

# MALACKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 25 500 domácností

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

## 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 medzilidské vzťahy, ľahšie zvládať stres či konflikty a naučiť nás žiť tu a teraz. O čo teda vlastne ide?

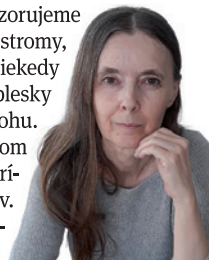
Mindfulness by sme mohli preložiť ako všímavosť či všímavý stav mysle. V praxi to znamená, že by sme mali zámerne venovať našu pozornosť tomu, čo sa práve s nami či okolo nás deje, a to bez akýchkoľvek predsudkov či očakávaní. Mali by sme sa pokúsiť byť naplno súčasťou daného okamihu, vnímať naše aktuálne 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 rozhládnuť a všímať 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 dúhu, inokedy blesky či hviezdnu oblohu. Domov sa potom vraciame plní príjemných pocitov. Tak ako? Vyskúšate aj vy?

» Renáta Kopáčová, redaktorka



Autorizovaný servisný partner

protherm

- Pravidelné ročné prehliadky plynových a elektrických kotlov
- Uvedenie kotlov do prevádzky
- Záručný a pozáručný servis

0902 233 400

www.serviskotlovmalacky.sk



KRTKOVANIE / ČISTENIE KANALIZÁCIE

NON STOP

VODOINŠTALATÉRSKE PRÁCE 0915 213 700 www.upchaty-odpad.sk

KRTKOVANIE



VÁM VYČISTÍ

- UPCHATÝ DREZ
- KANALIZÁCIU
- ODPAD
- WC

0915 879 349  
0940 503 050

HĽBKOVÉ Karol Mikláš

TEPOVANIE

sedáčky, posteľ, koberce, kožené sedáčky

www.tepovaniemk.sk  
tel.: 0949 85 11 10

VYPRATÁVANIE DVOROV A STODÔL

BÚRACIE PRÁCE

0911 597 297

STAVEBNÁ ČINNOSŤ

VÝSTAVBA RD • PORADENSTVO • ZATEPLOVANIE • MALBY, NÁTERY • BRÁNY • SÁDROVÉ STIERKY • SADROKARTÓNY • BYTOVÉ JADRÁ • SÁDROVÉ ŠTUKY • KOVOVÝROBA

BENÁTSKE STIERKY san marco

0905 83 83 97 | slavo.novota@gmail.com

Frézovanie komínov

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

www.kominicek.sk

0905 702 276 • 0917 850 155

ZĽAVA NA NEREZ

VÝKOPOVÉ PRÁCE  
PRIPOJKY | ZÁHRADY

**MINIBAGER**  
0910 304 264

PRÁCE BÚRACÍM  
KLADIVOM

VYCVIČÍM vášho  
PSA, profesionál  
0908 728 081

**PALIVOVÉ DREVO**  
POLIENKA BUK, DUB, HRAB,  
SMREKOVÉ PELETY  
Ku každej objednávke  
hodnotný darček  
www.palivovedrevo.sk  
0917 649 213

**UPCHATÝ  
ODPAD?**  
KANALIZÁCIA?  
NETRÁPTE SA!  
POMÔŽEME VÁM!  
**NONSTOP**  
0908 151 982  
www.cistyodpad.sk



Naši klienti sa tešia tepelnej pohode s klimatizáciou, ktorá kúri, chladí a čistí vzduch!

**KLIMATIZÁCIA**  
s montážou 0911 122 070

-20% zľava  
**AKCIA**

Objednávkový formulár tu skenujte:



FOTOVOLTIKA | REKUPERÁCIE  
KLIMATIZÁCIE | TEPELNÉ ČERPADLÁ

AFK MALACKY

info@mdmgroup.sk  
mdmgroup.sk

Bezplatný týždenník

## MALACKO

EV 6232/24

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

Ročník 1, Vydanie 21, týždeň 38/2024.

