

KOMÁRŇANSKO

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 16 450 domácností

Daňová amnestia - dlhy bez sankcií

Od 1. januára 2026 sa spustila daňová amnestia, ktorá umožní daňovníkom zbaviť sa dlhov voči štátu bez pokút a úrokov z omeškania. „Jej cieľom je pomôcť tým, ktorí majú k 30. septembru 2025 daňové nedoplatky alebo do tohto dátumu nepodali daňové priznanie,“ informuje Finančná správa na svojej webovej stránke a uvádza podrobnosti a príklady, ako amnestia funguje:

Daňovník môže využiť daňovú amnestiu, ak svoj dlh uhradí v období od 1. januára do 30. júna 2026. V tomto čase môže:

- zaplatiť existujúci daňový nedoplatok k 30. 9. 2025, alebo
- podať (dodatocne) daňové priznanie a uhradiť v ňom vypočítanú daň.

Len v takom prípade mu štát odpustí pokuty a úroky z omeškania, ktoré by inak musel zaplatiť.

Platby uskutočnené pred 1. januárom 2026 nie sú súčasťou amnestie – pokuty a úroky sa pri nich neodpúšťajú. Amnestia sa vzťahuje výhradne na úhrady vykonané v období 1. 1. – 30. 6. 2026.

Príklad 1: Spôsob aplikácie daňovej amnestie

Otázka:
V prípade, ak sú splnené podmienky pre uplatnenie daňovej amnestie, akým spôsobom si ju daňovník uplatní? Je potrebné podať žiadosť správcovi dane?

Odpoveď:

Nariadenie vlády SR č. 243/2025 Z. z. jednoznačne stanovuje, že daňovému subjektu nebude uložená pokuta ani vyrubený úrok z omeškania (za predpokladu splnenia podmienok), to znamená, že daňovník nemusí žiadať o upustenie od vyrubenia úroku z omeškania, respektíve uloženia pokuty, alebo ich odpísanie.

Príklad 2: Uplatnenie daňovej amnestie – splnenie podmienok

Otázka:
Akým spôsobom správca dane informuje daňový subjekt o splnení podmienok podľa nariadenia vlády, respektíve o upustení od uloženia pokuty/vyrubenia úroku z omeškania?

Odpoveď:

Nariadenie neupravuje, že by mal byť daňový subjekt nejakým spôsobom informovaný o tom, že sa upustilo od uloženia pokuty, respektíve od vyrubenia úroku z omeškania. Daňovník má k dispozícii saldokonto na svojom osobnom účte na portáli finančnej správy.

Finančná správa SR pripravila na svojom portáli komplexný informačný materiál o daňovej amnestii – s podrobnými vysvetleniami, odpoveďami na najčastejšie otázky a praktickými príkladmi. » [ren](#)

- **Tatranský profil**
- ihneď s dovozom
- **OSB dosky**
- ihneď s dovozom
- **Plechý, doplnky**
- ihneď s dovozom
- **Škridla, doplnky**
- ihneď s dovozom
- **Odkvapové systémy**
- ihneď s dovozom
- **Strechy, rekonštrukcia striech**
- ihneď



BRÚSENIE PARKIET
LAKOVANIE - OLEJ - VOSK
0917 755 577
www.brusenieparkiet.com

HLADÁTE NOVÝCH ĽUDÍ?
ZAVOLAJTE 0903 921 710
LEPŠIA PRÁCA

ONLINE s REGIONPRESS-om

PPC kampane
Tvorba webstránok
Sociálne siete
Online marketing

a iné služby

s REGIONPRESS-om VYBAVÍTE AJ

Inzerciu | Tlač | Distribúciu

www.regionpress.sk

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA
(PRI GALANTE)

PONÚKA NA PREDAJ:

CELOROČNÝ PREDAJ NOSNÍK OD 8. TÝŽDŇA.
CENA PODĽA VEKU.

