

GEMERSKO

ROŽŇAVSKO-RIMAVSKOSOBOTSKO-REVÚCKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 30 830 domácností

**KÚPIM
BYT, DOM**
Po dohode môžete
ostať v podnájme
0907 488 234

INZERCIA

0907 887 322

NAJLEPŠIA oprava strechy

NAJ

STRECHA S.R.O.

KONTAKT

0940 776 203

**OPRAVA eternitových, plechových,
šindľových a plochých striech**

- bez potreby demontáže starej strechy
- zameranie, poradenstvo **ZDARMA**
- pre dôchodcov **ŠPECIÁLNA ZĽAVA**
- oprava komínov, oprava a montáž odkvapových žlabov

UŽ 14 ROKOV NA TRHU

NOVINKA - Fúkaná izolácia za bezkonkurenčnú cenu

www.naj-strecha.sk • facebook: Naj-strecha sro

Tmm-elektro s.r.o.
zabezpečujeme kompletne
ELEKTRIKÁRSKE PRÁCE

- ⚡ rodinné domy, byty
- ⚡ priemyselné budovy
- ⚡ dokončovacie stavebné práce
- ⚡ bytové jadrá, revízie
- ⚡ zabezpečovanie kamerových systémov

0948 329 523, 0910 698 673

l.dubravcak@gmail.com

AM PLAST
s.r.o.

**VÝROBA A MONTÁŽ
PLASTOVÝCH OKIEN**

- Výroba, montáž, predaj:
plastových okien a dverí
interiérových dverí
oceľových bezpečnostných dverí
- Predaj PVC, AL parapiet, žalúzií,
sietí - vrátane montáže
- Montáž **garážových brán**

A.M.PLAST s.r.o. Hámsohiho 182, Brzotín
☎ 058/ 788 61 40, 0915 701 414

☎ +421 907 471 554

📍 Rudná 221, Rožňava

📧 salon.comtessa

📱 saloncomtessa

Salón Comtessa

Mgr. Andrea Gajdošová
Váš osobný poradca pre zdravé kĺmenie REICO

Milky SPA • Ozonoterapia • Liečebné kúpele • Predaj kozmetiky
Kúpanie • Strihanie • Trimovanie • Dentálna hygiena

**CHYSTÁŠ SA
ZATEPLOVAŤ?**

Fasádny polystyrén cenník:

EPS70 - 100mm ... 4,90 €/m²

EPS70 - 120mm ... 6,60 €/m²

EPS70 - 150mm ... 7,35 €/m²

EPS70 - 200mm ... 9,80 €/m²

napíš na info@profisiet.sk

- čo potrebuješ
- koľko m² potrebuješ
- a kde to potrebuješ doručiť
- ✓ o všetko sa už postaráme my

0905 414 895 • 0908 156 437 • www.profisiet.sk

PLECHOVÁ STREŠNÁ KRYTINA
cena za materiál a prácu 26,99 €/m²
0915 470 099 | SME MAĎARSKÁ FIRMA

PÔŽIČKY NONSTOP PÔŽIČKA cez MOBIL aj WEB
0904 031 113
od 18 - 80 ROKOV
od 300€ do 30 000€
www.okpozicka.sk
Moldava nad Bodvou

STOP!
vtáčim hniezdam
0944 244 699
www.stophniezdo.eu

MBST
Lučenec

www.mbstlucenec.sk
info@mbstlucenec.sk
+421 917 113 199
Haličská cesta 4345, Lučenec

POZOR! Unikátna liečebná metóda

Artróza - Polyartróza - Chondropatia - Koksatróza
kolená - ramená - členky
Osteoporóza - porucha látkovej výmeny v kostiach
Chrbtica - Platničky - Svaly - Väzy - Štathy
Hojenie rán - Pooperačná liečba



užitočné kontakty | www.mojinzerat.sk

PRENÁJOM AUTOPLOŠINY
do výšky 20 m (s obsluhou)



- maliarske • pilčícke •
- klampiarske • tesárske •
- a iné výškové práce

KROVNESA s.r.o. Rožňava

0949 111 223

krovnessa@gmail.com

Občianska
riadková
inzercia

1 AUTO-MOTO

2 ELEKTRO, TECHNIKA

3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK

4 DOM A ZÁHRADA

» Kúpim starý traktor aj
pokazený 0905 675 749

» KÚPIM HAKY LEŠENIE
0908 532 682

5 ZVERINEC, DROBNOCHOV

6 HOBBY A ŠPORT

» Kúpim domáce tkané
plátno, vrecia, kroje, sukne,
šatky, starožitnosti, porce-
lán. 0909 101 716

7 DEŤOM

8 DARUJEM

9 ZOZNÁMENIE

0 RÔZNE

» Kúpim domáce tkané
plátno, vrecia, kroje, sukne,
šatky, starožitnosti, porce-
lán. 0909 101 716

Chcete si
podať riadkový
inzerát?

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

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

Inzerát bude po skontrolovaní spo-
luplatnený spätnou SMS, ktorú Vám
vyučiťuje Váš mobilný operátor.

Cena spätnej SMS (vrátane DPH):

• Text do 50 znakov1 €

• Text do 100 znakov2 €

• Text nad 100 znakov3 €

Číslo rubrik:

1 – Auto-Moto

2 – Elektro, technika

3 – Domácnosť, nábytok

4 – Dom a záhrada

5 – Zverinec, drobnochov

6 – Hobby a šport

7 – Deťom

8 – Darujem

9 – Zoznámenie

0 – Rôzne

Komerčné inzeráty, pozvánky
na akcie, ponuky zamestnania
a reality v riadkovej inzerácii neu-
verejňujeme. V prípade záujmu
o zverejnenie tohto typu inzerátu
kontaktujte našich obchodníkov.
SMS je možné podať aj v novinách
v iných regiónoch. V takom prípade
nahraďte písmena „GE“ v texte
Vašej SMS kódom novín, ktorý
nájdete v tiráži.
(Službu platbamobilom.sk
technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

VELKÁ
JARNÁ
AKCIA

REHAU
SALAMANDER

aluplast

SECURIDO

inTrust
interiérové štúdio

na plastové okná
a bezpečnostné dvere

info@intrust.skwww.intrust.sk

ROŽŇAVA, Kósu Schoppera 3 za malým trhom,
oproti 100P baru0907 800 627

Dacia
DUSTER

Dacia Duster
50 % teraz a 50 % za rok

TEMPUS
Šafárikova 91, 048 01 Rožňava

RAVÖs.r.o.
Radoslav Völgyi

0907 934 621

zváračské práce

zákazková výroba:

oceľových konštrukcií

posuvných brán

plotových dielov na mieru

prenájom a výkopové práce

PRENÁJOM KÁVOVAROV

SANREMO D8
Profesionálny plynový kávovar

JURA X10
Veľký automatický kávovar

JURA E8
Malý automatický kávovar

FIorenZATO F64
Mlýnek

Realizujeme
STROJOVÉ POTERY
A OMIETKY

0948 300 988

Zviditeľníme VÁS
v offline aj online svete

PPC kampane

Google Ads

Facebook Ads

REGION
PRESS

vojta@regionpress.sk

Čujte.sk

Potraviny prospešné
pre náš mozog

www.cujte.sk

Bezplatný týždenník

GEMERSKO
ROŽŇAVSKO-RIMAVSKOSOBOTSKO-REVÚCKO

EV 6212/24

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

Ročník II, rok 2025

Redakcia: Gemerská ul. č. 604
ROŽŇAVA
gemersko@regionpress.sk

INZERCIA

Bc. Ján Vojta0907 887 322

Distribúcia:
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk

Vychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (30.830 domácností)

pámy týždeň:

