

PRIEVIDZSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 40 150 domácností

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Stále je čas na nové dobrodružstvá

Hoci sa nám letné prázdniny už pomaličky blížia do finále, stále nás ešte čaká dostatok pekných dní vhodných na objavovanie krás našej vlasti.

Počas leta sa mnohí z nás venujú turistike. Skvelú príležitosť, ako sa naše vychádzky do prírody môžu zmeniť na zaujímavé výlety za poznáním, nám poskytujú náučné chodníky. Nájdeme ich roztrúsené po celom Slovensku. Niektoré nám umožňujú dozvedieť sa viac o našej faune a flóre, iné spoznávať rozličné kultúrne pamiatky a nájsť sa aj také, ktoré nás prenúšajú do ďalekej histórie.

No a pri histórii ešte chvíľku zostaneme, pretože fascinuje mnohých z nás. Prenikanie do historických súvislostí, odhaľovanie pozadia rozličných udalostí či spoznávanie života významných osobností môže byť častokrát nielen zaujímavé, ale aj poučné a inšpiratívne. Je skvelé, že na Slovensku máme veľa pozoruhodných múzeí a práve vďaka ich návšteve môžeme získať rôznorodé poznatky z čias minulých. Vypraviť sa však do minulosti môžeme aj návštevou hradov, zámkov či zrúcanín, ktorými je Slovensko priam posiate. Z ich krásy im nič neubral ani zub času, a tak obdivujeme tieto naše skvosty a nasávajúme ich magickú atmosféru.

Ak nás história predsa len trochu omrzí, môžeme si spestriť leto obdivovaním kvetov. Myslím, že nepoznám nikoho, kto by ich nemal rád. Skvelou príležitosťou, ako sa tešiť z ich krásy, môže byť aj návšteva botanickej záhrady. Veľmi vzácne exempláre rôznych tropických a subtropických rastlín môžeme obdivovať v Botanickej záhrade Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, príjemnú oázu pokoja nájdeme aj v Botanickej záhrade Univerzity Komenského v Bratislave, zaujímavé domáce i exotické kvetiny na nás čakajú v Botanickej záhrade Slovenskej poľnohospodárskej univerzity v Nitre, no a k tisíciam ruží môžeme privoňať napríklad v Rozáriu v Dolnej Krupci.

Keďže letné horúčavy pravdepodobne ešte nepovedali posledné slovo, občas sa nám žiada trochu sa schladiť. Možností je viacero a jednou z nich môže byť napríklad návšteva niektorej z našich slovenských jaskýň. Nielenže tam nájdeme skvelé útočisko počas horúcich dní, ale budeme mať tiež možnosť obdivovať prekrásne prírodné úkazy.

» Renáta Kopáčová, redaktorka

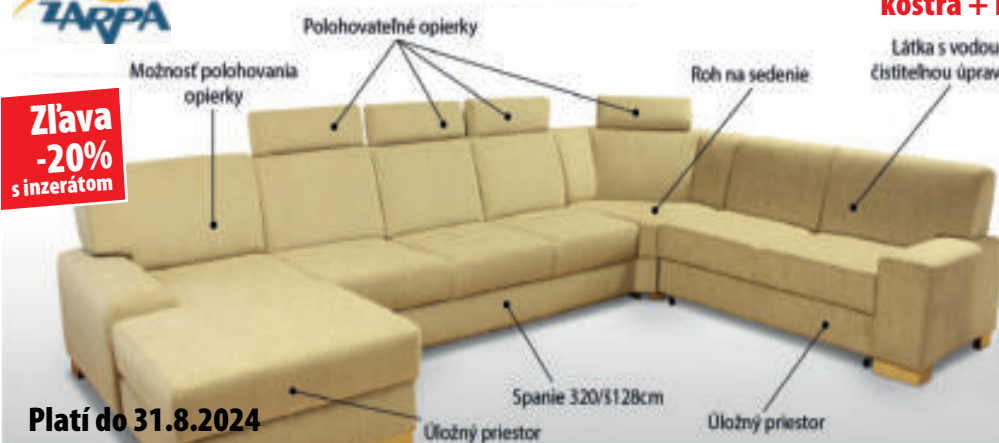
24. augusta 79 n.l.

erupcia sopky **Vezuv** zničila mestá **Pompeje, Herculaneum a Stabiae** (tradičný dátum, možnou reálnou alternatívou je 24. október)

Výročia a udalosti

ZARPA

SLOVENSKÝ VÝROBCA SEDACÍCH SÚPRAV NA MIERU



Platí do 31.8.2024

Celomasívna kostra + HRPENA

PREDĹŽENÁ ZÁRUKA 5 ROKOV

ADRESA PREDAJNE
Pravenec 411
0908 787 089
www.zarpa.sk

PRAVNO

M26-MOD1-3BF195/PO3/-R100/PO-2BU132-M26

Rozmer: 166/383/258cm

Látka-kat-A-2382-20%= 1 905 Eur

Celokožená-4413eur-20%= 3 530 Eur

TABURET - PUFF,
2X OKRASNÝ VANKUŠ ZADARMO

ČISTENIE HROBOV
HROB 90€ 30€ ZHROB 140€ 10€
Obnova písma 15€ /znak
Dosekávania písma
Dátum 100€, text 10€/znak
Posledná akcia pred budúcnosťou!
Ceny platné do 31.8.8
Ing. Miroslav Greisiger
0940 653 651, 0977 205 521
www.cisteniehrobov.sk

Zateká Vám strecha?
Spoločníte sa na odborníkov a budete šťastní spať!
- opravy asfaltových a plechových striech - lokálne aj celoplošne novými elastickými materiálmi so životnosťou min. 30 rokov v cene už od 12,90 €/m²
Výber z viac druhov materiálov - obhliadka a vypracovanie cenovej ponuky **zadarmo**
STRECHAFER, s.r.o.
Božík Peter
0948 606 860

ODKUPENIE-NEHNUTELNOSTI.SK
Odkúpime v okrese **Prievidza** **BYT - DOM - POZEMOK**
15 rokov skúseností, férové jednanie
Bezpečná platba, bez provízie pre RK
Ochrana súkromia, dedičské konania
Desiatky spokojných klientov
0948 195 172, 0918 446 331

PONÚKAM NA PREDAJ
PALIVOVÉ DREVO BRIKETY A PELETY
metrovicu +DOPRAVA
25cm/33cm/50cm štiepané a ukladané +DOPRAVA
Kontakt 0908 980 920

Prenájom kontajnera **ZDARMA**
Odber **všetkých druhov odpadov**
Najnižšie ceny v regióne
0915 987 566 info@fmtrans.sk
ZBER A LIKVIDÁCIA ODPADOV
ODBORNÁ LIKVIDÁCIA AZBESTU

Zvýšte pozornosť v období tehotenstva

Toxoplazmóza - parazitárne ochorenie

Vedci zo Slovenskej akadémie vied (SAV) priniesli v uplynulých dňoch informácie o ochorení, ktoré sa častokrát spája s mačkami. Toxoplazmózu spôsobuje mikroskopický parazit *Toxoplasma gondii*. Uvádza sa, že v závislosti od hygieny a stravovacích návykov je vo svete nakazených 10 % až 60 % ľudí. Podľa prieskumov parazitológov zo Slovenskej akadémie vied je na Slovensku infikovaných v priemere 21 % dospelých ľudí.

