

BYSTRICKO BREZNIANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 56 200 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

PROFIDEMONT
 • REALIZÁCIA HRUBEJ STAVBY
 • ZÁKLADOVÉ DOSKY
www.profidemont.sk 0919 175 335

MONTÁŽ INŽINIERSKÝCH SIETÍ
 - odstraňovanie porúch na vode a kanalizácii
 - čistenie a monitoring kanalizácie
 Tel.: 0910 585 734

POKLÁDKA ZÁMKOVEJ DLAŽBY A OBRUBNÍKOV NA KLÚČ
 stavba betónových múrov a plotov
 0910 585 734

PÔŽIČKY 0918 709 028
 od 18-80 ROKOV od 400€ do 30 000€
www.bestpozicka.sk

ŽALÚZIE SIETE, SERVIS v BB
 0907 536 783

PONÚKAM NÁTERY STRIECH
 0907 615 089

ČISTENIE HROBOV
 JEDNOHROB 65 € DVOJHROB 95 €
DOSEKÁVANIE PÍSMO
 Dátum (†30.1.2023) 100 €, inak 10 €/znak
OBNOVA PÍSMO 1,30 €/znak
 Tabuľky, fotografie, vázy, svietniky, umučenia
Doprava a impregnácia ZDARMA
Ing. Miroslav Greisiger
 0940 653 651, 0919 205 521
www.greisiger.sk
MIMORIADNA AKCIA DO 31.5.!!!

Letím k vám s najlepšou jarnou ponukou

zriaďovák
 wifi router
 televízny box

0 €

BBXNET
 HRDINSKÝ NET & TV
 0850 250 250
info@bbxnet.sk

KÚPIM BYT, DOM
 aj zadĺžený, v exekúcii, aj v dedičskom konaní
 0948 001 811

Palivové drevo
 Dátum dodania podľa Vášho výberu
SKLADOM AJ SUCHÉ
 0907 222 616

PREDAJ A DOVOZ PALIVOVÉHO DREVA
 Pripravujeme palivové drevo namiešané z listnatých drevín - dub, buk, agát, breza, lipa, čerešňa, vrbá, osika, dodávané v naplnených a naštiepaných dĺžkach 20, 25 cm a 33, 40, 50 cm resp. dĺžkach podľa želania

1 PRMS (priestorový meter sypaný od dĺžky 33 cm) (Odber u nás v Ábelovej)	49 €
8 PRMS Veľké auto Mercedes Atego (S dovozom do 60 km od Ábelovej)	480 €
4 PRMS Terénne auto ISUZU (S dovozom do 60 km od Ábelovej) • Ideálne pre ťažko prístupové chaty a usadlosti	277 €
Môžeme pripraviť a doviezť aj palivové drevo smrekové suché	
1 PRMS (priestorový meter sypaný od dĺžky 33 cm) (Odber u nás v Ábelovej)	44 €
12 PRMS Veľké auto Mercedes Atego (S dovozom do 60 km od Ábelovej)	584 € 496 €
4 PRMS Terénne auto ISUZU (S dovozom do 60 km od Ábelovej) • Ideálne pre ťažko prístupové chaty a usadlosti	232 € 196 €
Môžeme pripraviť a doviezť aj lacné palivové drevo zo suchých odpadových (použitých), dosiek, hranolov a palet naplnených oca na 33cm.	
1 PRMS (priestorový meter sypaný od dĺžky 33 cm) (Odber u nás v Ábelovej)	32 €
12 PRMS Veľké auto Mercedes Atego (S dovozom do 60 km od Ábelovej)	430 € 366 €
4 PRMS Terénne auto ISUZU (S dovozom do 60 km od Ábelovej) • Ideálne pre ťažko prístupové chaty a usadlosti	184 € 156 €
LIPOVÉ TRIESKY vrecko 30x60 cm	3,00 €/vrecko

Mercedess Atego **Isuzu 4x4**

0907 884 162

NOVÁ KRYTINA

FALTRA

PLECHOVÉ STRECHY MASLEN
 SLOVENSKÝ VÝROBCA

33% ZĽAVA
3333 m² MATERIÁLU
30 ROČNÁ ZÁRUKA!

Dostupnosť na ktorejkoľvek z 33 pobočiek spoločnosti MASLEN!

Akcia platí pre krytinu FALTRA vo farbe RAL 9005 HB50MAT do vypredania skladových zásob.

www.maslen.sk

AKCIA -33%

📍 Banská Bystrica, Badín 655 (pri ČOV) ☎ maslenbb@maslen.sk ☎ 0902 972 006
 📍 Podbrezová, Štiavnička 674 ☎ maslenbr@maslen.sk ☎ 0940 947 102



Správna voľba

OD PONDELKA

OD PONDELKA 6. 5. DO NEDELE 12. 5.
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

50%
ZĽAVA



5.99
2.99

Kačica celá
cena za 1 kg
s drobní



46%
ZĽAVA

7.49***

3.99

Čučoriedky
500 g balenie



Lidl
STÁNOK
DARME ČESTVE

1 KUS TBA
0,14



SUPERCENA

4.19

Čerstvé vajcia „M“
30 kusov
z kľetkového chovu



60%
ZĽAVA

0.99***

0.39

Šalátové uhorky
kus



31%
ZĽAVA

17.49

11.99

42%
ZĽAVA

17.49

9.99

Lavazza Crema
1000 g
zrnková káva
rôzne druhy



TOP
CENA

ITALIAMO

OBJAVTE VIAC AKO
120
PRODUKTOV
INŠPIROVANÝCH
Talianskom



20%
ZĽAVA

4.38

3.49

31%
ZĽAVA

4.38

2.99

Mascarpone
500 g



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávateľného produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti Lidl Slovenská republika, s.r.o. pri porovnaní na rovnakom mieste a v rovnakom období. ... a mnoho ďalších výrobkov na www.lidl.sk
Ponuka tovaru platí od 6. 5. do 12. 5. 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.

Myslime na naše mamy

Patrí im veľká vďaka, úcta a obdiv. Reč je, pravdaže, o našich mamách, matkách, maminkách, mamulienkach, mamičkách, ktoré už onedlho oslávia svoj sviatok.

Žijeme hektické životy a neraz si ani neuvedomíme, koľko dní sme už nezavolali svojej mame, alebo ju nenavštívili. A je to pritom práve ona, ktorá je tu s nami od nášho narodenia a nie je deň, kedy by na nás nepomyslela. Mama nás sprevádza po celý život. Teší sa z našich úspechov, podrží nás, keď prekonávame ťažké životné skúšky, stojí pri nás, keď strácame pevnú pôdu pod nohami a keď zabľúdime, je tu, aby nám pomohla nájsť opäť tú správnu cestu. Je to ona, ktorá nám dôveruje, keď nad nami už možno iní lámu paliču, je to ona, ktorá nás bezpodmienečne miluje.

Druhá májová nedeľa už tradične patrí mamám. Hoci súčasnú podobu dostal Deň matiek na prelome 19. a 20.

storočia v Spojených štátoch amerických, postupne sa udomácnil takmer vo všetkých krajinách a dnes tak tento sviatok slávia ľudia po celom svete. Je oslavou materstva a dňom, kedy si pripomíname význam a dôležitosť všetkých mám v našich životoch, oslavujeme ich a vzdávame im úctu. Zároveň je výbornou príležitosťou poďakovať sa našim mamičkám za všetko, čo pre nás robia. Možností je skutočne veľa, napríklad darovaním nežného kvietku. Každú mamu však asi najviac poteší spoločne strávený čas.

Za seba by som nám, všetkým mamám, rada zaželala veľa radostných a príjemných chvíľ strávených v spoločnosti tých, ktorých nado všetko milujeme.