Redakcia: Bernoláková 1 A  
**MALACKY**  
 malacko@regionpress.sk

## INZERCIA

Mgr. Vladislava Ufrlová 0908 979 469  
 Katarína Siváková 0907 779 019

Distribúcia:  
 Silvia Lukúvková 0908 979 377  
 www.regionpress.sk  
 www.facebook.com/regionpress.sk



Vychádzame  
 na recyklovanom  
 papieri

## DISTRIBÚCIA (29.680 domácností)

## Každý týždeň:

Malacky, Stupava, Borinka, Marianka,  
 Gajary, Jakobov, Kostolište, Kuchyňa,  
 Láb, Lozorno, Veľké Leváre, Malé Leváre,  
 Pernek, Plavecké Podhradie, Plavecký  
 Mikuláš, Plavecký Štúrtok, Rohožník,  
 Sološnica, Studienka, Suchohrad, Zá-  
 vod, Zohor



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  
 nechodia, dajte nám, vedieť. Ďakujeme.

## Západné Slovensko

BV	97240	BRATISLAVSKO východ
BZ	106540	BRATISLAVSKO západ
DS	34320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34390	GALANTSKO-ŠALANSKO
HC	30330	HLOHOVECKO-SEREDSKO
KM	16450	KOMÁRŇANSKO
LV	30580	LEVICKO
MA	29680	MALACKO
NR	54170	NITRIANSKO
NZ	35050	NOVOZÁMOCKO
PK	22970	PEZINSKO
PN	41870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35420	SENECKO
SE	36750	SENIČKO-SKALICKO
TO	41930	TOPOČIANSKO-PE-BN
TN	60750	TREŇCIANSKO-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	LUČEŇSKO-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-BS
ZA	50780	ŽILINSKO-BY

## Východné Slovensko

BJ	37210	BARDEJOVSKO-SK-SP
GE	30830	GEMERSKO-RV-RS-RA
HU	27190	HUMENSKO-VF-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

## Ústne zdravie je dôležité

Európsky deň ústneho zdravia, ktorý sa koná každoročne v septembri, sa snaží upriamiť pozornosť obyvateľov na dôležitosť prevencie a vzdelávania v oblasti ústneho zdravia.

„Ústne zdravie je neoddeliteľnou súčasťou celkového zdravia,“ hovoria odborníci a dodávajú: „Aby boli výsledky prevencie priaznivé, je dôležité dodržiavať štyri piliere, ktoré dokazujú, že zubnému kazu je možné úspešne predchádzať:

- správna výživa s redukciou cukrov,
- správna ústna hygiena,
- aplikácia fluoridov na čistý zubný povrch,
- pravidelné prehliadky u zubného lekára.“

Štandardnou prevenciou / odporúčaniami pri správnej ústnej hygiene sú podľa odborníkov tieto:

1. S ústnou hygienou začať hneď po prerezaní prvého mliečného zuba.
2. Používanie fluoridovaných zubných pást.
3. Čistenie zubov dvakrát denne, pričom večerné čistenie je efektívnejšie pre pôsobenie fluoridov na zuby v noci.

4. Cieľom čistenia zubov je dôkladné odstránenie zubného povlaku zo zubov.

5. Po čistení zubov je potrebné zubnú pastu vypluť a nevyplachovať ústa, aby mohli fluoridy z pasty na zuby naďalej pôsobiť (neplatí pre deti v predškolskom veku)

6. Zubnú kefku je potrebné meniť každé tri mesiace alebo po infekčnom ochorení.

7. Menším deťom sa odporúča dočisťovať zuby.

8. Dôležité je dočisťovanie medzizubných priestorov zubnou niťou alebo medzizubnou kefkou (s čistením medzizubného priestoru začať, keď sa u detí začnú dotýkať dva susedné zuby).

Informácie poskytol Odbor podpory zdravia a výchovy k zdraviu ÚVZ SR



» ren

zdroj foto jennyfriedrichs pixabay

## Svadobné obrúčky

Predaj investičného zлата a striebra  
tehličky a mince

Predaj šperkov  
zákazková výroba a oprava šperkov

**MOZA GOLD**

Stupava (autobusová stanica)  
Nám. Slov. povstania 108/5

02 6595 7777  
www.moza.sk

## UŽITOČNÉ KONTAKTY

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

## LEASING / AUTOÚVER cez ANS Leasing

ANS Leasing / 0950 474 549 / dalibor.svihla@ansleasing.sk

## MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%  
 - chemická injekcia STOP VODA  
 100% odstránenie vlhkosti  
[www.akhydroizol.sk](http://www.akhydroizol.sk) Tel.: 0908 124 331

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



- 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, znášajú 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 rozložiteľných materiálov, aby sme kupovali elektrozariadenia s najvyššou energetickou triedou, pretože šetríme prírodné zdroje potrebné na výrobu elektrickej energie. V prípade batérií a akumulátorov sa snažíme 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).

