

SENECKO

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 35 420 domácností



STRECHY SC
Výstavba striech • Opravy, rekonštrukcie • Strešné krytiny

**AKCIA:
-45% NA
KRYTINY**

TERRAN
FARBY S VETREČNÝMI STRIECHAMI

PONÚKAME:
Odborná montáž a poradenstvo
Bezplatné zameranie a ponuka
Dlhoročná životnosť
Rýchla realizácia
Kvalitné krytiny

KONTAKTUJTE NÁS
+ 4 21 908 186 129
www.strechysc.sk

**KAMENÁRSTVO
PETROVIČ**

- precíznosť, profesionalitu, serióznosť
- práce prevedené v najvyššej kvalite
- maximálnu spokojnosť

www.kamenarstvo-petrovic.sk

SENEC
Bratislavská 1/B (areál cintorína)
0905 100 134, 02 / 4564 6488
senec@kamenarstvo-petrovic.sk

SLOVENSKÝ
VÝROBCA

... kvalita, tradícia



**PROFESIONÁLNE
VYŠETRENIE ZRAKU
BEZ ČAKANIA**

Optická
ptika
SENEC

0950 248 511
LICHNEROVA 8, SENEC
WWW.OPTIKASENEC.SK



**ŠKRIDEĽA LACNEJŠIE
AKO PLECH**

Kompletné strechy,
rekonštrukcie

Okoč
tel.: 0905 746 124



VA-SI, spol. s r.o.

**Pohrebná služba v Senci
NON STOP Služba**

Nájdete nás
v Dome smútku
v Senci

Tel.: 0911 011 020, 0903 653 930

Vybavenie matričných dokladov ZDARMA

PREVÁDZKA: VA-SI, spol. s r.o., Farské námestie 16, Senec
www.pohrebnasluzba-vasi.sk



KRTKOVANIE

ČISTENIE A MONITORING KANALIZÁCIE

ČISTENIE LAPAČOV TUKOV

0905 351 406
WWW.KRTKOVANIEZSK.SK



KLIMATIZÁCIE

0908 978 168



DREVENÉ ROLETY

- výmena popruhu
- náter roliet
- generálne opravy aj tých najstarších roliet
- nové drevené rolety

mobil: 0903 349 274 | mail: info@eslinger.sk | www.eslinger.sk



MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%
- chemická injekcia

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331



ČALÚNNICTVO

- » obnova a výroba čalúneného nábytku na mieru
- » čalúnený nábytok pre deti
- » predaj matracov

tel.: 0904 697 765 mancalaluvnictvo@gmail.com
Tureň 442, 903 01



OPTIK MORVAY

Nové kolekcie rámov
v predaji!

**Profesionálne
VYŠETRENIE ZRAKU**

0905 433 944
Lichnerova 16, 903 01 Senec

www.OPTIKMORVAY.sk



Bezplatný týždenník

SENECKO

EV 6227/24

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

Ročník II, rok 2025

Redakcia: Trnavská 11
 903 01 SENEK
 senecko@regionpress.sk

INZERCIA

Peter Bukovinský 0905 915 040
 Zora Kováčová 0905 719 132
 Edita Schubertová 0910 922 916
 Mgr. Barbora Knapová 0910 973 657

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

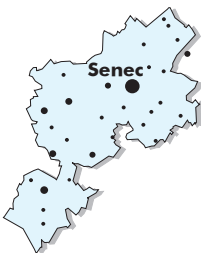


Vychádzame
 na recyklovanom
 papieri

DISTRIBÚCIA (35.420 domácností)

Každý týždeň:

Senec, Bernolákovo, Blatná, Čataj,
 Dunajská Lužná, Hamuliakovo, Hrubá
 Borša, Hrubý Šúr, Igram, Ivanica pri Du-
 naji, Kaplna, Kráľová pri Senci, Malinovo,
 Most pri Bratislave, Nová Dedinka, Reča,
 Rovinka, Tomášov, Tureň, Vlky, Zálesie,
 Chorvátsky Grob, Veľký Biel, Kostolná
 pri Dunaji



