

# HUMENSKO

## VRANOVSKO-SNINSKO-MEDZILABORECKO



Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 27 190 domácností

GABIONY | GABIONOVÉ PLOTY | PRÍRODNÝ KAMEŇ | TEHLOVÝ OBKLAD

**SLOVENSKÁ VÝROBA**  
NAJLEPŠIE CENY NA TRHU  
TOVAR IHNEĎ K ODBERU  
NAJŠIRŠÍ SORTIMENT  
ZLAVY PRE REALIZÁTOROV

**-20% ZĽAVA**  
NA SKLADOVÝ  
FORMÁTOVANÝ  
KAMEŇ

**TONY-STAV**  
www.tonystav.sk  
+421 911 639 003  
Košické Oľšany 229

EXPRESNÁ PREPRAVA TOVAROV V RÁMCI  
KOŠICKÉHO A PREŠOVSKÉHO KRAJA!

**NAČO PLATIŤ FIRMU?**  
Ty to zvládneš.

- ✓ Požičaj si bager za **90€**/deň.
- ✓ Hotové za víkend.
- ✓ Ušetríš stovky eur.
- ✓ Dovezieme až k vám.

mojbager.sk  
www.mojbager.sk | 0905 111 484 | info@mojbager.sk

**KaPeZ s.r.o.**  
Kompletné účtovníctvo  
JÚ, PÚ, DPH, daňové priznania

Brestov 198, 066 01 Humenné  
kapez.sro@gmail.com | 0948 130 360

za NAJLEPŠIU CENU !!!  
**STUDNE**  
0907 148 965  
0905 195 458

**REKLAMA**  
do novín  
0907 895 864

**CHCETE MENIŤ OKNÁ?**

**UNITERMONT**  
Námestie slobody 22  
HUMENNÉ  
obchodný dom Jednota  
0915 856 447  
unitermont@gmail.com

**GARANTUJEME**  
najnižšie ceny!  
Ak nájdete rovnaké okná lacnejšie,  
rozdiel Vám vrátime.

**Noves**  
HASA GROUP  
nová adresa

**Prichádzajú**  
**JARNÉ ZĽAVY!**

SLOVENSKÉ OKNÁ

**LACNÝ VÝKOP**  
STUDNÍ

**AKCIA**  
ZĽAVENÁ CENA  
pre dôchodcov!  
0915 877 159

**JODUR** S.R.O.  
Priemyselné podlahy  
Realizujeme betonárske práce,  
Zhotovujeme priemyselné  
podlahy do garáží, dielni  
a prístupové cesty  
Tel: 0950 211 802

Kvalita výrobkov a dlhoročné skúsenosti = **VAŠA SPOKOJNOSŤ!**

- **ŽALÚZIE**  
interiérové, exteriérové
- **ROLETKY**  
látkové, deň-noc,  
plastové, hliníkové
- **SIETE PROTI HMYZU**  
pevné, otváracie,  
plissé, rolovacie
- **ZASKLENIA BALKŇONOV**  
posuvný systém

**za najlepšie ceny!**  
Overená kvalita  
od Slovenských výrobcov  
Bezplatné poradenstvo  
a zameranie  
Rýchle dodanie  
Odborná montáž

**ČISTENIE HROBOV**

- Obnova písma, dátumy úmrtia
- Náhrobné doplnky

**JEDNOHROB 80€**  
**DVOJHROB 120€**

OBNOVA PÍSMO 1,50€/znak  
IMPREGNÁCIA A DOPRAVA ZDARMA

0911 996 087 0949 651 250  
www.cistenie-hrobov.sk

**Milionárom za jednu SMS?**

Viac na dvojstrane vo vnútri

18+ HRAJ ZODPOVEDNE

**TIPOS**  
Vaše výhry, naša radosť

KOSIT



## KONTAJNEROVÁ SLUŽBA

Odvezieme Váš odpad z výzvy „Obnov dom“, zo stavby,  
aj z upratovania domácnosti.  
Rýchlo, spoľahlivo a ekologicky.



