

TOPOLČIANSKO PARTIZÁNSKO-BÁNOVECKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 41 930 domácností

PRAJEME
VÁM
VESELÉHO
MIKULÁŠA



POTREBUJETE STK A EMISNÚ?

Vybavíme za vás
- rýchlo, spoľahlivo
bez starostí!



0948 345 588

GAMMAPAL SK

JEDINÝ VÝKUP PALIET V TOPOLČANAOCH A OKOLÍ

VYKUPUJEME
AJ GITTERBOXY
KTP BOXY
A MARS BEDNE



ZA VAŠE PALETY
DOSTANETE
PENIAZE IHNEĎ

VIEME ZABEZPEČIŤ
AJ ODVOZ PALIET Z DOMU

0918 264 568
WWW.GAMMAPAL-PALETY.SK
M. RÁZUSA 1797, 955 01 TOPOLČANY

Vypratávanie
domov, bytov,
pivníc, povalí,
búracie práce
a likvidácia
azbestu

0948 107 877

ÚČTOVNÍCTVO

0905 867 956

- JEDNODUCHÉ A PODVOJNÉ
- SPRACOVANIE DPH
- MZDY A PERSONALISTIKA



ZEMNÉ A VÝKOPOVÉ PRÁCE 0905 419 232

- PLYN, VODA, KANÁL, DOVOZ PIESKY

BÁNOVCE NAD BEBRAVOU + OKOLIE

DOVOZ NA ADRESU

18 týž. mládky,
brojlerové kuriatka
www.hydinashop.sk
0905 207 059



PÁLENICA

"U deravého kotlíka"
Partizánske časť Simonovany

Pálenica "U deravého kotlíka" Pálenica "U deravého kotlíka"

0918 592 341 www.palenicamapal.sk

DOBŘÉ JABLKA

JABLKÁ
OD SLOVENSKÝCH
PESTOVATEĽOV

Koniarovce 215
pri železničnej stanici

0915 797 098



Zateká Vám strecha?

Spoločníte sa na odborníkov
a budete šťastní spať

- opravy asfaltových a plechových striech - lokálne aj celoplošne novými elastickými materiálmi so životnosťou min. 30 rokov v cene už od 12,90 €/m²
- Výber z viac druhov materiálov
- obhliadka a vypracovanie cenovej ponuky zadarmo

STRECHAFAER, s.r.o.
Božík Peter
0948 606 860



OTV. HODINY

PONDELOK-PIATOK
OD 7.30 DO 15.30
SOBOTA
OD 7.30 DO 12.00

STAVEBNÝ ASAS SPOL. S R. O. /HAYDEN/
POD KALVÁRIOU 30, 955 01 TOPOLČANY

038 76 29 411

Bioplant predaj vianočných stromčekov

otváracie hodiny:

po - pia 7:30 - 16:30
so 7:30 - 12:00

BIOPLANT, s.r.o., Ostratice 333
tel. 0908 977 926, 038/768 84 15

jedlička normandská

predaj jablík, hrušiek, ovocných nektárov, šťiav a iných zdravých dobrôt



Darovať radosť
je najväčšia výhra

TIPOS
Vaše výhry, naša radosť

18+ HRAJ ZODPOVEDNE



Bezplatný týždenník

TOPOĽČIANSKO
PARTIZÁNSKO-BÁNOVECKO

EV 6225/24

vydáva spoločnosť

REGIONPRESS

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

Ročník II, rok 2025

Redakcia: Tovarnícka 2104/19
TOPOĽČANY
topolciansko@regionpress.sk

INZERCIA

Ing. Miroslava Remeňová 0903 921 710

www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.skVychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (41930 domácností)

