi pripravilo súbor opatrení na ozdravenie. „Výsledkom optimalizácie budú stredné školy s kvalitným manažmentom, ktoré sa stanú silnejšími partnermi pre firmy aj vysoké školy a lepšie pripravujú žiakov na univerzity alebo trh práce. Týmto sa vytvorí základ pre moderné školy, ktoré budú reagovať na nové výzvy a ponúkať možnosti rozvoja v oblas-

ti neformálneho a celoživotného vzdelávania,“ priblížil rezort školstva, ktorý vyzval štátnych aj neštátnych zriaďovateľov stredných škôl, aby svoje projekty optimalizácie siete predložili do konca augusta. Práve koncepčné zámery, ktoré pripravili samosprávne kraje, sú najdôležitejšou časťou pripravovanej zmeny v strednom školstve. „Bez nich by všetky zámery zostali iba na papieri. Chcem sa preto poďakovať predstaviteľom samosprávnych krajov aj neštátnym zriaďovateľom za spoluprácu. Verím, že ju dotiahneme do úspešného konca,“ povedal minister Tomáš Drucker. V októbri odborníci posúdia predložené projekty a vypracujú odporúčania, ktoré prerokujú s príslušnými zriaďovateľmi. Spätnú väzbu poskytnú Aliancia sektorových rád, Klub dekanov fakúlt vysokých škôl SR, zamestnávateľa, dotknuté ministerstvá a Úrad splnomocnenca pre rómske komunity. V marci 2025 zriaďovateľia predložia konečné žiadosti o zmenu v sieti, aby mohla optimalizácia platiť od školského roka 2025/2026.

Optimalizácia siete stredných škôl je súčasťou balíka školských zákonov, ktoré minister Drucker nazval „nežnou revolúciou vo vzdelávaní“. V rámci predložených zákonov sú aj opatrenia, ktoré majú uľahčiť spájanie stredných škôl a umožniť lepšie nastavovať výkony v sieti. Zmeny sa týkajú aj lepšej ochrany zamestnancov a zabezpečenia ich plynulého prechodu pod nový subjekt a tiež ďalších opatrení.

» ren

## Spomienka

Stíchlo srdce tvoje, stíchol tvoj hlas,  
odišiel si v tichu a rozlúčiť sa nebol čas.  
Ťažko je nám bez teba, smutno je nám všetkým,  
a už nič nie je také, ako bolo predtým.

Dňa 4. apríla 2024 sme si pripomenuli 3. výročie,  
čo nás vo veku 66 rokov navždy opustil  
môj milovaný manžel, otec,  
syn, brat, švagor a príbuzný



**pplk. v.v. Jozef Omasta z Kováčovej**

Dňa 9. októbra 2024 nedožitý 70. narodeniny.  
S láskou a úctou spomína smútiaca rodina.

## KAMENÁRSTVO

### WellStav s.r.o. DETVA

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

**STAČÍ IBA ZAVOLAŤ  
A MY PRÍDEME  
AŽ K VÁM**

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

**Ľubomír Adamec**

tel.: 0903 162 933

www.wellstav.sk



## Snežienky, krókusy, tulipány, narcisy, bledule, modrice či hyacinty

# Na záhony vysádzame cibuloviny

Ak sa chcete na jar tešiť z pohľadu na prvých poslov jari, treba sa už teraz pustiť do práce. Rozkvitnuté prvé jarné kvietky sa vám za to odvdčia svojou krásou. Vybrať si môžete snežienky, krókusy, tulipány, narcisy, bledule, modrice či hyacinty.

Cibuloviny rozdeľujeme podľa termínu výsadby na jarné a jesenné. Medzi jarné cibuloviny môžeme zaradiť napríklad gladioly, kaly, pivoňky či begónie. Medzi jesenné cibuloviny patria snežienky, krókusy, tulipány, narcisy, bledule, modrice či hyacinty.