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

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípa-
 de, 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	GALANSKO-SALIANSKO	
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO	
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO	
LV	30.580	LEVICKO	
MA	29.680	MALACKO	
NR	54.170	NITRIANSKO	
NZ	35.050	NOVOZÁMCKO	
PK	22.970	PEZINSKO	
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY	
SC	35.420	SENECKO	
SE	36.750	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	LUČEŇSKO-VK-PT	
MT	38.570	MARTINSKO-TR	
OR	34.980	ORAVSKO-DK-NO-TS	
PB	33.590	POVAŽSKO-PB-PU	
PD	40.150	PRIEVIDSKO	
ZV	38.400	ZVOLEŇSKO-DT-KA	
ZH	26.880	ŽIARSKO-ZC-B5	
ZA	50.780	ŽILINSKO-BY	

Východné Slovensko

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

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 dani 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 dani 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

Nové strechy plechové, škridlové, hydroizolácie, oplechovanie komínov a výmena rín

☎ 0944 091 085

PLOCHÉ STRECHY

- izolácie, zateplenia
 - bezplatná cen.ponuka
 - realizácia do 7 dní

0904 644 980
<https://sites.google.com/view/strechygals>

Nakúpte výhodne vo vybraných E-shopoch

decorem.sk

od 9,10 € od 8,19 €

KOBEREK 4959B CHEAP HNEDÁ

-10%

decorem.sk

od 18,00 € od 16,20 €

KOBEREK CHEAP K857A BÉŽOVÝ

-10%

Využite kód: **OPLATISA10**

Pre získanie zľavy zadajte kód **OPLATISA10** do poľa pre zľavový kupón v nákupnom košíku e-shopu.

PALIVOVÉ DREVO

POLIENKA BUK, DUB, HRAB, SMREKOVÉ PELETY

Ku každej objednávke hodnotný darček

www.palivovedrevo.sk
 0917 649 213

PLOCHÉ STRECHY

- izolácie plochých striech
 - zateplenia plochých striech
 - kaučukové pasy, PVC fólie
 - odborné poradenstvo
 - a cenová ponuka na mieste ZDARMA

0905 66 22 29

Riadková inzercia

1 AUTO-MOTO

2 ELEKTRO, TECHNIKA

3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK

4 DOM A ZÁHRADA

» KÚPIM HAKY LEŠENIE 0908 532 682

5 ZVERINEC, DROBNOCHOV

6 HOBBY A ŠPORT

7 DEŤOM

8 DARUJEM

9 ZOZNÁMENIE

0 RÔZNE

Chcete si podať riadkový inzerát?

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

Príklad:

RP SC 7 Predám hlboký modrý kočík. 0987 654 321

Inzerát bude po skontrolovaní spoločne spätnou SMS, ktorú Vám vyúčtuje váš mobilný operátor.

Cena spätnej SMS (vrátane DPH):

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

Číslo rubriky:

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

Komerčné inzeráty, pozvánky na akcie, ponuky zamestnania a reality v riadkovej inzercii neuvěřujeme. 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 „SC“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tlači. (Službu platbarnobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

Aerácia Trávnik 0902 777 202

TRÁVNIKOVÝ REFRESH

Prenájom Aerifikátora

pri požičaní aerifikátora zľava -15% z kremičitého piesku SH32

Trávníkový Piesok **Doprava** **Konzultácia**

f PIESOK-SK, S.R.O. **PIESOK-SK.SK** **f AERÁCIA TRÁVNIKA**



STAVEBNINY
TUREŇ

- Kompletný sortiment stavebných materiálov pre malú aj veľkú stavbu
- Pracovné odevy a obuv - pohodlie a bezpečnosť pre každého majstra
- Ohýbanie plechov - profesionálne služby na mieru podľa vašich požiadaviek



Kvalita a dostupnosť pod jednou strechou



📍 Tureň, okres Senec (areál bývalého PD) ☎ 0905 602 887 ✉ bonamal@bonamal.sk

OPRAVA STRECHY

- » oprava a údržba
- » odstránenie zatekania
- » klampiarske prvky
- » odkvapový systém

0903 969 611

DOVOZ NA ADRESU

18. týž. mladky, brojlerové a nosnicové kurčiatka, husi, kačky, husokačky, morky

www.hydinashop.sk

0944 842 953

30% ZĽAVY

DREVO HLINIK

VAŠA CESTA K VYSNÍVANÉMU BÝVANIU

Naša ponuka :

- Zimné záhrady
- Prístrešky na autá
- Prístrešky na terasy
- Hliníkové Zasklenie
- Pergoly
- Výmena lexanu na streche

WWW.OLIMONT.SK DOPYT@OLIMONT.SK **VOLAJTE 0908 077 040**

AGROMP vás pozýva na

Dni otvorených dverí 24.-26.4.

od 9.00 do 17.00 hod.

