

HLOHOVECKO SEREĎSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 30 330 domácností

facebook

Sledujte nás

Súťaže
Podujatia
Tipy na výlet
Aktuálne dianie



Hlohovecko



Bratislava, Malacky, Trnava,
Nitra, Trenčín, Žilina, Vlkavská

Poukaz na

STK BEZ STRESU.sk

len za 79 €

Poukaz je možné uplatniť na ktorejkoľvek prevádzke TUV SÚD STK na službu TK+EK pre vozidlá kat. M1 a N1 do 3,5 tony. Nie je možné kombinovať s inými zľavami. Platnosť do 31. 12. 2025.

Happy
Hours
po celý deň

Marhuľová sezóna

OBJEDNAJTE SI SVOJE SLADKÉ MARHULE

AKO OBJEDNAŤ

SMS NA ČÍSLO:
0911 654 806

DO SMS:
MENO A POČET KÍL

MARHULE BUDÚ PRIPRAVENÉ
CCA. OD 10. JÚNA NA
JAHODOVISKU MEDZI
MAJČICHOVOM A HOSTE

3€/KG
MIN. ODBER
10KG

IZOLTIM

PLOCHÉ STRECHY

Komplexné služby
v oblasti hydroizolácií
a tepelných izolácií.

0908 701 103

www.izoltim.sk

Obhliadka,
poradenstvo
a cenová ponuka
ZDARMA!

Drevo do krbu už aj u nás
za výhodné ceny

REART-TPK, s.r.o.
Nitrianska 91/4018
920 01 Hlohovec

0903 722 291 • 0903 451 193

PT
KLIMATIZÁCIE

NEČAKAJ
NA LETO

MONTÁŽ

KLIMATIZAČNÉ
JEDNOTKY
VHODNÉ AJ NA
VYKUROVANIE

Nezáväzné vypracovanie
cenovej ponuky

0949 658 375

Recyklácia a vyradenie vozidla z evidencie

Autorizovaný spracovateľ - Piec auto s.r.o.

Akcia na šrotovné - platíme 30 € za auto

Odvoz auta zadarmo

GA SA HC LV NR NZ ZM PE PN BN NM TO TT ZH ZC BS.

Už nemusíte chodiť na dopravný inšpektorát,
my všetko odhlásime za Vás.

0915 261 120

MANICA

ZÁHRADNÉ DOPLNKY
Z UMELÉHO KAMEŇA

Najväčší výrobca na Slovensku.

- záhradné krby
- pizza pece
- kvetináče
- sedenia

SHOWROOM
Hlavná 464, 91929
Malženice

0905 747 818
www.maniga.sk

One Trade Výroba a predaj palivového dreva
s.r.o. Sereď, Ul. Ku Campingu - areál kasární

www.drevodokrby.sk

- guľatina
- sypané
- paletované
- preprava dreva
- REZIVO Agát/Dub

0915 445 364

BINARI IT servis so skúsenosťami

OPRAVY NOTEBOOKOV, POČÍTAČOV,
SMARTFÓNOV A TABLETOV
VŠETKÝCH ZNAČIEK



www.binari.sk | info@binari.sk
0902 670 922 | Pribinova 9, HC

KANÁL SERVIS
RÝCHLO | ČISTO | SPOHLIVO | NONSTOP

KRTKOVANIE
ČISTENIE KANALIZÁCIÍ
BEZVÝKOPOVÉ OPRAVY
MONITORING KAMEROU

rýchly zásah
za najlepšie ceny
DOPRAVA ZDARMA

0907 652 710
www.kanalservis.sk

PROFI
PLAST.sk

Miroslav Paur
VZORKOVŇA - Šoporňa, Šalská 633
0905 142 990
0908 833 086
e-mail: okna@profiplastsk.eu
www.profiplastsk.eu

