POTERY • OMIETKY • FASÁDY
24-0010

REGIONPRESS
5. TÝŽDEŇ / 30. JANUÁR 2026

ORAVSKO
DOLNOKUBÍNSKO-NÁMESTOVSKO-TVRDOŠÍNSKO

Najčítanejšie regionálne noviny
Týždenne do 34 980 domácností

AKCIA ZIMA od 5,19 € s materiálom!
STAVEBNÉ IZOLÁCIE
16 ROKOV SKÚSENOSTÍ
Baumit
PARTNER FIRMY STAVPOČ
VÝBORNÁ KVALITA ZA NÍZKU CENU
0915 363 983
24-0010

TU MOHLA BYŤ VAŠA REKLAMA

STROJOVÉ POTERY A OMIETKY
ZATEPĽOVANIE RD FASÁD
MONTÁŽ SADROKARTÓNU
0904 845 444
Baumit
24-0010

• opilovanie konárov
• redukcia stromov
RIZIKOVÉ PÍLENIE STROMOV
www.altitudo.sk 0917 578 839
24-0023

Altcomplet, s.r.o.
SERVIS A PREDAJ MOBILOV, TABLETOV NOTEBOOKOV A POČÍTAČOV
+421 43 202 13 58
86-0092

VEDENIE JU, PU, DPH, MZDY, DAŇOVÉ PRIZNANIA
0907 471 518
24-0028

PRESTIGE
Prestige
HAIR & BARBER
Na jednom mieste nájdete kadernícke služby od strihov, farbenia a melírov cez regeneračné kúry a barber starostlivosť až po technológiu na formovanie tela, ktorá podporuje krásu aj sebavedomie.
Služby
Kompletná starostlivosť o vlasy
Barberské služby
Formovanie postavy
+421 944 497 437
Štefana Furdeka 202/19, Trstená
pri prvej návšteve -10%

MKN garage
DETAILING AUTA
ZNOVA AKO NOVÉ
• ČISTENIE INTERÉRU
• HĹBKOVÉ TEPOVANIE
• ČISTENIE A IMPREGNÁCIA KOŽE
• OŽIVENIE PLASTOV
• RUČNÉ UMÝVANIE EXTERIÉRU
• LEŠTENIE LAKU KAROSÉRIE
• VOSKOVANIE LAKU KAROSÉRIE
• KERAMICKÁ OCHRANA LAKU
• MOŽNÁ AJ PRÍPRAVA AUTA NA PREDAJ
• PREZÚVANIE A VYVÁŽOVANIE PNEUMATÍK
• A MNOHO INÉHO
OD 30€
421 949 791 371 LIESEK _MKNGARAGE_
pri prvej návšteve -10%
24-0041

TIPOS
Vaše výhry, naša radosť
Každý deň sa môžeš mať ako
prasa v žite
HRAJ ZODPOVEDNE 18+
35-0003

Bezplatný týždenník
ORAVSKO
DOLNOKUBÍNSKO-NÁMESTOVSKO-TVRDOŠÍNSKO
EV 6216/24
vydáva spoločnosť
REGIONPRESS
so sídlom Pekárska 7489/40A,
917 01 Trnava, IČO: 36252417.
Ročník III, rok 2026

Redakcia: Trojičné námestie 191
TVRDOŠÍN
oravsko@regionpress.sk

INZERCIA
Jessika Kontrová 0907 727 203
Ing. Vanesa Lucká 0905 400 035

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

Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (34.980 domácností)
Každý týždeň:
Dolný Kubín (+ prímestské časti), Tvrdošín, Námestovo, Nižná, Trstená, Zábiedovo, Brezovica, Čimhová, Liesek, Štefanov, Vavrečka, Ťapešovo, Lokca, Vasiľov, Babín, Hruštín, Podbiel, Krivá, Dlhá nad Oravou, Chlebnice, Sedliacka Dubová, Horná Lehota, Oravský Podzámok, Medzibrodie nad Oravou, Bziny, Veličná, Revišné, Oravská Poruba, Párnica, Istebné, Žaškov, Vyšný Kubín, Jasenová, Zemianska Dedina
+ v párnom týždni navyše:
Oravský Biely Potok, Habovka, Klin, Bobrov, Zubrohlava, Rabča, Rabčice, Sihelné, Oravská Polhora, Pribiš, Leštiny, Osádka, Malatiná
+ v nepárnom týždni navyše:
Oravská Jasenica, Oravské Veselé, Mútne, Beňadovo, Breza, Krušetnica, Lomná, Zákamenné, Novoť, Oravská Lesná, Vitanová, Hladovka, Suchá Hora, Zázrivá, Kraľovany

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

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

Západné Slovensko

BV	97.240	BRATISLAVSKO východ
BZ	106.540	BRATISLAVSKO západ
DS	34.320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34.390	GALANTSKO-ŠALIANSKO
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO
LV	30.580	LEVICKO
MA	29.680	MALACKO
NR	54.170	NITRIANSKO
NZ	35.050	NOVOZÁMOCKO
PK	22.970	PEZINSKO
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35.420	SENECKO
SE	36.750	SENICKO-SKALICKO
TO	41.930	TOPOĽČIANSKO-PE-BN
TN	60.750	TRENČIANSKO-DCA-IL
TT	49.930	TRNAVSKO
ZM	20.930	ZLATOMORAVSKO

