

KOŠICKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 92 130 domácností

KAMENÁRSTVO
STOCO

Južná trieda 119
☎ 0910 653 025

www.kamenarstvostoco.sk


Najväčší
výrobca
v Košiciach

SKLAD-VÝROBA

Rozhanovce
ul. SNP 4
0905 509 793

BEZPEČNOSTNÉ DVERE

Naše **OCELOVÉ DVERE** so **ZÁRUBŇOU**, **CHRÁNIA-ZATEPLIA-ODHLUČNIA** Váš domov**AKCIA 520€**kovanie **ZDARMA**zameranie **ZDARMA**v ponuke aj
INTERIÉROVÉ
DVEREv ponuke aj **hladké dvere** a odtieň **Wenge** **všetky dvere SKLADOM**

odborná montáž s licenciou
technickej služby od polície SR

www.ocolovedvere.sk

ocolovedvere@ocolovedvere.sk

0917 56 36 12
0911 60 20 40

• Sídliisko Terasa, Sokolovská 5 | Po-Pia: 8⁰⁰-17⁰⁰
• Sídliisko Ťahanovce, Americká trieda | Po-Pia: 9⁰⁰-17⁰⁰
obchodný dom KLAS (bývalá MILA) 1. posch.

Oprava zatekajúcich a poškodených striech - fasád


Klampiarska - zväračská výroba
Prístrešky, atiky, oplechovanie každého druhu
Oprava a montáž žľabov, komínov
Práce vo výškach všetkého druhu
☎ **0911 150 447**

Konečne ambulancia na ktorú ste čakali

- ♥ Skúsení praktickí lekári pre dospelých
- ♥ Ordinujeme 12 hodín denne 8.00 - 20.00 hod
- ♥ Objednávanie na presný čas zadarmo
- ♥ Vyšetrenia hradené zo zdravotného poistenia

Murgašova 3, Košice, tel.: 055/460 22 25
www.praktickaambulancia.sk

**Vítame nových
pacientov!**


**Praktická
Ambulancia**
VÁŠ VŠEOBECNÝ PRAKTICKÝ LEKÁR

GABIONY | GABIONOVÉ PLOTY

PRÍRODNÝ KAMEŇ | TEHLVÝ OBKLAD

SLOVENSKÁ VÝROBA
NAJLEPŠIE CENY NA TRHU
TOVAR IHNEĎ K ODBERU
NAJŠIRŠÍ SORTIMENT
ZĽAVY PRE REALIZÁTOROV
TONY-STAV
www.tonystav.sk
+421 911 639 003
Košické Oľšany 229
KAMENOVO
www.kamenovo.sk
+421 903 646 555
Južná trieda 125, Košice

EXPRESNÁ PREPRAVA TOVAROV V RÁMCI
KOŠICKÉHO A PREŠOVSKÉHO KRAJA!

Domov s čarom dreva

Drevsting®Južná trieda 78
KOŠICE**DREVENÉ:**

- * OKNÁ
- * DVERE
- * INTERIÉR



0905 489 069

www.drevsting.sk

AKCIA
-30%

PÔŽIČKY

od 20 do 80 rokov | do 30 000€

CENTRÁLNA POBOČKA

Fejova 1, Košice

(oproti OD Dargov / pri reštaurácii Stará Sýpka)

ONLINE ŽIADOSŤ

www.bestpozicka.sk

INFOLINKA
0918 709 028
JAREK čistí čalúnený nábytok
a koberce u Váš doma aj u nás
www.jarekcistikoberce.sk | 0915 937 226

KAMENÁRSTVO KOŠICE
VŠETKY KAMENÁRSKE PRÁCE
NOVOOTVORENÁ
PREDAJŇA
KOŠICE - BARCA
ul. PODNIKATEĽSKÁ 11

prevádzka - Južná trieda 66, Košice

Ihneď k dispozícii
HOTOVÉ
URNOVÉ
a KLASICKÉ
hrobové miesta
v Košiciach, Barci, Perín-Chym a v Krematóriu

BEZPLATNÁ INFOLINKA
0800 500 880

0907 909 152 | kosickekamenarstvo@gmail.com
0903 999 123 | www.kamenarstvokosice.sk

R-H STAV
REKONŠTRUKCIE
 bytových jadier
STAVBY
 rodinných domov na kľúč

0949 707 583

STRIEKANIE PLECHOVÝCH STRIECH
 Zabezpečte si dlhú životnosť a elegantný vzhľad!

- ✓ vodoinštalácie a elektroinštalácie práce
- ✓ obklady, dlažby, omietky, podlahy vinylové, PVC
- ✓ stierky, malby, sadrokartónové podhlady, priečky
- ✓ čistenie / obnova fasád
- ✓ zateplenia rodinných domov

VÝKOPOVÉ PRÁCE
BÚRACIE PRÁCE
ZÁKLADOVÉ PLATNE
DOVOZ - ODVOZ MATERIÁLU

STAVBY PLOTOV PODĽA POŽIADAVKY

Montáž a oprava rôznych ELEKTRICKÝCH rozvodov
 služby
ELEKTRIKÁRA **0905 719 086**

služby TLAČE
 kosicko@regionpress.sk

KAMENÁRSTVO
 tradícia - vysoká kvalita - najväčší výber

Záruka
30
 rokov

Vyrobené na Slovensku ★★★★★

Výroba a sklad Byster - 0911 056 056
 Verejný cintorín Košice - 0902 404 515
 Predajňa Krompachy - 0951 679 705

www.kamenarstvostone.sk

Parfumeria
 YODEYMA
 TOP PARFÉMY pre ňu & pre neho
 TEŠÍME SA NA VÁS
 na ALŽBETINEJ 11 v Košiciach
 www.FM-PARFEMY.sk

Kúpim obrazy, známky, knihy
0907 225 216

LIKVIDÁCIA AZBESTOVÝCH STRIECH
 www.Leeris.sk, 0944 923 476, info@leeris.sk

STK JAZERO
 Po - Pia: 7.00 - 17.00
 So: 7.00 - 13.00

STK + EK
 BEZ ČAKANIA ZA PRIAZNIVÉ CENY
 Objednávky 055-304 57 27
 Napájadlá 7 A, Košice
 www.stkkosice.sk

PLASTOVÉ OKNÁ

1500 1500 1500 2400 2000 800 2400 1500 900

DÔCHODCOVIA
a ZŤP ZĽAVY do 35%
 Zľava sa vypočíta podľa odberu a množstva, uplatnenie zľavy je potrebné nahlásiť vopred pri zameraní technikovi

SAMoplus
 SKLADNÁ 1 / ČAŇA
 1. POSCHODIE, STARÉ NÁKUPNÉ STREDISKO NAD TESCOM
0919 204 754
 samoplussro@gmail.com

ŽALÚZIE
 SIETE PROTI HMYZU,
 SERVIS, MONTÁŽ,
 DODANIE, OPRAVA

Dôchodcovia a ZŤP
ZĽAVY do 35%
 Zľava sa vypočíta podľa odberu a množstva, uplatnenie zľavy je potrebné nahlásiť vopred pri zameraní technikovi

0919 204 754
 samoplussro@gmail.com
 www.samoplus.sk

MALIARSKY 0905 625 433
 remal.kosice@centrum.sk

Malby - nátery schodísk a nebytových priestorov.
 Obnova bytov, fasád a nátery striech.

