

# PEZINSKO



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 22 970 domácností

## Ušetríte až polovicu !!!

Maľujete, staviate, či rekonštruujete Váš dom, byt alebo chatu?

Chcete nakúpiť za najnižšie ceny a pritom mať široký výber ako vo veľkých obchodných centrách?

Navštívte špecializovanú diskontnú predajňu Farieb a lakov a presvedčte sa sami, že tam nájdete všetko čo potrebujete. Za ceny o 30-50% nižšie ako v obchodných centrách. Načo platiť inde viac?

Vaším známym dávajú v obchode zľavy a Vám nie? V tejto predajni sú okrem nízkych cien zľavy až do 10% pripravené práve pre Vás. Navyše ku

každému nákupu nad 69,- € dostanete osviežujúci darček.

Odborné poradenstvo je samozrejmosťou. Príďte sa presvedčiť, cieľom tejto predajne je šťastný a spokojný zákazník.



PEZINOK Bratislavská 85 0917 897 193 www.colorcentrum.sk

**P** KAMENÁRSTVO PETROVIČ  
TRADIČNÉ RODINNÉ KAMENÁRSTVO

**NIEKTORÉ HODNOTY  
NEPOTREBUJÚ SLOVÁ**

My ich premieňame do kameňa

www.kamenarstvo-petrovic.sk

0907 724 351

Myslenická 23, Pezinok



## UPRATOVANIE

+421 944 741 104

**VYPRATÁVANIE  
A SŤAHOVANIE**

rýchlo, spoľahlivo,  
dobré ceny  
**0948 208 449**

**OPRAVY  
ZATEKAJÚCICH  
STRIECH**

**VÝMENA KRYTINY  
HAVÁRIE • RÝCHLY  
VÝJAZD**  
materiál zabezpečíme  
+ MURÁRSKE PRÁCE  
**0917 114 686**

## FÚKANÁ IZOLÁCIA

tepelná - protipožiarna - zvuková

- 1 Bezplatná obhliadka
- 2 Návrh riešenia
- 3 Cenová ponuka
- 4 Realizácia

gocal@izoservis.sk

- Trámové stropy
- Novostavby
- Pultové strechy
- Drevostavby

0901 707 404



Ušetríte až  
**40%**  
na energiách

**MAJTE SVOJE ÚČTOVNÍCTVO  
V SPOĽAHLIVÝCH RUKÁCH**

- účtovníctvo • dane • mzdy •

www.uctovnictvodad.sk  
info: 0948 196 850

**KÚPIM ORNÚ PÔDU** aj podiely

Rýchle a seriózne jednanie, platba v hotovosti

0950 713 550

**TIPOS**  
Vaše výhry, naša radosť



Každý deň sa môžeš  
mať ako  
**prasa v žite**

HRAJ  
ZODPOVEDNE 18+

Bezplatný týždenník

## PEZINSKO

EV 6229/24

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

Ročník III, rok 2026

Redakcia: Trnavská 11  
 903 01 SENEČ  
 pezensko@regionpress.sk

## INZERCIA

Zora Kovačová 0905 719 132  
 Ľuboš Bugyi 0904 926 876  
 Mgr. Barbora Knapová 0910 973 657  
 Peter Bukovinský 0905 915 040

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



Vychádzame  
 na recyklovanom  
 papieri

DISTRIBÚCIA (22.970 domácností)

Každý týždeň:

Grinava, Pezínok, Báhoň, Dolná,  
 Dubová, Jablonce, Modra,  
 Svätý Jur, Viničné, Budmerice,  
 Častá, Slovenský Grob, Harmónia



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-SĀLIANSKO	
HC	30.330	HĽOHOVECKO-SEREĎSKO	
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO	
LV	30.580	LEVICKO	
MA	29.680	MALACKO	
NR	54.170	NITRIANSKO	
NZ	35.050	NOVOZÁMCKO	
PK	22.970	PEZINSKO	
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY	
SC	35.420	SENECKO	
SE	36.750	SENICKO-SKALICKO	
TO	41.930	TOPOĽČANSKO-PE-BN	
TN	60.750	TREŇČANSKO-DCA-IL	
TT	49.930	TRNAVSKO	
ZM	20.930	ZLATOMORAVSKO	

## Stredné Slovensko

BB	56.200	BANSKOBYSTRICKO-SK-SP	
KY	29.300	KYSUCKO-CA-KM	
LI	37.270	LIPTOVSKO-LM-RK	
LC	30.860	LUČENECCKO-VK-PT	
MT	38.570	MARTINSKO-TR	
OR	34.980	ORAVSKO-DIK-NO-TS	
PB	33.590	POVAŽSKO-PB-PU	
PD	40.150	PRIEVIDSKO	
ZV	38.400	ZVOLENSKO-DI-KA	
ZH	26.880	ŽILINSKO-ZC-BŠ	
ZI	50.780	ŽILINSKO-BY	

