

NITRIANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 54 170 domácností

PRAJEME
VÁM
VESELÉHO
MIKULÁŠA



Čalúnnictvo | 0908 728 132

www.facebook.com/calunnictvonitra/

**VYKUPUJEME
ORECHOVÉ KMENE**
0917 649 213
www.palivovedrevo.sk

ONLINE
s REGIONPRESS-om
www.regionpress.sk

PÔŽIČKY 0918 709 028
od 18-80 ROKOV
od 400€ do 30 000€ www.bestpozicka.sk

**AUTOMATICKÉ PRAČKY - UMÝVAČKY RIADU
PREDAJ A SERVIS**



DOVOZ - MONTÁŽ VÝROBKU
Pintér 0905 625 641, 037/656 50 60

**DOBŘÉ
JABLKÁ**

JABLKÁ
OD SLOVENSKÝCH
PESTOVATEĽOV

Koniarovce 215
pri železničnej stanici

0915 797 098



**DOKTOR
DVERE**

- Zabuchnuté dvere
- Zalomený alebo stratený kľúč

SERVIS DVERÍ A OKIEN
PRIAMO U VÁS DOMA

+421 940 920 100
NON STOP 24/7

**NAJLACNEJŠIE
VYPRAŤAVANIE
DOMOV, BYTOV
PIVNÍČ, POVALÍ
GARÁŽÍ
ZÁHRAD**

likvidácia
nebezpečného
odpadu
a búracie práce
0910 710 514

kapor, tolstolobik, amur, sumec, štika, zubáč

predaj živých rýb

Partizánska ul. 24

Začína 10.12.

Otváracia doba od 9:00 do 18:00, každý deň.

Na požiadanie za poplatok rybu vypitveme.

0905 547 825

Konečne ambulancia na ktorú ste čakali

- Skúsení praktickí lekári pre dospelých
- Ordinujeme 12 hodín denne 8.00 - 20.00 hod
- Objednávanie na presný čas zadarmo
- Vyšetrenia hradené zo zdravotného poistenia



Nitra, ORBIS, Štefánikova 46, tel 037/656 34 15
www.praktickaambulancia.sk

**Vítame nových
pacientov!**

**Praktická
Ambulancia**
VAŠE VŠETROBNÉ PRAKTICKÉ LEKÁRI



**Darovať radosť
je najväčšia výhra**

TIPOS
Vaše výhry, naša radosť

18+ HRAJ ZODPOVEDNE

Bezplatný týždenník

NITRIANSKO

EV 6202/24

vydáva spoločnosť

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

Ročník II, rok 2025

Redakcia: Caboriho 9,
NITRA
nitriansko@regionpress.sk**INZERCIA**Veronika Baumajsterová **0910 851 307**
Alena Valašková **0910 455 919**
Veronika Klenková **0910 569 093**www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.skVychádzame
na recyklovanom
papieri**DISTRIBÚCIA** (54.170 domácností)**páry týždeň:** Nitra, Dolné Krškany, Dražovce, Horné Krškany, Janikovce, Kynek, Mlynáre, Párovské Hájce, Bádčice, Branč, Veľká Ves, Gabaj, Čápor, Čab, Čakajovce, Čechynce, Četadice, Dolné Lefantovce, Dolné Obdokovce, Golanovo, Horné Lefantovce, Hostová, Ivanka pri Nitre, Jarok, Jelenc, Jeľšovec, Kolíňany, Lukáčovce, Malý Cetín, Nitrianske Hrnčiarovce, Podhorany, Pohranice, Rišňovce, Rumanová, Štitáre, Veľký Cetín, Veľký Lapáš, Zbehy, Žirany, Ladice, Veľké Zálužie**nepáry týždeň:** Nitra, Dolné Krškany, Dražovce, Horné Krškany, Janikovce, Kynek, Mlynáre, Párovské Hájce, Babindol, Branč, Veľká Ves, Gabaj, Čápor, Čakajovce, Čechynce, Golanovo, Horné Lefantovce, Ivanka pri Nitre, Jarok, Jelenc, Klasov, Kolíňany, Malý Cetín, Mojmirovce, Nitrianske Hrnčiarovce, Paňa, Pohranice, Rišňovce, Rumanová, Svätoplukovo, Štitáre, Veľká Dolina, Veľký Cetín, Veľký Lapáš, Vinodol, Zbehy, Žirany, Veľké Zálužie