SERVIS

STOLÁRSKE PRÁCE
 • OKNÁ • DVERE • SCHODISKÁ •
0905 509 836

KOMPLEXNÉ REKONŠTRUKCIE
 domy | byty | jadrá
0907 268 305 | www.rekonstrukcie-kosice.sk

Izolovanie pivníc
0910 433 877

ČISTENIE HROBOV

• Čistenie hrobov • Obnova písma
 • Dosekávajúce písma

AKCIA

JEDNOHROB 90€ **80€**
 DVOJHROB 140€ **120€**
 Obnova písma 2,00€ 1,50€/ZNAK
 Impregnácia a doprava ZDARMA
0911 996 087 0949 651 250
 www.cistenie-hrobov.sk

CRAFTY.COM

Profesionálne REKONŠTRUKCIE
 Sme pripravení vám pomôcť opraviť a vylepšiť váš vysnívaný domov. Od drobných opráv až po veľké rekonštrukcie je náš tím odborníkov pripravený poskytnúť najlepšie riešenie pre vaše potreby v oblasti zlepšenia bývania.

Naše služby:

- Malé opravy a údržba interiéru
- Rekonštrukcia interiéru
- Kuchynské rekonštrukcie
- Kúpeľňové rekonštrukcie
- Modernizácia elektroinštalácií
- Modernizácia vodoinštalácií

Zavolajte nám teraz: 0944 504 880
 Pošlite nám formulár: www.craftycom.sk/rekonstrukcie/

CRAFTY.COM

NEBAVÍ VÁS ČAKAŤ NA REMESELNÍKA 3 MESIACE?
 U NÁS TO ZVLÁDNEME UŽ DO 48 HODÍN!

Maliarske služby
 Voda - Plyn - Kúrenie
 Steny - Stropy - Podlahy
 Hodinový manžel

CRAFTYCOM - ISTOTA, KTORÚ SI ZAMILUJETE.
 Unikátny a jedinečný systém!

0944 504 880
 www.craftycom.sk



25. - 27. apríla 2025

Viac informácií o akcii nájdete na obi.sk/promo/dnikvetov

- Vyberte si z našej **širokej ponuky kvetov** a my vám ich **zadarmo zasadíme** do vlastných či u nás zakúpených kvetináčov
- **Súťaž** o darčkové karty a vecné ceny
- **Zábava** pre malých i veľkých



1,99 ks

MUŠKÁT VZPRIAMENÝ
(PELARGONIUM ZONALE)

Mix farieb, priemer kvetináča cca 10,5 cm.
OBI č. 4023859



2,49 ks

BYLINKY

Rôzne druhy, priemer kvetináča cca 11 cm.
OBI č. 5294186



6,49 bal. od

JAHODY STÁLEPLODIACE (FRAGARIA)

V balení 10 ks. OBI č. 1054691

Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk



Platí od 17.4. do 1.5.2025 alebo do vypredania zásob.

Aplikácia heyOBI

stiahni, zaregistruj sa a používaj už dnes



OBI

DOKÁŽETE ČOKOL'VEK

HĽADÁME VODIČOV SKUPINY C



HRUBÁ MZDA: od 1000 € / mesiac
Finálna úroveň mzdy závisí od kvalifikácie a skúseností.
Priemerná mzda vodiča: 1000 - 1750 € mes.

MIESTO VÝKONU PRÁCE:
Košice a Košice okolie

POŽIADAVKY:

- Vodičský preukaz skupiny C
- Kvalifikačná karta vodiča
- Psychologická spôsobilosť

BENEFITY:

- Moderné vozidlá, pravidelná obnova vozového parku
- Možnosť bezplatného rozšírenia kvalifikácie
- Polročné a koncoročné odmeny
- Stravné lístky aj za dovolenkové dni
- Príspevok na DDS a ďalšie

NÁBOROVÝ BONUS 2000 €

KOSIT a.s., www.kosit.sk

Kontakt: personalne@kosit.sk, +421 917 505 369

KOSIT

HODINOVÝ MANŽEL
• VODÁR • ELEKTRIKÁR • MURÁR • OBKLAČAČ •
0910 265 473

Kúpim GARÁŽ v Košiciach
0949 854 569 PLATBA v HOTOVOSTI

STRECHY - MONTÁŽ - VÝMENA

- | | |
|----------------------|------------------------|
| - PLECHOVÉ | - PRÍSTAVBY DOMOV |
| - ŠKRIDLOVÉ | - VÝMENA OKIEN |
| - ŠINDĽOVÉ | - OBNOVA HOSPOD. BUDOV |
| - HYDROIZOLÁCIE | - ZATEKANIE STRIECH |
| - VÝMENA RÍN | - ODDRENÁŽOVANIE DOMOV |
| - LIKVIDÁCIA AZBESTU | - FASÁDY |

0948 107 877

SIETE PROTI HMYZU

- | | |
|-----------|----------|
| • OPRAVA | • MONTÁŽ |
| • DODANIE | • SERVIS |

**Dôchodcovia a ZŤP
ZĽAVY do 35%**

Zľava sa vypočíta podľa odberu a množstva, uplatnenie zľavy je potrebné nahlásiť vopred pri zameraní technikovi

SAMOpus 0919 204 754

INZERCIA

kosicko@regionpress.sk

ŠAFI-ROL ŽALÚZIE

- drevené interiérové žalúzie
- vertikálne textilné žalúzie
- rolety - ISO systém
- vonkajšie hliníkové rolety
- textilné rolety - rôzne typy
- sieťky proti hmyzu
- plastové zhrňovacie dvere

DODACIA DOBA OD 3 DNÍ

0905 245 995

Košice, Priemyselná 4

www.safiroll.sk

safiroll@safiroll.sk

**ŽALÚZIE
a SIETE**

**JARNÁ AKCIA
-30%** KASKO
STINÍCÍ TECHNIKA

0905 611 093

www.eurofal.sk | eurofal@gmail.com

EUROFAL
bezpečnostné dvere, plastové okná

**UMÝVANIE OKIEN
SPOJENÉ S PREMAZANÍM
A NASTAVENÍM OKIEN**

Výmena tesnenia 50% zľava

SERVIS OKIEN

Mzda od
1180 €
brutto

**PRIDAJ SA
K NÁM**

#TEAMKAUFLAND

PRACOVNÍK PREVÁDZKY (m/ž)

obchodný dom v Košiciach
(Pri hati - Košice-Sever)

Plný úväzok:

- nástupná mzda
od 1180 € brutto

(základná mzda
1130 € brutto + fixný
príplatok 50 € brutto)



Uchádzaj sa na:
kariera.kaufland.sk

Tvoje benefity
nájdeš načítaním
QR kódu



Dostaň každý koláčik DO PRÉMIOVEJ FORMY!

