

# GEMERSKO

## ROŽŇAVSKO-RIMAVSKOSOBOTSKO-REVÚCKO

GEMERSKO  
na facebooku



Staň sa fanúšikom  
našej stránky a sleduj:

- AKCIE firiem a služieb
- Tipy na voľný čas
- zaujímavosti, súťaže

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 30 830 domácností

**novootvorené**  
**BISTRO** **ROSSI**  
**ENGINE**

• GEMERSKÁ 563 • BAK • BRZOTÍN • ROŽŇAVA •

**príd'te natankovať**  
**a vychutnať si skvelú kávu a chutné jedlá**



Peter Kračún - ELKRAN

### ELEKTROINŠTALAČNÉ PRÁCE

- rodinné domy
- byty
- bytové jadrá
- priemyselné budovy

### INŠTALÁCIA DOMÁCICH SPOTREBIČOV

peterkracun13@gmail.com 0904 599 058

### KRTKOVANIE ROŽŇAVA a OKOLIE

- BYTY
- RODINNÉ DOMY
- PRIEMYSELNÉ BUDOVY

Ostatné služby:

- ✓ VODOINŠTALÁCIA
- ✓ KÚRENIE
- ✓ KANALIZÁCIA

Grecmo spol. s.r.o.  
**0904 686 393**

Nepríjemnosti s upchatým potrubím, odtokom či kanalizáciou VYRIEŠIME ZA VÁS

### VELKÁ LETNÁ AKCIA

na plastové okná a bezpečnostné dvere

REHAU SALAMANDER OKUPLAST

SECURIDO

inTrust interiérové štúdio

info@intrust.sk www.intrust.sk

ROŽŇAVA, Kósu Schoppera 3 za malým trhom, oproti 100P baru 0907 800 627

### KÚPIM BYT, DOM

Po dohode môžete ostať v podnájme

**0907 488 234**

Hľadáte zamestnanca?  
Skúste to INZERCIU v našich novinách.

+421 907 471 554

Rudná 221, Rožňava

salon.comtessa

### Salón Comtessa

Mgr. Andrea Gajdošová

Váš osobný poradca pre zdravé kŕmenie REJCO

Milky SPA • Ozonoterapia • Liečebné kúpele • Predaj kozmetiky  
Kúpanie • Strihanie • Trimovanie • Dentálna hygiena

### STOP vtáčim hniezdam

0944 244 699

www.stophniezdo.eu

### PÔŽIČKY

NONSTOP PÔŽIČKA cez MOBIL aj WEB

od 18-80 ROKOV 0904 031 113

od 300€ do 30 000€ www.okpozicka.sk

Moldava nad Bodvou

0907 887 322

vojta@regionpress.sk

### PÔŽIČKY

Pôžičky pre osoby do 80 rokov

- Zamestnanec
- Dôchodca
- Invalidný dôchodca
- Opatrovateľ / Opatrovateľ v zahraničí
- SRO / SZČO

VYBAVÍME: online, sms, mailom, osobne

0903 279 125

www.pozickammrs.sk

pozickammrs@gmail.com

OPRAVA HROBOV, HROBIEK  
ČISTENIE HROBOV, LEŠTENIE  
MAĽOVANIE PÍSM  
DVÍHANIE, BETÓNOVANIE  
BRÚSENIE DIAMANTOVOU VODNOU BRÚSKOU  
VÝMENA PLATŇÍ A HROBOV

Bussányi Vojtech · Dobšiná  
vojtechbussanyi@centrum.sk

**0903 884 171**

**Chcete si  
podať riadkový  
inzerát?**

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

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

Inzerát bude po skontrolovaní spo-  
platnený spätnou SMS, ktorú Vám  
vyúčtuje Váš mobilný operátor.

**Cena spätnej SMS (vrátane DPH):**

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

**Čísla rubrik:**

- 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 - Zoznamenie
- 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 „GE“ v texte  
Vašej SMS kódom novín, ktorý  
nájdete v tiráži.  
(Službu platbamobilom.sk  
technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

**DACIA  
DUSTER**

Dacia Duster  
50 % teraz a 50 % za rok

**TEMPUS**  
Šafárikova 91, 048 01 Rožňava

**STRECHY, TESÁRSKE  
A POKRÝVAČSKÉ  
PRÁCE**

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

**ZĽAVA PRE SENIOROV  
20%**

**0948 107 877**

**NÁTERY  
STRIECH**

CERTIFIKOVANÝMI FARBAMI  
**ČISTENIE ŠKRIDLIEL**  
PRÍJEMNÉ CENY

**Volajte: 0944 813 531**

Otvorené: PO-PIA 8:30-17:00 SO: 8:30-12:00

**HorMIX PODLAHY**  
laminát · drevo · vinyl · korok · koberce

**0948 290 720**

**ROŽŇAVA**  
(vo dvore Rotundy)  
Šafárikova 17/A

**INZERÁT,  
KTORÝ  
PREDÁVA**

**REGION  
PRESS**

**LOMAX**

- | **ŽALÚZIE**
- | **SCREEN**
- | **ROLETY**
- | **OKNÁ**
- | **DVERE**
- | **BRÁNY**

- | Dlhoročné skúsenosti a odborné poradenstvo
- | Výroba na mieru a individuálny prístup
- | Spolupráca výhradne s overenými dodávateľmi
- | Vlastný showroom v centre Popradu