PASÍVNY dom
Uw=076,W/m²K

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

- Systém Salamander, Gealan, Aluplast
- Vchodové dvere PVC a AL
- Bezpečnostné dvere HI/SEC
- Rolety, žalúzie vonkajšie a vnútorné
- Okenné a dverové sítá



Bezplatný týždenník

HLOHOVECKO
SEREDSKO

EV 6235/24

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

Rokník II, rok 2025

Redakcia: Pekárska 40/A
917 01 TRNAVA

hlohovecko@regionpress.sk

INZERCIA

Mgr. Jozef Belica 0905 534 595
Bc. Dominika Končulová 0910 698 446

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



Vychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (30.330 domácností)

Každý týždeň:

Dolná Streda, Pata, Pusté Sady, Horný Čepč, Sereď, Šalgotčka, Šintava, Šoporňa, Vinohrady nad Váhom, Zemianske Sady, Hlohovec, Šulekovo, Bojničky, Červeník, Dolné Otrokovce, Dolné Zelenice, Dvorníky, Horné Otrokovce, Horné Trhovište, Horné Zelenice, Jalsové, Kľačany, Kopoltove, Leopoldov, Madunice, Pastuchov, Ratkovce, Sasínkovo, Sieladice, Trakovice, Žilkovce, Pata, Štrkové



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	34320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34390	GALANČANSKO-ŠALANSKO
HC	30330	HLOHOVECKO-SEREDSKO
KM	16450	KOMÁRŇANSKO
LV	30580	LEVICKO
MA	29680	MALACKO
NR	54170	NITRIANSKO
NZ	35050	NOVOZÁMCKO
PK	22970	PEZINSKO
PN	41870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35420	SENECKO
SE	36750	SENICKO-SKALICKO
TO	41930	TOPOLIČANSKO-PE-BN
TN	60750	TREŇČANSKO-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	LUČEŇSKO-VK-PT
MT	38570	MARTINSKO-TR
OR	34980	ORAVSKO-DK-NO-TS
PB	33590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40150	PRIEVIDSKO
ZV	38400	ZVOLENSKO-DT-KA
ZH	26880	ŽIARSKO-ZC-BŠ
ZA	50780	ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

BJ	37210	BARDEJOVSKE-SK-SP
GE	30830	GEMERSKO-RV-RS-RA
HU	27190	HUMENSKO-VI-SV-ML
KE	92130	KOŠICKO
KS	24900	KOŠICKO okolie
SL	12940	ĽUBOVNIANSKO
MI	31260	MICHALOVSKO-TV-SO
PP	41520	POPRADESKO-KK
PO	49940	PREŠOVSKO-SB
SN	32540	SPIŠSKO-LE-GL

Nezabúdajme na jačmenné krúpy

Používate v kuchyni jačmenné krúpy? Ak nie, pouvažujte o ich zaradení do vášho jedálnečeka. Nielenže majú veľa priaznivých účinkov na naše zdravie, ale aj veľmi dobre chutia.

Jačmenné krúpy môžeme pripraviť na mnoho spôsobov a veľmi dobre chutia v slaných aj sladkých jedlách. Konzumovať ich môžeme vo forme kaše, ktorú si môžeme osladiť medom a doplniť ovocím a orieškami, pripraviť z nich môžeme tiež chutné rizoto, či pridávať ich do polievok a fašírok.

Náš tip:

V obchodoch kúpite jačmenné krúpy rôznych veľkostí. Zvyčajne to nájdete uvedené na obale. Čím sú krúpy menšie, tým skôr sa uvaria.

Zeleninová polievka s jačmennými krúpami

Budeme potrebovať: 1/2 hrnčeka krúpy stredné, 1 hrnček mrkva nakrájaná na kocky alebo strúhaná, 1/2 hrnčeka petržlen nakrájaný na kocky alebo strúhaný, 1/2 hrnčeka červená šošovica, 2 polievkové lyžice repkový olej, 1 cibuľa, soľ, mletá červená paprika, drvená rasca

Postup:

- Krúpy preberieme, premyjeme,

scedíme a varíme v hrnci s vodou 40 minút.

