REGIONPRESS 45. TÝŽDEŇ / 7. NOVEMBER 2025

SPIŠSKO
SPIŠSKONOVOVESKO-LEVOČSKO-GELNICKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 32 540 domácností

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA

Redakcia
Spišsko
0905 338 878
e-mail:
petrekova@regionpress.sk

VŔTANÉ STUDNE
VŔTAME CELOROČNE
0907 918 007
www.vrtanestudne.info
37-02-9

SERVIS OKIEN S VÝMENOU TESNENIA
Vonkajšie a vnútorné žalúzie
Sieťky proti hmyzu
Screenové clony NOVINKA
Kontakt a objednávky: 0902 111 773
OKNO RENOVA
PAVOL JUŠČÁK - OKNORENOVA
NOVÁ 9/32 HRABUŠICE
99-020

REGION PRESS Uzávierka ďalšieho vydania regionálnych novín je 12. novembra 2025

ZATEPĽOVANIE PODKROVIA
NOVINKA
• STRIEKANÁ PUR PENA
• FÚKANÁ CELULÓZA
• MONTÁŽ SADROKARTÓNOV
+48602521334
99-041

PLYN | VODA | KÚRENIE
Ponúkame výmenu starých plynových kotlov za nové úsporné kondenzačné plynové kotly a tepelné čerpadlá
0915 365 933
99-032

15. novembra 1915 Výročia a udalosti
premiéra operety Čardášová princezná, najslávnejšieho diela Emmericha Kálmána

čujte.sk
Čítajte nás:
www.cujte.sk

PRACHNÁR ŠTRKY · PIESKY
ŠTRKY · PIESKY · UHLIE
0907 519 566
štrk betonársky
drvené kamenivo
piesok betonársky
piesok obsypový
dunajský kameň
cement
Ponúkame taktiež:
betónové skruže
doprava
zemné práce
www.prachnar.sk
Radlinského 17, Spišská Nová Ves
99-008

HEMA
AUTO • PNEU • SERVIS
Radlinského 17T
Spišská Nová Ves
Autodiagnostika
Mechanické práce
Príprava na TK/EK
Rýchloservis
Pneuservis
0918 843 166
hema.autoservis@gmail.com
99-074

Bezplatný týždenník
SPIŠSKO
SPIŠSKONOVOVESKO-LEVOČSKO-GELNICKO
EV 6204/24
vydáva spoločnosť
REGIONPRESS
so sídlom Pekárska 7489/40A,
917 01 Trnava, IČO: 36252417.
Ročník II, rok 2025

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

INZERCIA
Mgr. Marcela Petreková 0905 338 878

Distribúcia:
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk

Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (32.540 domácnosti)

párny týždeň:
Smižany, Levoča, Domaňovce, Spišské Podhradie, Spišský Hrhov, Spišský Štvrtok, Gelnica, Novoveská Huta, Spišská Nová Ves, Danišovce, Harichovce, Hrabušice, Iliašovce, Jamník, Krompachy, Letanovce, Lieskovany, Markušovce, Odorín, Spišské Tomášovce, Spišské Vlachy, Spišský Hrušov, Teplička

nepárny týždeň:
Smižany, Levoča, Domaňovce, Spišské Podhradie, Spišský Hrhov, Spišský Štvrtok, Margecany, Prakovce, Spišská Nová Ves, Danišovce, Harichovce, Hrabušice, Iliašovce, Jamník, Krompachy, Letanovce, Lieskovany, Markušovce, Odorín, Spišské Tomášovce, Spišské Vlachy, Spišský Hrušov, Teplička

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

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

Západné Slovensko

BV	97.240	**Bratislavsko** Východ
BZ	106.540	**Bratislavsko** Západ
DS	34.320	**Dunajskostredsko**
GA	34.390	**Galantsko+Šaliansko**
HC	30.330	**Hlohovecko**+Sereďsko
KM	16.450	**Komárňansko**
LV	30.580	**Levicko**
MA	29.680	**Malacko**
NR	54.170	**Nitriansko**
NZ	35.050	**Novozámocko**
PK	22.970	**Pezinsko**
PN	41.870	**Piešťansko**+NM+MY
SC	35.420	**Senecko**
SE	36.750	**Senicko+Skalicko**
TO	41.930	**Topoľčiansko**+PE+BN
TN	59.870	**Trenčiansko**+DCA+IL
TT	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	**Lučenecko**+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+BS
ZA	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	**Ľubovniansko**
MI	31.260	**Michalovsko**+TV+SO
PP	41.520	**Popradsko**+KK
PO	49.940	**Prešovsko**+SB
SN	32.540	**Spišsko**+LE+GL

QR platby sú pripravené

Moderný spôsob platenia pomocou QR kódov napreduje podľa plánu. Informovala o tom Finančná správa s tým, že v spolupráci so Slovenskou technickou univerzitou dokončila vývoj štátnej aplikácie pre QR platby – riešenie je aktuálne v plne funkčnom systéme a bolo bezplatne poskytnuté výrobcom pokladničných systémov na Slovensku.

„QR platby predstavujú jednoduchý a bezpečný spôsob, ako zákazník zaplatí svojím smartfónom bez potreby využitia platobného terminálu," uviedla Finančná správa a doplnila, že mechanizmus funguje jednoducho: registračná pokladnica vygeneruje unikátny QR kód, ktorý zákazník naskenuje mobilom. Platba sa automaticky predvyplní a po potvrdení zaplatí. Systém využíva moderné šifrovacie protokoly a notifikácie cez nový štátny systém Notifikátor okamžitých platieb (NOP), ktorý zabezpečí okamžité potvrdenie o úhrade. Peniaze sú na účte obchodníka pripísané v priebehu niekoľkých sekúnd, čo zrýchľuje cash flow a znižuje administratívnu záťaž. „Vytvorili sme riešenie, ktoré bude technicky spoľahlivé, bezpečné a zároveň ľahko použiteľné pre všetkých podnikateľov. Vďaka úzkej spolupráci s finančnou správou sme vyvinuli aplikáciu, ktorá je aktuálne pripravená na reálne nasadenie v praxi," uviedol rektor STU Maximilián Strémy.