**SVETEX**

Levočská 845/15, Poprad  
Tel.: 0905 180 005  
[www.svetexbm.sk](http://www.svetexbm.sk)



# XXL TÝŽDNE

**Kaizerka  
Premium**  
55 g  
(100 g = 0,16)



s Lidl Plus  
**5 + 3  
ZADARMO**



**0.08\*** 0.12\*\*

\*Cena za kus pri kúpe 8 kusov = 0,08 €  
\*\*Cena za kus pri kúpe 1 kusa = 0,12 €  
Cena za 8 kusov = 0,60 €



1 kotúčik iba

**0.19**

**Toaletný papier**  
32 kotúčikov  
3-vrstvový

**32 KOTUČIKOV**

**5.99**

**Coca-Cola/  
Coca-Cola Zero**  
2l

+ záloh za obal 0,15 €  
v ponuke aj Fanta/Sprite  
2l za 1,75 €  
(1l = 0,88)

**UŠETRITE'  
-40 %**

**1.75**



od štvrtka 7. 8.

**Banány**  
cena za 1 kg

**-37 %**

**0.99** 1.59

\*Úspora na jednotkovej cene v porovnaní s produktom v štandardne ponúkanej veľkosti.

Ponuka tovaru platí od 4. 8. do 10. 8. 2025 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sa bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný len v obvyklom množstve.



od pondelka 4. 8. do 10. 8.

**Cherry  
paradajky  
strapcové**  
500 g balenie  
(1 kg = 7,98)



sladké  
a aromatické

**500 g**

**UŠETRITE'  
-55 %**

**1.49**

**Červená dyňa  
bezjadierková**  
cena za 1 kg

**-57 %**

**0.55** 1.29

**Bravčové  
karé**  
cena za 1 kg  
bez kostí, v celku



**-32 %**

**4.29** 6.35



So  
zniženým  
obsahom  
jadierok



od pondelka 4. 8.

Šlapky **CRIVIT**  
pár

pre celú  
rodinu

s Lidl Plus  
**-20 %**



**3.99** 4.99



od štvrtka 7. 8.

**Back to  
School**

Kúp školskú tašku  
s peračníkom  
a ušetríš 5.- €.

**39.98**



Viac na [www.lidl.sk](http://www.lidl.sk)

**KAMENÁRSTVO HELCZMAN**

**ROŽŇAVA: Gemerská 581 (časť BAK za autosalónom Hyundai)**  
**TORŇALA: Cintorínska ul.**

**Spracovanie, výroba a predaj PRÍRODNÉHO KAMEŇA**

- panelové hrobky
- pomníky
- hroby (jedno-dvoj)
- urnové schránky
- obklady krbov, parapety
- pracovné dosky

**Prerábame staré betónové hroby na ŽULOVÉ**  
**za VÝHODNÉ CENY!**  
**... aj atypické rozmery**

[www.kamenarstvohelczman.sk](http://www.kamenarstvohelczman.sk)  
 helczman@centrum.sk

058 / 733 15 72  
 0908 446 600  
 0905 451 073

**Obec Muránska Huta**  
 Sídlo: Obecný úrad Muránska Huta, Muránska Huta č. 2, 049 01 Muráň 1

**vyhlásuje**

podľa ust. § 9a ods. 1 písm. a) v spojení s ust. § 9a ods. 2, 3 zákona SNR č.138/1991 Zb. o majetku obcí v znení neskorších právnych predpisov, ďalej podľa § 281 a nasl. Obchodného zákonníka v znení neskorších právnych predpisov a schváleného uznesenia Obecného zastupiteľstva obce Muránska Huta č. 30/2025

**Obchodnú verejnú súťaž**

na podávanie najvhodnejšieho návrhu na uzatvorenie kúpnej zmluvy na prevod - predaj nehnuteľného majetku obce, pre kat. územie Muránska Huta, obec Muránska Huta:  
**pozemok parc. E KN č. 393 o výmere 374 m<sup>2</sup>, záhrada,**

**Lehota na predkladanie súťažných návrhov končí dňa 20. 08. 2025 o 11.00 hodine.**

Podmienky obchodnej verejnej súťaže sú zverejnené na úradnej tabuli obce Muránska Huta a na webovom sídle obce Muránska Huta ([www.muranskahuta.sk](http://www.muranskahuta.sk)) od 4. 8. 2020/5.