pámy týždeň: Bánovce nad Bebravou, Behynce, Biskupice, Bojná, Dolné Ozorovce, Dvorec, Horné Obdokovce, Horné Ozorovce, Chrabrany, Chynorany, Jacovce, Kolačno, Krušovce, Kšinná, Ludanice, Malé Bielice, Malé Chlievany, Malé Uhreče, Ostratice, Partizánske, Rusovce, Rybany, Topoľčany, Tovarníky, Tvrdomestice, Uhrovec, Urmince, Veľké Bielice, Veľké Dvoryany, Veľké Chlievany, Zlatníky**nepámy týždeň:** Bánovce nad Bebravou, Behynce, Belince, Biskupice, Bošany, Brodzany, Čefadince, Dolné Ozorovce, Dvoryany nad Nitrou, Horné Chlebyany, Horné Ozorovce, Hradište, Hrušovany, Chrabrany, Ješkova Ves, Kamanová, Klátova Nová Ves, Koriarovce, Kovarce, Krásno, Krušovce, Malé Bedzany, Malé Bielice, Malé Chlievany, Medanovce, Nitrianska Streda, Partizánske, Práznovce, Rajčany, Skačany, Solčany, Topoľčany, Tovarníky, Veľké Bedzany, Veľké Bielice, Veľké Dvoryany, Veľké Uhreče, Veľký Klíž, Žabokreky nad Nitrou

Vyvážená strava nie je diéta

Strava vplýva na našu energiu, náladu, schopnosť sústrediť sa a je kľúčom k prevencii mnohých chronických ochorení. „Nielen pravidelný pohyb a výdatný spánok, ale aj to, čo si každý deň naložíme na tanier, formuje naše zdravie v dlhodobom horizonte viac, než si uvedomujeme,“ uviedlo na sociálnej sieti Ministerstvo zdravotníctva SR pri príležitosti Dňa boja proti obezite.

Zloženie vyváženého taniera dospelého človeka nie je podľa rezortu zdravotníctva žiadna veda. Stačí sa podľa neho držať tohto jednoduchého návodu:

50 % taniera: Zelenina a ovocie

Čerstvá, varená, pripravená na pare, restovaná na olivovom oleji, mrazená či fermentovaná. Zelenina môže pokojne tvoriť až polovicu taniera. Výbornou voľbou je: cuketa, tekvica, mrkva, cvikla, paprika, karfiol, šalát, paradajky, uhorka, brokolica, zeler alebo kapusta. Z ovocia si vyberajte najmä sezónne a lokálne. Konzumujte ho v surovom stave, mrazené, prípadne v malom množstve sušené, pretože obsahuje veľa cukru.

25 % taniera: Zdravé bielkoviny

Sú stavebným materiálom pre telo a dôležité pre nasýtenie. Patria sem vajcia, hydina, králik, ryby a morské

plody, syry a tvaroh (mozzarella, cottage syr), kefir, strukoviny (fazuľa, cícer, šošovica, hrach) alebo produkty z nich (tofu, tempeh, strukovinové cestoviny, hummus).

25 % taniera: Prílohy – ideálne celozrnné

Uprednostňujte celozrnné varianty, ako celozrnný kváskový chlieb, celozrnné cestoviny, ovos, kuskus, quinou či hnedý ryžu.

+ Zdravé tuky

Aby sa niektoré vitamíny vstrebali a iné živiny doplnili, potrebuje telo zdravé tuky - najmä kvalitné rastlinné oleje, orechy, semienka a avokádo. Maslo a masť v menšom množstve.

» ren



zdroj foto zdroj foto KoilRoylers pixabay

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE
od 15€/bm

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

SLOVENSKY CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA na materiál 45%

- PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASŤÍ KOMÍNOV
- ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV
- OBHLIADKA KOMÍNOV

ZDARMA

0948 012 507 • www.profikominy.sk

- Vypratávanie domov, bytov, garáží, povál, pivníc
- Búracie práce
- Likvidácia nebezpečného odpadu
- Pílenie stromov

0902 266 147

EL-FIN
GARÁŽOVÉ BRÁNY

www.EL-FIN.sk
0902 604 343

NAJLACNEJŠIE VYPRAŤAVANIE DOMOV, BYTOV PIVNÍČ, POVALÍ GARÁŽÍ ZÁHRAD

likvidácia nebezpečného odpadu a búracie práce

0910 710 514

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

KANÁL SERVIS
RÝCHLO | ČISTO | SPOHLIVO | NONSTOP

KRTKOVANIE
ČISTENIE KANALIZÁCIÍ
BEZVÝKOPOVÉ OPRAVY
MONITORING KAMEROU

rýchly zásah
za najlepšie ceny

DOPRAVA ZDARMA

0907 652 710
www.kanalservis.sk

REKONŠTRUKCIE DOMOV A BYTOV

- zateplenie domov
- jadrá, omietky
- potery
- zámková dlažba
- náter striech
- maľovanie
- oprava komínov
- altány
- výmena krytiny a rín
- izolácia striech a domov

