

ŽIARSKO ŠTIAVNICKO-ŽARNOVICKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 26 880 domácností

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Džem, ktorý prelomil ľady

Keď prišli talianske mnišky v roku 2012 do gruzínskeho mestečka Akhaltsikhe, nevedeli po gruzínsky ani slovo. Nevedeli, ako sa tu varí, ako sa obchoduje, ani ako sa buduje kláštor. Vedeli len jedno: biskup ich pozval vytvoriť miesto modlitby a stretávania, a ony povedali áno.

Matka Maria Grazia Puglisi dnes vedie benediktský kláštor sv. Marka v Rabati, starobylej štvrti. Miestni ju nazývajú štvrt' tolerance. Vedľa seba tu žijú Gruzínci, Arméni, Turci aj malá komunita katolíkov. Byť katolíkom v Gruzínsku je však testom odolnosti, pretože národná identita sa rovná pravosláviu. Zostať katolíkom tu vyžaduje odvahu.

A práve tichá a každodenná odvaha je tým, čo Matku Mariu Graziu posilňuje. Odvaha vstať, ísť na trh, usmiať sa na suseda, ktorý vás roky nepozdravil, lebo ste cudzinky. Potom prišiel pohár domáceho džemu a ľady sa prelomili. Sused sa stal priateľom. Keď neskôr zomrel sám v nemocnici na covid, sestry to veľmi zasiahlo.

Každý deň prichádzajú k bráne kláštora deti a čakajú na sladkosť. Mnišky to s úsmevom volajú „sušien-

ková pastorácia“. Možno deti vycítili, že tie zvláštne katolícke mnišky ich majú jednoducho rady.

Ich kláštor je jediným kontemplatívnym spoločenstvom v celom Gruzínsku. Sestry vyrábajú masti, mydlá, ružence, maľované sviečky a ikony, lebo ako hovorí regula sv. Benedikta, mních má žiť z práce vlastných rúk. Fungujú aj vďaka dobrodincom ACN – Pomoc trpiacej Cirkvi, ktorí pokrývajú ich základné náklady.

Príbeh Matky Marie Grazie nie je príbehom o hrdinách. Skôr o ľuďoch, ktorí sa rozhodli zostať tam, kde to nie je jednoduché, a robiť malé veci s veľkou láskou. A to niekedy stačí.

Viac na www.postpremie.sk



zdroj foto ACN
» ACN

PREDAJ ŠTIEPANÉHO DREVA

Tvrde **!AKCIA!**
50€/prms

Mäkké
45€/prms

0948 158 922



KROVY

☎ 0905 324 970
✉ altanky.krovky@rodak.sk
📍 Prevádzka: Bzenica 68



**ZÁHRADNÉ CHATKY
a DREVODOMY**

Prevádzka: Bzenica 68
0905 324 970
altanky.krovky@rodak.sk

ADAM KRTKO

- čistenie kanalizácie,
- lapačov tukov
- kamerovanie
- lokalizácia potrubia

NONSTOP 0948 948 606

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

IZOLÁCIE STAVIEB PROTI ZEMNEJ VLHKOSTI

Prieskum, návrh a realizácia sanačných opatrení.
Chemické injektáže proti vzlianjúcej vlhkosti.
Plošné hydroizolácie, strojové vysušenie.
www.ppunion.sk
PP Union
Mobil: 0910 965 101
E-mail: info@ppunion.sk

Ošetrovanie a rez stromov

Arboristika
Rez živých plotov, výsadba stromov, výrub stromov, odvoz drevnej hmoty
☎ 0904 842 323 🌐 www.citytrees.sk

EKOKANAL

ČISTENIE A MONITORING KANALIZAČNÝCH POTRUBÍ
NONSTOP ☎ 0910 967 585
0908 967 587
ekokanal.sk

Záhradné služby. Údržba záhrad.
Strihanie živých plotov.
Orez stromov.
Výrub rizikových stromov.
Čistenie pozemkov.
Likvidácia drevenej hmoty.
Obhliadky záhrad sú bezplatné. ☎ 0949 699 609

RevSTAV
staviteľná spoločnosť

Vykonávame:

- ✓ KOMPLETNÁ STRECHA, KROVY
- ✓ FASÁDY
- ✓ REKONŠTRUKCIA KUPÉLNE, OBKLADY, DLAŽBY...

0950 258 308 | revta94@gmail.com
www.revstav.sk

Liaheň Bzenica ponuka:

- vysoko nosivé mládky Dominant 13 a viac týždňové od 9,40 €/ks.
Predaj bez objednávok každú sobotu od 09:00 h do 13:00 h.
Predaj hydiny na objednávku v marci až júni:
- 1 dňové brojlerové kurčatá; 2 týždňové kačky / mularďy / husi a 6 týždňové MORIAKY na chov.