Riešenie už poskytla finančná správa zadarmo výrobcom kasových systémov a 15. januára 2026 odštartuje verejný pilot.

Podpora trhu a vyšší komfort pre zákazníkov

Od 1. marca 2026 budú podnikatelia povinní ponúknuť zákazníkom možnosť bezhotovostnej platby pri nákupoch nad 1 euro. Môžu si však sami vybrať, akú formu zvolia – platbu kartou, vlastné komerčné riešenie alebo štátnu alternatívu cez QR platby. Zákazníci tak získajú rýchlu a pohodlnú možnosť platby aj tam, kde to doteraz nebolo možné – napríklad na trhoch, v stánkoch či malých prevádzkach. „Naším cieľom je priniesť zákazníkom ďalší pohodlný a bezpečný spôsob bezhotovostného platenia a zároveň ponúknuť podnikateľom dostupnú alternatívu bez zvýšených nákladov a poplatkov," hovorí prezident finančnej správy Jozef Kiss a dodáva: „Rozšírenie QR platieb pomôže navyše obmedziť priestor pre šedú ekonomiku a zvýšiť transparentnosť finančných tokov. Elektronické evidovanie platieb zlepší výber daní bez zvyšovania daňového zaťaženia. Slovensko tak od roku 2026 vstúpi do novej éry bezhotovostných platieb, ktoré prinesú výhody pre podnikateľov, spotrebiteľov aj štát." » ren

Ilustračné foto. ***zdroj foto geralt pixabay***

13. novembra 2019 Výročia a udalosti

Pri **zrážke linkového autobusu a nákladného auta** medzi Nitrou a Zlatými Moravcami zahynulo 12 ľudí, išlo o jednu z najtragickejších nehôd v histórii Slovenska

KLAMPIARSTVO
0904 121 559 | www.tulis.sk KLTP s.r.o. 37-13

LIKVIDÁCIA AZBESTOVÝCH STRIECH
www.Leeris.sk, 0944 923 476, info@leeris.sk 66-008

Chcete PREROBIŤ BYT ALEBO DOM, ale neviete, kde začať? POMÔŽEM VÁM
Spoľahlivý majster s dlhoročnou praxou ponúka kompletné prerábky bytov a domov - od malých úprav až po rekonštrukcie „na kľúč".
Pomôžem s nápadom, poradím, navrhnem riešenie a hlavne - urobím poctivú robotu bez stresu a zbytočných rečí...
0911 111 003 42-077

PERUKOS POTERY
• STROJOVÉ CEMENTOVÉ POTERY
• PENOBETÓN
0948 611 918
www.cementove-potery.sk 99-005

Merkury Broker
Financovanie a poistenie Vašich snov na mieru.
leasing hypotéka poistenie
www.poistimevas.sk 99-010

Realizujeme STROJOVÉ POTERY
0948 300 988 53_0227

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA
0905 338 878

BEZPEČNOSTNÉ DVERE
Naše OCEĽOVÉ DVERE so ZÁRUBŇOU, CHRÁNIA-ZATEPLIA-ODHLUČNIA Váš domov
DUB MATNÝ | DUB ŠEDÝ | ORECH MATNÝ | DUB vzor | ANTRACIT | BIELE vzor
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 • Otvorené: Po-Pia: 9⁰⁰-17⁰⁰
www.ocelovedvere.sk ocelovedvere@ocelovedvere.sk 66-11

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

» Kúpim zbierky odznakov, mincí. 0907 910 755

7 DEŤOM

8 DARUJEM

9 ZOZNÁMENIE

0 RÔZNE

od pondelka 10. 11. do 16. 11.

Sa oplatí.

SLOVENSKÉ POTRAVINY sa oplatia.

Najnižšia cena v Lidli tento rok

250 g

s Lidl Plus **2 + 1**

1.79* 2.68**

Tatranské maslo
250 g
(1 kg = 7,16)

*Cena za kus pri kúpe 1 kusov = 1,79 €
**Cena za kus pri kúpe 1 kusov = 2,68 €
Cena za 1 kusy = 5,36 €

Najnižšia cena v Lidli tento rok

Tatranské mlieko
1 l
1,5 % tuku

UŠETRITE* -56 %

0.55

*Úspora oproti najnižšej bežnej predajnej cene, t.j. mimo akciových cien, zhotovených na základe porovnania cien dňa 10. 5. 2025.

UŠETRITE* -66 %

1.99

s Lidl Plus UŠETRITE* -70 %

1.79

Konzumné zemiaky ružové
5 kg balenie
varný typ B – prílohové
(1 kg = 0,40/LP: 1 kg = 0,36)

*Úspora na jednotkovej cene v porovnaní s predajnou cenou v štandardne ponúkanej veľkosti.

1 kg od 0,36 €

2 l iba 1,19 €

Kofola Original
4 x 2 l = 8 l
+ záloh za obaly 0,60 €
(1 l = 0,59)

UŠETRITE* -38 %

4.75

*Úspora k odporúčanej bežnej maloobchodnej predajnej cene výrobcu.