+421 904 622 251

kontajnerova.sluzba@kosit.sk

www.kosit.sk

	7					3
S		4	7			6
U				9	1	7
D	9				4	
O			1			2 3
K		2	3		5	
U	3		6	4		5
			1		6	
		9	2		4	

2						
S		7	6		5	2
U	3	4				8 9
D	9	5				
O	4	6			8	
K		8				7
U		2	9			3 6
	3			4	6	7
				2	4	5

HĽADÁTE NOVÝCH ĽUDÍ?

ZAVOLAJTE  
0907 895 864

Zbierame prvé  
liečivé bylinky

www.cujte.sk



LEPŠIA PRÁCA SK

# KAMENÁRSTVO

RODINNÁ FIRMA  
37-ROČNÁ TRADÍCIA

www.FILARSKÝ.sk

SLOVENSKÝ VÝROBCA  
SKÚŠENÍ PRACOVNÍCI

CENY PLATNÉ DO  
30.4.2026

3D vizualizácia

Hrúbka krycej dosky - 4 cm  
Hrúbka náhrobnej tabule - 6 cm

1650 EUR

1650 EUR

495 EUR

495 EUR

495 EUR

495 EUR

v cene je zahrnuté: MONTÁŽ + PRÁCA, VYPÍSANIE STRIEBROM ALEBO FARBOU, OBHLIADKA, CENOVÁ PONUKA, LAMPÁŠ, VÁZA - NEREZ

f Kamenarstvo Fil'arský Stropkov www.filarsky.sk Slovenský výrobca

STROPKOV  
0907 353 300

SVIDNÍK  
0902 919 401

GIRALTOVCE  
0905 256 079

HUMENNÉ  
0902 274 717

PREŠOV  
0948 730 558

**Bezplatný týždenník**

**HUMENSKO**  
VRANOVSKO-SNINSKO-MEDZILABORECKO

EV 6211/24

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

Ročník III, rok 2026

Redakcia: Štefánikova 44  
**MICALOVCE**  
humensko@regionpress.sk

**INZERCIA**

Marianna Sovjaková 0907 895 864

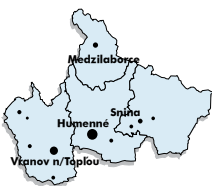
www.regionpress.sk  
www.facebook.com/regionpress.sk



**DISTRIBÚCIA** (26.640 domácností)

**pámy týždeň:**  
Humenné, Brekov, Jasenov, Kochanovce, Topoľovka, Medzilaborce, Snina, Čemerne, Vranov nad Topľou

**nepámy týždeň:**  
Humenné, Brestov, Papír, Závadka, Medzilaborce, Dlhé nad Cirochou, Zemplínske Hámre, Čemerne, Vranov nad Topľou, Snina, Sečovská Polianka, Sedliská, Slovenská Kajňa, Tovarné, Zámutov



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

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

**Západné Slovensko**

BV	97240	BRATISLAVSKO	východ
BZ	106540	BRATISLAVSKO	západ
DA	34320	DUNAJSKOSTREDSKO	
GA	34390	GALANTSKO-SALANSKO	
HC	30330	HLOHOVECKO-SEREDSKO	
KM	16450	KOMÁRŇANSKO	
LV	30580	LEVICKO	
MA	29680	MALACKO	
NR	54170	NITRIANSKO	
NZ	35050	NOVOZÁMOKO	
PK	22970	PEZINSKO	
PN	41870	PIEŠŤANSKO-NM-MY	
SC	35420	SENECKO	
SE	36750	SENICKO-SKALICKO	
TO	41930	TOPOĽCIANSKO-PE-BN	
TN	60750	TREŇCIANSKO-DCA-IL	
TT	49930	TRNAVSKO	
ZM	20930	ZLATOMORAVSKO	

