

BRATISLAVSKO západ

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 106 540 domácností

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Pre mamografiu platí nová veková hranica

Mamografické vyšetrenie, ktoré je dôležitým nástrojom prevencie rakoviny prsníka, bude po novom prístupné pre viac žien. Novinka vstúpila do platnosti od 1. júla 2025.

Skríning pre viac žien

„Na bezplatné skríningové mamografické vyšetrenie prsníkov majú po novom nárok všetky ženy vo veku od 45 do 75 rokov,“ informuje na sociálnej sieti Ministerstvo zdravotníctva SR a dodáva, že rozšírenie vekovej skupiny z pôvodných 50 – 69 rokov má za cieľ zlepšiť včasnú odhalenie rakoviny prsníka – ochorenia, ktoré je najčastejším zhubným nádorom u žien na Slovensku.

Číslo hovoria:

Za jeden rok u nás pribudne približne 2 500 nových prípadov a až 300 žien zomrie na rakovinu prsníka zbytočne, z dôvodu neskorej diagnostiky tohto ochorenia.

Mamografiu sa odporúča absolvovať v intervaloch:

- 45 – 49 rokov: každé 2 roky
- 50 – 69 rokov: každé 2 roky
- 70 – 75 rokov: každé 3 roky

Ide o najspoľahlivejšiu metódu

„Mamografia je najspoľahlivejšou metódou, ktorá dokáže odhaliť rakovinu

prsníka ešte v počiatočnom štádiu. Využíva nízku dávku ionizujúceho žiarenia, ktorá je starostlivo kontrolovaná, prísne regulovaná a je porovnateľná napríklad s absolvovaním jedného zaoceánskeho letu,“ približuje rezort zdravotníctva s tým, že vyšetrenie odporúča absolvovať na preverenom mamografickom pracovisku, ktoré v prípade podozrivého nálezu zabezpečí nadväzujúce vyšetrenia a ďalšiu odbornú starostlivosť.

Dbajte na samovyšetrenie prsníkov

Najjednoduchší a najúčinnější spôsob, ako si včas všimnúť podozrivé zmeny, je podľa odborníkov samovyšetrenie, ktoré by si ženy mali urobiť aspoň raz mesačne. Ak spozorujú nejakú odchýlku, či zmenu, nemali by zbytočne čakať, ale čo najskôr kontaktovať svojho lekára. » [ren](#)



Ilustračné foto. zdroj foto marcojean20 pixabay

OKAMŽITÁ ÚČAVA OD AKÚTNEJ BOLESTI
FYZIOTERAPIA - BEZBOLESTNÁ RÁZOVÁ VLNA
0950 105 709 # www.alexia.sk

• sťahovanie • likvidácie
• výnos • prenos nábytku
»»» ŽTP, dôch. -10% «««

JOŽOVCI
0911 107 792
0903 594 868

PALIVOVÉ DREVO

POLIENKA BUK, DUB, HRAB

Ku každej objednávke hodnotný darček

www.palivovedrevo.sk
0917 649 213



Slovenská Grafia a.s.

Pekná cesta 6, 834 03 Bratislava

výrobná spoločnosť v oblasti polygrafického priemyslu



PRIJME IHNEĎ

- GRAFIKA PRÍPRAVY TLAČE
- KNIHÁROV - ZORAĐOVAČOV
- PREVÁDZKOVÝCH ELEKTRONIKOV
- MECHANIKA POLYGRAFICKÝCH STROJOV

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

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

Mzda: **min. 1 210 € - 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

Blížšie informácie:

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

OPRAVA STRECHY

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

0903 969 611

Požičaj si campervan

+421 915 717 358 • www.flakamesa.sk

KLIMATIZÁCIE



0951 305 288
alpaca-klima.sk

VINYLOVÉ, DREVENÉ,
LAMINÁTOVÉ PARKETY

Spol'ahľivosť, precíznosť
a dlhoročné skúsenosti.

MONTÁŽ PARKIET
RÝCHLO A KVALITNE!

