

NITRIANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 54 170 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

HYDROIZOLÁCIE PLOCHÝCH STRIECH

EASYHOME.SK

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



www.easyhome.sk

0907 500 566

Obhliadka a cenová ponuka ZADARMO

SBS LAMA SK

prijme operátora PCO v Jelenci

1 500 € / brutto

POS nutný! Nástup ihneď.

0948 367 158

KANÁL SERVIS

RÝCHLO | ČISTO | SPOLAHLIVO | NONSTOP

KRTKOVANIE

ČISTENIE KANALIZÁCIÍ
BEZVÝKOPOVÉ OPRAVY
MONITORING KAMEROU

rýchly zásah za najlepšie ceny
DOPRAVA ZDARMA

0907 652 710
www.kanalservis.sk

DOKTOR DVERE

- ✓ Zabuchnuté dvere
- ✓ Zalomený alebo stratený kľúč

SERVIS DVERÍ A OKIEN
POJAZDNÝ SKLAD NÁHRADNÝCH DIELOV

+421 940 920 100
NON STOP 24/7

RENOVÁCIE VANÍ SMALTOM

0905 358 906

Vypilovanie napadnutých tuží s odvozom bioodpadu a následná výsadba: vavrínovec, červienka a iné

0910 237 486

SERVIS A OPRAVA OKIEN A DVERÍ

0908 029 285

Čalúnnictvo | 0908 728 132

www.facebook.com/calunnictvonitra/

VSTAVANÉ SKRINE POSUVNÉ DVERE ŠATNÍKY, KNIŽNICE

34 ročné skúsenosti odborné poradenstvo najvyššia kvalita

www.roldornitra.sk
tel.: 0905 244 565

-20%

PÔŽIČKY 0918 709 028

od 18-80 ROKOV od 400€ do 30 000€

www.bestpozicka.sk

IZOLÁCIE PLOCHÝCH STRIECH VYSOKOKVALITNÝMI MATERIÁLMI

0911 28 88 68

Andrej Takács

HYDROIZOLÁCIE ZATEPLENIA PLOCHÝCH STRIECH

Predaj izolačných materiálov

0918 755 069 — HINDICKÝ —

www.hindickyhydroizolacie.sk, minohindicky@gmail.com

Stahovanie BLESK

0903 432 588

Stahovanie a preprava tovaru! Aj zahraničie

www.stahovanieblesk.sk

REALIZÁCIA BLESKOZVODOV

- Montáž na mieste
- Rýchla a spoľahlivá montáž
- Dôraz na bezpečnosť a kvalitu

VOĽANIE: 0907 149 533
CENOVÁ PONUKA ZADARMO!

VETALIS www.vetalis.online

Odborná starostlivosť o zdravie vašich zvierat

Všetko pre zdravie psov a mačiek na jednom mieste

Reštaurácia GLORIA
Veľké Zálužie

Prijme

Čašníčku 7€ / hod
Kuchára 14€ / hod

0903 793 477
na SMS neodpovedám jozef.gabaj@post.sk

Langošovňa NITRA

ČERSTVÉ LANGOŠE!

Otvorené denne: 12:00 – 20:00
Rozvoz až k vám!

www.langosovna.sk • 0940 633 399

Milionárom za jednu SMS?

Viac na dvojstrane vo vnútri

18+ HRAJ ZODPOVEDNE

TIPOS
Vaše výhry, naša radosť

Bezplatný týždenník

NITRIANSKO

EV 6202/24

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

Ročník III, rok 2026

Redakcia: Coborihó 9,
NITRA
nitriansko@regionpress.sk

INZERCIA

Alena Valašková 0910 455 919
Ing. Diana Bóriova 0901 796 594

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



DISTRIBÚCIA (54,170 domácností)

páry týždeň: Nitra, Dolné Krškany, Dražovce, Horné Krškany, Janikovce, Kynek, Mlynáre, Párovské Háje, Bádžice, Branč, Veľká Ves, Cabaj, Čápor, Čab, Čakajovce, Čechynce, Četadice, Dolné Lefantovce, Dolné Obdokovce, Golanovo, Horné Lefantovce, Hostová, Ivanka pri Nitre, Jarok, Jelenc, Ješovce, Kolíňany, Lukáčovce, Malý Cetín, Nitrianske Hrnčiarovce, Podhorany, Pohranice, Rišňovce, Rumanová, Štitáre, Veľký Cetín, Veľký Lapaš, Zbehy, Žirany, Ladice, Veľké Zálužie

nepáry týždeň: Nitra, Dolné Krškany, Dražovce, Horné Krškany, Janikovce, Kynek, Mlynáre, Párovské Háje, Babinčol, Branč, Veľká Ves, Cabaj, Čápor, Čakajovce, Čechynce, Golanovo, Horné Lefantovce, Ivanka pri Nitre, Jarok, Jelenc, Klasov, Kolíňany, Malý Cetín, Mojmirovce, Nitrianske Hrnčiarovce, Paňa, Pohranice, Rišňovce, Rumanová, Svätoplukovo, Štitáre, Veľká Dolina, Veľký Cetín, Veľký Lapaš, Vinodol, Zbehy, Žirany, Veľké Zálužie

Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovú úpravu.

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	NOVOZÁMOKO	
PK	22.970	PEZINSKO	
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY	
SC	35.420	SENECKO	
SE	36.750	SENICKO-SKALICKO	
TO	41.930	TOPOLIČANSKO-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	LUCENECKO-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-BŠ	
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	

Štartuje umelecká súťaž „Veda je umenie“

Umelecká súťaž Týždňa vedy a techniky prichádza v novej podobe a s novým názvom – Veda je umenie. Súťaž bude mať tri samostatné kategórie – kresba/výtvarné dielo, fotografia a video – a ponúkne viac príležitostí žiakom, študentom a školám, aby sa zapojili do súťaže o atraktívne ceny. Na víťazov čaká instantný fotoaparát, dron, grafický tablet, videoprojektor či inšpiratívne kreatívne súpravy.