## Východné Slovensko

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

## Spustili súťaž Vráťme knihy do škôl

Bratislavský samosprávny kraj (BSK) v spolupráci s ďalšími župami opäť spúšťa celoslovenskú čitateľskú súťaž Vráťme knihy do škôl. Ide už o 14. ročník, ktorý motivuje deti a mladých ľudí na celom Slovensku nielen čítať, ale aj vyjadriť svoje myšlienky písaním, kresbou či vlastnou tvorbou. Určená je pre materské, základné a stredné školy. Cieľom projektu je podporiť čitateľskú gramotnosť, rozvíjať fantáziu a kritické myslenie, ale aj schopnosť vyjadrovať vlastné myšlienky.

„Projekt reaguje aj na súčasnú dobu, v ktorej deti a mladí ľudia trávia čoraz viac času pri obrazovkách a menej pri knihách. Chceme ukázať, že čítanie má v živote mladých ľudí stále nezastupiteľné miesto. V knihách nájdeme množstvo odpovedí a medzi ich stránkami čaká čitateľa nejedno skvelé dobrodružstvo. No čítanie kníh nie je len o príbehoch – pomáha lepšie porozumieť svetu, rozvíja jazykové schopnosti a učí sústrediť sa v čase, keď sú mladí ľudia vystavení neustálemu toku rýchlych a často povrchných informácií. Navyše prináša zážitok, ktorý digitálny svet nenahradí,“ uviedol predseda BSK Juraj Droba.

Princíp súťaže je jednoduchý. Deti a žiaci majú z ľubovoľnej prečítanej knihy vytvoriť krátky text v rozsahu maximálne dvoch strán, v ktorom vysvetlia, prečo si

knihu vybrali a čo im priniesla. Deti z materských škôl môžu s pomocou dospelých nakresliť obrázok, žiaci prvého stupňa základných škôl môžu poslať text, obrázok alebo ich kombináciu. Víťazi jednotlivých kategórií budú vyžrebovaní spomedzi všetkých doručených príspevkov.

Súčasťou projektu je aj kategória autorského písania poviedok, ktorú odborné garantuje združenie Spisopriatel. Súťaž beží celý rok, pričom uzávierka príspevkov je vždy na konci mesiaca a poviedky sa píše na vopred stanovenú tému. Maximálny rozsah je 10 000 znakov.

V hre je množstvo zaujímavých cien. Očenená bude aj najaktívnejšia škola a Knižní anjeli – pedagógovia, knihovníci či vychovávateľa, ktorí dlhodobo podporujú čitateľstvo u detí a mládeže. Práve ich podpora je podľa BSK kľúčová: „pomáhajú vybrať správnu knihu, povzbudia aj váhajúci čitateľov a z čítania robia prirodzenú súčasť školy aj voľného času.“

Uzávierka súťaže je 15. apríla 2026. Viac informácií a prihlasovacie formuláre sú dostupné na webovej stránke [www.vratmeknihydoskol.sk](http://www.vratmeknihydoskol.sk).

Hlavným organizátorom čitateľskej súťaže Vráťme knihy do škôl je BSK. Na projekte sa podieľajú aj ostatné samosprávne kraje, ako aj Malokarpatská knižnica a združenie Spisopriatel.

» ren

## Prihlášky na základné školy sa budú podávať cez ePrihlášky

Prihlášky do prvého ročníka základnej školy budú rodičia v apríli podávať prostredníctvom jednotnej elektronickej prihlášky. Systém ePrihlášky umožní podať jednu prihlášku na viacero škôl naraz a zjednoduší administratívu pre rodičov aj školy. Registrovať sa do systému môžu rodičia už teraz.

Projekt ePrihlášky rieši tri životné situácie – prijímanie detí do materských, základných aj stredných škôl. V apríli budú rodičia cez tento systém prihlasovať šesťročných deti do prvých ročníkov základných škôl. „ePrihlášky prinášajú jednoduchší, prehľadnejší a transparentnejší spôsob, ako prihlásiť dieťa do školy. Rodičia podajú jednu prihlášku na viacero škôl, údaje sa automaticky overia v registri a školy už nemusia vyžadovať dokumenty, ktoré má štát k dispozícii. Je to ďalší krok k modernejším a menej byrokratickým službám v školstve,“ uviedol minister školstva Tomáš Drucker.