PREDAJ RASTOVEJ A ZNÁŠKOVEJ KŔMNEJ ZMESI!
0905 551 499 • 031/781 15 63 • WWW.HYDINARSKAFARMA.SK
HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA
CENA DOPRAVY: 7,50€

Kúpim garzónku alebo 1 izbový byt.
Garzonlakást vagy 1 szobás lakást vennék.
0905 737 418

Kúpim hodinky, budíky a hodinárske súčiastky
či náradie, aj po inom hodinárovi
alebo z pozostalosti. Tel.: 0918 170 073

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

MÁTE VLHKÝ DOM?
- podrezávanie -20%
- chemická injeťáž
100% odstránenie vlhkosti
www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE KOMÍNOV
stavba komínov, krbov, pecí
www.ekokrbysro.sk • 0907 262 007, 0918 469 799

FERUM SERVIS
- oprava autochladičov
- zváranie hliníka a plastov
- plnenie a oprava autoklimatizácií
0903 464 978

Hrajte až o **300 000 €**
so žrebom **Radosť z víťazstva**

18+ HRAJ ZODPOVEDNE

TIPOS
Vaše výhry, naša radosť

Bezplatný týždenník

KOMÁRŇANSKO

EV 6234/24

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

Ročník III, rok 2026

Redakcia: Coborihó 9,
NITRA
komarnansko@regionpress.sk

INZERCIA

Veronika Baumajsterová 0910 851 307
Alena Valašková 0910 455 919
Ing. Diana Bóriová 0901 796 594

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



Vychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (16.450 domácností)

Každý týždeň:
Kolárovo, Komárno, Bohatá, Hurbanovo



Vydavateľ nezodpovedá za obsah a
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazy-
kovou úpravou.

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

Západné Slovensko

BV	97240	BRATISLAVSKO východ
BZ	106540	BRATISLAVSKO západ
DS	34320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34390	GALANTSKO-SĀLIANSKO
HC	30330	HĽOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16450	KOMÁRŇANSKO
LV	30580	LEVIČKO
MA	29680	MALACKO
NR	54170	NITRIANSKO
NZ	35050	NOVOZÁMOCKO
PK	22970	PEZINSKO
PN	41870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35420	SENECKO
SE	36750	SENIČKO-SKALICKO
TO	41930	TOPOĽČANSKO-PE-BN
TN	60750	TRENČANSKO-DCA-IL
TT	49930	TRNAVSKO
ZM	20930	ZLATOMORAVSKO

Stredné Slovensko

BB	56200	BANSKOBYSTRICKO-BR
KY	29300	KYSUCKO-CA-KM
LI	37270	LIPTOVSKO-LM-RK
LC	30860	LUČENECKO-VK-PT
MT	38570	MARTINSKO-TR
OR	34980	ORAVSKO-DK-NO-TS
PB	33590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40150	PRIEVIDSKO
ZV	38400	ZVOLENSKO-DT-KA
ZH	26880	ŽIARSKO-ZC-B5
ZA	50780	ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

BJ	37210	BARDEJOVSKO-SK-SP
GE	30830	GEMERSKO-RV-RS-RA
HU	27190	HUMENSKO-VF-SV-ML
KE	92130	KOŠICKO
KS	24900	KOŠICKO okolie
SL	12940	LUBOVNIANSKO
MI	31260	MICALHALOVSKO-TV-SO
PP	41520	POPRAĎSKO-KK
PO	49940	PREŠOVSKO-SB
SN	32540	SPIŠSKO-LE-GL

ALMA MATER spája stredoškólkov s vysokými školami

Štartuje tretí ročník veľtrhov ALMA MATER – miesto, kde si môžu stredoškólcovia nájsť svoju vysokú školu. Rezort školstva aj v roku 2026 prináša stredoškólkom možnosť stretnúť sa so zástupcami slovenských vysokých škôl a získať praktické informácie o štúdiu, prijímacích konaniach či štipendiách až vo výške 4 000 eur ročne. Veľtrhy sa uskutočnia vo februári a marci vo vybraných mestách po celom Slovensku. Stačí sa zaregistrovať, vstup je bezplatný.

Rozhodovanie o tom, čo ďalej po strednej škole, patrí medzi najdôležitejšie kroky mladých ľudí. Veľtrhy ALMA MATER preto opäť prichádzajú do regiónov Slovenska, aby žiakom stredných škôl pomohli zorientovať sa v možnostiach vysokoškólskeho štúdia. Podujatie približuje ponuku slovenských vysokých škôl priamo k žiakom a umožňuje im osobne sa stretnúť so zástupcami škôl, pýtať sa na študijné programy, prijímacie konania či študentský život a získať praktické informácie, ktoré im pomôžu rozhodnúť sa o ďalšej vzdelávacej ceste.