- Zatiaľ si umyjeme zeleninu, očistíme ju a nakrájame na drobné kocky, prípadne postrúhame. Šošovicu preberieme, premyjeme a scedíme.

- Na oleji opražíme nadrobno nakrájanú cibuľku do sklovita. Pridáme zeleninu a restujeme 5 minút. Polievku dochutíme soľou, mletou červenou paprikou a drvenou rascou, pridáme červenú šošovicu, predvarené krúpy aj s vodou, v ktorej sa varili, podľa potreby prilejeme ďalšiu vodu a varíme do mäka – približne 15 až 20 minút.

- Pri podávaní môžeme posypať nasekanou petržlenovou vňaťou.



» ren
zdroj foto ivabalk pixabay

čujte.sk
Čítajte nás:

www.cujte.sk

RÝCHLOČISTIAREŇ PERIA
ŠITIE paplónov a vankúšov
AKCIA pri predložení inzerátu
čistenie+vankúšik, alebo nákupná taška ZDARMA
ODVOZ A DOVOZ ZDARMA PO CELEJ SR
Tel:0905 267 750 Hlohovec

STRECHY TESÁRSKE A POKRYVÁČSKÉ PRÁCE
zateplenie domov, rekonštrukcie, prístavby, nadstavby, omietky, potery, maľovky, nátery striech, elektroinštalácie, izolácie domov, výmena rín, jadrá, zámková dlažba, oplotenia, altánky
ZĽAVA PRE SENIOROV 20%
0948 107 877

Ponúkame krátkodobú aj dlhodobú opateru seniorom v zložitom zdravotnom stave!
www.penzion-seniorov.sk
0905 822 956

IZOLÁCIE PLOCHÝCH STRIECH
Obhliadka a cenová ponuka zdarma.
0904 005 299

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE
od 15€/bm
• PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV
• ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV
OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA.
0948 012 507 • www.profikominy.sk

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

KRTKOVANIE
ČISTENIE A MONITORING KANALIZÁCIE
ČISTENIE LAPAČOV TUKOV
0905 351 406
WWW.KRTKOVANIEZSK.SK

AKU-TRANS spol. s r.o. SEREĎ
HĽADÁME VODIČA NÁKLADNÉHO VOZIDLA
s ADR, C skupina
Volajte: **031/789 86 28**

Nové strechy plechové, škridlové, hydroizolácie, oplechovanie komínov a výmena rín
0944 091 085

DOVOZ NA ADRESU
8 týž. morky, brojlerové a nosníkové kuriatka, husi, kačky, husokačky, 18. týž. mládky
www.hydinashop.sk
0944 842 953

KAMENÁRSTVO Ján Putifár
ŽULOVÉ POMNÍKY
Využite naše bezkonkurenčné ceny!
Nájdete nás ľahko v Coop Jednota Sereď
janputifar@gmail.com • 0903 479 777

Riadková inzercia

1 AUTO-MOTO

» KUPIM BABETU PIONIERA SIMSONA AJ POKAZENE AJ SAMOTNE MOTORY PLECHY 0915 215 406

» Kúpim motocykle Jawa/ČZ/Babeta/Stadion/Pionier/Simson aj iné..Slušne zaplatím. 0949 371 361

2 ELEKTRO, TECHNIKA

3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK

4 DOM A ZÁHRADA

» KÚPIM HAKY LEŠENIE 0908 532 682

5 ZVERINEC, DROBNOCHOV

6 HOBBY A ŠPORT

» KUPIM OBRAZY a RAMY 0902708047

7 DEŤOM

8 DARUJEM

9 ZOZNÁMENIE

0 RÔZNE

Chcete si podať riadkový inzerát?