Téma aktuálneho ročníka znie Moja škola budúcnosti, ktorá reflektuje skúsenosti mladých ľudí so vzdelávaním v digitálnej dobe. Cieľom kreatívnej vedecko-popularizačnej súťaže je podporiť kreativitu, vizuálne myslenie a schopnosť mladých autorov interpretovať vedu a technológie prostredníctvom umeleckého vyjadrenia. „Ako bude vyzeráť škola o päťdesiat či sto rokov? Budú sa žiaci a študenti učiť s robotmi? Vznášať sa v triedach bez stien? Bude škola viac zelená, digitálna a plná objavov? Zmenia sa triedy na špičkové laboratória plné technológií? Bude sa do školy chodiť dronom namiesto autobusu? Všetko je na kreativite žiakov a študentov, aby nám ukázali svoju predstavu,“ priblížila Stanislava Luptáková z komunikačného odboru Centra vedecko-technických informácií SR (CVTI SR).

Do súťaže sa môžu zapojiť záujemcovia v dvoch vekových skupinách:

- 6 – 14 rokov (žiaci),
- 15 – 19 rokov (študenti).

„V každej vekovej kategórii sa práce budú hodnotiť v troch samostatných disciplínach: kresba/výtvarné dielo, fotografia a video. V každej disciplíne budú ocenené prvé tri miesta, čo znamená, že v jednej vekovej kategórii bude udelených deväť cien. Okrem toho bude v každej vekovej kategórii udelená aj cena verejnosti pre tri najúspešnejšie práce,“ objasnila Stanislava Luptáková a dodala, že súťaž odštartovala 16. marca 2026 a práce je možné prihlásiť do 31. júla 2026. Komisia rozhodne, ktoré diela pôjdu do užšieho výberu, a tie sa predstavia verejnosti. Ľudia tak budú môcť od septembra do konca októbra 2026 hlasovať online za práce, ktoré ich oslovili najviac.

Ako sa do súťaže zapojiť - Prvým krokom je vytvoriť dielo v jednej z uvedených kategórií. Následne je potrebné zaregistrovať sa na oficiálnej webovej stránke Týždňa vedy a techniky v sekcii **Registrácia – TVT** a vyplniť požadovaný formulár. Účastníci súťaže majú možnosť vyhrať atraktívne kreatívno-technické ceny. Diela bude hodnotiť komisia a neskôr verejnosť. CVTI SR zverejní víťazov a ocení ich počas Týždňa vedy a techniky 14. novembra 2026 v Zážitkovom centre vedy Aurelium v Bratislave. Podrobné informácie o súťaži sú zverejnené na oficiálnej webovej stránke Týždňa vedy a techniky www.tyzdenvedy.sk. » ren

OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH, KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

slovenská firma

BITUMÉNOVOU LEPENKOU bez demontáže pôvodnej krytiny

zameranie odborné poradenstvo cenová kalkulácia ZDARMA!!

!!! NOVINKA !!!

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

NON STOP - 0944 720 932

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽLABOV

Recyklácia a vyradenie vozidla z evidencie

Autorizovaný spracovateľ - Piec auto s.r.o.

Odvoz auta zadarmo

GA SA HC LV NR NZ ZM PE PN BN NM TO TT ZH ZC BS.

Už nemusíte chodiť na dopravný inšpektorát, my všetko odhlásime za Vás.

0915 261 120

ZATEPLENIE DOMOV, FASÁDY, STRECHY, OPRAVY KOMÍNOV, NÁTERY STRIECH, FASÁD, REKONŠTRUKCIE, ELEKTROINŠTALÁCIE, JADRA, OBKLADY, POTERY, MAĽOVKY, OMIETKY, IZOLÁCIE DOMOV, OPLOTENIA, ZÁMKOVÁ DLAŽBA, VÝMENA RÍN

0902 266 147

f SLEDUJ NÁS

FB/ NITRIANSKO

Agrofólie na fóliovníky

0905 140 156 www.topfolia.sk

Kvalitné čistenie a upratovanie

- umývanie fasád
- čistenie zámkovej dlažby, chodníkov, terás, plotov a vonkajších povrchov
- upratovanie domácností a kancelárií

0911 773 922 rmclean.info@gmail.com

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, rín, zvodov
- ✓ nátery a opravy starých striech
- ✓ likvidácia azbestu
- ✓ podbitie striech

A KEĎ ROBÍME DOM urobíme aj interier od A po Z: kúpeľne, jadro, zateplenie elektro, voda, kúrenie

0948 107 877

OBHLIADKA ZDARMA NITRA

NAPUSTI LETO DO BAZÉNA!

Rybárska 37 Nitra

Fólie, chémia, ohrev, príslušenstvo

✓ všetko u nás.

kvalita, rýchlosť, dobrá cena!

eshop: Vasbazen.sk

Váš bazén, naša starosť.

Po-Pia: 8:00-15:30

PÍLENIE STROMOV DRVENIE KONÁROV SKRACOVANIE A LIKVIDÁCIA TUJÍ

Nechajte to na profesionálov

MS - RUB 0904 097 954

KAMENÁRSTVO MM, s.r.o.

Veľké Zálužie, bratia Bírovci

0907 503 181, 0903 255 547

www.kamenarstvo-mm.sk

ORIGINÁLNE RIEŠENIA ZA ROZUMNÉ CENY

AKCIA na objednávky



lunaploty.sk

50% zľava
na dopravuBariérové a uličné
oplotenia

09-0025

Vypratávaniedomov, bytov,
povalí, pivníc,
záhrad
a búracie práce

0947 160 996

20-0047

DOVOZ NA ADRESUhusí, kačky,
husokačky,
mládky, morky
brojlerové kuriatkawww.hydinashop.sk
0905 207 659

59-0009

Zateká Vám strecha?Spol'ahnite sa na odborníkov
a budete kľudne spať- opravy asfaltových a plechových
striech - lokálne aj celoplošne
novými elastickými materiálmi
so životnosťou min. 30 rokov
v cene už od 12,90 € / m²
Výber z viac druhov materiálov
- obhliadka a vypracovanie
cenovej ponuky **ZADARMO****STRECHAFER, s.r.o.**
Božík Peter
0948 606 860