Súčasnou veľtrhov je aj predstavenie štipendijnej schémy „Študujem doma, Slovensko ma odmení“, ktorá podporuje talentovaných študentov pri pokračovaní vo vysokoškólskom štúdiu. Domáci študenti môžu získať podporu až 4 000 eur ročne, zahraniční až 5 000 eur ročne. Novinkou je,

že o štipendium sa môžu uchádzať aj študenti nastupujúci na druhý stupeň vysokoškólskeho štúdia. „Veľtrh ALMA MATER na jednom mieste nielen informuje o podmienkach získania štipendií, ale prináša aj komplexný prehľad o zaujímavých možnostiach štúdia na slovenských vysokých školách. Podporuje tak rozvoj vzdelávania a udržanie talentov na Slovensku,“ uviedol štátny tajomník pre vysoké školstvo a akademický výskum Róbert Zsembera. Dodal, že za ostatné dva ročníky navštívilo veľtrh takmer 21-tisíc návštevníkov.

Veľtrhy sa uskutočnia vo februári a marci 2026 v mestách po celom Slovensku – v Michalovciach, Košiciach, Prešove, Poprade, Dolnom Kubíne, Žiline, Komárne, Nitre, Banskej Bystrici, Bratislave, Trnave a Trenčíne. Pre verejnosť budú otvorené denne od 8.30 do 13.30 h, pričom aktuálny prehľad miest a termínov je dostupný tu: <https://www.minedu.sk/veltrh-vysokych-skol-alma-mater/>.

Vstup na veľtrhy je bezplatný. Škólske skupiny sa prihlasujú na konkrétny čas prostredníctvom registračného formulára, jednotlivci a verejnosť môžu svoju účasť potvrdiť e-mailom na adrese almamater@minedu.sk. „Odporúčame registráciu vopred, aby bol zabezpečený plynulý priebeh podujatia,“ radí rezort školstva.

» ren

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

Chcete si podať riadkovú inzerát?

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

Príklad:

RP KM 7 Predám hlboký modrý kočík. 0987 654 321

Inzerát bude po skontrolovaní spoločnosťou 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 €

Číslo rubriky:

- 1 – Auto-Moto
- 2 – Elektro, technika
- 3 – Domácnosť, nábytok
- 4 – Dom a záhrada
- 5 – Zverinec, drobnochovy
- 6 – Hobby a šport
- 7 – Deťom
- 8 – Darujem
- 9 – Zoznamenie
- 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 nahradíte písmena „KM“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tlači.

(Službu platbamobilom.sk technicky zabezpečuje ELET S.r.o.)

REGIONPRESS

DRAŽBA č. 04/2023-4

Dobrovoľná dražba nehnuteľností:

Predmet dražby:

Súbor nehnuteľností (pozemky a stavby) evidované na LV č. 1171, vedenom Okresným úradom Komárno, katastrálny odbor, okres: Komárno, obec Hurbanovo, katastrálne územie Hurbanovo, a to:

- **stavba** - rodinný dom so súp. č. 1701, postavený na pozemku - parcely registra „C“, parc. č. 261, o veľkosti podielu 4/6;
- **stavba** - sociálna budova so súp. č. 2699, postavená na pozemku – parcely registra „C“, parc. č. 262, o veľkosti podielu 4/6 ;
- **pozemok** parcely registra „C“, parc. č. 261, zastavaná plocha a nádvorie o výmere 581 m², o veľkosti podielu 4/6;
- **pozemok** parcela registra „C“, parc. č. 262, zastavaná plocha a nádvorie o výmere 171 m², o veľkosti podielu 4/6;
- **pozemok** parcela registra „C“, parc. č. 263, záhrada o výmere 470 m², o veľkosti podielu 4/6.

Miesto konania dražby:

Notársky úrad JUDr. Jarmila Kováčová,
Boženy Němcovej 13, 949 01 Nitra

Dátum a čas konania dražby:

24.02.2026 o 10:00 hod.

Ohodnotenie predmetu dražby: 92.000,- €

Najnižšie podanie: 46.000,- €

Výška dražobnej zábezpeky: 25.000,- €

Minimálne prihodenie: 500,- €

Kolo dražby: 4. kolo opakovanej dražby

Bližšie informácie:

tel.: +421 911 553 421 / e-mail: info@triple.sk

Revolúcia vo svete fitness dorazila do Nového Mesta nad Váhom

• Viac ako 500 cvikov so záťažou do 100 kg na všetky časti tela v jednom 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
DO DOMU A BYTU
REHABILITÁCIA
ŠPORTOVÉ KLUBY
HOTELY & WELLNESS

Príďte si vyskúšať

MATRIX
FITNESS & WELLNESS

Odborárska 1367/1,
Nové Mesto nad Váhom
Tel.: +421 948 287 336

IMBODY SPORT
www.imbodysport.sk

INFORMÁCIE: +421 904 896 262
+421 905 333 832

MultitaskQueen

Zvládaš s ľahkosťou viac vecí naraz?
Kráľovsky ťa za to odmeníme.
Byť manažérkou v Lidli sa oplatí.