Naša aktuálna ponuka viď web:
www.liahenbzenica.wbl.sk

Blížšie informácie a objednávky:
v Bzenici č. d. 127 (smer Vyhne) - okr. Žiar nad Hronom;
tel.: 045 / 676 91 18, 0917 912 693, e-mail: liahenbzenica@gmail.com

Slováci bojujú o futbalové MS

Tipuj s 1. stávkou bez rizika až do 50 €

Viac na dvojstrane vo vnútri

18+ HRAJ ZODPOVEDNE

TIPOS BET

Bezplatný týždenník

ŽIARSKO
ŠTIAVNICKO-ZARNOVICKO

EV 6215/24

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

Ročník III, rok 2026

Redakcia: Nám. Matiče slovenskej 17
ŽIAR n/HRONOM
ziarsko@regionpress.sk

INZERCIA

Bc. Jana Žabenská 0907 877 860

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

DISTRIBÚCIA (26.880 domácností)

Každý týždeň: Banská Štiavnica, Banská Belá, Štiavnické Bane, Žarnovica, Brehy, Hodruša - Hámre, Hronský Beňadik, Nová Baňa, Rudno nad Hronom, Tekovská Breznica, Veľká Lehota, Žiar nad Hronom, Bartošova Lehôtka, Dolná Trnávka, Hliník nad Hronom, Janova Lehota, Jastrabá, Kosorín, Kremnica, Lovča, Lovčica - Trubín, Lutilla, Piteľová, Prestavky, Sklené Teplice, Slaská, Stará Kremnička, Trnávka Hora, Vyhně, Hodruša - Hámre, Vyhně

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-SALANSKO	
HC	30.330	HLOHOVECKO-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	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	LUBOVNIANSKO	
MI	31.260	MICHALOVSKO-TV-SO	
PP	41.520	POPRADESKO-KK	
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB	
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL	

Študenti a dobrovoľné daňové priznanie

Finančná správa upozorňuje, že mnohí študenti môžu získať späť zaplatené dane, ak sa rozhodnú podať daňové priznanie dobrovoľne. Aj pri nízkych príjmoch môže študentom vzniknúť nárok na daňový preplatok, ktorý im štát vráti. Podanie daňového priznania tak predstavuje jednoduchú cestu k vráteniu zaplatenej dane.

„Študent je povinný podať daňové priznanie k dani z príjmov za rok 2025, ak jeho celkové zdaniteľné príjmy presiahli 2 876,90 eur. Do tejto sumy sa započítavajú všetky príjmy, ktoré sú predmetom dane a nie sú od dane oslobodené. Ak študent pracoval v zahraničí, príjem zo závislej činnosti zo zahraničných zdrojov sa započítava do celkových zdaniteľných príjmov,“ uvádza Finančná správa a dodáva, že od dane sú oslobodené napríklad:

- štipendiá zo štátneho rozpočtu, vysokých škôl alebo zo zahraničia,
- štipendiá podľa zákona o odbornom vzdelávaní a príprave,
- dávky z nemocenského, dôchodkového a sociálneho poistenia.

Výhodnosť dobrovoľného podania daňového priznania

„Mnohí študenti síce nedosiahli príjem presahujúci 2 876,90 eur, no počas roka im zamestnávateľ zrážali preddavky na daň. V takom prípade sa im oplatí podať daňové priznanie dobrovoľne,“ radí Finančná správa študentom a objasňuje, že:

- podaním priznania im vznikne daňový preplatok,
- preplatok bude vrátený, ak presiahne 5 eur,
- žiadosť o vrátenie preplatku je súčasťou daňového priznania,
- ide o jednoduchý spôsob, ako získať späť časť peňazí z brigád alebo krátkodobých pracovných pomerov.

„Dobrovoľné podanie daňového priznania je tak pre študentov často finančne výhodné, najmä ak pracovali na dohody, kde sa preddavky zrážali automaticky. Lehota na podanie daňového priznania je 31. marec 2026,“ informuje inštitúcia a pridáva príklad:

Študentka mala v roku 2025 počas letných prázdnin príjem z dohody o brigádnickej práci študentov v celkovej sume 975 eur. U zamestnávateľa si v priebehu roka 2025 neuplatnila nezdaniteľnú časť základu dane na daňovníka (nepodpísala tlačivo Vyhlásenie na uplatnenie nezdaniteľnej časti základu dane na daňovníka a daňového bonusu). Zamestnávateľ jej zrazil preddavky na daň vo výške 160,43 eura a po skončení roka vydal Potvrdenie o zdaniteľných príjmoch zo závislej činnosti za rok 2025. Keďže úhrn jej zdaniteľných príjmov za rok 2025 nepresiahol 2 876,90 eura, nie je povinná podať daňové priznanie. Daňové priznanie však môže podať dobrovoľne, pričom jej vznikne nárok na vrátenie preplatku na dani vo výške 160,43 eura.

Predaj Renault Kangoo 2003

www.planetarium.sk

ZBER STARÝCH VOZIDIEL
a trvalé vyradenie z evidencie,
možnosť odvozu.

