

DUNAJSKOSTREDSKO



Dunajskostredsko

ŠKRIDEĽA LACNEJŠIE
AKO PLECHKompletné strechy,
rekonštrukcie

tel.: 0905 746 124

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 34 320 domácností

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie **-20%**
- chemická injeckáž **STOP VODA**
100% odstránenie vlhkosti
www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

HĽADÁME OPATROVATEĽKU
do penziónu seniorov OÁZA - Dolný Chotár
0905 822 956

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

IZOLÁCIE PLOCHÝCH STRIECH VYSOKOKVALITNÝMI MATERIÁLMI

Sme na trhu už viac ako 26 rokov...

0911 28 88 68

Allianz Kooperativa COLONNADE UNION
VIENNA INSURANCE GROUP POISTOVŇA

P.L.S. s.r.o. Ing. Peter Leporis
sprostredkovateľ poistenia, úverov a leasingu - člen skupiny respect.

Ponúkame poistenie:
• osôb • majetku • podnikateľov
• cestovné • vozidiel
Vyberte si najvýhodnejšie poistenie

Hlavná 21/1, P.O.Box 181, 929 01 Dunajská Streda
tel./fax: 031/552 47 37, mobil: 0907 742 798, 0905 988 039, 0905 524 737
Hlavná 45, 931 01 Samorín - mobil: 0905 491 878

e-mail: Leporis@nexta.sk

GENERALI UNIQA wustenrot CSOB KOMUNÁLNA POISTOVŇA VIENNA INSURANCE GROUP PREMIUM a iné

Záhrady Zajo

Pravý pomocník

pre váš dom, záhradu,
pozemok a firmu

1. Pravidelné kosenia
2. Strihania živých plotov
3. Úpravy záhrad a pozemkov
4. Tvarovania stromov a kríkov
5. kosenia neudržiavaných plôch
6. Komplexné údržby záhrad a firmem
7. Rozoberanie šôp a menších objektov
8. Odvoz odpadu možný po dohode na mieste
9. Príprava nehnuteľnosti na prenájom a predaj
10. Revitalizácia zanedbaných záhrad a pozemkov
11. Vypratávanie a upratovanie povál, garáží, pivníc atď.
12. Zabezpečenie orezu a výrubu stromov pre bezpečnosť a estetiku Vašich pozemkov

0910 681 892

zahradyzajo@gmail.com



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

Telefonická objednávka trávniku 0905 948 487



Záhradné centrum - 0905 942 740, 0907 729 239



**ŠIROKÝ SORTIMENT
NOVÉHO TOVARU V PREDAJI**

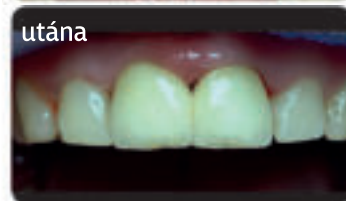
www.arbor.sk

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



Teljeskörű fogászati
szakrendelő
Dr. Deák Henrietta
Egyszerű, gyors,
fájdalommentes

Ingyenes állapotfelmérés



Ha ön is hasonló esztétikai problémákkal küzd,
forduljon hozzánk bizalommal!
„Semmi sem olyan hatalmas, mint a mosoly ereje!”

Cím: 9022 Győr, Bajcsy-Zsilinszky u. 52/A. 1.emelet/6.

(Árkádtól 5 perc sétára)

Tel. szám: +36-30/60-99-252

www.colordent.hu, info@colordent.hu

Bezplatný týždenník

DUNAJSKOSTREDSKO

EV 6237/24

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

Ročník II, rok 2025

Redakcia: Trnavská 11
 903 01 SENEČ
 dunajskostredsko@regionpress.sk

INZERCIA

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

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



Vychádzame
 na recyklovanom
 papieri

DISTRIBÚCIA (34.320 domácností)

páry týždeň:

Samorín, Dunajská Streda, Malé Blahovo, Čičížská Radvaň, Dolný Štál, Gabčíkovo, Jahodná, Malé Dvorníky, Ochrady, Okoč, Opatovský Sokolec, Veľké Dvorníky, Veľký Meder, Vrakúň, Baka, Baloň, Dunajský Klátov, Jurovka, Kostolné Kračany, Kráľovičovo Kračany, Kúttniky, Lúč na Ostrove, Medvedov, Povoda, Topolníky, Trhová Hradská, Trstená na Ostrove

nepáry týždeň:

Báč, Blatná na Ostrove, Čenkovce, Holice, Horný Bar, Štvrtok na Ostrove, Trnávka, Veľká Paka, Zlaté Klasy, Malé Blahovo, Gabčíkovo, Horná Potôň, Kvetoslavov, Lehnicke, Michal na Ostrove, Orechová Potôň, Rohovce, Šamorín, Veľké Blahovo, Veľký Meder, Vydrany, Dunajská Streda

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

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

Západné Slovensko

BV	97240	BRATISLAVSKO východ
BZ	106540	BRATISLAVSKO západ
DS	34.320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34.390	GALANTSKO-ŠALANSKO
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO
LV	30.580	LEVIČKO
MA	29.680	MALACKO
NR	54.170	NITRIANSKO
NZ	35.050	NOVOZÁMOCKO
PK	22.970	PEZINSKO
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35.420	SENECKO
SE	36.750	SENIČKO-SKALICKO
TO	41.930	TOPOĽČIANSKO-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	ZVOLENSKO-DT-KA
ZH	26.880	ZIARSKO-ZC-B5
ZA	50.780	ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

BJ	37.210	BARDEJOVSKE-SK-SP
CE	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	POPRADESKO-KK
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL

BITUFLEX s.r.o. OBNOVA PLECHOVEJ A ETERNITOVEJ STRECHY PRACUJEME VÝHRADNE NA ZÁKLADE ZMLUVY

- odstránenie nečistôt
- penetrácia
- vynikajúca nepriepustnosť vody
- vzhľad škridle
- vysoká životnosť
- ZAMERANIE ZDARMA
- BEZ ZÁLOHY
- prvotriedny materiál
- Index mineral design
- záruka 25 rokov a dlhoročné skúsenosti

Zľava pre seniorov

Oprava komínů GRÁTIS

0950 266 604

ZABEZPEČUJEME REALIZÁCIU ŠKRIDLŮVÝCH STRECH >>> na KLÚČ <<<

www.bituflex.sk
 Bituflexroznava@gmail.com

MUNKAHELYI AJÁNLAT

ALBÁRI RÉSZLEGÜNKRE KERESÜNK EGY MŰSZAKBAN ALKALMAZOTTAKAT A KÖVETKEZŐ BEOSZTÁSOKRA:

Munkás – kocsikisérő (Albár)

Hulladék tároló edények ürtítése és visszahelyezése a meghatározott állomáshelyükre, az előre meghatározott útvonalterveknek megfelelően.

Alap bruttó fizetés 880 Euró ♦ Mozgó díjazás 200 Euró

Munkás – kocsikisérő 300 Euró belépő bónuszt kínálunk!

13. fizetést kínálunk, étkezési utalványokat a törvény által meghatározott érték felett, jutattásokat a Szociális alaptól. A munkaidő 6.00-14.30 között.

Érdeklődés esetén az alábbi telefonszámon lehet kapcsolatba lépni velünk +421 903 576 284.

További információt talál társaságunkról az alábbi címen www.fcc-group.sk

PONUKA PRÁCE

NA NAŠU JEDNOZMENNŮ PREVÁDZKU V DOLNOM BARE PRIJMEME ZAMESTNANCOV DO PRACOVNEHO POMERU NA POZÍCIU:

Robotník – Závozník (Dolný Bar)

Zaistenie vysypania zberných nádob podľa predpísaných trás a ich vrátenie do príslušného zberného stanoviška.

Hrubá mzda: 880 EUR ♦ Variabilná zložka: 200 EUR

Závozníkom ponúkame NÁSTUPNÝ BONUS 300 EUR!

Ponúkame 13. mzdu, stravný lístok nad rámec zákona, príspevok na dochádzanie do práce, príspevky zo Sociálneho fondu. Pracovná doba 6.00 – 14.30 h.

V prípade záujmu nás, prosím, kontaktujte na tel. čísle +421 903 576 284.