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 SlovenskoBV 97.240 BRATISLAVSKO východ
BZ 106.540 BRATISLAVSKO západ
DS 34.320 DUNAJSKOSTREDSKO
GA 34.390 GALANČANSKO-ŠALANSKO
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 TOPOULČANSKO-PE-BN
TN 60.750 TRENČIANSKO-DCA-IL
TT 49.930 TRNAVSKO
ZM 20.930 ZLATOMORAVSKO**Stredné Slovensko**BB 56.200 BANSKOBYSTRICKO-BR
KY 29.300 KYŠUCKO-CA-KM
LI 37.270 LIPTOVSKO-LM-RK
LC 30.860 LUCĽENEC-KV-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 LUBOVNIANSKO
MI 31.260 MICHALOVSKO-TV-SO
PP 41.520 POPRADSKO-KK
PO 49.940 PREŠOVSKO-SB
SN 32.540 SPIŠSKO-LE-GL

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 hnedú ryžu.

+ Zdravé tuky

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

» ren



zdroj foto zdroj foto KoilRoylers pixabay

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

Exteriérové žalúzie Z90

ZIMNÉ ZĽAVY až do 60%

Ien november - december
žalúzie a sieťky zadarmo7 komorový profil
za cenu 5 komorového

22 rokov na trhu

TOP PLAST - LEVICE Československej armády 2 (vo dvore hotela Lev), 934 01 Levice
e-mail: info@topplast.sk, www.topplast.sk, tel.: 0905 721 070, 0911 721 070

Agroservice

Hľadáme vodičov MKD

Nadštandardné ohodnotenie,

Týždňové turnusy, víkendy doma, relácie D, NL, B.

0903 224 905 • 0903 219 973

FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

stavba komínov, krbov, pecí

www.ekokrbysro.sk • 0907 262 007, 0918 469 799

Zateká Vám strecha?

Spoľahnite sa na odborníkov a budete kľudne 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.
Božik Peter
0948 606 860

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

0902 266 147

KANÁL SERVIS

RÝCHLO | ČISTO | SPOHLIHO | NONSTOP

KRTKOVANIE
ČISTENIE KANALIZÁCIÍ
BEZVÝKOPOVÉ OPRAVY
MONITORING KAMEROUrýchly zásah
za najlepšie ceny
DOPRAVA ZDARMA
0907 652 710
www.kanalservis.sk

REKONŠTRUKCIE DOMOV A BYTOV

- zateplenie domov
 - jadrá, omietky
 - potery
 - zámkové dlažba
 - náter striech
 - maľovanie
 - oprava komínov
 - altánky
 - výmena krytiny a rín
 - izolácia striech a domov
- 0910 710 514**

HYDROIZOLÁCIE PLOCHÝCH STRIECH

- PVC FOLIA FATRAFOL, SIKA, BAUDER
- ZATEPLENIE PLOCHÝCH STRIECH
- REKONŠTRUKCIE PLOCHÝCH STRIECH

www.easyhome.sk

0907 500 566

Obhliadka
a cenová ponuka
ZADARMO

SERVIS A OPRAVA OKIEN A DVERÍ

0908 029 285

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**

PREDAJŇA POLOVNÍCKYCH POTRIEB

POLOVNÍCKE ZBRANE TLMÍČE OPTIKA

NOVOZÁMOCKÁ 120 AREÁL PCT
NITRA - KRŠKANY

0908 707 007 0905 533 726
WWW.POLOVACKY.COM

Ien pre osoby s platným povolením

KAMENÁRSTVO MM, s.r.o.

Veľké Zálužie, bratia Bírovci
0907 503 181, 0903 255 547
www.kamenarstvo-mm.sk
ORIGINÁLNE RIEŠENIA
ZA ROZUMNÉ CENY**AKCIA**
na objednávky

Stahovanie BLESK
0903 432 588
Stahovanie a preprava
tovaru!
Aj zahraničie
www.stahovanieblesk.sk

**PÍLENIE RIZIKOVÝCH
STROMOV**
Kosenie záhrad
a pozemkov
Strihanie a úprava
živých plotov
0902 593 835

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

**Vypratávanie
domov, bytov,
pivníc, povalí,
búracie práce
a likvidácia
azbestu**
0948 107 877

**Predaj
živých rýb**
v Jelenci na Remitáži, RZ Chaty pod Gýmešom
od 14.12.2025 do 23.12.2025
DENNE od 8,00 do 18,00
Prijmeme objednávky **Ryby aj čistíme**
0944 484 031

