

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

PRÁCA PRIAMO V ROŽŇAVE PRE ZVÁRAČOV

TRVALÝ PRACOVNÝ POMER / ŽIVNOSŤ

Ponúkaná mzda:

- Na TPP bez skúseností / absolvent od 1000 € brutto s príplatkami
- Na živnosť od 8 do 13 € / hod. podľa skúseností a praxe + variabilná zložka do 2,5 € / hod.

CMF

Kontakt:
CMF Slovakia, s.r.o.
Gemerská 585
Rožňava - časť Bak
+421 58 488 0811
personal@cmf.eu

PŮŽIČKY NONSTOP PŮŽIČKA cez MOBIL aj WEB
0904 031 113
od 18-80 ROKOV www.okpozicka.sk
od 300€ do 30 000€ Moldava nad Bodvou

STOP!
vtáčim hniezdam
0944 244 699
www.stophniezdo.eu

**KÚPIM
BYT, DOM**
Po dohode môžete
ostať v podnájme
0907 488 234



Biedronka
Nízke ceny každý deň

NÍZKE CENY KAŽDÝ DEŇ

OD 4. 12. DO 10. 12. 2025

M. R. ŠTEFÁNKA 15, REVÚCA

Nepotrebuje ich karty!

ODÍDTE S NAŠIMI CENAMI!



CENA BEZ KARTY

-60%

0⁹⁹
2,49⁹⁹
2,48 €/l

Šampón žihlavový/brezový/čajovníkový
Dixi 400ml
1,59 € (37%)***

Viac info nájdete na www.biedronka.sk



* 0,25 € cena za kus pri kúpe 2 kusov
* 0,50 € cena za kus pri kúpe 1 kusa
* Cena za 2 kusy: 0,50 €

**1+1
ZADARMO**
0²⁵
0,50

Kivi
cena za 1 ks



CENA ZA 1 KUS
PRI KÚPE MIN. 7 KUSOV
-30%
0⁰⁹
0,16³³ €/100 g

Kaizerka 57 g



CENA ZA 1 KUS
PRI KÚPE 6 KUSOV
-33%
0⁹⁹
1,49⁹⁹
1,98 €/l

Pivo
Pilsner Urquell 0,5 l
+ záloh: 0,15 €
0,69 € (44%)***



Z NAŠEJ
ZEME

-62%
2⁵⁹
6,99⁹⁹

Zemiaky konzumné
žlté neprané
Z našej zeme 10 kg



**SUPER
CENA**
1⁷⁹
5,97 €/kg

Maslo 82%
Mlekovita 300 g



**SUPER
CENA**
3⁶⁹

Bravčové karé
bez kostí v celku
Krajina mäsa
cena za 1 kg

Výrobky sú predávané bez dekorácií. Zmena obalu je vyhradená. Môžu byť použité ilustračné zábery. Ceny sú uvedené v eurách. Odber je možný v obvyklom množstve pre domácnosť. Zmena ponuky je vyhradená. Ponuka tovaru platí do uvedeného termínu alebo do vyčerpania zásob. *Bežná cena. **Cena pred znížením. ***Najnižšia cena za posledných 30 dní.

49 2025/48p



Darovať radosť
je najväčšia výhra

TIPOS
Vaše výhry, naša radosť

18+ HRAJ ZODPOVEDNE

DIEGO®

dni s klubovou kartou

10-13. december

-15% -20%

Akcia sa NEVZŤAHUJE na produkty označené nasledujúcim jedinečným označením ("Outlet", "S klubovou kartou", "Bomba Cena", "Výpredaj zásob"). Ponuku nie je možné kombinovať s inými akciami! Dá sa uplatniť vo všetkých predajniach DIEGO na Slovensku!