Po-Pia: 7,00 - 15,30

ALUEX 0944 530 853
045/53 33 644

ŽALÚZIE

Radovan Matúš
ZASKLIEVANIE BALKÓNOV
roletky deň a noc
vertikálne žalúzie aj sušiaci
sieťky proti hmyzu
zhŕňacie lamelové dvere
servis balkónových roliet
www.balkony.net
0905 767 777

Ponúkame:

- žulové hroby
- rekonštrukcie a čistenie starších hrobov
- na splátky bez navýšenia
- kvalitná žula z Indie, Južnej Afriky ...
- bez finančnej zálohy

ZAVOLAJTE, PRÍDEME ZA VAMI.

Obhliadka a doprava zdarma.
www.kamenarstvorovnan.sk
tel. 0917 333 133

Rovňan
kamenarstvo



POKRÝVAČ - TESÁR

- » Výstavba nových striech
- » Pokrývanie škridlou alebo plechovou krytinou
- » Rekonštrukcia a oprava starých striech
- » Oprava a výmena odkvapov
- » Tesárske práce, izolácie

Bezplatná obhliadka!



Kontakt: 0904 117 720

Dobrovoľná dražba rodinného domu s pozemkami, k.ú. Stará Kremnička

Dátum a čas konania dražby: 14. 04. 2026 o 10:00 hod.

Termíny obhliadok:

31. 03. 2026 o 14:00 hod., 09. 04. 2026 o 14:00 hod.

Miesto konania dražby: Zasadacia miestnosť Notárskeho úradu

JUDr. Jozefa Brázdiľa, notára so sídlom na adrese Bystrický rad 314/69, 960 01 Zvolen

Najnižšie podanie: 133.000,-€

Dražobná zábezpeka: 15.000,-€

Predmet dražby: Nehnuteľnosti - rodinný dom s pozemkami, zapísané na liste vlastníctva č. 382 a liste vlastníctva č. 1396, k.ú. Stará Kremnička, obec Stará Kremnička, okres Žiar nad Hronom, spoluvlastnícky podiel 1/1.

Kontakt: office@laukna.sk

ŽP EKO DELET

VÝKUP SROTU

HLINÍK NAD HRONOM 0911 400 381

LADOMERSKÁ VIESKA 0911 611 890

NOVÁ BAŇA 0903 556 558

ŽARNOVICA 0911 712 704

INZERCIA

0907 877 860

OBNOVA NÁPISOV A DOSEKÁVANIE DÁTUMOV NA POMNÍKY
PRIAMO NA CINTORÍNE

čistenie dvojhrobu 100€
0944 229 001
www.zlate-pismo.sk

- Vypratávanie domov, bytov, garáží, povál, pivníc
- Búracie práce
- Likvidácia nebezpečného odpadu
- Pílenie stromov
- Čistenie fasád, striech
- Renovácie hrobov, nápisov

0902 266 147

Jar je časom migrácie obojživelníkov

Zamestnanci Štátnej ochrany prírody Slovenskej republiky (ŠOP SR) spolu s dobrovoľníkmi každoročne pomáhajú obojživelníkom bezpečne prekonať frekventované cesty počas ich jarnej migrácie. Budovaním migračných zábran a pravidelnými prenosmi obojživelníkov prispievajú k ochrane druhov, ktorých populácie v posledných rokoch výrazne klesajú.

S príchodom teplejších dní a vlhky v podobe dažďa sa prebúdzajú mnohé obojživelníky, ktoré následne migrujú zo zimoviska k reprodukčným vodným plochám, kde kladú vajíčka. Počas tejto migrácie musia na mnohých miestach prechádzať cez cesty, kde ich každoročne tisíce uhnú pod kolesami áut. Spolu s ďalšími faktormi, ako nedostatok zrážok v zimnom a predjarnom období, rýchly nástup vysokých jarných teplôt či úbytok mokradí, dochádza k postupnému miznutiu populácií obojživelníkov z viacerých lokalít.

Zamestnanci Štátnej ochrany prírody Slovenskej republiky spolu s dobrovoľníkmi každoročne na jar budujú pozdĺž kritických úsekov migračné zábrany. V trasách ich ťahu sa inštalujú približne pol metra vysoké plastové fólie, ktoré zabám zabránia vstúpiť na vozovku. „Zábrany sa následne niekoľkokrát denne kontrolujú, obojživelníky sa vyzbierajú a bezpečne prenesú na druhú stranu cesty,“ priblížil Odbor komunikácie a propagácie ŠOP SR a doplnil, že najčastejšie migrujúcimi druhmi

sú ropucha bradavičnatá, skokan hnedý a skokan štíhly. Medzi prenesenými jedincami sa objavujú aj rosnička zelená, kunka žltobruchá či mlok hrebanatý a mlok bodkovaný.

