

PEZINSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 22 970 domácností

OPRAVA STRECHY

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

0903 969 611

UMÝVANIE OKIEN

UPRATOVANIE
TEPOVANIE

Vysoká
kvalita

MALIARSKÉ PRÁCE

www.topservis-pezinok.sk

0908 437 079

Ing. Kubaška Dušan

Kamenárstvo GRANIT

- VÝROBA** - hrobových základov
- náhrobných pomníkov
- hrobových rámov
- krycích a epitafných dosiek
z prírodného kameňa

**OPRAVY A REKONŠTRUKCIE
STAVEBNOKAMENÁRSKE PRÁCE**

Ivan Loipersberger
loipivan1@gmail.com
Jozef Rybecký
jozefrybecky@gmail.com

0905 872 289

0904 877 359

**PEZINOK
Holubého 73**

www.kamenarstvo-granit.sk



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



» Pracovník prevádzky odpadového hospodárstva

Mzda: od 4,70 € / hodina (fixná + variabilná časť)

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

» Závozník

Mzda: od 5,40 € / hodina (fixná + variabilná časť)

- Manipulácia s nádobami na odpad
- Udržiavanie čistoty a poriadku v priestoroch zberných miest / stojísk
- Ďalšie práce podľa pokynov nadriadeného
- Práca možná aj počas víkendov a sviatkov

Motivačný systém odmien spoločnosti.
Príplatky a nadčasy v súlade so zákonníkom práce.

Pre viac informácií kontaktuje číslo: +421 903 705 805, +421 915 805 311

www.vozar-kuchyne.sk

kuchyne • šatníky • bezfalcové dvere • interiéry

TT: Bratislavská 56
BA: Pestovateľská 13

30 rokov
výroby
a predaja
nábytku

0910 488 411



Slovenská Grafia a.s.

Pekná cesta 6, 834 03 Bratislava

výrobná spoločnosť v oblasti polygrafického priemyslu



PRIJME IHNEĎ

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

Mzda: min. 1 450 € - 2 100 €
od skúsenosti a zručnosti uchádzača

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

Mzda: min. 1 130 € - 1 600 €
od skúsenosti a zručnosti uchádzača

Požiadavky:

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

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

Benefity: 13. a 14. mzda

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

Bližšie informácie:

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

Kľúčová služba STRATEX

SNP 7, 902 01 Pezinok

0903 245 441, stratexkluce@gmail.com

» Kľúče, autokľúče

» Autokľúče s imobilizérom

» Zámky, vložky

» Poštové schránky



» Trezory, skrinky na kľúče

» Samozatvárače

» Bezpečnostné kovania



Otváracie hodiny: **po - pia: 8:00 - 17:00, so: 8:00 - 12:00**

Bezplatný týždenník

PEZINSKO

EV 6229/24

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

Ročník II, rok 2025

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

INZERCIA

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

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



DISTRIBÚCIA (22.970 domácností)

Každý týždeň:
Grínava, Pezínok, Báhoň, Dolná,
Dubová, Jablonec, Modra,
Svätý Jur, Vinčič, Budmerice,
Častá, Slovenský Grob, Harmónia



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	97.240	BRATISLAVSKO	východ
BZ	106.540	BRATISLAVSKO	západ
DS	34.320	DUNAJSKOSTREDSKO	
GA	34.390	GALANTSKO-SĀLIANSKO	
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO	
KM	16.450	KOMĀRNĀNSKO	
LV	30.580	LEVICKO	
MA	29.680	MALACKO	
NR	54.170	NĀTRĀNSKO	
NZ	35.050	NOVOZĀMOCKO	
PK	22.970	PEZĀNSKO	
PN	41.870	PIĀSTĀNSKO-NM-MY	
SC	35.420	SENECKO	
SE	36.750	SENICKO-SKĀLICKO	
TO	41.930	TOPOĽCIANSKO-PE-BN	
TN	60.750	TRENĀCIANSKO-DĀ-ĀL	
TT	49.930	TRĀNAVSKO	
ZM	20.930	ZĀTOMORAVSKO	

