

HLOHOVECKO SEREĎSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 30 330 domácností

**PALIVOVÉ
DREVO**

BUK - DUB

0918 519 400

SYPANÉ

METROVICA

08-0081

AKCIA 15%

na všetky **matné strešné krytiny**
a plechové doplnky k nim*.

MASLEN



* platí na všetky škridlové tvary
pri objednávke nad 100m² krytiny

**LESKLÉ
KRYTINY**

od 7,90€/m²
9,48€ s DPH

**NOVINKA SENDVIČOVÉ
PANELY SKLADOM**



Trnava, Modranská 2 (vedľa areálu družstva) ☎ maslentt@maslen.sk ☎ 0948 972 020
Galanta, Priemyselná 2 (oproti Samsungu) ☎ maslenga@maslen.sk ☎ 0948 985 575

slovenský
výrobca

skladové zásoby
ihneď k odberu

najrýchlejšie výrobné
a dodacie lehoty

www.maslen.sk

**Nedajte zime šancu...
Zabezpečte si**

DREVO DO KRBU

za výhodné ceny
už aj u nás

REART-TPK, s.r.o.
Nitrrianska 91/4018
920 01 Hlohovec

0903 722 291 • 0903 451 193

ČISTENIE HROBOV
HROB 90€ 80€ ZHROB 140€ 120€
OBNOVA PÍSMO - 1,5€ 1,3€/ZNAK
DOSEKÁVANIE PÍSMO-DATUM 100€, TEXT 10€/ZNAK
DO DUŠÍČEK STÍHAME!
CENY PLATNÉ DO 30.9.24
ING. MIROSLAV GREISIGER
0940 653 651. 0919 205 521
WWW.CISTENIEHROBU.SK

81-0255

18-0009

SUZUKI

Sezóna zliav začína!

VITARA 1.6 Hybrid 2300 €
S-CROSS 1.6 Hybrid 2300 €
SWIFT

Vyberte si v našej predajni z jesennej ponuky! Na Vitaru a S-Cross získate zľavu 800 € z ceny vozidla. Súčasťou sezónneho balíka sú aj prémiové zimné kolesá v hodnote 1500 € a program Easy Way s 3-ročnou zárukou a 7 rokmi poistenia na motor, turbo, prevodovku a systém Mild Hybrid/Hybrid. To však nie je všetko. Tých, ktorí obľubujú mladistvý jazdu, čaká u predajcov Swift novej generácie.

AUTO TT Ulica Nová č. 1 (smer OBI), 917 01 Trnava
www.autott.sk predaj vozidiel: 0910 888 190
V prípade kúpy nového vozidla u nás, Vám vykupíme Vaše jazdené vozidlo.

SUZUKI FINANCE

EASY WAY 3+7

91-0070

Solis

váš výkonný pomocník

Jesenná akcia s traktormi Solis

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

+rotavátor Solis 1.2m
+pluh 2x20

Trnavská cesta 64, 920 41 Leopoldov
AGROMP +421 908 754 332 | info@agromp.sk

98-0059

NÁBYTOK BUKOVSKÝ www.nabytokbukovsky.sk
nabytokbukovsky.sk

NÁBYTOK NA MIERU
za rozumné ceny!

Róbert Bukovský
Zameranie a návrh ZADARMO! **0911 266 549**

**Orezávanie stromov,
čistenie a natieranie striech a žlabov**
0944 362 220

MAĽBY / STIERKY
aj airless systémom **0903 228 167**

Dám do prenájmu hygienou schválenú kuchyňu
na menu a pizzu. 600€/mesiac + energie
Sládkovičovo | **0903 424 352**

39-0035

REZANIE BETÓNU
KRÁTKA ČAKACIA DOBA
DLHOROČNÉ SKÚSENOSTI

otvory do panelu
jadrové vŕtanie otvorov
statické posudky
odvoz odpadu

0908 447 006
www.jadrovevrtanie.sk

08-0017

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA
PONÚKA NA PREDAJ: (PRI GALANTE)

