

ŽILINSKO BYTČIANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 50 780 domácností

**NESKORÁ
KAPUSTA**

Z VLASTNEJ
PRODUKCIE
celá, rezaná

ŽILINA - BYTČICA

vedľa
darčekovej predajne

0905 951 753
0949 494 845

**DOMÁCE
OŠÍPANÉ**
UŽ V POLOVIČKÁCH
S DOVOZOM
V CENE
Volajte
0908 131 199



ŠTAHOVANIE
0911 319 509
0918 799 309
SVD
www.stahovaniesvasnou.sk
BYTY, KLAVIRE, KANCELARIE, TREZORY, DOPRAVA



dopredaj letných zásob
**ROXORY
KARI SIETE**
Momentálne najlacnejšie v Žiline
KDE?
ZBERNÉ Teplička, s.r.o.
Poľnohospodárska ul.
Teplička nad Váhom
KONTAKT
0948 199 128
regionshop.sk



**SKRINE + ŠATNÍKY
NA MIERU AKCIA**
Hliníkové kovanie, komplet korpus, boky, dna,
police, vešiakové tyče, ABS hrany, posuvné dvere
AKCIA: zameranie, dovoz, montáž V CENE
0917 346 632 nabytokgabor@gmail.com výpočet ceny
www.nabytokgabor.sk cez telefón

ČISTENIE HROBOV
a impregnovanie hydrofóbnou impregnačiou
NAJLEPŠIA CENA v okolí 0903 977 736

BRIKETY - PELETY
EKOHRÁŠOK - PALIVOVÉ DREVO
ŠKÁROVKY A STUPNICE NA SCHODY
AUTODOPRAVA NAJNIŽŠIE CENY
S HYDRAULICKOU RUKOU ALEBO ČELOM
0948 153 799 www.drevoza.sk

PRENÁJOM KONTAJNEROV
Stavebný odpad, Objemný odpad, Bio odpad
3 m³ 10 m³ 12 m³
AUTODOPRAVA 0903 431 746
www.kontajneryzilina.sk



VYKÚPIME OSOBNÉ AUTÁ
- POJAZDNÉ, V HOTOVOSTI 0918/566 211

KOMINÁRSTVO
• FRÉZOVANIE
• VLOŽKOVANIE
• ODDECHTOVANIE
• STAVBY KOMÍNOV
OBHLIADKY
ZDARMA
www.krbyakominy.sk 0904 947 422



DOVOZ NA ADRESU
18 týž. mládky,
brojlerové kurence
1-3 dňové, 2,8-3,5 kg
www.hydinashop.sk
0944 842 953



KURZY A ŠKOLENIA
BOZP, OPP, PZS, CO, VZV, azbest, toxické látky
0915 825 795

REGION PRESS
Na podanie si INZERÁTU
píšte zilinsko@regionpress.sk

ČISTENIE HROBOV
HROB 10€ 50€ ZHROB 180€ 70€
OBNOVA PISMA: 2€ 1,2€/ZNAK
ING. MIROSLAV GREISIGER
0940 653 651, 0919 205 521
WWW.CISTENIEHROBU.SK

HÖRMANN
Garážové brány
Domové dvere
Interiérové dvere
Plotové pohony
0903 82 12 12 www.autobrany.sk



MILUMO
Viac info: 0911 757 663
www.milumo.sk, info@milumo.sk
Alternatíva kameňa
- moderné hroby a pomníky
Moderné, inovatívne obloženia hrobov
a výroba pomníkov z HPL materiálov
Ušetríte až **33%**
na 1-hroby, 2-hroby a pomníky
Navštívte našu vzorkovú predajňu:
Hričovské Podhradie 122, okr. ZA - budova Intertank-u



**PRIJMEME
upratovačku**
kancelárskych priestorov
3 hodiny denne dopoludnia
ŽILINA - Dolné Rudiny
Mzda: 300€/mesiac v čistom
0948 70 70 76

**Čistenie a kontrola
komína**
s revíznou
správou
29€
S DPH
FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE
ČISTENIE - KONTROLA
Rekonštrukcia a
oddechtovanie komínov
0914 276 111
0915 483 234
kominarstvo-mitasi@centrum.sk



**VÝROBA A MONTÁŽ
OKIEN A DVERÍ**
PLASTOVÝCH
A HLINÍKOVÝCH
Tieniaca technika
Sieťky proti hmyzu
Posuvné systémy
Pergoly
www.eko-okna.sk
0917 173 667 info@eko-okna.sk
0918 392 054 ekooknaponuky@gmail.com
GARÁŽOVÉ BRÁNY
J.M. Hurbana 348/4, ŽILINA ZA BEZKONKURENČNÉ CENY



**PALIVOVÉ
DREVO**
TVRDÉ A MÄKKÉ
sypané v kontajneri
33cm tvrdé - 60€
33cm mäkké - 44€
VEĽKOSŤ POLIENOK
podľa požiadavky
od 25cm do 50cm
AKCIA
zľava na doprave 10€
+ balík podpaľovacích
triesok zdarma
0917 249 284
aktuálny cenník:
www.pilavelkerovne.sk
doprava: 0,90 €/km

Bezplatný týždenník

ŽILINSKO
BYTČIANSKO

EV 6214/24

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

Ročník I, Vydanie 25, týždeň 42/2024.