Skenuj **Lidl Plus** a získaj **prémiové
formy a príslušenstvo na pečenie**
od holandskej značky **RoyalVKB**

Veronika Bušová
odporúča **royalvkb**



Nazbieraj **5 virtuálnych nálepiek v aplikácii Lidl Plus**
a vyber si z kvalitných foriem a príslušenstva na pečenie
RoyalVKB so zľavou až 75 %. Nálepku získaš po naskenovaní
Lidl Plus za každých 15 € nákupu.

Viac na: lidl.sk/velkanoc

Akcia prebieha od 3. 3. 2025 do vyčerpania zásob.



Stavíte
alebo rekonštruujete?

DUBOMA
· VODA · KÚRENIE · CHLADENIE ·
· FOTOVOLTIKA ·

Investujte do budúcnosti

+421 905 740 070

www.duboma.sk

FOTOVOLTIKA

7,4 kW za 3100 € s DPH
po odrátaní dotácie 3500 €

VÝSTUPNÁ
TEPLOTA
AŽ 75°C

TEPELNÉ ČERPADLO

ZABEZPEČUJEME TIEŽ:

- STROPNÉ CHLADENIE •
- VNÚTORNÝ VODOVOD
A KANALIZÁCIU •
- REKUPERÁCIU •
- MONTÁŽ A SERVIS KOTLOV •
- A ĎALŠIE...

ZÁRUČNÝ
A POZÁRUČNÝ
SERVIS

VYBAVENIE
DOTÁCIE
ZDARMA

RichSport

SELVO
PREDAJ · SERVIS

Doporučuje
Jirka Krampol

**Elektro Seniorské
a invalidné vozíky**
Pohyb v každom veku

www.richsport.sk

Ideálny darček
pre Vášho SENIORA

11 modelov v ponuke

Načo TAXI,
načo MHD,
SELVO Vás
všade dovezie.

KE, Osloboditeľov 42, Košice - Barca

0907 933 499

Kamenárstvo DORZI

**Skvelá
práca a
kvalita**

Nové žulové hroby
Oprava hrobov
Chodníky a dlažby
Betónové základy
Obnova a doplnenie
písma
Čistenie a impregnácia
Sklenené náhrobky (3D)
Demontáže hrobov
Výkopy a krypty
Výmena starých
náhrobkov a platní

Obhliadka a nacenenie ZADARMO
www.DORZI.sk
0949 562 763 - 0940 969 109

afeed mix

krmivo na Váš Dvor

www.afeedmix.sk

- Kompletne krmivá pre domáce hospodárske zvieratá
- Doplnkové bielkovinové krmivá pre domáce hospodárske zvieratá
- Vyvážený pomer živín pre správny vývoj, rast a výborné zdravie zvierat
- Všetky potrebné živiny bez nutnosti pridávať ďalšie krmivá
- Obsahuje suroviny vhodné pre potravinársku výrobu
- Krmivá pre vysoko intenzívny rast pre výkrm hydiny a ošípaných

Hydina ● Králiky ● Ošípané ● Ostatné



Regionálny predajca:

- Predajňa krmných zmesí, Žehňa-Dúbrava, tel. č.: +421 905 746 277 (p. Ivanecký)
- Predajňa krmných zmesí, Farma pod Hradom, Podhradík, tel. č.: +421 905 746 277 (p. Ivanecký)

Najvýznamnejšie lieky histórie

Vedeli ste, že najvýznamnejšie lieky histórie sú lieky s obsahom kyseliny acetylsalicylovej? Na sociálnej sieti o tom v uplynulých dňoch informoval Štátny ústav pre kontrolu liečiv (ŠÚKL).

Kyselina acetylsalicylová má svoj pôvod v prírode. Už v staroveku ľudia používali výťažky z vŕbovej kôry na zmiernenie bolesti a horúčky. Tento prírodný prostriedok sa využíval stáročia, až kým vedci v 18. storočí neizolovali účinnú látku – salicín. „Salicín sa ďalej chemicky upravoval, no spôsoboval nežiaduce účinky, ako krvácanie do tráviaceho traktu alebo poškodenie pokožky. Až v roku 1897 nemecký chemik Felix Hoffmann vyvinul kyselinu acetylsalicylovú, ktorá bola šetrnejšia a stala sa základom lieku Aspirín,“ približuje ŠÚKL.

Využitie

Lieky s obsahom kyseliny acetylsalicylovej majú analgetické - proti bolesti, antipyretické - proti horúčke a protizápalové účinky. Okrem svojich tradičných využití sa osvedčili aj ako prevencia proti infarktu a mŕtvici. V nízkych dávkach zabráňujú tvorbe krvných zrazenín, čím pomáhajú chrániť srdce a mozog. „Aspirín bol prvým syntetizovaným a masovo vyrábaným liekom proti bolesti, ktorý bol bezpečný a široko dostupný. Tiež

bol prvým liekom, ktorý sa predával v tabletovej forme. Jeho objav a mechanizmus účinku sa stal inšpiráciou pre vývoj moderných nesteroidných protizápalových liekov, ktoré dnes bežne užívame na liečbu bolesti a zápalov,“ objasňuje ŠÚKL.

Lieky nevyhnutné pre modernú medicínu

Svetová zdravotnícka organizácia (WHO) zaradila lieky s obsahom kyseliny acetylsalicylovej medzi základné lieky, ktoré sú nevyhnutné pre modernú medicínu. „Dodnes sa používajú nielen na zmiernenie bežných zdravotných ťažkostí, ale aj ako súčasť liečby vážnych ochorení, vrátane rakoviny hrubého čreva či Alzheimerovej choroby, kde sa skúma ich potenciálny preventívny účinok,“ uzatvára ŠÚKL.



» ren
zdroj foto ŠÚKL



AUTOKLÚČE

NA VÄČŠINU ÁUT

VÝROBA | SERVIS | KÓDOVANIE

- AUTOKLÚČE , KLASICKÉ KLÚČE
- BEZPEČNOSTNÉ KLÚČE, ZÁMKY
- SYSTÉM GENERÁLNEHO KLÚČA
- PRÍSTUPOVÉ ČIPY
- OPRAVA OBUVI
- BRÚSENIE NOŽOV A NOŽNÍC



2x v KOŠICIACH

DENNE 9:00-20:00



otvárame autá | kódujeme diaľkové | servisujeme kľúče

0918 549 903

www.obuvkluce.skwww.autoklucosekosice.sk



DACHMANN

www.dachmann.sk

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

DREVENÉ A HLINÍKOVÉ OKNÁ

SERVIS A OPRAVA OKIEN



- EXTERIÉROVÉ ŽALÚZIE, ROLETY
- PREDAJ PARAPETNÝCH DOSIEK
- ZASKLIEVANIE BALKÓNOV
- SIETE PROTI HMYZU, ŽALÚZIE
- GARÁŽOVÉ BRÁNY

Kováčska 63, 040 01 Košice, kosice@dachmann.sk

0944 047 008, 0903 634 202



SBS LAMA SK

prijíma bezpečnostného pracovníka na obchodné prevádzky v Košiciach

1 150 € / brutto
POS nutný!