ŽP EKO DELET
PREDVIANOČNÝ
**VÝKUP
ŠROTU**
KOMJATICE 0911 711 887
NITRA 0911 711 036
VRÁBLE 0911 611 924

ENVI-GEOS Nitra
Komplexné nakladanie s odpadmi
so sídlom v Lužiankach
**Prijme do pracovného pomeru
pomocného pracovníka
na regranulačnú linku**
Miesto výkonu práce: Lužianky
Ponúkame:
• hrubú mzdu od 890* EUR do 1000* EUR
(odmeňovanie podľa dosiahnutého výkonu)
Vašou úlohou bude:
• dotriedovanie druhotných surovín, čistenie fólie
a jej triedenie podľa typu
V prípade záujmu nás kontaktujte telefonicky na 0904 852 251
alebo mailom: kolevova@envigeos.sk
*mzda pozostáva zo základnej mzdy a pohyblivej zložky mzdy

**3-SKLO ZA CENU
DVOJSKLA**
Platí na okná v laminácii
alebo s hliníkovým klipom.
Akcia platí do 19.12.2025
okná a dvere
Slovaktual®
NITRA • 0911 311 220
Párovská 14
nitra@slovaktual.eu
TOPOĽČANY • 0911 311 220
Československej armády 32
topolcany2@slovaktual.eu
www.slovaktual.sk/akcia

ENVI-GEOS Nitra
Komplexné nakladanie s odpadmi
so sídlom v Lužiankach
**Prijme do pracovného pomeru
Údržbára automobilovej techniky (automechanika)**
Pracuje sa na jednu zmenu.
Vašou úlohou budú:
• Bežná a preventívna údržba a opravy automobilovej techniky
• Práca v pneuservise, diagnostika porúch a ich odstránenie
Ponúkame:
• mzdu 1300 EUR* v hrubom + stravné v hodnote 6,60€/deň
• školenia
Požadujeme:
vodičské oprávnenie sk. B, manuálnu zručnosť
V prípade záujmu nás kontaktujte telefonicky na 0904 852 251
alebo mailom: kolevova@envigeos.sk
*mzda pozostáva zo základnej mzdy a pohyblivej zložky mzdy

**PRIJEMEME PRACOVNÍKOV SBS
na obchodnú prevádzku - NITRA**
Práca v stabilnej spoločnosti
Nútny preukaz odbornej
spôsobilosti,
zdravotná spôsobilosť,
bezúhonnosť
corado@corado.sk
0902 582 140

AGROFARMA
PREDAJ ŽIVÝCH RÝB
Čerstvá rybička z nášho rybníčka.
✓ Zdravé a chutné ryby
✓ Ryby vám očistíme na počkanie
100 %
čerstvosť
z lokálneho
chovu
Cenník
Kapor 6,90 €/kg
Amur 6,90 €/kg
Pstruh 8,90 €/kg
Uhor 20 €/kg
Jeseter 15 €/kg
Štuka 14 €/kg
Zubáč 23 €/kg
Sumeč 14 €/kg
NITRA Štefánikova 50
Mestská tržnica
Po-Pi: 7.00 - 17.00 hod
So-Ne: 7.00 - 13.00 hod
0915 889 987

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 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 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 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

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

» KUPIM LUDOVE KROJE 0902708047

» Kúpim stare česko-slovenske hračky vzduchovku strieborné mince 0905651837

7 DEŤOM

8 DARUJEM

9 ZOZNÁMENIE

0 RÔZNE

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



• Do skupiny vyhradených výrobkov patria elektrozariadenia, batérie a akumulátory, obaly, neobalové výrobky, vozidlá a pneumatiky.

• Na vyhradené výrobky sa vzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov, t. z., že výrobca takéhoto výrobku je povinný plniť súbor povinností pre vyhradený výrobok uvedený na trh SR. Tým je zabezpečené, že o vyhradený výrobok, resp. vyhradený prúd odpadu bude postarané vo všetkých fázach jeho životného cyklu.

• Financovanie triedeného zberu vyhradeného prúdu odpadu, vrátane triedeného zberu zložiek komunálneho odpadu patriacich do vyhradeného prúdu, znášajú výrobcovia v rámci systému rozšírenej zodpovednosti výrobcov. V prípade nedôsledného triedenia oddelene zbieraných zložiek komunálneho odpadu, na ktoré sa vzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov, náklady na triedený zber vyhradeného prúdu odpadu znáša obec.

