

L'UBOVNIANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 12 940 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

VÝKUP STARŠÍCH VOZIDIEL

STAČÍ ZAVOLAŤ PRÍDEME KEDYKOLIEK
ODŤAHOVÁ SLUŽBA

FORMALITY VYBAVÍME ZA VÁS

PENIAZE V HOTOVOSTI IHNEĎ

sídlo Sabinov: 0917 722 447
kalejatransport@gmail.com

DACHMANN
www.dachmann.sk

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

DREVENÉ A HLINÍKOVÉ OKNÁ

SERVIS A OPRAVA OKIEN

EXTERIÉROVÉ ŽALÚZIE, ROLETY
PREDAJ PARAPETNÝCH DOSIEK
ZASKLIEVANIE BALKÓNOV
SIETE PROTI HMYZU, ŽALÚZIE
GARÁŽOVÉ BRÁNY

Levočská 2, 080 01 Prešov, maxidachmann@gmail.com
051/7718 607, 0903 634 202, 0944 047 008

PROFI STRECHA
RÝCHLO A KVALITNE

- NÁTERY STRIECH
- NÁTERY VO VÝŠKACH
- NÁTERY KOSTOLOV
- OPRAVA A MUROVANIE KOMÍNOV

0940 366 431
FARBY KTORÉ ŽIJÚ
ZA VÝHODNÚ CENU

ČISTENIE HROBOV

- Čistenie hrobov • Obnova písma
- Dosekávajúce písma

AKCIA

JEDNOHROB 90€ **80€**DVOJHROB 140€ **120€**

Obnova písma 2,00€ 1,50€/ZNAK

Impregnácia a doprava ZDARMA

0911 996 087 0949 651 250
www.cistenie-hrobov.sk

Novootvorená
Pedikúra
Edita Hutníková

Nám sv. Mikuláša 1733/24A
Stará Ľubovňa (Alžbetin dom)

Objednajte sa už dnes
a využijte úvodné ceny!

0907 955 282

INZERUJTE U NÁS

0907 877 862
lubovniansko@regionpress.sk

- najčítanejšie regionálne noviny
- najväčšia distribúcia
- vydávané každý týždeň
- grafika v cene inzerátu

www.regionpress.sk

f lubovniansko

PREDAJ A SERVIS PC-Kristián KALETA

EL-COMP, Mierová 14, SL (za večierkou) | NAJCOMP, Nám. sv. Mikuláša 26 (pri VÚB)

0905 464 632, info@lubovnan.sk | 0948 823 624, info@najcomp.sk

otvorené: PON - PIA 10.00 - 17.00 h | otvorené: PON - PIA 09.00 - 17.00 h

ZNAČKOVÉ PC
NOTEBOOKY
MONITORY, TABLETY

KOPIROVANIE
LAMINOVANIE
TLAČ - FOTOGRAFIE, OZNÁMENIA
Prerobenie VHS → DVD

www.slprofi.eu TONERY a CARTRIDGE pre všetky typy tlačiarň

BRAJAS GROUP

ZATEPLOVANIE
Sadrokartónové práce
Kuchynské stropy
Muriárske práce
Základové dlatky

+421 901 199 301
+421 902 309 173
zateplovanie@dom@gmail.com

KASA ZÁLOŽNÁ A.S.

ZÁLOŽŇA
PREDAJ ŠPERKOV A ELEKTRONIKY

NOVÁ PREVÁDZKA
JAKUBIANSKA ZASTÁVKA

OD ROZVOJ
Po - Pia 8:00 - 12:00
12:30 - 16:00
Sobota: zatvorené

JAKUBIANSKA ZASTÁVKA
Po - Pia 8:00 - 12:30
13:00 - 16:00
Sobota: zatvorené
www.kasa.sk

PENIAZE PRE VÁS

okná • dvere
parapety • žalúzie
klampiarske výrobky

DULEXIM

najlepšie ceny v okrese SL

podlahové kúrenie
vykurovacie káble
vykurovacie rohože
termostaty

Garbiarska 19/82,
064 01 Stará Ľubovňa
www.dulexim.sk,
e-mail: info@dulexim.sk
tel.: 052 43 214 59
tel./fax: 052 43 214 92

0905 507 735

PRENÁJOM VÝKONNÉHO PROFI TEPOVAČA KÄRCHER PUZZI 10/1

0948 823 624
0905 464 632
www.sl-rent.eu
Nám sv. Mikuláša 26 (pri VÚB)

Vhodný na tepovanie
sedačiek, koberec,
matracov atď.

PRENÁJOM STENOVÉHO A STROPNÉHO DEBNENIA

STARÁ ĽUBOVŇA

0910 863 603 0905 464 632

Bezplatný týždenník

LUBOVNIANSKO

EV 6208/24

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

Ročník II, rok 2025

Redakcia: Bajkalská 3852/20
POPRAD
lubovniansko@regionpress.sk

INZERCIA

Alena Berithová 0907 877 862

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

Vychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (12.940 domácností)

Každý týždeň:
Stará Ľubovňa, Čirč, Forbasy, Hniezdné,
Hromoš, Chmelnica, Jakubany, Ka-
mienka, Kolačkov, Kyjov, Ľubotín, Nižné
Ružbachy, Nová Ľubovňa, Orlov, Plaveč,
Plavnica, Podolíneč, Šambor, Šarišské
Jastrabie, Údol, Veľký Lipník, Vyšné
Ružbachy

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 97240 Bratislavsko Východ
BZ 106540 Bratislavsko Západ
DS 34320 Dunajskostredsko
GA 34390 Galantsko+Šaliansko
HC 30330 Hlohovecko+Sereďsko
KM 16450 Komárňansko
LV 30580 Levice
MA 29680 Malacko
NR 54170 Nitriansko
NZ 35050 Novozámocko
PK 22970 Pezinskó
PN 41870 Piešťanskó+NM+MY
SC 35420 Senecsko
SE 36750 Senicko+Skalitéo
TO 41930 Topoľčiansko+PE+BN
TN 59870 Trenčiansko+DCA+IL
TT 49930 Trnavsko
ZM 20930 Zlatomoravsko

Stredné Slovensko

BB 56200 Banskobystricko+BR
KY 29300 Kysucko=CA+KM
LI 37270 Liptovsko=LM+RK
LC 30860 Lučenecko+VK+PT
MT 38570 Martinisko+TR
OR 34980 Oravsko=DK+NO+TS
PB 33590 Považsko=PB+PU
PD 40150 Prievidsko
ZV 38400 Zvolensko+DT+KA
ZH 26880 Žiarsko+ZC+BS
ZA 50780 Žilinskó+BY