20-0007

**PLOCHÉ
STRECHY**- izolácie plochých striech
- zateplenia plochých striech
- kaučukové pásy, PVC fólie
- odborné poradenstvo
a cenová ponuka na mieste
ZDARMA

0905 66 22 29

20-0039

PREDAJŇA POLOVNÍCKYCH POTRIEB**POLOVNÍCKE ZBRANE
TLMIČE OPTIKA**NOVOZÁMOCKÁ 120 AREÁL PCT
NITRA - KRŠKANY0908 707 007 0905 533 726
WWW.POLOVACKY.COM

Ien pre osoby s platným povolením

89-0015

SOLIS
ZALUZIE

TIENIACA TECHNIKA

- ROLETY
- SIETKY PROTI HMYZU
- INTERIÉROVÉ / EXTERIÉROVÉ ŽALUZIE
- PLISÉ • ZAVESY • MARKÍZY
- SCREENY • PERGOLY

www.zaluziesolis.sk

0904 687 145

0908 763 209

Zľava do 30.4.2026

na exteriérové
žalúzie **25%**

NOVINKA:

EXTERIÉROVÉ ŽALUZIE
s nezávislým solárnym pohonom**NAJLACNEJŠIE
KLIMATIZÁCIE**

Showroom Koniarovce

Horúca akcia!

AUX Q-Smart Plus 3,5 kW
Chladenie, kúrenie, WiFi
Vrátane montáže **Cena: 749 €**

AKCIA na montáž a čistenie!

0905 935 026

www.najlacnejsieklimatizacie.sk

AUX,
KAISAI,
ROTENSO +
MIDEA, TCLPredaj na
splátky cez
HOMI
CREDIT

20-0022

MH IMPERIUM
GROUP
KAMENÁRSTVO**VEĽKÉ JARNÉ ZĽAVY**

1-hrob od 1800 € • 2-hrob od 2700 €

Renovácia × Prepadnutý hrob
× Brúsenie × Konzervovanie ×
Terazo × Obnova písma × Chodníky

Zdarma: obhliadka, doprava, lampáš, váza

Zhotovenie do 3 týždňov

Pracujeme po celom Slovensku,
nemusíte nikam cestovať, prídeme za vami bez starostí

0910 444 002

mhkamenarstvo@gmail.com

81-0068

10-0046

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA
(PRI GALANTE)

NOVINKA:

1,5 ROČNÉ ČERVENÉ BROWN NICKY 5€/KUS
PREVZATIE

OD 31.3. DO 2.4.2026

OBJEDNÁVKY VOPRED!

CELOROČNÝ PREDAJ NOSNÍC
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€



NÁTERY STRIECH

NITRA
0948 107 877

OPRAVY ZATEKAJÚCICH STRIECH

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

FRÉZOVANIE-VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

stavba komínov, krbov, pecí

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

PROJEKTY RODINNÝCH DOMOV A STAVEBNÉ POVOLENIA NA KLÚČ

0948 030 269

Kúpim hodinky, budíky, hodinárske súčiastky a náradie. Vykúpim aj diely, nástroje či celé vybavenie po hodinárovi alebo zo starších zásob. Tel.: 0918 170 073

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%

- chemická injektáž

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331



čujte.sk

Zbierame prvé liečivé bylinky



www.cujte.sk

ENVI-GEOS Nitra
Komplexné nakladanie s odpadmi so sídlom v Lužiankach

Prijme do pracovného pomeru Údržbára automobilovej techniky (automechanika)

Pracuje sa na jednu zmenu.

Vašou úlohou budú:

- Bežná a preventívna údržba a opravy nákladnej automobilovej techniky
- Práca v pneuservise, diagnostika porúch a ich odstránenie

Ponúkame:

- mzdu od 1300 do 1500 EUR* v hrubom, konečná výška mzdy závisí od schopností a skúseností kandidáta
- stravné v hodnote 7€/deň + školenia

Požadujeme: vodičské oprávnenie sk. B, prax na podobnej pozícii, manuálnu zručnosť

V prípade záujmu nás kontaktujte telefonicky na 0903 718 908 alebo mailom: horesova@envigeos.sk

*mzda pozostáva zo základnej mzdy a pohyblivej zložky mzdy

PD Hlohovec stredisko VINOHRADY obsadzuje pracovnú pozíciu:

BEZ MOŽNOSTI UBYTOVANIA

MANUÁLNE PRÁCE VO VINOHRADE

pracovný pomer na Dohodu o pracovnej činnosti s možnosťou prestupu do trvalého pracovného pomeru

5,30 €/hod. až 7,50 €/hod.
(práca v reze je platená od výkonu a ostatné zelené práce hodinovou sadzbou)

- | nástup možný ihneď, alebo podľa dohody
- | hľadáme pracovníkov, ktorých baví práca v prírode
- | možnosť získania ďalších benefitov

„Skúsenosti nie sú podmienkou, všetko Vás radi naučíme“



0905 535 099

pilchova@pdhlohovec.sk

Poľnohospodárske družstvo Hlohovec, Nitrianska 109, 920 12 Hlohovec

Základná mzda bude dohodnutá na základe pracovných skúseností. Súčasťou mzdy sú i mesačné prémie.



Sa oplatí.

od pondelka 30. 3. do 4. 4.

CENOVÝ
LÍDER*
NA SLOVENSKU.
Nakupovať inde nemá cenu.