0948 109 195



ZVÁRACIA TECHNIKA a NÁRADIE



- Zváracie stroje - zvaračky
- Laserové zvaračky
- Zváracie stoly, kukly
- Príslušenstvo k zváraniu
- Odsávanie
- Autogénna technika
- Ukosovačky
- Nabíjačky a štartovacie vozíky
- Pásovité píly
- Elektrocentrály
- Kompresory
- Magnetické vŕtačky
- Náradie na rezanie, brúsenie, vŕtanie, leštenie
- Sortiment - dielňa a záhrada

Tel.: 055 72 07 411
predajňa: 055 72 07 407
Holubyho 12, Košice

www.gobako.sk

Bezplatný týždenník

KOŠICKO

EV 6210/24

vydáva spoločnosť



so sídlom Pekárska 7489/40A,
917 01 Trnava, IČO: 36252417

Ročník II, rok 2025

Redakcia: Čermel'ská cesta 3
KOŠICE
kosicko@regionpress.sk

INZERCIA

Ing. Renáta Sakslóvá 0907 779 017
Mgr. Monika Nigutová 0907 779 011

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

Občianska riadková inzercia

» KÚPIM HAKY LEŠENIE
0908 532 682

Chcete si podať riadkový inzerát?

Pošlite SMS na tel. č. 8866 v tvare RP (medzera) KE (medzera) číslo rubriky (medzera) Text inzerátu.

Príklad:
RP KE 7 Predám hlboký modrý kočík. 0987 654 321

Inzerát bude po skontrolovaní sponzorom spustený SMS, ktorú Vám vyšle Váš mobilný operátor.

Cena spätnej SMS (vrátane DPH):

- Text do 50 znakov 1 €
- Text do 100 znakov 2 €
- Text nad 100 znakov 3 €

Číslo rubriky:

- 1 – Auto-Moto
- 2 – Elektro, technika
- 3 – Domácnosť, nábytok
- 4 – Dom a záhrada
- 5 – Zverinec, drobnochov
- 6 – Hobbys a šport
- 7 – Deťom
- 8 – Darujem
- 9 – Zoznámenie
- 0 – Rôzne

(Službu platbamobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

Oplatísa.sk

ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE!



Kúrenie drevom vždy bola a je ISTOTA!

Krby, kachle, sporáky a lacné komíny u nás - 

Elegantné kachle v najvyššej kvalite: Najkvalitnejšie sporáky na trhu!



3 v 1 kúrimo, varíme, pečieme

Pece na pizzu, mäso, chlieb, koláče od 612,-€

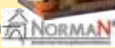


akcia 475,-€

Komfortné pece na pelety

teplovzdušné, teplovodné

Kvalitné záhradné grily



Kvalitné Krbové vložky

ceny s DPH	pre plyn	Murované šamotové jednokomíny - pre tuhé palivá											
		TUMA THERM + pevný plášť!						TUMA FOLK - najlacnejší!					
výška	140/210cm	160/90st.	160/45st.	180/90st.	180/45st.	200/90st.	200/45st.	160/90st.	160/45st.	180/90st.	180/45st.	200/90st.	200/45st.
5m	667	594	604	665	676	675	686	524	534	543	554	548	559
6m	731	655	665	737	748	748	759	604	614	687	635	630	641
7m	796	716	726	810	820	822	833	666	676	746	698	693	704
8m	861	777	787	882	892	895	906	723	733	818	756	752	763

Dvojkomíny - možno kombinovať - cena je súčet dvoch jednokomínov. V ponuke kvalitné nerezové systémy TECNOVIS.

KOŠICE

Študentská 1

(Galla centrum)

tel: 0915 147 170

www.krby-tuma.sk

email: krbytumake@gmail.com

KE25-16

7

Nazbierajme si medvedí cesnak

Ak sa v najbližších dňoch chystáte na vychádzku do lesa, nezabudnite si so sebou vziať aj košík. Nazberať si doň môžete medvedí cesnak, ktorý rastie približne od polovice marca do polovice mája a darí sa mu najmä na vlhkých miestach. Pozor, nepomýľte si ho s listami konvalinky, ktoré sú jedovaté.

Medvedí cesnak obsahuje podobné prospešné látky ako cesnak kuchynský, len ich pomer je odlišný. Zbierame z neho mladé, nepoškodené listy až do chvíle, kým rastlina nevytvorí kvety.

Účinky na zdravie

Podľa odborníkov môže medvedí cesnak posilniť našu imunitu, blahodárne účinky má však aj na trávenie, využíva sa tiež na liečbu vysokého krvného tlaku a chudokrvnosti.

Použitie

Medvedí cesnak môžeme pridávať čerstvý do rôznych zeleninových šalátov, polievok či na ochutenie mäsa. Pripraviť si z neho môžeme aj pesto.

Náš tip: Pesto

Budeme potrebovať:

- medvedí cesnak,

- panenský olivový olej,
- soľ,
- orechy – vlašské,
- píniové alebo lieskové – podľa vlastného výberu (môžete vynechať)

Postup:

Medvedí cesnak poriadne umyte pod tečúcou vodou a dobre osušte. Následne ho vložte do mixéra, prípadne mažiara a spracujte na kašu. Pridajte soľ podľa chuti, obľúbený druh orechov a postupne prilievajte olivový olej tak, aby vznikla vami požadovaná konzistencia.

Pesto môžete použiť napríklad na ochutenie cestovín, nátierok či šalátov.



zdroj foto Couleur pixabay

» ren

VŠETKY NOVINY
nájde aj v archíve
na webe

REGIONPRESS.sk



PONUKA TLAČE

- letáky
- vizitky
- plagáty
- etikety
- katalógy
- kalendáre
- spravodaje
- časopisy

REGION
PRESS
www.regionpress.sk

Je čas postarať sa o jahodovisko

Pestujeme chutné a šťavnaté jahody

Jahody sú u nás veľmi obľúbeným ovocím a tiež jedným z najskoršie zberaných ovocných druhov. Skoro na jar by sme sa mali o jahodové záhony dobre postarať, aby sme získali dobrú a kvalitnú úrodu. Rovnako sa už v tomto období môžeme pustiť aj do výsadby nových sadeníc.

Po zime je potrebné, aby ste z jahodoviska odstránili suché a poškodené listy, odumreté rastliny a poplasy. Na pomoc si môžete zobrať záhradnícke nožnice.

Z políčka vytrhajte všetku burinu. Pôdu medzi jednotlivými riadkami prekryte.