Redakcia: Vysokoškôľakov 6
ŽILINA
zilinsko@regionpress.sk

INZERCIA

Mgr. Dana Mráziková 0908 979 468
Veronika Žideková 0905 362 803
Barbora Gajdošová 0915 780 751www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.skVychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (50.780 domácností)

pámy týždeň: Bánová, Brodno, Budatín, Bytča, Považský Chlmec, Trnovec, Zádubnie, Zastranie, Závodie, Žilina, Belá, Bitarová, Dolný Hričov, Gbelany, Horný Hričov, Kotročina Lúčka, Krasňany, Horný Hričov, Lietavská Lúčka, Nededza, Porúbka, Rosina, Stráža, Teplička nad Váhom, Terchová, Turie, Varín, Višňové, Hliník nad Váhom, Veľká Bytča, Hvozdnica, Kolárovice, Kotešová, Predmier, Štiavnik, Veľké Rovné**nepámy týždeň:** Bánová, Brodno, Budatín, Bytča, Mojsová Lúčka, Považský Chlmec, Trnovec, Zastranie, Závodie, Žilina, Žilinská Lehota, Belá, Bitarová, Kamenná Porúba, Kónská, Kotročina Lúčka, Krasňany, Lietava, Lietavská Lúčka, Babkov, Lietavská Svinná, Mojs, Nededza, Nezbudská Lúčka, Ovdčarsko, Podhorie, Porúbka, Rajec, Rajecká Lesná, Poltavsie, Rajecké Teplice, Rosina, Stráňavy, Stráža, Strečno, Teplička nad Váhom, Terchová, Turie, Varín, Višňové

Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo 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	DUNAJSKOSTREDSKO	
GA	34.390	GALANTSKO-ŠALIANSKO	
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO	
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO	
LV	30.580	LEVICKO	
MA	29.680	MALACKO	
NR	54.170	NITRIANSKO	
NZ	35.050	NOVOZÁMCKO	
PK	22.970	PEZINSKO	
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY	
SC	35.420	SENECKO	
SE	36.750	SENIČKO-SKALICKO	
TO	41.930	TOPOĽCIANSKO-PE-BN	
TT	60.750	TRENČIANSKO-DCA-IL	
TN	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	LUCIENCKO-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	ŽIARSKO-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-VF-SV-ML	
KE	92.130	KOŠICKO	
KS	24.900	KOŠICKO okolie	
SL	12.940	LUBOVNIANSKO	
MI	31.260	MICHALOVSKO-TV-SO	
PP	41.520	POPRADESKO-KK	
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB	
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL	

Zlepšime si duševnú pohodu

Pri príležitosti Svetového dňa duševného zdravia ponúkli odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) na sociálnej sieti niekoľko tipov, ako si zlepšiť náladu:

Urobte niečo prospešné a dobré pre niekoho iného. Ak zlepšíte deň niekomu inému, zlepši sa aj vám.

Urobte sami sebe radosť – popri povinnostiach si doprajte niečo príjemné pre seba: uvarte si dobré jedlo, prípadne si kúpte darček.

Pustite si hudbu. Je to dobrý spôsob, ako pookriať na dušu, a môžete si pri tom aj zatancovať.

Zacvičte si. Pohybom sa vyplavujú endorfíny, ktoré zlepšujú náladu.

Choďte sa prejsť do prírody. Pozorujte, vnímajte a nasávajte prírodu okolo seba – upokojuje a udržiava duševnú pohodu.

Napište si tri veci za ktoré ste vďační. Vďačnosť je mocná emócia a postoj, ktorý umožňuje oceniť a cítiť vďaka za veci, udalosti a ľudí v našom živote. Pomáha nám sústrediť sa na pozitívne aspekty nášho života, zlepšuje náladu a zvyšuje celkovú pohodu.

Upracťe si doma alebo v práci a

zabavte sa zbytočnosť. Nie je to lákavá predstava, ale u niekoho dobrý spôsob, ako si zlepšiť náladu a mať dobrý pocit sám zo seba. Niektorým ľuďom pomáha upratovanie a pohľad na čistý a usporiadaný priestor.