1



250 g
-25 %
2.99 3.99 Čučoriedky
250 g balenie
(1 kg = 11,96)



1 kg iba
0,34 €
**UŠETRITE*
-69 %**
1.69 Konzumné
zemiaky
neskoré
5 kg balenie
prané
varný typ A - šalátové

Losos
atlantický
cena za 100 g
celá fileta s kožou

Najnižšia
cena v Lidl
tentorok



-41 %
1.35 2.29

Bravčová
krkovička
cena za 1 kg
v celku, bez kostí



-30 %
3.49 4.99



**2 + 1
ZADARMO**
1.55* 2.32**
Tatranské
maslo
250 g
(1 kg = 6,20)

*Cena za kus 0,75 € (1 kg = 1,33 €)
**Cena za kus 0,75 € (1 kg = 1,33 €)
Cena za 1 kg = 6,20 €



0,5 l iba
0,59 €
**UŠETRITE*
-38 %**
4.69 Krušovice 10*
8 x 0,5 l = 4 l
svetlé výčapné pivo
+ záloh
za obaly 1,20 €
(1 l = 1,17)

*Cena 1 výčapného balenia
nahrádzajúceho predajcu cenu výrobca.

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



**UŠETRITE*
-37 %**
1.69

**UŠETRITE*
-44 %**

1.49

*Cena 1 výčapného balenia
nahrádzajúceho predajcu cenu výrobca.

950 g
Med
kvetový
950 g
(1 kg = 3,67)
(LP: 1 kg = 3,15)



**UŠETRITE*
-33 %**
3.49

s Lidl Plus od 2 kusov
**UŠETRITE*
-43 %**

2.99

*Cena za jednotlivý kus v porovnaní
s predajcom v Bratislave predajcu ceny výrobca.

SILVERCREST

Silvercrest
Tyčový mixér
kus

CENOVÝ
HIT

16.99

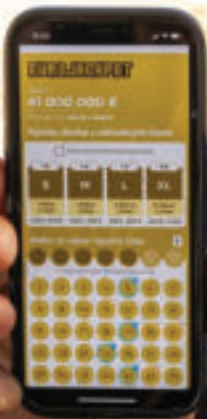
aj online



*Pravidlá tohto systému agentúry NMS Market Research Slovakia vykonaný v dňoch 12. 3. - 17. 3. 2025 na reprezentatívnej vzorke 2 007 respondentov.

Ponuka tovaru = lenika platí od 30. 3. do 4. 4. 2025 alebo do vyčerpania zásob. Chyby v tlačí vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Titra LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber mobilný v obvyklom množstve.

EURO JACKPOT



**HRAJ O JACKPOT
AŽ DO VÝŠKY**

120 000 000 €

**Od výhry v Eurojackpote
ťa možno delí len jediná
SMS! Podaj si ešte dnes
a vyskúšaj svoje šťastie.**

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

Vaše výhry, naša radosť

WWW.TIPOS.SK

Výhra vo vrecku: objavte svet SMS lotérií a žrebov!

Predstavte si, že váš mobilný telefón sa premení na osobný terminál, ktorý vám kedykoľvek a kdekoľvek môže otvoriť dvere k zaujímavým výhram, a to bez nekonečných radov, bez papierových tiketov a s maximálnym pohodlím. Moderný svet lotérií od TIPOSu je teraz dostupný priamo z vášho vrecka.

Blesková registrácia: Len dve bezplatné SMS a ste v hre

Vedeli ste, že okrem klasickej registrácie v herni sa môžete registrovať aj cez SMS? V TIPOSe sa totiž snažíme prinášať riešenia aj pre tých, ktorí nemajú radi zložité vyplňanie formulárov a skenovanie dokladov. Celý proces registrácie prebieha v dvoch rýchlych krokoch, ktoré vám nezaberú viac než pár sekúnd.

Postup je nasledovný: Najskôr pošlete prázdnu správu na skrátené číslo 3333. Obratom dostanete správu s podmienkami služby. Stačí na ňu odpovedať textom ANO a potvrdiť tak svoju plnoletosť. A to je všetko! Žiadne heslá, ktoré by ste zabudli, žiadne overovacie e-maily. Od tohto momentu je váš mobilný telefón vašou vstupenkou do žrebovania o milióny eur.

Lotérie: LOTO aj Eurojackpot na pár klikov

Podanie tiketu cez SMS je proces, ktorý zvládne naozaj každý. Základom je pamätať si jediné číslo – 3333. Táto štvorčíselná kombinácia vás vezme do sveta zábavy a hier ako napríklad LOTO, LOTO 5 z 35, Všetko alebo nič či obľúbený Eurojackpot. Každá hra má svoj unikátny kód, ktorý môžete poslať a byť tak v hre.

Pohodlie bez kompromisov

Ak chcete skúsiť šťastie napríklad v hre LOTO s vaším tipom, napíšte text „**LOTO X X X X X**“ (s vašimi šiestimi šťastnými číslami od 1-49) na číslo 3333. Systém vašu stávkku ihneď prijme a obratom vám zašle SMS potvrdenie o jej úspešnom uzatvorení. Váš tiket je bezpečne uložený v systéme pod vaším telefónnym číslom počas lehoty 60 dní. V tomto čase si výhru jednoducho nárokuje odoslaním overovacej správy (text **VYHRA** na 3333). Už žiadne hľadanie stratených papierových dokladov!

Výhry na účet: Prevod po overení tipu

Pri SMS tipovaní je proces výplaty nastavený na maximálne pohodlie. Aby ste si mohli naplno užiť svoje peniaze bez

návštevy pošty, stačí jednorazovo zaregistrovať svoj bankový účet (IBAN) zaslaním SMS v tvare: UCET SKXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX na číslo 3333.

Keď si chcete overiť úspešnosť svojho tipu, pošlete SMS s textom **VYHRA** na číslo 3333. Systém vám doručí oznámenie o výsledku. Ak ste vyhrali a máte už predtým registrovaný svoj IBAN, TIPOS vám výhru po tomto overení prevedie priamo na váš bankový účet. Nezabudnite však, že na overenie a nárokovanie si výhry máte 60 dní od žrebovania. Po tomto čase nárok zaniká, preto je dobré poslať overovaciu SMS „**VYHRA**“ po každom žrebovaní

Bezpečnosť a m-platba

Cena stávky sa odpočíta z kreditu alebo pripočíta k mesačnej faktúre u operátora. Digitálny tiket sa nedá stratiť ani poškodiť. Vaša cesta k miliónom nikdy nebola kratšia a bezpečnejšia. Stačí siahnuť do vrecka a skúsiť šťastie!