» Renáta Kopáčová, redaktorka

Spomienka

Odišla si cestou, ktorou ide každý sám, len brána spomienok ostala dokorán... Ten kto Ťa milá mamička poznal si spomienie a ten, čo Ťa mal rád nikdy nezabudne.

Dňa 4. mája 2024 si pripomíname 10. smutné výročie, čo si nás náhle opustila drahá mamička, stará mama.



Anna Ducárová z Banskej Bystrice

Spomíname s láskou a úctou... Osud je občas veľmi krutý, nevráti, čo raz vzal... Zostanú iba spomienky a v srdci žiaľ...

KURZ SBS
LEN U NÁS ONLINE aj PREZENČNE
Cez Úrad práce pre všetkých ZDARMA
Kontakt: kurzysbs@sbabb.sk
0911 514 328

PREDAJ, MONTÁŽ KLIMATIZÁCIE
kontakt: 0905 753 983

kamstav kompletne kamenárske služby
www.kamenarstvo-kamstav.sk
B. BYSTRICA, J. KRÁĽA 4, CENTRUM, PRI POTOKU (novootvorená predajňa - presťahovaná z Radvane)
0917 216 390
SERIÓZNOSŤ • FLEXIBILITA • TRADÍCIA od r. 1989
-50% na všetky pomníky
SPISUJEME OBJEDNÁVKY PRE ROK 2024 ZA MINULOROČNÉ CENY
DOPRAVA ZDARMA
CINTORÍN RADVAŇ NOVÉ URNOVÉ A HROBOVÉ MIESTA ZAKÚPITE U NÁS

KAMENARSTVO Fabry
• KAMENÁRSKE PRÁCE •
• ŽULOVÉ HROBY •
• NÁHROBNÉ KAMENE •
• DOPLNKY NA HROBY •
Písmo a doplnky (strieborné) ZADARMO (ku kompletom)
OTVORENÉ PO - PIA 9:00 - 12:00 a 13:00 - 16:00 hod.
Rázusova 30, Brezno
Tel. 0903 039 612, 0909 100 793
www.kamenarstvo-fabry.sk

NEOBMEDZENÝ OPTICKÝ INTERNET
UŽ ZA 12€ AŽ DO 600 MBIT/S
120 PROGRAMOV TV
INDIVIDUÁLNY PRÍSTUP ODBORNE PORADENSTVO
NA TV, PC, MOBILE a TABLET
KOMBINÁCIE NET-TV NA PIERU
PRIPOJTE SA K NÁM!
WWW.METRONET.SK 0915 859 255 NÁM. SNP 15, BANSKÁ BYSTRICA

NEODTEKÁ? ORIGINAL
TOALETA, DREZ, STREŠNÝ ZVOD?
KRTKOVANIE - MONITORING
www.krtkovanie.sk
tel.: 048/413 09 58 mobil: 0905 803 100
SIE TU PRE VÁS 25 rokov OD ROKU 1999

PALIVOVÉ DREVO metrovina
0948 902 721

PREDÁM NOVÝ DOM
5 izbový za 372.000 € v Tajove
Tel.: 0907 528 831

NÁTERY, OPRAVA, ČISTENIE
- STRIECH
- KOMÍNOV
MALOVANIE FASÁD
za dobrú cenu
0940 128 302

ŽALÚZIE
Radovan Matúš
ZASKLIEVANIE BALKÓNOV
roletky deň a noc vertikálne žalúzie aj sušiaci sietky proti hmyzu zhrňacie lamelové dvere servis balkónových roliet
www.balkony.net 0905 767 777

OBNOVA STRIECH
ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH, KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH
BITUMÉNOVOU LEPENKOU bez demontáže pôvodnej krytiny
zameranie odborné poradenstvo cenová kalkulácia ZDARMA!!!
NON STOP - 0944 720 932
slovenská firma
ZÁRUKA 25 ROKOV
VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽĽABOV

Bezplatný týždenník

**BYSTRICKO
BREZNIANSKO**

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

Ročník I, Vydanie I, týždeň 18/2024.

Redakcia: Jegerovová 14081/37
BANSKÁ BYSTRICA
bystricko@regionpress.sk

INZERCIA

Michaela Reichelová 0910 698 446

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



Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (56.200 domácností)

Každý týždeň:

Banská Bystrica, Badín, Brusno, Čerín, Dolná Mlčičná, Dúbravica, Harmanec, Homé Pršany, Hrochoč, Hronsek, Kynceľová, Ľubietová, Lučatín, Malachov, Medzibrod, Nemce, Podkonice, Poniky, Priečhod, Selce, Slovenská Ľupča, Tajov, Vlkanová, Brezno, Čierny Balog, Dolná Lehota, Nemecká, Podbrezová, Predajná, Valaská



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

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

Západné Slovensko

BV	97240	BRATISLAVSKO východ
BZ	106540	BRATISLAVSKO západ
DS	34320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34390	GALANTSKO-ŠALIAANSKO
HC	30330	HĽHOVECKO-SEREDSKO
KM	16450	KOMÁRŇANSKO
LV	30580	LEVICKO
MA	29680	MALACKO
NR	54170	NITRIANSKO
NZ	35050	NOVOZÁMOCKO
PK	22970	PEZINSKO
PN	41870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35420	SENECKO
SE	36750	SENIČKO-SKALICKO
TO	41930	TOPOĽČANSKO-PE-BN
TN	60750	TRENČIANSKO-DCA-IL
TT	49930	TRNAVSKO
ZM	20930	ZLATOMORAVSKO

Stredné Slovensko

BB	56200	BANSKOBYSTRICKO-BR
KY	29300	KYSUCKO-CA-KM
LI	37270	LIPTOVSKO-LM-RK
LC	30860	LUČENECCKO-VK-PT
MT	38570	MARTINSKO-TR
OR	34980	ORAVSKO-DK-NO-TS
PB	33590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40150	PRIEVIDSKO
ZV	38400	ZVOLENSKO-DT-KA
ZH	26880	ŽIARSKO-ZC-BS
ZA	50780	ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

BE	37210	BARDEJOVSKO-SK-SP
GJ	30830	GEMERSKO-RV-RS-RA
HU	27190	HUMENSKO-VT-SV-ML
KE	92130	KOŠICKO
KS	24900	KOŠICKO okolie
SL	12940	LUBOVNIANSKO
MI	31260	MICHALOVSKO-TV-SO
PP	41520	POPRADESKO-KK
PO	49940	PREŠOVSKO-SB
SN	32540	SPIŠSKO-LE-GL

Viete čo je liekopis?

Vedeli ste, že od roku 1995 na Slovensku platí Európsky liekopis a Slovenský farmaceutický kódex? Ako na sociálnej sieti približuje Štátny ústav pre kontrolu liečiv (ŠÚKL), liekopis zaberá v histórii farmácie osobitné miesto tým, že:

- kodifikoval kvalitu liečiv,
- uvádzal podrobné predpisy na prípravu liekov,
- vyjadroval úroveň farmácie v krajine.

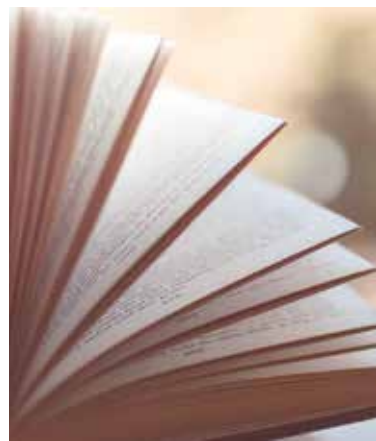
Čo hovorí história?