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

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

Inzerát bude po skontrolovaní spoločne spätnou SMS, ktorú Vám vyčítuje 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 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 „HC“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tlači. (Službu platbarnobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)



Očná Optika

Hlohovec-Dom služieb

Výhodná **40%** zľava
na multifokálne šošovky
vyšetrenie bez čakania

Varilux®
XR series™



Námestie Sv. Michala 16, HC | 0911 727 372
ocnaoptikahc@gmail.com



Raiffeisen Bank

Želáte si

nakupovať ostošesť?

Raifkujte.

K novému Parádnemu účtu získajte až 106 €.

Plaťte 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.



1
v spokojnosti
klientov

Pohybom ku zdraviu

Svetová zdravotnícka organizácia (WHO) v roku 2002 vyhlásila 10. máj za Svetový deň Pohybom ku zdraviu, pričom cieľom je upozorniť na súčasný sedavý spôsob života a nedostatočnú pohybovú aktivitu.

„Nedostatočná fyzická aktivita v kombinácii s nesprávnou výživou sa spolupodieľa na vzniku chronických neinfekčných ochorení akými sú srdcovocievne ochorenia, cukrovka, vysoký krvný tlak, obezita, ochorenia pohybového aparátu a podobne,“ uviedol pri tejto príležitosti na sociálnej sieti Regionálny úrad verejného zdravotníctva Bratislava. Čím je človek starší, tým je podľa odborníkov viac dôležitá primeraná a pravidelná fyzická aktivita. „Šport oddaluje príznaky starnutia, pomáha zvládať choroby a bolesť, dodáva chuť do života, energiu a pozitívnu náladu,“ argumentujú a radia:

- S pohybovou aktivitou možno začať v každom veku a ideálne už od detstva. Zvoľte si taký druh pohybu, ktorý vám vyhovuje a ktorý vás baví. Ideálna je rýchla chôdza, turistika, plávanie, bicyklovanie, beh, korčuľovanie, posilňovanie a podobne.
- Pohybová aktivita vykonávaná pravidelne, dlhodobo a realizovaná s dostatočnou intenzitou má priaznivý vplyv na zdravie človeka, a to konkrétne:

- zvyšuje výkon srdcovo-cievneho systému,
- znižuje sa pokojová frekvencia,
- pozitívne ovplyvňuje krvný tlak,
- udržiava chrbticu a kĺby v zdatnosti,
- posilňuje svalstvo,
- pomáha vyrovnať sa so stresom,
- prináša pokojnejší spánok,
- pomáha pri prevencii nadváhy a obezity,
- posilňuje imunitný systém.

„Pohyb by pre každého z nás mal byť dennou samozrejmosťou, pretože pre naše telo predstavuje rovnako dôležitú nevyhnutnosť ako strava alebo spánok. Dostatočná pohybová aktivita je jedna z najjednoduchších ciest k zlepšeniu a udržiavaniu vlastného zdravia. Podľa Svetovej zdravotníckej organizácie je odporúčaná dávka pohybu, ktorá prináša zdravotné benefity 10 000 krokov, 30 minút fyzickej aktivity strednej intenzity počas 5 dní v týždni, alebo 1 hodina intenzívnej vytrvalostnej aktivity 3-krát týždenne,“ uzatvárajú odborníci.



» ren zdroj foto jirkamanek pixabay

OBSADZUJEME POZÍCIE

- **OBSLUHA POZBEROVEJ LINKY A VZV**
- **VODIČ TRAKTORA**

0903 801 746
Kontaktná osoba: Ing. Mária Toráčová - vedúca strediska

POŽIADAVKY:
• PRAKTICKÉ MYSLENIE • ZODPOVEDNOSŤ • SAMOSTATNOSŤ
• VODIČSKÉ OPRAVNENIE: SKUPINA T • VZV PREUKAZ
• práca v jednozmennej prevádzke

mzda: 5.50 €/hod.
Adresa: Ilona 601/26, 91928 Bučany

Gymnázium
Vojtecha Miháliku Sered'