Východné Slovensko

BJ 37210 Bardejovsko+SK+SP
GE 30830 Gemersko=RV+RS+RA
HU 27190 Humensko=VT+SV+ML
KE 92130 Košicko
KS 24900 Košicko okolie
SL 12940 Ľubovniansko
MI 31260 Michalovsko+TV+SO
PP 41520 Popradsko+KK
PD 49940 Prešovsko+SB
SN 32540 Spišsko+LE+GL

KAMENÁRSTVO
LIMEX

- POMNÍKY
- PANELOVÉ HROBKY
- KUCHYNSKÉ DOSKY

DOPISOVANIE
DÁTUMOV

0948 230 630

Stará Ľubovňa

Lipany

www.limex.sk

KAP

0910 105 396
0911 933 817

www.kap-bj.sk kap.zamkovadiarba@gmail.com

- POKLÁDKA ZÁMKOVEJ DLAŽBY
- OPORNÉ MÚRY, PLOTY
- KAMENNÝ KOBEREC
- POKLÁDKA PRÍRODNÉHO KAMEŇA
- STAVEBNÉ PRÁCE

VYPRACOVANIE CENOVEJ PONUKY ZDARMA

BEZPEČNOSTNÉ DVERE

Naše OCEĽOVÉ DVERE so ZÁRUBŇOU, CHRÁNIA-ZATEPLIA-ODHLUČNIA Váš domov

DUB MATNÝ

DUB ŠEDÝ

ORECH MATNÝ

DUB VZOR

ANTRACIT

BIELE VZOR

AKCIA 460 €
kovanie ZDARMA
zameranie ZDARMA
v ponuke aj
INTERIÉROVÉ
DVERE

v ponuke aj hladké dvere a odtieň Wenge

odborná montáž s licenciou
technickej služby od polície SR

www.ocelovedvere.sk
ocelovedvere@ocelovedvere.sk

0905 468 802 KEŽMAROK, Hlavné námestie 78

Otvorené:
Po-Pia: 9⁰⁰-17⁰⁰

Nátery stiech

Opravy komínov

0940 823 590

NÁTERY STRIECH
OPRAVA KOMÍNOV

NOVÁ STRECHA.

Za rozumnú cenu

0908 152 485

MALIARSTVO

- Nátery stiech
- Nátery kostolov
- Nátery vo výškach
- Oprava komínov
- Maľovanie fasád

0940 167 755

ŠUMNÁ STRECHA

- nátery stiech
- nátery kostolov
- oprava komínov

MICHAL

0908 337 893

S

U

D

O

K

U

2 1 9

3 9 6 7 5

8 2 7 5 3

5 3 8 6

2 3 1

9 1 6 8

1

5

KRÉMOVÁ INJEKTÁŽ

PRE TRVALÉ ODVLHČENIE MURIVA

- Zabraňuje vzlianjúcej vlhkosti bez potreby podrezávania muriva www.nanoera.sk
- Poradenstvo a realizácie v oblasti sanácie a muriva kontaktujte 0911 641 758
- Nájdete u nás všetko potrebné na injektáž svojpomocne + návod
- Alebo zrealizujeme u vás doma kompletnú službu injektáže muriva
- Odstránenie plesní bezpečne bez zápachu
- BIONI systém na dlhodobú prevenciu proti plesni www.protiplesniam.sk

doručenie do 3 dní alebo osobný odber v Bardejove

Info@nanoera.sk NANOERA, s.r.o.

www.regionpress.sk

REGION PRESS

NÁTERY SK

- NÁTERY STRIECH
- OPRAVA KOMÍNOV
- DLHÁ ŽIVOTNOSŤ FARIEB
- ZA VÝHODNÉ CENY

0940 151 498

DOBRA-STRECHA

- NÁTERY STRIECH
- NÁTERY VO VÝŠKACH
- NÁTERY KOSTOLOV
- OPRAVA A MUROVANIE KOMÍNOV
- VÝMENA STRIECH

0940 973 777

FARBA KTORÁ VYDRŽÍ
ZA PRIATEĽNÚ CENU



ZÍSKAJ HODNOTU
MASLA ZADARMO

2.29 • (1 kg = 3.33)

**CENOVÝ
HIT**

3.99 • (1 kg = 4.34)

83%
PODIUM
MASA

**CENOVÝ
HIT**

4.99
• (1) = 0.63

**CENOVÝ
HIT**

4.69

1 kg iba
0.47

XXL
10 kg



Lidl
STANOK
KEROVŮ

**49%
ZĽAVA**

XXL
500 g

~~7.48~~
3.79
• 33kg = 74lb

Čučoriedky
500 g balenie



**32%
ZĽAVA**



~~3.19~~
2.15

Kuracie štvrte XXL
cena za 1 kg



xxxL, xxxL, xxxL, xxxL, xxxL, xxxL, xxxL, xxxL, xxxL, xxxL, xxxL, xxxL, xxxL, xxxL

PONDELKOVÁ PONUKA SPOTŘEBNÉHO TOVARU

ŠTVRTKOVÁ PONUKA SPOTREBNÉHO TOVARU

**OD PONDELKA
12. MÁJA**

L'ANOVÁ MÓDA

8.99

**Dámke/pánske
nohavice s ľanom**
rôzne druhy



OD ŠTVRTKA
15. MÁJA

DIEL'NA
/// PARKSIDE™

29.99

Chvostová pila
na dřevo, plast, kov
a lehčí stavební materiály



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

SL25-19 strana

3

Chystajú systém individuálnych vzdelávacích účtov

Ministerstvo školstva pokračuje v príprave nového systému vzdelávania dospelých. „Od januára 2026 začne fungovať unikátne riešenie – individuálne vzdelávacie účty, ktoré ľuďom na Slovensku umožnia získať nové vedomosti a zručnosti prakticky, jednoducho a na jednom mieste,“ informoval v uplynulých dňoch rezort školstva.

Týmto riešením sa podľa neho Slovensko stane jednou z prvých krajín EÚ s prehľadným a funkčným systémom vzdelávania dospelých. „Úlohou štátu je pomáhať nielen deťom, ale aj dospelým, ktorí čelia novým výzvam v práci aj v každodennom živote. Nový systém, ktorý spúšťame, vytvára podmienky na jednoduché a dostupné vzdelávanie pre všetkých,“ zdôraznil minister školstva Tomáš Drucker.