Hoci najstarší oficiálny prepis liekopisu v rakúskych krajinách, teda aj na Slovensku, vyšiel už v roku 1564, tak prvý oficiálny československý liekopis začali písať až v roku 1919. „Avšak tento liekopis nabral účinnosť o niečo neskôr, vyhláškou MZ ČSR s v roku 1948. Československý liekopis vychádzal v českom jazyku, názvy liečiv boli v latinšom a slovenskom jazyku,“ približuje ŠÚKL a dodáva, že o niekoľko dekád neskôr, v roku 1995, Slovenská republika podpísala takzvaný Dohovor o vypracovaní Európskeho liekopisu. Od tohto roku na Slovensku platí Európsky liekopis a Slovenský farmaceutický kódex.

Slovenský farmaceutický kódex:

- je doplnková národná norma pre zabezpečenie kvality liekov na Slovensku
- obsahuje aj články, ktoré nie sú zaradené do Európskeho liekopisu.

„Preto, aby boli lieky účinné, bezpečné a kvalitné, naše Liekopisné oddelenie zabezpečuje spoluprácu pri vypracovaní Európskeho liekopisu a pri zostavení Slovenského farmaceutického kódexu,“ približuje ŠÚKL.



» ren zdroj foto pexels pixabay

Jarná AKCIA
na kvalitné brikety, pelety a drevo

eko max

Doprava v rámci celej SR ZDARMA

Bukové brikety 960 kg / -285€ 252€ 600 kg / -285€ 195€	Smrekové peletky A1 1005 kg / -310€ 302€ 780 kg / -265€ 252€	Drevo v kliečke 1 prm / 195€ 1,7 prm / 215€
---	---	--

OBJEDNAJTE: 0918 348 999
www.ekomax.sk info@ekomax.sk Akcia platí do vyčerpania zásob

DREVENÉ konštrukcie

**ZIMNÉ ZÁHRADY
ZASKLENIE TERASY
ZASKLENIE PRÍSTREŠKU
PRÍSTREŠKY
BIOKLIMATICKÉ PERGOLY
BALKÓN a LODŽIE
SCREENOVE ROLETY
BETÓNOVANIE a DLAŽBA**

DOPYT@OLIMONT.SK 0908 077 040

WWW.OLIMONT.SK

**Nehľadajte 2-3 firmy.
My sa o všetko postaráme.**

HLINÍKOVÉ konštrukcie

BIOKLIMATICKÉ PERGOLY

UŽITOČNÉ KONTAKTY
www.mojinzerat.sk

RIVEL ŠPORT Banská Bystrica
Outdoor špecialista - obuv, oblečenie, výstroj
www.riveloutdoor.sk

SPRACOVANIE ÚČTOVNÍCTVA
JÚ, PÚ, mzdy, dane / 0907 718 981
info@maleconomy.eu

TREDDY ☎ 0918 870 344 f @ @tredy_bb
MALIARSKÉ A NATIERAČKÉ PRÁCE + UPRAŤOVACIE SLUŽBY A TEPOVANIE domy, byty, obchodné priestory, ploty, brány, garáže, tatranský profil, konštrukcie, priestory bytových domov a vchodov, riešenie problémov so zažutnutými a zadymenými priestormi

Predáme štiepané palivové drevo
s dovozom
0940 870 613 ☎ 0944 304 589

STAVEBNÉ PRÁCE, REKONŠTRUKCIE, ALTÁNKY, PRÍSTREŠKY, ZÁHRADNÉ CHATKY OPLIETENIA, MOBILNÉ DOMČEKY
Tel.: 0948 013 001 / 0951 765 571

PREDÁVATE DOM, BYT, POZEMOK A INÉ?

- Pomôžeme vám s ich predajom alebo prenájmom
- 15 ročné skúsenosti na trhu s nehnuteľnosťami
- Tržné ohodnotenie vašej nehnuteľnosti
- Profesionálne právne, katastrálne a hypotekárne služby

volajte ☎ 0903 419 623

BYSTRICKÍ MALIARI
... NATRIEME VÁM TO

- kvalitné maliarske práce
- výhodné ceny
- obhliadky zdarma
- upratanie priestorov

☎ 0940 652 926
eurobrama.sro@gmail.com

Ponúkame:

- žulové hroby
- rekonštrukcie a čistenie starších hrobov
- na splátky bez navýšenia
- kvalitná žula z Indie, Južnej Afriky ...
- bez finančnej zálohy

Celožulový jednohrob s pomníkom od 1.250€
Celožulový dvojhrob s pomníkom od 2.190€
Urnový hrob od 635€

ZAVOLAJTE, PRÍDEME ZA VAMI.
Obhliadka a doprava zdarma.
www.kamenarstvorovnan.sk
tel. 0917 333 133

Viete správne skladovať syry?

Trh nám ponúka nespočetné množstvo syrov vynikajúcich chutí. Veď kto by už nepoznal francúzsky syr Camembert, holanskú Goudu, švajčiarsky Emmental či najznámejšie talianske syry, akými sú Parmezán, Mozzarella či Gorgonzola. Sú syry, ktoré sa podávajú čerstvé, krátko po dokončení ich výroby, ale i také, ktoré zrejú niekoľko týždňov, mesiacov dokonca aj rokov, kým sa dostanú na náš stôl.

Medzi čerstvé syry patria napríklad tvarohy, cottage cheese, syr ricotta či hrudkový syr. Tvrdé syry sú charakteristické tým, že musia zrieť najmenej 4 týždne a najviac 1 až 2 roky. Plesňové syry patria medzi zrejúce syry. Sú vyrobené z pasterizovaného mlieka, do ktorého sa pridávajú okrem kyslomliečnych kultúr i špeciálne ušľachtilé plesňové kultúry. Radíme sem syry s modrou alebo zelenou plesňou vo vnútri, syry s bielou plesňou na povrchu ako aj syry dvojplesňové. Ďalšiu skupinu syrov tvoria tavené syry.

Správne skladovanie syrov

Aby sme zachovali kvalitu, chuť ale aj vôňu syra, mali by sme ho správne skladovať, a myslieť aj na to, že každý druh syra vyžaduje iné podmienky. Optimálna teplota pre uchovanie syrov je 8 až 12 °C. V bežných podmienkach je preto najlepšie skladovať ich v chlad-

ničke, pričom čerstvé mäkké syry skladujte v najchladnejšej časti chladničky, tvrdšie môžete uložiť tam, kde je trochu vyššia teplota. Balíť by sme ich mali do papiera, ktorý im umožňuje dýchať. Použiť môžeme aj papierový obrúsok a ten následne vložiť do poluzatvoreného plastového vrečka. Plesňové syry sa odporúča skladovať v plastových nádobách alebo pod pokrievkou zo skla, aby sme zabránili rozšíreniu plesne na iné potraviny. Pri dlhšom skladovaní syrov je dobré ich po každom vybalení zabaliť do nového obalu. Odborníci neodporúčajú syry uchovávať v mrazničke, pretože dochádza k narušeniu ich štruktúry, ale i zmene chute.



» ren zdroj foto VMonte13 pixabay

ADAM KRŤKO s.r.o.
 • čistenie kanalizácie,
 • lapačov tukov
 • kamerovanie lokalizácia potrubia
NONSTOP 0948 948 606

ARBORISTIKA
 certifikovaná starostlivosť o vaše stromy
 ■ Ošetrovanie stromov
 ■ Výsadba a výrub stromov
 ■ Istenie korún stromov
 ■ Záhradnícke práce
 ■ Orezávanie živých plotov
stromy AZ
 STAROSTLIVOSŤ O STROMY
 0917 884 717 info@stromyaz.sk www.stromyaz.sk

ZENIT
JARNÁ AKCIA

30%

Exolon® Ultralight 2/10 číra
9,50 €/m²

NOVINKA

10%

Exolon® 5X/16 šedá
21,22 €/m²

Koš - 046/5430 771, zenit@zenitsk.sk
 Košice - 055/6254 006, kosice@zenitsk.sk
WWW.ZENITSK.SK

BOBRIA SILA V AKCII

NAŠA MÁJOVÁ PONUKA

DOKÁŽETE ČOKOLIEK S OBI

Top cena¹
49,99 od

¹Cena od platí pri kúpe 4 a viac kusov.