Okrem toho, že sa údaje o dieťati automaticky overujú v Registri fyzických osôb, školy už nemusia od rodičov vyžadovať napríklad rodný list alebo potvrdenie o trvalom pobyte. Ak je potrebné k prihláške doložiť prílohy, prikladajú sa iba raz. Nie je potrebné dokladať ich pre každú školu samostatne.

Prihlášku do prvého ročníka základnej školy môžu rodičia podať elektronicke pro-

stredníctvom systému ePrihlášky alebo v listinnej podobe na jednotnom formulári. Papierovú prihlášku môžu doručiť osobne alebo poštou každej škole, pričom tie ju následne zaevidujú do systému. „V jednej prihláške môžu rodičia uviesť viacero základných škôl podľa preferencie – od najviac po najmenej preferovanú. Vybrať si môžu akúkoľvek základnú školu. Povinnosť prijať dieťa má spádová škola podľa miesta jeho trvalého pobytu, ak má dostatočné kapacity,“ objasnil rezort školstva.

Keďže niektoré školy majú zápisy naplánované už na prvé aprílové dni, ministerstvo odporúča rodičom registráciu v systéme ePrihlášky ešte v marci. Ak rodič príde na zápis bez podanej prihlášky, no bude už v systéme registrovaný, môže ju jednoducho vyplniť priamo na mieste aj zo svojho mobilného telefónu.

„Rodičia, ktorí potrebujú pomoc s registráciou, môžu využiť informačnú linku na čísle 02/322 844 98. Dostupná je v pracovných dňoch od 8.00 do 19.00 h a počas víkendov od 10.00 do 18.00 h. K dispozícii je aj chatbot Edo a praktický videonávod,“ odporúča rezort školstva.

Prihlášku na základnú školu je povinný podať zákonný zástupca každého dieťaťa, ktoré do 31. augusta príslušného roka dovŕši šesť rokov veku a má trvalý pobyt na území Slovenskej republiky.

» ren

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

## DOVOZ NA ADRESU

hesi, kačky,  
 husokačky,  
 mladky, morky  
 brojlerové kuriatka  
[www.hydinashop.sk](http://www.hydinashop.sk)  
 0905 207 059

ZATEPLENIE  
 DOMOV, FASÁDY,  
 STRECHY, OPRÁVY  
 KOMÍNOV, NÁTĚRY  
 STRIECH, FASÁD,  
 REKONŠTRUKCIE,  
 ELEKTROINŠTALÁCIE,  
 JADRA, OBKLADY,  
 POTERY, MALOVKY,  
 OMIETKY, IZOLÁCIE  
 DOMOV, OPLÔTENIA,  
 ZÁMKOVÁ DLAŽBA,  
 VÝMENA RÍN  
 0902 266 147

**f** Pezinsko

MÁTE VLHKÝ DOM?  
 - podrezávanie -20%  
 - chemická injektáž  
 100% odstránenie vlhkosti  
[www.akhydroizol.sk](http://www.akhydroizol.sk) Tel.: 0908 124 331

**KRTKOVANIE**  
 ČISTENIE A MONITORING KANALIZÁCIE  
 ČISTENIE LAPAČOV TUKOV  
 0905 351 406  
[WWW.KRTKOVANIEZSK.SK](http://WWW.KRTKOVANIEZSK.SK)

## Riadková inzercia

## 1 AUTO-MOTO

»ZA UCELOM ROZSIŘENIA ZBIERKY KUPIM STARU MOTORU ZNACKY CZ JAWA TYP 125 150 175 250 350 STAREHO PIONIERA JAWA 05 20 21 MUSTANGA SIMSONA MOPED STADION BABETU STELU MANET KORADO AJ POKAZENE DLHO ODSTAVENE PRIPADNE DIELY SOM ZBERATEL tel. 0915 215 406

## 2 ELEKTRO, TECHNIKA

»KÚPIM HAKY LEŠENIE 0908 532 682

## 3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK

»KÚPIM HAKY LEŠENIE 0908 532 682

## 5 ZVERINEC, DROBNOCHOV

»KÚPIM HAKY LEŠENIE 0908 532 682

## 6 HOBBY A ŠPORT

»KÚPIM HAKY LEŠENIE 0908 532 682

## 7 DEŤOM

»KÚPIM HAKY LEŠENIE 0908 532 682

## 8 DARUJEM

»KÚPIM HAKY LEŠENIE 0908 532 682

## 9 ZOZNÁMENIE

»KÚPIM HAKY LEŠENIE 0908 532 682

## 0 RÔZNE

## Chcete si podať riadkový inzerát?

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

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

Inzerát bude po skontrolovaní sponplatnený spätnou SMS, ktorú Vám vyčítuje váš mobilný operátor.