Popradská Crema Espresso
800 g
(1 kg = 19,99)
(LP: 1 kg = 17,49)

800 g

-20 % **15.99** 19.99

s Lidl Plus -30 %

13.99 19.99

-52 % **1.09** 2.29

s Lidl Plus -56 %

Mandarínky
cena za 1 kg

0.99 2.29

-29 % **4.49** 6.39

s Lidl Plus -34 %

Bravčová krkovička
cena za 1 kg
bez kosti
v celku

4.19 6.39

-24 % **4.99** 6.59

s Lidl Plus -27 %

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

4.79 6.59

Crivit/Esmara men Čižmy/termočižmy
aj online
pár
s hrejivou podšívkou
veľ.:
dámske: 37 – 41
pánske: 41 – 46

UŠETRITE* -25 %

14.99

*v porovnaní s cenou 19,99 platnou 28. 10. 2025 na lidl.sk

Viac na **www.lidl.sk**

Ponuka tovaru platí od 10. 11. do 16. 11. 2025 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný len v obvyklom množstve.

49-0002

EUROPLANT
PREDAJ SPIŠSKÝCH ZEMIAKOV
PONUKA PRE REŠTAURÁCIE, JEDÁLNE, VEĽKOSKLADY A MALOSPOTREBITEĽOV

VŠETKY VARNÉ TYPY ZEMIAKOV – A, B, C, IDEÁLNE PRE PROFESIONÁLNU GASTRONÓMIU AJ DOMÁCU KUCHYŇU

PRÍJEM OBJEDNÁVOK NA ZEMIAKOVÉ SADIVO- SEZÓNA 2026 CERTIFIKOVANÉ SADIVO

POSKYTUJEME ODBORNÉ PORADENSTVO PRI VÝBERE ODRÔD A PESTOVANÍ

EUROPLANT šľachtiteľská spol. s r.o.
Priemyselné centrum 4004
058 01 Poprad – Stráže
052 7731 322
info@europlant.sk
www.europlant.sk

42-082

NOTÁR Mgr. JURAJ HAMARA SO SÍDLOM BARDEJOV, DLHÝ RAD 16 AKO SÚDNY KOMISÁR OZNAMUJE,
že v rámci likvidácie dedičstiev sú ponúkané nehnuteľnosti v katastrálnom území Bardejov, Tročany, Mikulášová, Stebnícka Huta, Stebník, Smolník (okr. Gelnica) a strelné zbrane.
Bližšie informácie na www.notarhamara.sk
úradná tabuľa.

58_0178

Výročia a udalosti

14. novembra 1918 bola ustanovená **prvá česko-slovenská vláda** tzv. všenárodnej koalície **a Tomáš Garrigue Masaryk bol zvolený za prezidenta**

Stredné Slovensko ukrýva mnoho krásnych miest

Vypravme sa na jesenné potulky prírodou

Využime pekné dni a vydajme sa na jesenné potulky našou prekrásnou prírodou. Ponúkame vám zopár tipov na príjemné nenáročné výlety.

Králická tiesňava a vodopád

Ak chcete stráviť príjemný deň v zákryte stromov a pri zurčaní potoka vyberte sa na výlet cez Králickú tiesňavu ku Králickému vodopádu. Trasa patrí medzi nenáročné prechádzky s občasným miernym stúpaním a zvládnu ju všetky vekové kategórie. Tiesňava má v súčasnosti necelé 2 kilometre avšak stále je v procese budovania. Na trase môžete obdivovať unikátnu flóru aj vápencové bralá s výškou až 20 m. Trasa je zakončená vodopádom, ktorý je časťou Farebného potoka. Nachádza sa v nadmorskej výške 650m.n.m. a voda tu prepadá do hĺbky 7 metrov. Na trasu Králickej tiesňavy sa dostanete za obcou Tajov, tesne pred obcou Králiky, kde sa nachádza parkovisko s informačnou tabuľou označujúcou začiatok trasy.

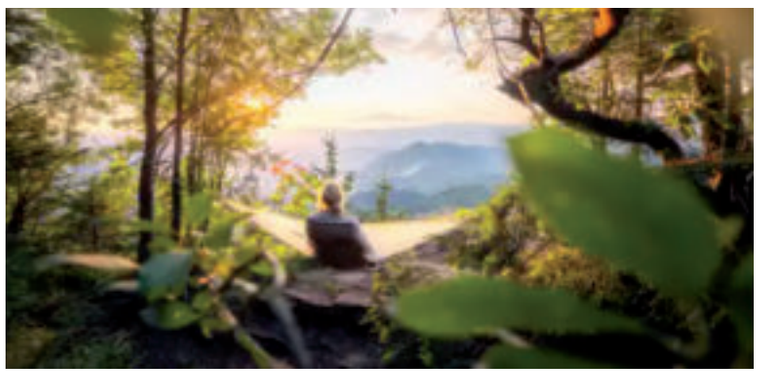
Geografický stred Slovenska – Vrch Hrb

V krásnej prírode na rozhraní Veporských vrchov a Poľany leží vrch Hrb, ktorý je považovaný za geografický stred Slovenska a ponúka krásne výhľady. Vedie k nemu niekoľko turistických trás z Brusna, Lopeja, Ľubietovej alebo Chvatimechu, všetky však vedú do spoločného bodu – Chaty pod Hrbom. Vrchol Hrbu tvorí až 40 metrov vysoké skalné bralo, spadajúce kolmou stenou na sever a západ. Vďaka prekrásnym výhľadom môžete obdivovať západnú časť hrebeňa Nízkych Tatier (od Prašivej po Ďumbier) a za dobrej viditeľnosti je možné vzhliadnuť aj Kráľovu hoľu či štíty Vysokých Tatier. Opačným smerom je vidieť Veľkú Fatru, Kremnické vrchy a Vtáčnik.