Info: 0903 723 017

NÁTER EUROOKIEN, OKIEN A DVERÍ

Objednávky:
0905 621 229

REZANIE BETÓNU

KRÁTKA ČAKACIA DOBA
DLHOROČNÉ SKÚSENOSTI

otvory do panelu
jadrové vŕtanie otvorov
statické posudky
odvoz odpadu

0908 447 006

www.jadrovevrtanie.sk

UMÝVANIE OKIEN

UPRATOVANIE
TEPOVANIE

Vysoká
kvalita

MALIARSKÉ PRÁCE

www.topservis-bratislava.sk

0908 437 079

Ing. Kubaška Dušan

Bratislavsko

Bezplatný týždenník

BRATISLAVSKO
západ

EV 6238/24

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

Ročník II, rok 2025

Redakcia: Martinčeková 17
BRATISLAVA
bratislavsko@regionpress.sk

INZERCIA

Zora Kováčová 0905 719 132
Edita Schubertová 0910 922 916
Mgr. Barbora Knapová 0910 973 657www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.skVychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (106.540 domácností)

Každý týždeň: Dlhé Diely, Karlova
Ves, Dúbravka, Lamač, Petržalka,
Devínska Nová Ves, Devín, Horský park,
Záhorská Bystrica, Rusovce, Jarovce,
Čunovo, Koliba, KramáreVydavateľ nezodpovedá za obsah a
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazy-
kovou úpravou.Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípa-
de, že viete o mieste, kam naše noviny
nechodja, dajte nám, vedieť. Ďakujeme.

Západné Slovensko

BV	97.240	BRATISLAVSKO	východ
BZ	106.540	BRATISLAVSKO	západ
DS	34.320	DUNAJSKOSTREDSKO	
GA	34.390	GALANTSKO-ŠALIAANSKO	
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO	
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO	
LV	30.580	LEVICKO	
MA	29.680	MALACKO	
NR	54.170	NITRIANSKO	
NZ	35.050	NOVOZÁMOKO	
PK	22.970	PEZINSKO	
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY	
SC	35.420	SENECKO	
SE	36.750	SENIČKO-SKALICKO	
TO	41.930	TOPOLČIANSKO-PE-PEN	
TN	60.750	TRENČIANSKO-DCA-HL	
TR	49.930	TRNAVSKO	
ZM	20.930	ZLATOMORAVSKO	

Stredné Slovensko

BB	56.200	BANSKOBYSTRICKO	BR
KY	29.300	KYSUCKO	CA-KM
LI	37.270	LIPTOVSKO-LM-RK	
LC	30.860	LUČEŇSKO-VK-PT	
MT	38.570	MARTINSKO-TR	
OR	34.980	ORAVSKO-DK-NO-TS	
PB	33.590	POVAŽSKO-PB-PU	
PD	40.150	PRIEVIDSKO	
ZV	38.400	ZVOLENSKO-DT-KA	
ZH	26.880	ŽIARSKO-ZC-B5	
ZI	50.780	ŽILINSKO-BY	

Východné Slovensko

BJ	37.210	BARDEJOVSKO-SK-SP	
GE	30.830	GEMERSKO-RV-RS-RA	
HU	27.190	HUMENSKO-VT-SV-ML	
KE	92.130	KOŠICKO	
KS	24.900	KOŠICKO okolie	
SL	12.940	LUBOVNIANSKO	
MI	31.260	MICHALOVSKO-TV-SO	
PP	41.520	POPRADESKO-KK	
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB	
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL	

Sociálny pracovník v zdravotníctve Byť mostom tam, kde sa život láme

„A kto vlastne je sociálny pracovník v zdravotníctve?“ Túto otázku dostávam až prekvapivo často. A úprimne, ani sa tomu nečudujem. Mnohí ľudia sa s týmto pojmom nikdy nestretli – pokiaľ sa ich to osobne nedotklo. Ale ak sa tak stane, často zistia, že **moja práca má svoje nezastupiteľné miesto.**

Ako sociálna pracovníčka v zdravotníctve riešim veľmi špecifické úlohy – podľa typu oddelenia, diagnózy pacienta či samotného zariadenia. **Mojím cieľom je pomáhať, sprevádzať, poskytnúť oporu a podporu v náročných životných situáciách,** ktoré prichádzajú nečakane a často zmenia človeku život od základu.

Keď pacient vstúpi do nemocnice, neprichádza len so svojím telom, zranením alebo chorobou. Prichádza ako celý človek – so svojím príbehom, minulosťou, rodinou, obavami aj nádejami. Obrazne povedané, nesie si so sebou „balík“, v ktorom je zabalený celý jeho doterajší život. A niekedy som práve ja tou osobou, ktorá pomáha rozbaľiť ho a opäť poskladať – s ohľadom na to, čo bude nasledovať.

