

L'UBOVNIANSKO



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 12 940 domácností

VÝKUP STARŠÍCH VOZIDIEL STACÍ ZAVOLAŤ PRÍDEME KEDYKOLVEK ODĎAHOVÁ SLUŽBA

FORMALITY VYBAVÍME ZA VÁS

PENIAZE V HOTOVOSTI IHNEĎ

sídlo Sabinov: 0917 722 447
kalejatransport@gmail.com

ŠUMNÁ STRECHA

- nátery striech
- nátery kostolov
- oprava komínov

MICHAL

0908 337 893

ČISTENIE HROBOV

- Obnova písma
- Náhrobné doplnky

JEDNOHROB 80€
DVOJHROB 120€

OBNOVA PÍSMO 1,50€/znak
IMPREGNÁCIA A DOPRAVA ZDARMA

0911 996 087 0949 651 250
www.cistenie-hrobov.sk

ZATEPLOVANIE PODKROVIA

- STRIEKANÁ PUR PENA
- FÚKANÁ CELULÓZA
- MONTÁŽ SADROKARTÓNOV

+48602521334

NÁTERY STRIECH OPRAVA KOMÍNOV

NOVÁ STRECHA.

Za rozumnú cenu

0908 152 485

PRENÁJOM KÁVOVAROV

Big bean

Model	1 DEŇ	VIKEND	2-10 DNI	11-30 DNI	31-60 DNI	61-90 DNI	91-120 DNI
SANREMO D8 Profesionálny pákový kávovar	60 €	90 €	40 €	20 €	9 €		
JURA X10 Vlný automatický kávovar	25 €	35 €	20 €	15 €	7 €		
JURA E6 Malý automatický kávovar	20 €	30 €	15 €	10 €	5 €		
FIorenzato F64 Mlynček	20 €	30 €	15 €	10 €	5 €		

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.

KÚP 50 kg ZEMIAKOV A VYHRAJ 2000€ POUKAZ NA DOVOLENKU

od CK CORADO, iPhone 16 PRO, alebo iPad PRO

1. Vystrihni hlasovací lístok z Ľubovnianskych novín alebo Regionpressu.
2. Prines ho do Grúptopu v Hromovli do predajne. (byťová/lokalitná otváracia)
3. Kúp minimálne 50 kg zemiakov z RD Plešivca a náleži lístok vhodit do hlasovacej škatule.

SÚŤAŽNÝ KUPÓN „Kúp 50 kg zemiakov a vyhraj dovolenku a ďalšie hodnotné ceny!“

Meno: _____ Príezvisko: _____
Mesto: _____ Telefón alebo email: _____

FRÉZOVANIE a VLOŽKOVANIE komínov

- revízie komínov ku kolaudáciám RD
- frézovanie a vložkovanie komínov
- strojové čistenie zadržovaných komínov
- fasádne komíny
- čistenie a kontrola komínov

Kontaktujte nás v pracovných dňoch od 7.00 do 17.00 hod.

obhliadka ZDARMA

www.kominar-poprad.sk
www.kominyfrezovanie.sk

Erimont s.r.o. Lučivná 315

0905 279 418
Michal Hudáč

REGION PRESS

www.regionpress.sk

sieť 39 regionálnych novín

HĽADÁTE ZAMESTNANCA?

SKÚSTE TO

INZERCIU

v našich novinách

0907 877 862

Bezplatný týždenník

LUBOVNIANSKO

EV 6208/24

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

Rokník II, rok 2025

Redakcia: Bajkalská 3852/20
POPRAD
lubovniansko@regionpress.sk

INZERCIA

Alena Berithová **0907 877 862**

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

Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (12.940 domácností)

Každý týždeň:
Stará Ľubovňa, Čič, Forbasy, Hniezdné, Hromoš, Chmelnica, Jakubany, Kamienka, Kolačkov, Kyjov, Ľubotín, Nižné Ružbachy, Nová Ľubovňa, Ortov, Plaveč, Plavnica, Podolínec, Šamborn, Šarišské Jastrabie, Údol, Veľký Lipník, Vyšné Ružbachy