Počas jednej migračnej sezóny prenesú pracovníci ŠOP SR spolu s dobrovoľníkmi tisíce jedincov. „Například minulý rok bolo pri vodnej nádrži Sigord prenesených približne 2 800 obojživelníkov, zatiaľ čo pred piatimi rokmi to bolo na rovnakej lokalite až 8 000 jedincov,“ upresnil Odbor komunikácie a propagácie ŠOP SR. Obojživelníky sú pritom podľa odborníkov významnou súčasťou potravného reťazca, regulujú množstvo hmyzu a zároveň sú potravou pre mnohé druhy vtákov a cicavcov. Ich úbytok môže narušiť rovnováhu v ekosystémoch a znížiť biologickú rozmanitosť krajiny. „Apelujeme preto na vodičov, aby najmä na úsekoch v okolí vodných plôch zvýšili ostražitosť a boli ohľaduplní k obojživelníkom aj dobrovoľníkom, ktorí ich pomáhajú zachraňovať,“ uzavrel Odbor komunikácie a propagácie ŠOP SR.

Viac informácií na webovej stránke ŠOP SR. » ren



Inštalácia dočasných migračných zábran pre obojživelníky. autor foto M. Hrešová

27. marca 1983

orgány Štb pozatýkali množstvo príslušníkov františkánskej rehole v rámci „akcie Víť“

Výročia a udalosti

AUTODIELŇA ZVOLEN

Váš spoľahlivý partner pre osobné aj užitkové vozidlá

Kompletný servis, výmena olejov • Príprava na STK
Diagnostika závad • GO motora
Oprava automatických prevodoviek • Autoelektrikár

Kontakt: 0911 362 036
Adresa: Janka Jesenského 4702, Zvolen

PERGOLY A PRÍSTREŠKY

- S PEVNOU STRECHOU - SO SKLOM
- S POLYKARBONÁTOM
- BIOKLIMATICKÉ
- NAKLÁPACIE LAMELY

ZASKLENIE

rámový a bezrámový systém

- balkóny • terasy
- pergoly • prestrešenia
- zimné záhrady

NOVINKA

VONKAJŠIE ŽALÚZIE NA OKNÁ

SLOVREKLA s.r.o. - Zvolen, Trhová 6 (Tržnica)
www.slovrekla.sk, info@slovrekla.sk
045/540 20 71, 0905 298 160

VÝRUB A OREZ STROMOV V RIZIKOVÝCH PODMIENKACH

ZDRAVNÝ REZ
OVOCNÝCH STROMOV
ÚDRŽBA ŽIVÝCH PLOTOV
KOSENIE ZÁHRAD

☎ 0902 796 885

KÚPIM:

MEĎ, ELEKTROODPAD, TK PLÁTKY, MOSADZ, ŽELEZO, CÍN, AL, AUTOBATERIE

0911 362 036

OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH, KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

BITUMÉNOVOU LEPENKOU bez demontáže pôvodnej krytiny
zameranie → odborné poradenstvo → 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 ŽLABOV

Realizujeme STROJOVÉ POTERY

☎ 0948 300 988 ☎

FRÉZOVANIE A VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

Fasádne 3-vrstvové komíny
Rekonštrukcie komínov

Oplechovanie Frézovanie Obhliadka komínov od 15€/m zdarma

MONTÁŽ V CELEJ SR tel: 0907 265 361

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE

od 15€/bm

- PRESTAVBY NADSTREŠŇOVÝCH ČASŤÍ KOMÍNOV
- ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV
- OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

☎ 0948 012 507 • www.profikominy.sk

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, znižujú 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.

Riadková inzercia

1 AUTO-MOTO

• Kúpim továrenský traktor. Tel. 0949 350 195
• Vykupujem motocykle Jawa/ČZ/Babetta/Simson/Pionier/Stadion aj iné... 0949 371 361

2 ELEKTRO, TECHNIKA

• Kúpim zvaracku ks 200, 250, 350, triodny 0949 386 463

3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK

4 DOM A ZÁHRADA

5 ZVERINEC, DROBNOCHOV

6 HOBBY A ŠPORT

• KÚPIM STAROŽITNOSTI STARÉ VECI KROJE 0918439124
• VÝKUP STAROŽITNOSTÍ 0917048113

9 ZOZNÁMENIE

• 70 r.dôchodkyňa hľadá dobrého priateľa. Nealkoholik, nefajčiar. ZH a okolie. Tel. 0901711559
• Seriozny muž hľadá priateľku nad 64r 0903404189
• Hľadá pána na spríjemnenie chvíľ od 58-60 r., ZH a okolie. Tel.: 0950 254 832

Chcete si podať riadkový inzerát?

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

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

Inzerát bude po skontrolovaní spoľahlivý spätnou SMS, ktorú Vám vyšle 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 „ZH“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tiráži. (Službu platbarnobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)



Vaše výhry, naša radosť



1. STÁVKA BEZ RIZIKA

až do 50 EUR

S 1. stávkou bez rizika neprehráš.
Ak ti tvoj tip nevyjde, vrátíme ti vklad.

Zaregistruj sa na TIPOSBET teraz
a tipni si na barážový zápas
Slovensko - Kosovo. Ak nevyhráš,
vrátíme ti celý vklad v podobe
bonusu až do 50 €

Registrácia:


WWW.TIPOSBET.SK

18+ HRAJ
ZODPOVEDNE

Platí pre 1. nevýhernú SÓLO športovú stávkou na TIPOSBET s vkladom aspoň 20 €. Maximálna výška bonusu je 50 €. 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 a v hernom pláne kurzových stávok v internetovej herni. Prevádzkovateľ TIPOS, národná lotériová spoločnosť, a.s.