Preto sa snažím vždy pozeráť na pacienta komplexne. Nevidím len chorobu – vidím človeka. A v spolupráci s jeho blízkymi a lekárskeym tímom sa snažím poskytnúť odborné sociálne poradenstvo, nasmerovanie a

konkrétnu pomoc.

Najrizikovejšou skupinou, s ktorou pracujem, sú deti, ľudia bez domova, osamelí seniori či mladí ľudia s vážnymi diagnózami a neistou budúcnosťou. Tieto prípady sú výzvou – a zároveň pripomienkou, prečo má moja práca zmysel. V každej situácii musím byť pripravená konať odborne, citlivo a ľudsky.

Vnímam seba ako most – medzi pacientom a systémom, medzi ním a jeho rodinou, medzi minulosťou a tým, čo bude ďalej. Som v neustálom kontakte s lekármi, sestrami aj samotnými pacientmi. A hoci ma nie je vidno na prvý pohľad, som tam – pripravená pomôcť, podporiť, vypočuť.

Lebo v skutočnosti **nikdy nevieme, kedy práve my budeme potrebovať človeka,** ktorý nás prevedie chvíľami, keď sa život náhle zmení.



» Mária N.

Zelený hrášok pre naše zdravie

Zelený hrášok je nenáročná a chutná plodina. **Doposťovať si ho môžeme na záhrade od jari až do jesene, ale zakúpiť si túto čerstvú a obľúbenú zeleninu môžeme aj na trhu či v obchodnej sieti. Zelené guľôčky, ukryté v strukoch, obsahujú veľa zdraviu prospešných látok.**

Pestovanie

Hrach obľubuje vzdušnú a priepustnú pôdu. Vysievame ho do riadkov vzdialených od seba 12 až 15 centimetrov a do hĺbky približne 5 centimetrov. Doposťovať si ho však môžeme aj v kvetináči na balkóne či terase. Nezabudnime na pravidelnú zálievku a tiež vhodnú oporu, nakoľko ide o popínavú rastlinu. Využiť na tento účel môžeme rôzne druhy sieťoviny, ako aj kovové či drevené mriežky.

Účinky na zdravie

Hrach je podľa odborníkov pravým pokladom pre naše telo aj dušu. Obsahuje množstvo kvalitných rastlinných bielkovín, čo je hlavným dôvodom, prečo zasýti spolu s ich vysokým množstvom vlákniny. „Hrašok je známy svojou vysokou koncentráciou viacerých živých – železa, selénu, horčíka, vápnika, vitamínov C, A, B1, B2, B5,“ popisuje Mgr. Zuzana Klinčáková z Poradne zdravia Regionálneho úra-

du verejného zdravotníctva Bratislava a dodáva, že hrášok je tiež bojovníkom proti starnutiu, spevňuje pleť, podporuje rast a kvalitu vlasov a zregeneruje celý náš organizmus. „Vysoký obsah vlákniny v hrášku má detoxikačné účinky a pomáha v prevencii proti zápche. Protizápalové a antioxidantné látky, ktoré sa nachádzajú v hrášku zabezpečujú pružnosť a vitálnosť cievneho systému,“ približuje odborníčka.

Použitie

Hrach má v našej kuchyni rôznorodé použitie. Vieme si z neho pripraviť chutnú polievku, kašu, prílohu k mäsu, pridávať ho k zapekaným jedlám a jesť aj surový. Najviac výživných látok má však čerstvý mladý hrášok. Ten by mal byť sýtozelený a pri trení jemne výzgať.



» ren

zdroj foto Bluesnap pixabay/

PRIJEMEME PRACOVNÍKOV SBS
na obchodnú prevádzku - BRATISLAVA

Práca v stabilnej spoločnosti

Nutný preukaz odbornej
spôsobilosti,
zdravotná spôsobilosť,
bezúhonnosťcorado@corado.sk
0948 116 981Corado
recepty**SBS GUARDING s. r. o.**pracovná pozícia: bezpečnostný pracovník
na prevádzke Billa

oblasť: Billa Záhorská Bystrica

Mzda: 6 €/hod. bruttonástup: ihneď + možnosť ubytovania
požiadavky: preukaz odbornej spôsobilosti
alebo osvedčenie, bezúhonnosť, spoľahlivosťKontakt. osoba: Andrej Tel. kont.: 0948 137 340
Pre bližšie info treba volať (nie písať)**Čujte.sk**Uhorky nás osviežia
a dodajú vitamíny

www.cujte.sk

01-0005

zdroj foto atelier72 pixabay

**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 riadkový
inzerát?**Pošlite SMS na tel. č. 8866
v tvare RP (medzera) BZ
(medzera) číslo rubriky
(medzera) Text inzerátu.