Revúcka, Jelšava, Tornaľa, Rimavská So-
bota, Sobótka, Bätka, Hnúšťa, Rožňava,
Plešivec

nepámy týždeň:

Revúcka, Tornaľa, Rimavská Sobota,
Sobótka, Rožňava, Betliar, Brzotin, Dob-
šiná, Gemerská Hôrka, Gemerská Polo-
ma, Henckovce, Jablonov nad Turňou,
Jovica, Krásnohorská Dlhá Lúka, Lipov-
ník, Plešivec, Šitník, Vlachovo

Yvdavateľ nezodpovedá za obsah a
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazy-
kovou úpravou.

služby TLAČE

vojta@regionpress.sk

GE25-132



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY AJ NA VEĽKÚ NOC

**40%
ZĽAVA**

2.59**
1.55
• (100 g = 0,78)

Maslo
200 g



XXL XXL XXL XXL XXL

**19%
ZĽAVA**

4.66***
3.89
• (1 kg = 5,98)

Eidam
650 g
bloček

650 g



0,5 l iba

0.55

**39%
ZĽAVA**

7.25*
4.39
• (l = 1,0)

Staropramen
Smíchov
8 x 0,5 l = 4 l
+ záloh za obaly 1,20 €



**50%
ZĽAVA**

11.45*
5.69

Toaletný papier
24 kotúčikov
3-vrstvový



1 kotúčik iba
0.24

XXL XXL XXL XXL XXL

OD PONDELKA

OD PONDELKA 31. 3. DO NEDELE 6. 4.
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

**51%
ZĽAVA**

5.53***
2.69
• (1 kg = 4,48)

Koktejlové
paradajky
strapcové
600 g balenie

Lidl
STANOK
BERNÉ ČASŤE



**48%
ZĽAVA**

3.69
1.89
• (1 kg = 3,78)

Ružové hrozno
bezjadierkové
500 g balenie

**52%
ZĽAVA**

3.69
1.75
• (1 kg = 3,50)



**31%
ZĽAVA**

3.19
2.19

Kuracie štvrte XXL
cena za 1 kg



XXL



**20%
ZĽAVA**

8.56
6.79

Bravčová panenka
cena za 1 kg



*Odpoveď na bežné množstvené predajné ceny v obchode.

**Zlaza určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akčných cien, zistených na základe porovnania cien dňa 11. 3. 2025.

***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnaného produktu zaradeného do stálého sortimentu spoločnosti.

Uz. Slovenská republika, s.r.o. pri prepočte na hmotnosť produktu z akčového týždňa.

Ponuka tovaru v letisku platí od 31. 3. do 6. 4. 2025 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleníach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

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

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

PRIJMEME UPRAŤOVAČKU

kancelárskych priestorov
na 2 hod. denne popoludní
Rimavská Sobota - centrum

MZDA: 240 €/mesiac
0948 70 70 76

**Hľadáte zamestnanca?
Skúste to INZERCIU
v našich novinách.**

0907 887 322
vojta@regionpress.sk

DOBROVOĽNÁ DRAŽBA Rodinný dom Rimavská Sobota Najnižšie podanie: 52 200,00 EUR



Termín konania dražby:
dňa 29.04.2025 o 10:45 hod.
Miesto konania dražby:
Hotel Pelikán, Banquet Hall,
Vajanského 2928/13, 984 01 Lučenec,
okres Lučenec, Banskobystrický kraj
Dražobná zábezpeka:
10 000,00 EUR

Predmet dražby:

Rodinný dom súpisné číslo 1296, na ul. J. Kráľa v meste Lučenec. Predmetom dražby sú tiež pozemky parcelné č. 762/1, parcelné č. 762/2, parcelné č. 762/3 o celkovej výmere 186 m². Predmet dražby je evidovaný na LV č. 1023, k. ú. Tomášová

Kontakt: 0903 404 713, dražby@heypay.sk, www.heypay.sk

HeyPay

dobrovoľné dražby

digitálny marketing | www.regionpress.sk

akvaplast - plus s.r.o. Kavečianska 8
040 01 Košice
Tel./Fax: 055/671 19 30
e-mail: aplus@akvaplastplus.sk • www.akvaplastplus.sk

Obnova plochých a šikmých striech



Staré plechové, eternitové strechy, šikmé aj ploché obnovíme, bez demontáže.

SME NAJDLHŠIE NA TRHU
Vysoká kvalita, záruka práce na 12 rokov

Novinka: 3D MATERIÁL

0905 272 349
ICOPAL 3D

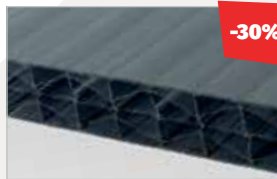
ZENIT

AKCIA NA POLYKARBONÁT
REZANIE MATERIÁLU ZDARMA

eshop.zenitsk.sk/akcia



-30%
Ultralight 2/10 číra
9,74 €/m² s DPH



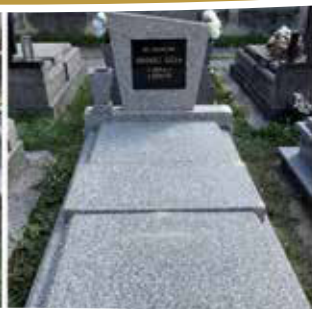
-30%
Exolon 5X/16 2UV šedá
18,61 €/m² s DPH

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

Čistenie hrobov • Obnova písmen na hroboch

jednohrob
od 60 €

obnova písma
od 1 € / znak
(zlatá, strieborná
a čierna farba)



dvojhrob
od 95 €

možnosť
impregnácie
na hrob
(dlhodobá
ochrana hrobu)

0911 999 260

vascistyhrob@gmail.com

www.vascistyhrob.sk

f / [VasCistyHrob](https://www.facebook.com/VasCistyHrob)

ako získať prvé miesto vo vyhľadávaní?