Stredné Slovensko

BB	56.200	BĀNSKOBYSTRICKO-BR	
KY	29.300	KYSUCĀKO-CA-KM	
LI	37.270	LĀPTOVSKO-LM-RK	
LC	30.860	LĀČĀNECKO-VĀ-PT	
MT	38.570	MĀRTĀNSKO-TR	
OR	34.980	ORĀVSKO-DĀ-NO-TS	
PB	33.590	POVĀŽSKO-PB-PU	
PD	40.150	PRIĀVIDSKO	
ZV	38.400	ZVOĽENSKO-DĀ-ĀL	
ZH	26.880	ZĀRSKO-ZĀ-BS	
ZA	50.780	ZĀLĀNSKO-BY	

Východné Slovensko

BJ	37.210	BARĀEJOVSKO-SĀ-SR	
GE	30.830	GĀMĀRSKO-RV-RS-RA	
HU	27.190	HUMĀNSKO-VĀ-SV-ML	
KE	92.130	KOŠICKO	
KS	24.900	KOŠICKO	okolie
SL	12.940	LĀBOVNĀNSKO	
MI	31.260	MĀCHĀLOVSKO-TV-SO	
PP	41.520	POPĀRADSKO-KĀ	
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB	
SN	32.540	SĀPĀSKO-ĀE-ĀL	

MALIARSKÉ PRÁCE DTK
BRATISLAVA · SENEK · TRNAVA · PEZINOK
DUNAJSKÁ STREDA · GALANTA

- kompletná renovácia stien
- dekoračné omietky
- renovácie stien
- tapety

0902 752 971
0915 428 437

KRTKOVANIE
ČISTENIE A MONITORING KANALIZÁCIE

ČISTENIE LAPAČOV TUKOV

0905 351 406
WWW.KRTKOVANIEZSK.SK

AUTODOPRAVA S HYDRAULICKOU RUKOU

RÝCHLO · LACNO · KAMKOLIEK ·

0905 874 977

DOVOZ NA ADRESU

husi, kačky, husokačky, mládky brojlerové kuriatka

www.hydinashop.sk
0905 207 059

VYPRÁTAVANIE DOMOV, BYTOV, BÚRACIE PRÁCE, VÝKOPOVÉ PRÁCE, LIKVIDÁCIA NEBEZPEČNÉHO ODPADU

0908 022 754

WINDOR

NAJLEPŠIE CENY V MESTE

PLASTOVÉ, HLINÍKOVÉ OKNÁ a DVERE

ŽALÚZIE · SĀĀTKY · ROLETY · SERVIS OKĀEN

0905 425 790, 0903 82 82 30
windorpezinok@gmail.com
Holubyho 35, PEZINOK
(po schodoch nad hodinárstvom HOFI)

www.windorpezinok.sk

TROCAL SALAMANDER PREDĀJ AJ NA SPLĀTKY Quatro

Doučovanie slovenského jazyka 0905 425 790

KAMENĀRSTVO PETROVIĀ

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

www.kamenarstvo-petrovic.sk

PEZINOK
Myslenická 23
0907 724 351, 033 / 640 53 48
pezinok@kamenarstvo-petrovic.sk

... kvalita, tradícia

Frézovanie komínov

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

ZĀVA NA NĀREZ

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

BRÚSENIE PARKIET

LAKOVANIE - OĀEJ - VOSK
www.brusenieparkiety.com

AKĀIA !!!
14,99 €/m²
0917 755 577

PALIVOVÉ DREVO

POLIENKA BUK, DUB, HRĀB

Ku každej objednávke hodnotný darček

www.palivovedrevo.sk
0917 649 213

MAJTE SVOJE ÚĀTOVNĀCTVO V SPOLĀHLIVÝCH RUKĀCH

úĀtovníctvo · dane · mzdy ·

www.uctovnictvodad.sk
info: 0948 496 850

MĀTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%
- chemická injektáž

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

Zateplenie domov, rekonštrukcie, omietky, potery, maľovky, oplatenia, zámková dlažba, prístavby, nadstavby, elektroinštalácie, izolácie domov, náter striech, altánky, výmena rín, jadrá, tesárske a pokrývačské práce

ZĀVA PRE SENIOROV 15%
0908 022 754

STRECHY TESĀRSĀE A POKRÝVAĀSKĀ PRĀCE

zateplenie domov, rekonštrukcie, prístavby, nadstavby, omietky, potery, maľovky, nátery striech, elektroinštalácie, izolácie domov, výmena rín, jadrá, zámková dlažba, oplatenia, altánky

ZĀVA PRE SENIOROV 20%
0948 107 877

Āujte.sk

Āítajte nás:

www.cujte.sk

Riadková inzercia

- AUTO-MOTO
- ELEKTRO, TECHNIKA
- DOMĀCNOŠĀ, NĀBYTOK
- DOM A ZĀHRĀDA
- KŪPIM HĀKY LEŠENIE 0908 532 682
- ZVERINEC, DROBNOCHOV
- HOBBY A ŠPORT
- DEĀOM
- DARUJEM
- ZOZNĀMENIE
- RŀZNE

Chcete si podať riadkový inzerát?