Stredné Slovensko

BB	56.200	BANSKOBYSTRICKO-BR
KY	29.300	KYSUCKO-CA-KM
LI	37.270	LIPTOVSKO-LM-RK
LC	30.860	LUČENECKO-VK-PT
MT	38.570	MARTINSKO-TR
OR	34.980	ORAVSKO-DK-NO-TS
PB	33.590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40.150	PRIEVIDSKO
ZV	38.400	ZVOLENSKO-DT-KA
ZH	26.880	ŽIARSKO-ZC-BS
ZA	50.780	ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

BJ	37.210	BARDEJOVSKO-SK-SP
GE	30.830	GEMERSKO - RV-RS-RA
HU	27.190	HUMENSKO-VT-SV-ML
KE	92.130	KOŠICKO
KS	24.900	KOŠICKO okolie
SL	12.940	ĽUBOVNIANSKO
MI	31.260	MICHALOVSKO-TV-SO
PP	41.520	POPRADSKO-KK
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL

86-0004

86-0020

86-0127

24-0033

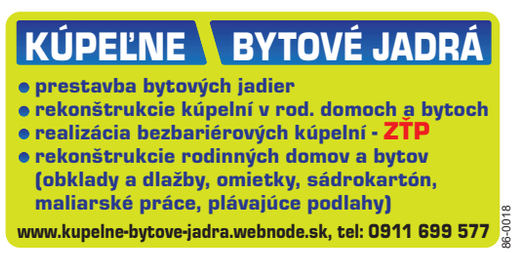
24-0038

24-0034

86-0002

24-0006

86-0006



86-0018

24-0002

od pondelka 2. 2. do 8. 2.

Sa oplatí.

CENOVÝ LÍDER* NA SLOVENSKU. 1

Nakupovať inde nemá cenu.

Maslo
200 g
(100 g = 0,48)

Najnižšia cena v Lidli tento rok

2 + 1 ZADARMO

Plus

0.95*
1.42**

*Cena za kus pri kúpe 3 kusov = 0,95 €
**Cena za kus pri kúpe 1 kusu = 1,42 €
Cena za 3 kusy = 2,84 €

Bonduelle Zlatá kukurica
425 ml
(1 kg = 3,24/PP)

1 + 1 ZADARMO

Plus

1.10*
2.19**

*Cena za kus pri kúpe 2 kusov = 1,10 €
**Cena za kus pri kúpe 1 kusu = 2,19 €
Cena za 2 kusy = 2,19 €

Najnižšia cena v Lidli tento rok

Značkové produkty

Coca-Cola/ Coca-Cola Zero/ Fanta/Sprite
2 l, + záloh za obal 0,15 €
(1 l = 0,85, LP: 1 l = 0,75)

UŠETRITE* -41 %

1.69

UŠETRITE* -48 %

Plus

1.49

*Ponuka platí v obchodoch uvedených v letáku.

UŠETRITE* -40 %

0.59

Budvar 10°
0,5 l
svetlé výčapné pivo
+ záloh za obal 0,15 €
(1 l = 1,18)

*Ponuka v odporúčanej čiastkovej maloobchodnej predajnej sieti.

Ľahko šúpateľné

-46 %

1.29
2.39

Mandarínky
cena za 1 kg
odroda Murcott

-42 % 3.49

1.99

-45 %

Plus

1.89
3.49

Strapcové paradajky
cena za 1 kg

-37 % 6.35

3.99

-40 %

Plus

3.79
6.35

Bravčová krkovička
cena za 1 kg
v celku, bez kosti

platí do 4. 2.

-39 %

3.99
6.59

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

*Potvrdzuje to výskum agentúry NMS Market Research Slovakia vykonaný v dňoch 8. 12.–14. 12. 2025 na reprezentatívnej vzorke 2 012 respondentov.

Ponuka tovaru v letáku platí od 2. 2. do 8. 2. 2026 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

Viac na **www.lidl.sk**

49-0001

ZATEPĽOVANIE RD OMIETKY STROJOVÉ 0904 845 444
24-0010

FÚKANÉ IZOLÁCIE
STARŠIE RODINNÉ DOMY
NOVOSTAVBY
0951 387 690
86-0002

STRECHY Andrzej Kasperek
• STREŠNÉ KONŠTRUKCIE •
• STREŠNÁ KRYTINA •
• KROVY •
• VÝMENA STRIECH •
tel.: 0904 611 460
24-0010

Tradičná ručná práca
POSEZÓNNY VÝPREDAJ
1350€ 1300 €
celokeramický šporák BESKYD NA DREVO
na varenie aj pečenie
0903 806 720
0911 709 209
Cena platí na vyrobené kusy na sklade
www.pokrokextra.sk
47-017

Výročia a udalosti

10. februára 1763
skončila sa sedemročná vojna medzi Veľkou Britániou a Portugalskom na jednej a Francúzskom aj Španielskom na druhej strane. 15. februára uzatvorilo mier aj Prusko, Sasko a Habsburská monarchia.