MY VÁS tam dostaneme!

gemersko@regionpress.sk



PONUKA PRÁCE na POZÍCIE:

► Údržbár - Mechanik

Miesto práce: Lom Trebejov

Druh pracovného pomeru: plný úväzok

Mzdové podmienky: od 1 200€ / mesiac + 5% variabilná zložka

Požiadavky na zamestnanca:

- Stredoškolské odborné vzdelanie technického smeru
- Znalosť konštrukcie používaných zariadení, mechanizmov a vozidiel

► Elektrikár

Miesto práce: Lom Trebejov

Druh pracovného pomeru: plný úväzok

Mzdové podmienky: od 1 200 € / mesiac + 5% variabilná zložka

Požiadavky na zamestnanca:

- Stredoškolské elektrotechnické vzdelanie
- Obsluha tlakových nádob, plynových zariadení, kompresorov
- Oprávnenie §22 alebo §23 – samostatný elektrotechnik
- Schopnosť čítať elektro dokumentáciu

► Elektrikár

Miesto práce: Košice (Areál U.S.STEEL)

Druh pracovného pomeru: plný úväzok

Mzdové podmienky: od 1 200 € / mesiac + 5% variabilná zložka

Požiadavky na zamestnanca:

- Stredoškolské elektrotechnické vzdelanie
- Oprávnenie §22 alebo §23 – samostatný elektrotechnik
- Obsluha tlakových nádob, plynových zariadení, kompresorov
- Schopnosť čítať elektro dokumentáciu

► Procesný Inžinier

Miesto práce: Slavec

Druh pracovného pomeru: plný úväzok

Mzdové podmienky: od 1 700 € / mesiac + 10% variabilná zložka

Požiadavky na zamestnanca:

- Vysokoškolské vzdelanie technického smeru
- Znalosť anglického jazyka (písmom aj slovom)
- Analytické schopnosti, komunikačné schopnosti

► Rušňovodič

Miesto práce: Slavec

Druh pracovného pomeru: plný úväzok

Mzdové podmienky: od 1 200 € / mesiac + 5% variabilná zložka

Požiadavky na zamestnanca:

- Stredoškolské odborné vzdelanie technického smeru
- Vodičské oprávnenie skupiny B
- Zdravotná spôsobilosť, fyzická a psychická zdatnosť
- Flexibilita, ochota pracovať v zmennej prevádzke

► Elektrikár

Miesto práce: Slavec

Druh pracovného pomeru: plný úväzok

Mzdové podmienky: od 1 200 € / mesiac + 5% variabilná zložka

Požiadavky na zamestnanca:

- Stredoškolské elektrotechnické vzdelanie
- Oprávnenie §22 alebo §23 – samostatný elektrotechnik
- Obsluha tlakových nádob, plynových zariadení, kompresorov
- Schopnosť čítať elektro dokumentáciu

Carmeuse Slovakia, s.r.o.

Rozvojová 2B, 040 11 Košice

Mob: +421 903 715 789

Zamestnanecké výhody a benefity:

Príspevok na doplnkové dôchodkové sporenie (3.pilier), Odmeny pri pracovných a životných jubileách, Príspevok na stravovanie nad rámec zákona, Referral program – odmena pri doporučení kandidáta vo výške 500€, Príspevok na rekreáciu, Ročný bonus, Karta Multisport, Dni voľna (narodenie dieťaťa, vlastná svadba, svadba dieťaťa, dobrovoľné darovanie krvi, sťahovanie apod..)

Poukážte správne 2 % z daní

2% z daní bude možné rodičom poukázať až za tento rok, to znamená až v roku 2026. V tomto roku stále môžu daňovníci poukázať 2 % zo svojich daní napríklad neziskovým organizáciám, občianskym združeniam či nadáciám.

Fyzické osoby, ktorým zamestnávateľ vykonal ročné zúčtovanie preddavkov na daň z príjmov zo závislej činnosti, a vystavil Potvrdenie o zaplatení dane z príjmov zo závislej činnosti na účely vyhlásenia o poukázaní sumy do výšky 2 % alebo 3 % - predložia daňovému úradu vyhlásenie o poukázaní podielu zaplatenej dane, spolu s týmto potvrdením. „Vyhlásenie je možné podať iba na štruktúrovanom tlačíve určenom finančnou správou, ktoré nájdú daňovníci na portáli finančnej správy v Katalógu formulárov,“ pripomína Finančná správa (FS) a dodáva, že fyzická osoba, ktorej zamestnávateľ vykonal ročné zúčtovanie preddavkov na daň z príjmov zo závislej činnosti za rok 2024, predkladá vyhlásenie o poukázaní podielu zaplatenej dane do 30.04.2025.

Fyzická osoba - Fyzická osoba, ktorá podáva daňové priznanie k daní z príjmov za rok 2024, je oprávnená v daňovom priznaní vyhlásiť, že podiel zaplatenej dane do výšky 2 % sa má poukázať ním určenému prijímateľovi. Fyzická osoba môže poukázať aj 3 % podiel zaplatenej dane, ak v roku 2024 vykonávala dobrovoľnícku činnosť v rozsahu najmenej 40 hodín.

V takomto prípade je povinná doložiť aj písomné potvrdenie, ktoré je prílohou vyhlásenia. „Fyzická osoba môže darovať 2 % (3 %) len jednému prijímateľovi, pričom podiel zaplatenej dane je najmenej 3 eurá,“ objasňuje FS.

Právnická osoba - Právnická osoba, ktorá podáva daňové priznanie k daní z príjmov právnickej osoby za rok 2024 - je oprávnená v daňovom priznaní vyhlásiť, že podiel zaplatenej dane sa má poukázať ním určeným prijímateľom do výšky 1 % zaplatenej dane. V prípade splnenia podmienky darovania 0,5 % zaplatenej dane na verejnoprospešný účel, môže prostredníctvom daňového priznania poukázať 2 % dane. Právnické osoby môžu poukázať 1% (2 %) aj viacerým prijímateľom, každému však najmenej 8 eur.

Pri vyplňaní daňového priznania respektíve vyhlásenia na portáli finančnej správy je zabezpečené prepojenie na Zoznam prijímateľov z Notárskej komory SR a výber zvoleného prijímateľa do príslušného riadku daňového dokumentu. „Daňovníkom, ktorí vyplňajú daňové dokumenty ručne, finančná správa odporúča, aby si vopred preverili, či sa napríklad nezisková organizácia, nadácia, alebo občianske združenie nachádza v Zozname prijímateľov – Notárskom centrálnom registri určených právnických osôb, ktorý vedie Notárska komora SR a je verejne dostupný na stránke www.notar.sk, ako aj na portáli finančnej správy,“ vysvetľuje FS. » ren

Repík lekársky

Repík lekársky (Agrimonia Eupatoria) je liečivá bylina, ktorá sa v ľudovom liečiteľstve využíva najmä na zmiernenie tráviacich ťažkostí a hojenie rán. Rastie na lúčach aj popri poľných cestách, ale pestovať ho môžete aj vo svojej bylinkovej záhrade. Nie je príliš náročný, postačí ak mu nájdete slnečné miesto. Rásť bude aj v kvetináči na balkóne či terase.

Repík lekársky je trváca bylina, ktorá dorastá do výšky 50 až 100 cm a kvitne od júna až do augusta. Na liečebné účely zbierame jeho kvitnúcu vňaf.

Účinky na zdravie

Repík lekársky má priaznivé účinky na celé trávenie a vylučovanie. Podporuje správne fungovanie pečene a žlčníka. Jeho účinky sa využívajú aj pri zápaloch žalúdočnej sliznice, či hnačkách. Pre svoje protizápalové účinky sa repík používa aj ako účinné kloktadlo pri zápaloch v ústnej dutine.

Repík lekársky - kloktadlo

Kloktadlo si pripravíte tak, že jednu až dve polievkové lyžice sušeného repíka lekárskeho vložte do šálky, zalejte 0,3 litra vriacej vody a prikryte tanierikom. Nechajte lúhovať 10 minút a potom precedte. Vlažný odvar kloktajte viackrát denne. Pripravujte si ho vždy čerstvý.