Viac informácií o spoločnosti nájdete na www.fcc-group.sk



čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Nakúpte výhodne vo vybraných E-shopoch

decoreum.sk

od 9,10 € od 8,19 €



KOBEREK 4959B
 CHEAP HNĚDÁ

-10%

decoreum.sk

od 18,00 € od 16,20 €



KOBEREK CHEAP
 K857A BEŽOVÝ

-10%

Využite kód:

OPLATISA10

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

Riadková inzercia

1 AUTO-MOTO

2 ELEKTRO, TECHNIKA

3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK

4 DOM A ZÁHRADA

»Kúpim os. auto TATRA, aj diely. 0905 450 533

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) DS (medzera) číslo rubriky (medzera) Text inzerátu.

Príklad:

RP DS 7 Predám hlboký modrý kočík. 0987 654 321

Inzerát bude po skontrolovaní sponplatnený 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 neuverejňujeme. V prípade záujmu o zverejnenie tohto typu inzerátu kontaktujte našich obchodníkov. SMS je možné podať aj v novinách v iných regiónoch. V takom prípade nahradiť písmena „DS“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tlači. (Službu platbarnobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

ŽP EKO BELET

SVIEŽE JARNÉ CENY

ZBAVTE SA SVOJHO ŠROTU V NAŠICH VÝKUPNIACH PO CELOM SLOVENSKU.

DUNAJSKÁ STREDA
0910 384 877



25. - 27. apríla 2025

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

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



1,99 ks

MUŠKÁT VZPRIAMENÝ
(PELARGONIUM ZONALE)

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



2,49 ks

BYLINKY

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



6,49 bal. od

JAHODY STÁLEPLODIACE (FRAGARIA)

V balení 10 ks. OBI č. 1054691

Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

Platí od 17.4. do 1.5.2025 alebo do vypredania zásob.



OBI

DOKÁŽETE ČOKOL'VEK



Aplikácia heyOBI

stiahni, zaregistruj sa a používaj už dnes

Nazbierajme si medvedí cesnak

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

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

Účinky na zdravie

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

Použitie

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

Náš tip: Pesto

Budeme potrebovať:

- medvedí cesnak,

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

Postup:

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

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



zdroj foto Couleur pixabay

» ren

Spoločnosť AVE SK odpadové hospodárstvo s.r.o. prijme na prevádzku v Senci



» Triedič

Mzda: od 4,70 € / hodina

- Triedenie v hale na triediacej linke
- Pomocné práce pri manipulovaní s odpadom
- Práca vhodná aj pre ženy a manželské páry

» Závozník

Mzda: od 5,40 € / hodina

- Manipulácia s nádobami na odpad
- Udržiavanie čistoty a poriadku v priestoroch zberných miest / stojísk
- Manipulácia a obsluha zdvíhacieho mechanizmu na zberovom / smetiarskom vozidle
- Ďalšie práce podľa pokynov nadriadeného

Mzda pri oboch pozíciách je delená na fixnú a variabilnú časť. Motivačný systém odmien, príplatky a nadčasy v súlade so zákonníkom práce.

Pre viac informácií kontaktujte číslo: 0903 705 805, 0915 805 311

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA

PONÚKA NA PREDAJ: (PRI GALANTE)

- 8- 15- 20 TÝŽ. - MLÁDKY RÔZNEJ FARBY
- 1 - 14 DŇOVÉ LANDESKÉ HÚSATÁ
- 1 - 14 DŇOVÉ BROJLEROVÉ KAČICE
- 1 - 14 DŇOVÉ MULARD KAČICE
- 1 - 14 DŇOVÉ MULARD KÁČERE
- 7 TÝŽ. - MORKY BIG