Akademika Hronca 11, Rožňava

+421 907 471 554
Rudná 221, Rožňava
salon.comtessa
saloncomtessa

Salon Comtessa

Mgr. Andrea Gajdošová
Váš osobný poradca pre zdravé kŕmenie REICO

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

ICSÓ ÁRPÁD
MONTÁŽ • OPRAVA • REKONŠTRUKCIE
PLYN KÚRENIE VODA
PODLAHOVÉ KÚRENIE
PLASTOVÉ, MEDENÉ, KOVOVÉ ROZVODY
STAVEBNÉ PRÁCE • PREDAJ A MONTÁŽ KOTLOV NA ÚK

Šafárikova 33 048 01 Rožňava mobil: 0907 660 214 e-mail: arpad.ics@gmail.com

Občianska riadková inzercia

HOBBY A ŠPORT

» Kúpim domáce tkané plátno, vrecia, kroje, sukne, šatky, starožitnosti, porcelán. 0909 101 716

Chcete si podať riadkovú 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 spoločne splatený 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, drobnochov
6 – Hobby a šport
7 – Deťom
8 – Darujem
9 – Zoznámenie
0 – Rôzne

Komerčné inzeráty, pozvánky na akcie, ponuky zamestnania a reality v riadkovej inzercii neuverejňujeme. V prípade záujmu o zverejnenie tohto typu inzerátu kontaktujte našich obchodníkov. SMS je možné podať aj v novinách v iných regiónoch. V takom prípade nahraďte písmena „GE“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tiráži. (Službu platbamiomobilm.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

Bezplatný týždenník

GEMERSKO
ROŽŇAVSKO-RÍMAVSKOSOBOTSKO-REVÜCKO

EV 6212/24

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

Ročník II, rok 2025

Redakcia: Gemerská ul. č. 604
ROŽŇAVA
gemersko@regionpress.sk

INZERCIA

Bc. Ján Vojta 0907 887 322

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



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

TEMPUS CAR ROZŠIRUJE SVOJE SLUŽBY V ROŽŇAVE: OD JANUÁRA AJ PREDAJ POĽNOHOSPODÁRSKEJ TECHNIKY

Spoločnosť Tempus Car, so sídlom v Košiciach a dlhoročnou tradíciou v oblasti predaja vozidiel Renault a Dacia, prináša do regiónu Gemer zásadnú novinku. Prevádzka v Rožňave, ktorú vedie Anežka Lorinczová, sa od januára 2026 rozrastá o predaj traktorov a poľnohospodárskej techniky.

„S radosťou oznamujeme všetkým našim klientom, partnerom aj farmárom z okolia, že od nového roka rozširujeme naše portfólio. Popri predaji vozidiel Renault a Dacia prinášame aj úplne novú kategóriu – kvalitnú poľnohospodársku techniku a profesionálne traktory značky Valtra,“ uvádza Anežka Lorinczová.

Rozšírenie služieb vzniklo ako prirodzená reakcia na potreby regiónu, kde má poľnohospodárstvo silnú tradíciu.

Čo prinesie nové portfólio zákazníkom v Rožňave:

- Predaj moderných a výkonných traktorov Valtra
- Široký výber príslušenstva a doplnkov
- Odborné poradenstvo pri výbere techniky
- Kompletné servisné a finančné riešenia pre malé aj veľké hospodárstva

„Chceme byť stabilným a spoľahlivým partnerom pre celý región. Našou víziou je poskytovať riešenia, ktoré zákazníkom uľahčia prácu, zvýšia efektívnosť a prinesú dlhodobú hodnotu,“ dodáva Lorinczová.

Spoločnosť Tempus Car tak vstupuje do novej etapy svojho pôsobenia – bližšie k ľuďom, bližšie k potrebám moderného farmára a bližšie k budúcnosti poľnohospodárstva v našom regióne.



TEMPUS
ŠAFÁRIKOVA 91, ROŽŇAVA
mobil. +421 918 957 263, www.tempus.sk

ČISTENIE ZÁMKOVÝCH DLAŽIEB a iných betónových povrchov

0911 999 260

PONUKA TLAČE

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

REGION PRESS
www.regionpress.sk

Zviditeľníme VÁS
v offline aj online svete

PPC kampane

Google Ads

Facebook Ads

REGION PRESS
vojta@regionpress.sk



Sa oplatí.

-71%
1.39 ^{4.89}

s Lidl Plus

-73%



1.29 ^{4.89}

Cherry paradajky datľové
500 g balenie
(1 kg = 2,78)
(LP: 1 kg = 2,58)



Červené jablká
cena za 1 kg

-46%
0.69 ^{1.29}



Bravčové plecko
cena za 1 kg
v celku, bez kostí

-44%
2.99 ^{5.39}



Kuracie prsné rezne XXL
cena za 1 kg

-28%
5.39 ^{7.49}

s Lidl Plus

-30%



5.19 ^{7.49}



od pondelka 8. 12. do 14. 12.