KURÍČKY NOSIVÉ
RÔZNEJ FARBY 8-12-15-18 TÝŽ
MULARD KAČICE A KÁČERE NA VÝKRM
BROJLEROVÉ KAČICE NA VÝKRM

AKTUÁLNE DO VYPREDANIA ZÁSOB

PREDAJ RASTOVEJ A ZNÁŠKOVEJ KŔMNEJ ZMESI!
0905 551 499 • 031/781 15 63 • WWW.HYDINARSKAFARMA.SK
HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA
ROZVOZ ZABEZPEČÍME

One Trade Výroba a predaj palivového dreva
s.r.o. Sereď, Ul. Ku Campingu - areál kasární

www.drevodokrbu.sk

- guľatina
- sypané
- paletované
- preprava dreva
- REZIVO Agát/Dub

0915 445 364

98-0007

Bezplatný týždenník

HLOHOVECKO SEREĎSKO

EV 6235/24

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

Ročník I, Vydanie 21, týždeň 38/2024.

Redakcia: Pekárska 40/A
917 01 TRNAVA

hlohovecko@regionpress.sk

INZERCIA

Mgr. Jozef Belica 0905 534 595
Mgr. Martin Zielosko 0905 943 528
Bc. Dominika Kondulová 0910 698 446

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



Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (30.330 domácností)

Každý týždeň:

Dolná Streda, Pata, Pusté Sady, Horný Čepč, Sereď, Šalgotčka, Šintava, Šoporňa, Vinohrady nad Váhom, Zemianske Sady, Hlohovec, Šulekovo, Bojničky, Červeník, Dolné Otrokovce, Dolné Zelenice, Dvorníky, Horné Otrokovce, Horné Trhovište, Horné Zelenice, Jališové, Kľačany, Kopoltove, Leopoldov, Madunice, Pastuchov, Ratkovce, Sasínkovo, Sĺdladce, Trakovice, Žilkovce, Pata, Štrkovec



Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlô jazykovú úpravu.

Prosba 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	DUNAJSKOSTREĎSKO	
GA	34.390	GALANTSKO-ŠALANSKO	
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO	
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	PIEŠŤANSKO-NM-MY	
SC	35.420	SENECKO	
SE	36.750	SENICKO-SKALICKO	
TO	41.930	TOPOĽCIANSKO-PE-BN	
TN	60.750	TRENČIANSKO-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	LUČEŇSKO-VK-PT	
MT	38.570	MARTINSKO-TR	
OR	34.980	ORAVSKO-DK-NO-TS	
PB	33.590	POVAŽSKO-PB-PU	
PD	40.150	PRIEVIDSKO	
ZV	38.400	ZVOLENSKO-DT-KA	
ZH	26.880	ŽILIA NSKO-ZC-B5	
ZA	50.780	ŽILINSKO-BY	

Východné Slovensko

BJ	37.210	BARDEJOVSKO-SK-SP	
GE	30.830	GEMERSKO-RV-RS-RA	
HU	27.190	HUMENSKO-VT-SV-ML	
KE	92.130	KOŠICKO	
KS	24.900	KOŠICKO okolie	
SL	12.940	LUBOVNIANSKO	
MI	31.260	MICHALOVSKO-TV-SO	
PP	41.520	POPRAĎSKO-KK	
PD	49.940	PREŠOVSKO-SB	
SN	32.540	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 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, hmyz, stromy, kvety, budovy, niekedy dúhu, inokedy blesky či hviezdnu oblohu. Domov sa potom vraciame plní príjemných pocitov. Tak ako? Vyskúšajte aj vy?

» Renáta Kopáčová, redaktorka



KAMENÁRSTVO Ján Putifár
ŽULOVÉ POMNIKY
Využite naše bezkonkurenčné ceny!
Nájdete nás ľahko v Coop Jednota Sereď
janputifar@gmail.com • 0903 479 777

KANÁL SERVIS
RÝCHLO | ČISTO | SPOLAHLIVO | NONSTOP
KRTKOVANIE ČISTENIE KANALIZÁCIÍ BEZVÝKOPOVÉ OPRAVY MONITORING KAMEROU
rýchly zásah za najlepšie ceny
DOPRAVA ZDARMA
0907 652 710
www.kanalservis.sk

STAVEBNÉ PRÁCE MD
Obklady a dlažby
Rekonštrukcia bytov a domov
Zatepľovanie
0951 263 536