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

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

Západné Slovensko

BV	97240	Bratislavsko Východ
BZ	106540	Bratislavsko Západ
DS	34320	Dunajskostredsko
GA	34390	Galantsko+Šaliansko
HC	30330	Hlohovecko+Sereďsko
KM	16450	Komárňansko
LV	30580	Levicko
MA	29680	Malacko
NR	54170	Nitriansko
NZ	35050	Novozámocko
PK	22970	Pezinskó
PN	41870	Piešťansko+NM+MY
SC	35420	Senecsko
SE	36750	Senicko+Skalicko
TO	41930	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59870	Trenčiansko+DCA+HL
TT	49930	Trnavsko
ZM	20930	Zlatomoravsko

Stredné Slovensko

BB	56200	Banskobystricko+BR
KY	29300	Kysucko=CA+KM
LI	37270	Liptovsko=LM+RK
LC	30860	Lučenecko+VK+PT
MT	38570	Martinskó+TR
OR	34980	Oravsko=DK+NO+TS
PB	33590	Považsko=PB+PU
PD	40150	Prievidsko
ZV	38400	Zvolensko+DT+KA
ZH	26880	Žiarsko+ZC+BS
ZA	50780	Žilinsko+BY

Východné Slovensko

BJ	37210	Bardajevsko+SK+SP
GE	30830	Gemerisko=RV+RS+RA
HU	27190	Humensko=VT+SV+ML
KE	92130	Košicko
KS	24900	Košicko okolie
SL	12940	Ľubovniansko
MI	31260	Michalovsko+TV+SO
PP	41520	Popradsko+KK
PO	49940	Prešovsko+SB
SN	32540	Spišsko+LE+GL

Špeciálna molekula prináša cielenejšiu liečbu rakoviny

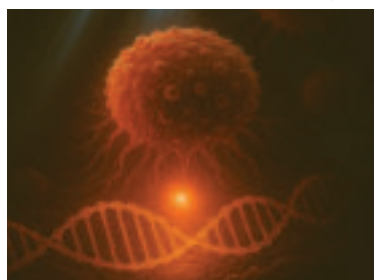
Fotodynamická terapia je moderná metóda liečby rakoviny, pri ktorej sa pacientovi podá špeciálna molekula fotosenzitizér a nádor sa následne osvieti špecifickým svetlom. Medzinárodný tím vedcov, vrátane dvoch odborníkov zo Slovenskej akadémie vied, odhalil nový mechanizmus cieleňého poškodzovania rakovinových buniek. Výhodou terapie je, že k ničeniu týchto buniek dochádza len v osvietenej oblasti, takže systémové vedľajšie účinky sú minimálne.

Výsledky výskumu, publikované v prestížnom časopise Nanoscale Horizons (2025), predstavujú prvý dôkaz, že fotodynamická látka dokáže takto selektívne cieľiť a ničiť špecifické štruktúry DNA. Tento princíp by mohol otvoriť cestu k novým protirakovinovým terapiám, ktoré budú aktívované až po naviazaní liečiva na charakteristickú „chybu“ rakovinej bunky čím sa maximalizuje účinok na nádor a minimalizuje poškodenie zdravých buniek.

„Pomocou špičkových biochemických metód sme presne identifikovali guanínové bázy, ktoré sú po zásahu svetlom oxidované našou molekulou. Teší nás, že sme tak mohli prispieť k objavu, ktorý posúva možnosti fotodynamickej liečby a má potenciál cielene zasiahnuť rakovinové bunky,“ vysvetľuje Ján Jamroškovič z Ústavu molekulárnej biológie SAV, v.v.i.

