

# POVAŽSKO BYSTRICKO-PÚCHOVSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 33 590 domácností

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

## Päť príjemných vecí

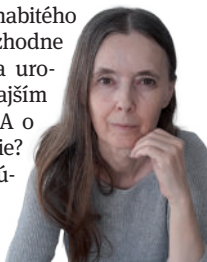
Jeseň je už tu a všetko navôkol sa mení. Počasie je chladnejšie a sychravnejšie, dni sa pomaly krátia a na mnohých z nás tak dopadol splín. Neraz pociťujeme napätie, trápi nás vnútorný nepokoj a možno aj depresívna nálada.

„Každý deň si naplánuj päť aktivít, ktorými si spríjemniš nasledujúci deň,“ poradila mi pred časom moja známa, ktorá je skúsenou odborníčkou v oblasti klinickej psychológie. V praxi ide o to, aby sme každý deň aspoň na chvíľu spomalili, zamysleli sa a považovali nad tým, čo by nám urobilo radosť. Už vtedy, keď budeme jednotlivé aktivity plánovať, sa budeme cítiť oveľa lepšie a spokojnejšie, nehovoriac o ďalšom benefite, že sa budeme mať na čo až do ďalšieho dňa tešiť.

V žiadnom prípade nemusí ísť o nejaké náročné či dych vyrážajúce činnosti, hoci výber je, pravdaže, na každom z nás. Stačia však skutočne aj všakovaké drobnosti, vďaka ktorým sa budeme jednoducho cítiť fajn. Vybrať sa môžeme na vychádzku do parku alebo zísť s priateľmi, kolegami na zákusok, na výstavu, do kina či divadla, mož-

no doma upiecť chutný koláčik, ktorý rozvoní celý náš príbytok. Rovnako môžeme dať priestor svojim záľubám či zahrať si s rodinkou spoločenské hry, alebo si zaspievať obľúbenú pesničku. Pripraviť si tiež môžeme voňavý kúpeľ a po ňom bylinkový čaj, zabaliť sa do mäkučkého teplého svetra alebo deky a prečítať si knihu či vychutnať si sledovanie obľúbeného filmu. Možností je veľa.

Z vlastnej skúsenosti však môžem povedať, že nie je vždy ľahké nielen vymyslieť päť takýchto príjemných činností, ale predovšetkým nájsť si čas na ich realizáciu. Na druhej strane si však myslím, že hoci možno nestihneme absolvovať všetky naplánované, tak aj tých zopár, ktoré sa zместia do nášho povinnosťami nabitého dňa, nám rozhodne zlepšia náladu a urobí náš deň krajším a radostnejším. A o to predsa ide. Nie? Tak ako? Vyskúšate?



» Renáta Kopáčová, redaktorka

## NÁBYTOK EXKLUZIV

Streženická cesta,

Púchov

Predajňa oproti bývalému BIZNIS CENTRU

**ZĽAVA 50% na iný vybraný tovar**



Prídte si k nám vybrať novú posteľ!

Ponúkame:

- posteľ drevené aj čalúnené
- vályndy pevné aj s rozkladom
- ortopedické matrace
- toper na ochranu matraca
- rošty lamelové, polohovateľné manuálne aj elektrické s nastavením tvrdosti
- veľký výber poťahových látok
- možnosť výberu dennej deky aj vankúšov

Pondelok - Piatok: 9.00 - 17.00

☎ 0903 581 551

## WILLIMAN

### OKNÁ DVERE

**Siete proti hmyzu  
na okná a dvere**

**AKCIA**

do 10 dní

Vzorkovne: P. Bystrica: Budova "Zatko" pri Kauflande, alebo v areáli OSBD

**KONTAKT: 0907 974 791**

Tel: 042/4362391, [www.williman.sk](http://www.williman.sk)

**Ponúkam všetky  
stavebné  
a maliarske práce,  
striekanie striech**



**Kvalita a serióznosť  
0910 993 219**

**INZERCIA**

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



**ČISTENIE HROBOV**

1HROB 110€ 90€ 2HROB 180€ 150€

OBNOVA PISMA: 2€ 1.5€/ZNAK

ING. MIROSLAV GREISIGER

0940 653 651, 0919 205 521

[WWW.CISTENIEHROBU.SK](http://WWW.CISTENIEHROBU.SK)



## BRIKETY DREVENÉ

od 230  
€/paleta

RUF /HRANATÉ/  
NESTRO /VALCOVÉ/

☎ 0915 782 120

Pálenica Vieska s.r.o. "Máme Čas"  
"v medi na dreve" už od 1938

k dispozícii:

- individuálny prístup bez hnania a vody
- odborná miniknižnica
- vernostný program
- drevo po dohode

0905 359 273

[palenica.vieska@gmail.com](mailto:palenica.vieska@gmail.com)

<https://palenica.sk/palenica-vieska/>

Púchov - Vieska Bezdedov 107



f PálenicaVieska

**DEWALT**

**STANLEY**

**KARCHER**

**KARCHER**  
mokro-suchý vysávač  
**79,90**

**KERASPOL**  
kúpeľňové štúdio & náradie

Vás pozýva na prezentáciu výrobkov  
**18.10. piatok od 9:00 do 17:00**  
**ZĽAVY AŽ DO -50%**

Pohostenie • Tombola • Ukážka náradia  
**Súťaž o dodávku plnú náradia**

SNP 1425, areál Práčovne, 017 07, Pov. Bystrica  
0911 137 347, [www.keraspol.sk](http://www.keraspol.sk)

**VÝNIMOČNÁ AKCIA!**

**POZOR!  
Akcia  
platí len  
18.10.  
2024  
piatok**

DCD771D2 + 2x 2Ah	195,90
	125,90
DN200/8/6 + KIT 6	159,90
	119,90
DWE4117	89,90
	64,90
DWE494 - 2200w	249,90
	164,90

**SAMOZBER MALÍN - JABLÍK**  
**UŽ IBA DO KONCA OKTÓBRA!!!**  
 BLIŽŠIE INFO 0902 982 120, 0903 767 190

**PREDAJ JABLÍK A HRUŠIEK NA KVAS**  
 0903 426 217, 0911 153 041

**V OSTRATICIACH PRI PARTIZÁNSKOM**

PRED PRÍCHODOM SI OVERTE DOSTUPNOSŤ A POVETERNOSTNÉ PODMIENKY  
[www.samozberjablk.sk](http://www.samozberjablk.sk), [www.samozbersliviek.sk](http://www.samozbersliviek.sk)

**FRUCTOP** OSTRATICE

**INTEGRA s.r.o.** Kominové systémy

**MÁTE PROBLÉMY S KOMÍNOM?**

**Frézovanie, vložkovanie, údržba, kompletne služby**

**Viac ako 20 rokov skúseností!**

Považské Podhradie 357  
 Telefón: +421 42 432 05 57  
 Mobil: 0905 548 264, 0905 879 164  
 Email: [integra@integra-sk.sk](mailto:integra@integra-sk.sk)  
[www.integra-sk.sk](http://www.integra-sk.sk)

tu mohla byť  
**VAŠA REKLAMA**

**DOVOZ NA ADRESU**

**18 týž. mládky, brojlerové kurence**  
**1-3 dňové, 2,8-3,5 kg**  
[www.hydinashop.sk](http://www.hydinashop.sk)  
**0944 842 953**

VÝROBA PLASTOVÝCH A HLINÍKOVÝCH

**OKIEN @ DVERÍ**  
 FASÁD A ZIMNÝCH ZÁHRAD

**REHAU** [www.elasticsro.sk](http://www.elasticsro.sk)

V ponuke máme aj **PROTIPOŽIARNE DVERE**

**KUPOJTE OKNÁ PRIAMO U VÝROBCU**  
 ILAVA - Kpt. Nálepku 810  
 tel.: 0905 371 379  
[elasticsro@elasticsro.sk](mailto:elasticsro@elasticsro.sk)

**BRIKETY**  
 DREVENÉ RUF svetlé

**220€** 960kg/paleta

**DREVOBUILDING**

BELUŠA Farská 17/31  
 Areál starého družstva  
[drevobuilding.sk](http://drevobuilding.sk)  
**+421 948 277 822**

**EURO - MONT**  
 Predaj a montáž  
**DREVENÉ PARKETY**  
 Brúsenie a lakovanie  
[www.brusenieparkiet.com](http://www.brusenieparkiet.com)  
**0917 755 577**

**Čistiareň peria**  
 výroba paplónov a vankúšov  
 Púchov - Dolné Kočkovce  
**0915 664 775**  
 Odvoz aj dovoz po dohode