Vzniká verejný register - Ako ďalej uviedol rezort školstva, začala sa certifikácia vzdelávacích inštitúcií a vzniká verejný register overených poskytovateľov, ktorým môžu ľudia dôverovať. V systéme sú aktuálne zaregistrované vyše tri stovky vzdelávacích inštitúcií. Súčasne sa buduje prehľadný katalóg akreditovaných kurzov a vzdelávacích programov na online platforme isvd.iedu.sk, ktorá sa bude do konca roka priebežne naplňať. „Každý občan od 16 rokov sa tu bude môcť od januára 2026 zaregistrovať a vybrať si z ponuky vzdelávací kurz podľa svojich

potrieb. V úvode podporíme ľubovoľné vzdelávanie prvých 5-tisíc záujemcov, ktorí môžu využiť príspevok na individuálny vzdelávací účet vo výške 200 eur prostredníctvom zdrojov z Európskeho sociálneho fondu. Celkovo je na dotácie vzdelávacích účtov rozpočtovaných 10,4 mil. eur na obdobie troch rokov. Priblížilo ministerstvo školstva a doplnilo, že súčasťou reformy sú aj ďalšie nástroje, ktoré podporia ľudí, aby sa mohli vzdelávať podľa svojich možností a aktuálnej životnej situácie. Zavádzajú sa mikrosvedčenia, ktoré umožnia získať oficiálny doklad už po 25 hodinách vzdelávania – bez potreby absolvovať celé štúdium či zložiť skúšky. Spúšťa sa tiež systém uznávania vzdelávacích výstupov, ktorý zohľadní aj skúsenosti získané prácou – napríklad pre ľudí, ktorí roky pracovali v remese, ale nemajú o tom formálny doklad. Zároveň vznikajú tréningové centrá pri stredných odborných školách, ktoré pomôžu najmä tým, ktorí sa chcú rýchlo naučiť praktické zručnosti, a zavádzajú sa majstrovské skúšky, ktoré týmito zručnosťami dávajú oficiálnu váhu. Do nového systému sa zapájajú aj stredné a vysoké školy – na dobrovoľnej a partnerskej báze. Ministerstvo zároveň stavia systém na spolupráci s odbornými inštitúciami, zamestnávateľmi aj občanmi. „Naším cieľom je vytvoriť systém, ktorý bude prehľadný, dôveryhodný a praktický. Nie ďalší byrokratický labyrint, kde si každý človek môže vybrať to, čo naozaj potrebuje,“ dodal minister T. Drucker.

» **ren**

Viete, ako ste na tom so zdravím?

Ak vás zaujíma, ako ste na tom so svojim zdravím, využiť môžete napríklad bezplatné konzultácie a vyšetrenia v rámci poradní zdravia na regionálnych úradoch verejného zdravotníctva.

„Odborné konzultácie a vyšetrenia ponúkajú naši odborní pracovníci v poradniach zdravia počas celého roka. V bezplatných poradenských centrách je vitaný každý záujemca, ktorý by sa rád dozvedel viac o svojom zdraví,“ informoval Úrad verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR). Pomocou poradenských centier ochrany a podpory zdravia na regionálnych úradoch verejného zdravotníctva sa snažia zvyšovať záujem obyvateľov o ich vlastné zdravie. „Naši odborníci pomáhajú ľuďom rozpoznávať zdravotné riziká a vlastnými silami predchádzať vzniku chronických neinfekčných chorôb.“ dodal ÚVZ SR.

Poradne zdravia sa zameriavajú najmä na prevenciu:

- srdcovo-cievnych ochorení (vysoký krvný tlak, srdcová či mozgová príhoda),
- ochorení látkovej premeny (obezita, cukrovka, poruchy metabolizmu tukov),
- nádorových ochorení.

Činnosť týchto poradenských centier nie je súčasťou poskytovania zdravotnej starostlivosti, avšak služby poskytované klientovi sú bezplatné.

Zameranie poradenstva

„Poradenstvo so zameraním na prevenciu je dostupné pre osoby staršie ako 18 rokov. Vychádza z vyšetrenia hlavných rizikových faktorov, ktoré súvisia so spôsobom života a následného stanovenia osobného rizikového skóre,“ uviedol ÚVZ SR a dodal, že základom účinného predchádzania chronickým neinfekčným takzvaným civilizačným chorobám je vylúčenie zdravotných rizík, ako sú:

- nesprávna výživa,
- prejedanie sa,
- nedostatočná fyzická aktivita,
- fajčenie tabaku,
- nadmerné užívanie alkoholu,
- nesprávne užívanie liečiv
a užívanie nelegálnych drog.

Dohodnite si termíny návštěv

Podrobnejšie informácie o poradniach zdravia a kontakty, prostredníctvom ktorých si môžete dohodnúť termín na najbližšom regionálnom úrade verejného zdravotníctva, nájdete tu: <https://www.uvzs.sk/web/uvz/kontakty-na-poradne-zdravia>

» ren

OUTLANDER PHEV

ŽITE NAPLNO!







SYSTÉMOVÝ VÝKON
125 kW (170 kN)



NÁJHYSPĚLEJŠÍ POKON
VŠETKÝCH KLAS S-AWC



UNIKÁTNÍ POKON PHEV
S EV DOJAZDEM AŽ 113 KM



JAPONSKÝ ATMOSFÉRIČKÝ
MOTOR 2.4 LITRA

AŽ 8 ROKŮ bez daní
ZÁRUKA

ALZ, s. r. o., Východná 19C, 080 01 Prešov

www.alz.mitsubishi-motors.sk

komerčná spoločnosť s r. o. IČO: 47891, zriaďená v SR, sídlo spoločnosti: Východná 19C, 080 01 Prešov, Slovensko. Základný kapitál: 100 000 EUR. Základná kapitál: 100 000 EUR. Základný kapitál: 100 000 EUR.



Želáte si **nakupovať ostošesť?** Raifkujte.



K novému Parádnemu účtu získajte až 106 €.
Platíte za nákupy kartou a my vás odmeníme.

Viac informácií o účte a podmienkach akcie získate v pobočke banky
alebo na www.raiffeisen.sk/paradnyucet.

Infolinka: 0850 850 555 | www.raiffeisen.sk

Raiffeisen banka: Tatra banka, a.s., organizačná zložka podniku – Raiffeisen banka.