Dve minúty sa skúste sústrediť vedome na svoje dýchanie. Stačí, keď zatvoríte oči a pozornosť venujete svojmu dychu. Pomaly sa nadychnite nosom a potom vydychujte ústami. Za malú chvíľu pocítite, že sa upokojíte a budete sústredenejší aj vyrovnanejší.

Užite si pobyt na slnku, pokiaľ to ide. Slnecný svit spúšťa tvorbu vitamínu D a podporuje produkciu serotonínu – hormónu šťastia, ktorý zlepšuje náladu. S dávkovaním slnečného žiarenia buďte opatrní a nepreháňajte to.

Zložte puzzle, vylúštite krížovku, rébus. Malé víťazstvá, ktoré zažívame, uvoľňujú dopamín, ktorý nám dáva pocit spokojnosti a radosti.



» ren

zdroj foto voltamax pixabay

SŤAHOVANIE
profí
SUVKA
Žilina
Dispečing SK - 0950 333 222
www.stahovanie-profi.sk

PALIVOVÉ DREVO
UKLADANÉ
mäkká metrovica - 53 €/prn
klátky štiepané - 67 €/prn
tvrdá metrovica - 63 €/prn
klátky štiepané - 77 €/prn
DOVOZ ZABEZPEČÍME
0911 090 185
0905 193 790

ŽALÚZIE
- ISO design retiazka (celotieň)
cena: 11 €/m²
- ISOLINE retiazka (jednoliaty nosník)
cena: 13,50 €/m² ceny vrátane montáže
- ROLETKY: - DEŇ a NOC,
- PLISE - TEXTILNE - STREŠNÉ
- VERTIKÁL. ŽALÚZIE
- SIEŤKY pevné, navijacie
- okenné - dverové
OPRAVY ŽALÚZIÍ
0903 525 784
vlado.michal72@gmail.com

KAMENÁRSTVO
JANTÁR
• náhrobné pomníky
• žulové zakrytia hrobov
• urny a urnové schránky
• lampáše, vázy, kríže...
0908 252 071 Doživotná záruka na prácu
www.kamenarstvojantar.sk
Obhliadka, zameranie a grafický návrh ZDARMA

OKNÁ · DVERE · GARÁŽE
TIENIACA TECHNIKA
AKCIA do 31.10.2024
www.PROFIOKNOSK.eu 0917 606 602

PALIVOVÉ DREVO
- metrovica
- polienka
- pelety
0948 141 080
Z trvalo udržateľného Slovenského lesa

VÝPREDAJ

205/55 R16 91T
WEATHERMASTER WSC
75,90 €
V PNEUSERVISOCH
MIKONA
www.mikona.sk

BRIKETY DREVENÉ
od 230 €/paleta
RUF /HRANATÉ/
NESTRO /VALCOVÉ/
0915 782 120

Realizujeme
STROJOVÉ POTERY
A OMIETKY
0948 300 988

ČISTENIE PERIA
ŠITIE PAPLÓNOV
VANKÚŠOV
041-568 92 51, 0904 962 821
ul. Na Stanicu 1032
Žilina-Bytča
OTV. HODINY: Pon - zatvorené, Ut-Pia: 8.00 - 17.00

Hľadáme šikovných
pracovníkov do Mobisu
na pozíciu balič/balička
automobilových komponentov
Mzda na živnost: 7,50 €/h. + bonus
Mzda na TPP: od 750€ + bonus + stravný lístok
Možnosť brigády - 5€/hodina
0918 242 686

REKONŠTRUKCIE DOMOV
A BYTOV · JADRÁ
ZATEPLENIE DOMOV
FASÁDY · OMIETKY
POTERY · MAĽOVKY
ELEKTROINŠTALÁCIE
SADROKARTÓNY
ZÁMKOVÁ DLAŽBA
OPLOTENIA · STRECHY
KROVY · VÝMENA RÍN
IZOLÁCIE - FATRAFOL
0947 120 630



20
ROKOV NA
SLOVENSKU

**44%
ZĽAVA**

~~4.29**~~

2.39

(1 kg = 9,56)
Rajo maslo
250 g



**34%
ZĽAVA**

~~0.99***~~

0.65

Kryštalový cukor
1 kg



ZA POSLEDNÝ ROK
NAJNIŽŠIA CENA
V LIDL

**38%
ZĽAVA**

~~3.99~~

2.45

Kuracie stehná XXL
cena za 1 kg
horné/dolné



**28%
ZĽAVA**

~~6.99~~

4.99

Kuracie prsné
rezne XXL
cena za 1 kg



OD PONDELKA

OD PONDELKA 21. 10. DO NEDELE 27. 10.
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

ŠTEDRÝ PONDELOK

VYBRANÉ
KONZERVOVANÉ
RYBY

2+1
ZADARMO



PLATÍ LEN V PONDELOK 21. 10.