Repík lekársky - čaj

Jednu lyžičku sušeného repíka lekárskeho zalejte šálkou vriacej vody a prikryte tanierikom. Nechajte lúhovať 10 minút a potom precedte. Pijeme vždy 2 – 3 šálky za deň do zmiernenia ťažkostí.

Pozor – neprežehňte to

Bylinky sú výborným pomocníkom pri rôznych ochoreniach, užívať by sme ich však mali s rozumom, pretože u každého môžu mať iné účinky a aj ich dlhodobé užívanie nám môže namiesto očakávanej pomoci skôr uškodiť.



Repík lekársky.
autor foto WikimediaImages pixabay

» ren

Pripravte si nátierky a šaláty

Vyčarujme si na tanieri jar

V tomto období náš organizmus priam prahne po vitamínoch. Na pulkoch obchodov či u predajcov na trhu je už v ponuke dostatok mladej jarnej cibulky, reďkovky, šalátov či pažitky, z ktorých si môžeme pripraviť chutné šaláty či nátierky a doplniť tak potrebné vitamíny.

Nátierka s jarnou cibulkou

Suroviny: 1/2 zeleru, 4 mrkvy, 2 jarné cibulky, šťavu z polovice citróna, 250 g tvarohu, 1 biely jogurt, soľ

Postup: Zeler a mrkvu najemno nastrúhame, jarnú cibuľku pokrájame na kolieska, všetko vložíme do misky a dôkladne premiešame. Pridáme šťavu z citróna, tvaroh, biely jogurt a opäť premiešame. Dochutíme soľou. Podávame s celozrnným chlebom, prípadne bagetou.

Reďkovková nátierka

Suroviny: 3 viazaníčky reďkovky, 100 g masla, 3 ks krémového syra, 3 na tvrdo uvarené vajcia, 1PL nasekanej pažitky, citrónovú šťavu a soľ na dochutenie, reďkovku na zdobenie pokrájanú na kolieska

Postup: Maslo dáme do misky, necháme ho zmäknúť a následne vymiešame

s krémovým syrom a soľou. Na strúhadle s väčšími slzičkami postrúhame umyté reďkovky a na tvrdo uvarené vajčička a pridáme do misky k vymiešanému maslu so syrom. Ochutíme citrónovou šťavou. Nátierku podávame natretú na tmavý alebo celozrnný chlieb. Ozdobíme nasekanou pažitkou a kolieskami reďkovky.

Zemiakový šalát s reďkovkami

Suroviny: 500 g zemiakov, 3PL olivového alebo repkového oleja, 2PL jablčného octu, 2 ČL horčice, 1ČL medu, 8 reďkoviek, 2PL nasekanej pažitky, soľ, mleté čierne korenie

Postup na zálievku: Metličkou v miske vymiešame horčicu, ocot, med, soľ a mleté čierne korenie a za stáleho miešania prilievame olej.

Postup na šalát: Zemiaky umyjeme, vložíme do hrnca s vriacou vodou a uvaríme do mäkka. Po uvarení zo zemiakov zlejeme vodu a necháme ich vychladnúť. Zemiaky zbavíme šupky, rozkrojíme na polovice a na kolieska nakrájame reďkovky. Zalejeme zálievkou, dobre premiešame a necháme odstáť. Šalát pred podávaním posypeme nasekanou pažitkou.



Ilustračné foto.

zdroj foto elenaiks pixabay

Rýchly jarný šalát

Suroviny: 1 hlávkový šalát, 2 jarné cibulky, 1 zväzok reďkovky

Zálievka: 1 PL olivový olej, 1 KL citrónová šťava, biele mleté korenie, cukor podľa chuti, petržlenová vňaf

Postup na zálievku: Metličkou v miske vymiešame olivový olej, citrónovú

šťavu, mleté biele korenie, cukor.

Postup na šalát: Do misy natrháme hlávkový šalát, pridáme na tenké kolieska pokrájanú cibuľku a na plátky pokrájanú reďkovku. Zalejeme zálievkou, dobre premiešame a pred podávaním posypeme posekanou petržlenovou vňafou.

» ren

Najväčšou motiváciou prestať fajčiť bola moja rodina



Helena (60)

„V čase, keď sa zariadenie na nahrievaný tabak dostalo na Slovensko, som vôbec nevedela, ako funguje. Vďaka mojej dospelaj dcére som ho síce vyskúšala, ale po niekoľkých dňoch som ho vrátila. Cigariet som sa, bohužiaľ, vzdať nedokázala. Po roku som si všimla, že viac ľudí v mojom okolí urobilo zmenu a prešlo na bezdymové zariadenia. Dokonca mi potvrdili výhody jeho používania. Rozhodla som sa dať tomu druhú šancu. Motivovala ma predovšetkým rozrastajúca sa rodina. Zariadenie som vydržala používať celý týždeň, nekombinovala som ho s cigaretami, a odvtedy som si už nikdy nezapálila. Som rada, že to moja rodina oceňuje. Vnímam, že ide o lepší variant pre mňa aj moje okolie. V dnešných časoch bezdymových alternatív nechápem, že niekto ešte fajčí klasické cigarety.“

Fajčiari, pozor!

Prečítajte si nasledujúce riadky a cigaretu navždy uhaste

Najlepšie je nefajčiť vôbec, ideálne ani nikdy nezačať. To si uvedomuje azda každý fajčiari. Preto ak fajčíte, tak s tým skončujte! Pre tých, ktorí by inak pokračovali vo fajčení, sú určite lepšou voľbou bezdymové alternatívy.

To, že cigarety nie sú tým najlepším životným spoločníkom, si uvedomujú aj fajčiari. Veľmi dobre vedia o rizikách tejto neresti. Väčšina z nich dokonca skúsila s fajčením skončiť, a to opakovane. Či už to bolo kvôli strachu o vlastné zdravie, zlepšeniu kvality života pre seba aj okolie, alebo pre peniaze.

1 Poznáte to? Chceme skončiť s fajčením, ale...

Skončiť s fajčením nie je jednoduché. Pevná vôľa nám vydrží týždeň či pár mesiacov, v mnohých prípadoch sa zlovyk vracia späť. „Na pomoc“ mu prídeme celý rad výhovoriek a prekážok. Fajčenie cigariet si ospravedľujeme tým, že nám pomáhajú zvládať stresové situácie alebo nepribrať, a nakoniec začneme zľahčovať vplyvy na naše zdravie. Nemenej osvedčené sú výhovorky, že bez cigariet sa cítime divne medzi priateľmi. Veď je to len jedna cigareta ku káve alebo dve pri pive. Alebo že fajčenie k nám skrátka patrí. A celé to obvykle uzavrie povzdych, že skrátka nemáme dostatočne pevnú vôľu skončiť.

2 Problémy spôsobuje horenie cigarety

Najlepším riešením je s fajčením skončiť úplne. Mnohí fajčiari však potvrdia, že prestať fajčiť zo dňa na deň je pre nich mimoriadne náročné, a to práve kvôli závislosti od nikotínu.

Čo robiť v takom prípade? Vyhľadajte odbornú pomoc alebo skúste niektorý z dostupných prostriedkov pre odvykanie od fajčenia, ako sú pastilky alebo náplasti. Ak sa nechcete z akéhokoľvek dôvodu nikotínu vzdať, zvážte prechod na bezdymové alternatívy. Medzi ne patria aj zariadenia na nahrievanie tabaku, e-cigarety alebo nikotínové vrecúška.