**LACNÉ PALIVOVÉ DREVO**

**0911 301 185**

**ŤAŽBA DREVA**

**VYPRÁTAVANIE DOMOV, BYTOV**  
**BÚRACIE PRÁCE**  
**LIKVIDÁCIA NEBEZPEČNÉHO ODPADU**

**0947 120 630**

**MALIARSKÉ a natieračské práce stierky**

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

**Kontakt: 0905 485 603**

**Rekonštrukcie domov, bytov, jadrá, zateplenie, omietky, stierky, maľovanie, oploštenia, zámková dlažba, strechy izolácie**

**seniorská zľava - 20%**  
**0947 102 388**

**KERAMIKA LUXUSNÉ KÚPEĽNE**  
 Sverepec bývalá budova „Koník“

**0949 204 816**  
[keramika@keramikasro.sk](mailto:keramika@keramikasro.sk)

- ▶ obklady ▶ dlažby ▶ sanita
- ▶ kúpeľňový nábytok ▶ vane
- ▶ batérie ▶ sprchové kúty
- ▶ fasádne prírodné kamene
- ▶ imitácie tehly a kameňa
- ▶ plávajúce a kompoz. podlahy
- ▶ zrkadlá na mieru

**Úplne nový showroom**  
**3D grafický návrh ZADARMO!**

**Najnižšie ceny na Slovensku**

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

**MILUMO** Viac info: 0911 757 663  
[www.milumo.sk](http://www.milumo.sk), [info@milumo.sk](mailto: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**

**Cenová ponuka ZADARMO**

**ploty stacha**

- BETÓNOVÉ PLOTY  
 - 2D/3D PLOTY  
 - PLETIVOVÉ PLOTY  
 - PODHRABOVÉ DOSKY  
 - BRÁNY POSUVNÉ A OTVÁRAVÉ  
 - OPORNÉ MÚRY

Ing. Vladimír Stacha:  
 0903 658 177, 0903 556 016  
[www.plotystacha.sk](http://www.plotystacha.sk)

Zameriame, navrhne, postavíme. Váš plot na kľúč.

Predajňa Ploty Stacha. Sládkovičova 127/1, Pov. Bystrica.



**20**  
ROKOV NA  
SLOVENSKU

**44%  
ZĽAVA**

~~4.29\*\*~~

**2.39**

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



**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



ZA POSLEDNÝ ROK  
NAJNIŽŠIA CENA  
V LIDL

**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  
Plus  
AKTIVUJ  
KUPÓN

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](http://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.

**Bezplatný týždenník**  
**POVAŽSKO**  
**BYSTRICKO-PŮCHOVSKO**

EV 6203/24  
vydáva spoločnosť  
**REGIONPRESS**  
so sídlom Pekárska 7489/40A,  
917 01 Trnava, IČO: 36252417.

Ročník I, Vydanie 25, týždeň 42/2024.

Redakcia: Partizánska 1128  
**POVAŽSKÁ BYSTRICA**  
povazsko@regionpress.sk

**INZERCIA**  
Emília Rosinová 0907 673 930

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



**DISTRIBÚCIA** (33.590 domácností)

**Každý týždeň:**  
Dolný Moštenec, Horný Moštenec, Milochov, Orlové, Podmanín, Považská Bystrica, Považská Teplá, Považské Podhradie, Praznov, Šebeštanová, Dolný Lieskov, Domaníža, Plevník - Drienové, Prečín, Pružina, Sverepce, Udiča, Horné Kočkovce, Hrabovka, Nosice, Púchov, Beľuša, Dolné Kočkovce, Horovce, Lednické Rovne, Nimnica, Streženice, Visolaje, Brvište, Dolná Mariková, Hatné, Horný Lieskov, Jasenica, Papradno, Stupné, Dohňany, Dolná Breznica, Lúky, Lysá pod Makytou, Mestečko, Záriečie



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

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

**Západné Slovensko**

BV	97.240	BRATISLAVSKO	východ
BZ	106.540	BRATISLAVSKO	západ
DS	34.320	DUNAJSKOSTREDSKO	
GA	34.390	GALANCKO-ŠALIANSKO	
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREŠKOV	
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	SENICKO-SKALICKO	
TO	41.930	TOPOLČIANSKO-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	LUČENECKO-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-BŠ	
ZA	50.780	ŽILINSKO-BY	

**Východné Slovensko**

BJ	37.210	BARDEJOVSKO-SK-SP	
GE	30.830	GEMERSKO-RV-RS-RA	
HU	27.190	HUMENSKO-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	POPRADESKO-KK	
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB	
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL	