Ak máte staršie sadenice, doprajte im trochu živín v podobe kvalitného hnojiva, ktoré zapracujete plytko k rastlinám. Vhodný môže byť aj vyzretý kompost – do pôdy ho zahrabte v dostatočnom predstihu pred kvitnutím rastlín.

Na miesta medzi riadkami môžete nastlať mulčovací materiál. Môže ním byť napríklad záhradnícka textília špeciálne určená pre potreby pestovania jahôd, prípadne slama, alebo aj ihličie, ktoré je dostupné a môžete si ho nazbierať v záhrade, parku alebo v borovicovom či smrekovom lese. Niektorí pestovatelia využívajú ako mulč aj pokosenú trávu, piliny, hobliny či suché lístie.

Výsadba nových sadeníc

Na jar sa môžete pustiť aj do výsadby nových sadeníc. Ak zvolíte rastliny už predpestované v nádobách, v lete si budete môcť pochutnať na prvej úrode – poradiť sa o vhodnej odrode môžete aj v záhradníckom centre. Ak nemáte záhradku, môžete jahody pestovať na balkóne či terase. Vysádzať ich môžete do črepníkov, ale krásne vyniknú aj v závesných nádobách.

Pestovanie jahôd v záhrade

Jahody môžete sadiť do voľnej pôdy alebo do fólie. Ak ste sa rozhodli pre výsadbu do fólie, urobte do nej krížový rez a plytkú jamku pre sadenicu. Pri výsadbe do voľnej pôdy si stačí nachystať jamky. Vzdialenosť medzi rastlinami by mala byť aspoň 30 - 35cm a riadky by mali byť od seba vzdialené aspoň 60cm. Po vysadení zalejte sadenice vodou a v prvých dňoch po výsadbe polievajte aspoň trikrát do týždňa. Medzi riadky môžete nastlať mulč, teda slamu, seno, pokosenú trávu a podobne – výber je pestrý.

Pestovanie jahôd na balkóne

Ideálnym obdobím na vysádzanie jahôd sú mesiace apríl a máj, nič sa však nestane, ak ich zasadíte aj v júni.



zdroj foto Kathas-Fotos pixabay

Takto sa to podarí:

Skôr ako sa pustíte do práce, pripravte si črepníky. V potrebách pre záhradkárov si kúpte substrát určený na pestovanie jahôd a tiež priesady. Najvhodnejšie odrody na balkón sú Camara, Elan alebo Toscana. Krátko pred výsadbou vložte priesady do vedra s vodou.

Črepníky naplňte až po kraj substrátom. Rastliny vyberte z plastových nádob, v ktorých ste ich zakúpili, vysadte ich do rovnakej hĺbky, v akej boli zasadené v pôvodných nádobách a zalejte.

Potom už stačí črepníky umiestniť na slnečné miesto a rastliny pravidelne

zalievať tak, aby bola pôda vždy vlhká.

Ak črepníky obalíte pred príchodom zimných mesiacov hrubou tkaninou a rastliny prikryjete čečinou, môžete sa z úrody tešiť aj o rok. Stačí rastliny na jar vyčistiť od suchých listov a ešte pred začiatkom sezóny ich mierne prihnojiť.

Náš tip:

Jahody v záhrade nepestujte viac ako 3 - 4 roky na jednom mieste. Jahodovisko potom zlikvidujte a premiestnite ho na nové miesto. Životnosť balkónových jahôd je zväčša dva až tri roky.

» ren

Zázrak v púšti v Kuvajte na ostrove Failaka

Objavili veľkorozmernú studňu

Voda je základnou podmienkou života. To platí oveľa viac na ostrove v nehostinnej púštnej krajine. Osemčlennému výskumnému tímu z Archeologického ústavu Slovenskej akadémie vied (SAV), v. v. i., sa v rámci spoločného kuvajtsko-slovenského dlhodobého výskumného projektu podaril unikátny odkryv. Pri výskume nestoriánskej osady Al-Qusur zo 7. – 8. storočia nachádzajúcej sa v centrálnej časti ostrova Failaka v Arabskom zálive objavili pod náosmi piesku veľkorozmernú studňu 1,2 m nad úrovňou mora.

„Studňa s vnútorným rozmerom 4,5 x 4,1 m a hĺbkou približne 3,3 m sa nachádza vo vnútri dobového dvorca medzi



Výskum dvorca zo 7.-8. storočia na lokalite Al-Qusur (Kuvajt – ostrov Failaka). zdroj foto SAV

centrálnou obytnou budovou a ohradou. Spodná časť studne je vyhlbená do podložného kameňa (bedrock) a hornú tvorí kamenný múr. Do studne vedú na jej západnej strane kamenné schody, ktorými sa dalo zísť na ploché dno s priehľbinou na pohodlnejšie vyberanie vody. Po odkrytí severnej polovice studne začala do nej prúdiť mierne slaná voda. Pohľad na trblietajúcu sa hladinu vody v objekte staršom ako 1200 rokov bol nielen pre nás, ale aj pre verejnosť doslova zázrak, ktorý vyvolal veľký záujem všetkých skupín obyvateľstva i médií,“ vysvetľuje Matej Ruttkay, vedúci výskumného tímu, riaditeľ Archeologického ústavu SAV, v. v. i.

Zachovali sa časti zuhoľnatených rastlín

Vďaka vlhkému prostrediu sa v studni zachovalo množstvo rôznych častí zuhoľnatených rastlín, napríklad semien či pelov, plodín, burín. Časť z nich je už v špecializovaných laboratóriách a druhá časť sa bude precízne odoberať priamo na mieste. Je veľmi pravdepodobné, že na ich základe sa bude dať rekonštruovať spôsob života vtedajšieho obyvateľstva, teda napríklad čo sa pestovalo, čo sa jedlo, a zároveň bude možné modelovať vtedajšie prírodné pros-



Kuvajt, ostrov Failaka, Al-Qusur - pohľad do studne z ranoislamského obdobia. zdroj foto SAV

trebie a klimatické pomery v regióne.

So studňou sú prepojené ďalšie objekty

„Samotný objekt je významný aj tým, že svojím vzhľadom a stavom zachovania je doslova predurčený na prezentáciu. So studňou sú prepojené ďalšie objekty a systém nadzemných a podzemných kanálov. To naznačuje, že studňa mohla byť využívaná aj technologicky pri rôznych činnostiach a nedá sa vylúčiť, že objekt alebo jeho časť mohol v niektorých obdobiach slúžiť ako cisterna. Práve doskúmanie druhej polovice studne a výskum príslušných objektov, ako i analýza vnútorných se-

dimentov studne budú úlohou budúcoročnej výskumnej sezóny,“ dodáva archeológ. Aktuálna rádiouhlíková analýza potvrdila datovanie zániku objektu v poslednej tretine 7. stor. a v prvých dvoch tretinách 8. stor. nášho letopočtu. Na výskumnom projekte spolupracujú archeológovia SAV s National Council for Culture, Arts and Letters (NCCAL).