Klasická cigareta



Obsahuje nikotín



Vytvára škodlivý cigaretový dym, decht a popol



Tabak sa spaľuje



Zanecháva cigaretový zápach na oblečení, vlasoch a pokožke



Produkujú 6 000 chemikálií/ 100 z nich je klasifikovaných ako škodlivé alebo potenciálne škodlivé

Mýtus o nikotíne, pravda o dechte

Mnoho fajčiarov si myslí, že pôvodcom ochorení spojených s fajčením je nikotín. Ako je to však naozaj? Nikotín a decht sú dve rozdielne veci. Cigarety ľudia fajčia kvôli nikotínu. Ten je síce návykový, nie je však hlavnou príčinou ochorení spojených s fajčením. Skutočným vinníkom, ktorý je zodpovedný za najväčšie škody na zdraví dospelých fajčiarov, je tabakový dym, resp. tabakový decht – zmes chemických látok, ktorá vzniká počas horenia cigarety a obsahuje karcinogénne a toxické látky nebezpečné pre zdravie.

Zariadenia na nahrievanie tabaku alebo e-cigarety



Obsahujú nikotín



Tabak alebo kvapalina sa nahrievajú



Produkujú o 95 % menej škodlivín v porovnaní s cigaretami*



Vytvárajú aerosól



Nezanechávajú cigaretový zápach na pokožke, vo vlasoch a na oblečení

Bez dymové zariadenia nie sú bez rizika. Obsahujú nikotín, ktorý je návykový. Sú určené výhradne pre dospelých fajčiarov, ktorí by inak pokračovali vo fajčení cigariet alebo užívaní iných nikotínových výrobkov. Bez dymové zariadenia nie sú prostriedkom na odvykanie od fajčenia. Najlepším spôsobom, ako znížiť zdravotné riziká spojené s užívaním výrobkov s obsahom tabaku alebo nikotínu, je prestať ich celkom užívať.

* Platí pre bezdymové zariadenie na nahrievanie IQOS. „O 95 % menej“ predstavuje priemerné zníženie hladiny 9 škodlivých chemických látok, ktorých obsah odporúča Svetová zdravotnícka organizácia znížiť v cigaretovom dyme a ktoré nezahŕňujú nikotín. To nevyhnutne nepredstavuje zníženie rizika o 95 %.

VLÁDY ROBERTA FICA NA GEMER ZABUDLI, UŽ ROKY TU CHÝBA RÝCHLOSTNÁ CESTA

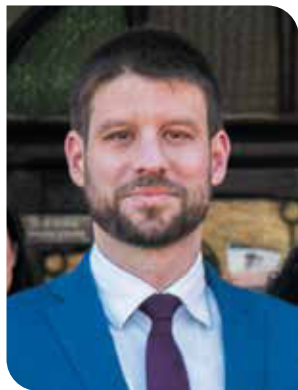
Ficova vláda v „regiónoch Ficovej chudoby a nesplnených sľubov“ rokovala viac ako desaťkrát, vždy nasľubovala hory doly, no prakticky nič nesplnila, vyhlásil predseda Progresívneho Slovenska Michal Šimečka po výjazde na Gemeri a Malohonte.

„Sľubovali sociálne podniky, vodovody, kanalizáciu, cyklocesty či oživenie poľnohospodárstva. Nič z toho nenaplnili. Cez toto prázdne pole mala viesť cesta R2 zo Zvolena do Košíc, ktorá mala byť hotová už dobrých desať rokov. Dodnes nestojí,“ upozornil Šimečka. Takto Robert Fico pristupuje podľa šéfa PS ku všetkému: „Zdravotníctvo, školstvo, ekonomika – všade veľa sľubov a žiadne výsledky. Aj preto ľudia tu na Gemeri zažívajú vysokú nezamestnanosť a majú problém dostať sa k lekárovi,“ dodal Šimečka.



Predseda miestnej bunky PS v Rimavskej Sobote Roman Vaľo dodal, že rýchlostná cesta mala priniesť príležitosti celému regiónu Gemer a prepojiť ho s okolitými mestami. „Špeciálne dôležitá je ale pre naše mesto Rimavská Sobota, kvôli štátnemu priemyselnému parku, ktorého výstavba sa už blíži k záveru. Zamestnať má minimálne 450 ľudí a vo výhlade sú už aj noví investori. **Len cesta, po ktorej by sa ľudia do novej práce dostali, stále akosi chýba,**“ povedal Vaľo.

Cestná infraštruktúra na Slovensku je po 14 rokoch Ficových vlád výrazne zanedbaná, doplnil expert hnutia v oblasti dopravy Martin Pekár. „Úseky tejto neexistujúcej rýchlostnej cesty teraz vláda zaradila medzi 16 projektov strategických investícií. My sme však, podobne ako mnohí obyvatelia Gemera, výrazne skeptickí. Už dnes totiž minister dopravy Ráž priznáva, že nemá na všetky projekty dosť peňazí. Gemer si po toľkých rokoch zaslúži viac,“ uviedol Pekár.



3 otázky pre Michala Šimečku:

NA GEMERI NEPOTREBUJÚ NOVÉHO MINISTRA, ALE NAPLNENIE SĽUBOV VLÁD ROBERTA FICA

1. V našom regióne ste strávili niekoľko dní. Ako by ste charakterizovali najväčšie problémy na Gemeri?

Na Gemeri nám to hovorili prakticky všetci a všade, kam sme prišli. V Revúcej, Rimavskej Sobote, Rožňave, Jelšave, Tisovci aj v ďalších obciach. **Vláda Roberta Fica na tento región zabudla, nenaplnili sľuby, ktoré obyvateľom dali.** Mladí ľudia húfne odchádzajú, zdravotná starostlivosť je stále menej dostupná, dopady drahoty

cítia ľudia denne. A aj za posledné dni vidíme, že koalícia si po mesiacoch kšeftovania akurát vymenila ďalšieho ministra alebo, že štátny tajomník Filip Kuffa má pridelených 10 limuzín. Papalášizmus pre seba, a pre ľudí nič.

2. Čo by mala podľa vás vláda v našom regióne podľa zmeniť?

Keby som chcel byť voči tejto vláde ironický, tak poviem, že najlepšie by bolo, keby aspoň nič nekazili... Vládni predstavitelia na Geme-

ri totižto situáciu ešte aj aktívne zhoršujú! Rozkladajú tu kultúrne inštitúcie, ničia

„**Mladí ľudia odtiaľto odchádzajú, lebo tu nedokážu uplatniť svoj potenciál.**“

prírodu aj cestovný ruch. Na Gemeri ľudia od vlády očakávajú úplne iné veci. Mladí ľudia odtiaľto odchádzajú, lebo tu nedokážu uplatniť svoj potenciál. Miestni tu potrebujú nové cesty a infraštruk-

túru, nie nového ministra MIRRI, ktorý doteraz nemal s eurofondami žiadne skúsenosti. Potrebujú dostupných lekárov a pracovné miesta, nie nenávisť a kšefty politikov, ktorí sa starajú len o svoje vily a zlaté vane.