LÁBSKA 16, ZOHOR

## KAMENÁRSTVO KAMEX

NAJVÄČŠÍ VÝBER VYSTAVENÝCH  
 POMNÍKOV V REGIÓNE

### VÝRAZNÉ ZĽAVY A AKCIE AŽ DO -40 %

ZADARMO:  
 DOPRAVA, ZAMERANIE, MONTÁŽ, VÁZA + SVIETNIK,  
 IMPREGNÁCIA, CHODNÍKY

0903 792 674 KAMEX.SK

PO - PIA:  
 9.00 - 16.00 H

INZERÁT,  
 KTORÝ  
 PREDÁVA

REGION  
 PRESS

UMÝVANIE OKIEN  
 UPRAŤOVANIE  
 TEPOVANIE

Vysoká kvalita

www.topservis.sk  
 0908 437 079

# Široký výber kúpeľňových skriniek

v rôznych farbách

**MAS**  
T R E N D



MALOOBCHOD  
VEĽKOOBCHOD

Polná ul. 5626, Malacky (vedľa pneuservisu)  
tel.: 034 202 1323 » otv.: po – pia: 7–17, so: 8–12

**KAMENÁRSTVO  
GEBO** všetky  
kamenárske  
práce

0907 244 988



PPC kampane      Sociálne siete  
Tvorba webstránok      Online marketing

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

**25. septembra 1576** Výročia a udalosti  
**Rudolf II. Habsburský** bol korunovaný za  
uhorského kráľa

DOVOZ NA ADRESU

18 týž. mládky,  
brojlerové kuriatka  
[www.hydinashop.sk](http://www.hydinashop.sk)  
0944 842 953



**KURZ SBS**

V BRATISLAVE  
kurz začína

07.10.2024 a 04.11.2024

Volajte: **0904 001 475**

Evidovaní na Úrade práce môžu  
mať kurz **ZADARMO!**

**KAMENÁRSTVO**  
ROBÍME NAJLACNEJŠIE

Záhorácka 30 (AFK), Malacky  
Po-Pia: 10-15, So: 9-12  
(len po tel. dohovore)

SEPTEMBER 1-hrob **1500 €**  
OKTÓBER 2-hrob **1800 €**

**ZÁMKOVÁ DLAŽBA OKOLO  
HROBU, DOPLNKY A SEKANIE PÍSMO  
ZDARMA** pri objednaní kompletného pomníka

0948 650 959 | [jankebis@gmail.com](mailto:jankebis@gmail.com) | [www.kamenarjanko.estranky.sk](http://www.kamenarjanko.estranky.sk)

## PRACOVNÉ ODEVY A POMÔCKY

**KASTA PLUS**



**Zdravotné  
šľapky**

MALACKY, PEZINSKÁ 11 • 0903 742 222  
pon - pia 7:30 - 18:00 h, so 8:00 - 12:00 h

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

## Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

08 STAVBA

» Kúpim haki lešenie.Tel. 0908532682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

» Predám brojlerové kurčatá na chov od 1 týždňa, kurčatá vykrmené živé a očistené s drobkami, M. Cauner, Kostolište 152. Tel. 0911206783.Tel. 0908151966

» Predám pšenicu 24 €/q, hrach 10 €/25 kg, kukuricu 29 €/q, M. Cauner, Kostolište 152. Tel. 0911206783.Tel. 0908151966

» PREDAM JAČMEŇ 18 eur za 1q.Tel. 0907495693

11 HOBBY A ŠPORT

» KUPIM LUDOVE KROJE 0902708047

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

» Predám rotavátor KF midi, typ motora B&S LX sprint 40, výroba B&S USA, 4-taktný jednoválec.Tel. 0915120116

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

## Chcete si podat inzerát?

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

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

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor. Cena je 0,60 € s DPH za každých začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme. **Upozomenie!** Služba nefunguje u operátora o2 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, MA zameňte za skratku novín, ktorú nájdete na zadnej strane vľavo dole. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

## Optimalizácia siete stredných škôl

Na výzvu ministerstva školstva zareagovalo 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 ponúkaných 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 pripraví 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 zriaďovatelia 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

## Solis

váš výkonný pomocník



Trnavská cesta 64, 920 41 Leopoldov

AGROMP

## Jesenná akcia s traktormi Solis

- 5 ročná záruka
- 1. garančný servis - grátis
- Non-stop servis
- Dovoz a zaškolenie

+rotavátor  
Solis 1.2m  
+pluh 2x20



+421 908 754 332 | info@agromp.sk

# METIRON

SPOL. S R. O.