Ak potrebujete poradiť, alebo vedieť viac, zavolajte nám na bezplatnú infolinku 18177.

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

Vedeli ste, že lotérie možno podať jedinou SMS?

HRAJ ZODPOVEDNE 18+



Pošli SMS s textom

LOTO S na číslo **3333**

a si v hre s jedným tipom a Jokerom v cene 1,8 €

Ďalšie rýchle stávky:	Cena stávky:
LOTO M - 2 náhodné tipy + JOKER	3 €
LOTO L - 5 náhodných tipov + JOKER	6,6 €
LOTO XL - 10 náhodných tipov + JOKER	12,6 €

Alebo si zvol' vlastné čísla:

LOTO 15 8 7 3 35 32 (príklad, nezabudni na medzery) (vyberáš 6 čísel zo 49)

Odošli na číslo: **3333**

Cena za SMS 0,20 € - 0,70 €

Vďaka hre LOTO pribudlo na Slovensku už 69 milionárov!



Pošli SMS s textom

EJ S na číslo **3333**

a si v hre s jedným tipom a Jokerom v cene 3 €

Ďalšie rýchle stávky:	Cena stávky:
EJ M - 2 náhodné tipy + JOKER	5 €
EJ L - 3 náhodné tipy + JOKER	7 €
EJ XL - 5 náhodných tipov + JOKER	11 €

Alebo si zvol' vlastné čísla:

EJ 13 6 20 49 18 8 12 (príklad, nezabudni na medzery) (vyberáš 5 čísel z 50 + 2 čísla z 12)

Odošli na číslo: **3333**

Cena za SMS 0,20 € - 0,70 €

Hraj až o neuveriteľných 120 000 000 €!



Pošli SMS s textom

VAN S na číslo **3333**

a si v hre s jedným tipom v cene 1,5 €

Ďalšie rýchle stávky:	Cena stávky:
VAN M - 2 náhodné tipy	3 €
VAN L - 6 náhodných tipov	9 €
VAN XL - 10 náhodných tipov	15 €

Alebo si zvol' vlastné čísla:

VAN 5 7 1 10 18 20 14 9 21 11 3 (príklad) (vyberáš 11 čísel z 22)

Odošli na číslo: **3333**

Cena za SMS 0,20 € - 0,70 €

Vyhraj 100 000 € aj keď neuhádneš nič!

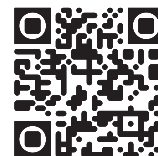
ZLATÉ PRAVIDLO písania SMS: Nezabúdaj na medzery!

Aby bola tvoja stávka úspešná hneď na prvýkrát, dbaj na správne používanie medzier.

Medzi kódom hry a číslami: (napr. LOTO 5 12...) a aj medzi jednotlivými číslami: (napr. 12 18 25...)

Skús SMS tip na lotérie tu:

www.tipos.sk/smstip



REGIONPRESS

NAHLAS...

...o veciach verejných

Nástroj pre efektívnu komunikáciu s občanmi

Chcem priniesť do nášho mesta pozitívny prístup, otvorenosť a riešenia, ktoré ľuďom pomáhajú

Budovateľom sa v kandidácii predávajúci...
...všetkým občanom...
...všetkým občanom...
...všetkým občanom...



Štvrtstranový PR článok

Kandidujem do VÚC, aby som do kraja priniesol viac priadok, otvorenosti a zodpovedného riadenia

Budovateľom sa v kandidácii predávajúci...
...všetkým občanom...
...všetkým občanom...
...všetkým občanom...



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: **Mgr. Alena Valašková** | valasekova@regionpress.sk | 0910 455 919

Alarmujúci stav populácie rysa v Slovenskom krase

Populácia rysa ostrovida v Národnom parku Slovenský kras je podľa WWF Slovensko v kritickom stave. Monitoring realizovaný WWF Slovensko v rámci medzinárodného projektu LECA potvrdil výskyt len dvoch dospelých jedincov. Na maďarskej strane hranice bol rys naposledy zaznamenaný v roku 2020.

nených území aj mimovládne organizácie – s cieľom posilniť spoluprácu a priniesť praktické riešenia v oblasti monitoringu veľkých šeliem, prevencie konfliktov s človekom a boja proti pytlactvu. Odborníci v rámci projektu využívali moderné metódy monitoringu, ako sú fotopasce, genetické analýzy či GPS telemetriu. Na území s rozlohou viac ako 37 000 km² bolo rozmiestnených vyše 560 fotopascí, identifikovaných bolo 108 jedincov a 27 z nich bolo vybavených telemetrickými obojkami. Získané údaje prinášajú cenné poznatky o pohybe, správaní a teritóriách veľkých šeliem.

„Aktuálne údaje naznačujú, že populácia rysa na území Slovenského krasu je na samotnej hranici prežitia,“ upozorňuje Branislav Tám z WWF Slovensko, ktorý sa dlhodobo venuje výskumu veľkých šeliem. „Ak sa nepodniknú ciele kroky, hrozí jeho úplné vymiznutie zo slovensko-maďarského pohraničia.“ Táto situácia poukazuje na širší problém ochrany veľkých šeliem v Karpatoch. Hoci ide o druhy, ktoré sa prirodzene pohybujú naprieč rozsiahlymi územiami bez ohľadu na štátne hranice. Práve na túto výzvu sa zamerl medzinárodný projekt LECA – Podpora spoluzitia a ochrany veľkých šeliem v Karpatoch. „Veľké šelmy nepoznajú hranice. Ak ich chceme efektívne chrániť, musíme spolupracovať a zdieľať poznatky naprieč celým karpatským regiónom,“ hovorí Martin Duľa, koordinátor projektu z Mendelovej univerzity v Brne.

Projekt sa zároveň zamerl aj na praktické riešenia spoluzitia človeka a šeliem. V pilotných regiónoch sa testovali preventívne opatrenia, ako elektrické oplotenia či zlepšené kontajnery na domový odpad, čo pomáha znižovať strety so šelmami a škody na hospodárskych zvieratách. Opatrenia sa realizovali v kľúčových cezhraničných územiach – od Beskyd a Kysúc cez Tatry až po Východné Karpaty a Slovenský kras.