VÝKUP STARÝCH AUTOBATÉRIÍ
Cena bateriek od 0,50 €/kg
Cena platí pri osobnom dovoze. Zvoz od 100 kg zabezpečíme.
Volajte: 0905 964 632 | 031/789 86 28

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

Zateká Vám strecha? Spoločte sa na odborníkov a budete šťastne 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

Dáme do prenájmu bufet Koliba na Bezovci
0907 892 174 | 0905 744 433

KAMENÁRSTVO KAJAL
0948 312 754 / 0948 665 377
TRADIČNÁ VÝSTAVA
náhrobných kameňov v Kajali vedľa cintorína
Zimný výpredaj - 10%
Mesačné splátky počas celého roka od spoločnosti ZINC aj pre dôchodcov
Celý ponúkaný sortiment nájdete na Kamenosocharstvo Kajal
Platba možná aj cez platobný terminál

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 takehoto 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 nedošľedeňého 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 a www.slovmas.sk.

kamenárstvo manura
Otvorené aj v sobotu
JESENNÁ AKCIA
zľavy až 25%
0903 471 375
www.kamenarstvomamura.sk
Nové tvary pomníkov

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 redukciami 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 prežutí 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 kefkou 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 začínajú dotýkať dva susedné zuby).
- Informácie poskytol Odbor podpory zdravia a výchovy k zdraviu ÚVZ SR



» ren zdroj foto jennyfriedrichs pixabay



ošetrovanie stromov
výchovný, bezpečnostný, zdravotný, rekudčný rez

hodnotenie stavu stromov

rez ovocných stromov

odvoz bioodpadu

úprava živých plotov

výsadba, po výsadbová starostlivosť

bezpečnostné väzby

rizikové výruby

0903 416 877

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%

- chemická injektáž

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

PRIJMEM vodičov na traktory za účelom zametania a polievania ciest v okolí Bratislavy

Ubytovanie zabezpečené

Práca vhodná aj pre dôchodcov a invalidov

Blížšie informácie: **0905 449 843**

Ponúkame prenájom skladových kapacít.

0905 583 982 kovac@agrofina.sk

DOVOZ NA ADRESU



18 týž. mládky, brojlerové kuriatka

www.hydinashop.sk

0944 842 953

VÝMENA STRIECH

- PLECHOVÉ
- ŠKRIDELOVÉ
- HYDROIZOLÁCIE
- VÝMENA RÍN
- LIKVIDÁCIA AZBESTU
- PRÍSTAVBY, VENCE, KROVY

0948 107 877

PLOCHÉ STRECHY

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

0905 66 22 29

VÝMENA STREŠNÝCH KRYTÍN, KROVOV, RÍN

Hydroizolácie striech

Tel.: 0917 114 686

s REGIONPRESS-om

VYBAVÍTE

- Inzerciu
- Tlač
- Distribúciu

ONLINE

s REGIONPRESS-om

- PPC kampane
- Tvorba webových stránok
- Sociálne siete
- Online marketing
- a iné služby

Sme tu pre vás

www.regionpress.sk

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

» Kúpim továrenský traktor, môže byť aj starý, nepojazdný. Tel. 0949 350 195

» KÚPIM BABETU PIONIERA SIMSONA STELU STADIONA AJ NEPOJAZDNE 0915215406

08 STAVBA

» Kúpim haki lešenie tel.0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

» KUPIM LUDOVE KROJE 0902708047

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo **8866** v tvare: **RPmedzera HCmedzera Číslo rubrikymedzera Text inzerátu**

Príklad: **RP HC 12 Predám kočík, 0987 654 321.**

Riadková inzercia realít je od 26.10.2023 zrušená, inzerát si môžete podať len cez www.mojinzerat.sk

Spätou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor. Cena je **0,60 € s DPH** za každých začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme. **Upozornenie! Služba nefunguje u 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, **HC** zameňte za skratku novin, ktorú nájdete v tiráži. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