KVALITA PRE REMESELNÍKOV

## LETNÁ AKCIA



# Husqvarna

## HUSQVARNA 110iL SET

### AKU VYŽINAČ

s akumulátorom  
a nabíjačkou



AKCIA

264,90

234,95

## HUSQVARNA 215iL SET

### AKU VYŽINAČ

s akumulátorom  
a nabíjačkou



AKCIA

314,90

264,95

# METIRON

SPOL. S R. O.

KVALITA PRE REMESELNÍKOV

Malacky, Brezová 2,  
časť Padzelek (HOBBI)  
tel.: 0911 914 813

e-mail: predajna@metiron.sk

Po - Pia: 7:30 - 18:00, So: 7:30 - 13:00

www.metiron.sk

## PERGOLY NA MIERU ZIMNÉ ZÁHRADY

Na vašom pozemku o 3 týždne. Bez zálohy.

+ (421) 948 000 050

domfort.sk

# Domfort

# 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 prekrypte 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, zasadiť 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 výsadbě 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 výsadbě 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 prekrypte, vysaďte ci-

## Pestovanie cibulovín

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

» ren

## KOMPLETNÉ POHREBNÉ A KREMAČNÉ SLUŽBY

- Výkop a zásyp hrobu
- Rakvy od 350 €, urny od 50 €
- Umelé vence a ikebany
- Vybavenie úmrtného listu a príspevku na pohreb



## NONSTOP prevoz zosnulých

📍 Malacky, Mierové námestie 1166 • Stupava, Hlavná 29

☎ 0911 222 696 🌐 www.ivos-ps.sk 📌 Pohrebná služba - IVOS

## DREVENÉ ROLETY

- výmena popruhu
- náter roliet
- generálne opravy aj tých najstarších roliet
- nové drevené rolety

mobil: 0903 349 274 | mail: info@eslinger.sk | www.eslinger.sk

## R&T TRADE

SME PRVÁ FIRMA, KTORÁ NEVYBERÁ ZÁLOHU NA OKNÁ

## PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

Vonkajšie hliníkové rolety



10% ZĽAVA

vymalovanie interiéru pri výmene okien

cena zahŕňa: demontáž, montáž, parapety, žalúzie, murárske práce a DPH

0903 342 475 | rtrade11@gmail.com

## UHOĽNÉ SKLADY ŠAŠTÍN, s. r. o.

Pri bitúnku 610, Šaštín - Stráže

LÉTNE ZNÍŽENIE CIEN	HNEDE UHLIE	od 255 €/t
	ČIERNE UHLIE	od 330 €/t
	BRIKETY REKORD	od 285 €/t

Ceny s DPH

PREDAJ ŠTRKU A OKRASNÝCH KAMEŇOV (LOMOVÉ, AJ RIEČNE) OD 16 €/t.

ZABEZPEČUJEME DOPRAVU

Vaše objednávky prijímame na tel.: 0905 471 325

# 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 jedálneho lístka 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 rastliny pestované 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 najzávažnejšie 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-

šme 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, zmrstia 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 rozdelíme na polovice, vykôstkujeme, vložíme ich do nádobiek a dáme zamraziť. V nádobách by sme mali nechať aspoň 2 cm 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 popritlačáme aj na okraje a popicháme vidličkou.

Slivky očistíme, rozdelíme 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 uzatvorení 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 páskom 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

OSLAVA ODVAHY A HRDOSTI POD BRADLOM

# DEŇ NAŠICH OZBROJENÝCH SÍL



„KDE HISTÓRIA ŽIJE A HRDINSTVO TRVÁ“  
BREZOVÁ POD BRADLOM

## 28. SEPTEMBRA 2024

11.30 – 12.30 – SLÁVNOSTNÝ VOJENSKÝ NÁSTUP – NÁMESTIE GEN. M. R. ŠTEFÁNIKA

11.00 – 16.00 – STATICKÉ A DYNAMICKÉ UKÁŽKY TECHNIKY A VÝZBROJE – POLE POD BARANCOM

PETER BAŽÍK

PETER CMORIK BAND

VERA WISTEROVÁ

NAŠA SILA – NAŠA SLOBODA

doctor  optic  
OČNÁ OPTIKA

ŠTEFÁNIKOVA 514  
VEĽKÉ LEVÁRE  
0918 237 833

CHCETE OKULIARE  
NA VŠETKY VZDIALENOSTI?

