

KOMÁRŇANSKO



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 16 450 domácností

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%
- chemická injeckcia

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

Kompletné strechy,
rekonštrukcie

Okoč

tel.: 0905 746 124

BRÚSENIE PARKIET

LAKOVANIE - OLEJ - VOSK

www.brusenieparkiet.com

AKCIA !!!

14,99€/m²

0917 755 577

Predám v Novej Bani v krásnom
prírodnom prostredí STAVEBNÝ POZEMOK 12 á,
elektrika, voda cesta spolu s balíkom povolení.
Tel.: 0903 575 921

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

Výlet pod Malé Karpaty so Smolenickou fčelou

Romantické sídlo Pálffyovcov, hradisko Molpír, jaskyňa Driny, Včelárska záhrada – to sú len niektoré z turistických lákadiel Smoleníc. Výletníci, ktorí ich chcú počas letných víkendov navštíviť, môžu nechať auto doma. Ak sa pod Malé Karpaty vyberú vlakom, zo Železničnej stanice Smolenice ich za turistickými lákadlami odvezie kyvadlová doprava.

„Smolenice sú ako stvorené na celodenný rodinný výlet. Deti môžu túto lokalitu objavovať aj so Srandoňom. Vďaka tejto interaktívnej GPS hre spoznajú legendu o zázračnom zrkadle, porátajú koľko strán má vyhliadková veža Smolenického zámku a na Molpíri sa dozvedia, ako mali naši predkovia zariadenú domácnosť,“ hovorí Alexander Prostinák, výkonný riaditeľ OOCR Trnava Tourism.

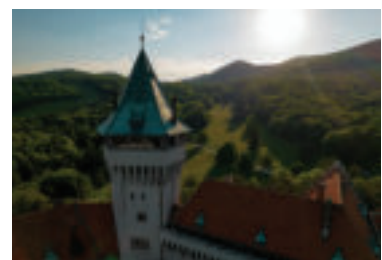
Auto môžete nechať doma

Krajská organizácia cestovného ruchu (KOCR) Trnavský kraj a Oblastná organizácia cestovného ruchu (OOCR) Trnava Tourism motivujú návštevníkov obľúbenej výletnej lokality, aby nechali svoje autá doma a uprednostnili ekologickejšie formy dopravy. „Využívame a rozširujeme existujúcu dopravnú infraštruktúru. Smolenice

majú totiž dobré vlakové spojenie s Trnavou i Záhorím, turistov však môže odradiť cesta zo železničnej stanice k zaujímavostiam tejto obce a jej okolia. V júni, júli a auguste budú mať vždy v sobotu a v nedeľu k dispozícii minibus, ktorých ich odvezie zdarma,“ vysvetľuje Agáta Mikulová, výkonná riaditeľka KOCR Trnavský kraj.

Cestovný poriadok bezplatnej kyvadlovej dopravy je naviazaný na príchody a odchody vlakov.

Ďalší kyvadlový autobus má názov Krupanská fčela. Počas júnových víkendov premáva medzi Železničnou stanicou Trnava a obcou Dolná Krupá, ktorá sa pýši rozsiahlym anglickým parkom, zrekonštruovaným sídlom Brunsvickovcov, voľne prístupným Mauzóleom Chotekovcov, ružiarskou i medovinárskou tradíciou.



zdroj foto OOCR Trnava Tourism

» ren



VYSOKÁ ŠKOLA EKONÓMIE A MANAŽMENTU

98%
zamestnanosť
absolventov

Vytvor si
svoju budúcnosť.

Viac informácií o štúdiu:

+421 907 729 427

novezamky@vsemba.sk

Nitrianska cesta 61, Nové Zámky

www.vsemba.sk

**STRECHY
TESÁRSKE
A POKRÝVAČSKÉ
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

ONLINE
s REGIONPRESS-om

PPC kampane
Tvorba webstránok
a iné služby

www.regionpress.sk

Tetódoktor

Régi tetók javitása, cseréje,
beázás elhárítás, bádgozás,
Lindab tető, új tető
cserepezése, kisebb
javítások, SOS munkák

Strešné práce

Oprava starých striech,
odstránenie zatekania,
klampiarske práce, strechy
Lindab, pokládka novej
škridlovej strechy, SOS práce