PREDAJ SUROVÍN, RACIO POTRAVÍN A ENERGETICKÝCH SUPERPOTRAVÍN

pre: • Baliarne • Pekárne • Gastronómiu • Pražiarne • Mlyny

- » STRUKOVINY
- » RYŽA
- » MLYNSKÉ VÝROBKY
- » SUPERPOTRAVINY
- » SLADIDLÁ
- » OSTATNÉ SUROVINY
- » BEZLEPKOVÉ CESTOVINY

anja

☑ suroviny@anja.sk ☎ 0917 744 565

📍 Prílohy 461, Zavar

OPRAVA A ÚDRŽBA ZATEKAJÚCICH STRIECH, VÝMENA RÍN

0944 091 085

PALIVOVÉ DREVO

POLIENKA BUK, DUB, HRAB, SMREKOVÉ PELETY

Ku každej objednávke hodnotný darček

www.palivovedrevo.sk

0917 649 213

PLOCHÉ STRECHY

- izolácie, zateplenia
- bezplatná cen.ponuka
- realizácia do 7 dní

0904 644 980

<https://sites.google.com/view/strechygalis>

PROFI PLAST SK

Miroslav Paur
VZORKOVŇA - Šoporňa, Šalská 633
0905 142 990
0908 833 086
e-mail: okna@profiplastsk.eu
www.profiplastsk.eu

PASÍVNY dom Uw=076,W/m²K

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

- Systém Salamander, Gealan, Aluplast
- Vchodové dvere PVC a AL
- Bezpečnostné dvere HI/SEC
- Rolety, žalúzie vonkajšie a vnútorne
- Okenné a dverové sitá

**STREDNÁ PRIEMYSELNÁ ŠKOLA
DOPRAVNÁ TRNAVA**

TRNAVSKÝ SAMOSPRÁVNÝ KRAJ

STREDNÉ CENTRUM
ODBORNEHO VEDELÁVANIA A PRÍPRAVY
PRE DOPRAVU A TELEKOMUNIKÁCIE
Stredná priemyselná škola dopravná Trnava

Šudentská 23, 917 45 Trnava, tel.: 033-552 11 61, email: spsdtt@zupa-tt.sk, www.spsdtt.sk

**ŠTUDUJ
DOPRAVU**

Vstup voľný

perspektíva a stabilita
profesionálne uplatnenie

Trnava

3. 10. 2024
9.00 - 12.30 h

**Akcie Kam na strednú
v Športovej hale
a študuj dopravu
prepojí turistický vláčik**

ŠTUDIJNÉ ODBORY S MATURITOU:

- ELEKTROTECHNIKA**
KOMUNIKAČNÉ A SIEŤOVÉ TECHNOLOGIE
- ELEKTROTECHNIKA
V DOPRAVE
A TELEKOMUNIKÁCIACH**
SIEŤOVÉ TECHNOLOGIE A KOMUNIKAČNÁ BEZPEČNOSŤ
- PREVÁDZKA A EKONOMIKA DOPRAVY**
LOGISTIKA A PODNIKANIE V DOPRAVE A SLUŽBÁCH
- DOPRAVNÁ AKADEMIA**
EKONOMIKA A MANAŽMENT V DOPRAVE, ZASIELATEĽSTVO
- TECHNIKA A PREVÁDZKA DOPRAVY**
AUTOMOBILOVÁ TECHNIKA

Študuj, pracuj a zarábaj so štipendijným programom

www.spsdtt.sk

Recyklácia a vyradenie vozidla z evidencie

Autorizovaný spracovateľ - Piec auto s.r.o.

**Akcia na šrotovné - platíme 30 € za auto
Odvoz auta zadarmo**

GA SA HC LV NR NZ ZM PE PN BN NM TO TT ZH ZC BS.

Už nemusíte chodiť na dopravný inšpektorát,
my všetko odhlásime za Vás.

0915 261 120

Lindner

Lindner Mobilier s.r.o.

medzinárodné pôsobiacia firma
v oblasti zariadenia interiérov

PRIJME DO VÝROBY NÁBYTKU

- Samostatne pracujúceho stolára
- Stolára
- Lakýrnika

- Podľa kvalifikácie mzda 800 – 1300 Eur/mesačne brutto

+ po 6 mesiacoch odmeny podľa
interného prémieho systému

- stravné lístky navyše pri 12 hod zmenách

- strava v jedálni zdarma

**NÁSTUP
IHNEĎ**

odmena za odporúčanie nového zamestnanca -
príspevok zamestnávateľa na DDS 3.pilier
pravidelné prehodnocovanie platu -
firemné chaty po celej Európe -
vianočná odmena -
firemné podujatia -

Lindner Mobilier s.r.o.
Družstevná 7
922 42 Maďunice

033/735 16 15

Alena.Losonska@Lindner-Group.com

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

HYDROIZOLÁCIE-IZOLTIM.SK

PLOCHÉ STRECHY

Komplexné služby v oblasti hydroizolácií a tepelných izolácií.