Do aktivít projektu sa zapojili aj samosprávy, farmári, poľovníci, policajní vyšetrovatelia, ochranári či správy národných parkov. Uskutočnili sa viac ako 22 cezhraničných stretnutí s vyše 300 účastníkmi a prostredníctvom verejných podujatí a vzdelávacích aktivít sa o význame veľkých šeliem dozvedeli tisíce ľudí.

Počas troch rokov projekt prepojiť partnerov zo šiestich krajín Karpatského oblúka – ministerstvá, univerzity, správy chrán

» ren

STONE INDUSTRY SRO

KAMENÁRSTVO

Najväčšia predajňa 700 m² vystavených pomníkov v regióne.

Jelšovce

Jelšovce 421 (pri pošte)

Po - Pia: 9:30 - 16:30

0903 747 666

CELOROČNÁ ZĽAVA až do 40%

35 rokov s VAMI
1991-2026

Slovenský výrobca pomníkov za dostupné ceny, s tradíciou od 1991

www.zulovpomniky.sk


**POMÁHAME
REGIÓNOM**

"Poskytujeme všeobecne
prospešné služby pre ľudí
v našich regiónoch"

**DARUJTE
NÁM 2%
Z DANE**

HLAVNÉ ČINNOSTI NAŠEJ
NEZISKOVEJ ORGANIZÁCIE



ZDRAVOTNÍCTVO
A SOCIÁLNA POMOC



PODPORA
TALENTOV



PODPORA
A ROZVOJ REGIÓNOV

REGIONPRESS ľudom, o.z.
Martinčekova 783/17
821 01 Bratislava-Ružinov
Slovenská republika
www.pomahameregionom.sk

IČO: 52 385 515
Transparentný účet (FIO banka):
IBAN: SK48 8330 0000 0023 0209 1402
Registrácia o.z.: VVS/1-900/90-56512

Pozor na chyby pri poukazovaní 2 %

Po novom môžu fyzické osoby poukázať 2 % zo zaplatenej dane okrem neziskových organizácií aj svojim rodičom, ak spĺňajú podmienky. Finančná správa upozorňuje, že pri poukazovaní podielu zo zaplatenej dane často dochádza k chybám, ktoré môžu spôsobiť, že peniaze sa k rodičom alebo neziskovým organizáciám vôbec nedostanú.

Pri poukázaní podielu zaplatenej dane pre rodiča za zdaňovacie obdobie 2025 sa za oprávneného rodiča považuje rodič, ktorý je k 31.12.2025 poberateľom starobného, invalidného dôchodku po dovŕšení dôchodkového veku, výsluhového dôchodku po dovŕšení dôchodkového veku alebo invalidného výsluhového dôchodku po dovŕšení dôchodkového veku.

Podiel zo zaplatenej dane je možné poukázať:

- V daňovom priznaní k dani z príjmov fyzickej osoby za rok 2025 podanom do 31. marca 2026, resp. v predloženej lehote.
- Na samostatnom vyhlásení do 30. apríla 2026, ak daňovníkovi zamestnávateľ vykonal ročné zúčtovanie za zdaňovacie obdobie 2025. V tomto prípade je povinnou prílohou potvrdenie o zaplatení dane od zamestnávateľa. V prípade poukázania 2% rodičovi, musí vyhlásenie obsahovať identifikačné údaje rodiča - meno, priezvisko, rod.číslo.

Finančná správa upozorňuje na najčastejšie chyby:

• **Poukázanie rodičom aj neziskovej organizácii bolo urobené na dvoch tlačivách** - daňovník nepodáva dve samostatné vyhlásenia. Ak chce poukázať podiel zaplatenej dane rodičom a podiel zaplatenej dane neziskovej organizácii, uvedie obe možnosti v jednom vyhlásení. V prípade, že daňovník - zamestnanec predloží dve samostatné vyhlásenia, správca dane berie do úvahy iba posledné podané tlačivo.

• **Použitie starých, neštruktúrovaných vzorov tlačív** - daňovníci podajú samostatné vyhlásenie alebo potvrdenie o zaplatení dane na neaktuálnych formulároch.

• **K vyhláseniu chýba potvrdenie o zaplatení dane** - pri samostatnom vyhlásení je potvrdenie o zaplatení dane povinnou prílohou. Ak chýba, správca dane nemôže poukázať podiel zaplatenej dane.

• **Prijímateľ (nezisková organizácia) nie je v aktuálnom zozname Notárskej komory SR** - daňovník môže uviesť len prijímateľa, ktorý je v zozname pre daný rok.

• **Nečitateľne vyplnené vyhlásenie** - nejasné alebo nečitateľné údaje môžu viesť k tomu, že správca dane nedokáže identifikovať prijímateľa ani daňovníka.

• **Chýbajúce Potvrdenie o dobrovoľníckej činnosti (pri poukázaní 3 % zo zaplatenej dane neziskovej organizácii)** - ak chce daňovník neziskovej organizácii poukázať 3% zo zaplatenej dane, musí predložiť písomné potvrdenie o dobrovoľníckej činnosti v rozsahu aspoň 40 hodín za zdaňovacie obdobie. » [en](#)

Revolúcia vo svete fitness dorazila do Trnavy

- 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



www.imbodysport.sk
INFORMÁCIE: +421 905 333 832



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



Príďte si vyskúšať
SHOWROOM TRNAVA

Pekárska 40/A
917 01 Trnava
Tel.: +421 905 333 832

Vajíčka sú symbolom Velkej noci

Na Velkú noc malo vajce vo forme kraslic i vaječných jedál úlohu symbolu znovuzrodenia. Asi by sme len ťažko našli domácnosť, kde by počas Velkej noci na stole chýbali varené vajcia či jedlá z nich. Ponúkame recept na plnené vajíčka. Šibáči si na nich isto pochutia.