**Občianska riadková inzercia**

**01 AUTO-MOTO / predaj**

**02 AUTO-MOTO / iné**

»ČZ-JAWA Odkúpim Motocykel/Diely-SERIÓZNA DOHODA 0908 205 521  
»Odkúpim Vaše auto aj v horšom stave aj bez STK od rv 2005 0910710273

**08 STAVBA**

**09 DOMÁCNOSŤ**

**10 ZÁHRADA A ZVERINEC**

**11 HOBBY A ŠPORT**

»KÚPIM VZDUCHOVKY,FLOBERTKY, PISTOLE. PONUKNITE. 0949 505 827

**12 DEŤOM**

**13 RÔZNE / predaj**

»Predám nové 2x paplón, 2x vankúš s kvalitného husacieho peria, plus kvalitné doma párané perie 0904 388 344.

**14 RÔZNE / iné**

»Ma niekto doma liek BETAHISTIN ACTAVIS 24 mg 100 tabliet, este v zaruke a nepotrebuje ho? Surne ho zhanam, zaplatim ho. Dakujem. Tel. 0950643234

**15 HĽADÁM PRÁCU**

**16 ZOZNAMKA**

**Chcete si podať inzerát?**

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare: RP medzera XX medzera číslo rubriky medzera Text inzerátu

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

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

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor. Cena je 0,60 € s DPH za každých začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme. **Upozornenie!** Služba nefunguje u operátorov 02 a 4ka. **TIP 1:** Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať. **TIP 2:** Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, **XX** zameňte za skratku novin, ktorú nájdete v tiráži. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

**Súkromný pestovateľ ponúka:**  
Otváracie hodiny: UT až PIA 10,00-17,00 SOBOTA 8,00-12,00  
Drietoma č. 77  
**0918/76 10 92 • 032/649 93 24**

**KVALITNÚ KAPUSTU a ZEMIAKY z Drietomskej doliny**

**FRÉZOVANIE A VLOŽKOVANIE KOMÍNOV**  
Fasádne 3-vrstvové komíny Rekonštrukcie komínov  
Zľava na materiál 45% Frézovanie od 15€/m Obhliadka zdarma  
**MONTÁŽ V CELEJ SR tel: 0907 265 361**

**PRIJMEME kuchára / kuchárku do slovenskej reštaurácie s možnosťou ubytovania**  
Reštaurácia a Penzión Mlynárka Rajecké Teplice  
Info: tel. 0903 532 497

**UPRATOVAČKA**  
Teplička nad Váhom SSI GROUP  
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**

Spoločnosť Bartošek s.r.o. **hľadá** pracovníkov na pozície:  
**PREDAVAČKA - 1250€** plus príplatky  
**EXPEDIENT - 1400€** plus príplatky  
**VODIČ C - 1450€** plus príplatky  
Kontakt: **0903 195 369**

**HĽADÁME mechanikov a elektromechanikov na práce v Považskej Bystrici**  
Tel: **0907 432 761**

**Prijmem na TPP šikovného, samostatného DISPEČERA traktoristov**  
Výkon práce: **Ilava**  
Bližšie informácie: **0905 449 843**

**Frézovanie a vložkovanie KOMÍNOV** frézovanie od 15€/m  
- Frézovanie 1 m - 15 €  
- Certifikovaný žiaruvzdorný materiál  
- Obhliadka zdarma, dohoda istá  
- frézujeme po celý rok  
- montáž trojvrstvových fasádnych komínov  
**0911 322 495, 0907 362 202, frézovanievložkovanie@gmail.com**

**FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE** od 15€/bm  
- PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASŤÍ KOMÍNOV  
- ZATEPKOVANIE A SIEŤKOVANIE KOMÍNOV  
- OBHĽIADKA KOMÍNOV **ZDARMA**  
SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL  
Zľava na materiál 40%  
**0948 012 507 • www.profikominy.sk**

**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 graficky návrh **ZDARMA**

**STRECHY - MONTÁŽ - VÝMENA**  
- PLECHOVÉ  
- ŠKRIDL'OVÉ  
- ŠINDĽOVÉ  
- HYDROIZOLÁCIE  
- VÝMENA RÍN  
- LIKVIDÁCIA AZBESTU  
- PRÍSTAVBY DOMOV  
- VÝMENA OKIEN  
- OBNOVA HOSPOD. BUDOV  
- ZATEKANIE STRIECH  
- ODDREŇÁŽOVANIE DOMOV  
- FASÁDY  
**0948 107 877**