**Zázračné momenty
s najnižšími cenami
sa oplatia každý deň.**

**2+1
ZADARMO**



1.69 * ^{2.53**}

*Cena za kus pri kúpe 3 kusov = 1,69 €
**Cena za kus pri kúpe 1 kusa = 2,53 €
Cena za 3 kusy = 5,06 €

Tatranské maslo
250 g
(1 kg = 6,76)



Salko tradičné
397 g
v ponuke aj
Salko karamel/
Pikao 397 g
za 2,19 €
(1 kg = 4,01)



**1+1
ZADARMO**



1.59 * ^{3.18**}

*Cena za kus pri kúpe 2 kusov = 1,59 €
**Cena za kus pri kúpe 1 kusa = 3,18 €
Cena za 2 kusy = 3,18 €



Aljašská treska
600 g
bloček
(1 kg = 5,25/PP)

**UŠETRITE'
-33%**

2.99

*Cena na štítovej cene v porovnaní s produktom v štandardnej ponúkaní veľkosti.

Nutella

**UŠETRITE'
-49%**

7.49

*Cena na jednotlivú časť v porovnaní s produktom v štandardnej ponúkaní veľkosti.

1kg



**Naskenuj QR kód
a prelistuj si celú
ponuku online.**

**Pyžamá
pre celú rodinu.**



Pyžamo
2-dielna súprava

**UŠETRITE'
-22%**

6.99

*v porovnaní s cenou 8,99
platnou 25. 11. 2025 na lidl.sk



Ponuka tovaru platí od 8. 12. do 14. 12. 2025 alebo do vyčerpania 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.

Každý moment si zaslúži oslavu! Pripravte sa na bezdymové Vianoce

Neodolateľná ponuka je tu! Predvianočné nakupovanie v štýle IQOS? Zvýhodnené bezdymové sady zariadení pre dospelých užívateľov ako skvelý tip pod stromček a k tomu ikonická vôňa z difuzéra. A nakoniec aj šanca na lukratívny víkendový pobyt so skipasom či zážitkovú večeru pre dvoch.

Už čoskoro nás čaká odratávanie posledných dní do najkrajších sviatkov roka. Urobte si tohtoročné Vianoce ešte krajšie aj vďaka bezdymovým tipom. Zabudnite na škodlivý cigaretový dym, ktorý sa drží na končekoch prstov, vo vlasoch alebo v interiéri.

Hľadáte správny darček? Vsaďte na štýl a praktické využitie

Ponožky, knihy, pyžamo? To všetko sa zíde a určite poteší, ale nebude to originálne prekvapenie. Dospelý fajčiar alebo užívateľ bezdymových zariadení sa určite poteší aj dizajnovému darčeku v podobe IQOS Iluma. A pokojne k nemu pribalte aj spomínaný difuzér. Bude to štýlové a bezdymové prekvapenie v jednom.

Súťaž! Zážitkové vianočné prekvapenie

Zákazníci, ktorí zakúpia zvýhodnenú sadu IQOS Iluma a splnia podmienky súťaže môžu získať zážitkové výhry. Bude to exkluzívny wellness pobyt v Tatrách aj so skipasmi alebo zážitková večera pre dvoch v Gašperovom Mlyne? Nechajte sa prekvapiť a možno sa šťastie usmeje práve na vás!

Zvýhodnené IQOS Iluma sady už od 15 eur môžu byť elegantným darčekom pre dospelého fajčiara práve pod vianočný stromček. Okrem toho možnosť vyhrať neodolateľné ceny. To sa oplatí.

Bezdymové 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.

Zdroj foto: PMI

VELKÁ JESENNÁ AKCIA

na plastové okná a bezpečnostné dvere

SECURIDO

REHAU SALAMANDER akuplast

inTrust INTERIÉROVÉ STUDIO

info@intrust.sk www.intrust.sk

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

ŽP EKO DELET

PREDVIANOČNÝ VÝKUP ŠROTU

RIMAVSKÁ SOBOTA

0903 565 610

Prvá pomoc pre popraskané pery

Počas zimy dokáže chlad a mráz poriadne potrápiť nielen našu pokožku, ale aj pery. No a pocit suchých či dokonca popraskaných pier nie je vôbec príjemný. Prinášame zopár tipov, ako si ich môžete účinne ošetriť.