Meniny
oslavujú



Máj

9. Roland

10. Viktória

11. Blažena

12. Pankrác

13. Servác

14. Bonifác

15. Žofia,
Sofia

16. Svetozár

17. Gizela

18. Viola

19. Gertrúda

SmartLab - zážitkové laboratória vedy a techniky

Verejné knižnice sa aktívne zapoja do popularizácie vedy, techniky, inovácií a výskumu. Inteligentné laboratória – SmartLab v slovenských knižniciach budete môcť navštíviť už v máji.

Predstavte si miesto, v ktorom okrem obľúbených kníh a rôznych voľnočasových aktivít, nájdete priestor pre kreativitu a seberealizáciu. Môžete si tu vytlačiť obľúbenú postavičku na 3D tlačiarňu, naučiť sa programovať robota, pracovať s drevom či vzdávať sa v oblasti umelej inteligencie. Pre predstavu nemusíte chodiť ďaleko, stačí do najbližšej obľúbenej verejnej knižnice, kde sa tradičné stretáva s moderným.

Od hravých robotov po vlastné projekty - SmartLab alebo inteligentné laboratórium, makerspace či kreatívna dielňa. To sú názvy pre priestor, v ktorom sa poskytujú nové služby digitálnych technológií výroby, podporuje kreativita a rozvíjajú tradičné i digitálne zručnosti. Žiaci si môžu v knižnici vyskúšať hravé roboty a mikropočítače, ktoré vzbudzujú záujem o programovanie, robotiku či umelú inteligenciu. Tí najmenší sa oboznámia s programovaním pomocou kreslenia farebných dráh, staršie deti si vyskúšajú blokové programovanie a pokročilí môžu skúsiť programovanie v jazyku Python a dokonca sa zúčastniť robotických súťaží. „Na podporu kreativity, prototypovania a tvor-

by vlastných projektov sú v SmartLabe k dispozícii rôzne výrobné technológie, ako 3D tlač, sublimačná tlačiareň, termolis, rezací ploter a pyrografické stanice. Nájdete sa tu priestor pre každého – od začínajúcich dizajnérov a umelcov až po nadšencov technológií“, dopĺňa Dávid Baranko, projektový manažér a koordinátor konzorcia Knižnice pre Slovensko.

Prepojenie s knihami - Jedinečné priestory, v ktorých sa spája kreativita a technológie, otvorí väčšina verejných knižníc v regiónoch a hlavnom meste Slovenska v máji. Prvé slávnostné otvorenie SmartLabu pripravila Zemplínska knižnica v Trebišove už začiatkom marca, ďalšie sa postupne pripájajú. V máji 2025 už bude všetkých 50 knižníc pripravených, aby mohli začať realizovať prvé podujatia a poskytovať služby používateľom. „Inteligentné laboratória sú jedinečnou príležitosťou nielen pre popularizáciu vedy a výskumu u detí a mládeže po celom Slovensku, ale aj na rozvoj a podporu samotných knižníc. Mnohé aktivity v SmartLabe budú prepojené s knihami, čítaním a inými knižničnými službami, čím podporíme aj tradičnú úlohu knižníc. Veríme, že vďaka tejto synergii sa stanú knižnice nezastupiteľným partnerom spoločnosti v digitálnej ére,“ vysvetľuje Róbert Gálik, riaditeľ Centra vedecko-technických informácií SR.

» ren

Za ružami, kaštieľom i mauzóleom

Dolná Krupá je vďaka sídlu Brunsvikovcov klenotom vidieckej klasicistickej architektúry na Slovensku. Kaštieľ, ktorý prešiel rozsiahlou rekonštrukciou, však nie je jediným lákadlom obce ležiacej neďaleko Trnavy. Cestu za krásami Dolnej Krupy turistom uľahčí kyvadlový autobus Krupanská fčela.

Krajská organizácia cestovného ruchu (KOCR) Trnavský kraj a Oblastná organizácia cestovného ruchu Trnava Tourism motivujú návštevníkov jednej z najobľúbenejších lokalít, aby nechali svoje autá doma a využili ekologickejšie formy dopravy. Na Železničnej stanici Trnava môžu z vlaku rovno presadnúť do autobusu, ktorý ich tam bude čakať počas májových a júnových víkendov. Odchod je o 10.00 h a 14.00 h. Cestujúci sa Krupanskou fčelou odvezú bezplatne, kapacita autobusu je 49 miest. Z Dolnej Krupy späť do Trnavy bude autobus odchádzať vždy o 13.30 h a 17.30 h. Jedna cesta trvá približne 30 minút.

Obec preslávil Ludwig van Beethoven „Prednosťou Trnavy je skvelé železničné spojenie s Bratislavou, Záhorím aj Považím. Využívame tento potenciál a turistov z blízokých i vzdialenejších regiónov Slovenska pozývame objaviť obec, ktorú preslávil Ludwig van Beethoven, ale oplatí sa ju navštíviť aj vďaka tradícii pestovania ruží, svetovo uznávanej medovine a kaštieľu, ktorý patril k najkrajším v Rakúsko-Uhorsku,“ hovorí Agáta Míkulová, výkonná riaditeľka

KOCR Trnavský kraj a dodáva, že okrem sídla šľachtického rodu Brunsvikovcov, ktoré prešlo rozsiahlou rekonštrukciou, je jedným z lákadiel Dolnej Krupy aj Mauzóleum Chotekovcov. Vzácná neorenesančná stavba je vďaka obci Dolná Krupá turistom opäť prístupná.

Vo vybraných termínoch so sprievodcom „Krupanskú fčelu môžu turisti využiť aj pri objavovaní siedmich divov Dolnej Krupy. Na jednu májovú a dve júnové soboty sme pre nich pripravili komentované prehliadky, na ktorých im náš sprievodca predstaví kaštieľ, anglický park, rozárium, kostol aj mauzóleum,“ dodáva Alexander Prostinák, výkonný riaditeľ OOCR Trnava Tourism. Prehliadky so sprievodcom sa budú konať 24. mája, 7. a 14. júna 2025.

Ďalší kyvadlový autobus bude premávať medzi Železničnou stanicou Smolenice a lokalitami, ktoré turisti v tejto obci najčastejšie navštevujú. Smolenická fčela ich odvezie počas všetkých víkendov v júni, júli a v auguste.