Sa oplatí.

Manažérka
predajne
(ž/m)



kariera.lidl.sk

Kolagén, ktorý si podmaňuje zdravie aj krásu naraz!

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

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

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

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

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



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

Rybí kolagén tvorí kolagén typu I, tento druh kolagénu obsahuje podobné množstvo aminokyselín ako hovädzí kolagén a však v menšom množstve. Zdrojom hydrolyzácie kolagénu z rýb sú šupiny a koža. Tento typ kolagénu je bohatý na aminokyselinu „hydroxyprolín“, ktorá je

základným prvkom pokožky, ciev a tkanív. Rybí kolagén má blahodárne účinky v boji proti vráskam, zvyšuje pružnosť a elasticitu pokožky a podporuje antioxidantáciu organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známkov starnutia.

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

MEDIKA
EXPERT

Objednávajte
teraz:
www.medikaexpert.sk

Alebo volajte:
0904 552 345



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

Hrajte až o

300 000 €

so žrebom

Radost' z víťazstva

Nevyhrali ste? **Zaregistruje**
nevýherný žreb do predĺženia
na tipos.sk a hrajte o výlet
do Montrealu!

WWW.TIPOS.SK

Pripravte si netradičný chutný koláčik alebo voňavý punč

Doprajme si šťavnaté zdravé pomaranče

Pomaranče sú výborným zdrojom vitamínu C a zvyšujú tak našu odolnosť voči infekciám. Vedeli ste, že stačí, ak denne skonzumujeme jeden väčší pomaranč, približne 200g a máme pokrytú odporúčanú dennú dávku tohto vitamínu? Využiť ich môžeme na veľa spôsobov a pripraviť si napríklad netradičný koláčik či voňavý punč.

ÚČINKY NA ZDRAVIE

Pomaranče sú jedným z najvýdatnejších zdrojov stopového prvku selénu, ktorý sa tiež účastní na zachovaní prirodzenej imunity. Obsiahnutý je v nich aj vitamín A, B1, B2, B6 a E a minerály – horčík, fosfor, mangán a draslík, ktorý prispieva k prevencii srdcových infarktov a vzniku krvných zrazenín. Konzumáciou pomarančov môžeme predchádzať tvorbe obličkových kameňov, podporíme naše trávenie, vstrebávanie živín, najmä železa. „Chránia tiež naše cievy, udržiavajú ich pružné a priechodné, pôsobia ako prevencia rakoviny a mnohých

so zápchou. „Vôňa týchto šťavnatých plodov má vplyv aj na naše duševné zdravie, zmiernujú stres a podráždenosť, pôsobia antidepresívne,“ doplnia odborníčka.

Pozor!

Aj v prípade pomarančov by sme však mali byť opatrní. Ako hovorí odborníčka, pri konzumácii nadmerného množstva tohto ovocia môže dôjsť k podráždeniu sliznice žalúdka, nakoľko obsahujú vyšší obsah kyselín. Spôsobiť by nám tak mohli viaceré negatívne reakcie, ako je napríklad pálenie záhy či tráviace problémy.

PESTOVANIE

Keďže citrusy sú teplomilné rastliny, darí sa im najmä v teplejších klimatických podmienkach. Pokúsiť sa však o pestovanie pomarančovníka môžeme aj u nás na Slovensku. Bude to však vyžadovať väčšiu starostlivosť a úroda bude tiež oveľa skromnejšia.



V našich podmienkach môžeme pomarančovníky pestovať v nádobách.

zdroj foto dimitrisvetsikas1969 pixabay

alebo limonádu. Tiež ich môžeme použiť pri príprave dezertov, šalátov či ako prísady k mäsovým pokrmom. Veď kačka či losos na pomarančoch chutia naozaj skvelo.