Cena spätnej SMS (vrátane DPH):

- Text do 50 znakov 1 €
- Text do 100 znakov 2 €
- Text nad 100 znakov 3 €

Číslo rubriky:

- 1 - Auto-Moto
- 2 - Elektro, technika
- 3 - Domácnosť, nábytok
- 4 - Dom a záhrada
- 5 - Zverinec, drobnochov
- 6 - Hobby a šport
- 7 - Deťom
- 8 - Darujem
- 9 - Zoznámenie
- 0 - Rôzne

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



Sa oplatí.



500 g

CENOVÝ HIT

5.99

Čučoriedky  
500 g balenie  
(1 kg = 11,98)

Mandarínky  
cena za 1 kg



-46 %

1.29  
2.39

Kurča celé  
cena za 1 kg  
bez drobov



-26 %

2.19  
2.99

Mleté bravčové  
mäso XXL  
1 kg balenie  
z pliecka



-29 %

2.99  
4.27

welfare  
chov

od pondelka 16. 3. do 22. 3.

CENOVÝ  
LÍDER\*

NA SLOVENSKU.  
Nakupovať inde nemá cenu.

1

Rajo  
Smotana  
na šľahanie  
250 ml  
33 % tuku  
(1 l = 4,40)



-38 %

1.10  
1.79

Tatranské mlieko  
1 l  
1,5 % tuku



6 + 6  
ZADARMO



0.45\*  
0.89\*\*

\*Cena za liter pri kúpe 6 kusov = 0,45 €  
\*\*Cena za liter pri kúpe 1 kus = 0,89 €  
Cena do 6 kusov = 5,34 €

750 g



UŠETRÍTE\*  
-47 %

5.99  
7.99  
(1 kg = 7,99)

\*Doplnky do jednotlivých línie + porovnanie s  
predchádzajúcim štandardom porovnaného výrobku

Značkové  
produkty

Nescafé Classic  
200 g  
rôzne druhy  
(100 g = 3,00)



-40 %

5.99  
9.99

PARKSIDE  
PERFORMANCE

UŠETRÍTE\*  
-35 %

Aku rázový  
uťahovák 20 V  
súprava

129.-

\*Porovnanie s cenou 199,- platnou k 1. 1. 2025 za 129.-

Heureka

NAJLACNEJŠÍ\*  
AKU RÁZOVÝ UŤAHOVÁK  
vo svojej kategórii

\*Porovnanie podľa cenovej úrovne k 1. 1. 2025 podľa aktuálneho odhadu



aj online



\*Pravidlovo to systém agentúry NMS Market Research Slovakia vykonaný v dňoch 8. 12. - 14. 12. 2025 na reprezentatívnej vzorke 2 012 respondentov.

Porovnanie tovaru = letáku platný od 16. 3. do 22. 3. 2025 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlačí vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmeny v baleniach a variantoch porovnaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

## Obezita predstavuje jeden z významných zdravotných problémov

Svetový deň obezity, ktorý sme si pripomenuli v uplynulých dňoch, bol vyhlásený v roku 2015 organizáciou World Obesity Federation v spolupráci so Svetovou zdravotníckou organizáciou (WHO). Jeho cieľom je upozorniť ľudí na narastajúci výskyt obezity a podporiť riešenia, ktoré im pomáhajú dosiahnuť a udržať si zdravú telesnú hmotnosť.

„Obezita je stav, pri ktorom dochádza k nadmernému ukladaniu telesného tuku v organizme. Tento stav môže výrazne zvýšiť riziko vzniku viacerých ochorení, najmä srdcovo-cievnych chorôb, cukrovky 2. typu, vysokého krvného tlaku, ochorenia pohybového aparátu alebo niektorých druhov rakoviny,“ objasňuje na sociálnej sieti Regionálny úrad verejného zdravotníctva (RÚVZ SR) Bratislava a dodáva, že v posledných desaťročiach sa výskyt nadváhy a obezity výrazne zvýšil. V európskom regióne má približne polovica dospeléj populácie nadváhu a významná časť z nej trpí obezitou. Tento problém sa čoraz častejšie objavuje aj u detí a dospelujúcich.

Na posúdenie primeranej telesnej hmotnosti sa najčastejšie používa BMI (Body Mass Index) – index telesnej hmotnosti. „Tento ukazovateľ sa vypočíta ako pomer telesnej hmotnosti a druhej mocniny telesnej výšky. Okrem BMI sa pri hodnotení zdravotného rizika využíva aj meranie

obvodu pásu alebo pomeru obvodu pásu a bokov (WHR), ktoré pomáhajú posúdiť rozloženie telesného tuku v tele,“ objasňuje Mgr. Klinčáková z Poradne zdravia RÚVZ SR Bratislava.