Čujte.sk
Pripravte si gratinované alebo plnené zemiaky
www.cujte.sk
zdroj foto: maxpixabay

Výročia a udalosti

6. februára 1901
v Paríži boli **nainštalované prvé verejné telefóny** na vlakových staniciach

PÍLA VASILOV S.R.O.
PELETY
BRIKETY
ROZVOZ PRIAMO AŽ K VÁM DOMOV, AJ V SOBOTU
VŠETKO SKLADOM
www.pilavasilov.sk
Kontakt: 0907 105 008
86-0005

KAMENÁRSTVO
IVAN ŠNAUKO LIKAVKA 73
PONÚKAME
VÝROBA, MONTÁŽ POMNÍKOV
ŠIROKÝ VÝBER POMNÍKOV A TVAROV
Z PRÍRODNÉHO KAMEŇA
VÝHODNÉ CENY
AK NEMÔŽETE PRÍSŤ RADI VÁS NAVŠTÍVIME
www.kamenarstvo-snauko.sk 0902 264 540
86-0035

ZÁRUKA 5 ROKOV
DS AUTO MOTO
WWW.DSMOTO.SK
NÁMESTOVO
MIESTNEHO PRIEMYSLU 1248
PROFESIONÁLNE
ŠTVORKOLKY | UTV | SSV
SEGWAY
TGB
LINHAI
24-0032

Riadková inzercia

1 AUTO-MOTO

»Kupim hlavé a ojnicné loziska na skodu 100,105,120, Tel 0910594060 Dakujem.

2 ELEKTRO, TECHNIKA

3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK

4 DOM A ZÁHRADA

5 ZVERINEC, DROBNOCHOV

»Kúpim KRÁLIČIE KOŽE 0905350531

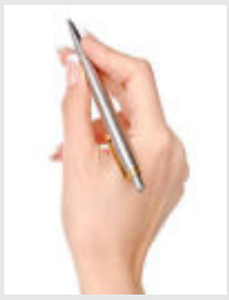
6 HOBBY A ŠPORT

7 DEŤOM

8 DARUJEM

9 ZOZNÁMENIE

10 RÔZNE



Chcete si podať riadkový inzerát?

Pošlite SMS na tel. č. 8866 v tvare RP (medzera) OR (medzera) číslo rubriky (medzera) Text inzerátu.

Príklad:
RP OR 7 Predám hlboký modrý kočík. 0987 654 321

Inzerát bude po skontrolovaní spoplatnený spätnou SMS, ktorú Vám vyúčtuje Váš mobilný operátor.

Cena spätnej SMS (vrátane DPH):

- Text do 50 znakov 1 €
- Text 51 až 100 znakov 2 €
- Text 101 až 150 znakov 3 €

Čísla rubrík:

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 „OR" v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tiráži.
(Službu platbamobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

Darovanie 2 % z dane rodičom

Rok 2026 prináša novinku v oblasti poukázania dane. Daňovníci – fyzické osoby budú môcť po prvýkrát poukázať 2 % zo zaplatenej dane aj svojim rodičom. Rovnaké dve percentá bude možné naďalej venovať aj neziskovým organizáciám. Na svojom webe o tom informuje Finančná správa (FS).

„Základnou podmienkou je, že daň musí byť riadne zaplatená a daňovník musí podať daňové priznanie alebo požiadať zamestnávateľa o vykonanie ročného zúčtovania dane v zákonom stanovenej lehote," pripomína FS.

Možnosti poukázania 2 % zo zaplatenej dane:

- Daňovník môže darovať 2 % zaplatenej dane jednému rodičovi a 2 % zaplatenej dane druhému rodičovi.
- Súčasne môže poukázať 2 % (respektíve 3 %) neziskovej organizácii.

Spolu tak môže daňovník poukázať až 6 % (respektíve 7 %) zo svojich daní.

Ako poukázať 2 % z dane

- V daňovom priznaní podanom do 31. marca 2026, respektíve v predĺženej lehote.
- Na samostatnom tlačive VYHLÁSENIE o poukázaní podielu zaplatenej dane z príjmov FO do 30. apríla 2026, ak daňovníkovi zamestnávateľ vykonal ročné zúčtovanie. V tomto prípade je povinnou prílohou potvrdenie o zaplatení dane od zamestnávateľa.
- Vyhlásenie musí obsahovať identifikačné údaje rodiča/rodičov, teda meno, priezvisko, rodné číslo.

Podmienky

- Daňovník nesmie mať nedoplatok na dani vyšší ako 5 eur do 15 dní od uplynutia lehoty na podanie daňového priznania.
- Daňovníkovi, ktorému zamestnávateľ vykonal ročné zúčtovanie za rok 2025, bola daň vyplývajúca z ročného zúčtovania vysporiadaná v správnej výške do 30.4.2026.
- Rodič musí byť k 31.12.2025 poberateľom starobného, invalidného, výsluhového dôchodku alebo invalidného výsluhového dôchodku po dovŕšení dôchodkového veku. Vzhľadom k tomu, že SP o priznaní dôchodku rozhoduje spätne, daňovník môže uviesť aj rodičov, ktorí k 31.12.2025 dosiahli dôchodkový vek a u ktorých je predpoklad, že im bude priznaný dôchodok spätne k 31.12.2025.
- Ak bol daňovník v danom roku zverený do náhradnej starostlivosti, musí k vyhláseniu priložiť rozhodnutie príslušného orgánu, ktoré to potvrdzuje. Pri podaní vyhlásenia v nasledujúcich rokoch už tento doklad neprikladá.