Príklad:

RP BZ 7 Predám hlboký
modrý kočík. 0987 654 321Inzerát bude po skontrolovaní spo-
platený 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 €

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 prípa-
de Vašej SMS kódom novín, ktorý naj-
dete v tiráži.
(Službu platbarnobilom.sk
technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)



BOBRIA SILA V AKCII

KONIEC LETA, VEĽKÉ PLÁNY

~~6,99~~ m²
-17 %
5,79 m²

LAMINÁTOVÁ PODLAHA DUB „TREVI“¹
138 × 19,3 cm, hrúbka 6 mm. Obsah balenia 2,930 m². OBI č. 2732246

~~7,49~~ m²
-9 %
6,79 m²

LAMINÁTOVÁ PODLAHA DUB „STONE“
138,3 × 19,3 cm, hrúbka 8 mm. Obsah balenia 2,402 m². OBI č. 2004026

~~19,49~~ m²
-17 %
15,99 m²

LAMINÁTOVÁ PODLAHA DUB „LUCCA“
18 × 122 cm, hrúbka 3,5 + 1 mm, s kročajovou izoláciou. Obsah balenia 2,635 m². OBI č. 1670215

8,99 m² od

SÉRIA „ARGENTINA“¹
Obklad 20 × 30 cm, dekor claro alebo gris, vzhľad mramor, lesklý, vhodný do interiéru. Obsah balenia 0,96 m². OBI č. 2713709, 2713725
Dekorácia 20 × 30 cm. Obsah balenia 0,96 m². OBI č. 2713717

~~12,29~~ m²
-10 %
10,99 m²

DLAŽBA „SGR54-1“
60 × 60 cm, hrúbka 8 mm, rektifikovaná, mrazuvzdorná. PEI4, R10. Obsah balenia 1,8 m². OBI č. 2425155

~~13,29~~ m²
-9 %
11,99 m²

DLAŽBA „DOLOMITI“
60 × 60 cm, mrazuvzdorná, vhodná aj do exteriéru. PEI3, R9. Obsah balenia 1,08 m². OBI č. 1570829

Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

Platí od 15. 8. do 31. 8. 2025 alebo do vypredania zásob.



Aplikácia heyOBI

stiahni, zaregistruj sa a používaj už dnes

¹Do vypredania zásob.



DOKÁŽETE ČOKOL'VEK

Pripravte si domáce zmrzliny, nanuky či sorbety

Osviežte sa počas horúcich letných dní

Čo nás dokáže počas horúcich letných dní lepšie schladíť ako mrazené pochúťky. Prijemne nás osviežia a ešte si aj pochutíme. Výbornou voľbou môžu byť domáce zmrzliny, nanuky či sorbety. Vieme, aké suroviny, sme na ich výrobu použili, sú plné chutného ovocia a ich prípravu hravo zvládneme.

LAHODNÉ ZMRZLINY

Banánová zmrzlina

Suroviny: 5 banánov, 3 lyžice gréckeho jogurtu, 2 lyžice arašidového masla

Postup: Deň vopred zbavíme banány šupy, nakrájame ich na kolieska a dáme do mrazničky. Na druhý deň vložíme ešte zmrazené banány spolu s arašidovým maslom a gréckym jogurtom do mixéru a všetko dohľadka vymixujeme. Môžeme ihneď podávať.

vychladenú jahodovú omáčku. Formu na pečenie srnčieho chrbta vystelieme papierom na pečenie, navrstvime do nej jahodovú zmrzlinu, vrch prekryjeme fóliou a uložíme do mrazničky na minimálne šesť hodín. Zmrzlinu podávame nakrájanú na plátky.

OSVIEŽUJÚCE NANUKY

Čučoriedkové nanuky

Suroviny: 250 g čučoriedok, 150 g kryštálového cukru, 150 ml vody, šťava z polovice citróna

Postup: Z vody a kryštálového cukru uvaríme na miernom ohni hustý cukrový sirup a necháme vychladnúť. Potom sirupom zalejeme čučoriedky, pridáme tiež citrónovú šťavu a rozmixujeme ponorným mixérom. Zmes nalejeme do formičiek, teda nádobiek určených na výrobu nanukov a uložíme aspoň na tri hodiny do mrazničky.