Na štúdiu spolupracovali vedci zo štyroch európskych krajín – Slovenska, Poľska, Francúzska a Španielska. Zásadný príspevok priniesli aj vedci z Ústavu molekulárnej biológie SAV v Bratislave – Ján Jamroškovič a Maria Vittoria Cottini. Slovenský tím vykonal dôležité experimenty, ktorými presne určil, ktoré guaníny sú v štruktúre DNA po zásahu fotosenzitizérom poškodené.

Informácie poskytla Slovenská akadémia vied (SAV)



zdroj foto SAV » ren

Pravé slovenské mäsové výrobky

BIT STEK

Mäsovýroba

Hlavná 121/54, Terňa

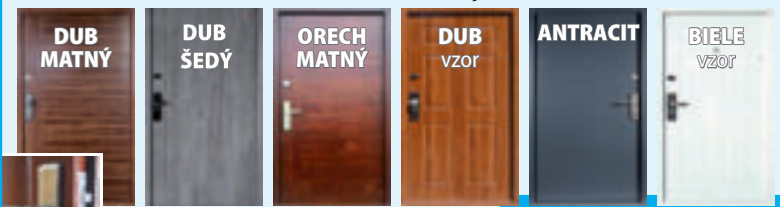
bitstek@gmail.com

051/459 52 65



BEZPEČNOSTNÉ DVERE

Naše OCEĽOVÉ DVERE so ZÁRUBŇOU, CHRÁNIA-ZATEPLIA-ODHLUČNIA Váš domov



AKCIA 460 €

kovanie ZDARMA

zameranie ZDARMA

v ponuke aj
INTERIÉROVÉ DVERE

v ponuke aj hladké dvere a odtieň Wenge **všetky dvere SKLADOM**

odborná montáž s licenciou
technickej služby od polície SR

V ponuke aj bezpečnostné dvere
SECURIDO a SECUM

0905 468 802 • KEŽMAROK, Hlavné námestie 78 •

www.ocelovedvere.sk

ocelovedvere@ocelovedvere.sk

Otvorené:
Po-Pia: 9⁰⁰-17⁰⁰

PROFI-STRECHA

•NÁTERY STRIECH

- NÁTERY VO VÝŠKACH
- NÁTERY KOSTOLOV
- OPRAVA A MUROVANIE KOMÍNOV
- VÝMENA STRIECH

0940 973 777

FARBA KTORÁ VYDRŽÍ ZA PRIATEĽNÚ CENU

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA

0907 877 862

25_0111

AKCIA 460 €

kovanie ZDARMA

zameranie ZDARMA

v ponuke aj
INTERIÉROVÉ DVERE

25_0111

Otvorené:
Po-Pia: 9⁰⁰-17⁰⁰

www.ocelovedvere.sk

ocelovedvere@ocelovedvere.sk

Čistenie hrobov

dosekávania písma od 80€

AKCIA pred po

Používame materiál nemeckej kvality

jednohrob	80 €
dvojhrob	120 €
malba písma	1,50 €/znak

impregnácia a doprava **zdarma!**

Predaj a montáž svetelníkov a váz za zvýhodnené ceny

0902 509 700

Výmena krycích dosiek, pomníky s nápismi, náhrobné fotky, tabuľky s menami

www.cisteniehrobovsaris.sk

KOMINÁR MATEJ

KOMPLEXNÉ KOMINÁRSKE SLUŽBY

0949 739 648

www.kominarmatej.sk

Riadková inzercia

1 AUTO-MOTO
» Kúpim SIMSON, STELU, PIONIER, BABETU. PONÚKNITE. 0949 505 827

2 ELEKTRO, TECHNIKA

3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK

4 DOM A ZÁHRADA

5 ZVERINEC, DROBNOCHOV

6 HOBBY A ŠPORT

7 DEŤOM

8 DARUJEM

9 ZOZNÁMENIE

0 RÔZNE

www.regionpress.sk

NÁTERY SK

-NÁTERY STRIECH
-OPRAVA KOMÍNOV
-MONTÁŽ ŽRABOV
-REKONŠTRUKCIA STRIECH

0940 151 498

od pondelka 22. 9. do 28. 9.