Vartovka v Krupine

Strážna veža nazývaná Vartovka, ktorá sa nachádza nad Krupinou, na vrchu Strážvar, je dnes známa skôr pod pojmom rozhľadňa. Postavená bola v 16. storočí a slúžila ako súčasť ochranného systému. Vartovka je vysoká približne 13 metrov, a tak poskytuje dobrý výhľad na Krupinu a jej okolie. Táto stavba je výnimočná tým, že je zaradená medzi posledné zachovalé strážne veže na Slovensku a je zapísaná v zozname Národných kultúrnych pamiatok Slovenskej republiky. V jej okolí bolo vybudované osvetlenie, lavičky, posedenie, ohnisko a panoramatické informačné tabule.

Vartovka je dostupná po celý rok pešo aj autom. Z centra mesta Krupina sa k nej dostanete po modrej turistickej značke. Parkovanie je možné priamo pri Vartovke.



Vrch Hrb ponúka prekrásne výhľady. *zdroj foto (OOCR) Stredné Slovensko*

Kráľova Studňa – Krížna

Kráľova studňa je vrch Veľkej Fatry – „perla Veľkej Fatry“, známy predovšetkým ako začiatočný bod rozličných turistických trás. Z Kráľovej studne je možné prejsť aj na vrch Krížna, ktorý patrí medzi najznámejšie z vrchov Veľkej Fatry. Krížna svojou dostupnou polohou ponúka turistom 360° výhľad na okolité vrcholy Malej Fatry, Chočských vrchov, Západných Tatier, Vysokých Tatier, Poľany aj Štiavnických vrchov. Na vrchol Kráľova studňa je možné sa dostať viacerými trasami:

- po červenej značke (Cesta hrdinov SNP) z Krížnej, alebo po červenej od Horského hotela Kráľova studňa
- po žltej značke z Blatnice cez Gaderskú a Dedošovu dolinu
- po zelenej z Blatnice cez Blatnickú dolinu

po zelenej zo Starých hôr cez Turecku

Informácie poskytla Oblastná organizácia cestovného ruchu (OOCR) Stredné Slovensko

» ren

Prelomový objav slovenskej urológičky a naturopatky v boji proti inkontinencii moču

Bylinné tablety prof. Novákovej odstraňujú problém S INKONTINENCIOU MOČU a intímnymi infekciami za 7 dní.

„Ľudová medicína porazila konvenčnú medicínu!“ – povedalo vyše 5000 žien, ktoré už vyskúšali účinky bylinných tabliet prof. Novákovej.

Na túto tému sa vyjadrila prof. Eva Nováková , urologička a naturopatka

„Som urologička, ale aj naturopatka , teda **špecialistka na prírodnú medicínu.** Toto si prosím zapamätajte. **Teraz je to pre mňa rovnako dôležité!** Vyrastala som blízko hraníc. Babička bola bylinkárka. Od malička poznám bylinky a na čo sa používajú. Potom som išla na lekársku fakultu a špecializovala som sa na urológiu. Dlhé roky som si myslela, že konvenčná medicína je vo všetkom nadradená ľudovej. **Teraz už viem, že nie vždy a nie na všetky choroby.**

Bol začiatok roka 2020. Pamätám si, pretože vtedy začala epidémia koronavírusu.

Mala som už po 50-ke, keď som paradoxne začala mať problémy s únikom moču. Píšem „ironicky“, lebo sa to stalo urológovi. Veľa žien za mnou prišlo s týmto problémom. Veľakrát som počula, že to, čo som im predpísala, nepomáhalo a potom som bezradne rozhodila rukami. **Priznám sa – až keď sa mi to stalo, som pochopila, aký je to veľký problém.**

Inkontinencia moču mi zničila život

Nemusela som ani nič zdvíhať, kašlať či smiať sa. **Len tak sa stalo.** Otestovala som všetky dostupné prípravky a precvičila si Kegelove svaly. Možno to niektorým ženám pomôže. Mne nie. Ja a mnoho žien, ktorým som predtým nevedela pomôcť.

Spomenula som si, že pred mnohými rokmi som súbežne so štúdiom medicíny absolvovala mnohé kurzy bylinkárstva a naturopatie. Toto ma ako mladé dievča zaujímalo. Hlavne vďaka mojej starej mame, ktorá bola v okolí známou bylinkárkou.

Koncom roka 2021, keď som sa konečne zmierila s tým, že **konvenčná medicína mi nepomôže,** začala som čítať o tom, čo môže bylinková medicína ponúknuť ženám, ktoré trpia rovnakým problémom ako ja.

Musela som si obnoviť vedomosti, na ktoré som dlhé roky zabudla. Spomenula som si, že moja stará mama používala istú bylinkovú zmes na tzv **„ženské záležitosti“.** Chodilo k nej veľa žien a ja som ako dieťa ani nevedela, o čom sú ženské problémy. Babička už nežije, mama si našťastie tento recept zapamätala. Od nej som sa dozvedela, že babička dávala ženám piť bylinky, z ktorých pripravovali horké odvary. Tieto bylinky im zregenerovali močový mechúr a reprodukčné orgány zvnútra a problém s inkontinenciou moču prestal existovať.

Tieto bylinky pomohli:

✣ **pri inkontinencii moču** ✣ **infekciách, vrátane plesňových** ✣ **regenerácii reprodukčných orgánov, a to aj počas menopauzy alebo po pôrode.**

Horúce nálevy ženy pili večer, pred spaním, regenerácia potom nastala rýchlejšie a efektívnejšie.

Na prípravu nálevu bolo potrebných **14 bylín.** Zbierané v konkrétnom ročnom období a dni. Babičkina bylinková zmes bola pripravená v správnom pomere.