**Stredné Slovensko**

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

**Východné Slovensko**

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

**PALIVOVÉ DREVO ZA NAJLEPŠIU CENU V OKOLÍ**

**VOZÍME VT/HE/SV/ML**

**0908 984 032**

**LIKVIDÁCIA AZBESTOVÝCH STRIECH**

www.Leeris.sk, 0944 923 476, info@leeris.sk

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

**Realizujeme STROJOVÉ POTERY**

**PIESOK, ŠTRK, KAMENIVO**

od 15m<sup>3</sup> - dovoz zdarma

**0948 300 988**

**Riadková inzercia**

**Chcete si podať riadkový inzerát?**

**1 AUTO-MOTO**

»Kúpim st. motorku, pionier, babetu. 0905 253 009

**2 ELEKTRO, TECHNIKA**

**3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK**

**4 DOM A ZÁHRADA**

**5 ZVERINEC, DROBNOCHOV**

**6 HOBBY A ŠPORT**

**7 DEŤOM**

» Predám retro detský bicykel (5-6r) 30€, retro kočik pre bábiku, detský drevený nábytok maľovaný pre bábiky aj riadiky, detský šijací stroj prerobeny aj elektro výborny. Detskú knihu Biblia v anglickom jazyku aj s obrázkami 0903 400 138

**8 DARUJEM**

**9 ZOZNÁMENIE**

»Senior hľada priateľku 0903 415 697

**0 RÔZNE**

»KUPIM PARÓZIE, 0902 555 510

Komerčné inzeráty, pozvánky na akcie, ponuky zamestnania a reality v riadkovej inzercii neuvěřujeme. 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 „HU“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tiráži. (Službu platbomobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

**Marcus Aurelius** **Citáty**  
Všetky hriechy sveta plynú z nedostatku lásky.

**ZAVOLAJTE SKÔR, NEŽ BUDE NESKORO!** ☎ 0950 500 533

**DERATIZÁCIA** Boj proti hlodavcom  
**DEZINSEKCIA** Likvidácia hmyzu ťs či sršňov  
**DEZINFEKCIA** Ničenie baktérií

✓ Certifikované a bezpečné postupy  
✓ Rýchly zásah a diskretný prístup  
✓ Vhodné pre domácnosti, firmy aj gastro prevádzky

✉ sanitas.ddd@gmail.com

**DVS DaVerStav** **[OBNOV] DOM**

Sme overená realizačná firma

**S VIAC AKO 50** realizovaných projektmi v rámci programu.

www.daverstav.sk 0918 540 350

**STAVEBNÉ POZEMKY NA PREDAJ**

**Obec Ďurďoš**

Pristupová cesta

**POZEMKY OD 34 999 €**

3 stavebné parcely  
Výmera: 885 m<sup>2</sup> - 1 684 m<sup>2</sup>  
Cena od: **34 999 €**

15 NA POZEMKU:  
Elektrická prípojka  
Obecný vodovod

Tel.: 0905 339 388 mail: info@gamainvest.sk

**BELMONT** **Špeciálne STRECHY**

Obnova starých eternitových, plechových a plochých striech rodinných domov i panelákov **BEZ DEMONTÁŽE**

ZDARMA: obhliadka, zameranie / cenová ponuka / konzultácia, poradenstvo

**Výmena odkvapových žľabov**  
**Oprava komínov**

Špeciálne lepenie z kvalitných bituminových pásov rôznej farby, vzorov a druhov

len Index total qualitate ☎ **0940 848 027** ✉ belmont@centrum.sk

**ZÁRUKA 15 ROKOV**

**Oprava nakladačov**

UN 053, UNC 060, UNC 061

**Juraj Juhás**

☎ Záruka kvalitne odvedenej práce je samozrejmosťou

**Detva, Dolinky 7**  
**0903 457 400**

**Gustave Flaubert** **Citáty**  
Hlupáci žijú veselšie, lebo vždy majú viac dôvodov na smiech ako ľudia múdri a premýšľaví.