Kaštieľ Dolná Krupá. zdroj foto KOCR Trnavský kraj

» ren

Čistenie hrobov

dosekávanie písma od 99€

AKCIA

pred po

Používame materiál nemeckej kvality

impregnácia a doprava zdarma

0902 509 700

Výmena krycích dosiek, pomníky s nápismi, náhrobné fotky, tabuľky s menami

www.cisteniehrobovsaris.sk

20. mája 1990

Výročia a udalosti

Hubblov vesmírny ďalekohľad poslal na Zem prvé snímky

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

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

Čujte.sk

Otvárajú Ekovýchovný program Bocian

www.cujte.sk

Chcete si
podať riadkový
inzerát?

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

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

Inzerát bude po skontrolovaní spo-
platený spätnou SMS, ktorú Vám
vyšle pošle Váš mobilný operátor.

Cena spätnej SMS (vrátane DPH):

• Text do 50 znakov

1€

• Text 51 až 100 znakov

2€

• Text 101 až 150 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 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 prípa-
de nahraďte písmena „SL“ v texte
Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete
v tlači.
(Službu platbarnobilom.sk
technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

Prelomový objav slovenskej urológičky a naturopatky v boji proti inkontinencii moču

Bylinné tablety prof. Novákovej odstraňujú

problém S INKONTINENCIOU MOČU a intímnymi infekciami za 7 dní.

„Ludová medicína porazila konvenčnú medicínu!“ – povedalo vyše 5000 žien, ktoré už vyskúšali účinky bylinných tabliet prof. Novákovej.

Na túto tému sa vyjadrila prof. Eva Nováková, urológička a naturopatka

„Som urológička, ale aj naturopatka, teda špecialistka na prírodnú medicínu. Toto si prosím zapamätajte. Teraz je to pre mňa rovnako dôležité! Vyrastala som blízko hraníc. Babička bola bylinkárka. Od malička poznám bylinky a na čo sa používajú. Potom som išla na lekársku fakultu a špecializovala som sa na urológiu. Dlhé roky som si myslela, že konvenčná medicína je vo všetkom nadradená ľudovej. **Teraz už viem, že nie vždy a nie na všetky choroby.** Bol začiatok roka 2020. Pamätám si, pretože vtedy začala epidémia koronavírusu.

Mala som už po 50-ke, keď som paradoxne začala mať problémy s únikom moču. Píšem „ironicky“, lebo sa to stalo urológovi. Veľa žien za mnou prišlo s týmto problémom. Veľakrát som počula, že to, čo som im predpísala, nepomáhala a potom som bezradne rozhodla rukami. **Priznám sa – až keď sa mi to stalo, som pochopila, aký je to veľký problém.**

Inkontinencia moču mi zničila život

Nemusela som ani nič zdvíhať, kašľať či smiať sa. **Len tak sa stalo.** Otestovala som všetky dostupné prípravky a precvičila si Keglove svaly. Možno to niektorým ženám pomôže. Mne nie. Ja a mnoho žien, ktorým som predtým nevedela pomôcť.

Spomenula som si, že pred mnohými rokmi som súbežne so štúdiom medicíny absolvovala mnohé kurzy bylinkárstva a naturopatie. Toto ma ako mladé dievča zaujímalo. Hlavne vďaka mojej starej mame, ktorá bola v okolí známou bylinkárkou.

Koncom roka 2021, keď som sa konečne zmierila s tým, že **konvenčná medicína mi nepomôže**, začala som čítať

o tom, čo môže bylinková medicína ponúknuť ženám, ktoré trpia rovnakým problémom ako ja.

Musela som si obnoviť vedomosti, na ktoré som dlhé roky zabudla. Spomenula som si, že moja stará mama používala istú bylinkovú zmes na tzv. „ženské záležitosti“. Chodilo k nej veľa žien a ja som ako dieťa ani nevedela, o čom sú ženské problémy. Babička už nežije, mama si našťastie tento recept zapamätala. Od nej som sa dozvedela, že babička dávala ženám piť bylinky, z ktorých pripravovali horké odvary. Tieto bylinky im zregenerovali močový mechúr a reprodukčné orgány zvnútra a problém s inkontinenciou moču prestal existovať.

Tieto bylinky pomohli:

❖ pri inkontinencii moču ❖ infekciách, vrátane plesňových ❖ regenerácii reprodukčných orgánov, a to aj počas menopauzy alebo po pôrode.

Horúce nálevy ženy pili večer, pred spaním, regenerácia potom nastala rýchlejšie a efektívnejšie.

Na prípravu nálevu bolo potrebných **14 bylín**. Zbierané v konkrétnom ročnom období a dni. Babičkina bylinková zmes bola pripravená v správnom pomere.

Nazbierala som tieto bylinky. Pomáhali mi ženy z dediny. Všetky dlhodobo užívali horúce nálevy a preto **ne mali žiadne z týchto „ženských problémov“.**

Horúce nálevy som najskôr skúšala na sebe. Už po 2 dňoch ich používania som si všimla, že toaletu používam menej často. Tieto prestávky medzi jedným a druhým použitím sa neustále predlžovali. **Pila som horúce nálevy 7 dní.** Po tomto čase som sa rozhodla skontrolovať ich účinok. Bol len jeden záver:

Môj problém s inkontinenciou moču jednoducho zmizol! Bol som šťastná, ale môj druhý záver ma šokoval ešte viac:

Ludová medicína porazila konvenčnú medicínu!

Aspoň v prípade tohto stavu. Horúcu zmes som odniesla do laboratória na univerzite, kde pracujem.

„Konečne tým netrám!“

„Odkedy si pamätám, pravidelne som mala rôzne intímne infekcie. Ani neviem odkiaľ. Keď mi gynekológ predpísal následné neúčinné prípravky, povedal, že „taký je môj osud“. Tieto bylinné tablety sú úžasné! Brala som ich 7 dní asi pred rokom a svinstvo sa nevrátilo! Odporúčam to každému!“ **Emília F. (41 rokov), Košice**

„Už žiadne úniky moču“

„Rodila som štyrikrát a problém s inkontinenciou moču začal tesne po 40-ke. Toto je naozaj nočná mora! Ľudia nemajú pokoj, či už v práci alebo doma. Všetky tie vložky a plienkové nohavičky nie vždy držia na svojom mieste, a tak som veľakrát zakrývala škvrnu v práci a rozmýšľala, či niečo necítiť... Len tieto bylinkové tablety vyriešili problém raz a navždy!“ **Sandra L. (53 rokov), Bratislava**

