

SENECKO

OPRAVA STRECHY

- » oprava a údržba
- » odstránenie zatekania
- » klampiarske prvky
- » odkvapový systém

0903 969 611

VYCVIČÍM vášho
PSA, profesionál
☎ **0908 728 081**

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 35 420 domácností



STRECHY SC
STRECHA NA KLÚČ

VÝSTAVBA OPRAVY REKONŠTRUKCIE

0908 186 129
www.strechysc.sk

Nájdete nás v Dome smútku v Senci

VA-SI, spol. s r.o.

Pohrebná služba v Senci
NON STOP Služba

Várady - 0911 011 020, 0903 653 930

Vybavenie matričných dokladov ZDARMA

PREVÁDZKA: VA-SI, spol. s r.o., Farské námestie 16, Senec
www.pohrebnaslužba-vasi.sk

**PROFESIONÁLNE
VYŠETRENIE ZRAKU
BEZ ČAKANIA**



0950 248 511

LICHNEROVA 8, SENEC
WWW.OPTIKASENEC.SK



MACHINA
Pracovne spoločnosti zamerané na mestá

HEADÁTE PLOT ALEBO BRÁNU?

- ZVÁRANÉ PLOTY A OPLÔTENIE
- POŠKODENÉ A KROKOVÉ BRÁNY
- ZÁBRANKA NA BALKÓNY
- VÝROBA NA MIERU

ZISKAJTE CENOVÚ PONUKU
☎ 0903 718 710 info@machina.sk OBLASŤ PŮSOBNIA: SENEC

ČALÚNNICTVO

- » obnova a výroba čalúneného nábytku na mieru
- » čalúnený nábytok pre deti
- » predaj matracov

tel.: 0904 697 765 mancalcaluvnictvo@gmail.com
Tureň 442, 903 01



NOVINKA PRECISION 7

**TÝŽDENNÉ
KONTAKTNÉ
ŠOŠOVKY**



Profesionálne vyšetrenie zraku

☎ 0905 433 944

Lichnerova 16, 903 01 Senec

WWW.OPTIKMORVAY.SK

Alcon

KÚPIM ORNÚ PÔDU aj podiely

Rýchle a seriózne jednanie, platba v hotovosti

☎ 0950 713 550

KLIMATIZÁCIE

0908 978 168 www.atl.sk

REKOŠTRUKCIE BYTOVÝCH JADIER

0940 411 111

kamenárstvo

GAPČO

📍 Igram 117
Reca 375

☎ 0940 743 516

📍 Kamenárstvo Gapčo

Vám ponúka tieto služby

- † kompletne žulové jednohroby aj dvojhroby
- † opravy prepadnutých hrobov, betonárske práce
- † chodníky zo žule / dlažby a iné
- † dosekanie písma priamo na mieste
- † zlštenie / striebrenie
- † prebrúsenie starých hrobov, výmena lampášov a váz

Neváhajte a dajte si vypracovať nezáväznu cenovú ponuku!

Novinka

K obľúbenému pondelkovému zrebovaniu
EXTRA VÝPLATY pribudne aj štvrťkové

Viac na dvojstrane vo vnútri



Vaše výhry, naša radosť

HRAJ ZODPOVEDNE **18+**

Bezplatný týždenník

SENECKO

EV 6227/24

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

Ročník III, rok 2026

Redakcia: Trnavská 11
903 01 SENEK
senecko@regionpress.sk

INZERCIA

Peter Bukovinský 0905 915 040
Mgr. Katarína Bálintová 0904 926 876
Mgr. Barbora Knapová 0910 973 657

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



DISTRIBÚCIA (35.420 domácností)

Každý týždeň:
Senec, Bemoládkovo, Blatné, Čataj,
Dunajská Lužná, Hamuliakovo, Hrubá
Bořša, Hrubý Šúr, Igram, Ivanka pri Du-
naji, Kaplna, Kráľová pri Senci, Malinovo,
Most pri Bratislave, Nová Dedinka, Reča,
Rovinka, Tomášov, Tureň, Vlky, Zálesie,
Chorvátsky Grob, Veľký Biel, Kostolná
pri Dunaji