# MULTIFOKÁLNE SKLÁ

ZĽAVA  
**40%**



ŠIROKÝ VÝBER  
OKULIAROVÝCH RÁMOV

MERANIE ZRAKU  
BEZ ČAKANIA

AKCIA PLATÍ OD 1. 9. DO 31. 10. 2024.

## 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. Neponúžívajte otvorený oheň a nefajčite.

Sviette len baterkou.

- Dôsledne dbajte na hygienu, najmä na starostlivé a časté umývanie rúk pred jedením 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.

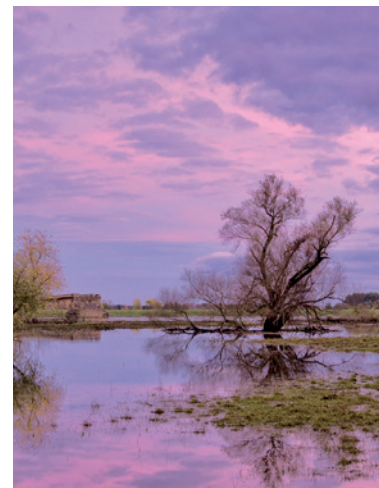
Vďaka spolupráci ÚVZ SR a Slovenského hydrometeorologického ústavu nájdete kompletné odporúčania aj priamo na stránke SHMÚ pri meteorologických a hydrologických výstrahách a podrobné informácie k ochrane zdravia nájdete uverejnené na webe ÚVZ SR.

**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 riešenia 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 splodinami (oxid uhoľnatý)!
- Odstráňte akýkoľvek zvlhnutý interiérový materiál – tapety a všetko, čo samo odpadáva (napr. omietky na stenách).



Ilustračné foto.

**zdroj foto Peggychoucair 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 čistiarne.

**Zdroj informácií ÚVZ SR.**

» ren

**f KOVOŠROT VAŠIN s.r.o.**

Prevádzky: ČÁRY  
GBELY (objekt tehelne)  
HOLÍČ (pri smaltovni)

- Likvidácia autovrakov
- Vyradíme Vám vozidlo z evidencie
- Odt'ahová služba ZADARMO!

**www.kovosrotvasin.sk • Tel: 0903 373 854**

## PRACOVNÁ PONUKA

Spoločnosť aktívna v oblasti úpravy vody  
hľadá pracovníkov na nasledovné pozície:

**Servisný elektro technik  
Technológ  
Obchodník  
Zvárač**

Plat:  
**1100-1800  
EUR**

Vzdelanie min. SŠ ♦ Prax  
v oblasti ♦ Vodičský preukaz sk. B

**Kontakt: 0915 973 529**

**ŽALÚZIE OKNÁ DVERE**  
ZÁHORIE PÔSOBÍME NA CELOM ZÁHORÍ  
www.zaluzie-zahorie.sk • info@zaluzie-zahorie.sk

žalúzie · siete · rolety · roletky · roletky deň a noc  
okná · dvere · zasklenie balkónov · zimné záhrady

**AKCIA -25% zľava** na látkové roletky,  
interiérové žalúzie a siete

Krátke dodacie termíny, široký sortiment kvalitných výrobkov.  
Moderné vonkajšie žalúzie na staršie domy - manuál, vypínač,  
alebo diaľkové ovládanie - všetko je s nami možné!

**ZAMERANIE · MONTÁŽ · OPRAVY**  
**0903 526 876 | 0910 114 407**

**FAST TRADE MALACKY s.r.o.,**

prevádzka: Výkup železa a farebných kovov

Družstevná 2016, Malacky

**prijme s nástupom ihneď**

**VODIČ nákladného vozidla sk. C**

Nástupný plat 1200 € v čistom (možnosť  
zárobku až do 1850 €), prax s hydraulickou  
rukou výhodou.