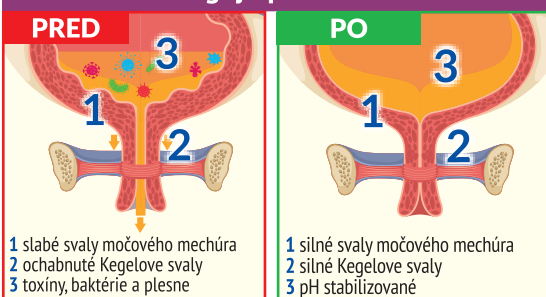
„Ďakujem, prof. Nováková!“

„S inkontinenciou moču som bojovala viac ako 20 rokov a absolútne nič mi nepomohlo. Len tieto tabletky. Nikdy som nemala rád pitie bylín a takáto tableta sa ľahko prehltnie a problém je vyriešený! A tieto tabletky pomohli mojej dcére s bolestivou menštruáciou. Ďakujem profesorke Eve Novákovej, mojej menovkyni!“ **Eva C. (65 rokov), Trnava**

„ŽENSKÉ PROBLÉMY“, KTORÉ ZA 7 DNÍ ODSTRÁNIA bylinné tablety od prof. Novákovej:

- ✓ INKONTINENCIU MOČU
- ✓ INFEKcie, VRÁTANE PLESŇOVÝCH
- ✓ BOLESTIVÚ MENŠTRUÁCIU
- ✓ CYSTITÍDU
- ✓ NEPOHODLIE PO PÔRODE, tiež po epiziotómii

Ako funguje prírodná kúra?



Prvých 100 ľudí, ktorí zavolajú do 16.05.2025 r., má nárok na špeciálnu 100% zľavu. Následne dostanete jedno balenie bylinného prípravku prof. Novákovej, na odstránenie problému s inkontinenciou moču za 7 dní a intímne infekcie, **ZDARMA!**

BOJUJTE S INKONTINENCIOU MOČU

Bylinná kúra prof. Novákovej (vo forme tabliet) je dostupná len telefonicky.



057/321 79 05

Pon-Pia: 8:00-20:00, So-Ne: 9:00-18:00 (Normálny miestny hovor bez príplatku)

Objav prof. Novákovej vstupuje na trh

Bylinný prípravok prof. Novákovej (zmes 14 bylín vo forme tabliet) je zatiaľ dostupný len telefonicky. Vďaka špeciálnej refundácii môže 100 ľudí získať jeden balíček ZADARMO! Počet bezplatných balíčkov je obmedzený – rozhoduje poradie volajúcich.

Zavolajte BALÍČKY ZDARMA čakajú!

BYLINKY z ekologických oblastí!

Trstínska kalvária je súčasťou pamiatkového fondu SR Kalváriu vysvätili v roku 1923

Kúsok za obcou Trstín ukrývajú vysoké košaté stromy krásne a historicky vzácne miesto. Je ním pútnické miesto Trstín Hájiček s Kostolom Sedembolestnej Panny Márie, kam sa každoročne vydávajú stovky veriacich z blízka i ďaleka, aby si pri príležitosti Nanebovzatia Panny Márie uctili Bohorodičku. Pred vežou kostolíka vás privíta drevená zvonica s dvoma zvonmi. V areáli môžete obdivovať Krížovú cestu. Kalvária sa v minulom roku stala súčasťou pamiatkového fondu SR.

Trstínska kalvária je jednou z mála medzivojnových kalvárií na Slovensku. Vybudovaná bola na zalesnenom návrší severovýchodne od obce Trstín na úpätí Malých Karpát na mieste nazývanom Há-

jiček, ktorého história sa spája so stredovekým kostolom z konca 12. a začiatku 13. storočia. Koncom 18. storočia sa po prvýkrát objavili zmienky o zázrakoch sošky Bolestnej Panny Márie, alebo aj milostivej Piety umiestnenej v tomto kostole, ktorý sa čoskoro stal mariánskym pútnickým miestom. „Vybudovanie novej, kvalitne spracovanej kalvárie v prvej polovici 20. storočia v blízkosti tohto starého pútnického miesta potvrdil a posilnil jeho pretrvávajúci význam. V čase vysvätenia kalvárie v roku 1923 sa do kostola na Hájičku vrátil aj originál zázračnej sochy, nachádzajúcej sa od konca 18. storočia v Trnave,“ prezradila Milada Oravcová z Pamiatkového úradu SR (PÚSR) a dodala, že kalvária je nositeľkou pamiatkových hodnôt – historickej, spoločenskej, architektonickej, výtvarnej, urbanistickej a krajinnej.

Atmosféra miesta je príjemná a pokojná

Kalvária sa tiahne od vstupnej brány umiestnenej v juhovýchodnej časti areálu a lemujúceho chodník vedúci na vrchol návršia ku kostolu. Naľavo za bránou sa nachádza súsošie Rozlúčka Krista s Máriou a oproti nej výjav Kristus modliaci sa na Olivovej hore. Nasleduje štrnásť zastavení krížovej cesty v podobe stél s reliéfmi jednotlivých výjavov, ktoré sú usporiadané do kruhu okolo šesťfigúrálnej skupiny Ukrižovania



Trstínska kalvária - Golgota.

zdroj foto: PÚ SR, autor foto P. Koprivňanská

umiestnenej na najvyššom bode Hájička – tvoria ju tri kríže s korpusmi takmer životnej veľkosti, pričom pod prostredným sú umiestnené sochy Márie, sv. Jána a Márie Magdalény objímajúcej kríž s ukrižovaným Kristom. Kalvária je obkolesená zeleňou, ktorá dotvára atmosféru miesta.

Kalvária je zhotovená z hoříckého pieskovca

„Autormi kalvárie sú kameňosochár Miroslav Harašta z Přerova a architekt Josef Marek pochádzajúci z Moravy, ktorý v tom čase žil v Trnave. Zhotovená je z hoříckého pieskovca, z kameňa charakteristického pre medzivojnové sochárstvo v tejto lokalite. Scény rozlúčky Krista s Máriou a Olivová hora vychádzajú zo staršej

kalvárskej tradície a pre obdobie svojho vzniku sú netypicky poňaté ako sochy. Pieskovcové reliéfy umiestnené v nikách jednotlivých zastavení sú prebraté z cyklu Krížovej cesty (1902 – 1908) od maliara Gebharda Fugela v Mníchove a predstavujú kvalitnú reprodukciu tohto diela.