Je čas na výsadbu cibulovín.

zdroj foto Caprizauto pixabay

### Ako si vybrať cibuloviny

V obchodoch je už v tomto období pestrá ponuka cibulovín. Tie balené sú zvyčajne o čosi drahšie, máte však väčšiu záruku, že ide o cibulky rovnakej odrody. Ak uprednostníte voľne predávané cibuloviny, treba si skontrolovať ich kvalitu. Zamerajte sa najmä na to, aby neboli poškodené, naklíčené, prípadne pokryté plesňou. Zdravá cibulka by mala byť pevná, nie mäkká a scvrknutá.

### Ako sadiť cibuloviny

- Cibuloviny zväčša obľubujú dobre priepustnú pôdu s dostatočným množstvom živín.

- Pred výsadbou najskôr pôdu dôkladne prekyprite a odstráňte z nej burinu.

- Ak je pôda príliš ťažká, pridajte na zlepšenie jej štruktúry jemný štrk alebo hrubší piesok.

- Cibulky treba sadiť do hĺbky, ktorá by mala predstavovať dvojnásobok výšky cibulky. Ak cibulka meria napríklad tri centimetre, zasadíte ju musíte do hĺbky šesť centimetrov.

- Vzdialenosť medzi jednotlivými cibulkami by mal byť približne trojnásobok veľkosti cibulky.

- Nezabudnite, že cibulky sa sadia špičkou hore. Po výsadbe zasypte ci-



Cibuloviny sa vám už na jar odvdčia svojou krásou.

zdroj foto Anders\_Mejlvang pixabay

bulky zeminou, utlačte a polejte.

### Náš tip:

Cibuloviny vyniknú, ak ich budete sadiť do skupiniek, pričom jednotlivé druhy môžete aj kombinovať.

bulky a zatlačte ich do pôdy. Odhalené miesto po výsadbe opäť prikryte vyrezaným kusom a dobre pritlačte.

### Náš tip:

Na výsadbu cibulovín si zvolte vlhké počasie.

### Cibuloviny ukážu aj v trávniku

Narcisy, tulipány, modrice či krókusy sa budú na jar veľmi pekne vynímať aj vo vašom trávniku. Stačí nožom vyrezať potrebný kus trávniku aj s pôdou. Odkrytú pôdu prekyprite, vysaďte ci-

### Pestovanie cibulovín

Cibulovinám prospeje každoročné jarné prihnojenie kompostom. Po odkvitnutí nechajte listy rastlín zosušiť a odkvitnuté kvety zostrihajte.

» ren

# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA

## SIMON-Fleisch

**BRAVČOVÁ  
A HOVÄDZIA  
PORÁŽKA  
V NEMECKU**

**14€ - 20€**

OBSLUHA UMÝVACEJ

LINKY

**od 13€**

PODLA KVALIFIKÁCIE  
Brutto na hodinu

20 dní platenej dovolenky  
preplácané sviatky

Nemecká pracovná zmluva  
Nemecké sociálne poistenie

Vybavíme všetko

potrebne pre prácu

Možnosť turnusov

Ubytovanie zabezpečené

Stabilná celoročná práca

[www.simon-fleisch.de](http://www.simon-fleisch.de) | [job@simon-fleisch.de](mailto:job@simon-fleisch.de)

+421 944 995 400

## KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje i celé  
polovničné zbierky.

Kúpim veci  
z 1. a 2. sv. vojny,  
vzduchovky.

Výkup mincí  
do roku 1945

Celá SR

0904 474 597

[vykupparoziaeu@gmail.com](mailto:vykupparoziaeu@gmail.com)

## Hľadáme skladníkov na VZV v ČR

- vychystávanie tovaru podľa objednávok  
- kontrola vychystaného tovaru  
- platné oprávnenie na VZV  
- spoľahlivosť a zodpovednosť

## Mzda od 28 000 Kč

5 500 Kč, výkonnostný bonus+príplatky  
• stravenkový paušál 90 Kč/smena  
(plne hradená zamestnávateľom)  
• 25 dní dovolenky  
• týždenné zálohy  
• platené nadvčasy, vikendy, sviatky  
• ubytovanie a doprava zabezpečené  
a plne hradené

Kontakt: +420 604 515 863  
[info@empres.sk](mailto:info@empres.sk)

## 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 Sotáková

Trustpilot

Zavolajte zadarmo

**0800 162 162** • [www.stannah.sk](http://www.stannah.sk)

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



Ponuka sa nekumuluje s inými zľavami a kampaniami. Platí do 4/10/2024

## POKRÝVAČ- TESÁR



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

ZA NAŠU PRÁCU  
RUČÍME!