Základné informácie je možné získať:

- na adrese : Obecný úrad Muránska Huta,
- na webovom sídle obce Muránska Huta – [www.muranskahuta.sk](http://www.muranskahuta.sk)
- e-mailom na adrese: [starosta@muranskahuta.sk](mailto:starosta@muranskahuta.sk);
- informácie aj telefonicky na č. telefónu: 0905 268 351

Ing. Marian Szentandrás, v.r.  
 starosta obce

**Bezplatný týždenník**

**GEMERSKO**  
 ROŽŇAVSKO-RÍMAVSKOSOBOTSKO-REVÚCKO

EV 6212/24

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

Ročník II, rok 2025

**Redakcia:** Gemerská ul. č. 604  
 ROŽŇAVA  
[gemersko@regionpress.sk](mailto:gemersko@regionpress.sk)

**INZERCIA**

Bc. Ján Vojta **0907 887 322**

**Distribúcia:**  
[www.regionpress.sk](http://www.regionpress.sk)  
[www.facebook.com/regionpress.sk](http://www.facebook.com/regionpress.sk)

**Vychádzame na recyklovanom papieri**

**DISTRIBÚCIA** (30.830 domácností)

**pámy týždeň:**  
 Revúca, Jelšava, Tornaľa, Rimavská Sobotka, Sobotka, Bätka, Hnúšťa, Rožňava, Plešivec

**nepámy týždeň:**  
 Revúca, Tornaľa, Rimavská Sobotka, Sobotka, Rožňava, Betliar, Brzotín, Dobšiná, Gemerská Hôrka, Gemerská Poloma, Henckovce, Jablonov nad Turňou, Jovice, Krásnohorská Dlhá Lúka, Lipovník, Plešivec, Štítnik, Vlachovo

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

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

**PONUKA TLAČE**

- letáky
- vizitky
- plagáty
- etikety
- katalógy
- kalendáre
- spravodaje
- časopisy

**REGIONPRESS**  
[www.regionpress.sk](http://www.regionpress.sk)

**čujte.sk**

**Prvá pomoc pri nehode motocyklistu**

[www.cujte.sk](http://www.cujte.sk)

zdvoj foto: Damiel Gashany

# Buď zvedavý, objavuj s IQOS nové zážitky a vyhraj

**Ľudská zvedavosť nás poháňa k objavovaniu nových miest, chutí a zážitkov. Preto IQOS predstavuje vzrušujúcu iniciatívu CURIOS, ktorá ponúka dospelým fajčiarom príležitosť vyhrať nezabudnuteľné zážitky.**

**Si zvedavý?**  
**Curious je presne pre teba**

Stačí ak od 1. júla navštíviš akúkoľvek predajnu IQOS, vyzdvihneš si stierací žetón a okamžite zistíš, aký zážitok ti toto leto prinesie. Bude to lístok na festival LOVESTREAM? Zážitková večera v exkluzívnej reštaurácii? Zľava na nové IQOS zariadenie až do výšky 50 eur? Alebo ďalšie vzrušujúce prekvapenia? Tak neváhaj a poď do toho!

**Objav špičkové funkcie IQOS ILUMA i**

Okrem sviežej farebnej škály, IQOS prináša generácii zvedavcov aj nové prelomové funkcie akými sú dotykový displej, režim pauzy, ktorý umožňuje prerušiť užívanie IQOSu až na 8 minút či funkcia autoštart, ktorá zabezpečuje jednoduché ovládanie. A stále pritom platí: žiadny dym, žiadny decht, žiadne čistenie.

**Prečo je IQOS lepšou voľbou ako cigarety?**

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

*Bez dymové zariadenia IQOS 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.*

foto: PMI



## Monitoring vírusov v komároch

Biomedicínske centrum Slovenskej akadémie vied, v. v. i. (BMC SAV) spustilo v spolupráci s regionálnymi úradmi verejného zdravotníctva druhé kolo celoslovenského monitoringu komármí prenášaných vírusov, konkrétne západonílskeho vírusu a vírusu Usutu v 36 slovenských lokalitách, pričom zavádza viaceré novinky.

Vedcom BMC SAV sa podarilo vylepšiť metódy tak, že už dokážu monitorovať aj invázne druhy komárov. Zároveň sa v spolupráci s Ministerstvom dopravy SR začne monitoring na bratislavskom Letisku M. R. Štefánika, kde budú sledovať aj výskyt tropických vírusov ako Zika, dengue a chikungunya. Monitoring vírusov budú realizovať do konca októbra. „Začíname dostávať prvé vzorky DNA a RNA komárov z rôznych slovenských lokalít na analýzu, pričom výsledky budeme pravidelne zverejňovať na našej webovej stránke. Tieto údaje môžu obyvateľom v zasiahnutých oblastiach pomôcť znížiť riziko nákazy, keďže vírusy prenášajú najmä domové komáre, ktorým ľudia často nevedomky vytvárajú vhodné liehniká vo svojich záhradách,“ hovorí vedúca projektu, doktorka Viktória Čabanová z BMC SAV.