Na vzniku obezity sa podieľa viacero faktorov, ktoré sa často navzájom kombinujú. Môžeme medzi ne zaradiť:

- nadmerný energetický príjem
- nevhodné stravovacie návyky
- nedostatok pohybovej aktivity
- sedavý spôsob života
- nedostatok spánku a zvýšená miera stresu
- genetické predispozície
- hormonálne poruchy, napríklad poruchy štítnej žľazy
- užívanie niektorých liekov
- vplyv rodinného a sociálneho prostredia

**Prevenca obezity je kľúčová pre zachovanie dobrého zdravotného stavu a kvality života. Jej základom je najmä:**

- vyvážená a pestrá strava s dostatkom ovocia, zeleniny a vlákniny
- pravidelná fyzická aktivita, aspoň 30 minút denne
- obmedzenie konzumácie sladkých nápojov a vysoko spracovaných potravín
- dostatočný a kvalitný spánok
- menej stresu a podpora zdravého životného štýlu.

» ren

**STRECHA VÁM ZATEKÁ?**  
Strechu robíte raz za 30 rokov. Vyberte ju správne.  
Robíme strechy, ktoré vydržia roky – murárske práce

- nové krytiny – plech, škridla, šindel
- výmena krovu a hydroizolácie
- oplechovanie komínov, riny, zvodny
- nátery a opravy starých striech
- likvidácia azbestu
- podbitie striech

**A KEĎ ROBÍME DOM urobíme aj interiér od A po Z: kúpeľne, jadro, zateplenie elektró, uoda, kúrenie** **0948 107 877**  
OBHLIADKA ZDARMA  
PEZINOK



Po prečítaní noviny odhod'te do triedeného odpadu / PAPIER /

			1		3		
S		5				4	
U		3			2		6
D		2				3	
O	3	5	7				1
K	1	7		2		6	5
U			4				8
	6				4		

**LEPŠIA PRÁCA<sup>SK</sup>**

NÁJDITE NOVÝCH ZAMESTNANCOV EFEKTÍVNE  
NA LEPSIAPRACA.SK

## Obchodná verejná súťaž na odpredaj majetku Bratislavského samosprávneho kraja

NÁVRHY  
DO  
1. 4. 2026

Bratislavský samosprávny kraj, Sabinovská 16, 820 05 Bratislava, IČO: 36 063 606 vyhlasuje obchodné verejnú súťaž (OVS) s použitím systému elektronickej aukcie o výber navrhovateľa na uzavretie kúpnej zmluvy za účelom prevodu majetku vyhlasovateľa:

- OVS v k. ú. Senec:** pozemky a stavby vedené Okresným úradom Senec, katastrálnym odborom na LV č. 155, okres Senec, obec Senec, k. ú. Senec a stavby neevidované v KN, vrátane zariadenia a vybavenia nachádzajúceho sa v areáli, (IV. kolo znížená cena),
- OVS v k. ú. Modra (Harmónia):** pozemky a stavby vedené Okresným úradom Pezinok, katastrálnym odborom na LV č. 3730, okres Pezinok, obec Modra, k.ú. Modra a stavby neevidované v KN, vrátane zariadenia a vybavenia nachádzajúceho sa v areáli, (II. kolo)

s podmienkami:

- majetok sa predáva v stave tak ako stojí a leží

**Záväzným kritériom pre vyhodnotenie ponúk je najvyššia cena. Návrhy je možné doručiť do 01. 04. 2026 do 12.00 hod.** písomne na adresu: Bratislavský samosprávny kraj, Sabinovská 16254/16, P.O.BOX 20, 820 07 Bratislava 27, osobne do podateľne (v úradných hodinách podateľne) Úradu BSK, Sabinovská 16254/16, 820 05 Bratislava; v uzavretom obale označenom názvom a sídlom navrhovateľa a heslom.

Bližšie podmienky OVS sú zverejnené na úradnej tabuli BSK a internetovej stránke: [www.bratislavskykraj.sk/otvorena-zupa/obchodne-verejne-sutaze/](http://www.bratislavskykraj.sk/otvorena-zupa/obchodne-verejne-sutaze/).



## 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](http://www.tipos.sk)

**TIPOS** 20 €

**PARTY**  
Prasa v zite

200 000 € minimálne 12 000 €  
ako DARČEK NAVÝŠE na celý rok!