Nazbierala som tieto bylinky. Pomáhali mi ženy z diny. Všetky dlhodobo užívali horúce nálevy a preto **nemali žiadne z týchto „ženských problémov“.**

Horúce nálevy som najskôr skúšala na sebe. Už po 2 dňoch ich používania som si všimla, že toaletu používam menej často. Tieto prestávky medzi jedným a druhým použitím sa neustále predlžovali. **Pila som horúce nálevy 7 dní.** Po tomto čase som sa rozhodla skontrolovať ich účinok. Bol len jeden záver:

Môj problém s inkontinenciou moču jednoducho zmizol! Bol som šťastná, ale môj druhý záver ma šokoval ešte viac:

Ľudová medicína porazila konvenčnú medicínu!

Aspoň v prípade tohto stavu. Horúcu zmes som odniesla do laboratória na univerzite, kde pracujem. Spolu s asi desiatkou kolegov z môjho oddelenia **(všetci sa o tieto bylinky zaujímali. Potrebovali ich buď pre seba, alebo pre niektoré blízke ženy)** sme ich začali distribuovať v bylinkárňach.

Postupom času sa ukázalo, že ženy hlásili istý problém. Mnohí z nich nedokázali piť horúce nálevy pre ich špecifickú chuť. Od detstva som poznala vôňu a chuť rôznych bylinných zmesí, no pochopila som, že pre iných to môže byť problém. Navyše, bylinky museli byť varené špecifickým spôsobom, aby si zachovali svoje plné vlastnosti. Oslovila som malú farmaceutickú firmu, ktorá vyrába rôzne bylinné prípravky a spoločne sme vyvinuli prípravok vo forme tabliet.

Ošetrenie sa tak výrazne uľahčilo všetkým dámam! Nie je potrebné nič variť. Stačí vám na to ľahko prehltateľná tableta s rovnakým účinkom ako horúce nálevy mojej babičky.

Objav prof. Novákovej vstupuje na trh

Bylinný prípravok prof. Novákovej (zmes 14 bylín vo forme tabliet) je zatiaľ dostupný len telefonicky. **Vďaka špeciálnej refundácii môže 100 ľudí získať jeden balíček ZADARMO!** Počet bezplatných balíčkov je obmedzený – rozhoduje poradie volajúcich.

„Konečne tým netrpím!“

„Odkedy si pamätám, pravidelne som mala rôzne intímne infekcie. Ani neviem odkiaľ. Keď mi gynekológ predpísal následné neúčinné prípravky, povedal, že „taký je môj osud“. Tieto bylinné tablety sú úžasné! Brala som ich 7 dní asi pred rokom a svinstvo sa nevrátilo! Odporúčam to každému!“ **Emília F. (41 rokov), Košice**

„Už žiadne úniky moču“

„Rodila som štyrikrát a problém s inkontinenciou moču začal tesne po 40-ke. Toto je naozaj nočná mora! Ľudia nemajú pokoj, či už v práci alebo doma. Všetky tie vložky a plienkové nohavičky nie vždy držia na svojom mieste, a tak som veľakrát zakrývala škvrnu v práci a rozmýšľala, či niečo necítiť... Len tieto bylinkové tablety vyriešili problém raz a navždy!“ **Sandra L. (53 rokov), Bratislava**

„Ďakujem, prof. Nováková!“

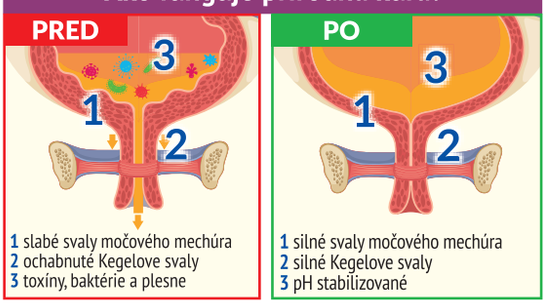
„S inkontinenciou moču som bojovala viac ako 20 rokov a absolútne nič mi nepomohlo. Len tieto tabletky. Nikdy som nemala rád pitie byliniek a takáto tableta sa ľahko prehltne a problém je vyriešený! A tieto tabletky pomohli mojej dcére s bolestivou menštruáciou. Ďakujem profesorke Eve Novákovej, mojej menovkyni!“ **Eva C. (65 rokov), Trnava**

„ŽENSKÉ PROBLÉMY“, KTORÉ ZA 7 DNÍ ODSTRÁNIA

bylinné tablety od prof. Novákovej:

- **INKONTINENCIU MOČU**
- **INFEKCIE, VRÁTANE PLESŇOVÝCH**
- **BOLESTIVÚ MENŠTRUÁCIU**
- **CYSTITÍDU**
- **NEPOHODLIE PO PÔRODE, tiež po epiziotómii**

Ako funguje prírodná kúra?



Prvých 100 ľudí , ktorí zavolajú do **14.11.2025 r.,** má nárok na špeciálnu 100% zľavu. Následne dostanete jedno balenie bylinného prípravku prof. Novákovej, **na odstránenie problému s inkontinenciou moču za 7 dní a intímne infekcie, ZDARMA!**

PRÍRODNÝ PRODUKT
Zavolajte BALÍČKY ZDARMA čakajú!

BOJUJTE S INKONTINENCIOU MOČU

Bylinná kúra prof. Novákovej (vo forme tabliet)
je dostupná len telefonicky.

054/321 79 06

Pon-Pia: 8:00-20:00, So-Ne: 9:00-18:00 (Normálny miestny hovor bez príplatku)

BYLINKY z ekologických oblastí!

47-135

Najvýznamnejšie lieky histórie - Beta-blokátory

Po úspešnom boji s infekčnými chorobami sa ľudstvo muselo vysporiadať s novými hrozbami – ochoreniami modernej doby, ktoré zabíjajú pomaly a nenápadne.