» ren

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
TIPOS
20
PÁRTY
Prasa v žite
200 000 € hlavná a 12 000 €
TIPOS
Vaše výhry, naša radosť
35-0003

Každý deň
sa môžeš mať
ako
prasa v žite
Žreb **Párty prasa v žite**
ti dáva šancu na výhru
až **200 000 €** ihneď
a 12 000 € na rok
WWW.TIPOS.SK
35-0003

Ochrana malých detí pred nízkymi teplotami a mrazom

Odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR upozorňujú na sociálnej sieti na potrebu ochrany malých detí pred nízkymi teplotami a mrazom. „Vzhľadom na to, že malé deti ešte nemajú plne vyvinutú termoreguláciu, ich pokožka je veľmi citlivá na nízke teploty a mráz," upozorňujú a dodávajú, že ak chceme stráviť s dieťaťom určitý čas vonku pri mrazivom počasí, je potrebné vykonať niekoľko nasledovných opatrení:

• Ideálne je ísť von okolo poludnia, kedy majú teploty vyššie hodnoty.

• Detskú pokožku je potrebné chrániť pred omrznutím pomocou krémov, ktoré nie sú na báze vody, a nanášať ich aspoň pol hodiny pred odchodom z domu, aby sa krém stihol vstrebať.

• Hrúbka oblečenia závisí od pohybovej aktivity dieťaťa a vonkajšej teploty. Platí jednoduchá zásada – vrstvenie oblečenia. Vhodné je priamo na telo obliecť jemnú bavlnenú bielizeň, ako druhá vrstva je vhodný hrejivý flís a najvrchnejšia vrstva by mala byť vlnená, na ktorú dieťaťu oblečieme bundu.

• Pre prevenciu podchladenia odporúčajú odborníci metódu vrstvenia oblečenia – obliecť dieťaťu viac tenkých vrstiev (takzvaný „cibuľový systém") a pravidelnú kontrolu teploty dieťaťa na zátylku, nie na rukách.

• Nezabudnúť na čiapku primeranej hrúbky a teplé nepremokavé rukavice.

• Pri mínusových teplotách sa odporúča chrániť dýchacie cesty dieťaťa tenkou šatkou, cez ktorú sa vzduch pred vdýchnutím čiastočne zohreje.

„Pamätajte, že malé deti nedokážu slovne vyjadriť, že im je zima. Prvými signálmi môžu byť apatia, tichý plač, studený hrudník (nielen ruky) alebo naopak neprirodzená červená pokožka (pri omrzlinách)," zdôrazňujú odborníci.

» ren

Ilustračné foto. ***zdroj foto Icsilviu pixabay***

STREDNÁ ZDRAVOTNÍCKA ŠKOLA
Celestíny Šimurkovej v Trenčíne

Otvára v školskom roku 2026/2027 tieto študijné odbory

MASÉR *(28 žiakov)*
Uplatnenie absolventa: zdravotnícke a sociálne zariadenia, kúpele, wellness centrá
Prijímacie konanie - testy z predmetov: slovenský jazyk a literatúra + biológia talentové skúšky

FARMACEUTICKÝ LABORANT *(30 žiakov)*
Uplatnenie absolventa: zariadenia lekárenskej starostlivosti farmaceutické firmy
Prijímacie konanie - testy z predmetov: slovenský jazyk a literatúra + chémia

PRAKTICKÁ SESTRA *(30 žiakov)*
Uplatnenie absolventa: zdravotnícke zariadenia ambulantnej a ústavnej zdravotnej starostlivosti zariadenia sociálnych služieb
Prijímacie konanie - testy z predmetov: slovenský jazyk a literatúra + biológia

denné štúdium

ZDRAVOTNÍCKY LABORANT *(28 žiakov)*
Uplatnenie absolventa: zdravotnícke zariadenia vyšetrovacích a liečebných zložiek pracoviská úradov verejného zdravotníctva
Prijímacie konanie - testy z predmetov: slovenský jazyk a literatúra + chémia

ZUBNÝ ASISTENT *(30 žiakov)*
Uplatnenie absolventa: zubné ambulancie ústavné zdravotnícke zariadenia (odd. zubného lekárstva)
Prijímacie konanie - testy z predmetov: slovenský jazyk a literatúra + biológia

denné štúdium

PRAKTICKÁ SESTRA *(24 žiakov)*
Uplatnenie absolventa: zdravotnícke zariadenia ambulantnej a ústavnej zdravotnej starostlivosti zariadenia sociálnych služieb
Prijímacie konanie - test z predmetu: biológia

externé (večerné) štúdium

Termín podania prihlášky na denné štúdium: do 20. februára 2026
na externé (večerné) štúdium: do 31. mája 2026

Kontakt: 032 65 19 810 studijne@szstn.sk www.szstn.sk

46-0001

ŽILINSKÝ SAMOSPRÁVNY KRAJ

Stredná odborná škola poľnohospodárstva a služieb na vidieku
Predmestská 82
010 01 Žilina

Škola pre milovníkov zvierat a prírody...

je ako stvorená Stredná odborná škola poľnohospodárstva a služieb na vidieku v Žiline, ktorá vychováva mladú generáciu odborníkov v oblasti poľnohospodárstva, potravinárstva, veterinárstva, záhradnej architektúry, kynológie a ekonomiky.