**TIPOS**

**VÁŠE VÝHRY, NAŠA RADOSŤ**



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](http://WWW.TIPOS.SK)



**78,95€**

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

[demro.sk](http://demro.sk)



**44,28€**

Xiaomi Smart Band 10, Ružové

[Pracujezamna.eu](http://Pracujezamna.eu)



**27,99€**

LIVARNO®  
Detský regál

[Lidl.sk](http://Lidl.sk)



**158,00€**

Chladnička  
Candy CHASD4385EBC

[Tibi.sk](http://Tibi.sk)



**10,59€**

BigBean zrnková káva Peru Geisha 100% Arabica 250g

[Domkavy.sk](http://Domkavy.sk)



**49,00€**

LAVVU Štýlové  
drevené hodiny LOFT

[dizajnove-doplňky.sk](http://dizajnove-doplňky.sk)



**199,99€**

Drvič záhr. odpadu  
Riwall PRO RES 3044 B

[Obi.sk](http://Obi.sk)



**11,99€**

ESMARA®  
Dámske rifle

[Lidl.sk](http://Lidl.sk)



**33,79€**

Bytová búda pre psa,  
RD43171

[dekoraciedobyty.sk](http://dekoraciedobyty.sk)



**15,19€**

Orion domáci potreby  
Dávkovač medu

[astoreo.sk](http://astoreo.sk)



**29,99€**

SILVERCREST®  
Liatinový pekáč, 4,2 l

[Lidl.sk](http://Lidl.sk)



**19,70€**

Polesie Žeriav  
na zotrvačník so svetlom

[Drmax.sk](http://Drmax.sk)



[www.TonerPartner.sk](http://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](http://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](http://www.oplatisa.sk)



**Raiffeisen  
Bank**

# Želáte si veľa rokov bez úrokov? Raifkujte.

Raiffeisen banka, Tátra banka a.s., organizácia zložená poisťovňou – Raiffeisen banka.

Parádna pôžička s **0 % úrokom**  
už po dvoch rokoch splácania  
až do **40 000 €**.

A ešte k tomu úplne **bez poplatkov**.

Viac informácií o podmienkach výhodnej Pôžičky získate v pobočke alebo na  
[www.raiffeisen.sk/pozicka](http://www.raiffeisen.sk/pozicka). Infolinka: 0850 850 555 | [www.raiffeisen.sk](http://www.raiffeisen.sk)



Príklad výpočtu ročnej percentuálnej miery nákladov Parádnej pôžičky (RPMN): celková výška pôžičky: 40 000 €, výška mesačnej splátky prvých 24 mesiacov je 525,31 €, výška mesačnej splátky po 24 mesiacoch je 437,36 € (výška poslednej splátky pôžičky je 437,19 €), poplatok za poskytnutie: 0 €, počet splátok 96, doba splatnosti 8 rokov. Štandardná úroková sadzba prvých 24 mesiacov je 5,90 % p. a. (fixná), po 24 mesiacoch je 0 % p. a., RPMN je 6,16 % (upozorňujeme, že pre výpočet RPMN sme použili dodatočný zákonný predpoklad a počítali sme, že úroková sadzba bude 5,90 % p. a., počas celej doby splácania pôžičky a nezahrňuje zníženie úrokovej sadzby na 0 % po 24 mesiacoch splácania), celková čiastka ktorú zaplatíte po znížení úroku je 44 104,29 €. Pre všetky príklady platí, že pri výpočte úrokov vychádzame zo skutočného počtu dní v jednotlivých mesiacoch a predpokladu dĺžky kalendárneho roka 360 dní.

# Považovaná je za prírodné antibiotikum

# Cibuľa je kráľovnou našej kuchyne

Biela, žltá, červená, šalotka, či jarná. Reč je pravdaže o cibuli. Pestuje sa na celom svete a v našej kuchyni sa bez nej takmer nezaobídeme, pretože je súčasťou mnohých jedál. Okrem toho, má aj veľa priaznivých účinkov na naše zdravie a je považovaná za prírodné antibiotikum. Dobrou správou je, že si ju môžeme dopestovať aj v našej záhrade.

## ÚČINKY NA ZDRAVIE

Cibuľa má vysoký obsah vitamínu C, vitamínov B1, B2, provitamínu A, obsahuje aj zinok, draslík, železo, selén, fosfor, vápnik, síru a kyselinu askorbovú. Cibuľa pomáha proti kašľu, chrípke i prechladnutiu, dezinfikuje nos, ústa a hltan. Posilňuje tiež náš imunitný systém.



Cibuľu si dopestujeme aj v našej záhrade.

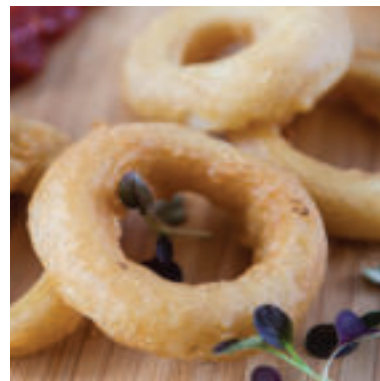
*zdroj foto couleur pixabay*

## PESTOVANIE

Cibuli by sme mali najskôr sňať z pôdy. Dariať sa jej bude v hlinitopiesčitej pôde. Pestovať ju môžeme zo semien alebo z malých predpestovaných cibuliek, ktorým sa hovorí sadzačka. Týmto spôsobom možno dopestovať cibuľu skôr ako z priameho výsevu semien a je to aj o čosi jednoduchšie.