• Každý môže predchádzať vzniku odpadu už pri rozhodovaní o kúpe nového výrobku. Pre ochranu životného prostredia je dôležité, aby sme kupovali výrobky, ktoré majú čo najmenej obalov, pokiaľ možno z rozložiteľných materiálov, aby sme kupovali elektrozariadenia s najvyššou energetickou triedou, pretože šetríme prírodné zdroje potrebné na výrobu elektrickej energie. V prípade batérií a akumulátorov sa snažíme o používanie batérií s dlhou životnosťou alebo využívame nabíjateľné akumulátory.

• Zakazuje sa do voľnej prírody ukladať akýkoľvek odpad. Batérie a akumulátory, elektrozariadenia a odpadové pneumatiky sa nesmú vyhadzovať do komunálneho odpadu.

• Konečný používateľ môže odovzdať elektrozariadenia, batérie a akumulátory na miestach spätného zberu a odpadové pneumatiky u distribútorov pneumatík. Nakladanie s odpadom z obalov a neobalových výrobkov je určené vo všeobecne záväznom nariadení obce.

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

REGIONPRESS

Vianočný zážrak

2025

Splňte vianočné pranie osamelým seniorom z domovov dôchodcov.

Zoznam želaní nájdete na: www.vianocnyzazrak.sk

Mediálny partner **REGIONPRESS**



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.

PRENÁJOM KÁVOVAROV

Model	1 DEŇ	VIKEND	2-10 DNI	11-60 DNI	60 DNI +
JURA E6 Malý automatický kávovar	20 €	30 €	15 €	10 €	5 €
JURA X10 Veľký automatický kávovar	25 €	35 €	20 €	15 €	7 €
SANREMO D8 Profesionálny pákový kávovar	60 €	90 €	40 €	20 €	9 €
FIORENZATO F64 Mlynček	10 €	30 €	15 €	10 €	5 €



KAMENÁRSTVO

Najväčšia predajňa (700 m²)
vystavených pomníkov v regióne.

Jelšovce

Jelšovce 421 (pri pošte)

Po - Pia: 8:00 - 16:00

0903 747 666

CELOROČNÁ ZĽAVA až do 40%

Slovenský výrobca pomníkov
za dostupné ceny, s tradíciou od 1991

www.zulovepomniky.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.

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 ďumbier. Naše domovy sú vďaka nim plné nezameniteľných vôní. Vedeli ste však, že toto vianočné korenie 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 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 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 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

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 zide 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 pribalíte 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 opláti.

Bez dymové 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

Efektívnosť potvrdilo viac ako 236 700 ľudí na celom svete!

S touto metódou získate opäť silný sluch za 72 hodín!

Pán Marek (69) z Bratislavy sa vysmieval svojej manželke, ktorá mu kúpila náplasti s liečivými zrnkami na zlepšenie jeho zo dňa na deň slabšieho sluchu. Presvedčil sa o nich, až keď takmer spadol pod uhňajúci autobus...

Pán Marek, ohlušený hlukom ulice, nepočul, že za rohom ulice prichádza autobus. Okoloidúci ho zachytili v poslednej chvíli. Keď sa vystrašený vrátil domov, uvedomil si, že jeho strata sluchu je naozaj vážny problém. Lekárka mu odporučila nosiť načúvací prístroj, ale bolo to nepríjemné, praskalo to a škripalo – skôr na obtiaž ako na pomoc! Potom si spomenul na sluchové náplasti, ktoré mu pred ča-som kúpila jeho žena, ktoré s nechtou odložil do súflady.

„Nikdy som nemal taký strach ako vtedy. Mohol som zomrieť! 3 dni som nevyšiel z domu, bol som taký šokovaný“ – hovorí Marek. „Vtedy som nosil náplasti, ktoré mi kúpila Janka. Najprv som si myslel, že je to haraburda, ale dal som im šancu. Nemal som čo stratiť! Na moje prekvapenie, už 2-3 hodiny po ich nalepení som počul oveľa lepšie. Po 3 dňoch bol zvuk čistejší a hlavne bez závad ako s načúvacím prístrojom! Dokonca som musel stíšiťtelevízor, pretože bol príliš hlasný. Sú to 2 týždne, manželka hovorí, že už nekričím... A nemusím sa 3x pýtať o zopakovanie, dokonca počujem aj šepot. A pomyslieť, že stačilo si nalepiť tieto malé náplasti na ucho!“