V škol. roku 2026/2027 škola ponúka štúdium v študijných odboroch:

- potravinárstvo, kontrolór/ka kvalitár/ka potravín,
- agropodnikanie, farmárstvo,
- agropodnikanie, poľnohospodársky manažment,
- agropodnikanie, kynológia,
- záhradníctvo, sadovnícka a krajinárska tvorba,
- veterinárne zdravotníctvo a hygiena, chov hospodárskych zvierat,
- veterinárne zdravotníctvo a hygiena, hygienická a laborat. služba

041/723 23 65 Predmestská 82, 010 01 Žilina
sekretariat@sospsvza.sk www.sosp.edupage.org

68-014

čujte.sk

Užime si fašiangy ako sa patrí

zdroj foto: Gerhtingen pixabay

www.cujte.sk

Študuj na Fakulte priemyselných technológií v Púchove

www.fpt.tnuni.sk

BAKALÁRSKE PROGRAMY
- Počítačová podpora materiálového inžinierstva
- Materiálové inžinierstvo v špecializáciách:
  - Materiály a environmentálne inžinierstvo
  - Materiály a technológie
  - Materiály a dizajn

INŽINIERSKY PROGRAM s certifikátom EUR-ACE
- Materiálové inžinierstvo v špecializáciách:
  - Kovové materiály
  - Anorganické materiály
  - Polymérne materiály
  - Textilné materiály
  - Materiály a dizajn
  - Environmentálne inžinierstvo
  - Počítačová podpora materiálového inžinierstva

DOKTORANDSKÝ PROGRAM · Materiály

U nás môžeš študovať bezplatne aj popri zamestnaní.

info.fpt@tnuni.sk

Študuj čo Ťa baví

75-015

NEDOSTÁVATE NOVINY? KONTAKTUJTE NÁS NA :

Mobil: +421 907 727 203
E-mail: kontrova@regionpress.sk

Mobil : +421 905 400 035
E-mail: postekova@regionpress.skk

SLOVENKA

ŠPECIÁLNA PONUKA

-20%

VŠETKO

OEKO TEX

TRVANIE AKCIE: 01. - 28.02.2026

AKCIA PLATÍ V PREDAJNIACH A NA E-SHOPE

Zľavy a prebiehajúce promo akcie nie je možné kombinovať.
Akcia sa nevzťahuje na nové kolekcie a ani na vybraný tovar.

81-0022

čujte.sk

Čítajte nás:

zdroj foto: Wirestock pixabay

www.cujte.sk

POMÔŽEME VÁM NAŠTARTOVAŤ VAŠE PODNIKANIE !

INZERCIA
TLAČ
DISTRIBÚCIA
ONLINE

Oravsko.sk
0907 727 203, 0905 400 035
oravsko@regionpress.sk

ORAVSKO REGIONPRESS

Bratislavské fašiangy sú plné zábavy

Ak túžite zažiť fašiangový sprievod a veselú oslavu vhodnú pre všetky generácie, nechajte sa zlákať na Bratislavské fašiangy. Ide o každoročné podujatie, ktoré prináša do historického centra hlavného mesta veselosť a farebnú atmosféru fašiangového obdobia. V Bratislave nadobúda podoba sviatku formu živej folklórnej udalosti, ktorá prepája tradíciu so súčasným mestským prostredím.

Jednou z najvýraznejších častí Bratislavských fašiangov je fašiangový sprievod, v ktorom účinkujú folklórne súbory, hudobníci, tanečníci a postavy v typických aj žartovných maskách. „Sprievod prechádza známymi ulicami Starého Mesta, ktoré sa na chvíľu premenia na javisko plné hudby, spevu a farieb. Atmosféru dotvárajú aj vystúpenia folklórnych skupín, živé hudobné vstupy a tanečné ukážky, ktoré pripomínajú fašiangové zvyky v ich pôvodnej podobe," prezradila Zuzana Bleho Francúzová

Užite si Bratislavské fašiangy.
zdroj foto BKIS

z Bratislavského kultúrneho a informačného strediska (BKIS). Prvé návštevníčky a návštevníkov pritom privítajú na Hlavnom námestí už od 9.00 hod., kam veselosť fašiangových zvykov a tradícií prinesú detské folklórne súbory Kobylka, Vienok, Gerulataa Folklórny súbor Poleno. O 12.00 hod. sa na workshope naučíte, ako sa tancuje v maske a na Františkánskom námestí vznikne BSK zóna performatívneho umenia s hudobno-pohybovým programom. „Veľký fašiangový sprievod vyrazí z Hlavného námestia o 17.00 hod., pričom tohtoročným symbolom sprievodu je Biely had, symbolizujúci ochranu a hojnosť, s ktorým prichádza aj nová tradícia výroby maskota sprievodu. Do sprievodu sa môže pridať každý – vítané sú podomácky vyrobené aj kupované masky, transparenty, tanečné či divadelné zoskupenia aj rodiny s deťmi," priblížila Zuzana Bleho Francúzová a dodala, že tancovanie v maskách preverí hlavný hudobný program – Fašiangová veselica na Hlavnom námestí.