### Ako na to:

• Cibuľu zo sadzačky vysádzame až po mrazoch, zvyčajne koncom marca až v polovici apríla. Malé cibulky vkladáme do hĺbky 3 cm, korenkami nadol, vrcholky či špičky môžu z pôdy mierne vytrčať. Vzdialenosť medzi sadzačkami by mala byť 8 až 10 cm



Cibuľové krúžky.

*zdroj foto erikatanith pixabay*

a medzi riadkami zhruba 25 cm.

• Cibuľa nevyžaduje prílišnú zálievku, no v období sucha a v počiatočnej fáze rastu, keď sa tvoria listy, ju pravidelne polievajte. Keď sa však už začnú tvoriť cibule, zálievku obmedzte. Aby sa cibuli darilo, je dobré pravidelne odstraňovať zo záhonu burinu a kontrolovať prítomnosť možných škodcov.

## ZBER A USKLADNENIE

• Cibuľu môžeme zberať priebežne, podľa potreby, ale na uskladnenie ju zberáme až keď začnú listy postupne žltnúť, schnúť, až si napokon ľahnú. Plody vyberieme z pôdy aj s vňaťou a rukami ich očistíme od zvyškov zeminy. Ak je snečné počasie bez zrážok, necháme cibuľu dosušiť priamo na hriadkach, v prípade dažďového počasia jej musíme nájsť suché dobre vetrané miesto.



Cibuľa je veľmi prospešná pre naše zdravie.

*zdroj foto stevepb pixabay*

múku a štipku soli. Všetko dobre premiešame. Cestíčko by malo byť trochu hustejšie ako palacinkové.

• Cibuľu očistíme, nakrájame na približne 5 mm hrubé plátky a prstami rozoberieme na jednotlivé krúžky. Tie potom obalíme v cestíčku a pražíme v rozpálenom oleji do zlatista. Necháme odkvapkať na papierovom obrúsku a pred podávaním jemne osolíme.

## Cibuľové čatni

**Suroviny:** 1 kg žltej cibule, 200 g trstinového cukru, 150 ml červeného vínneho octu, 2 strúčiky cesnaku (nasekané), 1 lyžica červeného zázvoru (nastrúhaného), 1 lyžička mletej škorice, 1 lyžička mletého rímskeho kmínu, 1 chilli paprička (nasekaná), 2 lyžice olivového oleja, soľ a korenie podľa chuti

### Postup:

• Cibuľu ošúpeme a nakrájame na tenké plátky.

• Na veľkej panvici rozohrejeme olivový olej. Pridáme cibuľu a za občasného miešania varíme, kým nezmäkne a nezíska zlatistú farbu. Následne

ní dochutíme soľou a korením.

• Hotové čatni plňte do zaváracích pohárov, ktoré po uzatvorení obráťte na 15 minút hore dnom.

## Cibuľový sirup proti kašľu

**Suroviny:** 1 väčšiu cibuľu, cukor alebo med

### Postup:

Cibuľu očistite, nakrájajte na približne 3mm hrubé kolieska a navrstvite do skleneného pohára tak, že na dno pohára vložte plátok cibule, zasypte ho lyžicou cukru, opäť preložte plátok cibule a postup opakujte, kým cibuľu miniete. Vrchnú vrstvu tvorí cukor. Pohár odložte na tmavé chladné miesto a počkajte, kým cibuľa uvoľní šťavu, potrvá to niekoľko hodín a následne sceďte. Takto vzniknutý sirup sa odporúča užívať trikrát denne po jedle za kávovú lyžičku. Cibuľový sirup si treba pripravovať každý deň čerstvý.

## Cibuľový čaj pri nachladnutí

**Suroviny:** 2 väčšie cibule, 500 ml vody, med a citrón na ochutenie.



Cibuľu môžeme sušiť vo zväzkoch.

*zdroj foto matthiasboeckel pixabay*

## POUŽITIE

Cibuľu používame pri príprave veľkého množstva pokrmov, či už ide o nátierky, šaláty, polievky alebo rôzne iné zeleninové či mäsové pokrmy. Okrem širokého využitia pri príprave jedál je však cibuľa pre množstvo zdraviu prospešných látok hojne využívaná aj v ľudovom liečiteľstve. Už naše staré mamy z nej varili čaj pri nachladnutí či chystali sirup proti kašľu. Rovnako vsádzali na jej účinky aj pri uštipnutí hmyzom, kedy z nej pripravovali obklady.