NÁŠ TIP:

Pomarančový koláčik

Budete potrebovať: 380 g polohrubej múky, 180 g práškového cukru, 150 g kyslej smotany, 100 g masla, 2 vajcia, 1/2 kypriaci prášok do pečiva, šťavu z 1 pomaranča

Postup:

- Do misky vložíme zmäknuté maslo a polovicu cukru a vymiešame do peny. Postupne za stáleho miešania pridáme vajcia, kyslú smotanu a na záver ešte múku zmiešanú s kypriacim práškom. Vznikne nám hutné cesto.
- Plech vyložíme papierom na pečenie, cesto doň vylejeme a pečieme v rúre vyhriatej na 180 °C približne 45-50 minút.
- Kým sa koláčik pečie, pripravíme pomarančovú zálievku tak, že v nádobe zmiešame pomarančovú šťavu so zvyškom cukru.

ml jablkový džús, 500 ml voda, a k tomu ešte jedno jablko, dva pomaranče, 4 klinčeky, 2 badiany a celá škorica

Postup: Do hrnca nalejeme pomarančový a jablkový džús alebo šťavu, pridáme na kúsky nakrájané jablko a plátky pomarančov. Dolejeme vodou. Vložíme klinčeky, badián a škoricu a varíme 25 minút. Podávame v pohároch či šálkach zdobené ovocím.

Vedeli ste, že...

- z pomarančov môžeme použiť aj ich kôru? Pridáva sa najmä do koláčov, perníkov či sušienok. Ochutíť ňou môžeme tiež čaje, punč, omáčky či rozličné marinády.
- Skvelou ingredienciou na pečenie či varenie je aj kandizovaná pomarančová kôra, ktorá vzniká varením pomarančovej kôry v cukrovom sirupe. Rovnako ako tá sušená nám prekrásne ochutí a prevonia dezerty či nápoje. Neodolateľnú dvojicu tvorí tiež v spojení s čokoládou.
- Mnohoraké využitie však nájde pomarančová kôra aj v našej domácnosti. Prevo-



Pomaranče prevoňajú a ochutia aj čaj alebo punč. *zdroj foto MGoldi pixabay*

chronických ochorení,“ hovorí odborníčka na zdravé stravovanie Mgr. Blažová z Podradne zdravotníctva Regionálneho úradu verejného zdravotníctva (RÚVZ) Bratislava a vymenúva aj ďalšie benefity tohto chutného voňavého ovocia. Pomaranče pomôžu udržať našu pokožku sviežu a znižujú príznaky starnutia. Dostatok vitamínu C v tele tiež napomáha k hojeniu rán. Vďaka vysokému obsahu draslíka majú pomaranče odvodňujúce a lypolytické účinky – teda rozkladajú naše tukové „vankúšiky“. Nakoľko sú pomaranče z veľkej časti tvorené vodou, doplnia nášmu telu aj tekutiny, keďže nedostatok tekutín môže viesť k problémom

Ako na to:

• Ak nevlastníme skleník, je možné pomarančovníky v našich podmienkach pestovať v nádobách. Pomarančovníkom sa bude dariť v mierne kyslej pôde s dobrým odtokom. Preto nezabudnite na dne nádoby vytvoriť drenážnu vrstvu, ktorá umožní odvádzanie prebytočnej vody od koreňov. Vytvoríť ju môžeme z keramzitu, alebo hlinených črepov, ktoré získame z rozbitých starších kvetináčov, prípadne zo štrku či okrúhlych kameňov.

• Cez leto črepníky umiestnime na slnečné miesto na terasu, na balkón alebo do záhrady. V zime ich však musíme preniesť dovnútra. Miestnosť, v ktorej prezimujú by mala byť svetlá a teplota v nej by mala dosahovať 8 až 12 °C. Vhodná na tento účel je zasklená terasa, či chladná, menej vykurovaná chodba.

• V zimnom období pomarančovníky zalievame menej, na jar opäť zálievku zvýšime a môžeme začať aj s prihnojovaním a po prvých mrazoch aj s postupným privýkaním na vonkajšie prostredie.

POUŽITIE

Pomaranče majú v našej kuchyni bohaté využitie. Konzumovať ich môžeme čerstvé, prípadne si z nich pripraviť šťavu, smoothie



Pomaranče môžeme využiť pri príprave dezertov.

zdroj foto peaceileave pixabay

• Upečený koláčik po celej ploche poprepichujeme špajľou a následne prelejeme zálievkou. Tá celý koláčik zvláčni.

• Po vychladnutí môžeme koláčik poliať polevou z bielej alebo horkej čokolády a posypať sekanými pistáciami.

Nealkoholický punč

Suroviny: 250 ml pomarančový džús alebo šťava z čerstvých pomarančov, 250

ml náš príbytok, ale aj šatník či chladničku a dokonca vraj odpudzuje mravce.