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

**TIPOS**

Vaše výhry, naša radosť

[WWW.TIPOS.SK](http://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, napíšete 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 €

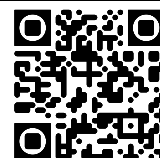
**Vyhraj 100 000 € aj keď neuhádneš nič!**

**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](http://www.tipos.sk/smstip)



# Vajíčka sú symbolom Veľkej noci

Na Veľkú noc malo vajce vo forme kraslic i vaječných jedál úlohu symbolu znovuzrodenia. Asi by sme len ťažko našli domácnosť, kde by počas Veľkej 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 bielkov.

**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 roztlačte 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 roztlačte 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 roztlačte 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 mätko 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

Veľká noc je pre kresťanov najvýznamnejším sviatkom kresťanského cirkevného roka a pripravujú sa na ňu už 40 dní vopred. Posledný týždeň pred Veľkou 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 udalosti 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 Elektronického 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 veštbý,“ píše sa tiež v Elektronickom encyklopédii CTLEK 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. Zvyky z jedál sa neodhadzovali. Kostí 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 Elektronickom encyklopédii CTLEK 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 pletli 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 CTLEK pri SLUK-u.



Dievčatá dávali šibačom za odmenu vlastnoručne maľované vajíčka.

*zdroj foto ivabalk pixabay*

» ren

**Oplatí sa!**

**TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA**

**BOMBA FASÁDA**  
EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU  
BEZ WAPKY  
BEZPLATNÁ UKÁŽKA  
www.bombafasada.sk | +421 905 148 393 | info@bombafasada.sk

**Čujte.sk**  
Čaká nás veľké jaré upratovanie  
www.cujte.sk

REGIONPRESS

# NAHLAS... ...o veciach verejných

**Nástroj pre efektívnu komunikáciu s občanmi**

Chcem priniesť do nášeho mesta poctivú prácu, otvorenosť a riešenia, ktoré ľuďom pomôžu  
Kandidujem do VÚC, aby som do kraja priniesol viac poriadku, otvorenosti a zodpovedného riadenia

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: [humensko@regionpress.sk](mailto:humensko@regionpress.sk) | 0907 895 864

## Revolúcia vo svete fitness dorazila na Slovensko



- Viac ako 500 cvikov so záťažou do 100 kg na všetky časti tela v jednom stroji
- Futuristický dizajn s minimálnym nárokom na priestor
- Cvičenia si môžete nastaviť sami alebo sa necháte viesť umelou inteligenciou
- Na veľkom displeji uvidíte ukážky ako cvičiť a potom priebeh vášho výkonu
- Stroj je prepojený s mobilnou aplikáciou, ktorá zaznamenáva Vaše cvičenia a umožní plánovať ďalšie

### VŠESTRANNÉ VYUŽITIE

#### FITNESS CENTRÁ

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](mailto: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 NAJVIŠŠEJ 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**



98-004



**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

91-0044



UŽ OD  
**499 €**

DARČEK  
ZADARMO  
4L HNOJIVA

	ŠxVxD	
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](http://galerica.sk)

**galerica**  
ODOLNÉ SKLENÍKY  
Z POLYKARBONÁTU

98-0011

**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

**PREBÍJANIE  
a PREČISTENIE**  
ODPADOVÝCH POTRUBÍ

- ▶ WC - UMÝVADIEL
- ▶ DAŽĎOVÝCH ZVODOV
- ▶ PISOÁROV
- ▶ GULÍČIEK

s možnosťou  
využitia  
kamerového  
systému

**NONSTOP  
VAS**

**0908 580 291**

91-0045

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



info@ecoenergy.sk  
www.ecoenergy.sk

**VOLAJTE: 0914 403 131**  
Alibet 0900 131 131



Spolufinancované  
Európskou úniou

Zelená domácnosť  
Podpora obnovy  
obnoviteľných zdrojov  
ENERGIE

**DOTÁCIU ODPOČÍTAME IHNEĎ**

**Tepelné čerpadlo Galmet Prima**

**4790€\***

\*platí pre verziu 10kw

...nečakajte kým zdražieme

**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



24-006