**66%
ZĽAVA**

~~3.59***~~

1.19

Konzumné
zemiaky neskoré
3 kg balenie
neprané
varný typ B - prílohové

1 kg iba

0.40



**53%
ZĽAVA**

~~1.69~~

0.79

Tekvica na vyrezávanie
cena za 1 kg



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



**Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akčných cien, zistených na základe porovnania cien dňa 1. 10. 2024.

***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávaného produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri prepočte na hmotnosť produktu z akčiového týždňa.

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

Ponuka tovaru platí od 21. 10. do 27. 10. 2024 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

stavebná firma
sventek

- ✓ Stavby domov na kľúč
- ✓ Rekonštrukcie bytov a domov
- ✓ Zemné práce ✓ Zatepl'ovanie
- ✓ Obklady a dlažby
- ✓ Elektroinštalácie, voda, kúrenie, montáž

stavby@sventek.sk
0904 150 004

Miĥal Sventek - Čadečka 2500, Čadca

ZENIT

AKCIA NA POLYKARBONÁT

REZANIE MATERIÁLU ZDARMA

eshop.zenitsk.sk/akcia



-30%

Ultralight 2/10 číra
9,50 €/m² s DPH



-30%

Exolon 5X/16 2UV šedá
16,51 €/m² s DPH

ROZVOZ PO CELOM SLOVENSKU

KOŠ - 046/5430 771, zenit@zenitsk.sk
KOŠICE - 055/6254 006, kosice@zenitsk.sk

- Frézovanie komínov
- Vložkovanie komínov
- Revízie komínov na kolaudáciu
- Výstavba nerezových a betónovo-nerezových komínov

Všetko pre Vaš komín

www.kominy-kabac.sk

☎ 0908 591 216 ☎ 0905 742 808

DREVENÉ SCHODY

NA MIERU

obhliadka ZADARMO

DLHOROČNÉ SKÚŠENOSTI

+421 949 826 529
+48 603 071 169, Podwilk 262a

NEREZOVÉ KOMÍNOVÉ VLOŽKY
OCEĽOVÉ DYMOVODY
FASÁDNE 3-VRSTVOVÉ KOMÍNY

komín s.r.o.

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

☎ 0948 267 814
✉ kominsro@kominsro.sk
🌐 kominsro.sk

Slovenský certifikovaný výrobca nerezových komínov

OBNOVA NÁPISOV
a DOSEKÁVANIE
DÁTUMOV na
POMNÍKOKH

PRÍAMO NA CINTORÍNE

čistenie dvojhrabu 100€

0944 229 001

STRECHY - MONTÁŽ - VÝMENA

- PLECHOVÉ
- ŠKRIDL'OVÉ
- ŠINDĽOVÉ
- HYDROIZOLÁCIE
- VÝMENA RÍN
- LIKVIDÁCIA AZBESTU
- PRÍSTAVBY DOMOV
- VÝMENA OKIEN
- OBNOVA HOSPOD. BUDOV
- ZATEKANIE STRIECH
- ODDRENÁŽOVANIE DOMOV
- FASÁDY

0948 107 877

PRIJMEME upratovačku

na 2 hodiny denne
MARČEK
- pri priehrade (oproti ASE)

Mzda: 300€/mesiac

0948 70 70 76

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

- Stavba troj vrstvových komínov
- Prestavby nadstrešných častí komínov
- Rekonštrukcia a sieťkovanie komínov
- Montáž zrealizujeme za jeden deň

frézovanie od 15€/bm

OBHĽIADKA KOMÍNOV ZDARMA

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA 35% na materiál

0904 157 144, 0903 874 784

KAMENÁRSTVO RIEDL

MRAMOR • ŽULA • ONYX • TRAVERTÍN

- kompletne zhotovenie hrobov a rekonštrukcie
- kuchynské dosky, schody, dlažby, obklady krbov
- rezanie materiálov vodným lúčom

www.riedl.sk

Žilina-Považský Chlmec Varín Rajec
Bytčianska 56 Martinčekova 55 Hollého 47
tel.: 041/500 11 85 tel.: 041/569 12 72 tel.: 041/542 43 31



EKO-PROFIL
OKNÁ | BRÁNY | TIENENIE

NOVÁ ÚROVEŇ BEZPEČNOSTI

SafeHome 92 ★★★★★

ŽILINA: Kamenná 4, areál KINEKUS, 0907 284 483, za@ekoprofil.sk

www.ekoprofil.sk

Spoločnosť **ERIKS** s.r.o. **PRÍJME**
zamestnancov do TPP na pozície:

- **Zakružovač 5,35 €/hod.**
- **Lisár 5,35 €/hod.**

Mesačné prémie
do výšky 20% platu

Dochádzkový bonus
Príplatok za 2. zmenu

Práca v čistom
príjemnom prostredí len
v dvojzmennej prevádzke
Pondelok – Piatok

Práca vhodná pre mužov aj ženy

Kontakt: +421 (41) 285 34 21
alebo osobne u nás v spoločnosti

UPRATOVAČKA

Teplička nad Váhom

plný úväzok, na dohodu (brigády)



Termín nástupu: **ihneď, príp. dohodou**

Mzda: **750-1000 EUR**/mesiac

Základ 4,31 – 4,60 EUR /hod.+ príplatky,
dochádz. bonus, prís. strava a doprava

praca@ssigroup.sk, +421 905 168 503

PRACOVNÍK V POŽIČOVNI



Miesto práce: **Kamenná 11, Žilina**

Termín nástupu: **11- 12/2024**

Vzdelanie: **základné, stredoškolské, nadst.**
vysoškoškolské, vodičský preukaz: B

Mzda: **900-1500 € brutto/mesiac**

Náplň práce: príjem, výdaj, kontrola strojov,
základný servis strojov a malej mechanizácie
- Fakturácia, blokovanie, vyhľadávanie zákazníkov

0905 610 810, 0905 878 444

23. októbra 1956 **Výročia a udalosti**
Začiatok povstania v Maďarsku

PRIJMEME
kuchára / kuchárku
do slovenskej reštaurácie

s možnosťou ubytovania

Reštaurácia a Penzión Mlynárka
Rajecké Teplice

Info: tel. **0903 532 497**

SBS
LAMA SK



príjme bezpečnostných
pracovníkov na obchodné
prevádzky

v Žiline

1 050 € brutto / mesiac
POS nutný!

0948 002 204

PRIJMEME
upratovačku

kancelárskych priestorov
3 hodiny denne popoludní
ZA - Vlčince - v budove SEPS

Mzda: **300€/mesiac** v čistom
0948 70 70 76

INZECIA

zilinsko@regionpress.sk

PRIJMEME
upratovačku

na 4 hodiny denne
VARÍN - areál SSD

Mzda: **400€/mesiac** v čistom
0948 70 70 76

PRIJMEME
upratovačku

na 2,5 hodiny denne
popoludní
ŽILINA - Bôricka cesta

Mzda: **300€/mesiac** v čistom
0918 180 560

FRÉZOVANIE
VLOŽKOVANIE

FRÉZOVANIE
od 15€/bm

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA
na materiál **40%**

REKONŠTRUKCIA
KOMÍNOV

• PRESTAVBY
NADSTREŠNÝCH
ČASŤÍ KOMÍNOV
• ZATEPOVANIE
A SIETKOVANIE
KOMÍNOV
• OBHLIADKA KOMÍNOV
ZDARMA

0948 012 507 • www.profikominy.sk

Rekonštrukcie domov-bytov
zámková dlažba, zateplenie - fasády,
kúpeľne, maľovanie,
izolácie domov a striech, altánky

0907 382 062



BOBRIA SILA V AKCII

NAŠA OKTÓBROVÁ PONUKA

DOKÁŽETE ČOKOLIEK S



vhodná do interiéru aj exteriéru

Od 50 m²*

7,49
od

Od 40 m²**

12,99
od

15 kg + 10%

Od 10 bal.***

22,99
16,5 kg



DLAŽBA „GRANIT“
Rozmery: 30 × 30 cm. Obsah balenia 1,62 m².
OBI č. 1951953 a. i.

VINYLOVÁ PODLAHA DUB „BOLOGNA“
Rozmer dielca 1 220 × 180 × 3,5 mm. Obsah balenia: 2,635 m².
OBI č. 2106839

PRIMALEX PLUS
Vnútroň maliarsky náter, hlboký mat,
vynikajúca krycia schopnosť, vysoká
oteruvzdornosť. OBI č. 2383206 (1,40 €/kg)

* Cena pri kúpe 1 bal.: 9,99 €/m². Najnižšia cena v období 30 dní pred znížením ceny tovaru: 9,99 €/m². Cena pri kúpe od 50 m²: od 7,49 €/m². Platí od 1. 10. do 31. 10. 2024 alebo do vypredania zásob.
** Cena pri kúpe 1 bal.: 16,98 €/m². Najnižšia cena v období 30 dní pred znížením ceny tovaru: 16,98 €/m². Cena pri kúpe od 40 m²: 12,99 €/m². Platí od 1. 10. do 31. 10. 2024 alebo do vypredania zásob.
*** Cena pri kúpe 1 bal.: 30,99 €/bal. Najnižšia cena v období 30 dní pred znížením ceny tovaru: 30,99 €/bal. Cena pri kúpe 10 a viac balení: 22,99 €/bal. Platí od 1. 10. do 31. 10. 2024 alebo do vypredania zásob.
Platí len pre predajne: OBI Banská Bystrica, OBI Bratislava-Lamač, OBI Bratislava-Bajkalská, OBI Nitra, OBI Prešov, OBI Trnava, OBI Zvolen a OBI Žilina.