VOSTER FALCOVÉ INTERIÉROVÉ DVERE ARUBA 4/4, LAKOVANÉ, DUB ŠKANDINÁVSKY, 80 l'

Interiérové dvere presklené, MDF rám opláštený HDF doskami, lakované. Pravé/ľavé, šírka: 60, 70, 80 a 90 cm. OBI č. 1006667 a i.

vhodná na podlahové vykurovanie

Top cena²
6,49 m² od

²Cena od platí pri kúpe od 25 m².

KAINDL LAMINÁTOVÁ PODLAHA MASTERFLOOR LAMINATE DUB BODENSE 1383 x 193 x 7 MM

Rozmery: š 19,3 x d 138,3 cm, hrúbka 7 mm. Obsah balenia 2,669 m². OBI č. 2004000

Top cena³
8,99 m² od

³Cena od platí pri kúpe od 25 m².

DLAŽBA METROPOLIS BEIGE 30 x 60 CM

Hrúbka 7,5 mm, trieda oteru 4. Protišmyková úprava R9. Mrazuvzdorná, rektifikovaná. Vhodná do interiéru aj exteriéru. Matný povrch, vzhľad dreva. 1,620 m²/balenie (9 ks). OBI č. 2325454 a i.

¹Cena pri kúpe 1 ks: 59,99 €/ks. Cena pri kúpe 4 a viac kusov pri akejkoľvek kombinácii veľkostí a otváratosti kridla: 49,99 €/ks. ²Cena pri kúpe 1 bal.: 6,99 €/m². Cena pri kúpe od 25 m² (9 bal.): 6,49 €/m².

³Cena pri kúpe 1 bal.: od 9,49 €/m². Cena pri kúpe od 25 m² (15 bal.): 8,99 €/m². Platí od 2. 5. do 31. 5. 2024 alebo do vypredania zásob. Platí len pre predajne: OBI Banská Bystrica, OBI Trnava, OBI Zvolen a OBI Žilina.



obi.sk

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie. tel. 0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

»Predám bicykel KROSS-Heaagon 2.0, 27 S black green yellow mat MIX S, cyklo košík, fľaša, cyklo pumpa, zámok. Cena 230€. Tel.: 0903 845 395

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HLADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

»Ja úprimný sympaták 47/180; Lásku som zažil ale kamarátku do dažďa v dobrom aj zlom ešte nie nájdete sa? T 0905 414 483

Chcete si podať inzerát?

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

Príklad: RP BB 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. **Upozomenie!** Služba nefunguje u operátora 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, **BB** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete v tiráži. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

Schválili 13. dôchodok

Národná rada Slovenskej republiky schválila vládnu novelu zákona o sociálnom poistení, ktorou sa zavedie plnohodnotný 13. dôchodok, a to pre všetkých poberateľov dôchodkových dávok. Po novom sa 13. dôchodok stáva riadnou dôchodkovou dávkou, ktorú bude vyplácať Sociálna poisťovňa.

„13. dôchodok bude vyplatený už v decembri všetkým poberateľom dôchodkov bez ohľadu na to, aký druh dôchodku poberajú. Významnosť tohto opatrenia dokazuje aj to, že bol v parlamente schválený ústavnou väčšinou. 13. dôchodok sme zaviedli ako trvalé opatrenie, pokiaľ to iná vláda nezmení,“ zdôraznil minister práce, sociálnych vecí a rodiny Erik Tomáš.

Kto dostane 13. dôchodok?

Suma 13. dôchodku bude vo výške priemerného dôchodku za predchádzajúci rok. V tomto roku bude pre poberateľov starobného dôchodku 13. dôchodok vo výške 606,30 Eur. V tejto výške dostanú 13. dôchodok aj invalidní dôchodcovia, ktorí dovŕšili dôchodkový vek. Sociálna poisťovňa vyplatí 13. dôchodok tiež poberateľom

invalidných, sirotských, vdovských, či vdoveckých dôchodkov, a to vo výške ich priemerných dôchodkov za predchádzajúci rok. V zákone je však takzvaná poisťka, ktorá stanovuje, že 13. dôchodok nesmie klesnúť pod sumu 300 Eur. 13. dôchodok dostanú aj výsluhoví dôchodcovia, teda bývalí príslušníci bezpečnostných zložiek štátu. „Zároveň vláda SR bude môcť nariadením rozhodnúť o skoršom vyplatení časti 13. dôchodku, a to najmä v prípade, ak by sa zhoršila sociálna a ekonomická situácia,“ uzatvára rezort práce.



» ren
zdroj foto Franz26 pixabay

LB **liaheň Bzenica** = KVALITA OVERENÁ **DESAŤOČIA - ponuka:**

Predaj každú sobotu bez objednávok:
- vysoko nosivé mládky **NOVINKA** r. 2024, „továreň“ na vajíčka Lohmann Brown **13 a viac týždňové od 9,0 €/ks.** Predaj každú sobotu od 09:00 h do 13:00 h. **Znáška jún / júl 2024.**
Predaj hydiny na objednávku v máji až júni:
- 1 dňové brojlerové kurčatá; 2 týždňové kačky / mulardy / husi a 6 týždňové MORIAKY na chov.

Naša aktuálna ponuka viď web: www.liahenbzenica.wbl.sk

Bližšie informácie a objednávky:
v Bzenici č. d. 127 (smer Vyhne) - okr. Žiar nad Hronom;
tel.: 045 / 676 91 18, 677 32 25, e-mail: liahenbzenica@gmail.com

DOVOZ NA ADRESU

18 týž. mládky, brojlerové a nosnicové kuriatka, husi, kačky, husočkačky, morky

www.hydinashop.sk
0944 842 953

NÁTERY STRIECH
CERTIFIKOVANÝMI FARBAMI
PRÍJEMNÉ CENY
Volajte: **0944 813 531**

ZBER STARÝCH VOZIDIEL
a trvalé vyradenie z evidencie, možnosť odvozu.

Po-Pia: 7,00 - 15,30
ALUEX 0944 530 853
045/53 33 644

ŠTAHOVANIE
profí **SUVKA**
B. Bystrica
Dispečing SK - 0950 333 222
www.stahovanie-profi.sk

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE **FRÉZOVANIE od 15€/bm**

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

- PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASŤÍ KOMÍNOV
- ZATEPOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV

OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA na materiál 40%

0948 012 507 • www.profikominy.sk

BUKOVÉ brikety

DOVOZ A VYLOŽENIE ZDARMA

NONSTOP SLUŽBA 0915 113 102
Rozvoz aj v sobotu

AKCIA 249€

TESÁRSKE - POKRÝVAČSKÉ KLAMPIARSKÉ PRÁCE

strechy - altánky - šalovanie schodov rekonštrukcie a opravy

0904 820 681

EKOKANAL 0908 967 587, 0911 967 587

NON-STOP

- Čistenie kanalizácií a odtokov
- Inšpekcia potrubia kamerou
- Čistenie lapačov tukov
- Tlakové skúšky potrubia
- Bezvýkopové opravy -výkopové opravy kanalizácií
- Frézovanie kanalizačných potrubí
- Vyhľadávanie kanalizač. trás detektorom
- Lokálne bezvýkopové opravy

ecopap HARMONY

VYMEŇTE STARÝ PAPIER ZA NOVÝ

Vymeníme Vám všetky druhy papiera, aj kartón od firm, aj občanov. V prípade väčšieho množstva papiera, papier od Vás vykúpime.