0910 710 514

3-SKLO ZA CENU DVOJSKLA

Platí na okná v laminácii alebo s hliníkovým klipom.
Akcia platí do 19.12.2025

o k n á a d v e r e

Slovaktual®

TOPOĽČANY • 0911 311 220
topolcany2@slovaktual.eu

PARTIZÁNSKE • 0905 211 572
partizanske@slovaktual.eu

www.slovaktual.sk/akcia



od pondelka 8. 12. do 14. 12.

Zázračné momenty
s najnižšími cenami
sa oplatia každý deň.

Sa oplatí.

2+1
ZADARMO



1.69* 2.53**

Tatranské maslo
250 g
(1 kg = 6,76)



*Cena za kg pri kúpe 3 kusov = 1,69 €
**Cena za kg pri kúpe 1 kusa = 2,53 €
Cena za 3 kusy = 5,26 €

-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}



1+1
ZADARMO



1.59* 3.18**

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



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



UŠETRITE*
-33%

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

2.99

*Ušetrenie na porovnanie s cenami v predajni v danom predajni

1 kg

Nutella

UŠETRITE*
-49%

7.49

*Ušetrenie na porovnanie s cenami v predajni v danom predajni



Naskenuj QR kód
a prelistuj si celú
ponuku online.

Pyžamá
pre celú rodinu.



Pyžamo
2-dielna súprava

UŠETRITE*
-22%

6.99

*Ušetrenie na porovnanie s cenami v predajni v danom predajni



Viac na www.lidl.sk

Ponuka tovaru platí od 8. 12. do 14. 12. 2025 alebo do vyčerpania zásob. Chyby v ňom vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný len v obvyklom množstve.

Pečieme vianočné sušienky

Vianočné korenienie 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 ďumbier. Naše domovy sú vďaka nim plné nezameniteľných vôní. Vedeli ste však, že toto vianočné korenienie nemá len krásnu 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 korenienie má veľa priaznivých účinkov na naše zdravie.

zdroj foto Couleur pixabay

Náš tip:

Medovníčky

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 – hviezdíčky, 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 prosieva 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 ďumbier, 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 trochu stlačíme. Pečieme 7 minút. Sušienky by mali byť po upečení mäkké, neskôr po vychladnutí trochu stvrdnú.

» [ren](#)



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 nezoszltnú.

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

www.Cistenie-Peria.sk
 šitie - renovácia - výroba paplónov a podhlavníkov
 Zamarovce 101 (pri Trenčíne) 032/743 72 24

climax SUNSCREENS
 AUTORIZOVANÝ PARTNER CLIMAX
ŽALÚZIE CIBULA
PD, Duklianska 2
0915 865 543
PE, Uhrecká 23
038 740 14 60
www.zaluzie-cibula.sk

Majte tienenie pod kontrolou
 ŽALÚZIE • SCREENY • PERGOLY climax.cz

Vianočný zážrak 2025

Splňte vianočné pranie osamelým seniorom z domovov dôchodcov.