Trnavská cesta 64 v Leopoldove

Príďte si vybrať Váš nový traktor Solis s 5-ročnou zárukou!

SOLIS

www.agromp.sk



+421 908 754 332 | info@agromp.sk



Slovenská Grafia a.s.

Pekná cesta 6, 834 03 Bratislava

výrobná spoločnosť v oblasti polygrafického priemyslu



PRIJME IHNEĎ

- **KNIHÁROV - ZORAĎOVAČOV**
- **PREVÁDZKOVÝCH ELEKTRONIKOV**
- **MECHANIKA POLYGRAFICKÝCH STROJOV**

Mzda: min. 1 450 € - 2 100 €
od skúseností a zručností uchádzača

- **ROBOTNÍKOV do výroby**
- **NASTAVOVAČOV OREZOVÝCH LINIEK**

Mzda: min. 1 130 € - 1 600 €
od skúseností a zručností uchádzača

Požiadavky:

- zdravotná spôsobilosť na výkon práce v noci
- vyučenie v odbore výhodou, nie podmienkou

Mzda vrátane príplatkov do 250 € a základnej zložky mzdy od 700 € - 1000 €

Benefity: **13. a 14. mzda**

- každoročné zvýšenie mzdy
- mimoriadne a jubilejné odmeny
- hlavné jedlo zdarma v závodnej jedálni a iné benefity

Bližšie informácie:

tel.: 02/49493 853, 02/49493 854, 02/49493 111,
e-mail: kariera@grafia.sk, www.grafia.sk



ARBOR - okrasné a ovocné škôlky, s.r.o.
Polná 6, 903 01 Senec

Telefonická objednávka trávniká 0905 948 487



Záhradné centrum - 0905 942 740, 0907 729 239



ŠIROKÝ SORTIMENT NOVÉHO TOVARU V PREDAJI

www.arbor.sk

po - pia: 8 - 17 h., so: 8 - 12 h.

Deti vtiahne do úplne iného sveta

Dobrostroj zbiera nápady na dobré skutky

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

Deti vtiahne do úplne iného sveta

Pod balkónom radnice sa Dobrostroj objavil 11. marca 2025 a už po pár hodinách prilákal množstvo škôlkárov a školákov. Sympatický kukuč, v sebe okienka s papierovými svetmi, takzvanými dioramami. Drevený plášť mu zdobia gombíky, ktoré po stlačení vždy prezradia kúsok Dobrostrojovho 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. Dobrostroj 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 lúč, nohy z pružín a každé oko z inej starej skrutky. To je dobrý základ na rozprávkový príbeh pre deti. Občas hovorí v neurčitkách, 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 Zaží v Trnave.

Je čas robiť dobré skutky

Dobrostrojovi veľmi chutia listy plné nápadov. Ako prvý program Dobrostroj 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. Niekto môže pomôcť susede s ťažkým nákupom, iný 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 vhodiť 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 Dobrostroj čarovný, dobré skutky sám nezrealizuje, a bude na to potrebovať nás – ľudí,“ vysvetľuje Jana Pekárková zo Zaží v Trnave - Mestského kultúrneho strediska.

Mesto ešte viac pre deti

Aj vďaka Dobrostroju 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-



Dobrostroj - nový detský hrdina z Trnavy. zdroj foto Mestské kultúrne stredisko Zaží v Trnave
rom kvality života v meste. Tešíme sa, že Dobrostroj 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 Dobrostroju prepožičal herec Braňo Mosný.

» ren



Dobrostroj zbiera nápady na dobré skutky. zdroj foto Mestské kultúrne stredisko Zaží v Trnave

OČNÁ OPTIKA

doctor optic

**DIOPTRICKÉ OKULIARE
SO SLNEČNÝM KLIPOM**

**LIČNEROVA 37
SENEC**

UŽ OD

119 €



MERANIE ZRAKU ZADARMO

AKCIA PLATÍ OD 1.3. DO 30.4. PRI ZHOTOVENÍ KOMPLETNÝCH OKULIAROV A NA VYBRANÉ RÁMY A SKLADOVÉ SKLÁ.