Ako spracovať huby?

Vybrali ste sa na huby a mali ste šťastie? Tak možno práve riešite otázku, ako ich všetky spracovať. Ponúkame návod ako ich sušiť aj spracovať na korenie či zavarit.

Sušenie húb

Huby preberte a na sušenie použite len zdravé a nečervivé. Očistite ich, nakrájajte na plátky hrubé približne 5mm a naukladajte ich na plech na pečenie. Sušte na vzdušnom, nie slnečnom mieste alebo v rúre na pečenie pri teplote približne 60°Celzia. Usušené hriby vložte do sklenej uzatvárateľnej nádoby alebo do plátenného vrecúška a umiestnite na tmavé suché miesto.

Hubové koreníe

Ak ste už niekedy sušili huby, tak to poznáte, zostane vám z nich veľa drobných úlomkov. Vložte ich do mlynčeka a zomleťte alebo rozmixujte. Následne preložte do sklenej nádoby, primiešajte soľ, mleté čierne koreníe a bylínky podľa chuti – hodí sa tymián, rozmarín aj oregano. Potom už len pridávajte ako koreníe do jedál.



Sušené huby.

zdroj foto Waldrebell pixabay

Nakladané huby

Suroviny: huby, kyselina citrónová, soľ

Postup: Huby očistite, nakrájajte a dajte variť do vody spolu s kyselinou citrónovou, pričom jej na 1 liter vody pridajte 4 g. Varte 5 minút. Potom huby precedzte, prepláchnite v studenej vode, nechajte odkvapkať a natlačte do pohárov. Pripravte si slaný nálev tak, že necháte zovrieť vodu a rozpustíte v nej soľ, pričom na 1 liter vody pridajte 1 až 2 polievkové lyžice soli a dobre premiešajte. Horúcim nálevom zalejte huby v pohároch, uzatvorte a dajte sterilizovať na 30 minút. Po prvom sterilizovaní nechajte poháre vychladnúť a po 24 hodinách znovu sterilizujte 30 minút.

Pozor!

Zbierajte len huby, ktoré poznáte.

» ren

Polievka, rizoto, stroganov aj závin

Doprajme si chutné hubové hodovanie

Huby obsahujú mnoho látok dôležitých pre náš organizmus a práve jesenné obdobie je priam ideálne na ich zber. Dopriať si ich však môžete aj v prípade, že nepatríte k vášnivým hubárom. Na pultoch predajní je už v súčasnosti celkom pestrý výber týchto zdraviu prospešných plodov. Prinášame recept na chutnú polievku, krémové rizoto, bravčový stroganov či závin.

Vďaka obsahu beta-glukánov sú huby veľmi prospešné na podporu imunity. Huby obsahujú tiež veľké množstvo bielkovín, cukrov, konkrétne polysacharidov, majú veľký obsah vlákniny a veľmi nízky obsah tukov. Nájde sa v nich rôzne vitamíny, napríklad riboflavín, tiamín, kyselinu pantoténovú, kyselinu listovú, vitamín E, provitamín A, vitamín C, biotín a betakarotén. Obsahujú tiež mnoho stopových prvkov - je medzi nimi vápnik, jód, železo, horčík, mangán, fosfor, draslík, selén, sodík, síra či zinok.

Hubová smotanovo – kôprová polievka

Suroviny: 300g húb, 4 zemiaky, soľ, mletá rasca, mleté čierne koreníe, 2 tégliky kyslej smotany, 3PL hladkej múky, olej, 3PL nasekaného kôpru, 3 vajcia

Postup: Huby očistite a pokrájajte. Do hrnca nalejte olej, pridajte huby, soľ, rascu, mleté čierne koreníe a orestujte.

Zemiaky umyte, očistite, nakrájajte na kocky a pridajte k hubám. Zalejte 1,5 litrom vody, prípadne hubového bujónu a varte domäkka. Vajcia uvarte natvrdo.

V smotane rozšľahajte múku, vlejte do polievky a varte ešte päť minút. Na záver pridajte nasekaný kôpor.