Spoznajte kultúrne dedičstvo mesta

Bratislavské fašiangy nie sú len zábavným podujatím, ale aj spôsobom, ako zažiť tradíciu v živej podobe. „Podujatie približuje folklór ako prirodzenú súčasť kultúry mesta a ponúka možnosť prehĺbiť poznanie slovenskej identity v spojení s moderným mestským rytmom. Z návštevy si zúčastnení môžu odniesť nielen zážitok zo sprievodu, hudby a chutí, ale aj kontakt s kultúrnym dedičstvom," uzavrela Zuzana Bleho Francúzová.

Vstup na podujatie je bezplatný. » ren

Pripravte si fašiangové fánky a šišky

Užime si fašiangy ako sa patrí

Nespútaná zábava, plesy plné prekrásnych rób, sprievody a všakovaké masky, zakáľačky a zabíjačkové špeciality či fánky a smažené šišky, to všetko už akosi neodmysliteľne patrí k fašiangom. Nazývame tak obdobie od Troch kráľov do Popolcovej stredy.

K fašiangom patrí aj zábava a všakovaké masky.
zdroj foto zdroj foto Gaertringen pixabay

Posledné fašiangové dni sa nazývali posledný fašank, bláznivé dni, šalone dni, ostatky, mjesopust či mjasnica. „Na väčšine územia Slovenska bolo zvykom, že mládenci oblečení v maskách chodili v poslednú fašiangovú nedeľu po domoch na obchôdzku. Za odmenu dostávali rôzne potraviny a peniaze. Slaninu a klobásy si zvykli napichávať na ražeň, pečivo, koláče, vajíčka a peniaze si ukladali do košov. Po obchôdzke si mládež vystrojila v krčme alebo v niektorom dome hostinu. Z vajec a slaniny si robili praženicu, niekde slaninu vytopili a na tuku vyprážali pečivo. Za peniaze zvyčajne nakúpili alkoholické nápoje a vyplatili muzikantov," píše sa v elektronickej encyklopédii Centra pre tradičnú ľudovú kultúru (CTĽK).

Zakáľačkové pokrmy, ale aj šišky či pampúšky

Mnohí isto vedia, že tradičné fašiangové jedlo bolo mastné a sýte. Typické pre toto obdobie sú zakáľačkové pokrmy, ako napríklad držková, restovaná pečienka, tlačenka, jaterničky. Nezabúdalo sa však ani na milovníkov sladkého jedla. Išlo najmä o rôzne druhy vyprážaného pečiva, či to už boli šišky, pampúšky, fánky alebo krapne. „Podľa ľudovej viery konzumácia vaječných jedál a vyprážaného pečiva mala zabezpečiť rodine a hospodárstvu želanú prosperitu," dočítali sme sa v encyklopédii CTĽK a tiež sa z nej dozvedáme, že charakter fašiangových jedál má korene v tradičnom rytme roľníckych prác, ktorých bolo v tomto období menej, takže bol dostatok času i potravín na rôzne zvyky, zábavy a hostiny. Na charakter fašiangových jedál vplývali aj stredoveké cirkevné nariadenia, zakazujúce v 40-dňovom pôste, ktorý po nich nasledoval, konzumáciu mäsa, masti, vajec, mlieka, syra. Konzumácia tradičných fašiangových jedál pretrváva v dedinskom i mestskom prostredí aj v súčasnosti.

Šišky sú typickým fašiangovým jedlom.
zdroj foto RitaE pixabay

Náš tip:
FAŠIANGOVÉ FÁNKY

Suroviny: 400 g polohrubej múky, 1 KL soli, 4 PL masla, 2 žĺtky, 1 PL kryštálového cukru, 1/2 balíčka prášku do pečiva, 2 PL rumu, 200 ml kyslej smotany, olej, práškový a vanilkový cukor na posypanie

Postup:

- Preosiatu múku zmiešame so soľou, kryštálovým cukrom a práškom do pečiva. Pridáme nastrúhané maslo, žĺtky, rum, smotanu a vypracujeme vláčne cesto. Zakryjeme utierkou a necháme asi hodinu podkysnúť.
- Potom cesto preložíme na pomúčenú dosku a rozvaľkáme ho do hrúbky asi 3 mm. Následne radielkom vykrajujeme pásy 2,5 cm široké a 10 cm dlhé, v strede každého urobíme zárez.
- Fánky vyprážame na rozpálenom oleji do ružova. Oleja má byť toľko, aby v ňom fánky plávali. Vypražené fánky necháme odkvapkať na papierových obrúskoch od prebytočného tuku a ešte horúce obalíme zmesou práškového a vanilkového cukru.

FAŠIANGOVÉ ŠIŠKY

Suroviny: 500 g hladkej múky, 250 až 300 ml mlieka, 40 g práškového cukru, 1 vajce, 3 vaječné žĺtky, 42g droždia, 4 PL oleja, 4 PL rumu, štipka soli

Postup:

- Z droždia, 100 ml mlieka, lyžičky cukru a trochy múky pripravíme kvások. Prelejeme ho do väčšej misy, pridáme zvyšné mlieko, vajce, 3 žĺtky, cukor a všetko spolu vymiesime. Potom pridáme rum, olej, a po troške prisýpame múku zmiešanú so štipkou soli. Cesto prikryjeme utierkou, položíme ho na teplé miesto a necháme vykysnúť. Potom ho vyklopíme na pomúčenú dosku a necháme chvíľku oddýchnuť.
- Cesto rozvaľkáme a vykrajujeme z neho pomúčeným pohárikom alebo kovovým kolieskom šišky. Na každé koliesko cesta dáme lyžičku hustého džemu a položíme druhé koliesko. Okraje koliesok prstami pritlačíme a o kúsok menším kolieskom znovu vykrojíme koliesko, čím vznikne plnená šiška. Takto pripravené šišky zakryjeme čistou utierkou a necháme na teplom mieste ešte podkysnúť.
- V hlbšej panvici rozpálime olej. Šišky musia v oleji plávať. Šišky vypražíme z oboch strán tak, že ich najskôr kladieme do oleja vrchnou stranou, keď sú upečené, otočíme ich a pečieme z druhej strany.
- Vypražené šišky necháme odkvapkať od prebytočného tuku na papierových obrúskoch a potom posypeme práškovým cukrom.

» ren

PRIJMEME pracovníčku
na čistiace a upratovacie práce v objekte - Dolný Kubín
na DvP, na 7,5 hod. prac. úväzok, od pondelka do piatku, na zastupovanie počas dovoleniek a PN.
Práca na doobedné a poobedné upratovanie.
Mzda: 922 EUR/mes. (brutto)
Bližšie info: 0917 939 311, 0905 625 625
47-019

DOVOZ NA ADRESU
18 týž. mládky,
brojlerové kuriatka
www.hydinashop.sk
0905 207 059
59-0009

TU MOHLA BYŤ VAŠA REKLAMA

HĽADÁME VODIČOV MKD
VEGA CAMION
Your transport star
JAZDÍME JUH EU, TAK NEVÁHAJ A PRIDAJ SA
VEGA CAMION, spol.s.r.o, E.T. Böhma 5, Martin, 038 61 Slovakia
Kontakt: 0918 888 022
marek@vegacamion.eu

LEPŠIA PRÁCA SK
NÁJDITE NOVÝCH ĽUDÍ
0907 727 203

8. februára 2004 — Výročia a udalosti
bol **vysvätený prvý biskup Starokatolíckej cirkvi** na Slovensku **Augustín Bačinský**

9. februára 1960 — Výročia a udalosti
Joanne Woodwardová, americká herečka, manželka Paula Newmana **bola prvá,** ktorej hviezda sa objavila **na Hollywoodskom chodníku slávy**

Prepočet dôchodkov pri obdobiach starostlivosti o dieťa

Dôchodok vyplatia vo výhodnejšej sume

Od 1. januára 2026 nadobudla účinnosť novela zákona o sociálnom poistení, ktorá okrem iného upravuje hodnotenie obdobia starostlivosti o dieťa na dôchodkové účely. „Cieľom novely zákona je zabezpečiť, aby obdobie starostlivosti o dieťa počas zákonom ustanovenej doby po jeho narodení nemalo negatívny vplyv na sumu dôchodku poistenca, ktorý túto starostlivosť zabezpečoval," objasnila Sociálna poisťovňa a v tejto súvislosti tiež pripomína klientom, že v prípade týchto prepočtov a zhodnotenia obdobia rozhodne automaticky. Nie je potrebné o tento prepočet žiadať ani Sociálnu poisťovňu kontaktovať.

Rok 2026 bude prechodný

Dôchodky priznané v roku 2026 sa ešte budú určovať „po starom", to znamená podľa predpisov účinných do 31. decembra 2025. Takýto postup Sociálnej poisťovne stanovuje priamo zákon. Vzhľadom na rozsiahle zmeny v určovaní sumy dôchodku podľa nových právnych predpisov je rok 2026 pre Sociálnu poisťovňu takzvaný „prechodný rok", počas ktorého upraví svoje informačné systémy na určenie sumy dôchodku podľa právnych predpisov účinných od 1. januára 2026. „Poistencom, ktorým bude dôchodok priznaný v roku 2026 a ktorí získali obdobie starostlivosti o dieťa sa nemusia obávať, že obdobie starostlivosti o dieťa bolo započítané „po starom". Sociálna poisťovňa sumu ich dôchodku určí opätovne aj novým spôsobom a obdobie starostlivosti bude na určenie sumy dôchodku započítané podľa nových právnych predpisov. Dôchodky priznané v roku 2026 začne Sociálna poisťovňa prepočítavať v roku 2027," priblížila postup Sociálna poisťovňa.

Rok 2027: Začiatok rozhodovania o dôchodkoch „po novom"

Od 1. januára 2027 sa už bude suma dôchodku so zohľadnením obdobia starostlivosti o dieťa určovať podľa nových právnych predpisov účinných od 1. januára 2026. Na určenie sumy dôchodku sa zohľadnia všetky zmeny, ktoré novela zákona prináša. „Obdobie starostlivosti o dieťa do troch rokov veku a obdobie starostlivosti o dieťa s dlhodobo nepriaznivým zdravotným stavom do 18 rokov veku sa v sume dôchodku nezohľadní, ak by malo mať negatívny vplyv. Platí ale podmienka, že obdobie starostlivosti o dieťa do troch rokov veku sa nezapočíta za predpokladu, že obdobie poistenia, ktoré poistenec získal zo zárobkovej činnosti je najmenej v rovnakom rozsahu ako obdobie starostlivosti o dieťa. Splnenie uvedenej podmienky sa nevyžaduje na určenie sumy invalidného dôchodku. Zároveň sa obdobie starostlivosti o dieťa bude naďalej započítavať aj podľa súčasných právnych predpisov, teda aj so zohľadnením tohto obdobia a suma dôchodku sa určí podľa toho, čo je pre poistenca výhodnejšie," vysvetlila Sociálna poisťovňa.