„Mačka je definitívnym hostiteľom parazita, ktorý u nej žije v čreve. Počas akútnej fázy infekcie vylučuje v truse do prostredia obrovské množstvo oocýst (vajčiek), ktoré sú infekčné pre človeka, pre mačky, ale aj pre všetky druhy teplokrvných živočíchov. Táto fáza vylučovania oocýst trvá v priemere dva týždne. Po tomto období toxoplazma zamigruje do svalov a orgánov mačky, kde sa opudzí a mačka prestáva byť pre človeka nebezpečná. Preto nie je dôvod na paniku,“ vysvetľuje parazitologička.

Pozor na tehotenstvo a oslabenú imunitu

„Infekcia sa u človeka najčastejšie

neprejavuje vôbec, prípadne prebehne vo forme mierneho, chrípku pripomínajúceho ochorenia. Problémy môže spôsobiť v prípade, že sa žena nakazí počas tehotenstva, keď môže dôjsť k poškodeniu plodu alebo až k potratu. Ďalšou rizikovou skupinou sú ľudia s oslabenou imunitou, u ktorých sa môže rozvinúť závažné, niekedy až fatálne ochorenie,“ tvrdí parazitologička Daniela Antolová z Parazitologického ústavu SAV, v. v. i.

Ako sa môžeme nakaziť?

Toxoplazmózou sa môžeme nakaziť pri konzumácii jedla, pití vody alebo náhodným požitím pôdy, ktoré boli kontaminované mačacím trusom. Podobne je to aj pri konzumácii surového alebo tepelne nedostatočne upraveného mäsa zvierat, ktoré boli nakazené *Toxoplasma gondii*. Vedci ale zdôrazňujú, že zdraví imunokompetentní ľudia aj tehotné ženy, ktorí už boli v minulosti vystavení infekcii a majú pozitívne protilátky proti *Toxoplasma gondii*, sa nemôžu znova nakaziť.

Nie všetky sú rizikové

Štúdia vo Švajčiarsku ukázala, že len menej ako 1 % mačiek vylučuje oocysty do prostredia. Potvrdzujú to aj výsledky parazitológov SAV - zo 750 mačiek



Ilustračné foto.

zdroj foto IlonaBurschl pixabay

vyšetrených v roku 2022 boli oocysty *T. gondii* potvrdené len u šiestich zvierat. „Mačky, ktoré sú chované výlučne vo vnútri a nie sú kŕmené surovým mäsom, nepredstavujú pre ľudí prakticky žiadne riziko. Je nepravdepodobné, že sa nakazíte dotýkaním sa nakazenej mačky, pretože oocysty sa zvyčajne nenachádzajú na srsti mačky a po opusnutí tela v truse trvá minimálne 2 až 4 dni, kým sa stanú infekčnými,“ dodala vedkyňa.

Dôležitá je prevencia

Parazitológovia odporúčajú ako prevenciu umývanie ovocia a zeleniny, ktoré by mohli byť kontaminované pôdou, a teda potenciálne aj mačacím trusom. Pri tepelnej úprave by teplota vo vnútri mäsa mala dosiahnuť min. 70 °C po dobu 3 minút. Toxoplazmu ničí aj zmrazenie na -20 °C po dobu minimálne 3 dní.

Informácie poskytla SAV

» ren

LEKÁREŇ STARÉ MESTO, s.r.o. Prievidza

Hviezdoslavova 1, www.lekarenstm.sk Pracovná doba: Po - Pia: 7.00 - 18.00, Sobota: 7.30 - 12.00



NOLPAZA 20mg 14tbl
Liek na vnútorné použitie obsahuje pantoprazol, lieči pálenie záhy u dospelých, reguluje tvorbu žalúdočného kyseliny, pričom denne sa užíva len 1 malá tabletky

7,36€
6,49€



PSILO-BALSAM 20g + DARČEK VICHY CS UV-Age denný fluid SPF50+ 15ml
Gél je kožné antihistaminikum a anestetikum, ktoré zmiernuje svrbenie a bolesť po uštipnutí, pri žihľavke, po popálení a pri ovčích kiahňach + denný fluid zabraňujúcu fotostarnutiu s ochranným faktorom SPF 50+

7,07€
5,89€



Nové modely vychádzkovej obuvi s prvkami pre podporu klenby aj na www.lekarenstm.sk

9,25€



Curaprox Zubná kefka CS 5460 + Curaprox CPS 08 Prime Refill ružové medzizubné kefky 8ks



MAGNE B6 100tbl
Liek na vnútorné použitie, na zlepšenie príznakov deficity horčíka, ako nervozita, mierna úzkosť, podráždenosť, dočasná únava a svalové kŕče

14,47€
11,99€



MASTU 10 čapíkov + HEMORAL obrúsky 3ks
Čapíky na použitie pri hemoroidoch + vlhčené hygienické obrúsky na hemoroidy

6,13€



Hylak forte

9,79€



BIODERMA ATODERM Sprchový olej 1L 1+1 akcia platí od 19.8. do 24.8. 2024

49,26€
24,63€



TEREZIA BYSTROZRÁK 60cps
Výživový doplnok, obsahuje očianku a nechtík lekársky, dobre známy svojimi blahodárskymi vlastnosťami, zároveň je prírodným zdrojom luteínu - žltotooranžového farbiva, ktoré sa koncentruje v sieťnici oka

20,49€
16,40€



Vichy Z'AVA -4€ na single produkty

ČISTOTU PROSTREDIA VEREJNEJ ČASTI LEKÁRNE ZABEZPEČUJEME PRAVIDELNOU DEZINFEKČIOU A UZAVRETÝMI GERMICÍDNÝMI ŽIARIČMI



Správna voľba

34% ZĽAVA

3.29*

2.15

• (1 kg = 0,60)

Tradičné maslo 250 g



46% ZĽAVA

2.39**

1.29

Slniečnicový olej 1 l



1 pranie od 0.23

52% ZĽAVA

41.99*

19.99

• (pranie - 0,5 l)
• (0,50 / 0,23)

Ariel tekutý prací gél/kapsuly 50/100/150 praní rôzne dňsthy



50% ZĽAVA

4.99***

2.49

Biele hrozno bezjadierkové 1 kg balenie



Lidl STANOK

33% ZĽAVA

0.89***

0.59

Šalátové uhorky 1 kg



35% ZĽAVA

6.99

4.49

Kuracie stehná XXL cena za 1 kg bez kostí a kože



OD PONDELKA

OD PONDELKA 19. 8. DO NEDELE 25. 8. ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

XXL XXL XXL XXL XXL XXL

ŠTEDRÝ PONDELOK

BOBULOVINY

SO ZĽAVOU AŽ DO

-48%

PLATÍ LEN V PONDELOK 19. 8.

XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

*Odpovedajúca bežná maloobchodná predajná cena výrobku.
**Zmena ceny za 1 kg balenia (bežná predajná cena) 1. 7. 2024.
***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávateľného produktu za obdobného množstva za rovnakých podmienok.

Platí Slovenská republika. Sú to len odporúčania na financovanie predajov a akcionárske výplaty.
Ponuka tovaru platí od 19. 8. do 25. 8. 2024 alebo do vypredania zásob. Objavy v štáti vyhradené. Ceny sú bez dane. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmeny v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Deber každý v obvyklom množstve.

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

Bezplatný týždenník

PRIEVIDZSKO

EV 6222/24

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

Ročník I, Vydanie 16, týždeň 33/2024.

Redakcia: Matice slovenskej 335/8
(budova B05 Prievidza, zblku SÚC postaral)

PRIEVIDZA
prievidzsko@regionpress.sk

INZERCIA

Simona Pellerová 0905 719 148

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

Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (40.150 domácností)

páry týždeň:
Koš, Liešťany, Rudnianska Lehota, Seč, Prievidza, Handlová, Bojnice, Bystričany, Čereňany, Diviacka Nová Ves, Dolné Vestenice, Horná Ves, Kamenec pod Vtáčnikom, Kocurany, Kostolná Ves, Lehota pod Vtáčnikom, Nitrianske Sučany, Nitrica, Nováky, Opatovce nad Nitrou, Radobica, Osľany, Sútove, Zemianske Kostolany

nepáry týždeň:
Prievidza, Handlová, Bojnice, Čieľ, Chrenovec - Brusno, Jalovec, Kanianka, Kľačno, Lazany, Lipník, Malá Čausa, Malinová, Nedožery - Brezany, Nitrianske Pravno, Nováky, Poluvsie, Poruba, Pravenec, Ráztočno, Sebedražie, Tužina, Veľká Čausa, Kľačno

Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovú 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	GALANTSKO-SALIANSKO
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO
LV	30.580	LEVICKO
MA	29.680	MALACKO
NR	54.170	NITRIANSKO
NZ	33.050	NOVOZÁMOCKO
PK	22.970	PEZINSKO
PN	41.870	PIEŠTANSKO-NM-MY
SC	35.420	SENECKO
SE	36.750	SENIČKO-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	LUCĎENCKO-VK-PT
MT	38.570	MARTINSKO-TR
OR	34.980	ORAVSKO-DK-NO-TS
PB	33.590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40.150	PRIEVIDZSKO
ZV	38.400	ZVOLENSKO-DI-KA
ZH	26.880	ŽILINSKO-ZC-B5
ZI	50.780	ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

BJ	37.210	BARDEJOVSKO-SK-SP
GE	30.830	GEMERSKO-RV-RS-RA
HU	27.190	HUMENSKO-VF-SV-ML
KE	92.130	KOŠICKO
KS	24.900	KOŠICKO okolie
SL	12.940	LUBOVNIANSKO
MI	31.260	MICHALOVSKO-TV-SO
PP	41.520	POPRAVSKO-KK
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

» Kúpim Pioniera, Babetu, Simsona, Stelu aj pokazetu 0915 215 406

08 STAVBA

» Kúpim Haki lešenie 0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

» Sympatický 58r. muž hľadá serióznú ženu z PD, ktorá má rada prírodu a záujem o trvalý vzťah. Zatiaľ sms. 0918 572 436

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo **8866** v tvare: **RPmedzera PD medzera** číslo rubrikmedzera Text inzerátu

Príklad:
RP PD 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 neučítame. **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, **PD** zameňte za skratku novin, ktorú nájdete v tiráži. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

HÖRMANN

GARÁŽOVÉ BRÁNY VCHODOVÉ DVERE POHONY BRÁN

AKCIA -30%*

*na vybrané druhy tovaru

JatIF spol. s r.o. PRIEVIDZA

0902 905 555

www.jatif.sk jatif@jatif.sk

statika a projekty stavieb • odborné stavebné poradenstvo stavebný dozor • ÚPLNÝ STAVEBNÝ SERVIS - od zámeru cez projekt po realizáciu stavby, úkony s pozemkami ...

Ing. Dušan Homola súdny znalec, autorizovaný stavebný inžinier

znalec v odbore stavebníctvo Privát: 972 32, Chrenovec-Brusno č. 551
odvetvie: odhad hodnoty nehnuteľností Office: Košovská 11B, Prievidza
pozemné stavby mobil: 0905 288 104
poruchy stavieb e-mail: hdsro2011@gmail.com, www.hdsro.sk

STRECHY

OPRAVY A REKONŠTRUKCIE STRIECH

ZATEPLOVANIE PLOCHÝCH STRIECH

TIPSTAV - Rodinné domy
- Bytové domy
- Občianske budovy
- Priemyselné haly

www.tipstav.sk

tel.: 0905 315 127, 0905 314 767
e-mail: tipstav@tipstav.sk

PROFESIONÁLNE MALIARSKÉ SLUŽBY

byty • domy • administr. budovy • fasády

f : mocolor.sk www.mocolor.sk

0940 943 216

Z+Z PARKETY

INTERIÉROVÉ DVERE

S kupónom **DARČEK PRE KAŽDÉHO** pri nákupe nad 100€. Tento inzerát slúži ako kupón k darčeku.

Laminátové podlahy

široký výber vodeodolných, laminátových, kompozitných a vinylových podláh a príslušenstva

VEĽKÁ LETNÁ AKCIA
Interiérové dvere so zárubňou **-25%**
kľučka k tomu len za 1 € (Neplatí pre už akciový tovar!)

Akciové komplety dverí kľučka len za polovicu!
už od 149 € (dvere + zárubňa)

DODANIE DVERÍ UŽ DO TÝŽDŇA

Z+Z Home, s.r.o., Mliekarenská ulica 16 (Zapotôčky), PRIEVIDZA
tel.: 046/5432 092, mobil: 0915 79 39 77, www.zplusz.sk

GEO Mark s.r.o.