V sochárskom štýle Olivovej hory, Rozlúčky Krista s Máriou a skupiny Ukrižovania badať jemné náznaky secesie s o niečo výraznejším zásahom moderny,“ priblížila Milada Oravcová a spomenula, že na kalváriu v minulosti pravdepodobne prebehlo viacero úprav a údržieb, posledná väčšia v roku 2004.

Kalvária sa v minulom roku stala súčasťou pamiatkového fondu SR.

» **ren**



Pohľad na súsošia a vstupnú bránu do areálu, zdroj foto: PÚ SR, autor foto P. Koprivňanská

IQOS ILUMA i prichádza v piatich štýlových farbách a s novými funkciami

Bezdytmové zariadenie prináša opäť skvelé inovácie. Novinka IQOS ILUMA i ONE v piatich štýlových farebných prevedeniach s funkciou autoštart ponúka dospelým užívateľom ešte väčší komfort.

Vďaka svojmu tvaru a hladkej hliníkovej povrchovej úprave sa zariadenie príjemne drží v ruke, čím je naozaj bezproblémovým spoločníkom na cestách a kamkoľvek sa jeho dospelý užívateľ vyberie.

Nová funkcia autoštart pre lepší komfort

K dispozícii je nová funkcia autoštart, ktorá zabezpečuje intuitívne ovládanie, pričom predhrievanie sa začne automaticky po prvej vibrácii a po druhej je už zariadenie pripravené na používanie. Zariadenie navyše nevyžaduje žiadne čistenie a umožňuje tri po sebe idúce užitia. Plne nabitá vrecková nabíjačka potom vydrží na 20 užití.

Prečo je IQOS lepšia voľba ako klasické cigarety?

Cigaretový dym je neželaný spoločník a dospelí fajčiari ho veľmi dobre poznajú. Vďaka IQOS však naň môžu na cigaretový zápach zabudnúť – nielen na končekoch prstov, ale aj vo vlasoch či na oblečení. Prelomová technológia indukčného nahrievania tabak nespáľuje, ale nahrieva ho zvnútra. Pri používaní zariadenia tak vzniká aerosól a nie škodlivý cigaretový dym. Taktiež nevzniká decht – zvyšok dymu po zhorení cigarety, ktorý je zmesou chemických zlúčenín s obsahom karcinogénnych a toxických látok.



MÝTUS O NIKOTÍNE, PRAVDA O DECHTE

Nikotín a decht sú dve rozdielne veci. Cigarety ľudia fajčia kvôli nikotínu. Ten je síce návykový, ale nie je hlavnou príčinou ochorení spojených s fajčením. Skutočným vinníkom, ktorý je zodpovedný za najväčšie škody na zdraví dospelých fajčiarov, je práve decht. Vzniká pri horení cigarety a obsahuje karcinogénne a toxické látky nebezpečné pre zdravie.

Bezdytmové zariadenia nie sú bez rizika. Dodávajú nikotín, ktorý je návykový a sú určené výhradne pre dospelých, ktorí by inak pokračovali vo fajčení alebo užívaní iných nikotínových výrobkov.

ZDROJ foto: PMI



77,20€

Chloé Love Story
Parfumovaná voda 75 ml

Notino.sk



229,00€

Pánske hodinky police
polysh pewjk0006204

ZlatnictvoLion.sk



1.199,00€

Americká chladnička Haier
HFW7720ENMB

ZlavneneSpotrebice.sk



399,00€
499,00€



SILVERCREST® Kuchynský robot
Monsieur Cuisine Smart Black

Lidl.sk



13,78€

Musetti zrnková káva
Deca - bezkofeinová 500g

Domkavy.sk



19,90€

3D nástenné hodiny
BAST čierne

Houseland.sk



62,99€

Akumulátorový plotostrih
HECHT 6020

Trtechnic.sk



359,00€

Vysokotlakový čistič Kärcher K4
Power Control Car & Home

Karcher-store-karimtech.sk



124,11

Detský bicykel VOLARE - NERF
chlapčenský, 16", Satin Blue

Market24.sk



10,39€

Forma na 12 muffinov
AMBITION Lukrecja

Kuchyňovo.sk



44,99€



CRIVIT® Masážna pištoľ
Premium CMGB A1

Lidl.sk



19,99€



SMOBY Elektronická
pokladňa XL

Lidl.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

Ušite si voňavé levanduľové vrecúška

Keďže levanduľa je skutočne veľmi aromatickou bylinkou, dokáže veľmi príjemne prevoňať aj náš príbytok. No nie len to. Poslúžiť nám môže tiež tým, že bezpečne ochráni naše šatstvo pred moľami.

Ušite si voňavé levanduľové vrecúška. Nie sú náročné na výrobu a poslúžiť môžu aj ako milý a praktický darček.



Levanduľové vrecúška.
autor foto congerdesign pixabay

Takto sa to podarí:

Budete potrebovať:

- sušené kvety levandule
- bavlnenú látku podľa výberu, prípadne plátno
- krajkú na ozdobu (voliteľné)
- nožnice
- niť
- špendlíky
- motúzik alebo stuhu
- šijací stroj – dokázate ušiť za pár minút aj ručne

Postup:

- z látky vystrihnite obdĺžnik požadovaných rozmerov, pričom nezabudnite pridať 0,5 cm na okraje,
- vrchnú časť vrecúška obnítokujte a ak chcete, môžete na ozdobu ešte pridať krajkú,
- látku preložte na polovicu rubovou stranou navrch a dajte pozor, aby sa čipka stretala v tom istom bode. Potom boky zošpendlite a zošite. Následne boky prešite obnítkovacím stehom,
- vrecúško prevráťte,
- ak ste vrchnú časť vrecúška neozdobili krajkou, môžete horný obšitý okraj vrecka prehnúť do vnútra, zašiť a preštepovať,
- sušené kvety levandule zbavte stopiek, nasypťte ich do vrecúška a to potom pevne previažte motúzikom alebo stuhou,
- vrecúško zaveste do bielizníka, kde poslúži ako ochrana proti moliam. Pravidelne ho pošúchajte medzi prstami, aby sa z neho uvoľnila vôňa. Takto vám vydrží veľmi dlho.

Pripravte si liečivý čaj, voňavý kúpeľ alebo olej

Levanduľa upokojí aj zmierni bolesti

Levanduľa je pre svoju príjemnú až omamnú vôňu veľmi obľúbená. Táto rastlinka s charakteristickými fialovými kvietkami má v našich domácnostiach mnohoraké využitie a osoží aj nášmu zdraviu.