**KONTAKT: 0903 210 828**

**25. septembra 1576** Výročia a udalosti  
**Rudolf II. Habsburský** bol korunovaný za  
uhorského kráľa



## 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 Mihalínová v rámci dobrovoľníckej brigády osadili suchú toaletu a brigádnic zároveň upratali interiér útulne a skráslili 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 Mihalínová uskutočnila v septembri 2024. Stretli sa na nej zástupcovia TTSK, Krajskej organizácie cestovného ruchu (KOCR) Trnavský kraj, Lesov SR, Chránenej krajiny 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 skráslili 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 udržiavanie 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 – odniesť 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



### PRACOVNÍK PRÍJMU TOVARU

od 1000 - 1500 € / mesiac

Pracovný čas: 2-zmenná alebo 1-zmenná prevádzka, podľa preferencie

Náplň práce: práca so skenerom a počítačom, preberanie a kontrola tovaru od kuriérov, prijímanie tovaru na sklad

### EXPEDIENT/KA

od 950 - 1450 € / mesiac

Pracovný čas: 2-zmenná prevádzka  
Náplň práce: skenovanie a balenie tovaru

MIESTO PRÁCE: Lozorno P3  
PRACOVNÝ POMER: Plný úväzok

### PONÚKAME:

- výkonnostné bonusy až do 400 €
- výber z 5 druhov jedál s doplatkom len 1,43 €
- príspevok na dopravu v priemere 50 € mesačne
- dochádzková prémie počas októbra, novembra a decembra až 100 €
- príplatky za prácu v nedeľu
- zamestnanecká zľava na tovar
- ovocie pre zamestnancov
- teambuildingové aktivity a vianočná párty

Kontakt: [kariera@muziker.com](mailto:kariera@muziker.com) alebo na tel. čísle +421 905 300 138.

Najčítanejšie  
regionálne  
noviny



INZERÁT,  
KTORÝ  
PREDÁVA

0908 979 469

## REGIONPRESS

Pre posilnenie pracovného tímu prijímame pracovníkov do tlačiarenskej prevádzky na pozíciu:

### TLAČIAR

#### NÁPLŇ PRÁCE:

» obsluha rotačného offsetového tlačiarenskeho stroja ROTOMAN, LITHOMAN (16, 32, 48 strán)

#### POŽIADAVKY:

» technická zručnosť, v prípade potreby zaučíme

### MECHANIK

#### NÁPLŇ PRÁCE:

» údržba a servis tlačových strojov  
» odstraňovanie porúch na prevádzke

#### POŽIADAVKY:

» technická zručnosť, v prípade potreby zaučíme

### ELEKTRIKÁR

#### NÁPLŇ PRÁCE:

» údržba a servis elektrických strojov a zariadení na prevádzke

#### POŽIADAVKY:

» technická zručnosť  
» min. vyhláška §21

#### BLIŽŠIE INFORMÁCIE:

» miesto výkonu práce - Trnava  
» možnosť pracovať aj na vedľajší PP  
» dvojzmenná prevádzka

#### PONÚKANÝ PLAT:

» základná zložka mzdy 1 200 € (brutto) / mesiac podľa skúseností uchádzača + variabilná zložka



0908 979 394



[kascak@regionpress.sk](mailto:kascak@regionpress.sk)

REGIONPRESS, s.r.o.  
Mikovíniho 10  
917 01 Trnava

**BESTSELLER** medzi antimykotickými prípravkami – ničí 100% buniek húb a dermatofytov za 7 dní

# Od MYKÓZY K NEKRÓZE

– tá cesta je kratšia ako si myslíte!

PLEŠŇOVÁ INFEKCIA POSTUPNE OTRÁVI CELÝ ORGANIZMUS, NIČIAC ORGÁNY A IMUNITNÝ SYSTÉM

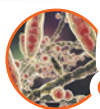
**Vyskúšali ste už všetko a neprijemné plesne sa Vám stále vracajú a sťažujú Vám život?**

Nová kúra už od prvej dávky nemilosrdne ničí biotopy patogénnych dermatofytov a raz a navždy eliminuje každý typ mykózy. Chráňte seba a svojich blízkych pred vážnymi komplikáciami – vyhubte plesne skôr, ako sa rozšíria vo Vašom tele!

Podľa štatistik sa odhaduje, že až 86 % populácie je infikovaných mykózou, hoci si to ani neuvedomujú. Táto zákerná choroba má spočiatku len nepriame príznaky, o.i.: začervenanie, svrbenie, nadmerné potenie, neprijemný zápach, zmena zafarbenia pokožky alebo nechtov, či pocity slabosti. Takéto zdanlivo neškodné problémy sa dajú ľahko podceňiť – to je však nepripustná chyba!