G. Švéniho 6 Prievidza

Geodetické práce:

- geometrické plány • vecné bremeno
- polohopisné a výškopisné plány
- vytýčenie hraníc pozemkov, polohy budov a iné

Objednávky:

- osobne: Po - Pia 8.00 - 15.00 hod. (budova Tatrabanky oproti Okresnému súdu)
- telefonicky: 046/542 41 52
- elektronicky: geomark@geomark.sk

TRENČIANSKY KRAJ POČAS JÚLA INVESTOVAL DO CIEST

Aj v roku 2024 boli realizované súvislé opravy regionálnych ciest, t. j. ciest v správe Trenčianskeho samosprávneho kraja. Ide o cesty II. a III. triedy. Ako krajského poslancu ma veľmi teší, že boli opravené najmä cesty, ktoré už naozaj boli vo veľmi zlom stave, t. j. v Prievidzi, úsek medzi Nr. Pravnom smer na Chvojnicu a časť cesty smer Lehota pod Vtáčnikom. Práve tieto úseky krajských ciest sme ako krajskí poslanci požadovali zaradiť do harmonogramu opráv v tomto roku.

Zoznam všetkých opravených ciest II. a III. triedy TSK dodávatelským spôsobom v okrese Prievidza:

- III/1779 Veľká Lehôtka, úsek v km: 0,400 - 1,500
- II/574 Ješkova Ves - Diviacky n/Nitricou, úsek v km: 45,000 - 46,000
- III/1791 I/9 - Lehota pod Vtáčnikom, úsek v km: 0,725-2,165
- III/11775 Bojnice križovatka, úsek v km: 0,300 - 0,380
- III/1798 Nitrianske Pravno - Chvojnicu, úsek v km: 3,700 - 4,660

Verím, že Trenčiansky kraj vyčlení finančné zdroje na súvislé opravy ciest aj v roku 2025.

Pravidelne prinášam informácie z Trenčianskeho kraja. Riešim podnety a témy z nášho regiónu na pôde TSK. Ak máte otázky, neváhajte ma kontaktovať: michaldureje@gmail.com

Mgr. Michal Ďureje, PhD.
poslanec Trenčianskeho samosprávneho kraja

PONUKA STAVEBNÝCH PRÁC

- prerábky bytov a domov
- sadrokartón, maľovanie
- bytové jadrá
- murárske, búracie, vodárenské
- elektrikárske práce
- rovné strechy **FATRAFOL**

0908 808 846 | 0948 975 710

BOBRIA SILA V AKCII

NAŠA **AUGUSTOVÁ** PONUKA

vhodná na podlahové vykurovanie



Top cena

6,49 m²

LAMINÁTOVÁ PODLAHA „COMFORT“ BOROVICA MORSKÁ

Rozmery: š 19,3 × d 138,3 cm, hrúbka 7 mm.
Obsah balenia 2,135 m². OBI č. 5325204

vhodná na podlahové vykurovanie



Top cena

6,99 m²

LAMINÁTOVÁ PODLAHA „COMFORT“ JEDLOVEC RUSTIK

Rozmery: š 19,3 × d 138,3 cm, hrúbka 8 mm.
Obsah balenia 1,868 m². OBI č. 5325196

vhodná do vlhkých priestorov



Top cena

13,99 m²

VINYLOVÁ PODLAHA DUB „PADUA“

Rozmery: š 18 × d 122 cm, celková hrúbka 3,5 mm.
Obsah balenia 2,635 m². OBI č. 1298397

Top cena

39,99

DVERE INTERIÉROVÉ „ARUBA“¹

Interiérové dvere plné, lakované, dekor dub
škandinávsky, pravé/ľavé, šírka: 60, 70, 80 a 90 cm.
OBI č. 1006808 a i.

Top cena

59,99

DVERE „METRIX“¹

Interiérové dvere presklené. MDF rám opláštený
HDF doskami. Lakované. Pravé/ľavé, šírka: 60, 70,
80 a 90 cm. Dub bielený. OBI č. 1006881 a i.

Top cena

79,99

DVERE INTERIÉROVÉ „PALLMER“¹

Interiérové dvere plné, 3D fólie, taliansky orech,
pravé/ľavé, šírka: 60, 70, 80 a 90 cm.
OBI č. 2179877 a i.

Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

¹Cena je bez kovania a zárubne.
Platí od 16. 8. do 29. 8. 2024 alebo do vypredania zásob.



OBI®

DOKÁŽETE ČOKOLVEK

Ako postupovať po návrate z dovolenky

Letné obdobie patrí dovolenkám a výletom. To však môže okrem príjemných zážitkov niekedy priniesť aj nepríjemnosti spojené s rizikom zdravotných problémov, pričom niektoré ochorenia sa môžu prejavovať už počas cesty alebo ihneď po návrate, no väčšina ochorení sa prejaví najneskôr do 6-12 týždňov. Upozorňujú na to odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR).

„U niektorých ochorení, ako napríklad malária, sa príznaky môžu objaviť až po pol roku alebo roku. Ak ste sa vrátili z krajín s výskytom exotických ochorení, je dôležité aj po návrate sledovať svoj zdravotný stav. Zároveň je potrebné dodržať pokyny lekára, ktoré sa týkajú napríklad užívania liekov proti malárii v stanovenom období po návrate z exotической destinácie,“ radí doktorka Adriana Mečochová, vedúca Sekcie epidemiológie a pripravenosti na pandémie.

Izolujte sa

„V prípade objavenia sa zdravotných ťažkostí po návrate z dovolenky sa izolujte a skontaktujte svojho ošetrojúceho lekára. Informujte ho o ceste a pobyte v cudzine - a to aj napriek tomu, že od návratu z dovolenky uplynul dlhší čas,“ doplnila doktorka Tatiana Červe-

ňová, hlavný hygienik SR.

Ak vyhľadáte zdravotnícku pomoc či diagnostiku, dodržte základné všeobecné opatrenia na zamedzenie šírenia nákazy:

- majte pri kontakte s inými ľuďmi nasadený respirátor,
- pribežne a dôsledne dodržiavajte hygienu rúk,
- v prípade podozrivej vyrážky ju majte preventívne prekrytú - zvolte voľné tričko s dlhým rukávom, vzdušné nohavice.

Ďalší postup a vhodnú liečbu následne určí lekár na základe výsledkov vyšetrenia a podľa stanovenej diagnózy a celkového zdravotného stavu.



» ren

zdroj foto Bru-nO pixabay

DOPISOVANIE a OBNOVA PÍSM
na pomníkoch priamo na cintoríne
dodanie do 3 dní

Kamenárstvo 0905 212 599
- Lehota pod Vtáčnikom

IZOLÁCIE PLOCHÝCH STRIECH

Obhliadka a cenová ponuka zdarma.