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

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

Západné Slovensko

| | | | |
|----|--------|---------------------|--------|
| BV | 97240 | BRATISLAVSKO | východ |
| BZ | 106540 | BRATISLAVSKO | západ |
| DS | 34320 | DUNAJSKOSTREDSKO | |
| GA | 34390 | GALANTSKO-SALIANSKO | |
| HC | 30330 | HLOHOVECKO-SEREĎSKO | |
| KM | 16450 | KOMÁRŇANSKO | |
| LV | 30580 | LEVICKO | |
| MA | 29680 | MALACKO | |
| NR | 54170 | NITRIANSKO | |
| NZ | 35050 | NOVOZÁMCKO | |
| PK | 22970 | PEZINSKO | |
| PN | 41870 | PIEŠTANSKO-NM-MY | |
| SC | 35420 | SENECKO | |
| SE | 36750 | SENIČKO-SKALICKO | |
| TO | 41930 | TOPOLČIANSKO-PE-BN | |
| TN | 60750 | TRENČIANSKO-DCA-IL | |
| TT | 49930 | TRNAVSKO | |
| ZM | 20930 | ZLATOMORAVSKO | |

Stredné Slovensko

| | | | |
|----|-------|-----------------------|--|
| BB | 56200 | BANSKOBYSTRICKO-SK-SP | |
| KY | 29300 | KYSUCKO-CA-KM | |
| LI | 37270 | LIPTOVSKO-LM-RK | |
| LC | 30860 | LUČEŇSKO-VK-PT | |
| MT | 38570 | MARTINSKO-TR | |
| OR | 34980 | ORAVSKO-DIK-NO-TS | |
| PB | 33590 | POVAŽSKO-PB-PU | |
| PD | 40150 | PRIEVIDSKO | |
| ZV | 38400 | ZVOLENSKO-DT-KA | |
| ZH | 26880 | ŽIARSKO-ZC-BŠ | |
| ZI | 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 | MICHALOVSKO-TV-SO | |
| PP | 41520 | POPRADESKO-KK | |
| PO | 49940 | PREŠOVSKO-SB | |
| SN | 32540 | SPIŠSKO-LE-GL | |



Slovenská Grafia a.s.

Pekná cesta 6, 834 03 Bratislava

výrobná spoločnosť v oblasti polygrafického priemyslu



PRIJME IHNEĎ

- **KNIHÁROV - REZAČOV** (m/ž)
- **KNIHÁROV - SKLADANIE** (m/ž)
- **KNIHÁROV - ZORAĎOVAČOV** (m/ž)

Mzda: min. 1 490 € - 2 120 € od skúsenosti a zručnosti uchádzača

- **ROBOTNÍKOV do výroby** (m/ž)
- **OBRÁBAČA KOVOV**
- **MECHANIKOV POLYGRAFICKÝCH STROJOV**

Mzda: min. 1 250 € - 1 740 € od skúsenosti a zručnosti uchádzača

Požiadavky:

- zdravotná spôsobilosť na výkon práce v noci
- vyučenie v odbore výhodou, nie podmienkou

Mzda vrátane príplatkov do 290 € a základnej zložky mzdy od 700 € - 1000 €

Benefity: 13. a 14. mzda

- každoročné zvýšenie mzdy • mimoriadne a jubilejné odmeny
- hlavné jedlo zdarma v závodnej jedálni a iné benefity

Blížšie informácie:

tel.: 02/49493 853, 02/49493 854, 02/49493 111,
e-mail: kariera@grafia.sk, www.grafia.sk

SÚŤAŽ VO VARENÍ A PEČENÍ

9. MÁJA 2026 - Senec

Slnečné jazerá - JUH

(karavanový kemp)

Organizátor



HASAS PASASOK

SPRIEVODNÉ SÚŤAŽE
- v krájaní cibule
- v jedení "utopencov"

Registrácia na mieste: 8:00 hod.