**Mykóza si medzi tisíckami Slovákov potajomky vyberá svoju daň!**

Len počas minulého roku zomrelo na neliečenú plesňovú infekciu viac ako 8-tisíc osôb. Deje sa totiž to, že bunky húb z jedného ohniska choroby prenikajú priamo do krvného obehu, šíria sa po celom organizme a napádajú vnútorné orgány, čím spôsobujú ich nezvratné poškodenie a oslabujú imunitný systém. Výsledkom je, že aj malé mykózo-zmeny, napríklad na nechtoch alebo



## DÁVAJTE SI POZOR:

Ak nezačnete OKAMŽITE bojovať s plesňami, vystavujete sa

- ✓ vnútrotelovej mykóze – plesňová infekcia celého organizmu
- ✓ predčasnému starnutiu – pocity a vzhľad osoby staršej o 10 rokov
- ✓ nekróza tkanív a orgánov – dysfunkcie vnútorných orgánov a nervového systému
- ✓ neplodnosť a impotencia – bez šance na uspokojivý sex a zväčšenie rodiny
- ✓ vážne choroby!

v ústnej dutine, môžu viesť k vážnym ochoreniam.

## Plesne prežijú na povrchoch aj 1,5 roka!

Plesňová infekcia je jednou z najťažšie liečiteľných. Aj pri zachovaní správnej hygieny sa ňou môžeme ľahko nakaziť a zbaviť sa jej hraničí takmer so zázrakom. **Prečo je väčšina liekov dostupných na trhu neúčinná? Vysvetľujeme:**



„Po prvé, všetko, čo môžu obľúbené prípravky spraviť, je dočasne zmierniť príznaky viditeľné voľným okom – pôsobia povrchné, takže nie sú schopné účinne ničiť spóry húb.“

Po druhé, bojujú vúlučne len s jedným druhom húb (a už bolo identifikovaných viac ako 210 000!) – akonáhle ich prestanete používať, plesne sa vrátia. **Ak ju chytil niekto z našich príbuzných, určite čoskoro nakazí celú rodinu. Aby ste zabránili šíreniu infekcie, mali by ste okamžite**

aplikovať kúru, ktorá preniká do najhlbších tkanív a nemilosrdne zabíja všetky patogénny mykózy. Našťastie, na Slovensku je už dostupný prípravok MycoSupport Max, vytvorený práve s týmto cieľom.“

## MycoSupport Max – silná zbraň v boji proti každému druhu mykózy

Nezáleží na tom, či trpíte mykózou kože, nechtov, chodidiel, ústnej dutiny alebo intímnych partií. Jedinečná receptúra MycoSupport Max založená na 100% na prírodných zložkách, silnejších ako bežné antibiotiká, vďaka čomu bleskovo bojuje proti mykóze, bez ohľadu na miesto jej výskytu. **Bioaktívne látky prenikajú do najhlbších vrstiev pokožky, nechtov a slizníc, zaručujúc...**

zdravotný stav pacientov bleskovo vracia do normálu. Klinické testy dokazujú vysokú účinnosť kúry! Formula produkuje protilátky, vytvárajúc rezistenciu voči patogénom mykózy – to zabraňuje jej opätovnému výskytu. Osobne sme tento prostriedok odporučili už viac ako 350 pacientom, ktorí sa mykózy zbavili za necelých 7 dní a nikto z nich sa ku mne nevrátil s návratom problému.

## MycoSupport Max

- ✓ Okamžite bojuje s neprijemnými príznakmi
- ✓ Preniká do najhlbších tkanív a odstraňuje príčinu mykózy
- ✓ Regeneruje organizmus už od prvej dávky
- ✓ Zabraňuje návratu infekcie
- ✓ Je 100%-ne prírodná a bezpečná na použitie

## Nedovoľte, aby Vás mykóza zožierala zvnútra

MycoSupport Max je absolútnym hitom posledných mesiacov – svojimi vlastnosťami predčí všetky doteraz známe antimykotické prípravky. Ide o formulu, ktorú si za menej ako 24 hodín zakúpilo viac než 470 tis. Európanov! Ak nechcete, aby Vám mykóza nakazila celý organizmus, zavolajte a znovu získajte radosť zo života bez strašných plesní! Na Slovensku je kúra dostupná len prostredníctvom telefónického predaja.

**-100%**

## Jedinečná AKCIA!

Prvých 30 osôb, ktoré zavolajú do 30.09.2024, získa špeciálnu zľavu -100% od výrobcu! Revolučný antimykotický prípravok MycoSupport Max získate ZADARMO! Neváhajte – rozhoduje poradie volajúcich.