f OPTIKADROPTIK @ DR.OPTIK_SK 0918 237 839

www.droptik.sk



20. 3. 2025 SME PRE VÁS POROVNALI
BEŽNÝ NÁKUP V LIDL A BIEDRONKE

JE LACNEJŠÍ

Banská Bystrica
Dedinská



21,35€

LIDL

**KAŽDÝ DEŇ
NÍZKE CENY**

LIDL Slovenská republika, s.r.o.
Ruzinovská 1E, 82102 Bratislava - mestská časť Ruzinov

Dedinská 14179/20, 97411 Banská Bystrica
IČO: 2020279415 IČ DPH: SK2020279415
IČO: 95793793 IČ DPH: 98920202794151836
20-03-2025 10:08:17 - č. účtu: 0510

Margarín 0,5l	1 ks	5,30 B
Árvo vjavné 100g	1 ks	4,59 B
Vín uteráky 50ks	1 ks	0,77 B
Vín, obrúsky-Fresh	1 ks	1,62 B
Múky na plet, 2kg	1 ks	0,79 B
Margarín Jasné p.	1 ks	0,59 E
Zafuk. Tlacia plat.	1 ks	0,15 A
Jablká Golden Del.	1 kg	0,69 C
Lovská saláma	1 ks	1,17 A
Margarín 20% tuku	1 ks	0,90 E
Citrusy		
1,012 kg * 1,05		1,06 C
Jablká červená/č.		
1,002 kg * 1,39		1,39 C
Zajvar/Quaker		
1,012 kg * 1,90		1,92 E
MEZUSUMET		21,35
ZAKNÚP ENÍ:		
NA OHRADU EUR		21,35
HODNOTY EUR		
Sadiba	Zakláb:	0,01
4 Delikátné		0,00
8 236		10,71
8 058		3,18
8 198		3,32
SPOLU:		17,96

089901594452000200025



Service Martin Štefko, s. r. o.
Vajnorská 100A
82104 Bratislava - mestská časť Nové Mesto
Slovensko
Biedronka, s.r.o.
Biedronka
IČO: 2522051504 IČO: 50447961
IČ DPH: 98212201504

Zvolen



Biedronka

28,60€

Biedronka

Vinná odležaná	8,90	1,0000	8,90	F
Vinná odležaná	1,00	1,0000	1,00	F
Vinná odležaná	4,00	1,0000	4,00	F
Vinná odležaná	0,90	1,0000	0,90	F
Prášok ml.	2,84	1,0000	2,84	D
Zava			-6,20	D
Margarín 100g	1,20	1,0000	1,20	D
Lovská saláma	1,10	1,0000	1,10	D
Jab. Or. Gala	1,50	1,0100	1,51	E
Jab. Or. Golden	1,40	1,0100	1,41	F
Zlato	0,80	1,0000	0,80	D
Citrusy 216	1,80	1,0100	1,82	E
Barčičková 0,5l	5,90	1,0000	5,90	F
Múka celoz.	0,15	1,0000	0,15	F
CELKOM			28,58	EUR
Prášok ml.			100,00	EUR
Prášok ml.			-71,00	EUR
ZAKNÚP ENÍ:			6,58	

CELKOM: 28,58 EUR

Sadiba	Bez DPH	DPH	Číslo
50	3,90	0,78	4,68
100	8,35	1,67	10,02
250	11,63	2,33	13,96
CELKOM	23,88	4,70	28,58

10 - PRÁŠOK 0,15 EUR
10 - LIDL 0,80 EUR
Zabráňenie 8,80 EUR
Číslo účtu 0,00 EUR
Číslo účtu 0,00 EUR

BIEDRONKA NÁKUP 28,60
LIDL NÁKUP 21,35

Lidl je lacnejší o **25%**
-7.25€

Nákup realizovala spoločnosť ACRC dňa 20. 3. 2025 v predajniach Biedronka a Lidl. Nákupné koše zahŕňali vybrané produkty zo sortimentu mliečne výrobky, pečivo, chladené výrobky, káva, zelenina a ovocie a produkty pre domácnosť.



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 viazaničky 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 pokrájajú na kolieska

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

s krémovým syrom a soľou. Na strúhadle s väčšími slížkami 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 vložíme do misky. Pridáme umyté a na kolieska nakrájané 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 vňať

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

šťavu, mleté biele korenie, cukor.

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

» ren

OBNOVA STRIECH
 ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH,
 KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

slovenská firma

BITUMÉNOVOU LEPENKOU bez demontáže pôvodnej krytiny
 ↳ zameranie ↳ odborné poradenstvo ↳ cenová kalkuácia ZDARMA!!!