Obhliadka, poradenstvo a cenová ponuka ZDARMA!

Prijímame nových pracovníkov izolatérov plochých striech

0908 701 103 | www.hydroizolacie-izoltim.sk

IZOLÁCIE PLOCHÝCH STRIECH
Obhliadka a cenová ponuka zdarma.
0904 005 299

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

NORDIC WALKING

nordicwalkingklub.sk
s certifikovanou inštruktorkou
Leopoldov, Hlohovec a okolie

Príhlášky na kurz a tréning: 0915 374 612 | nordic.walking.vladena@gmail.com

STRECHY predávame montujeme

Zavolajte, za ponuky nič nedáte!

Zľavy
na krytiny až do
- 50%

**OHÝBAME
PLECHY
na ohýbačke**

Lindab **MEDITERRAN** **TONDACH** **BRAMAC**

Škrídly plechové klasické | trapézy | odkvapý | krovy | pur-panely | montované haly, domy

tel.: **0905 577 222**
0905 598 924

www.stresnekrytiny.sk

doctor optic
OČNÁ OPTIKA

OC VIKTORIA
HLOHOVEC
0940 948 600

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.

OPTIKADROPTIK DR.OPTIK_SK

WWW.DROPTIC.SK

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 nechtov.

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 známk 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
Coborihu 1, Nitra - OC Polygón

Skrytá HROZBA!



„Dobrý deň. Volám sa Kamila a stala som sa obeťou mykózy kože a nechtov. Nie je príjemné hovoriť o takýchto veciach! Chcem však, aby sa čo najviac ľudí vyhlo tomu, čím som si prešla!“

Teraz už viem, pretože som o tejto chorobe veľa čítala, že takmer 65 percent ľudí sú infikovaní miernou formou mykózy a ani o tom nevedia. A následky, verte mi, sú desivé! U mňa to začalo:

- začali ma svrbieť nohy,
- odlupovala sa im koža,
- mali nepríjemný zápach,
- necht na palci na nohe začal žltnúť.

Ak ste na sebe spozorovali podobné príznaky, konajte čo najskôr!

PLESEŇ UŽ ZAÚTOČILA!

Nohy som si natierala nejakou lekárenskou masťou na mykózu. Myslíte, že to pomohlo? A kde tam! **Doktor mi nakoniec odstránil celý necht na nohe.** Bolo to hrozné, to by som nepriala ani najväčšiemu nepriateľovi...

Necht takmer dorástol, keď mykóza zaútočila dvojnásobnou silou! **Už všetky moje nechty vyzerali tak hnusne, že som sa na ne nemohla sama pozerať.** A ten zápach... Ľudia sa odo mňa vzdávali. Nepomohli žiadne tabletky ani mastičky. Lekári rozhadzovali rukami. Ponúkli mi odstránenie všetkých nechtov. Teraz to už viem: v lekárňach alebo drogériách...

NENÁJDETE PRÍPRAVOK, KTORÝ ZLIKVIDUJE MYKÓZU

Môžu trochu zmierniť príznaky alebo dať mykózu na chvíľu do „spánkového“ stavu, ale vráti sa. Bez toho, aby som to ešte vedela, som našla lekára, ktorý mi predpísal antihistaminiká. Vzala som to ako poslednú možnosť a **takmer by som prišla o zdravie alebo život!** Ukázalo sa, že som na ne alergická, čo sa vraj stáva často, ale ľudia o tom nevedia. Skončila som v nemocnici s ťažkou otravou!