26.3.2026 o 20:45 hod.



SLOVENSKO

1

1,95

X

3,33

2

3,91



KOSOVO

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 a v hernom pláne kurzových stávk v internetovej herni. Prevádzkovateľ TIPOS, národná lotériová spoločnosť, a.s.

*Kurzy sa v čase menia

Slováci snívajú sen o MS. Futbalistov čaká na úvod baráže Kosovo

Slovenská futbalová reprezentácia sníva naďalej sen o postupe na majstrovstvá sveta. O tom, či sa na Mundial do Ameriky dostaneme, rozhodnú dva zápasy na konci marca. Najskôr 26. 3. vyzveme doma Kosovo a ak zverenci trénera Francesca Calzonu uspejú, v boji o postup na šampionát sa znova doma stretnú s víťazom duelu Rumunsko – Turecko.

Slováci si účasť v baráži vybojovali v kvalifikácii A-skupiny, kde obsadili druhé miesto. Najskôr doma senzačne zdolali Nemecko 2:0, a hoci si cestu za priamym postupom skomplikovali prehrou v Severnom Írsku, do posledného duelu v Nemecku boli v hre. Žiaľ, v Lipsku utrhli hanebný debakel 0:6. Šanca na postup tu však stále je, cez baráž.

Prvý krok musíme urobiť so súperom, ktorý je veľmi nepríjemný, ale určite hrateľný. Kosovo odohralo kvalifikáciu v B-skupine, v ktorej si priamy postup vybojovalo Švajčiarsko. Hráči z Balkánu dokázali v skupine dvakrát zdolat

Švédsko, z čoho ide rešpekt.

Semifinálový zápas odohrá reprezentácia na Tehelnom poli v Bratislave. V prípade postupu sa Slováci stretnú vo finále baráže rovnako na Tehelnom poli s jedným z dvojice Turecko – Rumunsko v utorok 31. marca.

Svetový šampionát vo futbale sa následne rozohrá za účasti 48 krajín sveta v USA, Kanade a Mexiku 11. júna. Majstra sveta spoznáme o päť týždňov neskôr – finále je naplánované na 19. júla na MetLife Stadium v East Rutherford v štáte New Jersey.

Náš tip

Kto si chce vychutnať barážový zápas Slovákov s podaným tiketom bez nervov, môže využiť prvú Stávku bez rizika do 50 €. Stačí sa zaregistrovať do herne TIPOSBET a vykonať svoju 1. stávku na zápas Slovensko – Kosovo minimálne za 20 €. Stávka musí byť SÓLO, to znamená, že na tikete môže hráč mať iba túto jednu udalosť. Ak bude stávka prehratá, vrátíme

hráčovi celú výšku vkladu v podobe bonusu a to maximálne až do 50 €.



Hazardné hry sú určené pre osoby od 18 rokov. Hrajte zodpovedne, hrajte pre radosť.

Púpava, žihlava, podbel, prvosenka, či sedmokráska

Nastal čas nazbierať si prvé liečivé bylinky

Máme tu jar a spolu s ňou nastáva obdobie, kedy si budeme môcť počas našich výletov do prírody opäť nazbierať rozličné liečivé bylinky. Za našu pozornosť isto stojí prhlava dvojdomá, púpava lekárska, plúcnik lekársky, podbel lekársky, sedmokráska obyčajná aj prvosenka jarná. Niektoré z nich dokonca nájdeme rásť aj v našich záhradách.

ŽIHlava

Prhlava dvojdomá alebo ľudovo žihlava - obsahuje magnézium, vápnik, železo, fosfor, sodík, ale aj mnoho vitamínov. Pripisujú sa jej priaznivé účinky na obličky, žlčník či pečeň. Rovnako však čistí krv, podporuje krvotvorbu a pomáha pri liečbe rôznych kožných ochorení. Čaj sa používa aj pri zápaloch močových ciest a osteoporóze.

Použitie

Čaj - 1 čajovú lyžičku sušenej prhlavy zalejte 250 ml vriacej vody a lúhujte v prikrytej nádobe 10 až 15 minút. Čaj môžete piť vlažný dva až trikrát denne a pripravujte si ho vždy čerstvý.



Bylinky zbierame mimo ciest, najlepšie na lúkach.

zdroj foto couleur pixabay

Kúpeľ - čerstvo nazberanú žihlavovú vňať zalejte šiestimi litrami studenej vody a nechajte lúhovať asi 12 hodín. Hotový výluh preceďte, ohrejte - ale nevarujte a vlejte do vodou napustenej vane, pričom sa namočte len po oblasť srdca. Vo vani zostaňte približne 20 minút.