Zabezpečujeme komplexný servis zberu a recyklácie papierového odpadu, vrátane skartácie dokumentov a likvidácie archívov.

Kostiviarska cesta 51 (bývalý areál Pepsi Cola) Kontakt: 0903 277 001

Ruka & Hore
Kombinácia stromárstva a zeleniny

Orez stromov
Arboristika

Rez ovocných stromov, živé ploty, výsadba, výrub, odvoz drevnej hmoty

0918545451 www.citytrees.sk

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

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

frézovanie od 15€/bm

OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA na materiál 35%

0904 157 144, 0903 874 784

VÝPREDAJ

AVON TYRES 195/65 R15 91H

94,50 € 49,90 €

v pneuservise alebo online: www.mikona.sk

MIKONA
... ON THE ROAD

Z17

ZASKLENIE

- balkóny
- terasy
- pergoly
- prestrešenia
- zimné záhrady

rámový a bezrámový systém

SLOVREKLA s.r.o. - Zvolen, Trhová 6 (Tržnica) B. Bystrica, Bernolákova 2 (Pod Novamedom)
www.slovrekla.sk, info@slovrekla.sk
045/540 20 71, 0905 298 160

8. mája 1902
výbuch sopky Pelée na karibskom ostrove Martinik; sopka úplne zničila mesto St. Pierre a zahynulo 28 000 ľudí

Výročia a udalosti

Doprajte si výhľady na krásnu prírodu

Vyhliadkové veže a rozhľadne na Horehroní

Región Horehronie ponúka k objavovaniu veľa prírodných krás, no pochváliť sa môže i množstvom zaujímavých kultúrnych pamiatok. My sme našu pozornosť tentokrát upriali na vyhliadkové veže a rozhľadne, z ktorých sa naskytú dychberúce výhľady na široké okolie.

Vyhliadková veža Zbojská

Na území Národného parku Muránska planina nad sedlom Zbojská medzi obcou Pohronská Polhora a mestom Tisovec môžete navštíviť Vyhliadkovú vežu Zbojská. Vede k nej lesný chodník s miernym stúpaním cez otvorenú lúku. V jej spodnej časti sa nachádza



Vyhliadková veža Zbojská.

kaplnka Sv. Juraja s osobitným vchodom. Pri vstupe do veže je menšia izba s vypreparovanými lesnými zvieratami, ktoré podávajú obraz o miestnej faune. Na prvom poschodí sú umiestnené pamätné kroniky, na ktoré dozerá drevená socha pustovníka. Druhé poschodie sa nesie v duchu ovčiarstva, no a tretie je venované zbojníctvu, ktoré dalo lokalite Zbojská meno. Neďaleko veže stojí i nadrozmerná drevená socha najobávanejšieho tunajšieho zbojníka Jakuba Surovca, ktorá je súčasťou náučného zbojníckeho chodníka, vedúceho Čertovou roklinou. Po výšlape na vrchol veže môžete zazvoniť na zvon Hronca a naskytne sa vám čarovný pohľad na sedlo Zbojská, Čertovu dolinu, vrch Kučalach či Fabovu hoľu a pri dobrej viditeľnosti až na Chopok, druhý najvyšší vrch Nízkych Tatier.

Vyhliadková veža Horné Lazy

Vyhliadková veža Horné Lazy týčiac sa nad mestom Brezno očarí krásnymi panoramatickými výhľadmi na celé Nízke Tatry od Kráľovej hole až po Banskú Bystricu, kráľovské mesto Brezno, Horehronské podolie, či Veporské vrchy. Jedinečné výhľady si môžete užiť ešte detailnejšie vďaka ďalekohľadu, ktorý je na vrchole veže umiestnený. Z

mesta Brezno, z lokality Banisko vedú k veži dve trasy a ďalšie turistické chodníky vás tam zavedú z obcí Valaská, Bystrá či Mýto pod Ďumbierom z časti Pohanské. Výstup na vyhliadkovú vežu je bezplatný.

Rozhľadňa Pustý vrch

Na vrchole Pustého vrchu nad miestnymi časťami obce Čierny Balog Komov a Pusté, neďaleko trasy Čiernohronskej lesnej železnice stojí jedenásť metrov vysoká drevená rozhľadňa Pustý vrch. Má dve vyhliadky vo výške troch a šiestich metrov, z ktorých si užijete pohľady na doširoka sa rozprestierajúcu obec Čierny Balog a okolitú, pokojom dýchajúcu prírodu. K rozhľadni môžete vyraziť hneď z niekoľkých prístupov, a to z Čierneho Balogu, miestnych častí Komov, Látky, Jánošovka, Dobroč alebo Pusté. Zaujímavosťou je, že na vyhliadku Pustý vrch môžu turisti prísť aj Horehronskými cyklodrizinami a Čiernohronskou železničkou.

Rozhľadňa Polomské očko

Neďaleko horehronskej obce Polomka nájdete unikátnu rozhľadňu Polomské očko, ktorá ponúka dychberúce výhľady do všetkých svetových strán. Dostať sa na ňu môžete z parkoviska v



Vyhliadková veža Horné Lazy.

obci Polomka, kde zaparkujete auto a vaše dvojkilometrové priame stúpanie s časovým rozpätím približne hodinu, sa môže začať. Vďaka umiestneniu rozhľadne a jej celkovej výške 30 metrov, môžete vidieť na severe napríklad hrebeň Nízkych Tatier a na juhu rozprestierajúcu sa Muránsku planinu.

Informácie a foto poskytla
Oblasťná organizácia cestovného
ruchu Región Horehronie

» [en](#)

Kolagén, ktorý si podmaňuje zdravie aj krásu naraz!

V posledných rokoch sa o kolagéne hovorí stále častejšie. Celosvetové štúdie preukázali, že správne užívanie kolagénu pomáha pri súvislosti so starnutím a pohybovými problémami.

Kolagén je bielkovina, ktorú tvorí skladba 19 aminokyselín prospešných pre ľudský metabolizmus a jeho správne fungovanie. Tieto bielkoviny sú dôležitým stavebným prvkom.

Ľudské telo si už od útleho veku dokáže kolagén vytvárať samo a však pribúdaním veku je tvorba tejto bielkoviny v našom tele stále slabšia a slabšia. Bolo preukázané, že už pri dosiahnutí 18 roka života je vo väčšine prípadov tvorba vlastného kolagénu takmer nulová. Každý metabolizmus si dokáže robiť zásoby kolagénu, ktoré sa však vstrebávajú u každého jedinca rôzne a podľa toho sa odvíja zásoba kolagénu a s tým spojené vyživovanie pohybového aparátu a pokožky. V dnešnej dobe existujú formy kolagénu, ktoré si vieme načerpať užívaním rôznych výživových doplnkov s obsahom kolagénu.

Rybí a hovädzí kolagén sú veľmi dôležitým stavebným prvkom v oblasti zdravej klbovej výživy, podpory správneho fungovania pohybového aparátu, zdravej pokožky, krásnych vlasov a silných nechto.

Hovädzí kolagén tvoria 2 typy kolagénu a to I a II, tieto kolagény sú neoddeliteľnou súčasťou v raste, obnove a rekonvalescencie kostí, šliach, väzov a kože. Pri dennom

AKCIA

2+1 ZADARMO

HOVÄDZÍ KOLAGÉN FORTE
45,90 EUR / 1 KS

KOLAGÉN FORTE 2 v 1
38,90 EUR / 1 KS

(Akcia platí iba pri nákupe dvoch rovnakých druhov kolagénu.)

užívaním predpísaných dávok dostáva naše telo skrz hovädzí kolagén veľké množstvo aminokyselín potrebných na regeneráciu tkanív. Hovädzí kolagén je pomocníkom pri bolestiach kĺbov, po úrazoch, problémoch s pohybovým aparátom, bolestiach a pri reumatických ťažkostiach.