Pripravte si domáce zmrzliny.

zdroj foto RitaE pixabay

Tvarohové nanuky

Suroviny: 250 g jemného tvarohu, 2 PL práškového cukru, 1 balíček vanilkového cukru, 180 ml smotany na šľahanie, 4 PL kyslej smotany

Postup: V miske vyšľaháme tvaroh, práškový a vanilkový cukor. Prilejeme vychladenú sladkú smotanu a šľaháme až kým nám nevznikne nadýchaný krém. Na záver doň ešte vmiešame kyslú smotanu. Tvarohový krém naplníme do formičiek na nanuky a uložíme aspoň na štyri hodiny do mrazničky.

SORBETY PLNÉ OVOCIA

Sorbet z červeného melóna

Suroviny: 120 ml vody, 500 g červeného melóna, 3 PL práškového cukru, 1 ČL nastrúhanej citrónovej kôry

Postup: Vodu zmiešame s cukrom, citrónovou kôrou a varíme kým sa cukor nerozpustí. Potom necháme vychladnúť. Zatiaľ zbavíme melón jadierok, nakrájame ho na malé kúsky a rozmixujeme. Rozmixovanú zmes zmiešame s vychladnutou cukrovou vodou a vložíme do chladničky. Po hodine preložíme sorbet do nádoby vhodnej na mrazenie a vložíme do mrazničky. Mrazíme aspoň 4 hodiny, pričom každú polhodinu zmes premiešavame vidličkou. Sorbet podávame v miskách zdobený lístkami mäty alebo medovky.

Malinový sorbet

Suroviny: 250 ml vody, 500 g malín, 250 g práškového cukru, 1 ČL čerstvej citrónovej šťavy

Postup: Vodu zmiešame s cukrom a zahrievame kým sa cukor nerozpustí. Potom do hrnca k sirupu vsypeme maliny a varíme ich za stáleho miešania až kým sa rozvaria a vznikne malinový pyré. To následne scedíme do misky tak, aby sa tam nedostali zrníčka. Necháme vychladnúť. Potom vmiešame citrónovú šťavu a misku vložíme do chladničky. Po hodine preložíme sorbet do nádoby vhodnej na mrazenie a vložíme do mrazničky. Mrazíme aspoň 4 hodiny, pričom každú polhodinu zmes premiešavame

vidličkou. Sorbet podávame na tanierikoch zdobený malinami a lístkami mäty alebo medovky a prúčkami pomarančovej prípadne citrónovej kôry.

Náš tip: Ak je sorbet určený dospelým, môžete doň tesne pred podávaním prímiešať zopár kvapiek malinového likéru.



Nanuky sú v lete veľmi obľúbené.

zdroj foto JillWellington pixabay

Jahodová zmrzlina

Suroviny: 250 g jahody, 80 g kryštálový cukor, 1 KL citrónová šťava, 500 ml smotana na šľahanie, 1 vanilkový cukor, 100 g grécky jogurt.

Postup: Jahody umyjeme a v miske popučíme vidličkou. Jahodové pyré prelejeme do rajnice, pridáme cukor, citrónovú šťavu a necháme povariť približne 5 minút. Omáčku prelejeme do misky a uložíme do chladu. V druhej miske vyšľaháme vychladenú smotanu s vanilkovým cukrom na šľahačku, do ktorej prímiešame jogurt a

Náš tip: Ak nanuky pred podávaním krátko podržíte pod horúcou tečúcou vodou, budú sa vám ľahšie vyberať formičiek.

Jahodové nanuky

Suroviny: 1 hrnček čerstvých jahôd, 2 zrelé banány, 1/2 hrnčeka gréckeho jogurtu, podľa chuti môžeme osladiť lyžicou medu

Postup: Všetky ingrediencie zmixujeme do hladka, nalejeme do formičiek a uložíme aspoň na tri hodiny do mrazničky.



Sorbet výborne osvieži.

zdroj foto shuettner890 pixabay



Pripravte si nanuky plné ovocia.

zdroj foto JillWellington pixabay

Citrónový sorbet

Suroviny: 250 ml čerstvej citrónovej šťavy, 500 ml vody, 200 g cukru, kôra z 2 citrónov – použijeme len jej žltú časť, najlepšie z citrónov v BIO kvalite

Postup:

Vodu zmiešame s cukrom a zahrievame kým sa cukor nerozpustí. Keď je sirup hotový, odstavíme ho zo sporáka, pridáme citrónovú kôru a všetko necháme poriadne vychladnúť. Zatiaľ si vytlačíme citróny, šťavu precedíme cez sitko, vďaka čomu odstránime semenka a prebytočnú dužinu. Keď je sirup vychladený, zmiešame ho s citrónovou šťavou a dobre premiešame. Následne zmes dáme do nádoby vhodnej na mrazenie a vložíme do mrazničky. Mrazíme aspoň 4 hodiny, pričom každú polhodinu zmes premiešavame vidličkou. Sorbet podávame na tanierikoch zdobený prúčkami citrónovej kôry a plátkom citróna.