Smrť prezidenta USA Franklina D. Roosevelta v roku 1945, spôsobená neliečenou hypertenziou, šokovala svet a odštartovala novú éru medicíny zameranú na poruchy srdca a metabolizmu. Koncom 50. rokov 20. storočia škótsky farmakológ Sir James Black hľadal spôsob, ako upokojiť preťažené srdce a chrániť ho pred nadmerným pôsobením adrenalínu. Na základe svojich výskumov v roku 1964 syntetizoval propranolol, prvý beta-blokátor, ktorý úplne zmenil prístup k liečbe kardiovaskulárnych ochorení. Za tento objav získal v roku 1988 Nobelovu cenu za medicínu.

Ako fungujú beta-blokátory?

„Beta-blokátory pôsobia na receptory v srdci citlivé na stresové hormóny adrenalín a noradrenalín. Tieto hormóny zvyšujú tep, tlak a záťaž srdca, no blokovaním receptorov sa srdce uvoľní, pracuje efektívnejšie a je chránené pred nadmerným namáhaním," približujú odborníci zo Štátneho ústavu pre kontrolu liečiv (ŠÚKL) a ozrejmujú, že pred objavom beta-blokátorov neexistovala účinná liečba mnohých srdcovo-cievnych ochorení, a pacienti boli často odkázaní len na nitroglycerín a odpočinok. Propranolol a ďalšie beta-blokátory podľa nich dramaticky znížili úmrtnosť na infarkt, zlepšili kvalitu života pacientov a stali sa základom liečby srdcovej arytmie, anginy pectoris či chronického srdcového zlyhania. „Propranolol bol prvým liekom, ktorý cielene ovplyvnil pôsobenie hormónov na srdce. Otvoril cestu moderným liekom, ktoré dnes zachraňujú milióny životov – nielen v kardiológii, ale aj v neurológii a psychiatrii," uzatvárajú odborníci zo ŠÚKL.

» ren

Ilustračné foto. ***zdroj foto Ralf1403 pixabay***

Nový prístup v starostlivosti o vojnové hroby

Územie Slovenska výrazne zasiahli udalosti prvej aj druhej svetovej vojny. Oba vojnové konflikty po sebe zanechali desaťtisíce hrobov obetí. Rezort vnútra, ktorý má na starosti štátnu správu na úseku vojnových hrobov, nastavil nový prístup k starostlivosti o pietne miesta.

„Téma vojnových hrobov je citlivá a spoločensky dôležitá. Ide o pietne miesta, ktoré pripomínajú cenu mieru, obete našich predkov a sú symbolmi našej historickej pamäte. Na rezorte vnútra sme však identifikovali viacero problémov. Nedostatočná kontrolná činnosť, nejasne definovaná pravidelná starostlivosť či nekompletná ústredná evidencia sú jednými z nich. Preto sme pripravili novú metodiku a zjednotili prístup k starostlivosti o vojnové hroby," uviedol štátny tajomník rezortu vnútra a splnomocnenec vlády pre územnú samosprávu Michal Kaliňák.

Jasné požiadavky, rovnaký meter - Nový metodický pokyn podľa ministerstva vnútra jasne definuje požiadavky na starostlivosť o vojnové hroby. Stanovuje, aké úkony majú obce zabezpečiť, ktoré výdavky sú oprávnené a ako bude prebiehať kontrola využitia finančných prostriedkov. Doteraz mali okresné úrady v sídle kraja vlastné postupy a formuláre pre žiadosti o príspevky na starostlivosť o vojnové hroby. Nová metodika tento proces zjednocuje – všetky obce, mestá a oprávnené organizácie budú po novom využívať jednotné formuláre pre podanie žiadosti, vyúčtovanie aj sumarizáciu počtu hrobov.

Pasportizácia je východisko - Jedným z najzásadnejších krokov je podľa rezortu vnútra začiatok pasportizácie vojnových hrobov na území Slovenska i v zahraničí. Ústredná evidencia, ktorú vedie ministerstvo, v súčasnosti obsahuje údaje o viac ako 36 000 vojnových hroboch, no reálny počet je podstatne vyšší. To spôsobuje komplikácie pri starostlivosti, ale tiež pri hľadaní padlých predkov rodinami zo Slovenska či zahraničia. Vďaka digitalizácii a odbornému výskumu má v najbližších rokoch pribudnúť do databáz rezortu vnútra množstvo nových záznamov o padlých vojakoch, čo zvýši šancu na dohľadanie informácií o našich predkoch bojujúcich vo vojnových konfliktoch. „Obce doteraz často nevedeli, čo presne sa od nich pri starostlivosti o vojnové hroby očakáva. Preto sme stanovili základné štandardy a povinnosti, ktoré umožnia zabezpečiť jednotný a dôstojný vzhľad týchto pietnych miest," doplnil Michal Kaliňák s tým, že digitalizácia a odborný výskum umožnia doplniť údaje o tisíce nových hrobov, čo pomôže aj rodinám, ktoré hľadajú svojich padlých príbuzných.

Medzinárodná spolupráca - Pri týchto aktivitách rezort vnútra úzko spolupracuje aj s partnermi v zahraničí. „Tak, ako v minulosti stáli naši predkovia bok po boku v boji, dnes stojíme spolu pri úsilí zachovať ich pamiatku pre budúce generácie," uzavrel štátny tajomník Kaliňák.

» ren

Odborníci odporúčajú očkovanie proti chrípke

Rozoznajte chrípku od prechladnutia

Chrípková sezóna sa začala a odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) upozorňujú, že niektorí ľudia si zamieňajú prechladnutie spôsobené inými typmi vírusov s chrípkou. Objasňujú tiež, že ak prechladnutie nie je komplikované ďalšou infekciou, ochorenie má spravidla iba mierny priebeh. Naopak, chrípka častokrát býva vážnym ochorením, ktoré neradno podceňovať. Ako ich teda rozoznať?