Výluh - na posilnenie vlasov si pripravte výluh a to tak, že približne dve hrste čerstvo nazberanej žihlavy povarte v 500 ml vody. Vlažným výluhom si potom oplachujte vlasy.

Žihlavová polievka

Ak ste odvážnejší, môžete si z prhlavy pripraviť aj chutné a zdravé pokrmy. Jej listy sa pridávajú napríklad do šalátov, prípravkov či polievok. Tepelné spracovanie by ich malo zbaviť prhlénia.

Budeme potrebovať: 1 liter zeleninového vývaru, 400 g žihlavy (listy), 1 ks cibuľa, 1 ks pór, 1 ks väčší zemiak, 1 ks mrkva, 50 ml smotany na šľahanie, 50 g masla, 1 PL oleja, 1 štipka soli

Postup:

• Na miernom ohni zahrejte olej. Pridajte nadrobno nakrájanú cibuľu, pór,

na kolieska nakrájanú mrkvu a na kocky nakrájaný zemiak. Duste 10 minút, kým zelenina nepustí šťavu. Potom zalejte vývarom a varte, kým zemiaky nezmäknú.

• Listy žihlavy opláchnite vo vode a pridajte do polievky. Varte ešte asi jednu až dve minúty - kým listy nezvädnu. Potom premiešajte a polievku rozmixujte. Pridajte maslo a smotanu, dochuťte soľou.

Náš tip - ak nazbierate viac prhlavy ako stačí spotrebovať, jednoducho si ju môžete usušiť. Listy rozprestrite na podnos tak, aby sa neprekrývali a umiestnite na vzdušné tmavé miesto.

Pozor

Čaj zo žihlavy pite maximálne tri týždne. Potom si doprajte niekoľko týždňov prestávku. Čaj nie je vhodný pre deti do 15 rokov, tehotné a dojčiacie ženy.

PÚPAVA

Púpava lekárska - jej listy obsahujú vitamín C, vitamíny skupiny B a tiež provitamín A, rovnako aj množstvo minerálov - draslík, sodík, hliník, meď, železo, vápnik, kremík, síru a fosfor. Púpava má

močopudné účinky, podporuje tvorbu žlče a žalúdočnej kyseliny a pomáha upravovať trávenie. Povzbudzuje činnosť pečene, žlčníka, obličiek a čriev, podporuje rast červených krviniek, znižuje krvný tlak. V ľudovom liečiteľstve sa púpava využíva pri liečbe močových kameňov, cukrovky, lymfatických uzlín ako aj pri chronickej únave.

Použitie

Púpavový med
Budeme potrebovať: 400 kusov púpavových kvetov bez stoniek, 2 umyté chemicky neošetrené citróny, 2 l vody, 2 kg kryštálového cukru

Postup: Kvety púpavy a na kolieska nakrájané citróny vložte do hrnca. Zalejte dvoma litrami vody a varte na miernom ohni 15 minút. Následne preložte hrniec na chladnejšie miesto a nechajte všetko lúhovať do ďalšieho dňa. Na druhý deň zmes preceďte cez sitko alebo plátno, tekutinu vlejte späť do hrnca a pridajte cukor. Varte 10 minút a nechajte vychladnúť. Potom opäť varte až do požadovanej hustoty. Med nalejte do sklenených zaváracích pohárov, ktoré po uzatvorení prevráťte hore dnom.



Je čas zbierať prvé liečivé bylinky.

zdroj foto congerdesign pixabay

Šalát z listov púpavy

Budeme potrebovať: za hrsť čerstvých mladých púpavových listov, listový šalát, uvarený väčší zemiak, 1 vajičko uvarené na tvrdo, 1 jarnú cibuľku, viazaničku reďkovky, 1 PL olivového oleja, 1 PL citrónovej šťavy, 1 ČL medu, soľ na dochutenie

Postup: Listy púpavy a šalátu umyte a potrhajte na menšie kúsky. Cibuľku a zemiak nakrájajte na kolieska, reďkovky na štvrtiny. Vložte do misky a jemne premiešajte. Následne ozdobte na osminky nakrájaným na tvrdo uvareným vajičkom a prelejte zálievkou. Tú vymiešajte z olivového oleja, citrónovej šťavy, medu a soli. Ozdobit' môžete kvetmi púpavy.

Náš tip:

Listy púpavy majú špecifickú a pomerne horšakú chuť, a tak skúšajte radšej opatrne - menej je niekedy viac.

Pozor!

Prípravky s obsahom púpavy nie je vhodné užívať ak máte vážnejšie ťažkosti s obličkami či užívate diuretiká, pretože rastlina je výrazne močopudná. Liečba pomocou púpavy nie je vhodná pre pacientov s vážnymi alebo akútnymi chorobami žlčníka, pri nepriechodnosti žlčododov a pri žalúdočných vredoch. U niektorých ľudí môže púpava vyvolať alergickú reakciu.

PLÚCNIK LEKÁRSKY

Plúcnik lekársky - pomáha pri ochoreniach dýchacích ciest, ako aj pri zápaloch močových ústrojov, hemoroidoch či hnačke. Čistí náš lymfatický systém a



Bylinkové čaje môžu podporiť naše zdravie.

zdroj foto ivabalk pixabay

v podobe obkladov uľahčuje hojenie rán.