Pošlite SMS na tel. Ā. 8866 v tvare RP (medzera) PK (medzera) Āíslo rubriky (medzera) Text inzerátu.

PrĀklad:
RP PK 7 PredĀm hĀboký modrý koĀík. 0987 654 321

Inzerát bude po skontrolovaní poplatnený spätnou SMS, ktorú VĀm vyĀiĀuje VĀš mobilnĀ operĀtor.

CĀna spätnĀj SMS (vrĀtane DPH):

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

ĀísĀa rubriky:

- Auto-Moto
- Elektro, technika
- DomĀcnošĀ, nĀbytok
- Dom a zĀhrĀda
- Zverinec, drobnochov
- Hobby a šport
- DeĀom
- Darujem
- ZoznĀmenie
- Rŀzne

KomerĀnĀ inzerĀty, pozvĀnky na Ākie, ponuky zamestnania a reality v riadkovej inzercii neuverejĀujeme. V prípade zĀujmu o zverejnenie tohto typu inzerĀtu kontaktujte naších obchodnikov. SMS je moĀnĀ podať aj v novinĀch v iných regionĀoch. V takom prípade nahrĀdte pĀsmena „PK“ v texte Vašej SMS kĀdom novinĀ, ktorĀ nĀjĀdete v tĀrĀži. (SluĀba platbarnobilom.sk technicky zabezpeĀuje ELET s.r.o.)

NAŠA JÚNOVÁ PONUKA



~~4,50~~ 20 + 2 kg
-13%
3,99 20 + 2 kg

OBI PIESOK NA DETSKÉ PIESKOVISKO

20 kg + 2 kg zadarmo, prírodný vypraný piesok upravený iba preosievaním určený na detské ihriská a do detských pieskovísk. OBI č. 2642726 (0,2 €/kg)



~~29,99~~
-10%
26,99

SKLADACIE ZÁHRADNÉ LEHÁTKO

Odolný rám s ocele s práškovou povrchovou úpravou, k dispozícii v rôznych farbách. OBI č. 1293844 a i.



~~284,99~~
-55€
229,99

RIWALL PRO MULTIFUNKČNÁ BENZÍNOVÁ KOSAČKA „RPM 4735“ S POJAZDOM

Multifunkčná kosačka s pojazdom. Funkcie 4v1: zber do koša, mulčovanie, zadné vyhadzovanie, bočné vyhadzovanie. Centrálne nastavenie výšky kosenia v 7 polohách. Nízka spotreba. Vysoký krútiaci moment. Objem zberného koša: 50 l. OBI č. 1339902



~~509,99~~
-150€
359,99

BOSCH PROFESSIONAL SADA

Bosch Professional akumulátorový vŕtací skrutkovač, akumulátorová uhlová brúška, akumulátorové vŕtacie kladivo, 2x 18 V 4,0 Ah Li-ion akumulátor, 1x rýchlonabíjačka, 1x taška, 1x kufor. OBI č. 2388767



~~619,99~~
-70€
549,99

KAERCHER „K 7 SMART CONTROL FLEX“ + ECO!BOOSTER

Obsah balenia: Vysokotlaková pištoľ G 180 Q Smart Control, Multi Jet 3v1, nadstavec eco!Booster, 1 l univerzálneho čističa. Druh prúdu: 230 V/50 Hz. Tlak: 20 – max. 180 bar/ 2 – max. 18 MPa. Prietok: max. 600 l/h. OBI č. 2716991



799,99

WORX ROBOTICKÁ KOSAČKA LANDROID VISION „S250 WR202E“ + GARÁŽ ZDARMA

Nevyžaduje inštaláciu a údržbu ohraničujúcich káblov. Využíva neuronovú sieť na bezpečné vyhýbanie sa prekážkam. Nože sa automaticky zastavia, keď sa kosačka zdvihne alebo nakloní. Plávajúce žacie ústrojenstvo. Obsah balenia: Worx Landroid Vision WR202E, nabíjacia základňa a stĺpik, batéria, nabíjačka, 5 m magnetické pásy, kolíky, náhradné nože, skrutky, štítky RFID, šesťhranný kľúč + garáž zdarma. OBI č. 2661429, 2690238

Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

Platí od 1. 6. do 30. 6. 2025 alebo do vypredania zásob.