Na suché či popraskané pery môže mať negatívny vplyv nepriaznivé počasie, vietor, chlad, suchý vzduch ale aj klimatizácia či nedostatočný príjem tekutín. Za fažkosťami sa môže niekedy skrývať aj nedostatok vitamínov. Dbajte preto, na ich pravidelný prísun. Počas dňa nezabudnite svoje pery ošetrovať viackrát za deň vhodným balzomom a rovnako majte na pamäti aj pitný režim.

Urobte si peeling

V miske zmiešajte lyžicu medu s dvoma lyžicami krupicového cukru. Takto pripravenou zmesou pokožku na perách jemne masírujte. Pery tým zbavíte šupiniek a med vám ich zároveň ošetrí.

Pery na noc ošetríte

V noci môžu pery zregenerovať. Naťrite si ich primeranou vrstvou medu a nechajte pôsobiť počas noci. Med

má skvelé antibakteriálne ale aj hojivé účinky a už ráno by ste mali pocítiť úľavu. V prípade, že nemáte med po ruke, výborne na tento účel poslúži aj klasické maslo, do ktorého môžete primiešať aj zopár kvapiek olivového oleja.

Doplňte vitamín B2

Za suchými perami sa môže skrývať aj nedostatok vitamínu B2. Jeho zdrojom je mäso – najmä pečeň, morské ryby – predovšetkým losos a makrela, mliečne výrobky, strukoviny, brokolica, špenát, karchol či kvasnice, vlašské orechy, vajcia a celozrnné obilniny.



» **ren**
zdroj foto StockSnap pixabay

služby TLAČE
gemersko@regionpress.sk

Majstrom - živnostníkom ponúkame

STABILNÉ ZÁKAZKY NA PRERÁBANIE INTERIÉROV A EXTERIÉROV NA STAVBÁCH V BELGICKU

- **Práce v interiéri a exteriéri**
- zatepľovanie fasád, stierky, maľovanie
- murovanie, obklady, dlažby, potery, omietky
- sadrokartónové konštrukcie
- **Ponúkame 22 eur na hodinu. Splatnosť faktúr 7 dní**
- Ubytovanie zabezpečené
- **Znalosť cudzieho jazyka nie je nutná.**
Hovoríme po slovensky, česky, ukrajinsky, rusky

V prípade záujmu volajte na tel.č.
+421 949 266 356, +32 488 18 6979

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, znižujú výrobcovia v rámci systému rozšírenej zodpovednosti výrobcov. V prípade nedošledného 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 vyhazovať 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.

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

LEPŠIA PRÁCA SK

rýchlejší a efektívnejší spôsob ako nájsť zamestnancov

HĽADÁTE nových zamestnancov?

- ✓ **ZÍSKAJTE**
- ✓ **Viac kandidátov**
- ✓ **Jednoduchšie**
- ✓ **Lacnejšie**
- ✓ **Kvalitnejšie**

lepsiapraca.sk



Vaše výhry, naša radosť



18+ HRAJ
ZODPOVEDNE

Zákaz hrania hazardných hier osobám mladším ako 18 rokov.
Hazardné hry predstavujú riziko vysokých finančných strát.
Nadmerné hranie prináša so sebou možné zdravotné riziká.
Viac info na www.tipos.sk

Darovať radosť je najväčšia výhra



Druhá šanca na výhru

s Adventným kalendárom a Vianočnou lotériou!

Zaregistrujte svoje nevýherné žreby na www.tipos.sk/tatry a vyhrajte relax na zimnej dovolenke a mnoho ďalších výhier!

Súťaž prebieha od 1.12. – 24.12.2025 a hlavnú výhru žrebujeme 9.1.2026. Viac informácií nájdete na www.tipos.sk/tatry.

OPTIKA NOVOOPTIK

NAJVÄČŠÍ VÝBER,
VIAC AKO 2000 RÁMOV
 - U NÁS SI VYBERIE NAOZAJ KAŽDÝ!



už od 35 €

Máte pár obľúbených rámov, ktoré by ste za nič na svete nevymenili? Sú synonymom pohodlia, ale Váš zrak sa medzitým zhoršil?