PODBEL LEKÁRSKY

Podbel lekársky - je skvelým pomocníkom pri zápaloch a ochoreniach dýchacieho ústrojenstva.

SEDMOKRÁSKA OBYČAJNÁ

„V kvietkoch sedmokrásky obyčajnej nájdete saponíny, viaceré organické kyseliny, inulín prospievajúci tráveniu, alebo flavóny s antioxidantným účinkom. Sedmokráska sa tiež využíva pri problémoch dýchacích ciest, pomáha hojiť rany a podporuje činnosť pečene,“ hovorí Mgr. Blažová z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava.

Použitie

Kvety sedmokrásky môžete použiť na ozdobenie chlebičkov i zákuskov, ale možno ich pridať aj do kúpeľa, pretože majú relaxačné účinky. Čaj z tejto rastliny pomáha pri ochoreniach dýchacích ciest - pije sa vlažný alebo studený. Kúpeľ a odvar zo sedmokrásky sa zasa využíva pri kožných ťažkostiach.

PRVOSIENKA JARNÁ

Prvosienka jarná pomáha pri liečbe dýchacích ciest, pri migrénach, nespavosti či nervových poruchách. Nápomocná je aj pri reumatických ťažkostiach.

Pozor!

Odborníci neodporúčajú užívať bylinky dlhodobo. Ak nie ste si istý o vhodnosti ich použitia, poraďte sa radšej so svojim lekárom alebo lekárnikom.

» ren

Pomôže nám soľ, ocot, citrón aj sóda bikarbóna Čaká nás veľké jarné upratovanie

Jar je už tu a to je pre väčšinu z nás impulz pustiť sa do jarného upratovania. Popri bežne dostupných prípravkoch na čistenie si môžeme zvoliť aj ich ekologickejšie varianty. K tomuto účelu nám dobre poslúžia ocot, soľ, citrón či sóda bikarbóna, ktoré sa pravdepodobne nájdu v každej domácnosti.

Ocot

- vyčistí okná tak, že do vedra s horúcou vodou prilejete ocot, okná poumyjvajte a následne vyleštíte novinami.
- rozžiari koberec. Potom ako ich vysajete, zarobte do vedra vodu s octom a kobercem kefou poriadne vyčistíte.
- zbaví sprchovú hlavicu vodného kameňa. Ak máte na sprchovej hlavici nánosy vodného kameňa, neslúži svojmu účelu tak, ako by mala. Pomôže ocot, ktorý zmiešate s horúcou vodou a takto pripravený roztok potom vlejete do igelitového vrecúška a odnesete do kúpeľne. Do vrecúška následne vsuňte sprchovú hlavicu, vrch môžete

utesniť lepiacou páskou a položte do vane. Najlepšie je urobiť to večer a roztok nechajte pôsobiť až do druhého dňa. Potom už len vrecúško odstránite, hlavicu umyjete, vyleštíte a môžete sa opäť bez problémov sprchovať.

Soľ

- rozžiari vaše záclony, stačí ak ich dve hodiny pred práním namočíte do vody, v ktorej ste rozmiešali za hrst soli.
- vyčistí kuchynský drez a to tak, že do misky nasypete lyžicu soli, zriedíte s octom a vymiešajte na kašu. Tú potom pomocou hubky naneste na drez a nechajte 10 minút pôsobiť, následne opláchnite čistou vodou.
- vyčistí výlevku v kuchynskom dreze a zbaví ju zápachu. Potrebovať budete roztok, ktorý si pripravte z 200g hrubej soli a dvoch litrov vriacej vody – poriadne rozmiešajte a vlejete do výlevky.

Sóda bikarbóna

- vyčistí práčku a zbaví ju zápachu. Do zásobníka určeného na prací prostriedok nasypete pol hrnčeka sódy bikarbóny a práčku zapnite bez prádla – len naprázdno.
- vyčistí rúru na pečenie a to tak, že zmiešate jeden balíček jedlej sódy bikarbóny



Ilustračné foto.

zdroj foto pixabay

s 3 polievkovými lyžicami vody. Vznikne vám pasta, ktorú potom naneste na požadované časti rúry a nechajte pôsobiť pokojne aj hodinu – čas závisí aj od miery znečistenia rúry. Následne rozpustenú nečistotu odstránite vlhkou utierkou.

štavu pár minút pôsobiť a potom vyčistíte utierkou, ktorú ste predtým namočili do teplej vody.

- vyčistí nerezový riad. Na čistú vlhkú hubku naneste väčšie množstvo sódy bikarbóny a hrnce ňou poriadne vyčistíte – získajú lesk.
- vyčistí kachličky. Citrón rozkrojíte a štavu vymačkajte priamo na čistú hubku. Kachličky poutierajte, nechajte na nich

• vyčistí vodovodné batérie. Citrón rozkrojíte a potierajte ním vodovodné batérie, prípadne aj kuchynský drez.