Postup je jednoduchý a spoločný pre všetky recepty:

Najskôr uvarite vajcia na tvrdo, olúpte ich, po dĺžke ich prekrojíte a vyberte z nich žĺtky. Zo žĺtkov a ďalších ingrediencií urobte plnku, ktorú ozdobte nastriekajte späť do vaječných bielok.

Ponúkame zopár tipov na chutné plnky: TRADIČNÁ PLNKA

Suroviny na 12 plnených polovičiek vajíčok:

6 vajec, 3 až 4 lyžice majonézy, 1/2 lyžičky horčice, štipku soli a korenia, 2 lyžičky jemne posekanej čerstvej petržlenovej vňate, mletú papriku podľa chuti.



Plnené vajíčka.

zdroj foto BuyMeACoffee pixabay

Postup: V miske rozotlačte varené žĺtka a zmiešajte ich s majonézou, horčicou a soľou. Dochutiť môžete korením a sladkou mletou červenou paprikou. Na záver ozdobte posekanou petržlenovou vňatou.

VAJÍČKA S TUNIAKOVOU PLNKOU

Suroviny na 10 plnených polovičiek vajíčok:

5 vajec, 80 g tuniaka v konzerve, 3 lyžice čerstvého syra, 2 vetvičky tymianu, soľ, čierne korenie, plátky reďkoviek, kúsky paradajok

Postup: V miske rozotlačte varené žĺtka a zmiešajte ich s s tuniakom, čerstvým syrom, tymianom, soľou a čiernym korením. Na záver ozdobte plátkami reďkoviek a kúskami paradajok.

VAJÍČKA S CVIKLOVOU PLNKOU

Suroviny na 10 plnených polovičiek vajíčok:

5 vajec, 1 malá varená cvikla, 3 lyžice čerstvého syra, soľ, čierne korenie

Postup: V miske rozotlačte varené žĺtka a zmiešajte ich s s varenou cviklou, čerstvým syrom, soľou a čiernym korením.

Vedeli ste, že ...

varené vajce či už natvrdo alebo na mäkko je zdravšie ako smažené na tuku, pretože smaženie na tuku spôsobí, že sa tuk vo vajíčkach začne oxidovať a premení sa na nežiaduci tuk? Okrem toho sa podľa odborníkov takouto prípravou strácajú vitamíny a antioxidanty prítomné v žĺtku.

» ren

Šibanie korbáčom z ôsmich prútov aj oblievanie dievčat Veľkonočné zvyky a tradície

Velká noc je pre kresťanov najvýznamnejším sviatkom kresťanského cirkevného roka a pripravujú sa na ňu už 40 dní vopred. Posledný týždeň pred Velkou nocou sa nazýva Veľkonočný týždeň. Pripomína udalosti ukrižovania a vzkriesenia Ježiša Krista. K sviatkom Veľkej noci sa odpradáva viazalo veľké množstvo cirkevných obradov, ale i tradičné obyčaje súvisiace s príchodom jari.

Zelený štvrtok

Zelený štvrtok je podľa kresťanskej veľkonočnej liturgie deň konania poslednej večere Krista s apoštolmi. V očakávaní udalostí nasledujúceho Veľkého piatka ako dňa ukrižovania Krista sa prestalo zvoniť kostolnými zvonmi. K týmto obradom sa v tradičných obyčajoch na Slovensku pridávali staršie zvyky ako napríklad vyvolávanie hluku rapkaním na rapkáčoch. Malo to ochrániť ľudí i hospodárstvo pred nadprirodzenými silami. „Okrem povier a úkonov spojených s posledným zvonením zvonov bol tento deň spojený aj s umývaním sa v čerstvej tečúcej vode s predstavou, že tak sa človek zbaví lišajov, vredov, bradavíc, svrabu, ale aj pieh a vyrážok. Zelený štvrtok bol tiež zaužívaným termínom prvého výhonu dobytky na pastvu. Rozšírené boli obyčaje spojené s jeho magickou ochranou proti zlým silám a chorobám a na zabezpečenie prosperity: dobytok musel prekračovať žeravé uhlíky, šibali ho vrbovými prútmi, koňom do hrivy a kravám na rohy uväzovali červené stužky proti urieknutiu a podobne. Dobrú úrodu mala zabezpečiť príprava a konzumácia zeleninových jedál a cestovín, v južných oblastiach Slovenska sa na Zelený štvrtok varili polievky a prívarky z mladých listov špenátu, šfavela i žihľavy, ktoré mali očistiť krv,“ dozvedáme sa z Elektronickej encyklopédie Centra pre tradičnú ľudovú kultúru (CTLK) pri Slovenskom ľudovom umeleckom kolektíve (SLUK-u).

Veľký piatok

Veľký piatok je kresťanský sviatok pripomínajúci ukrižovanie Ježiša Kris-



Súčasťou Veľkonočných sviatkov je aj posvätenie košíkov s jedlom.

zdroj foto geralt pixabay

ta. Tento deň bol na Slovensku spojený so zákazom manipulovať so zemou, napríklad orať, sadiť a potrebné tiež bolo ochrániť dobytok pred nepriaznivými silami a to napríklad tak, že sa zárubne stajni natierali cesnakom a dobytok sa okuroval posvätenými vrbovými prútmi. „Veľký piatok bol tiež tradičným termínom značkovania dobytky. Predpokladalo sa totiž, že menej cíti bolesť a rany sa mu rýchlo zahoja. Z predpokladu o rýchlom zacelení rán vychádzal aj zvyk v tento deň štepiť stromy. Vyliečiť staré choroby malo ranné kúpanie a umývanie sa. Čas pred východom slnka býval využívaný na ľubostné veštby,“ píše sa tiež v Elektronickej encyklopédii CTLK pri SLUK-u.

Biela sobota

Biela sobota je kresťanský sviatok na pamiatku Kristovho vzkriesenia. V tradičnom zvykosloví bol deň venovaný vareniu a pečeniu obradových jedál, akými boli napríklad údená bravčovina, klobásy a huspenina, ktoré sa v rímskokatolíckych oblastiach jedli až počas Veľkonočnej nedele. Najstarším veľkonočným pokrmom sú na celom území vajíčka a z nich pripravené jedlá.