Sa oplatí.

Tatranské maslo
(1 kg = 9,00)

UŠETRITE'
-39 %

2.25



250 g

Vinea biela Retro
v ponuke aj Vinea
červená 1,5 l za 1,15 €
+ záloh za obal 0,15 €
(1 l = 0,77)

UŠETRITE'
-42 %

1.15



1,5l

CENOVÝ
HIT

0.99



s Lidl Plus kupónom
pri nákupe nad 30 €

-50 %

0.49

Toaletný papier
8 kotúčikov
2-vrstvový

Maximálny odber je 1 balenie na obchod.



1 kotúčik iba
0.06



Každý deň
to najlepšie
sa oplatí.



-38 %
1,29
0.79

s Lidl Plus
-46 %

0.69

Červené jablká
odroda Gala
osviežujúco sladké

NAJNEZŠIA
CENA
v Lidli
tento
rok



1 kg iba
0.35

10 kg

CENOVÝ
HIT

3.50

Konzumné
zemiaky neskoré
neprané
varný typ B - prílohové
10 kg balenie

POZNÁTE
TV
CENOVÝ
TERAZ
TYŽDŇA

esmara esmara

Bunda
kus
dámska/pánska

CENOVÝ
HIT

12.99



-38 %

Bravčové karé
cena za 1 kg
bez kostí, v celku

3.89
6.35



-25 %

Kuracie
stehenné rezne
XXL
cena za 1 kg
bez kostí a kože

4.89
6.59

Ponuka tovaru platí od 22. 9. do 28. 9. 2025 alebo do vyčerpania zásob. Chyby v ňi sú vyhradené. Ceny sú bez daňov. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný len v obvyklom množstve. Viac na www.lidl.sk

**STOVKY KUSOVÝCH KOBERCOV
K ODBERU PRIAMO NA PREDAJNI**

**METRÁŽNE, KUSOVÉ A DOMÁCE KOBERCE,
BEHŮNE, PVC, VINYLÓVÉ A LAMINÁTOVÉ
PODLAHY, BYTOVÝ TEXTIL, GARNÍŽE,
OBŠÍVANIE KOBERCOV, POKLÁDKY**

KOBERCE BRATEX
TIE NAJKRAJŠIE KOBERCE...

OC SEVERKA KEŽMAROK, GARBIARSKA 19
0907 906 996, 0907 925 233
www.bratex.sk | bratex@bratex.sk

REALIZUJEME POKLÁDKY PVC-PODLAHOVÍN A KOBERCOV

**Autorizované organizácie zodpovednosti výrobcov
E-cycling s. r. o. a SLOVMAS, a. s. týmto informujú:**



- Do skupiny vyhradených výrobkov patria elektrozariadenia, batérie a akumulátory, obaly, neobalové výrobky, vozidlá a pneumatiky.
- Na vyhradené výrobky sa vzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov, t. z., že výrobca takéhoto výrobku je povinný plniť súbor povinností pre vyhradený výrobok uvedený na trh SR. Tým je zabezpečené, že o vyhradený výrobok, resp. vyhradený prúd odpadu bude postarané vo všetkých fázach jeho životného cyklu.
- Financovanie triedeného zberu vyhradeného prúdu odpadu, vrátane triedeného zberu zložiek komunálneho odpadu patriacich do vyhradeného prúdu, znášajú výrobcovia v rámci systému rozšírenej zodpovednosti výrobcov. V prípade nedôsledného triedenia oddelene zbieraných zložiek komunálneho odpadu, na ktoré sa vzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov, náklady na triedený zber vyhradeného prúdu odpadu znáša obec.
- Každý môže predchádzať vzniku odpadu už pri rozhodovaní o kúpe nového výrobku. Pre ochranu životného prostredia je dôležité, aby sme kupovali výrobky, ktoré majú čo najmenej obalov, pokiaľ možno z rozložiteľných materiálov, aby sme kupovali elektrozariadenia s najvyššou energetickou triedou, pretože šetríme prírodné zdroje potrebné na výrobu elektrickej energie. V prípade batérií a akumulátorov sa snažíme o používanie batérií s dlhou životnosťou alebo využívame nabíjateľné akumulátory.
- Zakazuje sa do voľnej prírody ukladať akýkoľvek odpad. Batérie a akumulátory, elektrozariadenia a odpadové pneumatiky sa nesmú vyhadzovať do komunálneho odpadu.
- Konečný používateľ môže odovzdať elektrozariadenia, batérie a akumulátory na miestach spätného zberu a odpadové pneumatiky u distribútorov pneumatík. Nakladanie s odpadom z obalov a neobalových výrobkov je určené vo všeobecne záväznom nariadení obce.