### Využívajú metódu odchytu

Pri monitoringu, ktorý sa prvýkrát uskutočnil vlani, sa využíva metóda odchytu, ktorá šetrí čas aj financie. Zachytávajú sa pri nej sliny komárov na špeciálnych

kartách. Na Slovensku a v takom veľkom meradle sa táto metóda využila prvýkrát. V lapačoch na komáre sa nachádzajú karty napustené medom, ktoré lákajú gravidné samicke komárov, ktoré už sali krv a majú väčšiu šancu byť infikované.

### Väčšina infekcií je bezpríznaková

Vlani sa vďaka monitoringu podarilo správne diagnostikovať viacerých pacientov so západonílskym vírusom a vírusom Usutu na Slovensku a začalo sa testovanie darovanej krvi. Najviac pozitívnych komárov vedci zaznamenali v auguste a v septembri, pričom vírus Usutu identifikovali v komároch v okresoch Košice, Dunajská Streda, Levice, Svidník, Prievidza, Nové Zámky, Veľký Krtíš, Senica a Humenné a vírus západonílskej horúčky v okresoch Nové Zámky a Košice. Oba vírusy sa prenášajú transfúziou, a keďže príjemcovia krvi majú oslabenú imunitu, najmä infekcia závažnejším západonílskym vírusom má u nich často horší priebeh ako u bežnej populácie. Väčšina infekcií je však bezpríznaková.

### Metóda zaujala aj v zahraničí

Metóda odchytu komárov, ktorú zaviedol tím pod vedením Dr. Čabanovej, zaujala aj v zahraničí. „Výsledky nášho monitoringu vzbudili veľký ohlas na odbornom workshope v Antverpách, kde o našu metódu prejavili záujem viaceré zahraničné výskumné tímy,“ dodáva Dr. Čabanová.

» ren

## Početnosť včiel tam vzrástla

Pasienkové lesy boli bežnou súčasťou kultúrnej krajiny už od stredoveku. Pasienkový les, v našich podmienkach nazývaný Panónsky háj, je dnes aj súčasťou Národnej prírodnej rezervácie Súr. Oblasť sa vyznačuje výskytom mohutných starých dubov, pod ktorými sa ešte v polovici 20. storočia pásli kravy. S vyhlásením rezervácie v roku 1952 došlo k trvalejšej ochrane územia, ale zároveň došlo aj k zákazu pastvy a postupnému zarastaniu Panónskeho hája.

„V roku 2017 došlo k unikátnej obnove pasienkového lesa na časti jeho pôvodnej výmery, vyrezala sa časť náletových drevín a zaviedla pastva malého, asi 25 členného stáda kráv. Na obnove pasienkového lesa spolupracoval BROZ – ochrannárske združenie, Mesto Svätý Jur, CHKO Malé Karpaty a miestny hospodár Vladimír Pažitný. Jedná sa o prvú obnovu pasienkového lesa na Slovensku,“ priblížil Marek Semelbauer z Ústavu zoológie SAV, v.v.i., ktorý v rámci vedenia študentskej práce skúmal spoločenstvá opeľovačov v danej lokalite pri Svätom Jure. „Spolu s mojou študentkou Laurovu Berákovou z Prírodovedeckej fakulty UK sme v rokoch 2023 a 2024 pomocou nárazových pascí získali vzorku 676 jedincov včiel. Z nich až 547, teda viac ako 80%, pochádzalo z obnovených častí pasienkového lesa,“ uvádza Marek Semelbauer, zoológ SAV. Obnovená aj

neobnovená časť Panónskeho hája boli vzorkované rovnakým spôsobom, aby sa zabezpečila porovnateľnosť vzoriek. Vďaka obnove pastvy sa zvýšila početnosť voľne žijúcich včiel viac ako trojnásobne.

Pasienkové lesy sú pasienky, na ktorých sú prítomné solitérne stromy a kroviny, nejde o pastvu v hospodárskom lese ani pralese. Moderne sa takto usporiadanie označuje ako silvopastorálny systém. Z pohľadu biodiverzity sa jedná o mimoriadne cenné ekosystémy. Vedci dnes upozorňujú na úbytok voľne žijúcich opeľovačov, ktoré sú významné pre rozmnožovanie divo rastúcich aj kultúrnych rastlín. Výsledky výskumu ukazujú, že obnovou pasienkového lesa je možné významne zvýšiť početnosť voľne žijúcich včiel.