Začiatok: 9:00 hod.

Štartovné: 49 €

Odovzdanie vzoriek: 12:00 - 13:00 hod.

Moderátor:
Igor Balla

Variť / piecť akékoľvek jedlo
môžu min. 3-členné tímy

Predaj jedla si súťažné tímy riadia sami

Variť môžete na plyne a na dreve, kto bude variť na dreve, zabezpečí si kotol alebo ohnisko. Organizátor zabezpečí chlieb, drevo, vodu, misky, lyžičky a dobrú náladu. Súťažiaci si zabezpečia suroviny.

Sladké dobroty nemusíte pripravovať na mieste, môžete ich priniesť hotové.

Vzorky pre porotu treba servírovať v iných ako jednorázových miskách, zákusky max. 3 až 5 kusov

Hudobný program, program pre deti.

Tešíme sa na všetkých ochutnávačov aj súťažné tímy

Prihlasovanie do súťaže najneskôr do 8.5.2026:

0905 554 812 | zoltan.polak@gmail.com



Súťaž sa bude konať s podporou
Mesta Senec a SCR Senec

Mediálny partner: **SENECKO**

| | |
|---|---|
| STRECHY MONTÁŽ - VÝMENA | MURÁRSKE PRÁCE |
| <ul style="list-style-type: none"> • Plech, škridla, šindel' • Výmena krovov • Hydroizolácie striech • Výmena rín, zvodov • Nátery striech • Oplechovanie komínov • Výmena korýtok • Podbitie striech • Likvidácia azbestu | <ul style="list-style-type: none"> • Zateplenie domov • Rekonštrukcie bytov, RD • Jadrá, kúpeľne, obklady • Voda, plyn, kúrenie • Elektroinštalácie • Sadrokartóny, omietky • Podlahy, stierky, maľovky • Potery, murovky, prístavby • Búracie práce |
| ☎ 0948 107 877 SENICA | |

Kúpim hodinky /funkčné i nefunkčné/
zn. HEUER za 200 EUR a krabičku zn. HEUER za 50 EUR.
Tel.: 0918 170 073

Prijmeme

VODIČA

kamiónovej dopravy

Ponúkame:

- 100-135€/deň
- pravidelná práca SK, CZ, AT,
- práca na trvalý pomer
- vikendy doma

Požadujeme:

- vodičský preukaz C,E
- kartu vodiča
- zodpovedný prístup

DANUP s.r.o., Dolný Kubín
martin@danup.sk
0903 532 747

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie **-20%**

- chemická injektáž **STOP VODA**

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

- ### Riadková inzercia
- 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

Chcete si podať riadkový inzerát?

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

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

Inzerát bude po skontrolovaní spon-
platnený spätnou SMS, ktorú Vám
vyúčtuje 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 „SC“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tiráži. (Službu platbarnobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)



Sa oplatí.

Milky
Bánovecký jogurt
145 g, (100 g = 0,24)
rôzne druhy



s Lidl Plus
2 + 1
0.35*
0.52**

*Cena za kus pri kúpe 1 kusa = 0,35 €
**Cena za kus pri kúpe 1 kusa = 0,52 €
Cena za 1 kus = 0,24 €

Gouda
400 g, (1 kg = 5,73)
bloček



-32 %
2.29
3.39

100 g iba
0.58 €

Eduscho
Zrnková káva
1 kg, rôzne druhy



UŠETRITE*
-44 %
13.99

*Ušetrite najviac, keď kúpite viac ako 1 kg zrnkovej kávy, s výnimkou kávy s obsahom kofeínu.

Pepsi/Pepsi
Zero/Mirinda/
7 UP
2 l, (1 l = 0,65)
+ záloh
za obal 0,15 €



UŠETRITE*
-43 %
1.29

*Ušetrite najviac, keď kúpite viac ako 1 liter nápojov, s výnimkou nápojov s obsahom kofeínu.

od pondelka 4. 5. do 10. 5.