Zábrus nových skiel do VAŠICH dioptrických rámov robíme vo VŠETKÝCH našich optikách!

Spolu už na 44 miestach po celom Slovensku.
 Ďakujeme za Vašu dôveru.

Sme
**ZMLUVNÝ
 PARTNER**



DÔVERA

SKVELÉ CENY

ZĽAVA

OD 30 %

NA VYBRANÝ TOVAR

🌐 WWW.NOVOOPTIK.SK

Objavte viac o našej aktuálnej ponuke na našom

f **NOVOOPTIK**

Prevádzka: Tornaľa
 Hlavné námestie 500/1
 (vedľa predajne elektro EURONICS)



PO - PIA 8⁰⁰ - 16³⁰

NOVOOTVORENÉ

Prevádzka: Rimavská Sobota
 Šrobárova 21
 (pri lekární Dr. Max a nemocnici)



PO - PIA 8⁰⁰ - 16⁰⁰

Prevádzka: Rimavska Sobota
 Hviezdoslavova 1
 (na pešej zóne, vedľa Orange-u)



PO - PIA 9⁰⁰ - 17⁰⁰
 SO 9⁰⁰ - 12⁰⁰

Prevádzka: Revúca
 Muránska 1337/16
 (vedľa predajne bicyklov)



PO - PIA 9⁰⁰ - 17⁰⁰



Prevádzka: Rožňava
 Námestie Baníkov 18
 (vedľa Reštaurácie Čierneho Orla)



PO - PIA 8³⁰ - 17⁰⁰
 SO 9⁰⁰ - 12⁰⁰

NOVOOTVORENÉ

Vianočný zázrak 2025

Splňte vianočné pranie osamelým seniorom z domovov dôchodcov.

Zoznam želaní nájdete na:
www.vianocnyzazrak.sk

Mediačný partner **REGIONPRESS**



Čujte.sk

Rozoznajte chrípku od prechladnutia

www.cujte.sk



zdvoj foto: neposobiam praxby / tujte



BIGBEAN.SK

PRENÁJOM KÁVOVAROV



SANREMO DB
Profesionálny zrkový kávovar

10DN	VIKEND	2-10 DN	11-80 DN	80 DN +
60 €	90 €	40 €	20 €	9 €



JURA X10
Veľký automatický kávovar

10DN	VIKEND	2-10 DN	11-80 DN	80 DN +
25 €	35 €	20 €	15 €	7 €



JURA ES
Malý automatický kávovar

10DN	VIKEND	2-10 DN	11-80 DN	80 DN +
20 €	30 €	15 €	10 €	5 €



FIORENTZATO F64
Mlynček

10DN	VIKEND	2-10 DN	11-80 DN	80 DN +
20 €	30 €	15 €	10 €	5 €

ČERSTVO PRAŽENÁ KÁVA

Pri pravidelných odberoch kávy, prenájom kávovaru zdarma.



SINGLE ORIGIN
100% ARABICA
250G



SINGLE ORIGIN
100% ARABICA
500G



MISTERO BLEND 80/20
500G



VENETO BLEND
1KG



TOSCANA
100% ARABICA
1KG

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.

Revolúcia vo svete fitness dorazila na Slovensko



- Viac ako 500 cvikov so záťažou do 100 kg na všetky časti tela v jedinom stroji
- Futuristický dizajn s minimálnym nárokom na priestor
- Cvičenia si môžete nastaviť sami alebo sa necháte viesť umelou inteligenciou
- Na veľkom displeji uvidíte ukážky ako cvičiť a potom priebeh vášho výkonu
- Stroj je prepojený s mobilnou aplikáciou, ktorá zaznamenáva Vaše cvičenia a umožní plánovať ďalšie

VŠESTRANNÉ VYUŽITIE

FITNESS CENTRÁ

Cvičenie s trénerom aj individuálne
Od jednoduchých po komplexné cviky

DO DOMU A BYTU

Využitie pre celú rodinu. Stačí minimum priestoru. Cvičíte kedy chcete

REHABILITÁCIA

Kontrolovaný pohyb, progresívna záťaž, bezpečná spätná väzba

IMBODY SPORT
www.imbodysport.sk

INFORMÁCIE: +421 904 896 262



ŠPORTOVÉ KLUBY

Pokročilé funkcie pre profesionálov a kondičných trénerov

HOTELY & WELLNESS

Prémiový zážitok, minimum priestoru, maximálna pridaná hodnota

Aký si zvoliť - rezaný či črepníkový?