0904 005 299

DOVOZ NA ADRESU

18 týž. mládky,
8 týždňové morky,
brojlerové kuriatka

www.hydinashop.sk
0944 842 953

STRECHY - MONTÁŽ - VÝMENA

- PLECHOVÉ
- ŠKRIDLŔOVÉ
- ŠINDLŔOVÉ
- HYDROIZOLÁCIE
- VÝMENA RÝN
- LIKVIDÁCIA AZBESTU
- NÁTERY STRIECH
- PRÍSTAVBY
- OPLTENIA
- ZÁMKOVÉ DLAŽBY
- FASÁDY
- ÚDRŽBA DOMOV

0948 107 877

**ŽALÚZIE, SIEŤKY
OPRAVY ŽALÚZIÍ**

DEŇ A NOC, DVEROVÉ SIEŤKY, PLISSÉ

0905 467 323 • vagstav@gmail.com

**OPRAVA
A ÚDRŽBA
ZATEKAJÚCICH
STRIECH,
VÝMENA RÍN**

0944 091 085

**ČISTENIE
KANALIZÁCIÍ**

Máte upchatý drez,
WC, umývadlo?
MONITORING

Sme tu pre Vás!
NONSTOP
0902 384 668

**Frézovanie a vložkovanie
KOMÍNOV**

frézovanie od 15€/m

- Frézovanie 1 m - 15 €
- Certifikovaný žiaruvzdorný materiál
- Akcia 10m komín vyfrézovanie, vyvložkovanie komplet 900€
- Obhliadka zdarma, dohoda istá

Zľava na materiál 40%

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

Kolagén, ktorý si podmaňuje zdravie aj krásu naraz!

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

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

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

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

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

**AKCIA
2+1 ZADARMO**

HOVÄDZÍ KOLAGÉN FORTE
45,90 EUR /1 KS

KOLAGÉN FORTE 2 v 1
38,90 EUR /1 KS

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

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

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

základným prvkom pokožky, ciev a tkanív. Rybí kolagén má blahodárne účinky v boji proti vráskam, zvyšuje pružnosť a elasticitu pokožky a podporuje antioxidantáciu organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením 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
Coborho 1, Nitra - OC Polygon

Skrytý mesiac ženy

Trinásty mesiac v roku sa nezačína prvého a nekončí tridsiateho prvého. Nachádzame sa práve na jeho začiatku.

Podľa starobylej tradície sa nazýva aj „mesiacom ženy“, či „tridsiatnikom ženy“. Otvára ho 15. augusta slávnosť Nanebovzatia Panny Márie, a uzatvára sviatok Sedembolestnej 15. septembra. Počas týchto tridsiatich dní sa slávia aj menšie mariánske sviatky: 22. augusta je spomienka Panny Márie Kráľovnej, sviatok Mena Panny Márie pripadá na 8. septembra a jej narodenie si pripomíname 12. septembra. V tomto období sa kresťania obzvlášť obracajú k Márii v modlitbách a konajú sa púte k mariánskym svätyniam.

Na Nanebovzatie vrcholí leto, lúky sú v pestrej nádhere a ponúkajú množstvo kvetov. Staré liečiteľské znalosti hovoria o tom, že liečivé bylinky majú v čase Máriinho „tridsiatnika“ zvláštny účinok. Neskôr rastliny vynakladajú energiu na tvorbu semien alebo posilnenie koreňov, aby prežili zimu. S výnimkou ľubovníka bodkovaného, ktorý sa zbiera počas letného slnovratu, by sme na bylinky mali vyraziť práve počas týchto tridsiatich dní.

V Katolíckej cirkvi sa na slávnosť Máriinho nanebovzatia zvyknú posviacať nazbierané kytičky. Tradične

do zväzku patrí biblicky symbolický počet: tri, sedem, dvanásť, alebo až sedemdesiatšedem. V závislosti od kraja sa do kytičky viaže divozel, ľubovník, palina, vratič, myší chvost, skorocel, harmanček, repík, železník, alchemilka, šalvia, materina dúška, ďatelina, obilie a ďalšie. Posvätenie bylín vyjadruje, že Boh je prameňom každej liečivej sily, a na príhovor Panny Márie nám môže darovať uzdravenie.

Tento zvyk má korene už v 10. storočí a vychádza z tradovaného príbehu. Apoštol Tomáš nebol prítomný pri zosnutí Panny Márie. O tri dni pri jeho návrate si želal vidieť jej telo. Keď učeníci otvorili Máriin hrob, nenašli žiadne pozostatky, iba voňavé ruže a bylinky. Preto je práve sviatok Nanebovzatia dňom posviacania liečiviek, ktoré sa počas roka používajú pri chorobách.

Modlitbu k Nanebovzatiu nájdete na www.acnslovensko.sk



» acn zdroj foto ACN

HĽADÁTE ZAMESTNANCA?

SKÚSTE TO

INZERCIU

v našich novinách
0905 719 148



ZAMESTNANIE

Technické služby BOJNICE, p.o.m.,



prijmu do pracovného pomeru **S NÁSTUPOM IHNED**

AUTOMECHANIKA

Pracovná doba od 7.00 hod - 15.00 hod.

Mzdové podmienky dohodou.

PRACOVNÍKA NA ZBERNÝ DVOR

Kontakt

Tel. číslo: 0902 898 102 - Ing. Nováková

Luxemburská firma hľadá skúsených vodičov MKD veľmi dobré podmienky.

tel.: 0918 627 471

climax
SUNSCREENS

SHOWROOM PRIEVIDZA OTVORENÉ

Majte tienenie pod kontrolou

ŽALÚZIE • SCREENY • PERGOLY

climax.cz

AUTORIZOVANÝ PARTNER CLIMAX

4 ROKY GARANCIA

ŽALÚZIE CIBULA

PRIEVIDZA
Duklianska 2

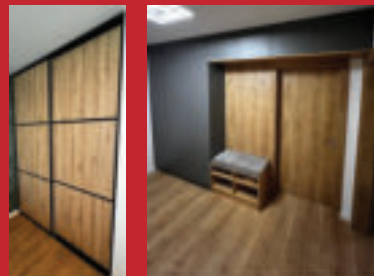
0915 865 543

www.zaluzie-cibula.sk

inexdecor

VÝROBA NÁBYTKU NA MIERU
interiér - exteriér - dekorácie

Otvorené:
Po-Pi 9.00-17.00
So 9.00-12.00



MOŽNOSŤ NÁKUPU AJ NA SPLÁTKY
Quatro

BEZPEČNOSTNÉ DVERE s dovozom, montážou, demontážou starých dverí, odvozom odpadu

INTERIÉROVÉ A BEZPEČNOSTNÉ DVERE

KUCHYNSKÉ LINKY

PRE BLIŽŠIE INFORMÁCIE VOLAJTE NA
0908 244 019



Adresa:
A.Sládkoviča 1, Prievidza
(prvá ulica vľavo od žel. stanice smerom na Bojnice, za predajňou Elko)

www.inexdecor.sk
e-mail: inexdecor@inexdecor.sk
0908 244 019

Pozrime sa na svet z výšky

V posledných rokoch vyrástlo na Slovensku rozhľadní ako húb po daždi a všetky majú jedno spoločné. Poskytujú nám jedinečnú príležitosť pozrieť sa na svet okolo nás z celkom inej perspektívy.