**dáva do prenájmu
NEBYTOVÝ PRIESTOR
na prevádzkovanie
školského bufetu.**

Bližšie informácie na:
www.gymsered.edupage.org

**PLOCHÉ
STRECHY**

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

0905 66 22 29

**PALIVOVÉ
DREVO**

POLIENKA BUK, DUB, HRAB,
SMREKOVÉ PELETY

**Ku každej objednávke
hodnotný darček**

www.palivovedrevo.sk
0917 649 213

Zateká Vám strecha?
Spolahnite sa na odborníkov
a budete kľudne spať

- opravy asfaltových a plechových striech - lokálne aj celoplošne novými elastickými materiálmi so životnosťou min. 30 rokov v cene už od 12,90 €/m²
- Výber z viac druhov materiálov
- obhliadka a vypracovanie cenovej ponuky **zadarmo**

STRECHAFER, s.r.o.
Božik Peter
0948 606 860

prvá špecializovaná predajňa výrobkov **K&J&G**

Klmpiarstvo FIDLER s.r.o. Sered'

Prijmeme kvalifikovaných zamestnancov

- | klmpiarске práce
- | predaj a montáž škridlaplechu od SK výrobcu
- | falcovaná krytina na mieru
- | výroba profilov na mieru

Čepenská 3081/119 Po-Pia: 7.00 - 16.00
Sered' So: 8.00 - 12.00

fidler@klmpiarfidler.sk
0905 869 408 | 031/789 45 54

MAĽBY / STIERKY
aj airless systémom **0903 228 167**

**REGION
PRESS**

CECH MALIAROV SLOVENSKA

CECHU MALIAROV

LUKÁŠ NADANYI

+421 950 545 624
l.nadanyi@centrum.sk
facebook.com/Maliarskeprace

MALIARSKÉ PRÁCE

ONLINE
s **REGIONPRESS-om**
www.regionpress.sk

11 rokov s Vami. 15 000 spokojných zákazníkov.

DOSEKÁVANIE PÍSM
Rok 60€
Dátum 80€
Text 8€/znak

PRÁRNOVA CINTORINE, BEZ DEMONTÁŽE POMŇKAI ČISTENIE HROBOV A OBNOVA PÍSM
do 31.5.!

OBNOVA PÍSM 1,20€/ZNAK
1HROB 60€
2HROB 85€

MIMORIADNA AKCIA

Ing. Miroslav Greisiger
cisteniehrobu.sk 0940 653 651, 0919 205 521

**NOVÉ PLECHOVÉ STRECHY, VÝMENA RÍN
NÁTERY STRIECH, LIKVIDÁCIA AZBESTU**

0948 107 877

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
ROZVOJ ZABEZPEČÍME

**Frézovanie a vložkovanie
KOMÍNOV**

frézovanie od 15€/m

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

Zľava na materiál 40%

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

NORDIC WALKING

nordicwalkingklub.sk
s certifikovanou inštruktorkou
Leopoldov, Hlohovec a okolie

Prihlášky na kurz a tréning: 0915 374 612 nordic.walking.vladena@gmail.com

ONLINE s **REGIONPRESS-om**

- PPC kampane
- Sociálne siete
- Tvorba webstránok
- Online marketing

a iné služby

www.regionpress.sk



BOBRIA SILA V AKCII

PRÍPRAVA NA HORÚCE LETNÉ DNI

25 kg

~~127⁹⁹~~ 25 kg
-260 €
99⁹⁹ 25 kg



**KREMENNÝ PÍSEK
DO BAZÉNOVÝCH FILTRACÍ**

Kremenný sušený piesok so zrnitosťou 0,6 – 1,2 mm,
balenie 25 kg. OBI č. 4857256 (0,40 €/kg)