Kupujeme živý vianočný stromček

Rozhodli ste sa, že počas tohtoročných Vianoc bude váš príbytok zdobiť živý vianočný stromček? V týchto dňoch je na trhu ponuka skutočne bohatá a je si z čoho vyberať, ale čo tak siahnuť po stromčeku v črepníku? Každý z nich má svoje výhody i nevýhody, a tak rozhodovanie nemusí byť jednoduché.

Rezaný alebo črepníkový?

V prípade rezaného vianočného stromčeka voľba zvyčajne padá na smrek, borovicu a jedličku. A práve normandská jedlička môže byť dobrou voľbou. Má peknú zelenú farbu ihličia, krásne vonia a pomerne dlho vydrží čerstvá. Naopak, smrek obyčajný opadá veľmi rýchlo, zaujímavá však môže byť jeho cena. Ak sa rozhodnete pre borovicu čiernu myslíte na to, že tento strom potrebuje viac priestoru. Odmení sa vám však úžasnou vôňou. Jeho ihličie je krásne dlhé a výhodou je, že neopadá



Zvoliť môžeme aj vianočný stromček v črepníku. zdroj foto cherylkantu pixabay

va ani po vyschnutí. Smrek biely je zasa vhodným riešením do menších miestností.

Na čo si dať pozor?

• Pri kúpe živého vianočného stromčeka myslite na to, že predávané stromy sa režu v predstihu a tak môžu byť aj niekoľko týždňov staré. Pozorne si preto prezrite vetvičky stromčeka. Nesmú byť suché a na dotyk majú byť mäkké, ohybné. Ak stromčekom párkrát potrasiete, nemalo by z neho opadať ihličie.

• Po príchode domov vložte stromček do nádoby s vodou, aby nevysychal a umiestnite ho do najmenej vykúrenej miestnosti, alebo do garáže či na balkón.

• Na osadenie stromčeka použite stojan s nádržkou na vodu. Pred tým, kým ho do stojana vložíte, odrežte dva až tri centimetre zo spodnej časti kmeňa. Pravidelne do stojana dopĺňajte vodu.

A čo tak črepníkový?

V prípade živého vianočného stromčeka môžeme siahnuť aj po stromčeku v črepníku a tešiť sa tak z jeho krásy aj v budúcnosti. Na jar ho môžeme premiestniť na balkón či terasu, alebo ho presadiť do záhrady. V takom prípade však dobre zvážte, aký druh si zvolíte, aby po čase



Živý vianočný stromček dodá nášmu príbytku autentickú vianočnú vôňu. zdroj foto OleksandrPidvalnyi pixabay

v záhrade nezaberal príliš veľa miesta a tiež rátať s tým, že bude vyžadovať väčšiu starostlivosť.

• Po príchode domov je dôležité, aby si stromček postupne privykol na zmenu teploty. Nedávajte ho preto hneď do obývačky, umiestnite ho najskôr do najmenej vykúrenej miestnosti a postupne ho zvykajte na vyššie teploty.

• Približne po týždni môžete stromček premiestniť do obývačky, pamätajte však na to, že teplota v miestnosti by nemala prekročiť 21 stupňov Celzia.

• Nezabudnite stromček priebežne polievať tak, aby bola pôda v kvetináči stále

vlhká, nie však premočená.

• Po sviatkoch stromček nepresúvajte hneď von, pretože si opäť potrebuje zvyknúť na zmenu teploty. Najskôr ho teda premiestnite do najmenej vykúrenej miestnosti a až po dvoch, troch týždňoch ho preneste von. Postavte kvetináč na chránené miesto, napríklad k stene domu. Na jar ho potom môžete presadiť do záhrady, prípadne ho pestovať v kvetináči na terase.

Náš tip

Či sa už rozhodnete pre rezaný alebo črepníkový vianočný stromček, vyberte mu dobré miesto, aby pekne vynikol a rozhodne ho umiestnite čo najďalej od vykurovacích telies.