OBI

DOKÁŽETE ČOKOLVEK



Aplikácia heyOBI

stiahni, zaregistruj sa a používaj už dnes

Aké povinnosti majú absolventi škôl voči sociálnej poisťovni

Praktické rady po ukončení štúdia

Absolventi škôl každoročne po maturitách či štátniciach hľadajú odpovede na otázky, či sa v závere školského roka musia ihneď prihlásiť do Sociálnej poisťovne, kedy, koľko a či vôbec majú platiť sociálne odvody, prípadne či majú nárok na dávku v nezamestnanosti alebo iné dávky. Sociálna poisťovňa pre nich pripravila niekoľko rád ako postupovať v rôznych životných situáciách.

Základná rada ako sa po škole v tejto oblasti zorientovať znie: „Povinnosti voči Sociálnej poisťovni bezprostredne po ukončení štúdia študenti nemajú – čakajú na nich až po uplatnení sa na pracovnom trhu podľa konkrétnej situácie, v ktorej sa ocitnú,“ uvádza Sociálna poisťovňa a zároveň radí nasledovné:

Prvá rada: Cesta do zahraničia

Ak si študent po škole plánuje užiť voľno, nepracovať, cestovať doma či po svete alebo na dlhšiu dobu odísť študovať či pracovať do zahraničia, nemá voči Sociálnej poisťovni žiadne povinnosti (okrem poberateľa sirotského dôchodku, ktorý končí štúdium). Nemusí jej nič nahlasovať, ani sa registrovať a ani si platiť poisťné na sociálne poistenie.

Druhá rada: Nárok na podporu v nezamestnanosti

Keďže počas štúdia nie je študent automaticky poistený na sociálne poistenie a nikto zaňho poisťné neplatí, absolvent strednej či vysokej školy nemá po ukončení štúdia automaticky nárok na dávku v nezamestnanosti či iné dávky, ktoré sú podmienené predchádzajúcim uhrádzaním poisťného. Štát platí za študenta len zdravotné poistenie, ktoré mu zabezpečí zdravotnú starostlivosť - v prípade choroby, či úrazu, liečby a podobne.

Tretia rada: Možnosť poistiť sa dobrovoľne počas štúdia

Študent sa môže už od 16-tich rokov veku v Sociálnej poisťovni poistiť dobrovoľne na jednotlivé druhy poistenia. Informácie o tom, ako na to, získa buď na webovej stránke Sociálnej poisťovne – Dobrovoľné poistenie, prípadne telefonicky či mailom v Informačno-poradenskom centre alebo v príslušnej pobočke vo všetkých regiónoch Slovenska. Ak mu dobrovoľné poistenie trvalo dostatočné obdobie, môže získať napríklad nárok na dávky v nezamestnanosti. Pri tejto dávke musí získať najmenej 730 dní poistenia a zároveň sa evidovať na úrade práce.

Štvrtá rada: Štúdium a sirotský dôchodok

Osobitné pravidlá platia pre absolventov štúdia, ktorí sú poberateľmi sirotského dôchodku. Ak študent poberá sirotský dôchodok, nahlasuje Sociálnej poisťovni ukončenie štúdia v prípade, ak ho zanechá predčasne alebo ak štúdium preruší. Sumy sirotského dôchodku, ktoré mu Sociálna poisťovňa vypláta navyše, bude povinný vrátiť, keďže mu už nepatrili. Nárok na výplatu sirotského dôchodku totiž zaniká dňom, keď poberatelia sirotského dôchodku prestávajú byť nezaopatreným dieťaťom, t. j. v prípade študenta ukončením či prerušením štúdia. Nárok na sirotský dôchodok rovnako zaniká dovŕšením veku 26 rokov.

Piata rada: Začínam po škole pracovať alebo brigádovať

Ak sa hneď po škole, respektíve po letných prázdninách študent zamestná na trvalý pracovný pomer alebo si nájde brigádu - uzavrie so zamestnávateľom príslušnú dohodu, nemá voči Sociálnej poisťovni žiadnu oznamovaciu povinnosť. Povinnosti zaňho bude automaticky plniť zamestnávateľ, ktorý ho prihlási do Sociálnej poisťovne a bude zaňho platiť aj poisťné na sociálne poistenie z



Ilustračné foto.

zdroj foto [martaposemuckel pixabay](#)

dohodnutej mzdy - vymeriavacieho základu.