» ren



46,32€

Lacoste L.12.12 Rose Eau de Parfum pre ženy 50 ml

[notino.sk](#)



289,00€

Apple Watch SE 2 GPS 44mm Silver Aluminium MXE03QCA

[Smartwear.sk](#)



29,99€

PARKSIDE® Aku strunová kosačka bez akumulátora

[Lidl.sk](#)



1.179,00€

Americká chladnička Whirlpool WQ9 EIL

[ZlavneneSpotrebice.sk](#)



27,67€

Musetti zrnková káva Armonico - 1kg

[Domkavy.sk](#)



17,32€

Nástenné hodiny MPM 4233.51

[dizajnovे-doplňky.sk](#)



215,00€

Drvič záhr. odpadu Riwall PRO RES 3044 B

[merkury market.sk](#)



99,99€

SILVERCREST® Stojanový ventilátor

[Lidl.sk](#)



33,72€

Bytová búda pre psa, RD43171

[dizajnovе-doplňky.sk](#)



62,49€

TESCOMA panvica hlboká PRESIDENT Stone

[4home.sk](#)



27,99€

Vileda Súprava na umývanie podlahy Ultramax

[Lidl.sk](#)



38,00€

Úložný box Keter Broadway 270 l grafit

[mojnabytok.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

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



GS
EUROTHERM
MONT

ZIMNÉ ZÁHRADY
ZASKLENIA BALKÓNOV
A TERÁS • PRÍSTREŠKY
PREKRYTIA BAZÉNOV
HLNÍKOVÉ A NEREZOVÉ
ZÁBRADLIA A BRÁNY

gzsasklenie.sk
0800 333 223

ZAMERANIE A
3D VIZUALIZÁCIA
ZDARMA

**ZĽAVY AŽ
DO 50%**

Stannah



Ponuka
Darček v
hodnote až
200,- €

Môj domov. Môj život. Môj Stannah výťah.

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.

*Táto ponuka je k dispozícii do 05.09.2025 a nie je platná s inými kampaňami alebo ponukami.

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



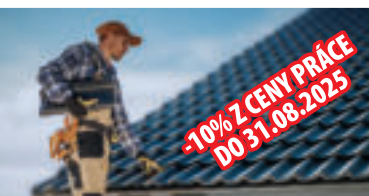
Pretože Stannah zmení Váš život.



0800 162 162

www.stannah.sk

POKRÝVAČ- TESÁR



**-10% Z CENY PRÁCE
DO 31.08.2025**

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

**ZA NAŠU PRÁCU
RUČÍME!**

Kontakt: Janek - 0919 495 628

pred po

EKOLÓGICKE ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANOU TECHNOLÓGIU

BOMBA FASÁDA

BEZPLATNÁ
UKÁZKA

**BEZ
WAPKY**

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

**POKRÝVAČ STRIECH
MAJSTER TESÁR**

- kompletná montáž nových striech
- kompletná renovácia striech
- renovácia žlabov
- renovácia hospodárskych budov
- pokládka strešnej krytiny • zateplenie

**DO 31.8.
ZĽAVA
-15%**

Kontakt: +421 917 506 871

Oravská Horáreň

SME TU PRE VÁS
20 ROKOV

Seniori pozor! Využite mimoriadnu štátnu dotáciu 100 € pre výbornú dovolenku iba za „296 € / 1 nepracujúci dôchodca“
Posledné voľné termíny, plná penzia, bohatý program na 6 dní / 5 nocí
Pôvodná cena 396 € / 1 osoba a pobyt
Podmienky nájdete na:
www.oravskahoraren.sk, info@oravskahoraren.sk, 0918 591 942
Adresa: Penzión Oravská Horáreň (Hruštín-Zábava), Oravský Podzámok č. 396

POKRÝVAČ- TESÁR

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

**OKAMŽITÉ
ZACATIE
PRÁCE**

-10% Z CENY PRÁCE DO 31.08.2025

ZDARMA
doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

Kontakt: +421 949 623 050

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