Polievku môžete podávať s natvrdo uvareným vajíčkom a celozrnným chlebom alebo pečivom.

Hubové rizoto

Suroviny: 200g čerstvých hribov



Vychutnajte si hubové rizoto.



Je čas zberať huby.

zdroj foto silviarita pixabay

alebo 50g sušených hribov, 1/2PL oleja, 2 strúčiky cesnaku, 1 cibuľa, 4 lístky šalvie, 185g okrúhlej ryže, 60ml suchého červeného vína, soľ, mleté čierne koreníe, 1l zeleninového vývaru, syr parmezán

Postup: Huby očistite a pokrájajte. Ak budete používať sušené huby, tie aspoň hodinu pred prípravou rizota namočte do teplej vody, ktorú pred varením húb sceďte. Na väčšej panvici zohrejte olej, pridajte cibuľu a pretlačený cesnak a orestujte. Pridajte huby, nasekanú šalviu a restujte ďalšie 2 minúty. Pridajte ryžu, soľ, mleté čierne koreníe a restujte 2 minúty. Prilejte víno a miešajte, kým vsiakne do ryže. Potom prilejte horúci vývar a miešajte, až kým bude ryža krémová. Podávajte posypané hoblíčkami parmezánou.

Bravčový stroganov

Suroviny: 1kg bravčového mäsa, 500g šampiňónov, olej, soľ, mleté čierne koreníe, 1 bobkový list, 2 cibule, 3PL

hladkej múky, 1,5l vývaru, 6 kyslých uhoriek, 100ml smotany na šľahanie, 2PL horčice, petržlenová vňať

Postup: Mäso nakrájajte na rezance. V hrnci rozohrejte olej, pridajte mäso a krátko opečte. Pridajte soľ, mleté čierne koreníe, krátko restujte a vyberte z hrnca.

Cibuľu a šampiňóny očistite a nakrájajte na rezance. Vložte do hrnca s výpekcom od mäsa a za občasného miešania restujte približne 5 minút. Pridajte soľ, koreníe a hladkú múku, chvíľu opražte a za stáleho miešania zalejte vývarom. Pridajte odložené opečené mäso a varte na miernom ohni 15 minút.

Uhorky nakrájajte na kolieska a krátko pred koncom varenia pridajte k mäsu a hubám.

V miske zmiešajte smotanu s horčicou, pridajte do hrnca a všetko spolu už len prehrejte.

Podávajte posypané nasekanou petržlenovou vňaťou.

Hubový závin

Suroviny: lístkové cesto, huby, 1 cibuľa, čerstvý smotanový syr, pór podľa chuti, soľ, čierne koreníe, olej

Postup: Cibuľu očistite, nakrájajte na drobné kúsky a opečte. Pridajte očistené, na kúsky pokrájané huby a duste približne 10 minút. Podľa potreby podlejte vodou. Nechajte vychladnúť.

Lístkové cesto si zatiaľ rozvaľkajte na tenký plát. Pór umyte a nakrájajte na kolieska.

Do vychladených húb vmiešajte krémový syr, pór a dochuťte soľou a mletým čiernym korením. Takto pripravenú zmes navrstvite rovnomerne na vyvaľkané lístkové cesto a zaviňte. Pečte v rúre predhriatej na 200 °C asi 20 minút.

zdroj foto valtercirillo pixabay

» ren

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

KÚPIME
obrazy, grafiky
a sochy
slovenských
a českých
maliarov a sochárov

KONTAKTUJTE:
0903 846 800
groma@groma.sk

SIMON - Fleisch

**BRAVČOVÁ
A HOVÄDZIA
PORÁŽKA
V NEMECKU**

14€ - 20€

OBSLUHA UMÝVACEJ

LINKY

od 13€

**PODĽA KVALIFIKACIE
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



Bez budovania
základov



Odolnosť voči
snehu a vetru



5 rokov záruka na konštrukciu
10 rokov záruka na polykarbonát

BIO HNOJIVO
chrániace rastliny
pred škodcami

DOPRAVA ZADARMO • VŠETKO SKLADOM

Názov	Š x V x D	Cena	Cena za predĺženie 2m
GNOM	1,64 x 1,66 x 4 m	379 €	cena predĺženia o 2m 100 €
GRETA	2 x 2 x 4 m	479 €	cena predĺženia o 2m 160 €
GLORIA	2,58 x 2 x 4 m	579 €	cena predĺženia o 2m 160 €
GENIO	3 x 2 x 4 m	479 €	cena predĺženia o 2m 160 €
GARANT	3 x 2 x 4 m	579 €	cena predĺženia o 2m 160 €
GULLIVER	3 x 2 x 4 m	649 €	cena predĺženia o 2m 200 €
GOLIÁŠ	3 x 2 x 4 m	729 €	cena predĺženia o 2m 200 €
GOLEM	4 x 2,7 x 4 m	1 599 €	cena predĺženia o 2m 400 €
GIGANT	6 x 4 x 10 m	5 799 €	cena predĺženia o 2m 750 €

0948 88 88 55 info@galerica.sk www.galerica.sk

KOMTECH - Správa budov, s.r.o.