Tel.: +421 947 100 952

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

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

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA
ROZVOJ ZABEZPEČÍME

Bezplatný týždenník

KOMÁRŇANSKO

EV 6234/24

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

Ročník II, rok 2025

Redakcia: Coborňo 9,
NITRA
komarnansko@regionpress.sk**INZERCIA**Veronika Baumajsterová **0910 851 307**
Alena Valašková **0910 455 919**
Veronika Klenková **0910 569 093**www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.skVychádzame
na recyklovanom
papieri**DISTRIBÚCIA** (16.450 domácností)Každý týždeň:
Kolárovo, Komárno, Bohatá, HurbanovoVydavateľ nezodpovedá za obsah a
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazy-
kovou 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	GALANTSKO-SĀLIANSKO
HC	30330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16450	KOMÁRŇANSKO
LV	30580	LEVICKO
MA	29680	MALACKO
NR	54170	NITRIANSKO
NZ	35050	NOVOZÁMOCKO
PK	22970	PEZINSKO
PN	41870	PIĚŠTANSKO-NM-MY
SC	35420	SENECKO
SE	36750	SENICKO-SKALICKO
TO	41930	TOPOĽCIANSKO-PE-BN
TN	60750	TRENĀANSKO-DCA-IL
TT	49930	TRNAVSKO
ZM	20930	ZĀTOMORAVSKO

Stredné Slovensko

BB	56200	BANSKOBYSTRICKO-BR
KY	29300	KYSUCKO-CA-KM
LI	37270	LIPTOVSKO-LM-RK
LC	30860	LUĀENECKO-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	ŽĀRSKO-ZC-B5
ZA	50780	ŽĀLINSKO-BY

Východné Slovensko

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

Očkovanie, ktoré zachránilo svet

Pravé kiahne, známe ako variola, patrili po stáročia k najobávanejším infekčným chorobám. Vírus, ktorý napádal výlučne človeka, spôsoboval vysokú úmrtnosť, ťažké jazvy a bol hlavnou príčinou slepoty v 18. storočí. Práve vďaka vakcine sa však stali prvou chorobou, ktorú ľudstvo úplne vyhubilo.

„Prvý známy nositeľ pravých kiahní bol egyptský faraón Ramesse V., ktorého múmia vykazuje typické prejavy tohto ochorenia,“ približuje Štátny ústav pre kontrolu liečiv (ŠÚKL) a dodáva, že pravé kiahne decimovali populácie v Ázii, Európe aj Amerike a stali sa symbolom utrpenia. Liečba v tom období neexistovala, ľudia sa spoliehali len na prírodné prostriedky, izoláciu a šťastie.

Zrod vakcinácie

Ako ďalej objasňuje ŠÚKL, na konci 18. storočia si anglický lekár Edward Jenner všimol, že dojičky nakazené kravskými kiahňami (cowpox) nezvyknú ochorieť na smrteľnejšiu formu pravých kiahní. V roku 1796 preto vykonal prvé očkovanie, keď osemročnému chlapcovi vpíchl hnis z lézie kravských kiahní, ochránil ho tak pred variolou. Tento moment sa považuje za zrod vakcinácie.

Záchrana ľudstva

Kiahne boli vysoko nákazlivé a smrteľné – len v 20. storočí si vyžiadali viac ako 300

miliónov obetí. Masívne očkovacie kampane pod vedením WHO v 20. storočí dosiahli to, čo sa kedysi zdalo nemožné – v roku 1980 boli pravé kiahne oficiálne vyhlásené za vyhynuté.

Význam v dejinách verejného zdravia

„Vakcína proti pravým kiahňam sa stala prvým veľkým úspechom globálneho očkovania. Ukázala, že správne zorganizovaná očkovacia kampaň dokáže poraziť aj najnebezpečnejšie choroby. Tento úspech sa stal modelom pre boj proti iným chorobám – napríklad detskej obrne či osýpkam,“ uvádza ŠÚKL a dodáva, že Jennerov objav položil základy imunológie a vakcinológie. „Dnes sa vakcíny využívajú na ochranu pred desiatkami nebezpečných ochorení a každoročne zachraňujú milióny životov,“ uzatvára ŠÚKL.

» ren
zdroj foto ŠÚKL

Riadková inzercia

1 AUTO-MOTO**2 ELEKTRO, TECHNIKA****3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK****4 DOM A ZÁHRADA**» KÚPIM HAKY LEŠENIE 0908
532 682**5 ZVERINEC, DROBNOCHOV****6 HOBBY A ŠPORT****7 DEŤOM****8 DARUJEM****9 ZOZNÁMENIE****0 RÔZNE**

Chcete si podať riadkovú inzerát?