» ren



Ilustračné foto. zdroj foto terski pixabay

**VRÁTANIE. STUDNÍ**  
 0915 792 046

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

**OBNOVA STRECHY**

- bez demontáže pôvodnej krytiny
- na eternit, plech a asfaltový šindel
- hydroizolácie plochých striech
- INDEX MINERAL DESIGN \* 3D VZOR

**RENODACH** spol. s r.o.  
 info@obnovastrechy.sk  
 www.obnovastrechy.sk 0905 859 066

Rozšírite svoje podnikanie aj do iných regiónov Slovenska.  
**DAJTE O SEBE VEDIEŤ** pomocou inzercie v našich novinách

**REGION PRESS**  
 vojta@regionpress.sk  
 0907 887 322

			9		8	1
S	4	1	2			7
U	9	2		3		6
D		2				
O		4		7	3	
K	3		8	6		
U	6		7		2	
	1					
			3	1	4	

## Mandľové, kokosové aj ovsené

# Rastlinné mlieka si vyrobíte hravo aj doma

Ovsené, mandľové či kokosové – ktoré z nich si vyberiete? Rastlinné mlieka sú vhodnou voľbou nielen pre ľudí trpiacich alergiou na bielkovinu kravského mlieka, či vegánov, ale pre všetkých, ktorí si chcú spestriť svoj jedálniček. A hoci ich dnes už bez problémov zakúpite vo väčšine predajní s potravinami, zvládnete si ich jednoducho a rýchlo vyrobiť aj doma.

Použitie rastlinných mliek je veľmi všestranné. Dajú sa piť samotné, pripravovať z nich môžete tiež rôzne nápoje, koktaily či smoothie, ale skvelé sú aj do polievok, omáčok či do kaší. Na ich výrobu budete okrem rastlinnej zložky potrebovať kvalitný mixér, vodu a husté plátno, prípadne sitko.

### Mandľové mlieko

Jeden hrnček lúpaných mandlí cez noc namočte do vody. Ráno sceďte, potom vložte do mixéra, pridajte štyri hrnčeky vody a rozmixujte dohladka. Precedte cez plátno, prípadne sitko. Získate tak nielen mlieko, ale aj mandľovú drť. Tú môžete použiť na výrobu domácej mandľovej nátičky či ako prísadu pri pečení koláčov.

**Náš tip:** Ovocné smoothie s mandľovým mliekom

**Suroviny:** 1/2 hrnčeka mandľového mlieka, 1 banán, 1/2 hrnčeka ananásu, 1/2 hrnčeka manga, 1/2 hrnčeka jahôd

**Postup:** Všetko ovocie očistíme, nakrájame na menšie kúsky a vložíme do mixéra. Zalejeme mandľovým mliekom a dôkladne rozmixujeme na hladké smoothie. Prelejeme ho do vyššieho pohára a ihneď podávame.

### Kokosové mlieko

Dva hrnčeky strúhaného kokosu vložte do mixéra, pridajte štyri hrnčeky horúcej, nie však vriacej vody a rozmixujte dohladka. Precedte cez plátno, prípadne sitko. Získate tak nielen mlieko, ale aj kokosovú drť. Tú môžete použiť pri pečení ako prísadu do koláčov.

**Náš tip:** Kaša s kokosovým mliekom

**Suroviny:** 100 g ovsených vločiek, 200 ml vody, 200 ml kokosového mlieka, 1/2 PL medu, orechy a ovocie podľa chuti

**Postup:** Vločky dáme variť do vody. Keď sa časť vody odparí, prilejeme kokosové mlieko, necháme zovrieť a varíme za stáleho miešania na miernom ohni kým nezískame kašu požadovanej konzistencie. Na záver ochutíme medom a ozdobíme ovocím, prípadne nasekanými orechmi.



Ilustračné foto.

zdroj foto Imoflow pixabay

### Zmrzlina s kokosovým mliekom

**Suroviny:** zrelé mango, banán, kokosové mlieko

**Postup:** Mango ošúpeme, vykôstkuje a nakrájame na kocky, banán nakrájame na plátky. Takto pripravené ovocie dáme do vrečka a vložíme do mrazničky.

Na druhý deň zmrazené ovocie vyberieme, dáme do mixéra a počas mixovania pridávame vychladené kokosové mlieko podľa toho, akú konzistenciu zmrzliny chceme dosiahnuť.

### Ovsené mlieko

**Postup:** 100g jemných ovsených vločiek nasypete do mixéra, zalejte štyrmi hrnčekmi studenej vody a nechajte pol hodiny rozmočiť. Následne mixujte asi štyri minúty dohladka.

Po príprave mlieka ho ihneď skonzumujeme alebo uchováваме v uzavretej nádobe v chladničke najviac do druhého dňa.

» ren

## Prinášame rady, čo si treba pri kúpe zmrzliny všímať

# Vychutnajte si kvalitnú lahodnú zmrzlinu

Leto a zmrzlina jednoducho patria k sebe. Kto by odolal tejto osviežujúcej pochúťke plnej lahodnej chuti? Aby bol však náš pôžitok čo najlepši, je dobré naučiť sa rozoznať, ktorá zmrzlina je skutočne aj kvalitná. Odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) pripravili rady, vďaka ktorým si budete vedieť vybrať tú pravú.