## NÁŠ TIP:

### Cibuľové krúžky

**Suroviny:** 2 väčšie cibule, 1 vajce, 100 ml mlieka, 100 g hladkej múky, 1 lyžička soli, olej na vyprážanie

### Postup:

• V miske vyšľaháme vajce s mliekom a následne pridáme hladkú

pridáme cesnak, zázvor, škoricu, rímsky kmín a chilli papričku a varíme ďalších 5 minút. Potom pridáme trstinový cukor a ocot. Miešame, kým sa cukor nerozpustí. Potom znížime teplotu a zmes pomaly a za pravidelného miešania varíme, až kým sa nezredukuje a nezíska hustú konzistenciu, čo môže trvať 45–60 minút. Na záver čat-

### Postup:

Cibuľu očistite, nakrájajte na hrubšie kolieska, vložte do hrnca s vodou a varte 10 minút. Následne nechajte 5 minút odstáť. Odvar sceďte a pred podávaním dochuťte citrónovou šťavou a lyžičkou medu.

» ren

# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA

## EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU



BEZ  
WAPKY

BEZPLATNÁ  
UKÁŽKA

BOMBA  
FASÁDA

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



UŽ OD  
499 €

DARČEK  
ZADARMO  
KLIJNOUVA

galerica  
ODOLNÉ SKLENÍKY  
Z POLYKARBONÁTU

	Š x V x D	
GRETA TIP	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 €
GOLIAŠ	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.

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 galerica.sk

## 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

LEPŠIA PRÁCA SK  
PERSONÁLNA AGENTÚRA

NÁJDITE  
NOVÝCH  
ZAMESTNANCOV

EFEKTÍVNEJŠIE

## Revolúcia vo svete fitness dorazila na Slovensko



www.imbodysport.sk

- 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

info@imbodysport.sk

INFORMÁCIE: +421 907 895 865



### ŠPORTOVÉ KLUBY

Pokročilé funkcie pre profesionálov a kondičných trénerov

### HOTELY & WELLNESS

Prémiový zážitok, minimum priestoru, maximálna pridaná hodnota



# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA

**GS**  
EUROTHERM  
MONT



ZASKLENIA TERÁS A BALKÓNOV  
PRÍSTREŠKY NAJVIŠIEJ KVALITY  
NAJLACNEJŠIE PREKRYTIA BAZÉNOV  
ZÁBRADLIA A BRÁNY NA MIERU

**gszasklenie.sk**  
**0800 333 223**

DAJTE PREDNOŠŤ SLOVENSKEJ KVALITY  
S NAMI SA VŽDY VIETE DOHODNÚŤ  
ODOLNÉ ZVÁRANÉ KONŠTRUKCIE  
SME VEĽKÁ SPOLOČNOSŤ, VIAC NEŽ 90 ĽUDÍ  
MENÍME VAŠE SNY NA REALITU UŽ 25 ROKOV



HLINÍK, DREVO  
ČI NEREZ?  
S TÝM SI HRAVO  
PORADÍME!  
ZAMERANIE A  
3D VIZUALIZÁCIA  
**ZDARMA**



**Stannah**



**Ponuka**  
Darček  
v hodnote  
až 200,- €

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

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



Pretože Stannah zmení Váš život.



**0800 162 162**

[www.stannah.sk](http://www.stannah.sk)

**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

## OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH,  
KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

BITUMÉNOVOU LEPENKOU bez demontáže pôvodnej krytiny

⇒ zameranie ⇒ odborné poradenstvo ⇒ slovenská firma  
⇒ cenová kalkulácia ZDARMA!!!

**!!! NOVINKA !!!**

BITUMÉNOVÁ LEPENKA určená pod solárne panely.  
Veľmi výhodná aj na bežné prekrytie strechy  
- znižuje teplotu strechy na 40 až 50 stupňov.

**NON STOP - 0944 720 932**

**VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽĽABOV**



**ZÁRUKA  
20 ROKOV**

**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 31.3.**



**KONTAKT: +421 918 081 699**

**PRE VEĽKÝ ZÁUJEM PREDLŽUJEME AKCIU AŽ DO KONCA MARCA**

**ECO Energy**

info@ecoenergy.sk  
www.ecoenergy.sk

**VOLAJTE: 0914 408 131**

Alib: 0909 131 131



**DOTÁCIU ODOPOČÍTAME IHNEĎ**

**Tepelné čerpadlo Galmet Prima**

**4790€\***

...nečakajte kým zdrazieme

**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**

**POZOR CENA VRÁTANE MONTÁŽE**

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