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

Príklad:

**RP KM 7 Predám hlboký
modrý kočík. 0987 654 321**Inzerát bude po skontrolovaní spo-
latnený 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, drobných
- 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 prípade
nahradte písmena „KM“ v texte
Vašej SMS kódom novín, ktorý naj-
dete v tiráži.

(Službu platbamobilom.sk
technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

Inzerujte v najčítanejších regionálnych novinách na Slovensku

/Hirdessen Szlovákia legolvasottabb
regionális újságaiban/**Mgr. Veronika Baumajsterová****0910 851 307****Mgr. Alena Valašková****0910 455 919****Veronika Klenková****0910 569 093**

www.regionpress.sk



Beckovské Slávnosti

18. - 19. júl 2025
ROZPRÁVKOVÝ BECKOV

SIMA TUBLATANKA ZUZANA SMATANOVÁ ROBO GRIGOROV | LOJZO

INSTINCT | ŠMOX | BECKOVSKÉ XICHTY | OLDIES PARTY

RYTIERI HECTOR

Princ Bajaja na love | Vikingská rozprávka
Legenda o kráľovi Artušovi | Kráľovné ohňa
Rytiersky turnaj na koňoch | Sprievod vojvodu a jeho vojska
Lukostrelecká strelnica | Dobová kuchyňa | Mučiareň | Stre-
doveký tábor | Kaukliarska show | Šermiarske vystúpenia

REMESELNÝ JARMOK

Prezentácia tradičnej ľudovej tvorby

NAFUKOVACIE KRÁĽOVSTVO

Nafukovacie atrakcie, šmyklavky, skákací hrad, maľovanie na tvár...

SPRIEVODNÉ AKCIE

Františkánsky kláštor, šľachtické sídlo rodu Ambro

Piatok: predpredaj do 17. 7. – 11 € | na mieste – 13 € | Deti do 1,99 roka – zdarma
Sobota: predpredaj do 17. 7. – 13 € | na mieste – 15 € | Deti do výšky 150cm – 8 €
Zľavnené vstupné v predpredaji: www.ticketportal.sk

ORGANIZÁTOR



DOUBLE AGENCY

TENTO PROJEKT
FINANČNE PODPORIL



OBEC BECKOV



PREDPREDAJ



www.beckovskeslauno.sti.sk

Hlavný partner



Ulstrup Plast

Reklamní partneri



Mediálni partneri



Gastro partneri



ZIVOT JE HOBKY BOHUJIKI



Šesť čísiel, ktoré stojí zato si zapamätať - 116 000

Rýchla reakcia a pomoc deťom

V uplynulých dňoch sme si pripomenuli Medzinárodný deň nezvestných detí. Tento deň má za cieľ upozorniť na problematiku nezvestnosti detí a zároveň priniesť posolstvo nádeje rodinám, ktoré prežívajú neistotu a stratu.

V Európe je každoročne nahlásených 250 000 nezvestných detí. LINKA DETSKEJ ISTOTY (LDI) - ako dlhoročný člen Európskej federácie Missing Children Europe, už od roku 2009 prevádzkuje na Slovensku Krízovú linku pre nezvestné deti na medzinárodne zjednotenom európskom čísle 116000. Toto číslo je určené Európskou komisiou pre prípady nezvestných a sexuálne vykorisťovaných detí. „Na LINKE DETSKEJ ISTOTY sme v roku 2024 riešili 1 486 kontaktov v súvislosti s nezvestnosťou

Obe linky sú k dispozícii NON-STOP, teda sedem dní v týždni, počas celého roka – 24/7, bezplatne a anonymne na celom území Slovenska.

Deti volajú aj pred útekem z domu

„Na LINKU DETSKEJ ISTOTY sa často obracajú aj deti a tínedžeri, ktorí uvažujú o úteku z domu. Tieto deti bývajú vystavené rôznym formám psychickej či fyzickej záťaže – od problémov v rodine, cez šikanu, osamelosť, až po týranie alebo zanedbávanie. Linka im v bezpečnom a anonymnom prostredí pomáha pomenovať ich problémy, hľadať iné riešenia a predchádzať úteku z domova,“ hovorí Táňa Ivanič Rybanská a dodáva, že poradcovia Linky detskej istoty poskytujú deťom podporu, emočné sprevádzanie aj informácie o tom, kam sa môžu obrátiť pre ďalšiu pomoc. „Cieľom je ochrániť dieťa, posilniť jeho dôveru a predísť nebezpečným rozhodnutiam, ktoré môžu ohroziť jeho zdravie a bezpečie,“ vysvetľuje riaditeľka.