**MÁTE VLHKÝ DOM?**  
- podrezávanie **-20%**  
- chemická injektáž **STOP VODA**  
**100% odstránenie vlhkosti**  
**www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331**

**Prijmem na TPP šikovného, samostatného DISPEČERA**  
Výkon práce: **Ilava**  
Bližšie informácie: **0905 449 843**

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

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

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

0907 382 062

**Zateplenie domov-fasády**  
rekonštrukcie domov-bytov,  
izolácie domov a striech,  
nátery striech, oprava komínov,  
výmena rýn, výmena krytiny, altánky

0944 805 999

**HELP Eco s.r.o.**

Odvoz kompletých vozidiel do 50km ZDARMA

**Autorizované stredisko**  
PRE ZBER A SPRACOVANIE  
STARÝCH VOZIDIEL  
A PREDAJ POUŽITÝCH  
NÁHRADNÝCH DIELOV

**Info: 0903 511 858**  
**0903 830 629**

Ponúkame komplexné služby - preprava a právne úkony pri odhlásení vozidla z evidencie na doprav. inšpektoráte vybavíme bezplatne za Vás

PRIEMYSELNÝ PARK  
/smer RAVEN a.s./  
Mládežnícka 2275  
01701 Pov. Bystrica

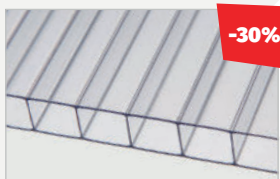
**Otvorené:**  
**PO - PI:**  
**8.00-15.30 h.**

**ZENIT**

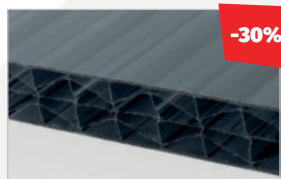
## AKCIA NA POLYKARBONÁT

REZANIE MATERIÁLU ZDARMA

[eshop.zenitsk.sk/akcia](http://eshop.zenitsk.sk/akcia)



Ultralight 2/10 číra  
9,50 €/m<sup>2</sup> s DPH



Exolon 5X/16 2UV šedá  
16,51 €/m<sup>2</sup> s DPH

ROZVOZ PO CELOM SLOVENSKU

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

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

**BRIKETY - PELETY**  
EKOHRÁŠOK - PALIVOVÉ DREVO  
ŠKÁROVKY A STUPNICE NA SCHODY

**AUTODOPRAVA NAJNIŽŠIE CENY**  
S HYDRAULICKOU RUKOU ALEBO ČELOM

0948 153 799 [www.drevoza.sk](http://www.drevoza.sk)

## PALIVOVÉ DREVO

- metrovica  
- polienka  
- pelety

0948 141 080

Z trvalo udržateľného Slovenského lesa



doctor optic

# STRAŠIDELNÁ AKCIA

## 25.-31. OKTÓBER

na všetky

# -30% OKULIAROVÉ RÁMY

ULICA 1. MÁJA 870  
PÚCHOV

OPTIKADROPTIK

DR.OPTIK\_SK

0915 378 744

WWW.DROPTIC.SK

## 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 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**



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](mailto:info@komtech.sk)

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

**EKOLOGICKÉ  
ČISTENIE  
FASÁD**

rodinné  
domy  
**ZĽAVA 50%**

Patentovaná  
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových  
čističov

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

**0905 148 393**

**BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONSULTÁCIA  
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](mailto:vykupparožiaeu@gmail.com)

**POKRÝVAČ- TESÁR**



**-10% Z CENY PRÁČE DO 31.12.2024**

**ZDARMA**  
doprava, vypracovanie cenovej ponuky

**ZA NAŠU PRÁČU RUČÍME!**

**Kontakt: +421 949 623 050**

**VYBERTE SI PNEUMATIKY  
Z POHODLIA VÁŠHO DOMOVA**

Považské Podhradie 376, Priemyselná zóna



**www.mazeli.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?**

- podpilovanie 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**

**ECO Energy** www.ecoenergy.sk  
energetické poradenstvo info@ecoenergy.sk

**!!!NEPREMEŠKAJTE!!!**

Akcia platí pre prvých  
**100 zákazníkov**

Spolufinancované  
Európskou úniou  
Zelená domácnosť  
Podpora využívania  
obnoviteľných zdrojov  
ENERGIE

**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

Zaplatíte len  
**2490€\***

Zaplatíte len  
**3990€\***



**Záručný servis  
zabezpečuje  
výrobca**

\*Cena vrátane montáže

\*Cena vrátane montáže

**Záruka  
25 ROKOV**