Šiesta rada: Začínam podnikat

Ak študent začne po škole podnikat, povinnosti prihlásiť sa do Sociálnej poisťovne a platiť poisťné na sociálne poistenie mu vzniknú až na budúci rok (2026) podľa dosiahnutých príjmov z podnikania uvedených v daňovom priznaní za rok 2025. V tom prípade mu vznik povinného sociálneho poistenia a presnú výšku odvodov oznámi na budúci rok samotná Sociálna poisťovňa. Rovnako má možnosť zvoliť si podľa svojej situácie aj dobrovoľné poistenie. Dobrovoľné platenie poisťného sa mu zúčtuje v budúcnosti pre prípadný nárok na dávky - nemocenské, materské či dávku v nezamestnanosti a zaráta sa mu aj do obdobia dôchodkového poistenia pre budúci nárok na dôchodok.

» ren

Ponúkame dva jednoduché recepty

Špargľa je chutná a ľahko stráviteľná

Špargľa je chutná, ľahko stráviteľná zelenina s nízkou energetickou hodnotou, ale relatívne vysokým obsahom nevyhnutných živín. Aj preto by sme ju mali zaradiť do svojho jedálnička. Ide o trvácnu rastlinu, ktorej sezóna trvá približne od apríla do konca júna.

Biela, zelená či fialová?

Rozlišujeme tri farebné odtiene špargle, ktoré sú výsledkom pôsobenia slnečného svetla. Biela špargľa dozrieva v zemi bez kontaktu so svetlom. Už krátky kontakt so svetlom zafarbí špargľu do fialova a jej chuť sa viac zvýrazní. Ak svetlo pôsobí viac ako dva dni, špargľa sa sfarbí na zeleno a nadobúda ešte intenzívnejšiu a tiež korenistú chuť.



Vhodnou prílohou k špargli sú zemiaky. zdroj foto [mahdigermany pixabay](#)

Účinky na zdravie

Špargľu zaraďujeme medzi výživnú zeleninu, ktorá je obľúbená najmä na jar. Jej sezóna trvá do konca júna. „Je bohatá na vitamíny – A, B1, B2, C, E, minerály ako draslík, fosfor, železo, horčík, vápnik, meď, selén a antioxidanty. Posilňuje imunitu, pôsobí proti zápalom, odvodňuje, podporuje trávenie,“ hovorí Mgr. Klinčáková z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava a objasňuje, že špargľa je dobrým zdrojom vlákniny a obsahuje len málo kalórií, preto sa s úspechom uplatňuje v diétnom zvládnutí nadhmotnosti a obezity. Minerály v šparglovej šťave sú vhodné pre diabetikov. „Špargľa obsahuje asparagín, ktorý má močopudné účinky, preto sa odporúča pri chorobách obličiek,“ doplnila odborníčka na zdravú výživu.

Pozor!

„So špargľou však opatrne, ak trpíte zvýšeným obsahom kyseliny močovej v krvi. Táto zelenina obsahuje puríny, a preto vás po nej môže postihnúť záchvat dny,“ zdôrazňuje odborníčka.

Použitie

Čerstvú špargľu upravujeme čo najskôr po zbere, respektíve ju môžeme uchovávať v chladničke zabalenú v mokrej utier-



Špargľa.

zdroj foto [Innvierterin pixabay](#)

ke cca 5 dní bez toho, aby stratila svoje pozitívne vlastnosti. Špargľa sa čistí zhora dole okrem hlavičky. Hodí sa do polievok, šalátov, do rizota, či ako príloha k mäsu alebo aj samostatne s maslom.

Náš tip: Recepty, ktoré nesklamú

Skôr ako sa pustíte do varenia, špargľu umyte, očistite a odkrojíte drevnaté časti – je to asi 2 cm od jej konca.

Špargľa s omáčkou: Špargľu varte v osolenej vode približne päť minút, tak

aby ste ju nerozvarili. Podávať ju môžete preliatu holandskou omáčkou a ako prílohu zvolte nové varené zemiaky, posypané petržlenovou vňaťou.