!!! NOVINKA !!!
 BITUMÉNOVÁ LEPENKA určená pod solárne panely.
 Veľmi výhodná aj na bežné prekrytie strechy
 - znižuje teplotu strechy na 40 až 50 stupňov.

NON STOP - 0944 720 932

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽLABOV

ZÁRUKA 20 ROKOV

Hrubé stavby
 Plechové strechy, krovy
 Výmena rín
 Zateplenie domov
 Bytové jadrá
 Omietky, potery
 Sadrokartóny, maľovky
 Oplotenie pozemkov
 (betónové, pletivé,
 okrasné)
 Zámkové dlažby
 Nátery striech, plotov

0948 107 877

REZANIE BETÓNU

KRÁTKA ČAKACIA DOBA
 DLHOROČNÉ SKÚSENOSTI

otvory do panelu
 jadrové vrtanie otvorov
 statické posudky
 odvoz odpadu

0908 447 006

www.jadrovevrtanie.sk

Frézovanie komínov

- Stavba teplovzdušných krbov a teplovzdušných rozvodov
- Vložkovanie komínov
- Rekonštrukcia starých komínov
- Obhliadka komína zdarma

www.kominicek.sk
 0905 702 276 • 0917 850 155

ZĽAVA
 NA NEREZ

Zámková dlažba Zavorský

- pokládka zámkovej dlažby
- zemné a výkopové práce minibagrom a mininakladačom

0905 580 848
 dlazbazavarsky@gmail.com



Po prečítaní noviny odhod'te do triedeného odpadu / PAPIER /

čujte.sk

Obnov dom
 MINI 2

www.cujte.sk



SVETOVÁ NOVINKA NA SLOVENSKU

Koniec okuliarov! Nová generácia vnútroočných šošoviek sľubuje dokonalé videnie!

Trápia vás okuliare alebo kontaktné šošovky? Chcete sa zobúdzat s ostrým videním a užívať si život bez obmedzení? Na Slovensko prichádza revolúcia v korekcii zraku - vnútroočné šošovky RayOne Galaxy.



MUDr. Ivo Ďurkovič, MPH, DBA, LL.M.

Autor fotografie: Branislav Račko

RayOne Galaxy šošovky sa implantujú počas operácie do oka, rýchlo a bezbolestne. Po operácii pacienti zaznamenávajú výrazné zlepšenie zraku a môžu sa tešiť z ostrého a jasného videnia bez potreby okuliarov na všetky vzdialenosti bez vedľajších optických fenoménov.

„RayOne Galaxy je prelomová technológia, ktorá posúva hranice videnia,“ hovorí odborník MUDr. Ivo Ďurkovič, MPH, DBA, LL.M. „Pacienti, ktorí podstúpili operáciu s týmito šošovkami, sú nadšení. Konečne vidia ostro na všetky vzdialenosti, bez nepríjemných odleskov a s absolútnym komfortom.“

Čo robí RayOne Galaxy výnimočnými?

- Vyššia kvalita videnia vo dne aj v noci: niektoré bežné vnútroočné viacohniskové šošovky spôsobujú zrakové poruchy, ako sú kruhy alebo halo efekt okolo svetelných zdrojov v tme. Tieto poruchy sa zvyčajne časom zmiernujú. Patentovaná optika šošovky RayOne Galaxy bola špeciálne navrhnutá tak, aby výrazne znížila tieto optické fenomény už od začiatku.
- Riešenie pre astigmatizmus: RayOne Galaxy Toric je ideálna voľba pre pacientov s astigmatizmom.
- Zlepšená svietivosť: niektoré bežné vnútroočné šošovky strácajú časť dostupného svetla, ktoré vstupuje do oka. To môže viesť k zhoršenému videniu v podmienkach s nedostatočným osvetlením. Šošovka RayOne Galaxy využíva 100 % dostupného svetla, takže nestratíte žiadnu svietivosť v každodennom živote.

- Rýchly a bezbolestný zákrok: operácia je rýchla a bezbolestná s minimálnou dobou rekonvalescencie.
- Dlhodobé riešenie: šošovky RayOne Galaxy sú investíciou do vášho zdravia a pohodlia na dlhé roky.