Levanduľa nielenže skrášľuje a prevoňa náš príbytok, či ochráni šatstvo pred moľami, ale pomôže aj pri nespavosti a uľaví pri viacerých zdravotných problémoch. Jej kvety sa využívajú dokonca aj v kuchyni na ochutenie omáčok a dresingov či na dekorovanie zákuskov.

Liečivé účinky

V ľudovom liečiteľstve sa využívala levanduľa úzkolistá už od pradávna. Na náš organizmus má táto rastlinka upokojujúce aj dezinfekčné účinky. Pomáha pri dne, reumatizme či zápaloch nervov. Využíva sa aj pri migréne, búšení srdca a pri žalúdočných ťažkostiach.



Z levandule si môžeme vyrobiť aj olej.
zdroj foto Couleur pixabay

Pestovanie

Levanduľa obľubuje slnečné stanovište. V záhradníctve zakúpené priesady vysádzajte do vzdialenosti približne 30 centimetrov, pretože sa ešte rozrastú.

Zber a sušenie

Levanduľa kvitne od júna až do septembra. Zberajte ju na začiatku



Levanduľa je rastlinka s príjemnou vôňou a s charakteristickými fialovými kvietkami.
zdroj foto Hans pixabay

kvitnutia počas slnečných dní. Pri jej zbere vám dobre poslúžia nožnice – strihajte ju do kytice a sušte v menších trsoch zavesených na tmavom

bolestivé miesta pri dne, reumatizme či zápaloch nervov, ale aj do spánkov pri bolestiach hlavy.

Budeme potrebovať: 50g sušenej levandule úzkolistej, 1/2 litra oleja - môže byť kvalitný olivový, mandľový alebo slnečnicový, sklený uzatvárateľný pohár, sklenú fľašu z tmavého skla, lievik, plátno alebo sitko

Postup: Levanduľu vložte do pohára s olejom tak, aby boli bylinky úplne ponorené. Pohár dobre uzavrite a nechajte päť týždňov odstáť na tmavom mieste. Každý deň zmes pretrepte. Následne môžete scediť cez plátno alebo sitko do fľaše z tmavého skla. Skladujte pri izbovej teplote.

Levanduľový kúpeľ

Ak si pridáte do kúpeľa za hrst levandule, upokojí nielen vašu myseľ ale aj pokožku.

Levanduľové vrecúška

Vrecúška plnené sušenými kvetmi levandule sa vkladajú pod vankúš pre dobrý spánok ale účinne tiež odpudujú mole v šatníku.

Levanduľový čaj

Levanduľový čaj vás zbaví napätia. Piť ho môžete dva až trikrát denne. Čajovú lyžičku sušenej levandule úzkolistej zalejte 250 ml vriacej vody a nechajte prikryté lúhovať 10 minút. Následne precedte cez sitko a môžete popíjať.

Pozor!

Hoci sú bylinky výborným pomocníkom pri rôznych ochoreniach, užívať by sme ich mali s rozumom a mierou, pretože u každého môžu mať iné účinky a aj ich dlhodobé užívanie nám môže namiesto očakávanej pomoci skôr uškodiť. Platí to aj v prípade levandule. Čaj či olej z tejto bylinky nepite dlhodobo. Ak si nie ste istí, poraďte sa so svojim lekárom.



Levanduľu sušte v menších trsoch zavesených na tmavom vzdušnom mieste.
zdroj foto GermansLat pixabay

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

POKRÝVAČ- TESÁR

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

OKAMŽITÉ
ZACATIE
PRÁCE

-10% Z CENY PRÁCE DO 31.05.2025

ZDARMA

doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁCU RUČIME!

Kontakt: +421 949 623 050

HĽADÁTE ZAMESTNANCA? SKÚSTE TO

INZERCIOU

v našich novinách

0907 877 862

REKONŠTRUKCIA ETERNITOVÝCH, PLOCHÝCH, PLECHOVÝCH A PVC STRIECH

BEZ DEMONTÁŽE!!!

KVALITA A SPOĽAHLIVOSŤ ZA VÝHODNÉ CENY

Realizujeme rodinné domy, paneláky s plochou strechou.

S farebným a vzorovaným materiálom INDEX a VILLAS 3D

TEL.: 0915 437 039 **BEZPLATNÁ OBHLIADKA**

AKCIA



www.palaserwis.sk

75-045

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU



**BEZ
WAPKY**



**BEZPLATNÁ
UKÁŽKA**

BOMBA FASÁDA



www.bombafasada.sk



+421 905 148 393



info@bombafasada.sk

68-020

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 jedince 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 rekonvalescencii kostí, šliach, väzov a kože. Pri dennom



JARNÁ AKCIA

KOLAGÉN
FORTE 2 v 1
31,91
EUR
~~30,00 EUR~~

HOVÄDZÍ KOLAGÉN
FORTE
39,98
EUR
~~47,05 EUR~~

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 antioxidanty 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.**

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%**

Stannah

Darček v
hodnote až
200,- €*
Ponuka

Slovenská voľba č. 1 na prekonávanie schodov

Schodiskový výťah Stannah je vhodný pre každé schodisko, lomené, rovné, vnútorné alebo vonkajšie. Používanie schodov nikdy nebolo také jednoduché.

Na celom Slovensku

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

Vynikajúca kvalita výrobkov

Zákaznícka podpora 24h/7d

156 rokov výrobcu

Zavolajte zadarmo
0800 162 162
www.stannah.sk

*Táto ponuka je k dispozícii do 30.05.2025 a nie je platná s inými kampaňami alebo ponukami.

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

POKRÝVAČ- TESÁR

**-10% Z CENY PRÁCE
DO 31.05.2025**

**RENOVÁCIA STRIECH, RENOVÁCIA GARÁŽÍ,
ZATEPLENIE, OPRAVA A RENOVÁCIA
ŽEABOV KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH**

**ZA NAŠU PRÁCU
RUČÍME!**

Kontakt: Janek - 0919 495 628

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 predlžovať o 2m.

o DOPRAVA ZADARMO
o JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 galerica.sk

Nezmeškajte možnosť využiť štátne dotácie. POZOR mňajú sa rýchlym tempom!!!

ECO Energy www.ecoenergy.sk
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

JARNÁ AKCIA

Pokračuje pre veľký záujem aj v máji

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

9ks 5kw Menič

Zaplatíte len **2190€***
*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

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

Záručný servis zabezpečuje výrobca