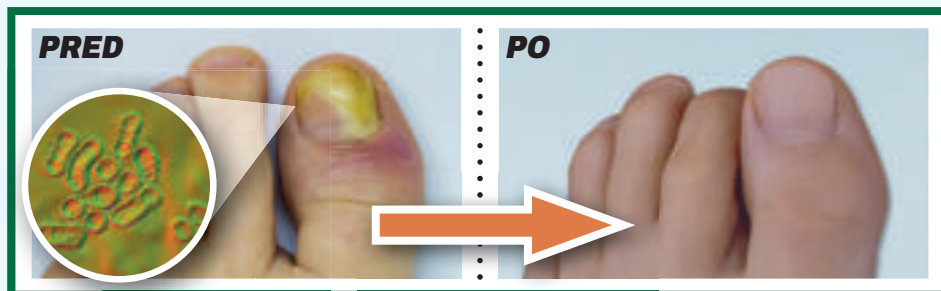
Našťastie ma zachránili včas, hoci s mykózou opäť nepomohli a bolo mi čoraz horšie. Čítala som, že plesne šíriace sa v tele nie sú len škaredo vyzerajúca pokožka alebo nechty. **Tieto**

ZADARMO
do 27.09.
2024!

ZISTITE PRAVDU

O MYKÓZE

kým máte všetky nechty NA SVOJOM MIESTE!



huby napádajú aj vnútorné orgány. Plesnivé telo je oslabené telo! Stále som bola malátna, chýbala mi energia, neustále som bola nachladená.

Je to bežný problém. Ležiac v nemocnici som zistila, že nie som výnimkou. **Videla som veľa ľudí s plesňovými infekciami rúk a nôh!** Ľudia sa hanbia o tom hovoriť. Medzitým aj najmenšie svrbenie nôh...

JE UŽ ALARM! MYKÓZA ZAÚTOČILA!

Vaše topánky, ponožky sú inkubátorom pre množenie infekcií! Mykóza je už vo Vás a čaká na príležitosť zaútočiť. A urobí to, keď to budete najmenej čakať. Navyše týmto svinstvom môžete rýchlo a jednoducho nakaziť aj blízkych. Nakazila som manžela a syna.

Keď som si uvedomila svoju tragickú situáciu, začala som hľadať na internete, ako liečiť mykózu v civilizovanom svete. **Môj syn mi pomohol s prekladom anglických medicínskych článkov.** Ukázalo sa, že na Západe sa v boji proti mykóze používa iba

DERMOSEPTICKÝ PRÍPRAVOK S NAJVYŠŠOU DOSTUPNOU KONCENTRÁCIOU KYSELINY QUADRILOVEJ:

Tento americký prípravok sa považuje za jediný, ktorý funguje, no na Slovensko sa prakticky nedováža. **Prečo ho slovenská farmaceutická starostlivosť nechce v našich lekárňach? Nevieť a nerozumiem...**

Môžete si prečítať výsledky testov z mnohých laboratórií v Európe a USA. Dermoseptický prí-

pravok s najvyššou dostupnou koncentráciou kyseliny quadrilovej:

- + okamžite zmiernuje svrbenie a bolesť,
- + bojuje proti nepríjemnému zápachu,
- + odstraňuje škrvny a odlupovanie,
- + a účinne zabije všetky plesne, ktoré sú vo Vašom tele!

A TO V PRIEBEHU 14 DNÍ!

Žiadna z prírodných zložiek prípravku nespôsobuje vedľajšie účinky, takže mi nehrozila ďalšia otrava a hospitalizácia. Podarilo sa mi objednať tento dermoseptický prípravok. Vďaka Bohu som **naša oficiálneho dodávateľa na Slovensku** a o dva dni neskôr som mala balík v rukách.

Prípravok som brala **2 týždne.** Nohy ma prestali svrbieť už po prvom použití. Plesňové lézie mi doslova mizli pred očami! Rovnako to bolo aj s manželom a synom, pretože tento prípravok sme užívali všetci spoločne.

Neviem, ako dlho by som ja a moja rodina museli trpieť, keby som tento prípravok nenašla včas. **Po 2 týždňoch sme všetci zabudli na mykózu. Už sa nevrátila!** Zase mám krásne nohy. Narástli mi zdravé nechty. Muž môže byť konečne slobodne medzi ostatnými ľuďmi, bez obáv, že niečo uvidia alebo pocítia.