Zoznam želaní nájdete na:
www.vianocnyzazrak.sk

Mediálny partner **REGIONPRESS**

čujte.sk
 Čítajte nás:
www.cujte.sk

Recyklácia a vyradenie vozidla z evidencie
 Autorizovaný spracovateľ - Piec auto s.r.o.
Odvoz auta zadarmo
GA SA HC LV NR NZ ZM PE PN BN NM TO TT ZH ZC BS.
 Už nemusíte chodiť na dopravný inšpektorát, my všetko odhlásime za Vás.
0915 261 120

SBS GUARDING s. r. o.
 pracovná pozícia: bezpečnostný pracovník na prevádzke
Kaufland Bánovce nad Bebravou
Mzda: 6,00€/hod. brutto
 nástup: ihneď
 požiadavky: preukaz odbornej spôsobilosti S osvedčenie o absolvovaní odbornej prípravy
 Kontakt: osoba: Danko Tel. kont.: 0948 137 340
 Pre bližšie info treba volať (nie písať)

DOBROVOĽNÁ DRAŽBA Rodinný dom
 Partizánske - Veľké Bielice
 Najnižšie podanie: 234 000,00 EUR

Termín konania dražby: dňa 08.01.2026 o 10:00 hod.
Miesto konania dražby: Administratívna budova SEINSTITUTE, miestnosť: Meeting room 4, 2. poschodie, Bratislavská 614, 91105 Trenčín. GPS: 48.889875 18.004116
Dražobná zábezpeka: 15 000,00 EUR

Predmet dražby: Rodinný dom súpisné č. 910 a hospodárska budova bez súpisného čísla na ul. Športovcov v meste Partizánske časť Veľké Bielice. Predmetom dražby sú tiež pozemky parcelné č. 263/2, 263/3, 264 o celkovej výmere 740 m². Predmet dražby je evidovaný na LV č. 1990, k.ú. Veľké Bielice.

Kontakt: 0903 404 713, drazby@heypay.sk, www.heypay.sk

SBS GUARDING s. r. o.
 pracovná pozícia: bezpečnostný pracovník na prevádzke
Kaufland Topoľčany
Mzda: 6,00€/hod. brutto
 nástup: ihneď
 požiadavky: preukaz odbornej spôsobilosti S osvedčenie o absolvovaní odbornej prípravy
 Kontakt: osoba: Danko Tel. kont.: 0948 137 340
 Pre bližšie info treba volať (nie písať)

ONLINE s REGIONPRESS-om

PPC kampane Sociálne siete
 Tvorba webstránok Online marketing
 a iné služby

www.regionpress.sk

HeyPay dobrovoľné dražby

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

e-cycling slovmas

- 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 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.

ŽP EKO DELET
 PREDVIANOČNÝ
VÝKUP ŠROTU

TOPOĽČANY 1 TOPOĽČANY 2 ZEMIANSKÉ KOSTOĽANY
0903 567 336 0911 400 382 0903 546 644



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.

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

Aký si zvolíť - 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 myslite 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 cherylkantou 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 rátajte 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

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

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

Prevádzka: Topoľčany
 sv. Cyrila a sv. Metoda 4648/5
 (za mestským úradom)

PO - PIA 8⁰⁰ - 16⁰⁰



Prevádzka: Bánovce nad Bebravou
 Záfortňa 1, (oproti Fotoateliér Zachar)

PO - PIA 8⁰⁰ - 16⁰⁰



SKVELÉ CENY

ZĽAVA

OD 30 %

NA VYBRANÝ TOVAR

🌐 WWW.NOVOOPTIK.SK

Objavte viac o našej aktuálnej ponuke na našom

f **NOVOOPTIK**

Táto bylinková masť vás raz a navždy zbaví bolesti!

Česká bylinková masť obsadila **prvé miesto** na švajčiarskom veľtrhu „Zdravie v prírode 2024“. Tento výnimočný recept – objavený po 100 rokoch! – zbaví vás najnepríjemnejších bolestí kolien, zápästí a chrbta. Aj keď roky bojujete s bolesťami a žiadne prášky ani mastičky vám natrvalo nepomohli.



Rok 1922. Jan Nosek býva na chate v Novohradských horách. Venuje sa vareniu piva a bylinkárstvu. Dokáže liečiť aj zvieratá. Miestni obyvatelia majú najväčší záujem o jeho prvé povolanie. **Noskovo pivo je také obľúbené, že jeho tvorcu prezývajú „Nossek pivárnik“.** Menej obľúbené sú bylinné zmesi, ktoré pripravuje pri bolestiach hlavy a tráviciach ťažkostiach.