Krízová linka 116000 je určená:

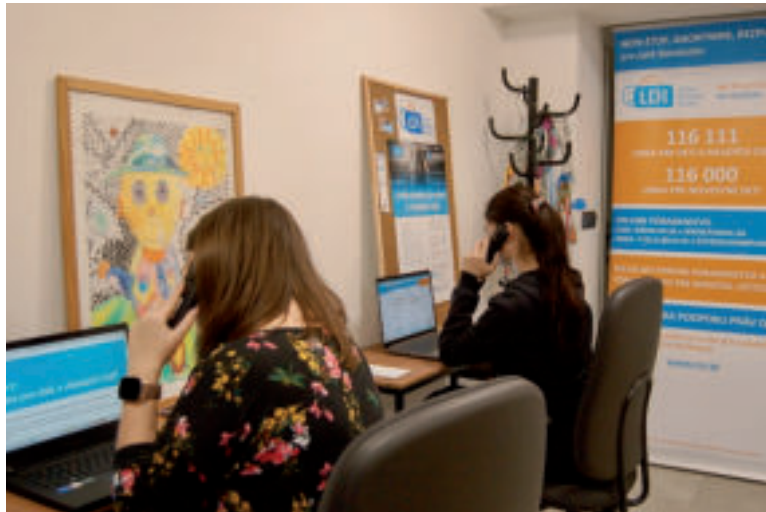
- rodičom, príbuzným a ďalším osobám, ktoré potrebujú pomoc alebo informácie v prípade nezvestnosti dieťaťa,
- deťom a mladým ľuďom, ktorí sa z akéhokoľvek dôvodu ocitli mimo domova, pomáha hľadať riešenia, ktoré by im umožnili návrat domov, alebo dostať sa čo najskôr do bezpečia alebo poslať blízkym správu;
- každému, kto vie poskytnúť akékoľvek informácie o hľadanom / nezvestnom dieťati, môže tak urobiť anonymne aj bez uvedenia svojich osobných údajov.

Ako linka pomáha

Krízová linka 116000 poskytuje emočnú a psychosociálnu podporu a pomáha pri rôznych typoch nezvestnosti v piatich kategóriách:

1. deti na úteku,
2. kriminálne únosy,
3. rodičovské únosy,
4. maloletí bez sprievodu,
5. náhodne stratené deti.

„Cieľom tejto služby je byť oporou a prvým kontaktným miestom pre každého, kto sa ocitne v krízovej situácii spojenej s nezvestnosťou dieťaťa. Prvé hodiny po tom, ako sa dieťa stratí, sú často úplne zásadné. Preto chceme opäť pripomenúť dôležitý fakt, že na Slovensku neexistuje 24-hodinová čakacia lehota na nahlásenie nezvestného dieťaťa. Ak máte obavy a máte aspoň základné informácie o tom, že dieťa je nezvestné, neváhajte a ihneď volajte na číslo 158. Potom čo najskôr kontaktujte aj najbližšiu policajnú stanicu – polícia je povinná začať pátranie bezodkladne,“ apeluje Táňa Ivanič Rybanská.



Linka detskej istoty je k dispozícii NON-STOP, BEZPLATNE a ANONYMNE.

zdroj foto LDI

Ako chrániť svoje dieťa LDI ponúka niekoľko tipov, ako chrániť svoje dieťa:

- Uistite sa, že vaše dieťa pozná svoje meno, adresu a telefónne číslo.
- Vložte mu do školskej tašky lístček s kontaktmi na rodičov, tiesňovú linku 112, 158 a čísla Linky detskej istoty: 116111 a 116000.
- Majte aktuálnu a kvalitnú fotografiu dieťaťa.

www.ldi.sk.