3. Na záver ešte jedna politická otázka: očakávate, že táto vláda dovládne až do roku 2027?

Pevne verím, že nie. Toto je najhoršia vláda, akú sme tu kedy mali, a to sme tu už mali všelijaké vlády... Jedinou ich prioritou bolo dostať von z väzenia svojich ľudí, ochrániť kriminálnikov, rozdať si fleky, renty, vyššie platy. Odvtedy sa už zaoberajú iba sami sebou, svojimi funkciami a svojím luxusom. Pritom sa im krajina rozpadáva pod

rukami: mesiace tu poriadne nefunguje kataster, ľudia sa nevedia dostať k zdravotnej starostlivosti, rozpadávajú sa tu mosty aj cesty a obyvatelia Slovenska sa majú čoraz horšie.

Táto vláda ničí podnikateľov, drobných poľnohospodárov, gazdov, ľudí v službách. Totálne podcenenie slintačky a krívačky ministrom Takáčom je len posledný z príkladov. Do toho likvidačná konsolidácia a vysoké dane, vrátane tej nezmyselnej transakčnej. Ficov zlepenec sa vykašľal na ľudí a teraz na to všetci doplácajú.

Takto to už ďalej nejde, preto verím, že sa čoskoro dopracujeme k predčasným voľbám a príde k politickej zmene.

„**...mesiace tu poriadne nefunguje kataster, ľudia sa nevedia dostať k zdravotnej starostlivosti, rozpadávajú sa tu mosty aj cesty a obyvatelia Slovenska sa majú čoraz horšie...**“



Stohlová z PS:
 SMUTNÝM PRÍKLADOM **NESPLNENÝCH**
SĽUBOV FICOVÝCH VLÁD JE JELŠAVA

V Jelšave je dlhodobo najhoršia kvalita ovzdušia v krajine, no minister životného prostredia Tomáš Taraba riešenie bez vysvetlenia zrušil, upozornila poslankyňa PS Tamara Stohlová.

„Kvôli znečistenému vzduchu pritom na Slovensku každý rok predčasne zomierajú tisícky ľudí. **Samospráva chcela situáciu riešiť, no minister Tomáš Taraba toto riešenie bez vysvetlenia a náhrady zrušil.** A keď sme v PS chceli obciam či mestám ako Jelšava pomôcť presmerovaním peňazí z poplatkov za banskú ťažbu, koalícia našu novelu nepodporila,“ uviedla Stohlová s tým, že miestni roky ča-

„**Nezáujem, neschopnosť, pomsta. To ponúka súčasná vláda Gemeru, ale aj celému Slovensku**

kajú aj na riešenie znečistenia rieky Slaná. Ficove vlády však premárnili aj množstvo príležitostí, ktoré región ponúka. Národný park Muránska planina sa mal rozvíjať vďaka Plánu obnovy, no súčasná vláda dohadzuje spor-
 né zákazky a využíva ťažbu v ňom na vlastné kšefty, do-
 dala Stohlová.

„*Nezáujem, neschopnosť, pomsta. To ponúka súčasná vláda Gemeru, ale vlastne aj celému Slovensku. No za posledné dni som počula aj veľa odhodlaní. Mnoho ľudí odmieta rezignovať. A Slovensko ich ešte bude potrebovať,*“ zdôraznila Stohlová.



GEMER NAPRIEK USILOVNEJ PRÁCI MIESTNYCH STÁLE
 PATRÍ MEDZI **NAJMEŇJ ROZVINUTÉ** NA SLOVENSKU

Ficove vlády roky sľubujú vyrovnávanie regionálnych rozdielov, **no pomoc od štátu neraz putuje do rúk ľuďom spriazneným s členmi výborov,** ktoré ju rozdeľujú, skonštatovala poslankyňa

o najmenej rozvinutých okresoch situáciu ešte zhorší. **Regiónom rozdelí menej financií a o tom, ktoré okresy ich dostanú, nebudú rozhodovať objektívne kritériá.** Tie si bude môcť kedykoľvek

lizáciu ani vodovod. „*Dôvod je jednoduchý, starosta je zo Smeru. Z dotácií pre najmenej rozvinuté regióny potom dostali ďalších 22-tisíc eur. Na nové mantinely na ihrisko. No obyvatelia tu naďalej*



Jana Hanuliaková z Progresívneho Slovenska. „**Dostávajú ich firmy, ktoré nemajú tržby ani zamestnancov, alebo majú nedoplatky na daňoch.** A obyvatelia Gemera z toho nemajú vôbec nič,“ upozornila Hanuliaková s tým, že koalíčná novela zákona

prispôbiť nový minister Samuel Migal.

Poslankyňa PS pripomenula aj prípad neďalekej obce Babinec, ktorej vláda prideliť **dotáciu v hodnote 57-tisíc eur na nové ihrisko.** Obec má len 60 obyvateľov a nemá kana-

nemajú prístup k pitnej vode. **Toto musí skončiť.** Obce na Gemer a Malohonte potrebujú v prvom rade systematickú a predvídateľnú pomoc. **A po 14 rokoch Ficových vlád je nevyhnutné, aby ju dostali,** uzavrela Hanuliaková.

Poslanecký výjazd PS
 NA GEMERI A MALOHONTE



Poslanci a poslankyne Progresívneho Slovenska na Gemer navštívili **Revúcu, Rimavskú Sobotu, Hnúšťu, Dobšínú, Jelšavu či Tisovec,** ale aj vylúčenú komunitu **Šrobárka** v obci **Sirk.** Debatovali s miestnymi, rokovali s primátormi a starostami, navštívili centrum sociálnych služieb, ale aj poradenské stredisko pre mladých. Hovorili aj s miestnymi angažovanými občanmi, stretli sa s lokálnymi podnikateľmi a podnikateľkami, riaditeľom národného parku **Slovenský kras** či vedením niekoľkých kultúrnych stredísk. Hnutie usporiadalo viaceré diskusie pre mladých ľudí aj verejné rokovanie svojho poslaneckého klubu.



Objavujeme krásy a zaujímavosti slovenských miest

Holíč prekvapí mnohými krásami

Mesto Holíč leží na Západnom Slovensku v regióne Záhorie v severnej časti Trnavského samosprávneho kraja. Je začlenené do Skalického okresu a tiež je vstupnou bránou z Českej republiky. Nájdete tam veľa zaujímavých miest, ktoré rozhodne stoja za návštevu.

Územie Holíča poskytovalo vhodné podmienky pre osídlenie už od praveku. Najstaršie nálezy pochádzajú z obdobia paleolitu. Patrí k nim aj predmet vyrobený z tvrdého pieskovca v tvare kamennej dýky. Z obdobia neolitu zase pochádzajú rondely, čo boli kruhové stavby, v ktorých bol posvätný okrsok ohraničený veľkou priekopou a palisádou. V období Veľkej Moravy sa v okolí mesta nachádzali osady, ktoré patrili k hradisku Valy pri Mikulčiciach.

Holíčsky zámok

Priamo v meste Holíč môžu výletníci navštíviť Holíčsky zámok. V stredoveku mal pôvodne Holíčsky hrad názov Nový hrad. Vznikol v polovici 13.storočia a chránil takzvanú Českú cestu, ktorá spájala



Bylinková zahrada.