### Kvalitná nebalená zmrzlina

Tento rýchly test vám napovie, či je zmrzlina kvalitná. Zodpovedať by mala nasledovným zmyslovým požiadavkám:

- vôňa a chuť musí byť príjemná, charakteristická po použití surovínach,
- farba musí svojou intenzitou zodpovedať použitým surovinám,
- konzistencia má byť hladká, bez kryštálikov ľadu a hrudiek spracovaných surovín a prísad, okrem surovín a prísad použitých na ochutenie, ako napríklad ovocie, orechy.

### Pri kúpe nebalenej zmrzliny si dajte pozor:

- či sú informácie o prítomnosti alergénov viditeľne uvedené,
- v prípade použitia farbív E 122, E 129 a E 102 musí byť uvedená informácia „môže mať nepriaznivé účinky na

činnosť a pozornosť detí“,

- nebalená zmrzlina sa môže predávať 24 hodín po zmrazení. Ak je zmrzlina opakovane zmrazovaná, môžu sa v nej vytvoriť kúsky ľadu, ktoré nielen zmyslovo znehodnotia zmrzlinu, ale môže byť dokonca zdrojom mikrobiologickej kontaminácie. Po konzumácii takejto zmrzliny sa môžu objaviť aj tráviace ťažkosti, ako napríklad nevoľnosť, zvracanie a hnačka. Citlivejšie na ochorenie sú deti a starší ľudia.

### Pri kúpe nebalenej zmrzliny si ďalej všímajte:

- čisté pracovné plochy a náradie a ich pravidelné umývanie,
- nádoby aj obľátky na zmrzlinu majú byť chránené pred znečistením z vonkajšieho prostredia,
- či pracovníci používajú jednorazové rukavice pri manipulácii so zmrzlinovým kornútkom, prípadne, či má kornútok okolo seba obal, ktorý bráni jeho kontaminácii,
- porciovacie náradie nesmie byť skladované v nádobe so stojacou vodou, pretože sa tam množia mikroorganizmy.

### Na kvalitu dozerajú aj odborníci

Na potvrdenie zdravotnej bezpečnosti zmrzliny, však už potrebujete odbor-



Ilustračné foto.

zdroj foto picjumbo\_com pixabay

nika. „Naši odborní pracovníci z úradov verejného zdravotníctva každé leto náhodne odoberajú vzorky zmrzlin a laboratórnou analýzou zisťujú ich zloženie. Preverujú napríklad, či zmrzlina bola alebo nebola kontaminovaná mikroorganizmami, ako sú napríklad koliformné baktérie alebo salmonela, či sa v nej nachádzajú nepovolené farbivá, alebo či v nej bolo prekročené najvyššie prípustné množstvo farbiva,“ povedala doktorka Tatiana Červeňová, hlavný hygienik

SR a dodala: „Odborní pracovníci úradov verejného zdravotníctva preverujú v teréne aj pôvod surovín a polotovarov na výrobu zmrzliny, ich dátum spotreby a minimálnej trvanlivosti, hygienu procesu výroby zmrzliny, úroveň jej podávania, prevádzkovú hygienu zariadení, odbornú aj zdravotnú spôsobilosť pracovníkov. Náhodne odoberajú aj stery z prostredia, odevov a rúk pracovníkov a pracovných plôch.“

» ren

Objavujeme krásy a zaujímavosti slovenských miest

# Kremnica – mesto v srdci Európy

Kremnica je mestom nachádzajúcim sa nielen v strede Slovenska, ale aj v strede či srdci Európy. Leží v okrese Žiar nad Hronom, na západnom úpätí Kremnických vrchov, v severozápadnom smere ohraničených Kunešovskou hornatinou a v juhozápadnom Jastrabskou vrchovinou. Vznik a dejiny Kremnice úzko súvisia s výskytom zlatonosných rúd na jej území. Nájdete tam veľa zaujímavých miest, ktoré očaria svojou krásou a neopakovateľnou atmosférou.

Kremnica je najčastejšie spájaná s prívlastkom zlatá. Výraznú stopu ľudskej činnosti v blízkom okolí predstavujú najstaršie banské štôlna a šachty, ktorých vznik kladú niektorí odborníci do 8. až 9. stor. Údolie Kremnického potoka bolo banícky aj poľnohospodársky kolonizované slovenským a nemeckým obyvateľstvom

s presklenými dvierkami. V nej sú vložené pôvodné opravené meteorologické prístroje: tlakomer a vlhkomer. Skrinku chráni dekoratívna strieška s profilovanou rímsou a kupolou, na ktorej je ukazovateľ svetových strán s kovanou ružicou.