Rybí kolagén tvorí kolagén typu I, tento druh kolagénu obsahuje podobné množstvo aminokyselín ako hovädzí kolagén a však v menšom množstve. Zdrojom hydrolizácie kolagénu z rýb sú šupiny a koža. Tento typ kolagénu je bohatý na aminokyselinu „hydroxyprolín“, ktorá je

základným prvkom pokožky, ciev a tkanív. Rybí kolagén má blahodárne účinky v boji proti vráskam, zvyšuje pružnosť a elasticitu pokožky a podporuje antioxidantáciu organizmu. Pleť pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známok starnutia.

Medika Expert priniesla na trh formu kolagénu, v ktorých sú obsiahnuté zložky v navýšených denných dávkach. Denná dávka kolagénu forte 2 v 1 obsahuje až 6 800 mg kolagénu s pridaným vitamínom C. Denná dávka hovädzieho kolagénu forte obsahuje až 8 000 mg kolagénu s pridaným MSM Opti+.

text: Medika Expert



**MEDIKA
EXPERT**

Môžete teraz
objednať na:

www.medikaexpert.sk

alebo na tel.:

0904 552 345

Volajte v pracovné dni:
od Pondelka do Piatka,
od 10:00 do 16:00 hod.

Alebo kúpiť
aj v predajni:



SLNIEČKO ZDRAVÁ VÝŽIVA
Coborihu 1, Nitra - OC Polygon

Vydávajú hlasovacie preukazy

Obce a mestá začali vydávať hlasovacie preukazy pre voľby do Európskeho parlamentu (EP). Vybaviť si ho môžu voliči, ktorí majú trvalý pobyt na Slovensku a v deň volieb nebudú môcť voliť vo svojom volebnom okrsku.

Hlasovací preukaz oprávňuje voliča voliť v ktorejkoľvek volebnej miestnosti na Slovensku. Požiadať oň je potrebné obec trvalého pobytu. „Hlasovací preukaz sa vydáva iba raz, volič by s ním preto mal nakladať opatrne. Pri strate alebo odcudzení obec voličovi nový preukaz nevydá,“ upozorňuje Ministerstvo vnútra SR.

Ako požiadať?

O hlasovací preukaz možno požiadať elektronicky (e-mailom) a listinne najneskôr do 20. mája, pričom žiadosť musí byť do uvedeného termínu obci aj doručená. V žiadosti je potrebné uviesť meno a priezvisko voliča, rodné číslo, štátnu príslušnosť, adresu trvalého pobytu a adresu, na ktorú obec doručí hlasovací preukaz. Obec zašle hlasovací preukaz na adresu uvedenú v žiadosti doporučenou zásielkou Do vlastných rúk. „Ak volič uvedie, že preukaz

prevezme iná osoba, musí v žiadosti uviesť jej meno, priezvisko a číslo občianskeho preukazu,“ upozorňuje rezort vnútra a dodáva, že osobne alebo prostredníctvom osoby splnomocnenej žiadateľom si možno vyzdvihnúť hlasovací preukaz najneskôr v piatok 7. júna v úradných hodinách obce.

Voľby do Európskeho parlamentu sa uskutočnia 8. júna 2024. Voliči v nich rozhodnú o 15 poslancoch, ktorí budú zastupovať Slovensko v EP na päťročné volebné obdobie. Na rozdiel od volieb do Národnej rady SR majú v eurovoľbách právo kandidovať a voliť aj občania iných štátov EÚ s trvalým pobytom na Slovensku. Voliť aj kandidovať však možno len v jednom členskom štáte Európskej únie.



» ren

zdroj foto Foto NoName_13 pixabay

10. mája 2003

Slovensko porazilo Česko 4:2 na majstrovstvách sveta v ľadovom hokeji v Helsinkách a získalo bronzovú medailu

Výročia a udalosti

**VÝRUB A OREZ STROMOV
V RIZIKOVÝCH PODMIENKACH
ZDRAVOTNÝ REZ
OVOCNÝCH STROMOV
ÚDRŽBA ŽIVÝCH PLOTOV
KOSENIE ZÁHRAD**
☎ 0902 796 885

**MALIARSKÉ
a UPRAŤOVACIE
PRÁCE**
☎ 0918 840 543

**ZEMNÉ
A VÝKOPOVÉ
PRÁCE
minibagrom**
☎ 0940 600 478

**Realizujeme
STROJOVÉ POTERY
A OMIETKY**
☎ 0948 300 988 ☎

SCHIEDEL 0910 96 46 96
skladom v B. Bystrici
Nerezove Kominy.sk
Jarná AKCIA návrh komína
v hodnote 50 - 100€ v cene

	9	5		4			
S	6		3	7			2
U				2	5	4	6
D	7			9		6	3
O						2	
K							9
U	3		1				
	9			2			4
	1		4	6			7

Oplatisa.sk

NAJLEPŠIE PONUKY

113,00€

**Gucci Guilty
Parfumovaná voda 50 ml**
Demro.sk

39,99€

**Holiaci strojček XIAOMI
Electric Shaver**
Demro.sk

979,00€

**Kávovar JURA E6 Piano
Black (EC)**
Domkavy.sk

LIDL 9,99€

**Auriol® Bezdrôtová
meteostanica**
Lidl.sk

14,90€

**Musetti zrnková káva
Gentile - 500g**
Domkavy.sk

365,00€

**Umývačka riadu Whirlpool
WIC 3C26F**
ZlavneneSpotrebice.sk

90,73€

**Gril Strend Pro Oliver, BBQ,
na drevené uhlie, 540x570x920 mm**
Profitent.sk

LIDL 39,99€

**Crivit Montážny stojan
na bicykel**
Lidl.sk

Syrová, vajíčková, s cesnakom či paprikou – stačí si vybrať Chutné a sýte nátierky na každý deň

Aj vy si každý deň lámete hlavu nad tým, čo pribaliť rodinke na desiatu alebo čo rýchle pripravíť vašim hladošom na večeru? Prinášame recepty na chutné nátierky na chlieb či pečivo.

Syrová nátierka s paprikou

Suroviny: 250g tvrdého syra vhodného na strúhanie, 3 papriky rôznych farieb - zelená, červená, žltá, 150g šunky, 100g majonézy, 100g bieleho jogurtu, soľ a korenje podľa chuti

Postup: Papriky umyjeme, rozkrojíme na štvrtiny, odstránime z nich jadričky a potom pokrájame na malé štvorčeky. Rovnako pokrájame aj šunku. Syr na hrubo postrúhame.

Do misky vložíme majonézu a vymiešame ju s jogurtom. Pridáme papriku, šunku a syr. Nátierku podľa chuti osolíme a okoreníme.

Fazuľová nátierka s orechmi

Suroviny: 250g konzervu bielej fazule v slanom náleve, 4 lyžice panenského olivového oleja, soľ, korenje, 2 strúčiky cesnaku, hrst vlašských orechov.

Postup: Vlašské orechy posekáme na kúsky. Strúčiky cesnaku pretlačíme. Fazuľu vylejeme na sito, prepláchneme studenou vodou a necháme odkvapkať. Do mixéru vsypeme fazuľu, pridáme

olivový olej a dôkladne vymixujeme na nátierku. Nátierku preložíme do misky a ochutíme cesnakom. Na záver zľahka vmiešame orechy.

Náš tip: Ak nemáte po ruke mixér, môžete použiť pučidlo na zemiaky.