Havarijná služba

24/7

Elektrina | Voda | Odpad | Kúrenie | Plyn
Košice a okolie - Prešov a okolie - východné Slovensko

0948 20 20 28

Viac informácií nájdete na webových sídlach
www.e-cycling.sk a www.slovmas.sk.

**Slávnostne
otvárame**

v stredu **17. septembra** od 9 hod.
v Starej Ľubovni

Ponuka platí od 17.9. do 23.9. 2025 alebo do vypredania zásob v uvedenom období, a to iba v predajni v Starej Ľubovni.
Na nákup nie je možné uplatniť zľavové kupóny, poukážky ani ďalšie zľavové akcie.



Scandinavian Sleeping & Living



Uzávierka ďalšieho vydania regionálnych novín je **24. septembra 2025**



BOBRIA SILA V AKCII

DVERE A DLAŽBY PRE KAŽDÝ PROJEKT



11,49 m²

DLAŽBA „YORK HONEY“

15,5 × 62 cm, matná, mrazuvzdorná, vzhľad dreva. PEI4, R10. Obsah balenia 1,34 m². OBI č. 2425163



13,99 m²

DLAŽBA „SLATE STONE“

120 × 60 cm, rektifikovaná, matná, mrazuvzdorná, vzhľad kameňa. PEI3, R9. Obsah balenia 2,16 m². OBI č. 2735785



14,99 m²

DLAŽBA „MAGNOLIA“

60 × 60 cm, rektifikovaná, lesklá, mrazuvzdorná, vzhľad kameňa. PEI3, R9. Obsah balenia 1,44 m². OBI č. 2583631



38,99

VOSTER FALCOVÉ INTERIÉROVÉ DVERE „METRIX“

Plné, lakované, dub bielený. Dostupné veľkosti 60, 70, 80 a 90 cm. Pravé/ľavé prevedenie, stabilizačná výplň voštiny. OBI č. 1006980



179,99

PLASTOVÉ VEDLAJŠIE VCHODOVÉ DVERE 4-KOMOROVÉ BIELE

Rozmer: 980 × 1980 mm. Pravé. Vedlajšie vchodové dvere. Hodnota tepelnej izolácie: 1,6 W/m²K. OBI č. 1747690, 1747708



399,99

PLASTOVÉ VEDLAJŠIE VCHODOVÉ DVERE 6-KOMOROVÉ ANTRACITOVÉ/ BIELE

100 × 210 cm, S izolačnou výplňou. Vedlajšie vchodové dvere. Hodnota tepelnej izolácie: 1,4 W/m²K. OBI č. 1907377, 1907385

Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk



DOKÁŽETE ČOKOL'VEK



Platí od 19. 9. do 26. 9. 2025 alebo do vypredania zásob.

Aplikácia heyOBI

Špeciálne ponuky pre užívateľov aplikácie heyOBI.

Cigaretový zápach mi prekážal v práci



Marek (46)

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

Fajčiari, pozor!