## MESTSKÝ HRAD

Mestský hrad tvorí súbor stavieb zo 14. - 15. stor., chránený dvojitém opevnením, na ktoré sa pripájajú jedny z najzachovalejších mestských hradieb na Slovensku. Dominantou stavbou hradného areálu je Kostol sv. Kataríny. Ranogotický karnér z 1. pol. 14. stor. mal dve funkcie. Spodná časť objektu slúžila ako kostnica, teda ako priestor na uloženie kostí z okolitých starších hrobov a vrchná ako kaplnka. Pôvodne bola kaplnka zasvätená sv. Michalovi, neskôr sv. Ondrejovi. Steny kaplnky sú zdobené gotickými nástennými maľbami



Morový stĺp.

zdroj foto Kultúrne a informačné centrum mesta Kremnica

nadmurovali polygón, ktorý tvoril presbytérium Kaplnky Narodenia Panny Márie. K polygónu sa pripájala krátka obdĺžniková loď, ktorej základy odkryl archeologický výskum. Zanikla pravdepodobne ešte v 16. stor., kedy objekt znovu upravili na baštu.

**Hodinová veža** (Türl alebo Malá veža) v 14. stor. siahala do výšky dnešného 3. poschodia. Jej jadro súvisí s pôvodným opevnením. Na prízemí sú klenby zo 16. stor. Koncom 17. stor. bola veža nadstavovaná poschodím pre zvony, kde umiestnili najväčší renesančný zvon Urban z r. 1588. V Malej veži je expozícia Kremnické zvony a zvonolejári, doplnená zvukovými nahrávkami tunajších súčasných zvonov.

**Južná veža**, tzv. farská, spája vstupným schodiskom hrad s mestom. Jednopriestorová hranolová stavba vznikla v 2. pol. 14. stor. a do 15. stor. v nej sídlila fara. Po r. 1780 k nej pristavili kryté schodisko. Koncom 19. stor. umiestnili na poschodí zvony. Dnes slúži ako vstup do expozíčných priestorov hradu.

né kamenným múrom nadväzujúcim na opevnenie hradného areálu. Múr, obkolesujúci územie asi 45 000 m<sup>2</sup> postavili v 1. tretine 15. stor. na základe nariadenia kráľa Žigmunda o opevnení dôležitých kráľovských miest z r. 1405. Miestami dosahuje výšku 5 až 7 m. Na južných nárožiach je spevnený dvoma kruhovými vežami - Červenou na juhovýchodnom a Čiernou na juhozápadnom nároží. Do mesta sa vstupovalo tromi bránami - Dolnou, Hornou a Malou, nazývanou Bystrická alebo Türl. Posledné dve boli asanované r. 1872-80. Aktívnu obranu Hornej a Dolnej brány v 16. stor. zdokonalili barbakanom predsunutým pred bránu v hradobnom múre.

## MINCOVŇA

Objekty mincovne v opevnenom meste sú postavené na mieste niekoľkých starších meštianskych domov. Súbor zachovaných výrobných, administratívnych a obytných budov je výsledkom zložitých stavebných premien od 15. stor. podnes. Kremnická mincovňa sa spolu s budín-



Štefánikovo námestie. zdroj foto Kultúrne a informačné centrum mesta Kremnica

už pred 14. storočím. Vznik slobodného kráľovského mesta Kremnica je spojený s dátumom 17. november 1328, kedy uhorský kráľ Karol Róbert z Anjou vydal osade Cremychbana privilegijnú listinu, ktorá zabezpečovala Kremnici rôzne výsady.

znázorňujúcimi scény zo života sv. Erazma.

**Severná veža** z 2. polovice 14. stor. chránila vstup do hradu zo severu. Má tvar hranola s tromi poschodiami a priechodom na prízemí. Pôvodne bola o poschodie nižšia, posledné pristavali po požiari v r. 1560. Pri tejto prestavbe vznikli aj renesančné klenby priechodu a prvého poschodia. Veža má na vonkajších stranách strielne a smolný nos, ktoré chránili vstupný padací most. Koncom 19. stor. ho nahradil pevný kamenný most, ktorý stojí dodnes. V severnej veži je na prvých dvoch poschodiach inštalovaná expozícia Z archeologického výskumu Mestského hradu v Kremnici a v podkroví expozícia Obrana mesta.

**Banická bašta**, stojaca neďaleko karnéra a severnej veže je pôvodne polkruhová bašta opevnenia. V 2. pol. 15. stor. nad ňu

## ŠTEFÁNIKOVO NÁMESTIE

Ak zavítate do Kremnice, vaše kroky nasmerujte na Štefánikovo námestie. K jeho dominantám patrí impozantný trojičný stĺp, postavený v r. 1765-72, ktorý je jednou z najvýznamnejších barokových pamiatok svojho druhu na Slovensku, ďalej rozsiahly františkánsky kláštor z polovice 17. stor. či mincovňa. Kompozíciu námestia dotvára aj niekoľko menších architektonických prvkov, či už baroková fontána situovaná v jeho severnej časti pochádzajúca pravdepodobne z dielne D. Stanetiho, alebo aj meteorologický stĺp. Je to kovová skrinka



Mestský hrad.

zdroj foto Kultúrne a informačné centrum mesta Kremnica

**Radnica** (curia civitatis) zo 14. stor. je najväčšou svetskou stavbou hradného areálu. Do súčasnosti sa zachoval len suterén a prízemie. V súčasnosti je tu expozícia Barokové plastiky. Exponáty pochádzajú z výzdoby dvoch kremnických kostolov - Kostola sv. Kataríny (v areáli Mestského hradu) a zo zbúraného Kostola Panny Márie na námestí.