**CENOVÝ
LÍDER***
NA SLOVENSKU.
Nakupovať inde nemá cenu.

1

-54 %
1.69



s Lidl Plus
-59 %



1.49
3.69

Strapcové
paradajky
cena za 1 kg

Červená dyňa
cena za 1 kg
s nízkym
obsahom jadrierok



-32 %

1.69
2.49

Kuracie
stehenné
rezne
cena za 1 kg
bez kostí a kože



-39 %
3.99
6.59

Bravčové
karé
cena za 1 kg
bez kostí,
v celku



-30 %
3.39
4.89

od pondelka 4. 5.

aj online
SILVERCREST
Čistič okien
kus



**CENOVÝ
HIT**
19.99

aj online
SILVERCREST
Stroj na čistenie
čalúnení
a kobercov
kus



**CENOVÝ
HIT**
59.99

cenový
trhák
týždňa

SILVERCREST®
Pre
jednoduchší
život.
Andre Agassi



*Pravidlo je to systém agentúry NMS Market Research Slovakia vykonaný v dňoch 12. 3. - 17. 3. 2026 na reprezentatívnej vzorke 2 007 respondentov.

Peniažka tovaru = veľkosť platí od 4. 5. do 10. 5. 2026 alebo do vyčerpania zásob. Druhy v tlačí vyhradené. Ceny sú bez dane. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odkaz mobilný v obvyklom maľovane.

Ako poskytnúť prvú pomoc motorkárovi

Začala sa sezóna motoriek a spolu s ňou aj ich zvýšená nehodovosť. Naučte sa ako poskytnúť správnu prvú pomoc v prípade nehody motocyklistu. Radia odborníci zo Slovenského Červeného kríža:

• **Ak ste svedkom** dopravnej nehody motocyklistu, zastavte autom 10 metrov pred motorkárom tak, aby ste ho chránili, označte miesto nehody.

• **Skontrolujte, či motorkár** nemá veľké vonkajšie krvácanie, ak áno, zastavte ho tlakom na ranu. Zistite prítomnosť či neprítomnosť vedomia a dýchania. Ak je motorkár v bezvedomí a nedýcha, začnite s kardiopulmunálnou resuscitáciou. Ďalšieho svedka nehody požiadať, aby zavolať na tiesňovú linku 155 alebo 112. Začnite s oživovaním podľa pokynov tiesňovej linky, ktorú si dajte na hlasitý odposluch. Poranenie chrbtice je v takejto chvíli druhoradé. Ak ste sami, volajte tiesňovú linku až po zastavení krvácania a začatí oživovania.

• **Pokiaľ je v šoku** a nespôsobuje, upokojte ho tak, aby sa nehýbal až do príchodu špecializovanej pomoci.

• **Pri nehodách motorkárov** musíme predpokladať poranenie chrbtice, preto pokiaľ nemáme praktický nácvik nemeníme jeho polohu, nedávame mu dole prilbu, počkáme na príchod záchranárov.

Čo s prilbou?

• **Odstránenie prilby** je veľmi citlivá záležitosť. Je dôležité to robiť opatrne, aby sa nepoškodila krčná chrbtica. Prilbu dávajte dole zásadne vo dvojici, ale len keď najmenej jeden človek absolvoval nácvik snímania prilby. Jeden záchranca oboma rukami fixuje krčnú chrbticu a druhý za hlavou zraneného pomaly vyťahuje prilbu bez jej otáčania zo strany na stranu. Pohyby do strán a rotácia sú neprípustné pre riziko, že by zranený mohol trvalo ochrnúť.

• **Ak však zranený** človek nedýcha, záklon hlavy je možné vykonať ako záchranu života v každom prípade.

• **Ak je viac** prítomných svedkov nehody a motorka bráni premávke, označte jej polohu kriedou, kamienkami, pieskom a odstráňte ju z cesty.