Prechladnutie

Ak hovoríme o prechladnutí, to najneskôr do týždňa ustúpi, pričom každým dňom sa stav chorého zlepšuje.

Príznaky začínajú pozvoľne a sú mierne:

- žiadna alebo mierne zvýšená teplota
- vodnaté hlieny sa po niekoľkých dňoch zmenia na hustejšie, až úplne zmiznú
- časté kýchanie
- bolesť v krku (väčšinou ustúpi už do dvoch dní)
- mierny kašeľ (ustupuje s bolesťou v krku)
- zriedkavá bolesť
- mierna únava

Chrípka

V prípade chrípky sa príznaky stupňujú 2 až 5 dní, striedajú sa lepšie a horšie dni.

Príznaky nastupujú prudko a sú výrazné:

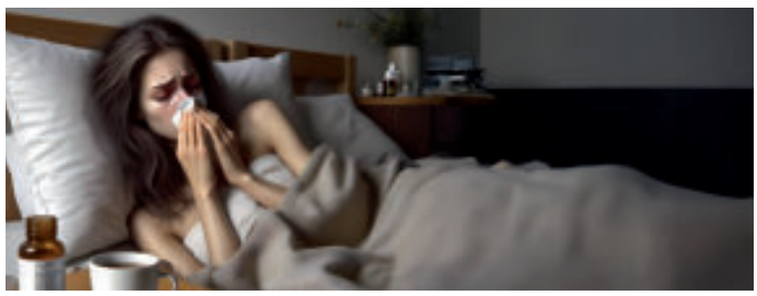
- vysoká horúčka či zimnica (väčšinou už v prvý deň)
- bez nádchy
- kýchanie zriedkavo
- výrazná bolesť a pálenie hrdla, až problémy s prehĺtaním
- suchý kašeľ
- bolesť hlavy, svalov, kĺbov, očí
- celkový pocit choroby a extrémna únava, nechutenstvo, prípadne vracanie a hnačka

Prevencia

Chrániť sa pred chrípkou môžeme podľa odborníkov v prvom rade očkovaním. „Proti chrípke, ale aj proti COVID-19 a pneumokokovým ochoreniam existujú dostupné, bezpečné a účinné vakcíny. Očkovaný človek má vysokú pravdepodobnosť ochrany pred ťažkým priebehom ochorenia a trvalými následkami týchto vírusových ochorení," uvádzajú odborníci.

Komu odporúčajú odborníci očkovanie proti chrípke:

Najmä osobám s chronickými ochoreniami, u ktorých ochorenie na chrípku zvyčajne vedie k zhoršeniu ich základného ochorenia a osobám, u ktorých existuje vysoké riziko výskytu komplikácií po ochorení chrípkou.



Ilustračné foto. ***zdroj foto myshoun pixabay***

Očkovať proti chrípke by sa podľa odborníkov tiež mali:

- staršie osoby – veková skupina nad 59 rokov,
- osoby s chronickým farmakologicky riešeným stavom, ako sú: chronické ochorenia dýchacieho systému, srdca a ciev, obličiek a pečene, chronické metabolické ochorenia vrátane cukrovky, osoby s nedostatočnosťou imunitného systému, osoby s poruchou funkcie priedušiek a pľúc,
- tehotné ženy a ženy, ktoré plánujú tehotenstvo počas chrípkovej sezóny,
- osoby, ktoré zvyšujú možnosť nákazy rizikových skupín - osoby, ktoré sa starajú o rizikové skupiny obyvateľov (ide o povolania, ako sú zdravotníci a pracovníci v oblasti sociálnych služieb - napríklad zamestnanci domovov pre seniorov, stacionárov, ošetrovateľia), osoby, ktoré žijú s rizikovými osobami v domácnosti, osoby, ktoré sú v kontakte s rizikovými osobami (zamestnanci pôšt, obchodov, služieb, v doprave, pracovníci v školstve - najmä učitelia v materských a základných školách, keďže prichádzajú do kontaktu s populáciou s vysokou chorobnosťou,...)
- zamestnanci kritickej infraštruktúry (policajti, hasiči a podobne.),
- očkovanie proti chrípke sa odporúča aj deťom od 6 mesiacov do troch rokov. V tejto vekovej skupine má chrípka ťažký priebeh a je spojená s vysokým podielom vážnych komplikácií,
- chránení očkovaním by mali byť aj športovci cestujúci na zahraničné športové súťaže počas chrípkovej sezóny a cestujúci do cudziny v čase predpokladanej epidémie chrípky.

» ren

Oplatí sa !

TOP PONUKY TÝŽDŇA

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
trofejeeu@gmail.com
46-0006

68-002

POKRÝVAČ STRIECH MAJSTER TESÁR
• kompletná montáž nových striech
• kompletná renovácia striech
• renovácia žľabov
• renovácia hospodárskych budov
• pokládka strešnej krytiny • zateplenie
DO 31.12. ZĽAVA -15%
Kontakt: +421 917 506 871
91-0206

POKRÝVAČ- TESÁR
profesionálne strešné práce
OKAMŽITÉ ZAČATIE PRÁC
-10% Z CENY PRÁCE
ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!
› renovácia striech, renovácia garáží ‹
› pokládka plechovej strešnej krytiny ‹
› oprava a renovácia žľabov ‹
› kompletná výmena striech ‹
› zateplovacie práce ‹
ZDARMA DOPRAVA, CENOVÁ PONUKA
Kontakt: +421 949 623 050
91-0206

Oplatisa.sk
ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE !

BUĎTE NA OČIACH AJ V NOVEMBRI
Vyskúšajte čím skôr
ÚČINNÚ REKLAMU
v najčítanejšom týždenníku na Slovensku
SPIŠSKO
Týždenne až v 32 540 domácnostiach

Kolagén, ktorý si podmaňuje zdravie aj krásu naraz!

V posledných rokoch sa o kolagéne hovorí stále častejšie. Celosvetové štúdie preukázali, že správne užívanie kolagénu pomáha pri súvislosti so starnutím a pohybovými problémami.

Kolagén je bielkovina, ktorú tvorí skladba 19 aminokyselín prospešných pre ľudský metabolizmus a jeho správne fungovanie. Tieto bielkoviny sú dôležitým stavebným prvkom.

Ľudské telo si už od útleho veku dokáže kolagén vytvárať samo a však pribúdaním veku je tvorba tejto bielkoviny v našom tele stále slabšia a slabšia. Bolo preukázané, že už pri dosiahnutí 18 roka života je vo väčšine prípadov tvorba vlastného kolagénu takmer nulová. Každý metabolizmus si dokáže robiť zásoby kolagénu, ktoré sa však vstrebávajú u každého jedinca rôzne a podľa toho sa odvíja zásoba kolagénu a s tým spojené vyživovanie pohybového aparátu a pokožky. V dnešnej dobe existujú formy kolagénu, ktoré si vieme načerpať užívaním rôznych výživových doplnkov s obsahom kolagénu.

Rybí a hovädzí kolagén sú veľmi dôležitým stavebným prvkom v oblasti zdravej kĺbovej výživy, podpory správneho fungovania pohybového aparátu, zdravej pokožky, krásnych vlasov a silných nechtov.

Hovädzí kolagén tvoria 2 typy kolagénu a to I a II, tieto kolagény sú neoddeliteľnou súčasťou v raste, obnove a rekonvalescencie kostí, šliach, väzov a kože. Pri dennom

užívaní predpísaných dávok dostáva naše telo skrz hovädzí kolagén veľké množstvo aminokyselín potrebných na regeneráciu tkanív. Hovädzí kolagén je pomocníkom pri bolestiach kĺbov, po úrazoch, problémoch s pohybovým aparátom, bolestiach a pri reumatických ťažkostiach.

Rybí kolagén tvorí kolagén typu I, tento druh kolagénu obsahuje podobné množstvo aminokyselín ako hovädzí kolagén a však v menšom množstve. Zdrojom hydrolizácie kolagénu z rýb sú šupiny a koža. Tento typ kolagénu je bohatý na aminokyselinu „hydroxyprolín“ , ktorá je základným prvkom pokožky, ciev a tkanív. Rybí kolagén má blahodárne účinky v boji proti vráskam, zvyšuje pružnosť a elasticitu pokožky a podporuje antioxidáciu organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známok starnutia.

Medika Expert priniesla na trh formu kolagénov, v ktorých sú obsiahnuté zložky v navýšených denných dávkach. Denná dávka kolagénu forte 2 v 1 obsahuje až 6 800 mg kolagénu s pridaným vitamínom C. Denná dávka hovädzieho kolagénu forte obsahuje až 8 000 mg kolagénu s pridaným MSM Opti+.

text:Medika Expert

MEDIKA EXPERT
Objednávajte teraz:
www.medikaexpert.sk
Alebo volajte:
0904 552 345

Oplatí sa !

TOP PONUKY TÝŽDŇA

98-001

Stoličkový výťah Stannah:
užívajte si svoj domov naplno

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

*Táto ponuka je k dispozícii do 28.11.2025 a nie je platná s inými kampaňami alebo ponukami.

0800 162 162 www.stannah.sk

91-0001

SOS STREŠNÉ PRÁCE
Tesár, klampiar, pokrývač

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

Obhliadka a cenová ponuka ZDARMA

KONTAKT: +421 918 081 699

91-0207

ABA INNOVATOR

- ✓ Rýchla aplikácia
- ✓ Bez potreby výkopov
- ✓ Jednoduchá aplikácia
- ✓ Dlhodobá spoľahlivosť
- ✓ Garancia kvality

zastavenie sadania budov

SPÄTNÉ ZDVIHNUTIE PODLÁH

ČISTO, RÝCHLO a bez BÚRANIA

PRACUJEME PO CELOM SLOVENSKU
0918 726 754
sk.abainnovator.com

66-256

KÚPIME
obrazy, grafiky
a sochy
slovenských
a českých
maliarov a sochárov

KONTAKTUJTE:
0903 846 800
groma@groma.sk

47-138

galerica
ODOLNÉ SKLENÍKY Z POLYKARBONÁTU

	ŠxVxD	
GRETA TIP	2 x 2 x 4 m	499 €
GLORIA	2,58 x 2 x 4 m	599 €
GALA	3 x 2 x 4 m	469 €
GENIO	3 x 2,07 x 4 m	499 €
GARANT	3 x 2,07 x 4 m	599 €
GULLIVER	3 x 2,07 x 4 m	669 €
GOLIÁŠ	3 x 2,1 x 4 m	749 €
GORAL	3 x 2,3 x 4 m	749 €
GALINA	3 x 2,27 x 4 m	899 €

Všetky modely je možné predlžovať o **2m**.

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 galerica.sk

46-0022

EXPERTI NA STRECHY
POKRÝVAČSKÉ / TESÁRSKE PRÁCE

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

-10% Z CENY PRÁCE OD 31.12.2025

OBHLIADKA A PONUKA ZDARMA

ZA KVALITU PRÁCE RUČÍME!
Kontakt: Janek - 0919 495 628

91-0206