Prírodná metóda na problémy so sluchom

J. Bánsky, špecialista na sluch, pravidelne odporúča svojim pacientom náplasti Vacca Complex: „S blahodarnými náplastami zo semien Vaccaria som sa prvýkrát stretol na sympóziu v Hong Kongu. Pôvodne som neveril, že niečo 100% prírodné, bez štipky moderných technológií, môže byť také účinné. Musel som to skontrolovať, a tak som si objednal dávku náplasti na testovanie. Po návrate som robil výskum na skupine 150 dobrovoľníkov vo veku 41-89 rokov a s rôznym stupňom straty sluchu. Výsledky boli jednoznačné: Akupresúrne náplasti Vacca Complex dokážu znížiť tinitus a zlepšiť sluch bez ohľadu na vek a štádium straty sluchu. Do 3 dní zlepšujú sluch o 65% a po 14 dňoch až o 90%! Štúdie tiež ukázali, že 9 z 10 ľudí po kúre výrazne znížilo svoj tinitus. Rozhodol som sa nadviazať spoluprácu s výrobcom a rozšíriť distribúciu náplasti na slovenský trh. Počas svojej dlhoroč-

Silný sluch v každom veku

Náplasti sú neinvazívnou metódou, ktorú môže použiť každý bez ohľadu na vek, pohlavie a štádium problémov so sluchom. Výskum uskutočnený v roku 2022 Európskym audiologickým centrom v Bukurešti ukázal, že aj ľudia, ktorí majú hlbokú a dlhodobú stratu sluchu, môžu náplastami Vacca Complex:

- ✔ Zlepšiť sluch najmenej o 65% po 3 dňoch používania,
- ✔ Nenávratne znížiť tinitus za 2 týždne,
- ✔ Obnoviť sluch celého spektra zvukov – od najvyšších po najnižšie tóny,
- ✔ Umožniť rozlíšiť hlasy v dave 8-krát lepšie,
- ✔ Účinne a natrvalo korigovať akýkoľvek typ straty sluchu.



Anna, 57 rokov, Košice

ZÍSKALA SOM SLUCH AKO ZA MLADÝCH ČIAS

Vyššie 30 rokov práce na základnej škole mi doslova zničilo sluch. Načúvací prístroj som začala nosiť ako 40-ročná, no každým rokom sa mi sluch zhoršoval a zhoršoval. Okrem toho sa vyskytli aj nepríjemné tinitusy v ušiach. Skúšala som všeličo – oleje, sviečky a iné kúry, ale nič nepomáhalo. Doktor mi navrhol kochleárny implantát, ale keď som počula, ako dlho to trvá a aká je cena... To nie je na peňaženku bežného učiteľa! Našťastie som natrafila na tieto náplasti v novinách. Zaujalo ma, že sú 100% prírodné a majú len pozitívne názory. Po 3 dňoch používania som počula oveľa lepšie! Dokázala som normálne telefonovať bez toho, aby som sa musela stále pýtať, čo kto povedal. Po 2 týždňoch počujem ako 20-25 ročná a bez akéhokoľvek tinnitu.



nej profesionálnej kariéry som sa ešte nestretol s ničím efektívnejším, a zároveň tak pohodlným“.

Aký je fenomén kúry?

Náplasti so zrnami vaccaria sú unikátnou kombináciou prírodnej medicíny (akupresúra) a moderných technológií. Vďaka svojim jedinečným vlastnostiam a inovatívnej forme môžu pomôcť pri obnove poškodených vlásokových bu-

niek vo zvukovode a stimulovať ich k správnejmu vnímaniu okolitých zvukov. Vplyvom tlaku sa zrnká jemne rozpustia, prospešné látky v nich obsiahnuté prenikajú po-kožkou priamo do vlasových buniek. Náplasti Vacca Complex sú mimoriadne jednoduché a pohodlné na použitie. Náplasti stačí nalepiť za ucho, aby proces zlepšovania sluchu mohol prebiehať nepretržite. Takto nalepenú náplasť treba z času na čas stlačiť, aby sa zosilnil jej účinok. Náplasti sú veľmi malé a diskretne – nikto si ani nevšimne, že máte problém so sluchom. Nemusíte si pamätať, že si ich treba na noc zložiť ako pri načúvacích prístro-

joch, ani sa báť, že ich stratíte. Držia pevne za ucho a necítia ich.