## Zavolajte:

**047/230 42 89**

Pon-Pia: 8:00-20:00, So-Ne: 9:00-18:00  
(Bežný miestny hovor bez ďalších poplatkov)

**Produkt nebude nikdy dostupný v klasickom predaji!**



Monika J. (39 r.) Košice

## Už vyše roka mám od plesní pokoj!

„Pracujem ako inštruktorka plávania, takže polovicu života trávim v bazéne. Neustále som dostávala mykózu chodidiel. Už som mala dosť svrbenia a hanby, pretože všetci znechutene pozerali na moje zažltnuté, popraskané „pazúry“. Nakoniec sa plesne rozšírila aj na genitálne! Nič mi nepomáhalo, až MycoSupport Max zafungovala. Už po prvej dávke som pocítila úľavu a prestala som sa škrabať ako šialená. Po kúre sa všetko vrátilo do normálu a moje chodidlá vyzerajú zdravo.“

## Plesne nemá šancu – zmeny miznú už po 2 dňoch!

MycoSupport Max je biotechnologická revolúcia. Úplne neutralizuje plesňovú infekciu, zabíja spóry húb v krvi a vnútorných orgánoch, čím eliminuje ohniská choroby v tele. Vďaka tomu sa

# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA

## SIMON-Fleisch

**BRAVČOVÁ  
A HOVÄDZIA  
PORÁŽKA  
V NEMECKU  
14€ - 20€**

**OBSLUHA UMÝVACEJ  
LINKY**

**od 13€**

**POĎĽA KVALIFIKÁCIE  
Brutto na hodinu**

**20 dní platenej dovolenky  
preplácané sviatky**

**Nemecká pracovná zmluva  
Nemecké sociálne poistenie  
Vybavíme všetko  
potrebné pre prácu  
Možnosť turnusov  
Ubytovanie zabezpečené  
Stabilná celoročná práca**

[www.simon-fleisch.de](http://www.simon-fleisch.de) | [job@simon-fleisch.de](mailto:job@simon-fleisch.de)  
**+421 944 995 400**

## KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje i celé  
polovnícke 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 nadvýšky, víkendy, 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 kampaňami. Platí do 4/10/2024

## POKRÝVAČ- TESÁR



**RENOVÁCIA STRIECH, RENOVÁCIA GARÁŽÍ,  
ZATEPLENIE, OPRAVA A RENOVÁCIA  
ŽEABOV KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH**

**ZA NAŠU PRÁCU  
RUČÍME!**

Kontakt: Janek - 0919 495 628

## TLAČ REKLAMNÝCH MATERIÁLOV

letáky • plagáty • etikety • vizitky •  
skladačky • noviny • katalógy

**Tlač presne na mieru  
s maximálnou kvalitou  
a bezkonkurenčnou cenou**

REGIONPRESS

Mgr. Vladislava Ufrtová  
0908 979 469  
[ufrtova@regionpress.sk](mailto:ufrtova@regionpress.sk)

### decoreum

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



SADA KEMPINGOVÉHO  
NÁBYTKU

**-10%**

### decoreum

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



SKLADACIA  
ZOSTAVA 4+1 STŮL  
+STOLIČKY

**-10%**

### decoreum

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



2-KOMOROVÝ BOTNÍK - LOFT

**-10%**

## 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.

# 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%**

**NORWIT**

**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, Petrovianska 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

ZVÝŠTE HODNOTU VAŠEJ NEHNUTELNOSTI  
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**

**5 ROČNÁ ZÁRUKA**

BEZPLATNÁ UKÁŽKA  
A KONZULTÁCIA  
PRIAMO U VÁS DOMA

**rodinné domy  
ZĽAVA 50%**

RÝCHLO, PROFESIONÁLNE A S DLHOTRVAJÚCIM ÚČINKOM

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

**AUTOMATICA**

Revolučná 11  
Liptovský Mikuláš  
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 Líšková**  
Tel: **0903 704 914** E-mail: **automatica@automatica.sk**

**galerica**

**UŽ OD  
379 €**

**DARČEK  
ZADARMO  
4L HNOJIVA**

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

Všetky modely je možné predĺžovať o 2m.

**ODOLNÉ POLYKARBONÁTOVÉ SKLENÍKY**

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

**0948 88 88 55** **galerica.sk**