Uhorsko a Čechy. Práve pohraničná poloha spôsobila, že bol Holíč viackrát obsadený cudzími armádami. Prvá písomná zmienka pochádza z roku 1205, kedy sa už spomína aj zámok ako vodný, nížinný, drevený hrad. Prvým majiteľom bol komes Kemyn, ktorému panstvo daroval Ondrej II. Ďalšími významnými majiteľmi boli napríklad Matúš Čák Trenčiansky, Luxemburgovci, či Stibor zo Stiboríc. Posledným majiteľom bol Jozef Czobor, ktorý sa však zadlžil a v roku 1736 predal panstvo Františkovi Štefanovi I. Lotrinskému. Ten si Holíč zamiloval a chodil sem veľmi



Rozhladňa na Hrebeni.

zdroj foto Archív mesta Holíč

často. Konávali sa tu poľovnícke hony a v zámku sa hralo prvé divadlo vo francúzskom a nemeckom jazyku. Po smrti Františka Štefana už Mária Terézia chodila do Holíča zriedkavejšie, avšak stále bolo pre ňu aj pre jej deti, najmä pre Jozefa II. obľúbeným sídlom. Priestory zámku a jeho okolia slúžili vojenskej jazdeckej škole. V roku 1970 bol vyhlásený za Národnú kultúrnu pamiatku.

V súčasnosti sa v rámci prehliadok zámku môžu návštevníci pozrieť do Mestského múzea a galérie, Čínskej sály, Kaplnky Nanebovzatia Panny Márie a tiež si prezrú pivnice a časť podzemných chodieb. Interiér zámku ako aj všetky expozície a atrakcie sú sprístupnené od mája do konca septembra.

Zámocké záhrady
s Bylinkovou záhradou

Poprechádzajúc sa záujemcovia môžu aj zámockým areálom, ktorý patrí k najvýznamnejším barokovým objektom v stredoeurópskom priestore. Časť pôvodnej záhrady bola využívaná ako bažantnica, dnes sú tu polia s obilím. Z pôvod-

nej kompozície zostali len múry, vodné kanály a stredová cesta lemovaná alejou stromov. V roku 2015 bola vybudovaná v historickom priestore v mieste panskej lúky bylinková záhrada. Je situovaná v juhovýchodnej časti areálu, nadväzujúcej na zámockú vodnú priekopu a obklopujúcu existujúcu vodnú plochu obdĺžnikového pôdorysu. Záhrada pokračuje v tradícii pestovania kuchynských rastlín a bylín v zámockom areáli.

Člnkovanie sa okolo bastiónového opevnenia

Jednou z aktivít, ktorú si počas návštevy zámku môžu výletníci vychutnať je aj člnkovanie sa okolo bastiónového opevnenia v zámockých vodných valoch.

Mestské múzeum a galéria v Holíči

V novoopravenej časti Holíčskeho zámku je zasa umiestnené Mestské múzeum a galéria. Expozícia je venovaná najmä životu a pôsobeniu Habsburgovcov v Holíči. Významnú časť múzea tvorí aj zbierka keramiky - fajansy, ktorá je známa po celej Európe, či kópie rytín od majstra Leopolda Schmalhofera, na ktorých je zobrazený Holíč a Holíčsky zámok. Veľkým prínosom sú vystavené čínske tapety. Zreštauroval ich Doc. Ivan Galamboš a v 18. storo-



Zámok Holíč.

zdroj foto Archív mesta Holíč

čí skrášľovali jednu z hlavných miestností zámku - Čínsku sálu. Nechýba ani poľovnícka miestnosť, kedy poľovníctvo bolo srdcovou záležitosťou F. Š. Lotrinského. Súčasťou Mestského múzea je i expozícia ľudových krojov. Na strope a stenách v niektorých miestnostiach, ktoré slúžia pre účely múzea a galérie sa nachádzajú odkryté fragmenty nástenných malieb, ktoré sa podarilo objaviť pri poslednej rekonštrukcii a následne boli zakonzervované. V areáli Holíčskeho zámku v novozrekonštruovanej budove takzvanej Koniarne môžu záujemcovia nahliadnuť do expozície „Po stopách Veľkomoravských Slovanov“. Ide o interaktívnu trvalú výstavu s rôznymi modernými prvkami, akými sú napríklad virtuálna realita či rozhovor panovníkov v slúchadlách. Expozícia je pozvánkou na návštevu Kostolíka sv. Margity Antiochijskej v Kopčanoch, ktorého vznik sa datuje do 9.storočia.

Holíčske megality

Neďaleko zámku, vo dvore jednej z bývalých manufaktúrnych budov, môžu záujemcovia obdivovať Holíčske megality. Kamene pochádzajú z pravekého rondelu o priemere 60 metrov, pričom rondely sú v strednej Európe datované do obdobia pred 5.500 až 6.500 rokmi. Stavba bola pôvodne tvorená 25-timi kameňmi a tie boli sústredené vo dvoch kruhoch, pričom sa striedali nízke a široké „ženské“ kamene s vysokými a štíhlymi „mužskými“ kameňmi. V strede bol hlavný idol. Umiestnenie kultových objektov v rámci rondelu a počty a umiestnenie kameňov v nich malo pravdepodobne astronomický a najmä magický význam.

Kamene objavili v roku 1988 pri výkopových prácach pod Kalváriou. Súbor pozostáva z 22 zachovaných kultových kameňov, ktoré sú rozdelené na mužské a ženské. Najväčší z nich Hlavný idol či Veľký kameň, ktorého celková výška je 6,8 m, vyčnieva nad zem 4,5 m. Zdobený je symbolmi vysekanými do jeho prednej strany a sieťou čiar, symbolov a zvyškov malieb aj na ostatných stranách. Najvýraznejšie sú sekané vyobrazenia nástrojov. Najzreteľnejším je čakan, kladivo alebo sekera v strede kameňa a pod ním hák alebo radlo. Vľavo od čakana – kladiva je koleso - známy symbol božstva. Ide o atribúty Najvyššej sily, ktorá bola v tomto objekte uctievaná. Slovania ju v stredoveku nazý-

vali Perún (Parom) alebo Veles. Kamene sú voľne prístupné verejnosti.

Veterný mlyn

Počas svojej návštevy Holíča si môžete prezrieť aj jediný zachovaný kamenný mlyn na Slovensku. Viaz sa k menu vynikajúceho stolárskeho majstra Františka Slámu. Ide o centrálny kamenný trojpodlažný podpivničený objekt z osemdesiatych rokov 19. storočia, do roku 1926 zastrešený otočnou kuželovitou strechou so



Veterný mlyn.

zdroj foto Archív mesta Holíč

vsadeným veterným kolesom. Pohon mlyna zabezpečovali štyri ramená s lopatkami, ktoré boli osem metrov dlhé a otáčali sa proti smeru hodinových ručičiek. Dnes môžu záujemcovia v Holíči vidieť udržiavaný kamenný objekt veterného mlyna so stálou expozíciou o mlynoch na Záhorí.

Rozhladňa na Hrebeni

Ak si budete chcieť užiť výhľad na mesto, blízke okolie či panorámu Bielych Karpát, zjásť môžete na Rozhladňu na Hrebeni. Nájdete ju len na skok od veterného mlyna. Má kamennú konštrukciu so železobetónovou výplňou a obložená je lomovým kameňom. Vrchná časť je z drevenej konštrukcie. Výška rozhľadne je približne 17 metrov, vyhlídková plošina je umiestnená vo výške 12 metrov.