Mrkvová nátierka s ovsenými vločkami

Suroviny: 150g smotanovo tvarohového syra, 50g bieleho jogurtu, 2 mrkvy, 2PL ovsených vločiek, 1PL repkového oleja, tekvicové jadierka

Postup: Mrkvu umyjeme, očistíme a na hrubo postrúhame. Na panvicu dáme olej a mrkvu na ňom asi 5 minút podusíme. Necháme vychladnúť.

Do misky vložíme syr a vymiešame ho s jogurtom. Primiešame ovsené vločky a mrkvu. Pred podávaním posypeme tekvicovými jadierkami.

Syrová nátierka s pečeným cesnakom

Suroviny: 200g syra s modrou plesňou, 200g smotanovo tvarohového syra, 3PL bieleho jogurtu, hlavička cesnaku, korenje a cukor podľa chuti

Postup: Rúru zohrejeme na stredne vysokú teplotu. Hlavičku cesnaku zabalíme dolobalu a pečieme pol hodinu. Necháme vychladnúť a potom



Ilustračné foto.

zdroj foto safran7 pixabay

strúčiky vytlačíme zo šupky a popučíme vidličkou.

Syr s modrou plesňou pretlačíme cez hrubé strúhadlo do misky. Vymiešame ho so syrom a jogurtom. Pridáme cesnak a dochutíme podľa chuti korením a štipkou cukru.

Vajíčková nátierka s avokádom

Suroviny: 1 avokádo, 2 vajcia, 2PL bieleho jogurtu, citrónovú šťavu, soľ a korenje podľa chuti

Postup: Vajíčka uvaríme na tvrdo,

necháme vychladnúť a potom pokrájame na malé štvorčeky. Avokádo rozkrojíme na polovice, pomocou lyžice z neho vyberieme dužinu.

Do misky vložíme dužinu z avokáda, popučíme ju vidličkou a pokvapkáme citrónovou šťavou. Pridáme pokrúpané vajcia a jogurt. Dochutíme soľou a korením.

Všetky nátierky môžete podávať s chlebom alebo pečivom.

» ren

Oplatisa.sk

NAJLEPŠIE PONUKY

465,70€

Kosačka Worcraft RLM-20Li, 20V 4ah, Li-Ion, 220 mm

ZEPA.sk

39,99€

FLORINA hranatá rajnica NELIO, 4L

Kuchyňovo.sk

19,50€

Žiarovka LEDVANCE® SMART RGB, GU10

ZEPA.sk

199,00€
~~229,00€~~

Jamara Skúter Vespa Ride On

Lidl.sk

-13%

www.TonerPartner.sk

24,34 €

HP 44A
Toner PREMIUM, čierny

37,34 €

HP 106A
Toner PREMIUM, čierny s čipom

12,32 €

HP 650-XXL
Cartridge PREMIUM, čierny

Chcete ušetriť na toneroch? Pri objednávke v e-shope www.tonerpartner.sk zadajte v nákupnom košíku zľavový kód **OPLATISA** a získajte zľavu 10% na kompatibilné náplne a 3% na originálne náplne.

Vysádzame ovocné stromy

Hoci ideálnym obdobím na sadenie ovocných stromov je október a začiatok novembra, a potom druhou možnosťou je jarná výsadba v marci a začiatkom apríla, nevešajte hlavu, ak ste to náhodou nestihli. V prípade kontajnerových ovocných stromov platí, že ich môžete vysádzať počas celého roka okrem zimy.

Akým stromom sa na Slovensku darí?

V našich podmienkach sa najčastejšie pestujú jablká, hrušky, marhule, slivky, broskyne či čerešne. V južnejších oblastiach môžete byť aj o čosi odvažnejší a vysadiť si napríklad figovník.

Samoopelivý či cudzoopelivý?

Pri kúpe ovocných stromov si overte, či je drevina samoopelivá alebo cudzoopelivá. Aby ste sa dočkali úrody, treba v prípade cudzoopelivých stromov vysadiť aspoň dve dreviny.

Ako postupovať pri výsadbe:

- nájdite stromom vhodné miesto - ovocné stromy obľubujú pôdu bohatú na živiny a daríť sa im bude na slnečnom mieste chránenom pred silným vetrom.
- vopred si naplánujte, kedy budete stromy sadiť a všetko si starostlivo na-

chystajte

- drevinu, ktorú plánujete vysádzať vložte aspoň hodinu pred sadením do nádoby s vodou
- pripravte si jamu určenú na výsadbu
- vložte strom do jamy a zasypte zeminou
- zeminu okolo stromu poriadne utlačte či ušliapte
- strom poriadne zalejte vodou a pravidelne ho zavlažujte
- k stromu nezapodimentujte umiestniť oporu, o ktorú ho pevne uviažte špagátom

Náš tip: V zimnom období je vhodné chrániť korene niektorých náchylnejších drevín – napríklad aj figovníka, pred prípadným vymrznutím tak, že ich pokryjete nástiolkou z čečiny.



» ren

autor foto pixel2013 pixabay

800 € / 2 TÝŽDNE Oblíbené jarné práce na Českých Chmelnicích

Ubytovanie s internetom zdarma. Týždenné zálohy a výplata mesačne.

Prac. zmena 10 hod, pracuje sa na úkol! **U nás vek nerozhoduje!** Práca nie je ťažká, ale hľadáme prednostne ľudí, zvyknutých na fyzickú prácu. **Ďalšie nástupy 9.5. alebo dohodou.** Môžete pracovať aj dlhodobo, prácu máme celý rok.

Viac na **0948 880 673** (stačí prezvoniť, zavoláme naspäť).

Jobbees - tradičné zárobky u tradičných českých partnerov, už viac ako 30 rokov.

VOĽNÉ PRACOVNÉ POZÍCIE

HYUNDAI
MOBIS

PRE AUTOMOBILOVÝ PRIEMYSEL

- Operátor výroby
- Práca v trojzmennej prevádzke
- Odmeny a bonusy (mesačné, štvrťročné, polročné, ročné)
- Doprava do zamestnania firemnými autobusmi
- Možný príspevok na ubytovanie

Plat: **7,48 € - 8,11 €/hod**

Príplatky za zmenovosť:

0,35 €/hod - poobedná zmena

2,20 €/hod - nočná zmena

Miesto práce: **Žilina - Gbelany**

kontakt: **praca@mobis.sk**

041 515 8158, 041 515 8169



Výročia a udalosti

14. mája 2000

Slovensko podľahlo vo finále majstrovstiev sveta v ľadovom hokeji v **Petrohrade reprezentácii Česka 3 : 5** a získalo **striebornú medailu**, prvú medailu v ére samostatnosti Slovenska

**INZERÁT,
KTORÝ
PREDÁVA**

0910 698 446

0907 727 204

čujte.sk
Čítajte nás:
www.cujte.sk

SBS LAMA SK
prijme bezpečnostných pracovníkov na obchodné prevádzky v Banskej Bystrici
1 000 € brutto / mesiac
POS nutný!
0948 491 167

Prijmem na TPP
CHYŽNÚ, KUCHÁRA/KU
Ponuka iba pre ŽŤP.
do malého penziónu v centre Banskej Bystrice.
Hodinová mzda **5-7 Eur brutto.**
Kontakt: **0905 753 983**

Ponúkame pracovnú pozíciu

„DISPEČER/KA“

pre plachtové dodávky do 3,5t v rámci EÚ
Miesto práce: Zvolen. Jednozmenná práca. TPP.
Mzda: 1250 - 1800 Eur/mesiac
Znalosti: - AJ alebo NJ
- Znalosť PC, VP sk. B

Kontakt: 0911 239 296



CHROPYNSKA

Projektový manažér výstavby linky

Platové podmienky : od 1800 - do 2200 Eur/Brutto

Junior konštruktér strojných zariadení

Platové podmienky : od 1200 - do 1500 Eur/Brutto

Junior elektro projektant

Platové podmienky : od 1200 - do 1400 Eur/Brutto

Ďalej ponúkame:

- pracovný pomer v perspektívnej medzinárodnej spoločnosti, ktorá je súčasťou Chropynska Group, a.s.
- možnosť osobného rozvoja a ďalšieho odborného rastu
- ročné príspevky zo sociálneho fondu ako napr. na rekreáciu a regeneráciu 165 €, kultúrne podujatia, šport a športové aktivity 135€, na detskú rekreáciu 110 €/ dieťa, pri prvej svadbe 250€, pri narodení dieťaťa 110€ atď.
- príspevok zamestnávateľa do III. piliera DDS
- obedy a večere 1,00€ / porcia

S potešením Vám oznamujeme, že Slavia Production Systems od 1. apríla 2024 pôsobí pod novým názvom Chropynska Slovakia a. s.