Jan Nosek vedie do 2. septembra 1922 pokojný život. Podrobne to opísal vo svojom denníku:

„Vyšiel som zbierať bylinky. Bol už súmrak. Zrazu som počul krik prichádzajúci z hôr. Muž volal o pomoc. Zhodil som všetko, čo som nazbieral, a išiel som hore. Stúpal som pol hodiny, šmýkalo sa. Na svahu ležal starý muž s dlhou sivou bradou, z nohy mu trčala kosť, zlomenina bola otvorená. Niečo hovoril, no ja som mu nerozumel ani slovo. Jazyk bol pre mňa neznámy. Nevedel chodiť, tak som si ho dal na chrbát a nejakú sme sa dostali dole, hoci to trvalo pár hodín. Liečim zvieratá, nie ľudí, ale túto nohu bolo treba operovať. Veľmi trpel. Nemal som nič na narkózu, tak som mu dal vodku, ale keď som začal operovať, aj tak omdlel od bolesti.

Po operácii ležal u mňa. Dal som mu svoje bylinky proti bolesti, aby ho menej bolela noha. Nepomohli. Možno boli dobré na opícu alebo miernu bolesť hlavy, ale nie na bolesť po veľkých operáciách. Stále neviem, akým jazykom tento muž hovoril, ničomu som nerozumel. Ale mal so sebou veľa bylín a nejaké poznámky o bylinkách a kresbách.

V týchto horách zrejme zbieral aj bylinky. V znakoch mi ukazoval, čo mám zbierať a aké bylinky. Išiel som to všetko pozbierať a doniesol na chatu. On, krivajúc po chate, to všetko zmiešal

Jan Nosek, fotografia z roku 1939

10 prírodných rastlinných zložiek dalo začiatok bylinnej masťi, ktorá lieči bolesti kĺbov.

s vodou a urobil nejakú mastičku. Hneď si to natrel na nohu a na druhý deň už chodil lepšie. O tri dni neskôr, keď som ráno vstal, bol starý pán preč. Ako poďakovanie mi nechal poznámky o tom, ako vyrobiť túto masť, a zložil si z prsta zlatý pečatný prsteň.“

Jan Nosek vďaka poznámkam, ktoré zanechal tajomný hosť, zbiera 10 bylín a kombinuje ich v správnom pomere. **Vytvára rovnakú bylinnú masť.** Chce to čo najskôr vyskúšať. Ide k najstaršiemu obyvateľovi obce. Jitka Navarová má 91 rokov a dlhé roky nemôže opustiť posteľ pre silné reumatické bolesti. Nosek dáva jej vnúcatám bylinkovú masť a nariaduje im, aby ju každý deň natierali žene na nohy. Presne po 5 dňoch... Za bylinkovú masť mu príde na chatu poďakovať aj samotná Jitka Navarová! O masťi „Noska pivárnik“ už hovorí celá dedina.

Miestny ľudia nazývajú bylinkovú masť zázračnou

„Je to zázrak“ – opakujú, keď neznesiteľná bolesť nôh, chrbta či rúk zmizne do niekoľkých dní. **Jan Nosek sa už nespája s pivom!** Každý si k nemu chodí po bylinkovú masť, ktorá odstráni všetky bolesti. Sláva bylinnej medicíny siaha za hranice Novohrad-



Radka D. (79 r.), Pardubice

Niečo neskutočné!

„Od dávna ma boleli kolena. Takýchto dní, keď som nemohla vstať z postele, pribúdalo. Moja susedka mi chodila nakupovať. Často som plakala, veď aký život má človek pripútaný na lôžko? Jedného dňa mi susedka priniesla túto bylinkovú masť. Naniesla som si ju na nohy a po chvíli som sa cítila trochu lepšie. A na druhý deň som normálne vstala z postele! Za pár dní som išla nakupovať a trochu sa poprechádzať! Teraz to už nebolí, je to naozaj úžasná vec!“

ských hôr: K Noskovi prichádzajú aj ľudia z ďalekých krajín. Počas 2. svetovej vojny bylinková masť zachránila veľa vojakov zranených na fronte. Na konci vojny Jan Nosek náhle zmizne. Zostáva len prázdna chata. Čo sa stalo s bylinkárom nie je známe. Jeho bylinná medicína bola na dlhé roky zabudnutá.