PREDAJ RASTOVEJ A ZNÁŠKOVEJ KŔMNEJ ZMESI
0905 551 499 • 031/781 15 63 • WWW.HYDINARSKAFARMA.SK



Hydinárska farma Topolnica



Hydinárska farma Topolnica



Hydinárska farma Topolnica



Hydinárska farma Topolnica



Hydinárska farma Topolnica



Hydinárska farma Topolnica



Hydinárska farma Topolnica



Hydinárska farma Topolnica



Hydinárska farma Topolnica



Hydinárska farma Topolnica



Hydinárska farma Topolnica



Hydinárska farma Topolnica

ROZVOZ ZABEZPEČÍME

čujte.sk

Čítajte nás:



www.cujte.sk



Po prečítaní noviny odhodte do triedeného odpadu / PAPIER /

Je čas postarať sa o jahodovisko

Pestujeme chutné a šťavnaté jahody

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

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

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

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

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

Výsadba nových sadeníc

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

Pestovanie jahôd v záhrade

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

Pestovanie jahôd na balkóne

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



zdroj foto Kathas-Fotos pixabay

Takto sa to podarí:

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

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

Potom už stačí črepníky umiestniť na snečné miesto a rastliny pravidelne

zalievat tak, aby bola pôda vždy vlhká.

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

Náš tip:

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

» ren

**ZĽAVA
30-50%**

**PREDSEZÓNNY
VÝPREDAJ**

STIHL®

**AJ ZÁRUČNÝ
A POZÁRUČNÝ
SERVIS**

TELERVIS
Gabčíkovo

Splátkový predaj



**0%-NOU
AKONTÁCIOU
bez navýšenia**

Otváracia doba:
pondelok – piatok:
9.00 – 18.00,
sobota: 9.00 – 12.00
tel.: 031/558 46 00

**Novomestská 1
Gabčíkovo**

www.telervisgabcikovo.sk

Recepty plné bylínok

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

Púpavový med

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

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



zdroj foto DagnyWalter pixabay

Žihľavová polievka

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

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

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

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

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

» ren

Prinášame rady odborníkov

Prvá pomoc pri krvácaní

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

Krvácanie vzniká mechanickým alebo chemickým poškodením steny cievy. Rozlišujeme:

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

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

Vonkajšie krvácanie

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

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



Prvá pomoc.

zdroj foto SČK

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

Cudzí predmet v rane

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

Po ošetrení krvácania čo najskôr začneme s protišokovými opatreniami:

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

Dôležité je neustále sledovať životné funkcie a celkový stav postihnutého.



Lekárnička.

zdroj foto Hans pixabay

Pre lepšie zapamätanie postupu nám môže pomôcť:

„Pravidlo 5Z“

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

Vnútorné krvácanie

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

Krvácanie v oblasti hlavy

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

Krvácanie v oblasti hrudníka

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

Krvácanie do brušnej dutiny

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

Informácie poskytol Slovenský Červený kríž (SČK)

» ren

OČNÁ OPTIKA

doctor  optic**DO 25.4.****NAKUPUJTE
BEZ DPH****KORZO
BÉLU BARTÓKA 30
DUNAJSKÁ STREDA****KOMPLETNÁ ZÁKAZKA
BEZ DPH IBA U NÁS**

ZĽAVA VO VÝŠKE DPH PLATÍ V SIETI OČNEJ OPTIKY DOCTOR OPTIC NA SLOVENSKU NA KOMPLETNÚ ZÁKAZKU V TERMÍNE 16.-23. 4. A NEVZŤAHUJE SA NA AKCIOVÉ PRODUKTY ANI SA NEKOMBINUJE S INÝMI ZĽAVAMI.



f OPTIKADROPTIK @ DR.OPTIK_SK ☎ 0947 955 055

www.droptic.sk

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 nechtov.

Hovädzí kolagén tvoria 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



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 známkov 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.**

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

	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

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

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

Zavolajte zadarmo
0800 162 162

www.stannah.sk



Služby
Špičkovej
Kvality

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

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

výkup **hodiniek**
výkup **nožíkov**
poľovnícke trofeje a celé zbierky

0940 723 073
trofejeeu@gmail.com

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

ECO Energy www.ecoenergy.sk
Info@ecoenergy.sk

VOLAJTE: 0909 131 131

Fotovoltaická elektráreň 3,18 kW

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

Záruka 25 ROKOV

Zaplatíte len **2690€***

JARNÁ AKCIA

Zavolajte do 30.4.2025

Objednajte fotovoltaickú elektráreň 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

Zaplatíte len **4290€***

Záručný servis zabezpečuje výrobca