• **Pamätajte si polohu** motorkára pred jeho otáčaním a premiestňovaním.



zdroj foto DawidCpixabay

KAMENÁRSTVO PETROVIČ
TRADIČNÉ RODINNÉ KAMENÁRSTVO

NIEKTORÉ HODNOTY NEPOTREBUJÚ SLOVÁ

My ich premieňame do kameňa

www.kamenarstvo-petrovic.sk

0905 100 134
Bratislavská 1/B (areál cintorína), Senec

REZANIE BETÓNU

KRÁTKA ČAKACIA DOBA
DLHOROČNÉ SKÚSENOSTI

otvory do panelu
jadrové vrtanie otvorov
statické posudky
odvoz odpadu

0908 447 006
www.jadrovevrtanie.sk

VÝKUP KROJOV

a krojových súčiastí, kašmírové, merinové a tibetové sukné, zásterky, kašmírové a štofové satky

0908 627 952
stavaj.peter@gmail.com

lunaploty.sk

BETÓNOVÉ PLOTY, DLAŽBY, STRIEŠKY, STĽPY

VÝPREDAJ so zľavou až 50% na skladové zásoby 2. trieda

HĽADÁME KOLEGOV

na jednoduchú manuálnu prácu

- ✓ ubytovanie zabezpečené
- ✓ 1 500 € / mesiac netto
- ✓ práca v Bučanoch

0917 330 171

Revolúcia vo svete fitness dorazila na Slovensko

IMBODY SPORT
www.imbodysport.sk

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

VŠESTRANNÉ VYUŽITIE

FITNESS CENTRÁ
DO DOMU A BYTU
REHABILITÁCIA
ŠPORTOVÉ KLUBY
HOTELY & WELLNESS

INFORMÁCIE:
+421 907 895 865
info@imbodysport.sk

REGIONPRESS

NAHLAS..

...o veciach verejných

Nástroj pre efektívnu komunikáciu s občanmi

Štvrťstranový 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: **Zora Kováčová** | kovacova@regionpress.sk | **0905 719 132**

HORNBAACH

S nami to zvládnete.

Trnava, ul. Nová 7C

NOVO OTVORENÉ



až pre 8 osôb

vr. polstrovania ZADARMO



GARDENA

Sudové čerpadlo
4700V2 automatic inox
10209880
- 550 W, 2,3 bar
- max. prietok 4700 l/h

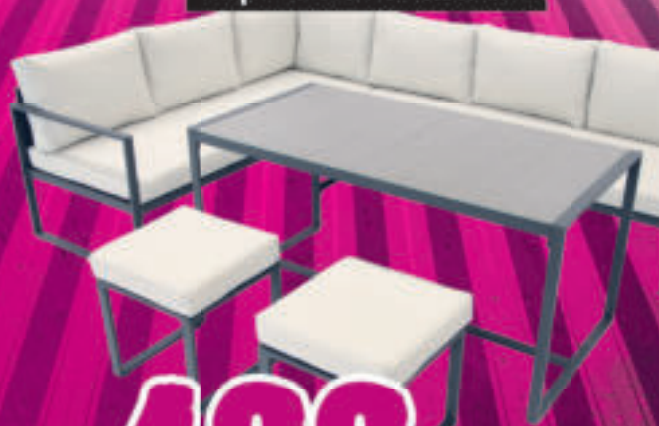
MIMORIADNA PONUKA
Do vyčerpania zásob

KETER

Plastový domček
Manor 4x6S
8500857
- 118x184 cm
- hr. steny 16 mm



329.-



499.-

Sedacia súprava Lounge Steel 12542318
- 1x stôl, 2x sofa, 2x taburet
- hliníková konštrukcia ošetrená práškovým lakom

Našich športovcov podporujeme v každej sekunde



Sme TIPOS, **najväčší
podporovateľ športu
na Slovensku**

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

NOVINKA: K oblúbenému pondelkovému žrebovaniu EXTRA VÝPLATY pribudne aj štvrtkové

Číselná lotéria, ktorá si za 2 roky získala tisíce hráčov, sa od 23. 4. 2026 rozširuje. K pondelkovému žrebovaniu pribudne aj štvrtkové – viac príležitostí na zábavu, kratšie čakanie a rovnaká šanca na výhru až 480 000 €.