Prečítajte si nasledujúce riadky a cigaretu navždy uhaste

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

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

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

Skončiť s fajčením nie je jednoduché. Pevná vôľa nám vydrží týždeň či pár mesiacov, v mnohých prípadoch sa zlozvyk vracia späť. „Na pomoc“ mu pride 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 cítíme 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



Obsahujú nikotín



Vytvára škodlivý cigaretový dym, decht a popol



Tabak sa spája



Zanecháva cigaretový zápach na oblečení, vlasoch a pokožke



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

Mýtus o nikotíne, pravda o dechte

Mnoho fajčiarov si myslí, že pôvodcom ochorenia 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 ochorenia spojených s fajčením. Skutočným vinníkom, ktorý je zodpovedný za najväčšie škody na zdraví dospelých fajčiarov, je tabakový dym, resp. tabakový decht – zmes chemických látok, ktorá vzniká počas horenia cigarety a obsahuje karcinogénne a toxické látky nebezpečné pre zdravie.

Zariadenia na nahrievanie tabaku alebo e-cigarety



Obsahujú nikotín



Tabak alebo kvapalina sa nahrievajú



Produkujú o 95 % menej škodlivín v porovnaní s cigaretami*



Vytvárajú aerosól



Nezanechávajú cigaretový zápach na pokožke, vo vlasoch a na oblečení

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

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

POKRÝVAČ- TESÁR

profesionálne strešné práce

OKAMŽITÉ
ZAČATIE
PRÁČ

-10%
Z CENY
PRÁČE

ZA NAŠU PRÁČU RUČÍME!

- > renovácia striech, renovácia garáží <
- > pokládka plechovej strešnej krytiny <
- > oprava a renovácia žlabov <
- > kompletná výmena striech <
- > zateplovacie práce <

ZDARMA DOPRAVA, CENOVÁ PONUKA

Kontakt: +421 949 623 050

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Nakúpte
výhodne
vo vybraných
E-shopoch

Využite kód:

OPLATISA

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

decorem.sk

KOBEREC 4959B
CHEAP HNEDÁ

-10%

od 9,19 € od 8,19 €

decorem.sk

KOBEREC CHEAP
K857A BÉŽOVÝ

-10%

od 18,00 € od 16,20 €

BUĎTE NA OČIACH AJ V SEPTEMBRI

Vyskúšajte čím skôr

NAOZAJ

ÚÚÚČINNÚ REKLAMU

v najčítanejšom týždenníku na Slovensku

L'UBOVNIANSKO

Týždenne až v 12 940
domácnostiach

Vyberte si cibuľové alebo tekvicové

Pripravme si chutné domáce čatní

Zber jesennej úrody vrcholí a my sa snažíme ju všetku dobre spracovať. Veď počas zimných dní nám isto dobre padne nášst v komore nejaké tie domáce dobroty. Pripravili sme pre vás recepty na chutné čatní.

Chutney (slovensky čatní) je zmes ovocia, zeleniny, korenia a cukru, ktorá sa pomaly varí, až kým nevznikne hustá aromatická omáčka. V kuchyni má táto pochúťka veľmi široké uplatnenie. Podávať ju môžeme k syrom, grilovaným a pečeným mäsovým jedlám, prípadne ako náplň do sendvičov a hamburgerov, či ako nátierku k rozlič-

ným plackám alebo hriankam.

Cibuľové čatní

Suroviny:

1 kg žltej cibule, 200 g trstinového cukru, 150 ml červeného vínneho octu, 2 strúčiky cesnaku (nasekané), 1 lyžica čerstvého zázvoru (nastrúhaného), 1 lyžička mletéj škorice, 1 lyžička mletého rímskeho kmínu, 1 chilli papričku (nasekanú), 2 lyžice olivového oleja, soľ a korenie podľa chuti

Postup:

- Cibuľu ošúpeme a nakrájate na tenké plátky.
- Na veľkej panvici rozohrejeme olivový olej. Pridáme cibuľu a za občasného miešania varíme, kým nezmäkne a nezíska zlatistú farbu. Následne pridáme cesnak, zázvor, škoricu, rímsky kmín a chilli papričku a varíme ďalších 5 minút. Potom pridáme trstinový cukor a ocot. Miešame, kým sa cukor nerozpustí. Potom znížime teplotu a zmes pomaly a za pravidelného miešania varíme, až kým sa nezredukuje a nezíska hustú konzistenciu, čo môže trvať 45–60 minút. Na záver čatní dochutíme soľou a korením.
- Hotové čatní plňte do zaváracích pohárov, ktoré po uzatvorení obráťte na 15



Cibuľové čatní chutí skvelo.

zdroj foto AndreasGoellner pixabay

minút hore dnom.

Tekvicové čatní

Suroviny:

1kg tekvice, 400g paradajok, 250g cibule, 4 strúčiky cesnaku, 60g sušených hrozienok, 2 PL soli, 1ČL mletého čierneho korenia, 1ČL mletého nového korenia, 700g hnedého cukru, 5 dl octu

Postup:

- Tekvicu rozkrojíte na dve časti, zbavte ju jadriek a pokrájajte na kocky.

- Paradajky sparte, olúpte, zbavte zrníek a nakrájajte.

• Cibuľu a cesnak olúpte, pokrájajte a vložte do hrnca. Pridajte tekvicu aj paradajky, podlejte vodou a nechajte chvíľu dusiť. Potom pridajte prepláchnuté hrozienka, korenie, cukor a soľ. Varte ďalej bez pokrievky za občasného miešania, kým zmes nezhuští. Ku koncu varenia pridajte ocot a krátko povarte. Následne plňte do zaváracích pohárov, ktoré po uzatvorení obráťte na 15 minút hore dnom.

» ren



Čatní môžeme podávať aj ako náplň do sendvičov a hamburgerov, či ako nátierku k rozličným plackám, žemličkám alebo hriankam.

zdroj foto gillnisha pixabay

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%**

POKRÝVAČ STRIECH MAJSTER TESÁR

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

DO 30.9.
ZĽAVA
-15%

Kontakt: +421 917 506 871

EXPERTI NA STRECHY POKRÝVAČSKÉ / TESÁRSKE PRÁCE

- » POKLÁDKA PLECHOVEJ STREŠNEJ KRYTINY
- » RENOVÁCIA STRIECH / GARÁŽÍ
- » ZATEPLENIE, OPRAVA ŽLABOV
- » KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH

-10%
Z CENY PRÁCE

**OBHLIADKA
A PONUKA
ZDARMA**

ZA KVALITU PRÁCE RUČÍME!

Kontakt: Janek - 0919 495 628



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.

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



Pretože Stannah zmení Váš život.



*Táto ponuka je k dispozícii do 12.10.2025 a nie je platná s inými kampaňami alebo ponukami.

0800 162 162

www.stannah.sk

TOP INJECT

S GARANCIOU



ZHUTŇOVANIE

ZASTAVENIE SADANIA BUDOV SPÄTNÉ ZDVIHNUTIE PODLÁH

ČISTO, RÝCHLO a bez BÚRANIA

stabilizujeme základovú pôdu
a zastavíme sadanie budov injektážou syntetickej živice



0918 726 754

PRACUJEME PO CELOM SLOVENSKU
SK.ABAINNOVATOR.COM

KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje i celé
poľovnícke zbierky.

Kúpim veci
z 1. a 2. sv. vojny,
vzduchovky.

Výkup mincí
do roku 1945

Celá SR

0940 723 073
trofejeee@gmail.com

SOS STREŠNÉ PRÁCE Tesár, klampiár, pokrývač

Pokrývačské práce
Nové strešné konštrukcie, Opravy
Izolácia plochých striech
Klmpiarske práce, Zateplenie

Obhliadka a cenová ponuka ZDARMA

Zľava 15%
na objednávky
prac do 31.12.



KONTAKT: +421 918 081 699