Spomienka na „Noska pivárnik“ sa vrátila v marci 2024

Turisti cestujúci Novohradským pohorím našli truhlicu s Noskovým denníkom a poznámkami. Darovali ich miestnemu múzeu. O jeho príbeh sa zaujímali novinári (dokonca sa im podarilo získať Noskovu fotografiu, mal ju jeden z dedičanov; pozrite vľavo), historici a prof. Miroslav Vojtík – botanik, naturopat. S pomocou kolegov z univerzity, kde pracuje, znovu vytvoril 100-ročný recept, aby zistil, že... **bylinková masť funguje lepšie ako moderné metódy proti bolesti!** Navyše, prirodzene. Bez škodlivých chemikálií, ktoré ničia obličky, pečeň, pankreas a žalúdok.

Bylinný prípravok prináša viditeľnú úľavu od bolesti už počas prvých 3 minút.

DO 7 DNÍ ÚPLNE ODSTRÁNUJE:

✓ Akútnu a chronickú bolesť kĺbov (kolená, lakty, zápästia, členky, bedrá);

✓ Zápal;

✓ Opuch, aj dlhodobý;

✓ Bolesť spôsobenú ťažkými a chronickými ochoreniami (osteoartritída, artróza, reumatizmus, lymfická borelióza, vírusové a bakteriálne infekcie);

✓ Bolesť spôsobenú nadváhou, starobou, únavou alebo úrazmi.

Bylinná masť prináša úľavu bolestivým kĺbom, príjemne chladí a podporuje hojenie rán.

Česká bylinná masť sa tento rok umiestnila na prvom mieste na švajčiarskom veľtrhu „Zdravie v prírode 2024“, aj keď je u nás zatiaľ málo známa. Miroslav Vojtík sa rozhodol splniť vôľu Jana Noska zaznamenanú v jeho denníku a sprístupniť bylinkovú masť čo najväčšiemu počtu ľudí bojujúcich s bolesťou.

Našiel farmaceutickú spoločnosť, ktorá sa zhostila tejto úlohy a začal vo veľkom vyrábať bylinné masťi. Podporuje ho množstvo darcov. Uskutočnila sa zbierka, vďaka ktorej bude prvá várka prípravku, 100 balení bylinnej masťi, distribuovaná **ÚPLNE ZADARMO!** Len pre ľudí, ktorí to najviac potrebujú a chcú úľavu od bolesti.

Prírodná úľava od bolesti

Zavolaním teraz získate balíček bylinnej masťi **úplne ZADARMO.** Neváhajte zavolať, pretože počet **bezplatných balíkov je len 100 kusov.** Akcia platí do **12.12.2025.** Dôležité je poradie volajúcich.

tel. 057/321 79 04

Pondelok-piatok od 8:00-20:00 a v sobotu a v nedeľu od 9:00-18:00 (Bežný miestny hovor bez ďalších poplatkov)



Popisovaný prípravok nie je liek ani zdravotnícka pomôcka. Nestúži na určenie diagnózy, obnovenie, zlepšenie alebo modifikáciu fyziologických funkcií organizmu prostredníctvom farmakologického, imunologického alebo metabolického účinku.

INZERENT: TWT GROUP

Oplatí sa!

**TOP
PONUKY
TÝŽDŇA**

**GS
EUROTHERM
MONTY**

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 ŽŤP 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 kampaniami 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 - PAPLÓNY

www.oblieckypaplony.sk

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

**041 4327 616
0911 376 105**

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

DOTÁCIU ODPOČÍTAME IHNEĎ

ECOEnergy info@ecoenergy.sk www.ecoenergy.sk

VOLAJTE: 0909 131 131 Tepelné čerpadlo **Galmet Prima**

4790€

**Tepelné čerpadlo 10kw*

POZOR CENA VRÁTANE MONTÁŽE

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

...nečakajte kým zdražíeme

VYUŽITE BEZPLATNÚ OBHLIADKU

- s našim 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

Galmet