~~73⁹⁹~~
-4 €
69⁹⁹

BAZÉN FAST SET

Vr. čerpadla a kartuše, modrý, pr. 305 × 76 cm.
OBI č. 1114362



~~124⁹⁹~~
-25 €
99⁹⁹

**AKU POLOROBOTICKÝ BAZÉNOVÝ
VYSÁVAČ „ORCA 45 CL”**

Bezdrôtový, ľahký a ľahko ovládateľný. Je vhodný
pre menšie bazény s plochým dnom do maximálnej
veľkosti 50 m. OBI č. 2444578



~~124⁹⁹~~
-15 €
109⁹⁹

PIESKOVÉ FILTRAČNÉ ČERPADLO

Vhodné pre bazény s objemom 1100–18 100 l,
na použitie s kremičitým pieskom so zrnitosťou
0,45–0,85 mm, 8,5 kg a filtračných guľičiek Polysphere
240 g. OBI č. 2550127



~~264⁹⁹~~
-15 €
249⁹⁹

BAZÉN STEEL PRO MAX OKRÚHLÝ

Svetlo sivý, rozmery: pr. 366 × 100 cm, súčasťou sady
je tiež filtračné čerpadlo s výkonom 2 006 l/h (prietok:
1 817 l/h) a bezpečnostný rebrík. OBI č. 1968031



299⁹⁹

BAZÉN FAST SET

Vr. čerpadla, kartuše, schodíkov. Ratan, priemer.
457 × 107 cm. OBI č. 1427871

KAŽDÝ NÁKUP SA POČÍTA!

Zbierajte body a zabezpečte si zľavu až 10 %!*

obi.sk/bobri-bonus

**BOBRIE
BONUSOVÉ
TÝŽDNE**



OBI

DOKÁŽETE ČOKOL'VEK

Platí od 16. 5. do 23. 5. 2025 alebo do vypredania zásob.

Aplikácia heyOBI

stiahni, zaregistruj sa a používaj už dnes

KAMENÁRSTVO KAJAL

TRADIČNÁ
VÝSTAVA

náhrobných kameňov
v Kajali
vedľa cintorína

znížili sme ceny
o 200 až 400 eur

0948 312 754 • 0948 665 377

Celý ponúkaný sortiment nájdete na
Kamenosocharstvo Kajal

SBS GUARDING s. r. o.

pracovná pozícia: bezpečnostný pracovník
na prevádzke Kaufland

oblasť: Kaufland Hlohovec

Mzda: 6,2 €/hod. brutto

nástup: ihneď
požiadavky: preukaz odbornej spôsobilosti
alebo osvedčenie, bezúhonnosť, spoľahlivosť

Kontakt. osoba: Marek Tel. kont.: 0904 555 058
Pre bližšie info treba volať (nie písať)

Čujte.sk
Trstínska kalvária
je súčasťou pamiatkového
fondu SR
www.cujte.sk

REZANIE BETÓNU

KRÁTKA ČAKACIA DOBA
DLHOROČNÉ SKÚSENOSTI

otvory do panelu
jadrové vŕtanie otvorov
statické posudky
odvoz odpadu

0908 447 006

www.jadrovevrtanie.sk



s REGIONPRESS-om

VYBAVÍTE



Inzerciu



Tlač



Distribúciu

ONLINE

s REGIONPRESS-om

- PPC kampane
- Tvorba webových stránok
- Sociálne siete
- Online marketing
- a iné služby

Sme tu pre vás

www.regionpress.sk

**Nakúpte
výhodne**
vo vybraných
E-shopoch

decorem.sk

OD 9,10 EUR OD 8,19 EUR



KOBEREC 4959B
CHEAP HNEDÁ

-10%

decorem.sk

OD 18,00 EUR OD 16,20 EUR



KOBEREC CHEAP
K857A BÉŽOVÝ

-10%

Využite kód:

OPLATISA10

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



Po prečítaní
noviny odhodte
do triedeného
odpadu / PAPIER /



Správna voľba



najzaujímavejší
4. miesto - ekonomická súťaž

**PRÁCA
NA LETO**



Prihlás sa teraz!
kariera.lidl.sk

**Skladník
kompletácie
suchého
tovaru (m/ž)**

NÁSTUPNÁ
MESAČNÁ MZDA

1046 €

30 HOD./TÝŽ.
+ Priplatky



Možnosť predĺženia pracovného
pomeru na dobu neurčitú.