» ren

	4		5	3		
S	2			8	5	7
U		3	2	9	8	6
D				6	2	3
O	6	2				7
K	5		4			
U	9	5			7	
	2					9

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

		4	7		9		
S				9	3		
U	6			1	5	7	
D	2	5	6				3
O				6			
K	1		4	3			
U		5	1			9	
			6				
	3	1				7	2

Oplatí sa.sk



ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE!



VŠETKY NOVINY
nájdete v archíve na webe
RegionPress.sk



Pečieme vianočné sušienky

Vianočné korenie plné vôní a chutí

V tomto období sa už väčšina z nás púšťa do vianočného pečenia. O slovo sa tak hlási aj aníz, škoricca, badián, vanilka či đumbier. Naše domovy sú vďaka nim plné nezameniteľných vôní. Vedeli ste však, že toto vianočné korenie nemá len prekrásnu aromatickú vôňu, ale aj veľa priaznivých účinkov na naše zdravie a dokáže nám pomôcť pri viacerých zdravotných problémoch?

ANÍZ

Aníz obsahuje éterické oleje, vďaka ktorým má protizápalové aj antibakteriálne účinky. Rovnako podporuje trávenie a pôsobí proti kŕčom.

Náš tip:

Anízové sušienky

Suroviny:

250 g hladká múka, 2 vajcia, 1 PL aníz mletý, 250 g práškový cukor, štipka soli

mandle, 165 g práškový cukor, 180 g studené maslo, štipka soli, 5 balíčkov vanilkový cukor – s pravou vanilkou

Postup:

Do misky preosejeme múku, pridáme mleté mandle, štipku soli, 90 gramov cukru a na vložky postrúhané maslo. Vypracované hladké cesto zabalíme do potravinovej fólie a necháme hodinu odpočívať v chlade. Potom z cesta vyformujeme valčeky s priemerom 1,5 cm, ktoré pokrájame na asi 5 cm dlhé kúsky a z nich vytvoríme rožtky. Pečieme v rúre vyhriatej na 150°C asi 15 minút. Zatiaľ si na tanieri premiešame 75g práškového cukru a 5 balíčkov vanilkového cukru. Ešte teplé rožtky obalíme v pripravenom cukre.

ŠKORICA

Škorica má antibakteriálne a antivírusové účinky, no tiež v sebe ukrýva množstvo antioxidantov. Táto aromatická korenina nám pomáha zdolať



Vianočné korenie má veľa priaznivých účinkov na naše zdravie.

zdroj foto Couleur pixabay

Náš tip:

Medovníky

Suroviny:

650 g hladká múka, 250 g práškový cukor, 250 g maslo, štipka mletý badián, štipka mletý aníz, 1/2 ČL mletý klinček, 1 ČL mletá škoricca, 1 štipka jedlá sóda, 4 ks vajcia, 130 g med

Postup:

Zo všetkých surovín vypracujeme cesto. Zabalíme ho do potravinovej fólie a necháme cez noc odležať v chladničke. Na druhý deň ho vyvalkáme a vykrajujeme formičkami rozličné tvary – hviezdčky, srdiečka, stromčeky. Po upečení ešte teplé potrieme rozšľahaným vajcom. Medovníčky sú hneď mäkké.

ZÁZVOR

Vďaka svojim protizápalovým účinkom nám zázvor pomáha pri nachladnutí. Zmierňuje tiež nevoľnosť a prospieva aj nášmu tráveniu.

Náš tip:

Zázvorové sušienky

Suroviny:

110 g maslo, 100 g kryštálový cukor, 1 ks vaječný bielok, 1 KL vanilkový extrakt, 1 PL med, 1/2 KL mletá škoricca, 1/2 KL mletý zázvor či đumbier, 170 g hladká múka, 1 KL jedlá sóda, 1 štipka soľ, kryštálový cukor na obalenie

Postup:

V miske vymiešame maslo s cukrom do peny. Pridáme vanilkový extrakt, bielok a med a ešte spolu premiešame. V druhej miske zmiešame všetky sypké suroviny a postupne zmes primiešame do prvej misky. Hotové cesto zabalíme do potravinovej fólie a vložíme ho na hodinu do chladničky. Rúru vyhrejeme na 180°C a plech vystelíme papierom na pečenie. Z vychladnutého cesta formujeme guľky, ktoré obalíme v kryštálovom cukre a na plechu ich trošku stlačíme. Pečieme 7 minút. Sušienky by mali byť po upečení mäkké, neskôr po vychladnutí trošku stvrdnú.