Informácie poskytl
Turisticko - informačné
centrum Holíč

» ren

POKRÝVAČ- TESÁR

renovácia striech,
renovácia garáží,
zateplenie,
oprava a renovácia
žlabov kompletná
výmena striech

OKAMŽITÉ
ZAČATIE
PRÁČ

-10% Z CENY PRÁCE DO 31.03.2025

ZDARMA

doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁCU RUČIME!

Kontakt: +421 949 623 050

PONUKA TLAČE

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

REGION
PRESS

www.regionpress.sk

REGION
PRESS

Komplexné služby
pre Vaše podnikanie

- tvorba WWW
- E-commerce
- SEO optimalizácia
- tlač
- inzercia

marketing na mieru



www.regionpress.sk

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

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

S	5	1	2						
					9				2
U						8			5
	1	3		6			5		
D			8					6	
				8				7	3
O									
K		9		8					
				5			2		
U	7		3	2					1

Deti vtiahne do úplne iného sveta

Dobroštroj zbiera nápady na dobré skutky

„Kamoš, kamoška! Čakať ja tvoj list.“ Počujete? Nový detský hrdina z Trnavy, ktorý si hovorí Dobroštroj, zbiera od detí nápady na dobré skutky. Stojí pod mestskou radnicou.

Deti vtiahne do úplne iného sveta

Pod balkónom radnice sa Dobroštroj objavil 11. marca 2025 a už po pár hodinách prilákal množstvo škôlkárov a školákov. Sympatický kukuč, v sebe okienka s papierovými svetmi, takzvanými diorami. Drevený plášť mu zdobia gombíky, ktoré po stlačení vždy prezradia kúsok Dobroštrojovho príbehu. Deti sa dozvedia, že má rád palacinky s mazacím olejom či lokše omastené motorákom, ale že najviac mu chutia listy. Svojím retro šarmom skvele zapadá do starobylej Trnavy a priateľským pohľadom si ľahko získava dôveru malých aj veľkých.

„Je úžasné pozorovať, ako vie nový kamoš očariť deti aj bez displejov telefónov. Dobroštroj možno nemá operačnú pamäť siedmej generácie a nevyzerá hypermoderne, ale vďaka krásnemu výtvarnému prevedeniu Nadi Salbotovej deti vtiahne do úplne iného sveta. Uši z tienidiel lampa, nohy z pružín a každé oko z inej starej skrutky. To je dobrý základ na rozprávkový príbeh pre deti. Občas hovorí v neurčitoch, občas niečo popletie, ale to je odkaz k tomu, že aj niekto, kto nie je dokonalý, môže byť vo vnútri dobrý,“ predstavuje v skratke Jana Pekárková zo Žaží v Trnave.

Je čas robiť dobré skutky

Dobroštrojovi veľmi chutia listy plné nápadov. Ako prvý program Dobroštroj zbiera nápady na dobré skutky. Dobra nikdy nie je dosť. A aké skutky môžu deti navrhnúť?

Zavolať niekomu, koho už dlho nepočuli, a spraviť mu radosť obyčajným rozhovorom. Niektorí môžu pomôcť susede s ťažkým nákupom, iní sa postarať kamarátovi o domáce zvieratko, keď je chorý alebo odcestovaný. A niekedy aj taká drobnosť, ako ponúknuť čokoládu niekomu, kto ju má rád, môže byť veľkým skutkom. Každý dobrý skutok, nech je akokoľvek malý, dokáže spraviť deň krajším a roztočiť kolesá dobra. „Pozývame čo najviac detí pred radnicu, aby prišli vhoďiť list s nápadom na dobrý skutok, ktorý môže spraviť každý z nás a my sa postaráme o ďalšie roztočenie koliesok. Detskú poštu roznesieme do miestnych kaviarní, kvetnárstiev, obchodíkov, škôl, aj na Mestský úrad a veríme, že dobro inšpiruje ostatných v meste. Hoci je Dobroštroj čarovný, dobré skutky sám nezrealizuje, a bude na to potrebovať nás – ľudí,“ vysvetľuje Jana Pekárková zo Žaží v Trnave - Mestského kultúrneho strediska.

Mesto ešte viac pre deti

Aj vďaka Dobroštroju sa môže Mesto Trnava stať mestom ešte viac pre deti. Rozprávkový kamarát má pomôcť mestu Trnave lepšie porozumieť deťom a ich potrebám. Počas roka 2025 sa bude objavovať pred radnicou, na detských podujatiach, neskôr má potenciál pomôcť aj v školách či inštitúciách. „Deti v uliciach sú paramet-



Dobroštroj - nový detský hrdina z Trnavy. zdroj foto Mestské kultúrne stredisko Žaží v Trnave
rom kvality života v meste. Tešíme sa, že Dobroštroj láka okoloidúcich, podnecuje k hravosti, tvorivosti a má aj pridanú hodnotu, že zapojí deti do diania v meste a vďaka ich listom pomôže roztočiť dobro,“ hovorí Peter Cagala, riaditeľ Mestského kultúrneho strediska.

Hlas Dobroštroju prepožičal herec Braňo Mosný.



Dobroštroj zbiera nápady na dobré skutky. zdroj foto Mestské kultúrne stredisko Žaží v Trnave

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

**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%**

BEZ WAPKY

**BOMBA
FASÁDA**

**EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU**

**BEZPLATNÁ
UKÁZKA**

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

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
trofejeeu@gmail.com

**-10%
Z CENY PRÁCE
DO 31.03.2025**

**POKRÝVAČ
TESÁR**

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

- ✓ RENOVÁCIA STRIECH
- ✓ KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH
- ✓ RENOVÁCIA GARÁŽI
- ✓ OPRAVA ŽLABOV
- ✓ ZATEPLENIE
- ✓ RENOVÁCIA ŽLABOV

JANEK 0919 495 628

Zdravie z Oravskej Horárne

ZVÝHODNENÉ POBYTY iba za 360 €
1 osoba na 6 dní a 5 nocí

NEPRACUJÚCI DŮCHODCA iba za 260 €
1 osoba na 6 dní a 5 nocí

Penzión * Oravská Horárne**
Oravský Podzámok 396
lokality Hruštín Zábava

STÁTNÁ DOTÁCIA 100 €
1 nepracujúci dôchodca

Volné termíny:
12. 5. – 17. 5. 2025 | 19. 5. – 24. 5. 2025
26. 5. – 31. 5. 2025 | 2. 6. – 7. 6. 2025
9. 6. – 14. 6. 2025 | 23. 6. – 28. 6. 2025
voľný November 2025

REZERVÁCIE:
info@oravskahoraren.sk
mob. 0918 591 942 (od 8:00 - 18:00 hod.)
www.oravskahoraren.sk

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 €

Všetky modely je možné predĺžovať o 2m.

o DOPRAVA ZADARMO
o JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 galerica.sk

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

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

VOLAJTE: 0909 131 131

Fotovoltaická elektrárňa 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 elektrárňu o výkone minimálne 4kW a dostanete od nás 2 panely **ZADARMO**

9ks 5kw Menič

Zaplatíte len 4290€*
***Cena vrátane montáže**

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

Záručný servis zabezpečuje výrobca