Preto apelujem na všetkých, ktorí prežívajú rovnakú hrôzu, akú som zažila ja, alebo ktorí práve spozorovali prvé príznaky mykózy:

Existuje spôsob, ako poraziť mykózu – **americký dermoseptický prípravok.** Tento prípravok som dostala zadarmo, môžete aj Vy! Prajem veľa šťastia v boji so zákerou mykózou.

Kamila

NESTRÁCAJTE SVOJ ČAS A PENIAZE!

Slovenský dodávateľ v rámci akciovej ponuky ponúka **do 27.09.2024 dermoseptický prípravok úplne ZADARMO!** Akcia platí pre prvých 20 volajúcich. Pre rezerváciu bezplatného balíka prípravku na Vašu adresu kontaktujte prosím špecialistu na telefónnom čísle:



02/33 456 004

Pon.-pia. 8:00-20:00, sob.-ned. 9:00-18:00 (Normálne miestne pripojenie bez príplatkov)

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 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 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 β -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 rôznych 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.

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, vyvaľkáme 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 kusy a pokladíme na plech, kde ich posypeme cukrom. Na vrch rozložíme na menšie kusy polámanú škoriccu, 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, každú 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.



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 tak, že stmavnú, zmrazia sa a zmenšia svoju veľkosť až na štvrtinu tej pôvodnej, sú pružné a nevyteká z nich šťava.

Ak je šťava na plechu veľa, slivky opatrne preložíme na ďalší plech s novým papierom na pečenie.

To, že sú slivky správne usušené zistíme tak, že stmavnú, zmrazia 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 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



Slivkové koláče sú veľmi obľúbené.

zdroj foto NoName_13 pixabay

» ren

Pri Útulni J. Maka pribudla suchá toaleta

Útulňa 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 brigádnicí 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 Mihalinová 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 viacerých 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

Najväčšia výstava zvierat na Slovensku!

AKVATERA TRNAVA



medzinárodná výstava(burza) akvaristiky a teraristiky sa koná

29.9.2024 9:00-14:00

Mestská športová hala (AŠK Slávia)

Rybníková 15, Trnava

Hady, jaštery, korytnačky, akváriové rybičky, pavúky, šváby, hmyz, rastliny, chovateľské potreby a mnoho iného.

Mediálny partner

Hlavný partner



Vstupné: dospelí 5,- €, deti do 6 rokov zadarmo, študenti, dôchodci a ostatní 2,5,- €

Blížšie informácie nájdete na trnava.akvatera.info



CASINO RESPECT

ŠALA

SME K VÁM NAJBLIŽŠIE PRI TESCOU

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

Na záhony vysádzame cibuľoviny

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.

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



Je čas na výsadbu cibuľovín.

zdroj foto Capri3auto pixabay

Ako si vybrať cibuľoviny

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

Ako sadiť cibuľoviny

- Cibuľoviny 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.
- Cibuľky treba sadiť do hĺbky, ktorá by mala predstavovať dvojnásobok výšky cibuľky. Ak cibuľka meria napríklad tri centimetre, zasadiť ju musíte do hĺbky šesť centimetrov.
- Vzdialenosť medzi jednotlivými cibuľkami by mal byť približne trojnásobok veľkosti cibuľky.
- Nezabudnite, že cibuľky sa sadia špičkou hore. Po výsadbe zasypte ci-



Cibuľoviny sa vám už na jar odvdčia svojou krásou.

zdroj foto Anders_Mejlvang pixabay

buľky zeminou, utlačte a polejte.

Náš tip:

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

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

Náš tip:

Na výsadbu cibuľovín si zvolte vlhké počasie.

Cibuľoviny ukázu 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 cibuľovín

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

» ren



SLOTS

0-24

LIVE-GAME

CASINO

HLOHOVEC OC VÁH


CITYCASINOHLOHOVEC


CITYCASINOHLOHOVEC

INFO: +421 905 902 214

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 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.

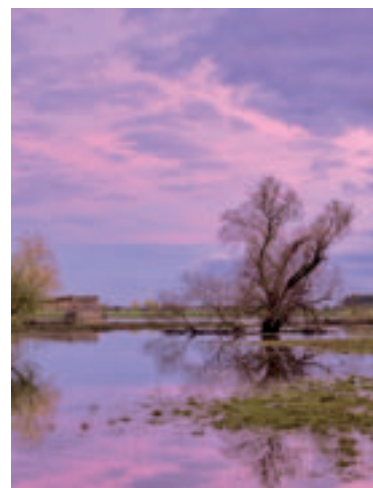
Vďaka spolupráci ÚVZ SR a Slovenského hydrometeorologického ústavu nájdete kompletné odporúčania aj priamo na stránke SHMÚ pri meteorologických a hydrologických výstrahách a podrobné informácie k ochrane zdravia nájdete uverejnené na webe ÚVZ SR.