O tento výskum sa zaujímajú nielen predstavitelia NCCAL a Kuvajtského národného múzea, ale veľký záujem prejavili aj veľvyslanci Nemecka a Vatikánu a najmä široká verejnosť i kuvajtské médiá.

Informácie poskytl Slovenská akadémia vied

» ren

Oplatí sa.sk

NAJLEPŠIE PONUKY

78,60€

BOSS Alive HUGO BOSS Parfumovaná voda 80 ml

Notino.sk

31,95€

Gillette Styler zastrihávač a holiaci strojček 4 v 1

Demro.sk

1.299,00€

Pákový kávovar Lelit Mara X PL62X V2

Domkavy.sk

129,00€
149,00€

PARKSIDE® Benzínová kosačka na trávnu PBRM 39 C2

Lidl.sk

25,68€

Zrnková káva Musetti Intenso - 1kg

Domkavy.sk

474,21€

Candy FMBC A896S E0 + BENEFIT

Andreashop.sk

99,99€
119,00€

SILVERCREST® Odvlhčovač vzduchu SLE 200 B3

Lidl.sk

299,00€

Akumulátorový vyžinač Husqvarna 215iL set

zakovsky.sk

Recepty plné bylín

Nastal čas na zber rozličných liečivých bylín. Za našu pozornosť okrem iných isto stojí aj príhľava dvojdomá či púpava lekárska. Pripraviť si z nich môžeme nielen liečivé čaje, ale aj šaláty, polievky či chutný med.

Púpavový med

Budeme potrebovať: 400 kusov púpavových kvetov bez stoniek, 2 umyté chemicky neošetrené citróny, 2 l vody, 2 kg kryštálového cukru

Postup: Kvety púpavy a na kolieska nakrájané citróny vložte do hrnca. Zalejte dvoma litrami vody a varte na miernom ohni 15 minút. Následne preložte hrniec na chladnejšie miesto a nechajte všetko lúhovať do ďalšieho dňa. Na druhý deň zmes precedte cez sitko alebo plátno, tekutinu vlejte späť do hrnca a pridajte cukor. Varte 10 minút a nechajte vychladnúť. Potom opäť varte až do požadovanej hustoty. Med nalejte do sklenených zaváracích pohárov, ktoré po uzatvorení prevráťte hore dnom.



zdroj foto DagnyWalter pixabay

Žihľavová polievka

Ak ste odvážnejší, môžete si z príhľavy pripraviť nielen čaj, ale aj chutné a zdravé pokrm. Jej listy sa pridávajú napríklad do šalátov, prívarkov i polievok. Tepelné spracovanie by ich malo zbaviť prhlénia.

Budeme potrebovať: 1 liter zeleninový vývar, dve hrste žihľava (listy), 1 ks cibuľa, 1 ks pór, 1 ks väčší zemiak, 1 ks mrkva, 50 ml smotana na šľahanie, 50 g maslo, 1 PL olej, 1 štipka soľ

Postup: Na miernom ohni zahrejte olej. Pridáme nadrobno nakrájanú cibuľu, pór, na kolieska nakrájanú mrkvu a na kocky nakrájaný zemiak. Dusíme 10 minút, kým zelenina nepustí šťavu. Potom zalejeme vývarom a varíme, kým zemiaky nezmäknú (asi 10-15 minút).

Listy žihľavy opláchneme vo vode a pridáme do polievky. Varíme ešte asi jednu až dve minúty - kým listy nezvädnu. Potom premiešame a polievku rozmixujeme. Pridáme maslo a smotanu, dochutíme soľou.

Pozor! - Tak ako v prípade iných bylín, aj žihľavu či púpavu používajte s mierou. Ak si nie ste istí, vždy sa radšej poraďte s lekárom.

» ren

Prinášame rady odborníkov

Prvá pomoc pri krvácaní

Krvácanie sprevádza mnoho poranení v každodennom živote. Ak ide o závažnú ranu, rýchla a správna reakcia môže zachrániť život. Spoznajte rôzne typy krvácania a naučte sa zásady prvej pomoci. Môžu vám dodať istotu a schopnosť pomôcť v kritickej chvíli.

Krvácanie vzniká mechanickým alebo chemickým poškodením steny cievy. Rozlišujeme:

- vonkajšie (z rán alebo pri otvorených zlomeninách),
- vnútorné (tupé a prenikajúce poranenia, dôsledok niektorých ochorení)
- krvácanie z telesných otvorov (z nosa, úst, ucha, rodidiel, tráviacej sústavy).

Pri krvácaní je veľmi dôležité čo najskôr zistiť o aké krvácanie ide a následne podľa toho poskytnúť prvú pomoc. V prípade potreby treba vyhľadať odborné ošetrovanie alebo kontaktovať linku tiesňového volania. Nezabúdajme však na vlastnú bezpečnosť a chráňte sa v čo najväčšej miere pred kontaktom s krvou - ideálne použitím jednorazových rukavíc z lekárníčky.

Vonkajšie krvácanie

Pri drobných poraneniach, ako sú odreniny alebo povrchové rezné rany, dochádza ku krvácaniu z vlásočnic, ktoré väčšinou ustane v pomerne krátkom čase aj samo. V rámci prvej pomoci treba zabrániť infekcii rany - vyčistiť ju aj jej okolie vodou, následne vydezinfikovať a sterilne prekryť.

Hlboké poranenia a poranenia s postihnutím žíl a tepien krvácajú výraznejšie a hrozia väčšie straty krvi. V rámci prvej pomoci musíme preto krvácanie čo najskôr zastaviť. „Okamžite ranu zatlačíme rukou, prípadne cez vrstvu obväzu alebo inej tkaniny priamo v mieste poranenia, tak aby sme ju čo najviac prekryli - ideálne celú. Tlakom sa snažíme spomaliť prietok krvi v mieste poranenia a uzaťvoriť poranené cievy. V prípade veľkého krvácania má nutnosť jeho rýchleho zastavenia prednosť pred sterilitou,“ vysvetľuje PhDr. Martin Štelzer, inštruktor prvej pomoci zo Slovenského Červeného kríža. Dodáva, že postihnutého dáme do ležiacej polohy a ak je to možné, poranenú časť tela vyvýšime nad úroveň srdca. Tým znížime tlak krvi v mieste poranenia. Následne vytvoríme tlakový obväz veľmi silným obviazaním rany - ideálne



Prvá pomoc.

zdroj foto SČK

elastickým obväzom z lekárníčky. Tlak v rane môžeme zvýšiť uložením nerozvinutého obväzu medzi kryciu vrstvu a použitý elastický obväz. Ak obväz presakuje krvou, neskladáme ho, ale vytvoríme ďalšiu vrstvu, ktorú sa snažíme utiahnuť ešte silnejšie. Ak nemáme k dispozícii žiadne pomôcky (obväzy, tkaniny) aj samotný tlak na ranu rukou môže byť účinnou prvou pomocou.