Veľkonočná nedeľa

Veľkonočná nedeľa je pre kresťanov najväčším sviatkom v roku. Ľudia osla-

vujú zmŕtvychvstanie Ježiša Krista. V tento deň prinášajú veriaci do kostola veľkonočné košíky s jedlom, aby ich mohli kňazi posvätiť. Svätili sa koláče, chlieb, šunka, klobásy, slanina, maslo, tvaroh, syr, varené i surové vajíčka, soľ či chren. „Jedlo sa potom konzumovalo spoločne a rovnako slávnostne ako na Štedrý večer: stôl bol prikrytý bielym obrusom a gazdina naň pripravila vopred všetko tak, aby počas jedenia nemusela vstávať. Prvým chodom bolo vajíčko, ktoré gazda delil medzi všetkých prítomných. Potom sa jedlo mäso, prípadne namiesto šunky iba hydina. Najesť sa bolo treba dosýta, aby sa zabezpečila sýtosť a dostatok jedla počas celého roka. Zvyšky z jedál sa neodhadzovali. Kosti zo šunky a škrupiny vajec dávali roľníci na pole osiate oziminou, aby ju chránili pred krupobitím. Omrvinky zo stola odkladali na liečenie, zamiešali ich medzi osivo alebo ich dávali sliepkam, aby dobre niesli,“ uvádza sa v Elektronickej encyklopédii CTLK pri SLUK-u. Rovnako tiež treba spomenúť, že na celom území Slovenska zvykli počas Veľkonočnej nedele ženy a dievčatá zdobiť varené vajíčka – kraslice. Na západnom Slovensku sa plietli z vrbových prútov pre deti korbáče. Tie nimi potom šibali gazdiné. Za odmenu dostávali maľované vajcia alebo makové pečivo.

Veľkonočný pondelok

Veľkonočný pondelok je posledný deň kresťanských sviatkov Veľkej noci a spája sa už tradične so šibačkou a oblievačkou. „Do polovice 20. storočia bolo na západnom Slovensku rozšírené šibanie korbáčom z ôsmich spletených vrbových prútov, na strednom a východnom Slovensku kúpanie a oblievanie dievčat mládenkami, či už namočenie do potoka, poliatie vodou z vedra či hrnčekom, alebo postriekanie voňavou vodou. Na juhozápadnom Slovensku boli známe obe obyčajové praktiky. Šibať a polievať či kúpať začínali buď už od nedele popoludnia alebo od polnoci na pondelok, alebo od pondelňajšieho svítania,“ prezrádza nám Elektronická encyklopédia CTLK pri SLUK-u.



Dievčatá dávali šibačkom za odmenu vlastnoručne maľované vajíčka.

zdroj foto ivabalk pixabay

» ren

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

pred do

BEZ WAPKY

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

68-001

MINI-TRANS.sk
TOPOLČIANKY

POTREBUJETE PRÍVES?

KLIKNITE NA WWW.MINI-TRANS.SK

VOLAJTE 0903 763 654

76-0033

Čujte.sk

Čaká nás veľké
jarné upratovanie

www.cujte.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

JARNÁ AKCIA

KOLAGÉN FORTÉ 2 V 1
31,91 EUR
30,90 EUR

HOVÄDZÍ KOLAGÉN FORTÉ
39,98 EUR
47,05 EUR

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

Môžete teraz
objednať na:

www.medikaexpert.sk
alebo na tel.:

0904 552 345

Volajte v pracovné dni:
od Pondelka do Piatka,
od 10:00 do 16:00 hod.

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

GS
EUROTHERM
MONT



ZASKLENIA TERÁS A BALKÓNOV
PRÍSTREŠKY NAJVIŠŠEJ KVALITY
NAJLACNEJŠIE PREKRYTIA BAZÉNOV

ZÁBRADLIA A BRÁNY NA MIERU
gszasklenie.sk

0800 333 223

DAJTE PREDNOŠŤ SLOVENSKEJ KVALITE
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



STD DE GmbH
HĽADÁME

VODIČOV MKD
NA PRAVIDELNÉ LINKY V DE

ZARÁBAJ AŽ 2800 € V ČISTOM
+ **VÝKONNOSTNÉ ODMENY**



- ~ NEMECKÁ ZMLUVA
- ~ TURNUS DOHODOU
- ~ UBYTOVANIE A DOPRAVA HRADENÉ FIRMOU

+421 917 628 262 • petrikova@stdde.eu



UŽ OD
499 €

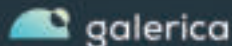
DARČEK
ZADARMO
K INOVÁCI

	Š x V x D	
GRETA <small>TIP</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



**ODOLNÉ SKLENÍKY
Z POLYKARBONÁTU**

EXPERTI NA STRECHY
POKRÝVAČSKÉ / TESÁRSKE PRÁCE

- » POKLÁDKA PLECHOVEJ STREŠNEJ KRYTINY
- » RENOVÁCIA STRIECH / GARÁŽÍ
- » ZATEPLENIE, OPRAVA ŽĽABOV
- » KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH

-10%
Z CENY PRÁCE

**OBHLIADKA
A PONUKA
ZDARMA**



ZA KVALITU PRÁCE RUČÍME!

Kontakt: Janek - 0919 495 628

LEPŠIA SK
PRÁCA
PERSONÁLNA AGENTÚRA

**NÁJDITE
NOVÝCH
ZAMESTNANCOV**

EFEKTÍVNEJŠIE

PRE VEĽKÝ ZÁUJEM PREDLŽUJEME AKCIU AŽ DO KONCA MARCA



info@ecoenergy.sk
www.ecoenergy.sk

DOTÁCIU ODPOČÍTAME IHNEĎ

VOLAJTE: 0914 403 131
Abo: 0909 131 131

Tepelné čerpadlo Galmet Prima

4790€*

...nečakajte kým zdražíme

VYUŽITE BEZPLATNÚ OBHLIADKU



POZOR CENA VRÁTANE MONTÁŽE

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

- 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