Prepočet už priznaných dôchodkov

Sociálna poisťovňa prepočíta novým spôsobom dôchodky priznané od 1. januára 2004 podľa zákona o sociálnom poistení. Prepočítajú sa starobné, predčasné starobné a invalidné dôchodky tých poberateľov, ktorí získali obdobie starostlivosti o dieťa.

Dôchodky budú prepočítavať postupne

Vzhľadom na rozsiahlu a náročnú agendu zákon stanovuje lehotu na prepočet do 31. decembra 2031. „Poistenci sa nemusia obávať, ak ich dôchodok nebude prepočítaný hneď po zavedení novej právnej úpravy do praxe, pretože Sociálna poisťovňa všetkým, ktorým vznikne nárok na zvýšenie dôchodku, doplatí doplatok zvýšenej sumy za celé obdobie od 1. januára 2026," uviedla Sociálna poisťovňa a doplnila tiež, že bude dôchodky prepočítavať postupne, v niekoľkých etapách, od najstarších poberateľov dôchodku po najmladších a od jednoduchších prípadov až po tie zložitejšie. O novom určení sumy dôchodku zašle Sociálna každému dôchodcovi písomné rozhodnutie.

Ilustračné foto.
zdroj foto Edar pixabay

„Ak novourčená suma dôchodku bude vyššia, dôchodok sa bude vyplácať v novej, výhodnejšej sume. Ak novourčená suma dôchodku bude nižšia ako suma dôchodku patriaca k 31. decembru 2025, dôchodok sa bude naďalej vyplácať v pôvodne určenej, pre poistenca výhodnej sume. Zákon totiž garantuje, že zavedením novej právnej úpravy sa nikomu nepohorší v porovnaní so súčasnou právnou úpravou," uzavrela Sociálna poisťovňa.

» ren

Oplatí sa !

TOP PONUKY TÝŽDŇA

SOS STREŠNÉ PRÁCE
Tesár, klampiar, pokrývač
Pokrývačské práce
Nové strešné konštrukcie, Opravy
Izolácia plochých striech
Klampiarske práce, Zateplenie
Obhliadka a cenová ponuka ZDARMA
Zľava 15% na objednávky prác do 31.3.

KONTAKT: +421 918 081 699
91-0015

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD PATENTOVANOU TECHNOLÓGIOU

BOMBA FASÁDA
www.bombafasada.sk
+421 905 148 393
info@bombafasada.sk
68-001

Oplatísa.sk
ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE !

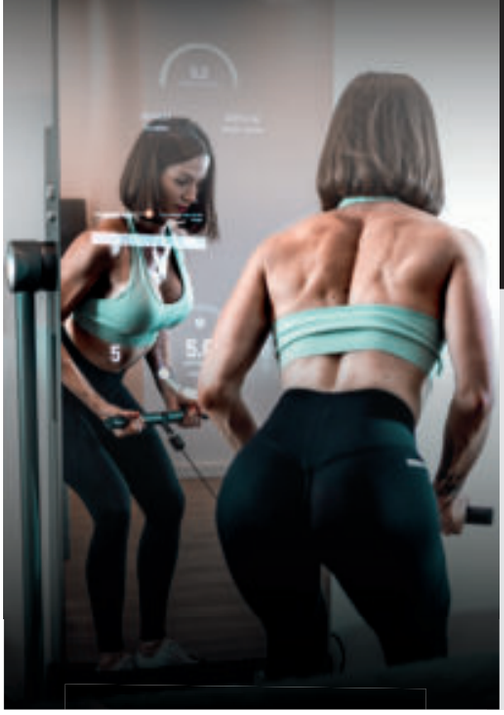
EXPERTI NA STRECHY
POKRÝVAČSKÉ / TESÁRSKE PRÁCE
» POKLÁDKA PLECHOVEJ STREŠNEJ KRYTINY
» RENOVÁCIA STRIECH / GARÁŽÍ
» ZATEPLENIE, OPRAVA ŽĽABOV
» KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH
OBHLIADKA A PONUKA ZDARMA
-10% Z CENY PRÁCE

ZA KVALITU PRÁCE RUČÍME!
Kontakt: Janek - 0919 495 628
91-0016

POKRÝVAČ STRIECH
MAJSTER TESÁR
• kompletná montáž nových striech
• kompletná renovácia striech
• renovácia žľabov
• renovácia hospodárskych budov
• pokládka strešnej krytiny • zateplenie
ZĽAVA -15%

Kontakt: +421 917 506 871
91-0016

Čujte.sk
Čítajte nás
www.cujte.sk

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

IMBODY SPORT
www.imbodysport.sk
INFORMÁCIE: +421 904 896 262
+421 907 895 865

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

ŠPORTOVÉ KLUBY
Pokročilé funkcie pre profesionálov a kondičných trénerov

HOTELY & WELLNESS
Prémiový zážitok, minimum priestoru, maximálna pridaná hodnota