Skúsenosti pacientov

„Po operácii s RayOne Galaxy sa mi zmenil život,“ hovorí pani Anna. „Konečne vidím bez

okuliarov a môžem sa naplno venovať svojim záľubám.“

„Bál som sa operácie, ale všetko prebehlo hladko a bezbolestne,“ dodáva pán Jozef. „Teraz vidím ako nikdy predtým.“

Pre koho sú šošovky RayOne Galaxy a RayOne Galaxy Toric určené?

Šošovky RayOne Galaxy a RayOne Galaxy Toric sú ideálnym riešením pre všetkých, ktorí chcú zlepšiť svoj zrak a zbaviť sa okuliarov na všetky vzdialenosti. Sú určené pre ľudí trpiacich presbyopiou (vetchozrakosťou), pacientov s astigmatizmom, osoby, ktoré sa chcú zbaviť okuliarov na všetky vzdialenosti, tých, ktorí hľadajú trvalé riešenie refrakčných chýb a aktívnych ľudí, ktorí nechcú byť obmedzovaní zrakovými pomôckami.

Dostupnosť a konzultácie

Šošovky RayOne Galaxy sú dostupné vo vybraných očných klinikách iClinic, pričom iClinic je prvá klinika, ktorá túto revolučnú technológiu zavádza. Objednajte sa na konzultáciu s oftalmológom a zistíte, či sú pre vás tieto šošovky vhodné.

iClinic - váš partner pre zdravý zrak

iClinic je moderná očná klinika, ktorá ponúka komplexné oftalmologické služby na vysokej úrovni. Disponuje najmodernejším vybavením a tímom skúsených lekárov, ktorí sa neustále vzdelávajú a sledujú najnovšie trendy v oftalmológii. iClinic sa špecializuje na laserové operácie očí, operácie sivého zákalu, liečbu glaukómu a ďalších ochorení oka.

Nečakajte a urobte prvý krok k lepšiemu zraku ešte dnes!

Čo odlišuje šošovku RayOne Galaxy od ostatných?

Vyššia kvalita videnia

Niektoré bežné vnútroočné šošovky môžu spôsobovať zrakové poruchy, ako sú kruhy alebo halo efekt okolo svetelných zdrojov v tme. Tieto poruchy sa zvyčajne časom zmiernujú. Patentovaná optika šošovky RayOne Galaxy bola špeciálne navrhnutá tak, aby výrazne znížila tieto zrakové poruchy už od začiatku.



Bežné trifokálne šošovky

Rušivé svetelné kruhy (halo efekty) a žiara okolo svetelného zdroja v noci.

Zlepšená svietivosť

Niektoré bežné vnútroočné šošovky strácajú časť dostupného svetla, ktoré vstupuje do oka. To môže viesť k zhoršenému videniu v podmienkach s nedostatočným osvetlením. Šošovka RayOne Galaxy využíva 100 % dostupného svetla, takže nestratíte žiadnu svietivosť v každodennom živote.



Šošovky RayOne Galaxy

Viditeľne znížené zrakové poruchy v porovnaní s inými bežnými vnútroočnými šošovkami.



69,30€
~~72,10€~~

Paco Rabanne 1 Million
Toaletná voda 100 ml

notino.sk



175,00€

Dámske hodinky
fossil es3588

ZlatnictvoLion.sk



139,00€

SILVERCREST®
Odvlhčovač vzduchu, 20 l

Lidl.sk



1.179,00€

Americká chladnička
Whirlpool WQ9 E1L

ZlavneneSpotrebice.sk



27,67€

Musetti zrnková káva
Armonico - 1kg

Domkavy.sk



67,98€
~~74,99€~~

Digitálne hodiny s češtinou
LAVVU MODIG, čierne

dizajnove-doplňky.sk



116,49€

Drvič záhr. odpadu Riwall
PRO RES 2545

merkury.market.sk



59,99€
~~132,99€~~



Tefal Tlakový hrniec
Secure Click P25307, 6 l

Lidl.sk



33,72€

Bytová búda pre psa,
RD43171

dizajnove-doplňky.sk



23,99€

Orion Forma na biskupský
chlebíček, 26 x 15 cm

Hausmarket.sk



59,99€

TOPMOVE® Príručný kufor,
čierny, 30/35 l

Lidl.sk



36,90€

Úložný box Keter Broadway
270 l grafit

eshopist.sk

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.