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 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 dojčenské 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 spločinami (oxid uhľnatý)!
- 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 čistiarni.

Zdroj informácií ÚVZ SR.

» ren

REGIONPRESS

Pre posilnenie pracovného tímu prijmeme 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 zaučime

MECHANIK

NÁPLŇ PRÁCE:

- » údržba a servis tlačových strojov
- » odstraňovanie porúch na prevádzke

POŽIADAVKY:

- » technická zručnosť, v prípade potreby zaučime

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

PONUKANÝ PLAT:

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



0908 979 394



kascak@regionpress.sk

REGIONPRESS, s.r.o.

Mikovíniho 10

917 01 Trnava



Oplatí sa!



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
potrebné pre prácu
Možnosť turnusov
Ubytovanie zabezpečené
Stabilná celoročná práca

www.simon-fleisch.de | 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

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
• stravníkový paušál 90 Kč/smena
(plne hradená zamestnávateľom)
• 25 dní dovolenky
• týždenné zálohy
• platené nadvčasy, víkendy, sviatky
• ubytovanie a doprava zabezpečené
a plne hradené

Kontakt: **+420 604 515 863**
info@empres.sk

Stannah

-10% ZĽAVA*

Toto hovoria naši zákazníci.
Neni k tomu čo dodať

Už po prvom kontakte sme boli veľmi milo prekvapení ochotou, ústretovosťou a profesionálnym prístupom tejto spoločnosti. Stoličkový výtah 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

Pre ŤŽP občanov možnosť vybaviť na zakúpenie stoličkového výtahu 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

DOM KAVY

DOMKAVY.SK
TRNAVA

KAVOVA5

ZĽAVOVÝ KÓD - 5% ZĽAVA NA NÁKUP
ZO STRÁNKY WWW.DOMKAVY.SK

čujte.sk

Čítajte nás

www.cujte.sk

Predpoveď počasia na 7 dní | Trnava

Pondelok 23.9.2024	Utorok 24.9.2024	Streda 25.9.2024	Štvrtok 26.9.2024	Piatok 27.9.2024	Sobota 28.9.2024	Nedeľa 29.9.2024
jasno	prevažne oblačno	oblačno	prevažne oblačno	polooblačno	polooblačno	polooblačno
22°C	22°C	23°C	18°C	16°C	17°C	16°C
12°C	13°C	10°C	10°C	7°C	7°C	7°C

táto predpoveď počasia má informatívny charakter / predpoveď počasia sa môže meniť

39. týždeň zdroj pocasie.sk | predpoveď zo dňa 16.9.2024

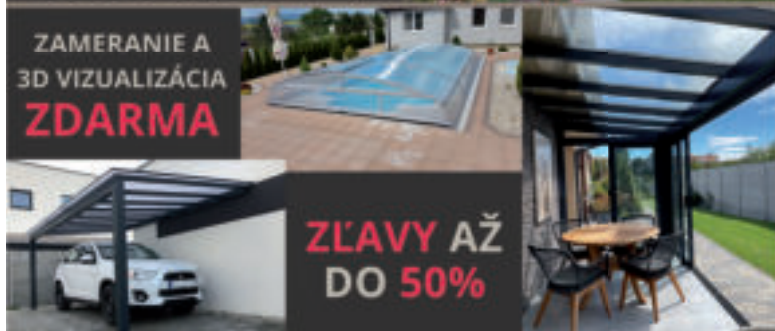
Oplatí sa!

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

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, 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 NEHNUTEL'NOSTI

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
0905 148 393

BEZPLATNÁ UKÁZKA
A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

5 ROČNÁ ZÁRUKA

**rodinné domy
ZĽAVA 50%**

RÝCHLO, PROFESIONÁLNE A S DLHOTRVAJÚCIM ÚČINKOM

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