Cudzí predmet v rane

Ak je v rane cudzí predmet - nôž, sklo, konár a podobne, nesmie sa z rany vyťahovať. Mohlo by dôjsť k zvýšeniu krvácania. Pohybom predmetu v rane by sme tiež mohli zhoršiť rozsah samotného poranenia. Takéto krvácanie môžeme zastaviť zatlačením okrajov rany smerom k cudziemu predmetu a obloženie obväzmi po jeho obvode. Okrem vytvorenia tlaku na ranu tak dochádza zároveň k fixácii predmetu. Následne poranenie obviažeme tlakovým obväzom tak, aby nedochádzalo k zatlačaniu cudzieho tela do rany.

Po ošetrení krvácania čo najskôr začneme s protišokovými opatreniami:

- privoláme odbornú pomoc,
- upokojíme postihnutého,
- nepodávame tekutiny,
- bránime stratám tepla.

Dôležité je neustále sledovať životné funkcie a celkový stav postihnutého.

Pre lepšie zapamätanie postupu nám môže pomôcť:

„Pravidlo 5Z“

1. Zistiť krvácanie.
2. Zatlačiť v rane.
3. Zdvihnúť nad srdce.
4. Zabrániť šoku.
5. Zdravotnícka pomoc.

Vnútorné krvácanie

V prípade vnútorného krvácania môžu mať jeho viditeľné príznaky oneskorený nástup. Preto ho predpokladáme na základe mechanizmu, ako došlo k poraneniu. Ak predpokladáme neúrazové vnútorné krvácanie, berieme do úvahy predošlé ochorenia a stav postihnutého - napríklad prasknutý peptický vred. Samotná prvá pomoc pri vnútornom krvácaní je značne obmedzená, nie je ho možné účinne zastaviť v rámci laickej prvej pomoci. Preto bezodkladne privoláme odbornú pomoc prostredníctvom tiesňovej linky, vykonáme protišokové opatrenia, prípadne opatrne polohujeme postihnutého na zmiernenie jeho stavu.

Krvácanie v oblasti hlavy

Ak predpokladáme vnútorné krvácanie v oblasti hlavy, postihnutého dáme do polohu podloženie hlavy a chrbta, aby bola hlava nad úrovňou srdca.

Krvácanie v oblasti hrudníka

Ak predpokladáme krvácanie v oblasti hrudníka, uložíme ho do polosediacej polohy a s miernym naklonením na poranenú stranu. V prípade sťaženého dýchania by to mal byť polosed s miernym predklonom.

Krvácanie do brušnej dutiny

Pri možnom krvácaní do brušnej dutiny postihnutého polohujeme do polohu s podopretím hlavy a hrudníka, pokrčenými a podloženými dolnými končatinami a podloženými špičkami chodidiel.

Informácie poskytol Slovenský Červený kríž (SČK)

» ren



Lekárnička.

zdroj foto Hans pixabay

PROBLÉMY S ČÍTANÍM? Problémy s písaním?



CHCETE VÁŠMU DIETĀTU ULAHČIŤ UČENIE A DAŤ MU DOBRÝ ZÁKLAD DÔLEŽITÝ PRE ŽIVOT A JEHO UPLATNENIE V BUDÚCNOSTI?

Prejavy:

- nechut' k učeniu
- problémy a neúspech v škole
- musíte sa dietātu denne venovať
- pomalé čítanie
- nečitateľné písmo
- trápenie a starosti

Ponúkame novú netradičnú metódu, ktorá efektívne rieši problémy s čítaním a písaním formou individuálneho doučovania

Dohodnite si bezplatný úvodný pohovor s testom čítania alebo písania



PRIJEMEME nových lektorov a lektorky

Študijné centrum BASIC
Krivá 23 - prízemie, 04001 Košice
0915 787 845, 0908 304 211
ke@centrumbasic.sk

Študijné centrum BASIC

www.centrumbasic.sk

KOŠICKO na facebooku



Staň sa fanúšikom našej stránky a sleduj:

- ▶ AKCIE firiem a služieb
- ▶ Tipy na voľný čas
- ▶ zaujímavosti, súťaže

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

S					4	9			
U	5	9			7	2		1	
D	2		4		9	8		7	
O					2		7		
K		1							
U					4				1
	7		5			3		8	
	1					3			
	4				8				5

S		2	4			1			
U			6			3		1	5
D						7		3	6
O					6	8	5	4	
K						2			1
U	8			1					
							8	5	
	4	1		3	5		2		7

Zámer nového zákona o vysokých školách

Minister školstva Tomáš Drucker predstavil v uplynulých dňoch vecný zámer nového zákona o vysokých školách. Návrh je prítom súčasťou širšieho plánu, ako zlepšiť vysoké školstvo na Slovensku.

Ministerstvo školstva SR v tejto súvislosti uviedlo, že Slovenské vysoké školstvo sa za posledné roky posunulo vpred a mnohé školy robia dôležité kroky k zvýšeniu kvality. „Napriek tomu každý piaty študent alebo študentka odchádza študovať do zahraničia. Dôvera verejnosti, médií či časti expertov a politikov v domáce vysoké školy zostáva krehká. Nedôvera má hlboké korene, či už oprávnené alebo neoprávnené. Dnes prichádzame s konkrétnym návrhom, ako situáciu zmeniť,“ povedal minister Tomáš Drucker.

Vybrané zmeny, ktoré nový zákon priniesie:

Viac možností, ako študovať - Flexibilné štúdium umožní kombináciu rôznych foriem výučby, získavanie certifikátov za kratšie programy či určenie dĺžky štúdia podľa počtu kreditov, nie rokov. Vysoké školy zároveň dostanú väčší priestor v oblasti vzdelávania dospelých.

Profesijné bakalárske štúdium - Cieľom je zatriktívniť bakalárske programy zamerané priamo na výkon povolania. Do výučby sa zapoja zamestnávateľi, ktorí študentom umožnia získať praktické skúsenosti.

Záverečná práca alebo odborná stáž - Študenti si budú môcť vybrať medzi písaním záverečnej práce a absolvovaním odbornej stáže – ako odpoveď na meniace sa potreby praxe aj nástup umelej inteligencie.

Odborníci z praxe a nové tituly - Zjednoduší sa zapojenie odborníkov z praxe do výučby a školy získajú možnosť udeľovať aj medzinárodne uznávané tituly (napr. MSc.).

Digitalizácia služieb - Zavádza sa jednotná elektronická prihláška na všetky vysoké školy a online overovanie diplomov – menej byrokracie a modernejší systém.

Zákaz nosenia zbraní na akademickej pôde - V rámci zvyšovania bezpečnosti sa zakáže nosenie zbraní na akademickej pôde, s výnimkou ozbrojených zložiek a výskumu.

„Zákon je štart, nie cieľ. Rozhodne implementácia – teda to, ako sa nové pravidlá premietnu do života univerzít, študentov a spoločnosti. Preto budeme dôslední v tom, ako zákon uvidíme do praxe. Budeme ho konzultovať s odbornou verejnosťou a hľadať najlepšie riešenia,“ povedal štátny tajomník ministerstva školstva Róbert Zsembera.