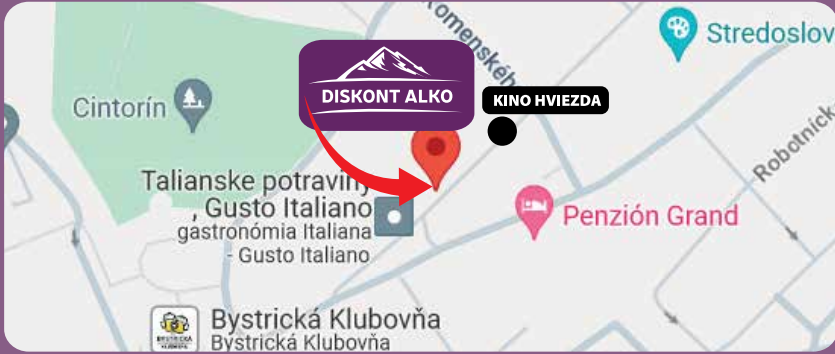
Viac informácií na www.chropynska.sk a tel: 045/520 32 06, 0911 126 536

V prípade záujmu zašlite svoj profesijný životopis na adresu firmy: Dúbravy, Areál PPS 48, 962 12 Detva alebo na e-mail: personalne@chropynska.sk

BANSKÁ BYSTRICA

Skuteckého 1 (vedľa kina Hviezda)
tel.: 0905 285 374

Pondelok - Piatok:
09:00 – 12:00 12:30 – 17:00
Sobota
09:00 – 12:00



DISKONT ALKO



Dve miesta na parkovanie
pre zákazníkov ZDARMA
(po dobu 15 minút)

Najširší sortiment a nízke ceny v Banskej Bystrici.

www.diskontalko.sk

 <p>-16%</p> <p>4,253 / liter</p> <p>3,19 €</p> <p>VITIS GALÉRIA Frankovka modrá 0,75l</p>	 <p>-12%</p> <p>3,987 / liter</p> <p>2,99 €</p> <p>TOPOLCIANKY CHATEAU Muller Thurgau-polosuchy 0,75l</p>	 <p>-12%</p> <p>3,987 / liter</p> <p>2,99 €</p> <p>TOPOLCIANKY CHATEAU Veltínske zelene 0,75l</p>	 <p>-6%</p> <p>6,387 / liter</p> <p>4,79 €</p> <p>HUBERT nealko 0,75l</p>	 <p>-22%</p> <p>16,990 / liter</p> <p>16,99 €</p> <p>BEEFEATER Pink 1l 37,5%</p>
 <p>-18%</p> <p>7,187 / liter</p> <p>5,39 €</p> <p>HUBERTSEKT Original Brut / suchy 0,75l</p>	 <p>-9%</p> <p>10,253 / liter</p> <p>7,69 €</p> <p>Prosecco MIONETTO DOC Treviso Brut 0,75l</p>	 <p>-9%</p> <p>17,990 / liter</p> <p>17,99 €</p> <p>APEROL 1l 11%</p>	 <p>-18%</p> <p>18,557 / liter</p> <p>12,99 €</p> <p>JAGERMEISTER 0,7l 35%</p>	 <p>-18%</p> <p>16,790 / liter</p> <p>16,79 €</p> <p>BEEFEATER 1l 40%</p>
 <p>-21%</p> <p>24,271 / liter</p> <p>16,99 €</p> <p>LEGENDARIO Elixir de Cuba 0,7l 34%</p>	 <p>-20%</p> <p>45,700 / liter</p> <p>31,99 €</p> <p>BUMBU XO 0,7l 40%</p>	 <p>-20%</p> <p>39,414 / liter</p> <p>27,59 €</p> <p>BUMBU The Original 0,7l 40%</p>	 <p>-20%</p> <p>38,843 / liter</p> <p>27,19 €</p> <p>BUMBU Cream 0,7l 15%</p>	 <p>-12%</p> <p>17,129 / liter</p> <p>11,99 €</p> <p>METAXA 5* 0,7l 38%</p>
 <p>-4%</p> <p>51,414 / liter</p> <p>35,99 €</p> <p>THE DEMON'S Share 0,7l 40% v tube</p>	 <p>-20%</p> <p>14,990 / liter</p> <p>14,99 €</p> <p>ABSOLUT Original 1l 40%</p>	 <p>-12%</p> <p>11,490 / liter</p> <p>11,49 €</p> <p>Nicolaus Extra jemná vodka 1l 38%</p>	 <p>-12%</p> <p>12,271 / liter</p> <p>8,59 €</p> <p>Borovička BOREC 0,7l 38%</p>	 <p>-8%</p> <p>28,790 / liter</p> <p>28,79 €</p> <p>JACK DANIEL'S 1l 40%</p>

akcie platné od 1.5. do 30.5.2024, alebo do vypredania zásob

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



ZASTAVENIE SADANIA BUDOV SPÄTNÉ ZDVIHNUTIE PODLÁH

ČISTO, RÝCHLO a bez BÚRANIA

stabilizujeme základovú pôdu
a zastavíme sadanie budov injektážou syntetickej živice

0918 726 754

PRACUJEME PO CELOM SLOVENSKU
SK.ABAINNOVATOR.COM

16-003

ZVÝŠTE HODNOTU VAŠEJ NEHNUTELNOSTI

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD A STRIECH RODINNÝCH DOMOV A BYTOVIEK

Náš systém zaručuje

profesionálne a ekologické čistenie fasád od všetkých nežiadúcich mikroorganizmov, rias, machov, plesní

Patentovaná
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových
čističov

BombaFasada
www.BombaFasada.sk
0905 148 393

BEZPLATNÁ UKÁŽKA
A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

5 ROČNÁ ZÁRUKA

rodinné domy
ZĽAVA 50%

RÝCHLO, PROFESIONÁLNE A S DLHOTRVAJÚCIM ÚČINKOM

16-001



galerica

ODOLNÉ POLYKARBONÁTOVÉ SKLENÍKY

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 galerica.sk

46-00032

KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje i celé poľovnícke zbierky.

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

Výkup mincí
do roku 1945

Celá SR

0940 723 073
trofejeee@gmail.com

46-0003

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podpílovanie muriva
- chemická injektáž

ZĽAVY 20%

STOP
vlhkým múrom

0918 671 541

20-0014

NOVOOTVORENÁ predajna krmív MMkrmivá krmivá a krmne zmesi ENERGYS

široký sortiment obilnín, šroty, krmivo pre nosnice

ŠPECIALNA UVÁDZACIA PONUKA NA ROZLIČNÉ DRUHY PRODUKTOV

Otváracia doba:

PO-PIA: 09:00 - 16:00, SO: 09:00 - 12:00 hod.

adresa: Sládkovičova 39, Tel.: 0905 363 013

19-0005



19-0004