Pozor!

Nezabúdajme však, že ak chceme pomarančovú kôru použiť pri príprave pokrmov, musí pochádzať len chemicky neošetrených pomarančov najlepšie v bio kvalite.



Pomaranče sa hodia aj do rozličných šalátov. *zdroj foto zuzyusa pixabay*

70,00€



Ariana Grande Cloud
parfum pre ženy 100 ml

Marionnaud.sk

31,95€



Gillette Styler zastrihávač
a holiaci strojček 4 v 1

Demro.sk

1.490,00€



Rocket Espresso Rocket
Appartamento TCA copper

Domkavy.sk



59,99€
~~132,99€~~



TEFAL® Tlakový hrniec
Secure Click P25307, 6 l

Lidl.sk

14,78€



Musetti zrnková káva
Gentile - 500g

Domkavy.sk

259,00€



Mora VT 344 BX
elektrická rúra samostatná

Siko.sk



699,00€



Christopeit Sport
Bežecý pás TM 500S

Lidl.sk

349,90€



Akumulátorový vyžinač
Husqvarna 215iL set

husqvarnacentrum.sk

95,81€



BEURER PP250 Kira
vyhrievaný zvierací pelech

kokiskashop.sk

19,46€



Orion forma srnčí chrbát
33,5x15cm 1ks

demro.sk

3,49€



Žiarovka OSRAM® LED FR 040
(ean6453) non-dim, 5,7W

obi.sk



69,99€
~~119,95€~~



TXL Comfort Celoročná
prikrývka, 140 x 200 cm

Lidl.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



Stannah

Ponuka
Darček v
hodnote až
200,- €

**Môj domov. Môj život.
Môj Stannah výťah.**

*Táto ponuka je k
dispozícii do
27.02.2026 a nie je
platná s inými
kampaňami alebo
ponukami.

Keď sa zhorší mobilita a každý krok je náročný, schodisková stolička Stannah môže byť riešením, ktoré vám pomôže zostať nezávislý a žiť naplno vo vlastnom domove.

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



Pretože Stannah zmení Váš život.

0800 162 162

www.stannah.sk

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU

BEZ WAPKY

BEZPLATNÁ UKAŽKA

BOMBA FASÁDA

www.bomba-fasada.sk
+421 905 148 393
info@bomba-fasada.sk

EXPERTI NA STRECHY
POKRÝVAČSKÉ / TESÁRSKE PRÁCE

- » POKLÁDKA PLECHOVEJ STREŠNEJ KRYTINY
- » RENOVÁCIA STRECH / GARÁŽÍ
- » ZATEPLENIE, OPRAVA ŽLABOV
- » KOMPLETNÁ VÝMENA STRECH

**OBHLIADKA
A PONUKA
ZDARMA**

**-10%
Z CENY PRÁCE**

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

UŽ OD 499 €

DARČEK ZADARMO
K HNOJIVA

	Š x V x D	
GRETA <small>TRP</small>	2 x 2 x 4 m	499 €
GLORIA	2,58 x 2 x 4 m	599 €
GALA	3 x 2 x 4 m	469 €
GENIO	3 x 2,07 x 4 m	499 €
GARANT	3 x 2,07 x 4 m	599 €
GULLIVER	3 x 2,07 x 4 m	669 €
GOLIÁŠ	3 x 2,1 x 4 m	749 €
GORAL	3 x 2,3 x 4 m	749 €
GALINA	3 x 2,27 x 4 m	899 €

Všetky modely je možné predĺžovať o 2m.

- o DOPRAVA ZADARMO
- o JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 galerica.sk

galerica
ODOLNÉ SKLENÍKY
Z POLYKARBONÁTU

SOS STREŠNÉ PRÁCE
Tesár, klampiár, pokrývač

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

Obhliadka a cenová ponuka ZDARMA

Zľava 15%
na objednávky
prac do 31.3.

KONTAKT: +421 918 081 699

Oplatí sa.sk

**ZAČNITE PREDÁVAŤ
ONLINE!**

**KONTAKTUJTE
NÁS:**

VERONIKA BAUMAJSTEROVÁ
+421 910 851 307

ALENA VALAŠEKOVÁ
+421 910 455 919

DIANA BÓRIOVÁ
+421 901 796 594

**REGION
PRESS**

LEPŠIA PRÁCA SK
PERSONÁLNA AGENTÚRA

NÁJDITE NOVÝCH ZAMESTNANCOV

EFEKTÍVNEJŠIE