Ak vás cesty počas leta zavedú do okolia Novej Bane, isto si naplánujte vychádzku k rozhľadni Háj. Stojí na mieste bývalého kameňolomu a pri pohľade z jej veže je vidieť aj Slovenskú bránu, teda priestor pri Hronskom Beňadiku, kde sa končí pásmo sopečných pohorí a Hron sa dostáva na Podunajskú nížinu. Za veľmi dobrej viditeľnosti je možné zahliadnuť dokonca aj baziliku až v maďarskom Ostrihome.

V pohorí Považský Inovec severne od obce Nitrianska Blatnica sa zasa týči vrch Marhát a na jeho vrchole sa nachádza sedemnásť metrov vysoká rozhľadňa. Ponúka pôsobivý výhľad na tri samosprávne kraje - Nitriansky, Trnavský a Bratislavský.

Na Devínskej Kobyle v Bratislave vás prekvapí rozhľadňa s netradičným tvarom pripomínajúcim hmyz. Ak budete mať šťastie na priaznivé podmienky, môžete si dopriať výhľady na Viedeň a Alpy, ale aj Zobor pri Nitre.

Na území Národného parku Muránska planina nad sedlom Zbojská medzi obcou Pohronská Polhora a mestom Tisovec môžete navštíviť Vyhliadkovú vežu Zbojská.



Vyhliadková veža Zbojská.

zdroj foto OOCR Región Horehronie

Na území Lesoparku mesta Košice sa nachádza vyhliadková veža ponúkajúca panoramatický pohľad na mesto. Týči sa na vrchole kopca, kde v minulosti stával stredoveký hrad.

No a uprostred viníc malebnej obce Malá Tŕňa v tokajskej vinohradníckej oblasti zasa vyrástla turistická rozhľadňa, ktorá už z diaľky zaujme svojím nevsedným architektonickým riešením v tvare vínneho suda. Jej vyhliadková plošina poskytuje krásne pohľady na celý tokajský región.

V rozličných kútoch našej vlasti nájdeme mnoho ďalších zaujímavých rozhľadní či vyhliadkových veží. Snáď vás ochutnávka v podobe tých vyššie uvedených inšpirovala a doprajete si aj vy výhľady, vďaka ktorým spoznáte Slovensko trošku inak.

» ren

Náučný chodník, vodopád, hradisko aj viadukt

Vydajte sa na potulky Horehroním

Leto je skutočne veľmi vhodným obdobím na potulky prírodou. Pre tých, ktorí sa chystajú lepšie spoznať Horehronie a túžia obdivovať jeho očarujúcu prírodu, sme nachystali tipy na nenáročnú vychádzku.

Náučný chodník Tále

Náučný chodník vedie od vodnej nádrže Tále do obce Bystrá. Pôjdete lesíkom popri golfovom ihrisku a neskôr drevenými lávkami popri koryte Bystrianky. Na trase nájdete zábavno-edukačné prvky o lese ako dendrofón, tripexeso, či hlasy lesa, ktoré môžete spoznávať pomocou aplikácie s názvom Lesní svet. Ďalšia etapa chodníka je venovaná včelárstvu, ale nájdete tu aj drevenú sochu jeleňa v životnej veľkosti.

Vajskovský vodopád

Ak túžite obdivovať pozoruhodný deväť metrov dlhý Vajskovský vodo-



Vajskovský vodopád

pád, vyberte sa do Vajskovskej doliny, rozprestierajúcej sa severne od obce Dolná Lehota. Vaším štartom môže byť turistický rozcestník Črtné v Dolnej Lehote, odkiaľ sa asfaltovou cestou lemovanou vajskovským potokom môžete vydať k poľovníckej chate Dve vody. Pri chate sa cesta rozvetvuje dvoma smermi, a tak si môžete v Kulichovej doline pri pamätníku uctiť obeť lavíny, alebo môžete turistickým chodníkom pokračovať k vášmu cieľu vedúcemu cez Pálenice, teda k Vajskovskému vodopádu. Počítajte len s nenáročným miernym stúpaním a v cieľi budete za približne tri hodiny. Naskytnete sa vám podhľad na kaskádovitý vodopád obklopený lesom.

Z Hornej Lehoty k hradisku – Hrádok

Národnú chránenú kultúrnu pamiatku Hrádok (834 m. n. m.), sídlo niekdajších Keltov, tvorí sústava výšinných hradísk, ku ktorému vedie náučný chodník. Východiskovým bodom vašej vychádzky, ktorá bude dlhá približne 3,5 km, môže byť izba „Kelti na Horehroní“, ktorá je situovaná v centre obce Horná Lehota. Odtiaľ sa vydáte po



Náučný chodník Tále

modrej turistickej značke. Archeologický výskum, ktorý v lokalite Hrádok prebiehal v rokoch 1999 až 2002 dokázal, že táto poloha bola osídlená počas trvania doby železnej a jej prví osadníci - Kelti, sa zaoberali predovšetkým spracovávaním železa, čo dokazujú cenné objavené nálezy. Lokalitu Hrádok si zamiloval dejateľ slovenského národ-

Nachádza sa priamo vedľa lavičky zaľúbencov, ktorá je ideálnym miestom na oddych pre unavené nohy. K hojdačke je možné dostať sa hneď niekoľkým rôznymi spôsobmi - na bicykli, pešo alebo v zimnom období aj na bežkách, pričom východiskovým miestom je obec Lom nad Rimavicou. Najväčšia horehronská hojdačka s výškou 4 m je skutočným skvostom v regióne. Na nej si môžu oddýchnuť a užiť si výhľady na okolité hory a dedinky až dve osoby. Z vrcholu hojdačky sa naskytá úchvatný pohľad na Nízke Tatry, Klenovský a Ľubietovský Vepor. V prípade jasného počasia je možné vidieť aj Vysoké Tatry a malebnú obec Lom nad Rimavicou.

Unikátne železničné technické dielo

Veľkým lákadlom pre turistov prechádzajúcich cez východnú časť regiónu Horehronie je i jedna z našich najfotografovanejších technických pamiatok Chmarošský viadukt, nachádzajúci sa za obcou Telgárt. Tento 113,6 metrov dlhý a 18 metrov vysoký železničný most bol postavený v 30. rokoch 20. storočia na trati 173 Červená Skala – Margecany, priamo pod majestátnou Kráľovou hoľou, a je historicky prvou členenou oblúkovou kon-



Chmarošský viadukt

Náučným chodníkom k najväčšej hojdačke

Najväčšia horehronská hojdačka je súčasťou náučného chodníka Od prameňa Rimavice k prameňu Iplá.