Cigaretový zápach mi prekážal v práci



Marek (46)

„Celý svoj profesijný život som zasvätil práci v službách a osobný kontakt so zákazníkom bol pre mňa na každodennom poriadku. Uvedomoval som si síce, že zo mňa ako fajčiara musí byť cítiť dym, ale nikdy som to príliš neriešil. Neskôr som sa však dostal na dôležitejšie pracovné pozície a vtedy mi začalo dochádzať, že práve cigaretový zápach môže byť prekážkou pri obchodných rokovaníach. Snažil som sa ho maskovať parfumom, to však nepomáhalo, a tak som premýšľal, ako to vyriešiť. Prelomový moment prišiel vo chvíli, keď som na spoločenskej akcii stretol kamaráta, ktorý v ruke držal pre mňa dovtedy neznámu vec. Prezradil mi, že ide o zariadenie na nahrievanie tabaku, ktoré je alternatívou ku klasickým cigaretám, ale bez cigaretového zápachu. To ma hneď zaujalo. Bez váhania som sa obrátil na obchodnú manažérku, ktorá mi prišla osobne vysvetliť, ako toto zariadenie funguje a teraz je to už šesť rokov, čo som si nezapálil cigaretu.“

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 zlozyvk vracia späť. „Na pomoc“ mu prídí 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. Ak sa nechcete z akéhokoľvek dôvodu nikotínu vzdať, zvážte prechod na bezdymové alternatívy. Medzi ne patria aj zariadenia na nahrievanie tabaku, e-cigarety alebo nikotínové vrecúška.

Klasická cigareta



Obsahuje nikotín



Vytvára škodlivý cigaretový dym, decht a popol



Tabak sa spaľuje



Zanecháva cigaretový zápach na oblečení, vlasoch a pokožke



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

Mýtus o nikotíne, pravda o dechte

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

Zariadenia na nahrievanie tabaku alebo e-cigarety



Obsahujú nikotín



Tabak alebo kvapalina sa nahrievajú



Produkujú o 95 % menej škodlivín v porovnaní s cigaretami*



Vytvárajú aerosól



Nezanechávajú cigaretový zápach na pokožke, vo vlasoch a na oblečení

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

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

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

DOTACIU ODPŮČITAME IHNEĎ

JARNÁ AKCIA

Pokračujte pre veľký záujem aj v máji!

ZADARMO

4kW a dostanete od nás 2 panely

6kw Menšie

9kw

vykone minimálne elektrárňo

fotovoltaiku

obedajte

tepelné čerpadlo

tepelné čerpadlo Galmet Prima

s našim tepelným čerpadlom zabudnete na uhlie a drevo

užte si komfort, pohodlie a teplo domova bez nákladu

dostupné verzie 6kw, 8kw, 10kw, 12kw a 16kw

vhodné aj pre radiátory

pracuje aj pri teplotách -25°C

10kw verzia vykúri 200m²

Zaplatíte len 4290€

Cena vrátane montáže

Začínajúca 25 rokov

Zaplatíte len 2690€

Cena vrátane montáže

základná zostava 7 panelov o výkone 4,55kW

inštalovaný výkon 3185Wp

návrhnosť 4-5 rokov

zariadenie na kúč

kvalita na prvom mieste

zdravovanie energií sa

Vás týkať nebude

Volajte: 0909 131 131

Fotovoltaická elektrárň 3,18kW

www.ecoenergy.sk

info@ecoenergy.sk

ECOenergy

independant power producer

Environmentally friendly

Energy efficient

Renewable energy

Carbon footprint

Lowest