Kontakt: Janek - 0919 495 628

# čujte.sk

Čítajte nás

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

## Oplatísa.sk

ZAČNITE PREDÁVAŤ  
ONLINE!



## Nakúpte výhodne vo vybraných E-shopoch

Využite kód:

**OPLATISA**

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

### decoreum

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



SADA KEMPINGOVÉHO  
NÁBYTKU

**-10%**

### decoreum

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



SKLADACIA  
ZOSTAVA 4+1 STÔL  
+STOLIČKY

**-10%**

### decoreum

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



2-KOMOROVÝ BOTNÍK - LOFT

**-10%**

# 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](http://gszasklenie.sk)  
0800 333 223



ZAMERANIE A  
3D VIZUALIZÁCIA  
**ZDARMA**

**ZĽAVY AŽ  
DO 50%**

98-005

**NORWIT**

Kubota

**VYSKÚŠAJTE SI  
ŠPIČKOVÉ  
JAPONSKÉ  
MINIBAGRE  
KUBOTA**

Každý návštevník  
od nás dostane  
**ZĽAVOVÝ  
VOUCHER**  
na nákup až do výšky  
**1000 €**

**KEDY A KDE?**

15.10 Prešov, Petroviánska ul. (pri ČS Shell), viac info: 0903 610 809  
16.10 Banská Bystrica, Zvolenská cesta 37, viac info: 0903 723 690  
17.10 Bratislava, Staviteľská 9, viac info: 0903 903 320

73-004

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**

**BombaFasada**  
[www.BombaFasada.sk](http://www.BombaFasada.sk)  
**0905 148 393**

BEZPLATNÁ UKÁZKA  
A KONZULTÁCIA  
PRIAMO U VÁS DOMA

**5 ROČNÁ ZÁRUKA**

**rodinné domy  
ZĽAVA 50%**

RÝCHLO, PROFESIONÁLNE A S DLHOTRVAJÚCIM ÚČINKOM

65-001

**AUTOMATICA**

Revolučná 11  
Liptovský Mikuláš  
[www.automatica.sk](http://www.automatica.sk)

ROBOTIZOVANÉ PRACOVISKÁ • DOPRAVNÍKOVÉ SYSTÉMY

hľadá **OBCHODNÉHO ZÁSTUPCU**

Práca možná aj popri zamestnaní  
alebo na dohodu.

Ohodnotenie za každý projekt samostatne.



V prípade záujmu kontaktujte **p. Martina Liškova**  
Tel: **0903 704 914** E-mail: [automatica@automatica.sk](mailto:automatica@automatica.sk)

73-004

**UŽ OD  
379 €**

**DARČEK  
ZADARMO  
4L HNOJIVA**

	Š x V x D	
<b>GNOM</b>	1,64 x 1,66 x 4 m	379 €
<b>GRETA</b>	2 x 2 x 4 m	479 €
<b>GLORIA</b>	2,58 x 2 x 4 m	579 €
<b>GENIO</b>	3 x 2 x 4 m	479 €
<b>GARANT</b>	3 x 2 x 4 m	579 €
<b>GULLIVER</b>	3 x 2 x 4 m	649 €
<b>GOLIÁŠ</b>	3 x 2 x 4 m	729 €
<b>GOLEM</b>	4 x 2,7 x 4 m	1 599 €
<b>GIGANT</b>	6 x 4 x 10 m	5 799 €

Všetky modely je možné predĺžovať o 2m.

**galerica**

**ODOLNÉ POLYKARBONÁTOVÉ SKLENÍKY**

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

**0948 88 88 55** [galerica.sk](http://galerica.sk)

46-003