„Ministerstvo zverejnilo vecný zámer na svojej webstránke, odborná verejnosť má vďaka tomu príležitosť návrh pripomenkovať ešte pred jeho paragrafovým znením,“ uviedol rezort školstva a dodal, že nový zákon nie je samostatným krokom, ale súčasťou širšieho plánu modernizácie vysokého školstva.

» [ren](#)

Láska, ktorá premieňa najtvrdšie srdcia

Stále mám pred očami ten pôsobivý obraz: v kaplnke natlačení potetovaní mladí muži s piercingami radostne a hlasno spievajú Hosana počas slávenia Palmovej nedele. Pre mňa to bol obraz víťazstva Ježišovej lásky, ktorá sa dokáže dotknúť a premeniť aj najtvrdšie srdcia. Skutočný veľkonočný zázrak!

Na Fazenda da Esperança – Farme nádeje v Brazílii som zblízka zakúsil radosť zmŕtvychvstania. Vyše stovky bývalých drogových závislých, ktorí tam žijú v komunite, nemajú za sebou peknú minulosť. Ich bolestivé príbehy spája jedno: svoje životy, viac či menej vlastnou vinou, príliš skoro zruinovali. Zachrániť ich mohol len zázrak podobný vzkrieseniu z mŕtvych. Farma nádeje bola pre nich skutočne poslednou nádejou.

Zakladateľ Fazend, nemecký františkánsky kňaz Hans Stapel hovorí, že nováčikovia sa v prvých týždňoch musia naučiť len jedno: odpúšťať. Tento krok je nevyhnutný pre ďalšiu cestu uzdravenia. Vlastná vina a vina druhých, ktorá často siaha hlboko do rodín, sa zdá byť neprekonateľná. Kto s takými hlbokými ranami klope na brány Fazendy, je vyhovený a väčšinou blízko k tomu, aby sa vzdal seba samého a svojej budúcnosti. Modlitba, sviatosti a bezpodmienečné láskavé pri-

jatie v rámci spoločenstva mu dávajú silu odpúšťať, a tým prinášajú uzdravenie.

Jeden z chlapcov nám rozprával, ako mu otec robil zo života peklo a on k nemu cítil len hlbokú nenávisť. Dvadsať rokov nemali medzi sebou kontakt. Po prvých týždňoch na Fazende dokázal napísať štvorstranový list a odpustiť svojmu otcovi. So slzami v očiach povedal: „Zmierenie sa stalo, ešte skôr než sa dostalo k môjmu otcovi, pre mňa samého nečakaným darom. Pocítil som v sebe Ježišovu blízkosť a silu jeho milosrdenstva a pochopil som: Ježiš niesol aj moju vinu a môj kríž.“

Odpustenie nám otvára oči pre tajomstvo vykúpenia. Milosrdný človek mení svoj život na dar pre všetkých. Toto tajomstvo spoznávajú mladí ľudia na Fazende, a neskôr oni sami posilňujú a povzbudzujú druhých.

P. Martin M. Barta
www.acnslovensko.sk



zdroj foto ACN
» [ACN](#)

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

pred po

BEZ WAPKY

BEZPLATNÁ UKÁŽKA

www.bombafasada.sk +421 905 148 393 info@bombafasada.sk

Stannah

Darček v hodnote až do 200,- €*

Ponuka

Aké máte plány na zajtra?
So spoločnosťou Stannah
máte nekonečno možností.

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

Zavolajte zadarmo
0800 162 162
www.stannah.sk



Služby
Špičkovej
Kvality

Ponuka sa nekumuluje s inými zľavami a kampaňami. Platí do 09/5/2025

UŽ OD 499 €

DARČEK ZADARMO 4L HNOJIVA

galerica

ODOLNÉ SKLENÍKY
Z POLYKARBONÁTU

	Š x V x D	
GRETA TIP	2 x 2 x 4 m	499 €
GLORIA	2,58 x 2 x 4 m	599 €
GALA	3 x 2 x 4 m	469 €
GENIO	3 x 2,07 x 4 m	499 €
GARANT	3 x 2,07 x 4 m	599 €
GULLIVER	3 x 2,07 x 4 m	669 €
GOLIÁŠ	3 x 2,1 x 4 m	749 €
GORAL	3 x 2,3 x 4 m	749 €
GALINA	3 x 2,27 x 4 m	899 €

- o DOPRAVA ZADARMO
- o JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 galerica.sk

ODKÚPIME

mince do roku 1945
vojnové predmety
z 1. a 2. svetovej vojny

výkup hodín
výkup nožíkov
poľovnícke
trofeje a celé zbierky

0940 723 073
trofejeeu@gmail.com

ABA INNOVATOR

✓ Rýchla aplikácia
✓ Bez potreby výkopov
✓ Jednoduchá aplikácia
✓ Dlhodobá spoľahlivosť
✓ Garancia kvality

zastavenie
sadania budov

SPÄTNÉ ZDVIHNUTIE PODLÁH
» ČISTO, RÝCHLO a bez BÚRANIA «

TOP INJECT

stabilizujeme základovú pôdu
zastavíme sadanie budov
injektážou syntetickej živice

PRACUJEME PO CELOM SLOVENSKU

0918 726 754

sk.abainnovator.com

HISTORICKY NAJVÝHODNEJŠIE CENY A NAJVYŠŠIE DOTÁCIE, NEČAKAJTE KÝM ZDRAŽIEME !!!

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

!DOTÁCIU ODPOČÍTAME IHNEĎ!

Distribúciu a vybavenie dotácie nechajte na Nás

Spolufinancované Európskou úniou

Zelená domácnosť Podpora využívania obnoviteľných zdrojov ENERGIE

VOLAJTE: 0909 131 131

Fotovoltaická elektráreň 3,18 kW

- základná zostava 7 panelov o výkone 455Wp
- inštalovaný výkon 3185Wp
- návratnosť 4-5 rokov
- zariadenie na kľúč
- kvalita na prvom mieste
- zdražovanie energií sa Vás týkať nebude

Záruka 25 ROKOV

Zaplatíte len 2190€*

*Cena vrátane montáže

JARNÁ AKCIA

Zavolajte do 30.4.2025

Objednajte fotovoltaickú elektráreň o výkone minimálne 4kW a dostanete od nás 2 panely ZADARMO

9ks 5kw Menič

Tepelné čerpadlo Galmet Prima

- s našim tepelným čerpadlom zabudnete na uhlie a drevo
- užite si komfort, pohodlie a teplo domova bez námahy
- dostupné verzie 6kw, 8kw, 10kw, 12kw a 16kw
- vhodné aj pre radiátory
- pracuje aj pri teplote -25°C
- 10kw verzia vykúri 200m2

Zaplatíte len 4290€*

*Cena vrátane montáže

Záručný servis zabezpečuje výrobca