- ✓ Komplexné kominárske služby
- ✓ Servis a údržba plynových kotlov a rozvodov plynu
- ✓ Preplach podlahového kúrenia
- ✓ Striekané PUR izolácie

+421 914 706 703

info@komtech.sk

www.komtech.sk

**EKOLOGICKÉ
ČISTENIE
FASÁD**

rodinné
domy
ZĽAVA 50%

Patentovaná
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových
čističov

BombaFasada
www.BombaFasada.sk

0905 148 393

BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

Kúpim parožie

Zhody, trofeje i celé
poľovnícke zbierky.

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

Výkup mincí
do roku 1945

Celá SR

0904 474 597
vykupparožiaeu@gmail.com

POKRÝVAČ- TESÁR



-10% Z CENY PRÁCE DO 31.12.2024

ZDARMA

doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

Kontakt: +421 949 623 050

čujte.sk

**Zbierame plody
plné zdravia**

www.cujte.sk



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%**

Stannah

**Darček v
hodnote až
do 100,- €***

Ponuka



Začínate mať obavy z chodenia po schodoch?

Tisíce ľudí zvažovalo odchod z domu, pretože pri chodení po schodoch doma sa necítili bezpečne alebo mali bolesti. Našťastie sa dozvedeli o spoločnosti Stannah!

Spoločnosť Stannah je lídrom v oblasti stoličkových výťahov, ktorý pomáha ľuďom pohybovať sa slobodnejšie medzi poschodiami a vracia im nezávislosť a pokoj na duši.

Zavolajte zadarmo
0800 162 162
www.stannah.sk

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

Stannah vám zmení život.

*Kampaň platí pre každú objednávku do 31.10.24, nie je retroaktívna ani kumulovateľná s inými ponukami alebo kampaňami.

SIMON-Fleisch

**HĽADÁME VODIČA KAMIÓNU
DO NEMECKA 3000€ netto**

Hľadáme šoférov na chladiarenskú návesovú alebo prívesovú súpravu. Vodičský preukaz skupiny CE a kvalifikačná karta vodiča sú nutnosťou. Preprava tovaru, mäsa k zákazníkom. Zabezpečujeme ubytovanie a stabilný príjem s turnusmi.

www.simon-fleisch.de | job@simon-fleisch.de +421 944 995 400

**MÁTE
VLHKÝ DOM?**

- podpílovanie muriva
- chemická injektáž

ZĽAVY 20%

STOP
vlhkým múrom

0918 671 541

POKRÝVAČ- TESÁR



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

**ZA NAŠU PRÁCU
RUČÍME!**

Kontakt: Janek - 0919 495 628

NAŠA FIRMA ZABEZPEČUJE KOMPLETNÚ ADMINISTRATÍVU PRE ZÍSKANIE DOTÁCIÍ

ECOEnergy www.ecoenergy.sk
energetické poradenstvo info@ecoenergy.sk

!!!NEPREMEŠKAJTE!!!

Akcia platí pre prvých
100 zákazníkov



VOLAJTE: 0909 131 131 POZOR

Veľká jesenná akcia RÝCHLO

Fotovoltaická elektrárňa 4550Wp

+3 panely zadarmo

Teplné čerpadlo Galmet Prima

- základná zostava 10 panelov o výkone 4550Wp
- inštalovaný výkon 4550Wp
- návratnosť 4-5 rokov
- zariadenie na kľúč
- kvalita na prvom mieste
- zdražovanie energií sa Vás týkať nebude

alebo
Hybridný menič

- s našim tepelným čerpadlom zabudnete na uhlie a drevo
- užite si komfort, pohodlie a teplo domova bez námahy
- dostupné verzie 10kw, 12kw, 14kw a 16kw
- vhodné aj pre radiátory
- pracuje aj pri teplote -25°C
- 10kw verzia vykúri 200m2

- Možnosť nákupu na splátky ✓
- Dotáciu Vám odpočítame ihneď ✓
- Všetky komponenty skladom ✓
- Bezplatná obhliadka domu ✓

**Záruka
25 ROKOV**

Zaplatíte len
2490€*

*Cena vrátane montáže

Zaplatíte len
3990€*

*Cena vrátane montáže



**Záručný servis
zabezpečuje
výrobca**