štrukciu zo železobetónu na území bývalého Československa.

Informácie a foto poskytla Oblastná organizácia cestovného ruchu Horehronie

» ren

Pripravte si studené polievky na horúce letné dni

Nemáte počas horúcich dní chuť na teplé jedlo? Pripravte si studenú polievku. Prijemne osvieži, nasýti a ešte aj dodá telu potrebné vitamíny.

Studená uhorková polievka

Suroviny: 2 šalátové uhorky, 1 strúčik cesnaku, 250 g bieleho jogurtu alebo pochútkovej smotany, 50 ml studeného zeleninového vývaru alebo vody na zriedenie, čerstvú kôprovú vňať, soľ, mleté čierne korenie

Postup: Uhorky umyte, osušte, očistite a odstráňte z nich semiačka. Následne nahrubo nastrúhajte do misky. Potom pridajte jogurt, pretlačený cesnak, posekaný kôpor a všetko spolu vymiešajte. Aby ste získali požadovanú hustotu, môžete zriediť zeleninovým vývarom alebo vodou. Osolte, okoreňte a dajte vychladnúť do chladničky. Polievku rozdeľte do tanierov, ozdobte kopečkom bieleho jogurtu a posypte kôprom. Podávajte s nasucho opečeným toastovým chlebom.

venú papriku, 1 cibuľu, 5 mäsitých paradajok, 2 strúčiky cesnaku, 250 ml studeného zeleninového vývaru alebo vody, citrónovú šťavu, toastový chlieb, soľ, štipku mletého rímskeho kmínu, mleté čierne korenie, bazalku, olivový olej

Postup: Zeleninu umyte, nakrájajte na kocky a vložte do mixéra. Pridajte celé strúčiky cesnaku, citrónovú šťavu, zeleninový vývar, osolte, okoreňte a všetko rozmixujte. Na zahustenie môžete pridať striedku z toastového chleba. Polievku dajte vychladnúť. Polievku rozdeľte do tanierov, pokvapkajte olivovým olejom a ozdobte bazalkou.



Gazpacho

Suroviny: 1 šalátová uhorka, 1 čer-

» ren

zdroj foto lovini pixabay

Zateplenie domov
- fasády, omietky,
hydroizolácie,
natieračské práce,
nátery striech,
vypratávanie domov,
bytov
0902 353 085

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

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA na materiál 40%

- PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASŤÍ KOMÍNOV
- ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV

OBHLIADKA KOMÍNOV **ZDARMA**

0948 012 507 • www.profikominy.sk

KLIMATIZÁCIE S MONTÁŽOU

0918 671 541



BM KOMÍNY

KOMINÁR

FRÉZOVANIE A VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

MUROVANIE KOMÍNOV s nerezovou vložkou

ZAREZERVUJTE SI OBHLIADKU ZDARMA!

0911 315 249 • www.bmkominy.sk

POTREBUJETE REKLAMU DO NOVÍN PRIEVIDZSKO ALEBO DO INÝCH REGIÓNOV NA SLOVENSKU?

LETÁKY, VIZITKY ALEBO ONLINE PROPAGÁCIU?

0905 719 148

22. augusta 1941 Výročia a udalosti
Druhá svetová vojna: nemecké vojská začali blokádu Leningradu

SLUŽBY

Nakúpte výhodne vo vybraných E-shopoch

Využite kód:

OPLATISA

Pre získanie zľavy zadajte kód **OPLATISA** do poľa pre zľavový kupón v nákupnom košíku e-shopu.

decoreum

59,00 EUR **53,10 EUR**



SADA KEMPINGOVÉHO NÁBYTKU

-10%

decoreum

44,00 EUR **39,60 EUR**



SKLADACIA ZOSTAVA 4+1 STÔL +STOLIČKY

-10%

decoreum

89,00 EUR **80,10 EUR**



2-KOMOROVÝ BOTNÍK - LOFT

-10%

POTREBUJETE REKLAMU DO NOVÍN PRIEVIDZSKO ALEBO DO INÝCH REGIÓNOV NA SLOVENSKU?

LETÁKY, VIZITKY ALEBO ONLINE PROPAGÁCIU?

0905 719 148

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

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

VÝMENA STREŠNÝCH KRYTÍN, KROVOV, RÍN
Hydroizolácie striech
Tel.: 0917 114 686

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

Potláčajú nepokoj a zlepšujú náladu Doprajme si šťavnaté broskyne

Broskyne patria vďaka svojej výbornej a osviežujúcej chuti medzi obľúbené druhy ovocia. Vďaka obsahu vitamínov, minerálov a rôznych iných látok, majú veľmi blahodárne účinky aj na naše zdravie.

Pestovanie

Hoci broskyne pochádzajú z Číny, dokážeme ich pestovať aj v našich záhradách. Treba mať však na pamäti, že vyžadujú úrodné, stredne ťažké pôdy s dostatočnou vlhkosťou. Keďže sú broskyne náročné na teplo a svetlo, mali by sme im nájsť slnečné miesto chránené pred vetrom. Aj u broskyní platí, že ak sa chystáte vysadiť rastliny pestované v kontajneri, môžete tak urobiť počas ce-

lej doby vegetácie. Pokiaľ ste si zakúpili voľnokorenné stromčeky, teda rastliny predávané s holými koreňmi, bez črepníka, je možné ich vysadiť do záhrady výlučne na jar, alebo na jeseň.

Účinky na zdravie

Broskyne obsahujú veľké množstvo draslíka, vápnika, sodíka, železa, horčíka, zinku a niacínu, ktoré pozitívne vplývajú na duševnú pohodu človeka. „Vďaka vysokému podielu niacínu spolu s horčíkom, selénom a zinkom potláčajú vnútorný nepokoj, nervozitu a zlepšujú náladu,“ približuje na sociálnej sieti Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava odborníčka na zdravú výživu Mgr. Klinčáková. Broskyne sú bohaté na vitamín C, A, B1 a B2, karotény a xantofyli, ktoré zlepšujú imunitný systém. Majú močopudné účinky, čím čistia naše obličky a močový mechúr a tiež odstraňujú červy z čriev.

Použitie

Broskyne najlepšie chutia čerstvé. Pridávať si ich môžeme do ovocných šalátov, nápojov či drení. Konzervované broskyne majú podobné využitie ako tie čerstvé a rovnako si z nich môžeme pripraviť rôzne koláče, dezerty či zmrz-



Ilustračné foto.

zdroj foto Kathas_Fotos pixabay

liny. Džem z týchto chutných plodov poslúži ako nátierka na chlieb s maslom či ako lahodná plnka do palacinek.