• Rozprávajte sa s dieťaťom o nástrahách internetu, najmä sociálnych sietí a princípoch ich bezpečného používania – napríklad nezdieľať svoju aktuálnu polohu, pridávať si do priateľov len blízkych ľudí, neuvádzať osobné údaje, fotografie pridávať na sociálne siete s rozvahou a tak ďalej.

• Dohodnite si s dieťaťom „tajné heslo“ pre prípady, keď ho má zo školy či



Ilustračné foto. zdroj foto pixabay

detí a mladých ľudí – išlo napríklad o úteky z domova, vyhodenie dieťaťa z domu, jeho stratenie či zatúlanie, rodičovské únosy, maloletých bez sprievodu na území Slovenska, problémy detí v zahraničí a iné situácie,“ priblížila Táňa Ivanič Rybanská, výkonná riaditeľka a štatutárny zástupca LDI.

LINKA DETSKEJ ISTOTY

LINKA DETSKEJ ISTOTY (www.ldi.sk) je prvou telefonickou aj online (čít a e-mail) linkou na Slovensku, ktorá sa špecializuje na pomoc deťom a mládeži. Nepretržite pomáha už od roku 1996.

Na Slovensku prevádzkuje LINKA DETSKEJ ISTOTY dve kľúčové linky pomoci na bezplatných číslach:

- **116000** – Krízová linka pre nezvestné deti a ich rodiny
- **116111** – Linka pomoci pre deti a mládež



Kruh - poradcovia LDI. zdroj foto LDI

Linka detskej istoty
Sme tu pre Vás – vždy keď to potrebujete!
Pomoc pre deti, mladých ľudí a pre dospelých v mene detí
Psychosociálne poradenstvo, informácie, prevencia a krízová intervencia.

- Linka pre deti a mladých tel. č. 116 111
- Linka pre nezvestné deti tel. č. 116 000
- On-line poradenstvo: čít a email

Služby LDI.

zdroj foto LDI

- Fotografie dieťaťa zdieľajte len s blízkymi, ktorým dôverujete.
- Na verejných miestach si s dieťaťom vopred dohodnite miesto stretnutia pre prípad, že by sa stratilo.
- Na hromadné podujatia môžete napríklad obliecť dieťa do výrazných farieb – ľahšie ho tak rozpoznáte v dave.
- Naučte dieťa, že je v poriadku odmietnuť rozhovor s cudzím človekom, a že nikdy nie je v poriadku odísť s ním, či nastúpiť s ním do auta, ale naopak, porozprávajte sa s dieťaťom – kto by mohol byť bezpečnou osobou, na ktorú sa môže dieťa v prípade potreby obrátiť. Niekoľko typov nájdete aj na

krúžku vyzdvihnúť niekto iný.

- Zisťujte, ako školy a organizácie nakladajú s fotografiami vašich detí.
- Vytvárajte bezpečné prostredie a uistujte dieťa, že sa vám môže zdôveriť s čímkoľvek.

Informácie o bezplatných službách Linky detskej istoty môžete nájsť: www.ldi.sk

Viac o tom, ako postupovať, keď sa dieťa stratí, a aj o tom, ako vám môže pomôcť Krízová linka 116000, si môžete prečítať na webstránke Linky detskej istoty: <https://ldi.sk/116-000/>.

» 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 jedálneho lístka. Ide o trvácu 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 špargľovej šťave sú vhodné pre diabetikov. „Špargľa obsahuje asparagín, ktorý má močopudné účinky, preto sa odporúča pri chorobách obličiek,“ dopĺňa 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 Innviertlerin 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

vkročíme
s vaším
podnikaním
aj do sveta
online
marketingu

REGIONPRESS



Oplatí sa!

**TOP
PONUKY
TÝŽDŇA**

GS
EUROTHERM
MONTY

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

0940 723 073
trofejeee@gmail.com

POKRÝVAČ- TESÁR

**-10% Z CENY PRÁCE
DO 30.06.2025**

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

**ZA NAŠU PRÁCU
RUČÍME!**

Kontakt: Janek - 0919 495 628

Stannah

Ponuka
Darček v
hodnote až
200,- €

**EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU**

pred po

**BEZ
WAPKY**

**BEZPLATNÁ
UKÁŽKA**

**BOMBA
FASÁDA**

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

Váš domov, vaša sloboda.

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

Najvyššia kvalita servisu na celom Slovensku.

Pre ĽZP občanov možnosť vybaviť na zakúpenie
stoličkového výťahu 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

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
žľabov 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