Pečená špargľa s parmezánom:

Špargľu rozložte na plech vystlaný papierom na pečenie, pokvapkajte ju olivovým olejom a posypte čerstvým strúhaným parmezánom. Pečte v rúre asi 10 až 15 minút. Vhodnou prílohou sú zemiaky.

» ren

W

PhDr. MUDr. Vladimír Vozár MHA. MBA. MPH.

ORTOPÉD - ÚRAZOVÝ CHIRURG

NOVINKA

Každý pondelok ponúkame
**ultrazvuk bedrových kĺbov
u novorodencov**
priamo v ortopedicko-traumatologickej
ambulancii

Objednajte sa:

tel.: +421 948 262 224

e-mail: ortoped@vladimirvozar.sk



NOVOOTVORENÉ RTG PRACOVISKO V ČASTEJ

Otváracie hodiny: Pon - Štv: 07:00 - 16:00
Pia: 07:00 - 12:00

Objednajte sa mailom alebo na telefonicky:



RTG kontakt: +421 911 722 025



e-mail: rtg@vladimirvozar.sk

Radi vás vyšetříme aj bez objednania



Hlavná 135
900 89 Častá



www.vladimirvozar.sk



72,70€

Chloé Love Story
Parfumovaná voda 75 ml

[Notino.sk](#)



229,00€

Pánske hodinky police
polych pewjk0006204

[ZlatnictvoLion.sk](#)



1.199,00€

Americká chladnička Haier
HF7720ENMB

[ZlavneneSpotrebice.sk](#)



59,99€
79,99€

PARKSIDE® Súprava
nástrčných kľúčov, 216-dielna

[Lidl.sk](#)



13,78€

Musetti zrnková káva
Deca - bezkofeinová 500g

[Domkavy.sk](#)



20,20€

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](#)



376,00

Xiaomi Mi Electric
Scooter Elite GL

[ITcomplet.sk](#)



10,39€

Forma na 12 muffinov
AMBITION Lukrecja

[Kuchyňovo.sk](#)



5,99€

CRIVIT® Aku LED
multifunkčné svetlo

[Lidl.sk](#)



29,99€

PARKSIDE® Aku reťazová
pila PGHSA 12 C3-bez aku.

[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

Najväčšou motiváciou prestať fajčiť bola moja rodina



Helena (60)

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

Fajčiari, pozor!

Prečítajte si nasledujúce riadky a cigaretu navždy uhaste

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

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

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

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

2 Problémy spôsobuje horenie cigarety

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

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

Klasická cigareta

- Obsahuje nikotín
- Vytvára škodlivý cigaretový dym, decht a popol
- Tabak sa spaľuje
- Zanecháva cigaretový zápach na oblečení, vlasoch a pokožke
- Produkujú 6 000 chemikálií/100 z nich je klasifikovaných ako škodlivé alebo potenciálne škodlivé

Mýtus o nikotíne, pravda o dechte

Mnoho fajčiariov 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 fajčiariov, 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

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

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

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%**

ODKÚPIME

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

výkup **hodiniek**
výkup **nožíkov**

**poľovnícke
trofeje** a celé zbierky

☎ **0904 474 597**
vykupparoziaeu@gmail.com

POKRÝVAČ- TESÁR



**-10% Z CENY PRÁCE
DO 30.06.2025**

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

**ZA NAŠU PRÁCU
RUČÍME!**

Kontakt: Janek - 0919 495 628

Stannah



Ponuka
Darček v
hodnote až
200,- €

Váš domov, vaša sloboda.

Zostaňte mobilní bez obmedzení tam, kde je najkrajšie.
Stoličkové výtahy od Stannah vám dajú slobodu užívať si
svoj domov kedykoľvek a bez prekážok.



Najvyššia kvalita servisu na celom Slovensku.

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

*Táto ponuka je k dispozícii
do 27.06.2025 a nie je platná
s inými kampaňami alebo
ponukami.

☎ **0800 162 162**

www.stannah.sk

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU

pred po

BEZ WAPKY

**BEZPLATNÁ
UKÁŽKA**

**BOMBA
FASÁDA**

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

KÚPIME

obrazy, grafiky
a sochy
slovenských
a českých
maliarov a sochárov

KONTAKTUJTE:
0903 846 800
groma@groma.sk

POKRÝVAČ- TESÁR



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

**OKAMŽITÉ
ZAČATIE
PRÁCE**

-10% Z CENY PRÁCE DO 30.06.2025

ZDARMA
doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

Kontakt: +421 949 623 050