Predávajte alebo nakupujte
na online trhovisku:

www.oplatisa.sk

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 dospeljej dcére som ho síce vyskúšala, ale po niekoľkých dňoch som ho vrátila. Cigaret 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 zlozyk vracia späť. „Na pomoc“ mu príde celý rad výhovoriek a prekážok. Fajčenie cigariet si ospravedlňujeme 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. A 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
- Produkuje 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 škodlív v porovnaní s cigaretami*
- Vytvárajú aerosól
- Nezanechávajú cigaretový zápach na pokožke, vo vlasoch a na oblečení

Bezdymové 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. Bezdymové 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 %.

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 zasa pochádzajú rondely, čo boli kruhové stavby, v ktorých bol posvätný okrskok 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

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 atraktivity 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-



Bylinková záhrada.

zdroj foto Archív mesta Holíč

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 Štibor zo Štiboric. 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

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 takzvej 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 navštevu 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. Viaže sa k menu vynikajúceho stolárskeho majstra Františka Slámu. Ide o centrálny kamenný trojpodlažný podpivničný 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.

Rozhľadňa na Hrebni

Ak si budete chcieť užiť výhľad na mesto, blízke okolie či panorámu Bielych Karpát, zjásť môžete na Rozhľadňu na Hrebni. 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 poskytol
Turisticko - informačné
centrum Holíč

» ren



Rozhľadňa na Hrebni.

zdroj foto Archív mesta Holíč

POKRÝVAČ- TESÁR

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

OKAMŽITÉ
ZAČATIE
PRÁC

-10% Z CENY PRÁCE DO 31.03.2025

ZDARMA
doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

Kontakt: +421 949 623 050

Spoločnosť AVE SK odpadové hospodárstvo s.r.o. prijme

» pracovníkov prevádzky

Náplň práce:

- triedenie odpadu podľa komodít
- čistenie prevádzky
- pomocné práce pri manipulovaní odpadu
- práca v hale aj v exteriéri v rámci prevádzky

Preukaz na VZV výhodou

» vodičov nákladnej dopravy

Požiadavky na vodiča nákladnej dopravy:

- vodičský preukaz C, E, kvalifikačná karta vodiča a psychotesty.

Prevádzka je jednozmenná a pracovná doba je Pondelok - Piatok od 6:00 do 14:30 prevádzka Vrakuňa.

Viac info: +421 908 867 798, záujemci o miesto vodiča: +421 911 478 633

AVE

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 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



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 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. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známk 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.

čujte.sk

Potraviny prospešné
pre náš mozog

www.cujte.sk

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



GS
EUROTHERM
MONT

ZIMNÉ ZÁHRADY
ZASKLENIA BALKÓNOV
A TERÁS • PRÍSTREŠKY
PREKRYTIA BAZÉNOV
HLNÍKOVÉ A NEREZOVÉ
ZÁBRADLIA A BRÁNY

gszasklenie.sk
0800 333 223



ZAMERANIE A
3D VIZUALIZÁCIA
ZDARMA

**ZĽAVY AŽ
DO 50%**



EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANOU TECHNOLÓGIOU

**BOMBA
FASÁDA**

**BEZ
WAPKY**

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

0904 474 597

vykupparozi.eu@gmail.com



**-10%
Z CENY PRÁCE
DO 31.03.2025**

**POKRÝVAČ
TESÁR**

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

- ✓ RENOVÁCIA STRIECH
- ✓ KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH
- ✓ RENOVÁCIA GARÁŽÍ
- ✓ 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 Horáreň**
Oravský Podzámok 396
lokality Hruštín Zábava

Pobytový balíček zahŕňa:

- 5 x ubytovanie v dvojpostelových izbách
- 5 x raňajky formou bufetu + 5 x obed podľa výberu
- 5 x večera podľa výberu z ponuky jedál
- 1 x celodenný zájazd autobusom za krásami Oravy
- 1 x folklórne vystúpenie

Bonus: 1 x káva a zákusok v cukrárni Bublínka v Hruštíne

vstup do herní, parkovanie v areáli, požičanie bicyklov, WIFI

**STÁTNA
DOTÁCIA
100 €**
1 nepracujúci
dôchodca

Voľné 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.

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 galerica.sk

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

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

VOLAJTE: 0909 131 131

Fotovoltaická elektrárň 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 2690€*

JARNÁ AKCIA

Zavolajte do 30.4.2025

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

9ks 5kw Menič

Zaplatíte len 4290€*

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

*Cena vrátane montáže