Už po 14 dňoch používania môžete pociťovať zlepšenie sluchu minimálne o 90% (v porovnaní so stavom pred kúrou). Konečne sa oslobodíte od hluku, praskania a nepohodlných zariadení! Od neustáleho vymieňania batérie a strachu zo straty aparátu. Bolesti hlavy a nepríjemný tlak okolo uší ostanú len spomienkou. Vacca Complex podporujú regeneráciu buniek sluchového ústrojenstva, vďaka čomu zlepšujú efektívnosť sluchu ľudí všetkých vekových kategórií. Nezáleží na tom, či s poruchou sluchu bojujete 2 roky alebo 20 rokov – tieto náplasti Vám pomôžu odstrániť aj dlhodobý hlboký defekt úplne prirodzeným a pohodlným spôsobom.

Na Slovensku sú náplasti s liečivými zrnami dostupné len v telefonickom predaji. Neváhajte a volajte teraz – výrobca pripravil špeciálnu akčiovú ponuku pre prvých 100 ľudí.

ZAVOLAJTE UŽ DNES!

Prvých 100 ľudí, ktorí zavolajú do 12.12.2025, získa **100% zľavu!**

Neváhajte a objednajte si náplasti už teraz!

043/230 21 43

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





43,60€

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

[notino.sk](#)



46,59€

Xiaomi Smart Band 10, Ružové

[Pracujezamna.eu](#)



59,99€
89,99€

PARKSIDE® Benzínová reťazová píla PBKS 46 A1

[Lidl.sk](#)



154,90€

Chladnička Candy CHASD4385EBC

[Tibi.sk](#)



13,78€

Musetti zrnková káva Deca - bezkofeinová 500g

[Domkavy.sk](#)



38,99€

LAVVU Štýlové drevené hodiny LOFT

[4home.sk](#)



204,99€

Drvič záhr. odpadu Riwall PRO RES 3044 B

[merkury market.sk](#)



12,99€
17,99€

SILVERCREST® Multifunkčný krájač EDS SMZE 500 C2

[Lidl.sk](#)



33,79€

Bytová búda pre psa, RD43171

[dekoraciedobytu.sk](#)



78,50€

TESCOMA panvica hlboká PRESIDENT Stone

[demro.sk](#)



49,99€

SILVERCREST® Robotický vysávač SSRS A1/SOSRS A1

[Lidl.sk](#)



26,05€

Bruder 02572 MB Unimog s radlicou sypač

[4kids.sk](#)



www.TonerPartner.sk

24,34 €



HP 44A
Toner PREMIUM, čierny

37,34 €



HP 106A
Toner PREMIUM, čierny s čipom

12,32 €



HP 650-XXL
Cartridge PREMIUM, čierny

Chcete ušetriť na toneroch? Pri objednávke v e-shope www.tonerpartner.sk zadajte v nákupnom košíku zľavový kód **OPLATISA** a získajte zľavu 10% na kompatibilné náplne a 3% na originálne náplne.

Predávajte alebo nakupujte na online trhovisku:

www.oplatisa.sk

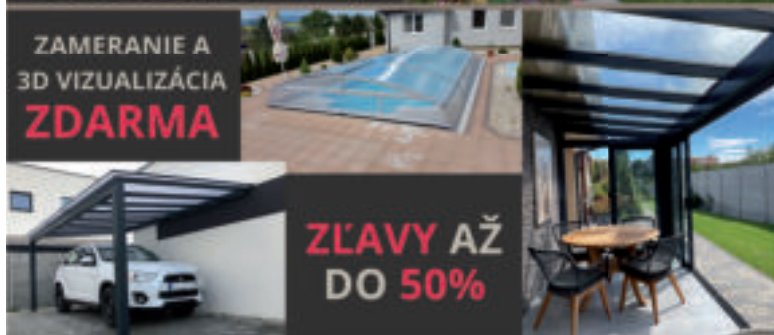
Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



GS
EUROTHERM
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
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

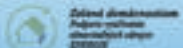
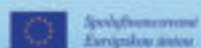
OBJEDNAJTE POSLEDNÉ TEPELNÉ ČERPADLÁ DO KONCA ROKA

ECOenergy info@ecoenergy.sk
www.ecoenergy.sk

DOTÁCIU ODPOČÍTAME IHNEĎ

VOLAJTE: 0909 131 131

Tepelné čerpadlo Galmet Prima



POZOR CENA VRÁTANE MONTÁŽE

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

4790€

...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