» [en](#)



Upečte si voňavé medovníčky.

zdroj foto Annika1707 pixabay

Postup:

Do misky dáme vajcia, cukor a štipku soli a šľaháme kým nevznikne hustá, svetlá pena. Následne do nej po lyžiciach pridávame preosiatu múku a šľaháme ďalších 5 minút, potom ešte primiešame aníz. Z cesta vyformujeme valčeky s priemerom 1,5 cm, ktoré pokrájame na asi 6 cm dlhé kúsky a z nich tvarujeme kolieska, ktoré kladieme na plech vyložený papierom na pečenie. Všetko necháme 8 až 10 hodín pri izbovej teplote stáť. Až potom vložíme plech do rúry vyhriatej na 150°C a pečieme asi 15 minút na horný aj spodný ohrev, kým sušienky jemne nezozlatnú.

VANILKA

Vanilka nám môže osožiť už svojou nezameniteľnou vôňou, pomáha nám však aj lepšie zvládať stres a úzkosť a má tiež antibakteriálne účinky.

Náš tip:

Mandľové rožky s vanilkou

Suroviny:

250 g hladká múka, 100 g mletý

napätie či nervozitu a môže nám osožiť pri ťažkostiach s nadúvaním či nevoľnosťou.

Náš tip:

Medvedie labky so škoricou

Suroviny:

150 g hrubá múka, 125 g maslo, 120 g mleté orechy, 150 g práškový cukor, 1 PL kakao, 1/2 lyžičky mletá škoricca, práškový cukor na obalenie

Postup:

Všetky suroviny na cesto zmiešame. Z cesta rukami odoberáme kúsky, ktoré vtlačíme do pripravených formičiek. Pečieme v rúre vyhriatej na 160°C asi 10 až 15 minút. Upečené ich ešte teplé vyklopíme a obalíme v práškovom cukre.

BADIÁN

Badián je známy svojimi antioxidantnými, protizápalovými a antimikrobiálnymi vlastnosťami a antivírusovými účinkami. Pomáha nám pri prechladnutí a zlepšuje trávenie.



Mandľové rožtky isto nesklamú.

zdroj foto 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%**

Stannah



Ponuka
Darček v
hodnote až
200,- €

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

*Táto ponuka je k dispozícii do
26.12.2025 a nie je platná s inými
kampaňami alebo ponukami.

0800 162 162

www.stannah.sk

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU

BEZ WAPKY
BEZPLATNÁ UKÁZKA

BOMBA FASÁDA

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

SLOVENSKÉ OBLIEČKY
PAPLÓNY • VANKÚŠE • PLACHTY

Za rozumnú cenu

HONOR S.R.O.
OBLIEČKY - PАПЛÓNY

www.oblieckypaplony.sk

041 4327 616
0911 376 105

Aj pre veľkoobchod, hotely, soc. zariadenia, firmy...



Slovenský výrobca s 30 ročnou tradíciou honor@oblieckypaplony.sk

SOS STREŠNÉ PRÁCE
Tesár, klampiar, pokrývač

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

Obhliadka a cenová ponuka ZDARMA

Zľava 15%
na objednávky
prací do 31.12.



KONTAKT: +421 918 081 699

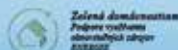
OBJEDNAJTE POSLEDNÉ TEPELNÉ ČERPADLÁ DO KONCA ROKA

ECO Energy info@ecoenergy.sk
www.ecoenergy.sk

DOTÁCIU ODPOČÍTAME IHNEĎ

VOLAJTE: 0909 131 131

Tepelné čerpadlo Galmet Prima



4790€*



POZOR CENA VRÁTANE MONTÁŽE

- neváhajte a zavolajte nám
- profesionálna montáž a servis
- vybavenie dotácie za Vás
- dlhoročná prax a skúsenosti

...nečakajte kým zdrazieme

VYUŽITE BEZPLATNÚ OBHLIADKU

- s naším tepelným čerpadlom zabudnete na uhlie a drevo
- užite si komfort, pohodlie a teplo domova bez námahy
- dostupné verzie 6kw, 8kw, 10kw, 12kw a 16kw
- vhodné pre radiátory
- pracuje aj pri teplote -25°C
- 10kw verzia vykúri 180m²