• vyčistí mikrovlnnú rúru. Do misky nalejte vodu a vložte do nej plátku citróna. Vložte ju do mikrovlnky a tam ju zahrievajte dovtedy, pokiaľ nebude celé okienko zarosené, trvá to približne sedem minút. Nechajte paru pôsobiť ešte päť minút a až potom otvorte dverka a rúru utierkou jemne očistíte.

» ren

REGIONPRESS

NAHLAS...

...o veciach verejných

Nástroj pre efektívnu komunikáciu s občanmi

Chcem priniesť do nášho mesta pozitívnu zmenu, otvorenosť a riešenia, ktoré ľudom pomôžu

Kandidujem do VÚC, aby som do kraja priniesol viac poriadku, otvorenosť a zodpovedné riadenie

Chcem priniesť do nášho mesta pozitívnu zmenu, otvorenosť a riešenia, ktoré ľudom pomôžu

Kandidujem do VÚC, aby som do kraja priniesol viac poriadku, otvorenosť a zodpovedné riadenie

Štvrtstranový PR článok | Polstranový PR článok

V roku 2026 sa na Slovensku uskutočnia komunálne a župné voľby. Pre mnohých aktívnych ľudí v mestách a obciach je to čas, keď premýšľajú, ako komunikovať svoje témy a svoju prácu smerom k občanom.

REGIONPRESS otvára priestor pre pravidelnú a vecnú komunikáciu tém verejného života v regiónoch. Nejde o predvolebnú kampaň. Ide o možnosť vysvetľovať občanom, čomu sa venujete, aké problémy riešite a aký dopad majú rozhodnutia na život v meste alebo obci.

Regionálne noviny patria medzi stabilné a dôveryhodné komunikačné kanály a sú distribuované priamo do domácností. Umožňujú hovoriť o témach pokojne, zrozumiteľne a bez hluku predvolebnej kampane. Ak uvažujete o tom, ako v tomto roku komunikovať smerom k občanom vo vašom regióne, radi vám predstavíme možnosti spolupráce a mediálneho priestoru v našich novinách.

Kontakt: **Mariana Kučerová** | kucerova@regionpress.sk | **0907 727 201**

DOVOZ NA ADRESU

husi, kačky, husokačky, mládky, morky, brojlerové kuriatka

www.hydinashop.sk

0905 207 059

NÁTERY STRIECH

CERTIFIKOVANÝMI FARBAMI
ČISTENIE ŠKRIDIEL

PRÍJEMNÉ CENY

Volajte: 0944 813 531

ŠTAHOVANIE

profí **SUVKA**

Ziar nad Hronom

Dispečing SK - 0950 333 222
www.stahovanie-profi.sk

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA

0907 877 860

zabenska@regionpress.sk

ABILITY
ALUMINIUM SOLUTION

Prevádzka ČSA 232/99, 967 01 Kremnica

Si **ODLIEVAČ** so skúsenosťami?
Firma Ability s.r.o. prijme do TPP na **NOVOVYTvoreNÝ PROJEKT**

ODLIEVAČA

- kokilové odlievanie - pieskové odlievanie

I. trieda čistá mzda od 1 300 EUR
II. trieda čistá mzda od 1 150 EUR

ÚDRŽBÁRA

Čistá mzda od 1 000 do 1 350 EUR

Možnosť ubytovania, možnosť kariérneho rastu, možnosť získania ďalších výkonnostných príplatkov

Záujemcovia sa môžu hlásiť osobne, alebo e-mailom
Kontakt, t. č.: **0918 677 700, 0918 811 070**
a e-mail: vklimentova@abilitiesro.sk

Máte svoju webovú stránku?

Urobíme Vám kompletnú servisnú prehliadku ZDARMA

0907 877 860

Sme Google partneri

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



Ponuka
Darček v
hodnote až
200,- €

Váš domov, vaša sloboda.

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

0800 162 162

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

pred po

BEZ WAPKY

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

BEZPLATNÁ UKÁZKA

BEZPLATNÁ UKÁZKA

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

POKRÝVAČ STRIECH
MAJSTER TESÁR

- kompletná montáž nových striech
- kompletná renovácia striech
- renovácia žlabov
- renovácia hospodárskych budov
- pokládka strešnej krytiny • zateplenie

**ZĽAVA
-15%**

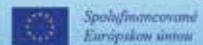
Kontakt: +421 917 506 871

PRE VEĽKÝ ZÁUJEM PREDLŽUJEME AKCIU AŽ DO KONCA MARCA



info@ecoenergy.sk
www.ecoenergy.sk

VOLAJTE: 0914 403 131
Mobil: 0900 131 131



POZOR CENA VRÁTANE MONTÁŽE

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

DOTÁCIU ODPOČÍTAME IHNEĎ

Tepelné čerpadlo Galmet Prima

4790€*

*platí pre verziu 10kw

...nečakajte kým zdrazieme

VYUŽITE BEZPLATNÚ OBHLIADKU



- s naším 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