## Kostol sv. Kataríny

Rímsko-katolícky kostol - pôvodne dvojloďový neskorogotický kostol z polovice 15. storočia vznikol prestavbou staršieho objektu zo 14. storočia. Pod menom sv. Katarína sa prvýkrát spomína v roku 1526.

## Opevnenie mesta

Historické jadro Kremnice je obohna-

skou stala najdôležitejšou mincovňou vtedajšieho Uhorska, svoje výsostné postavenie (popri Viedni) si udržala aj počas trvania monarchie a ostala jedinou mincovňou v časoch československého štátu. So svojou takmer sedemstoročnou nepretržitou výrobnou činnosťou je ojedinelým fenoménom, pýchou Kremnice a celého Slovenska. Expozícia Mincovne Kremnica ponúka turistom možnosť prezrieť si nielen zaujímavé exponáty v novorekonštruovaných priestoroch historickej budovy, ale tiež jedinečnú prehliadku starej raziarne mincí.

Informácie poskytl(a) Oblastná organizácia cestovného ruchu Stredné Slovensko a Visit Kremnica.

» re



Mincovňa.

zdroj foto Kultúrne a informačné centrum mesta Kremnica

# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA

**GS**  
EUROTHERM  
MOBILT

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**

**ZLAVY AŽ  
DO 50%**

**Stannah**

**Ponuka**  
Darček v  
hodnote až  
200,- €

## Sloboda nepozná vek.

Keď sa zhorší mobilita a každý krok je náročný, schodisková stolička Stannah môže byť riešením, ktoré vám pomôže zostať nezávislý a žiť naplno vo vlastnom domove.

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

Pretože Stannah zmení Váš život.

\*Táto ponuka je k dispozícii do 22.08.2025 a nie je platná s inými kampaňami alebo ponukami.

**0800 162 162**

[www.stannah.sk](http://www.stannah.sk)

**POKRÝVAČ- TESÁR**

**+10% Z CENY PRÁCE DO 31.08.2025**

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

**ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!**

**Kontakt: Janek - 0919 495 628**

**Ponuka práce pre MURÁRSKE partie (SZČO) DO BELGICKA**

- Dlhodobá spolupráca
- Platobné podmienky 4.000 – 5.000 € / mesiac
- Fakturácie každé 2 týždne s 10-dňovou splatnosťou
- Ubytovanie zabezpečené a hradené

Kontaktujte nás

**+ 421 917 860 693 info@zu-com.eu**  
**+ 32 492 049 012 www.zu-com.eu**

**EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU**

**BEZ WAPKY**

**BEZPLATNÁ UKÁZKA**

**BOMBA FASÁDA**

[www.bombafasada.sk](http://www.bombafasada.sk)  
**+421 905 148 393**  
[info@bombafasada.sk](mailto:info@bombafasada.sk)

**REGION PRESS**

- ▶ tvorba WWW
- ▶ E-commerce
- ▶ SEO optimalizácia
- ▶ tlač
- ▶ inzercia

Komplexné služby pre Vaše podnikanie

marketing na mieru

[www.regionpress.sk](http://www.regionpress.sk)

**Big bean**  
Coffee Masters

[BIGBEAN.SK](http://BIGBEAN.SK)

### PRENÁJOM KÁVOVAROV

SANREMO D8 Profesionálny pákový kávovar				JURA X10 Veľký automatický kávovar				JURA ES Malý automatický kávovar				FIORENTATO F64 Mlýnek			
10DN	VÝKEND	2-10 DNI	18-80 DNI	80 DNI +	10DN	VÝKEND	2-10 DNI	18-80 DNI	80 DNI +	10DN	VÝKEND	2-10 DNI	18-80 DNI	80 DNI +	
60 €	90 €	40 €	20 €	9 €	25 €	35 €	20 €	15 €	7 €	20 €	30 €	15 €	10 €	5 €	

### ČERSTVO PRAŽENÁ KÁVA

Pri pravidelých odberoch kávy, prenájom kávovaru zdarma.

<b>SINGLE ORIGIN 100% ARABICA 250G</b>	<b>SINGLE ORIGIN 100% ARABICA 500G</b>	<b>MISTO BLEND 80/20 500G</b>	<b>VENETO BLEND 1KG</b>	<b>TOSCANA 100% ARABICA 1KG</b>

BIG BEAN, Logistická 6, 917 01 Trnava  
+421 910 315 415, info@domkavy.sk

Pondelok - Piatok: 08:00 - 16:30  
Jedná sa o nezáväznú B2B ponuku.