Náš tip:

Tvarohové rezy s broskynami
(plech rozmer cca 30x40 cm)

Suroviny: na cesto: 340 g polohrubá múka, 220 g kryštálový cukor, 4 vajcia, 100 ml vlažná voda, 130 ml rastlinný olej, 1 prášok do pečiva, 2 PL kakao

na plnku: 750 g jemný tvaroh, 130 g práškový cukor, 1 vanilkový cukor, 1 vanilkový puding v prášku, 2 vajcia, 740 ml broskynový kompót

Postup: V miske vyšľaháme 4 vajcia

s cukrom, pridáme olej, vodu, múku zmiešanú s práškom do pečiva a 2 lyžice kakaa. Hlboký plech vystelieme papierom na pečenie a vylejeme naň polovicu cesta.

V druhej miske vyšľaháme vajcia s cukrom a vanilkovým cukrom, jemne zamiešame tvaroh a vanilkový pudingový prášok. Plnku opatrne vylejeme na cesto a následne na ňu poukladáme scedené na menšie kúsky pokrúpané broskyne. Potom na tvarohovú plnku nalejeme zvyšok cesta a upečieme.

Múčnik podávame pokrúpaný na kocky a posypaný práškovým cukrom.

» ren



Ilustračné foto.

zdroj foto MrGajowy3 pixabay

OBNOVA NÁPISOV a DOSEKÁVANIE DÁTUMOV na POMNÍKACH
PRIAMO NA CINTORÍNE
čistenie dvojhrobu 100€
0944 229 001

ADAM KRTKO
• čistenie kanalizácie,
• lapačov tukov
• kamerovanie
• lokalizácia potrubia
NONSTOP 0948 948 606

PLOCHÉ STRECHY
- izolácie plochých striech
- zateplenia plochých striech
- kaučukové pasy, PVC fólie
- odborné poradenstvo a cenová ponuka na mieste
ZDARMA
0905 66 22 29

Príprava a realizácia online kampaní
Kompletná výroba **web stránok**
VŠETKO na jednom mieste
+421 905 719 148 prievidzsko@regionpress.sk

SAMOZBER MALÍN SLIVIEK JABLÍK **PREBIEHA**
Samozber hrušiek začína 17. augusta
BLIŽŠIE INFO 0902 982 120, 0903 767 190

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

V OSTRATICIACH PRI PARTIZÁNSKOM
PRED PRÍCHODOM SI OVERTE DOSTUPNOSŤ A POVETERNOSTNÉ PODMIENKY
www.samozberjablk.sk, www.samozbersliviek.sk

KAMENÁRSTVO KLIESTIK
viac ako 30 ROKOV SKÚSENOSTÍ
PRÍJEM objednávok s 20% zľavou a realizáciou do Pamiatky zosnulých
PRAVENEC č. 271/A (pri hlavnej ceste vedľa Slovaktuľu)
Otv. hod.: 9.00 - 17.00 hod
0917 276 457
NAVŠTÍVTE NÁS ALEBO ZAVOLAJTE A PRÍDEME K VÁM
www.kliestik.sk

Dražba 4-izbového bytu vo vyhľadávanej lokalite v Prievidzi
Byt č.7 je zapísaný na LV č. 6302, k.ú. Prievidza. Nehnutelnosť sa nachádza na adrese: Lúčna ulica 47, 970 01 Prievidza.
Dátum a čas dražby: 13.09.2024 o 10:00 hod
Miesto dražby: Hotel MAGURA,
Námestie J. C. Hronského 1, 971 01 Prievidza
Obhliadka: 06.09.2024 o 13:30 hod na mieste samom.
Najnižšie podanie: 94.500,- EUR s možnosťou ZNÍŽENIA.
Pre viac informácií nás prosím kontaktujte na tel. č. 0915 850 667, emailom: info@licify.sk alebo navštívte našu stránku www.licify.sk.
Organizátor dražby: Licify s.r.o., IČO: 54 314 585

Oplatí sa!

**TOP
PONUKY
TÝŽDŇA**

MONITTER **ZIMNÉ ZÁHRADY
PERGOLY • ZASKLENIE**

11 ROČNÉ SKÚŠENOSŤI!
NAKUPUJTE OD VÝROBCU!

ANTRACIT 7016
HNEDÁ 8003
HNEDÁ 8017
BIELA 9016

HLINÍK VO FARBE K MONTÁŽI

LETO SA BLÍŽI!

POZOR!
na podvodné firmy
U nás si viete objednať zimnú záhradu aj bez ZÁLOHY!
Akcia sa vzťahuje len na skladové farby RAL.

Montujeme po celom Slovensku

Drevo **Hliník**

WWW.MONITTER.SK • 0919 383 881 **OBJEDNAVKY@MONITTER.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 | job@simon-fleisch.de
+421 944 995 400

**PALIVOVÉ
DREVO**

**TVRDÉ
ŠTIEPANÉ**

ukladané / sypané

Nitrianske Pravno

Kontakt: 0944 664 496

**DOM
KAVY**

**DOMKAVY.SK
TRNAVA**

KAVOVA5

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

Oplati sa.sk **NAJLEPŠIE PONUKY**

101,00€

**Paco Rabanne 1 Million
Toaletná voda 100 ml**

Demro.sk

390,00€

**Pánske hodinky casio
g-shock gst-w310d-1aer**

ZlatnictvoLion.sk

LIDL **7,99€**
9,99€

**Tronic® Nabíjacie batérie
Ni-MH Ready 2 Use, 8 kusov**

-20%

Lidl.sk

1.179,00€

**Americká chladnička
Whirlpool WQ9 E1L**

ZlavneneSpotrebice.sk

27,90€

**Musetti zrnková káva
Armonico - 1kg**

Domkavy.sk

42,00€

**ASIR Nástenné hodiny
na plátne VÁZA 60 cm**

Nabytkomania.sk

451,60€
6,00€

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

ZEPA.sk

LIDL **39,99€**

**Parkside® Regál s 5 policami
180 x 90 x 45 cm**

Lidl.sk

Oplatí sa!



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

Ahoj, Leto!
PONUKA
GRIL alebo
FRITÉZA

**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

**Služby
Špičkovej
Kvality**

www.stannah.sk

Táto ponuka platí pri kúpe schodiskového výťahu Stannah do
31.8.2024 a nie je platná s inými akciami alebo ponukami.

S GARANCIOU

ZHUTŇOVANIE

**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

EKOLOGICKÉ

ČISTENIE FASÁD

**rodinné domy
ZĽAVA 50%**

Patentovaná
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových
čističov

BombaFasada
www.BombaFasada.sk

0905 148 393

**BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA**

0918 399 303

komplexservis.sk

Komplex servis

komplex.servis.pd@gmail.com

PONUČAME

- ✓ Maliarske a lakýrnicke práce
- ✓ Tepovanie (koberce, nábytok, auto-interiér, atď.)
- ✓ Upratovanie (byty, kancelárie, obchodné priestory)
- ✓ Sťahovanie / vypratávanie