2 roky na trhu: čo sa udialo?

Od spustenia Extra Výplaty až do 15. apríla 2026 bolo hráčom vo všetkých poradiach (1. – 8.) vyplatených celkovo 15 563 955,80€. Za každou výhrou stojí príbeh skutočného človeka, ktorému Extra Výplata priniesla radosť a príjemné prekvapenie. Spomedzi hráčov, ktorí sa tešili z výhry 1. poradia, ich bolo doteraz 14, v 2. poradí sa výhry dočkalo 63 hráčov. Všetci začali rovnako – jedným tipom a s trochu šťastiam.

Za dva roky si Extra Výplata vybudovala povest' lotérie, ktorej možno dôverovať. Transparentné pravidlá, pravidelné žrebovania a skutočné výhry, ktoré sa skutočne vyplácajú – to sú hodnoty, na ktorých Tipos od začiatku stojí.

Prečo štvrtok?

Extra Výplata od samého začiatku stavia na pravidelnosti a zábave. Teraz k pondelkovému žrebovaniu pribudne aj štvrtkové – a s ním nový dôvod na príjemnú chvíľu tesne pred víkendom. Dvakrát do týždňa, kratší čas čakania medzi žrebovaniami. V Tipose ostávame verní tomu, čo funguje: jednoduchosti, reálnym výhram a jasným pravidlám, ktorým rozumie každý.

Štvrtok bol dlho dňom, keď si ľudia hovorili:

„Ešte chvíľa a je víkend.“ Od 23. apríla 2026 k tomu môže pribudnúť aj príjemná správa navyše.

Príbeh z 13. apríla: 6 eur, 30 000 €

Žrebovanie 13. apríla 2026 ukázalo, že výsledky každého žrebovania sú nepredvídateľné. Tak to pri lotériách býva. Jeden z hráčov uzatvoril stávkou online, vyplnil tiket náhodnými číslami v štyroch hracích poliach a vložil do hry 6 eur. Vyžrebované čísla z prvého osudia boli 3, 7, 17, 23, 26 a 27, z druhého osudia padlo powerballové číslo 1. Hráč trafil všetkých šesť čísel z prvého osudia – powerballové číslo sa však nezhodovalo, a tak dosiahol výhru 2. poradia vo výške 30 000€.

Každé žrebovanie prináša výhercov v rôznych poradiach. Tieto príbehy pripomínajú, že lotéria môže priniesť príjemné prekvapenie. Hrajte s rozvahou, hrajte zodpovedne! Nech sú stávky vždy v rámci vašich možností.

Extra Výplata: jednoduchá hra, reálne výhry

Extra Výplata je číselná lotéria, v ktorej sa hrá o hlavnú výhru 1. poradia vo výške až 480 000€. V 2. poradí možno získať až 30 000€. Cena za jeden tip je 1,50€ na jedno žrebovanie.

Od 23. apríla 2026 sa výherné čísla žrebojú každý pondelok aj každý štvrtok. Či už hráte online z pohodlia domova, alebo osobne na pobočke Tipos, pravidlá sú jasné a hra je férová.

Ako hrať zodpovedne?

Hrajte s radosťou, v rámci svojich možností a s

rozvahou. Pred registráciou sa oboznámte s nástrojmi zodpovedného hrania – nastavte si limity a stávkujte tak, aby hra zostala naozaj len zábavou.

Tipy pre zodpovedné hranie:

- Hrajte pre zábavu a potešenie, neberte hru ako formu zárobku.
- Nevnímajte hranie ako únik od každodenných problémov.
- Na hru si vopred stanovte finančný a časový limit.
- Nehrajte s cieľom získať späť peniaze, ktoré ste už raz prehrali.
- Rekapitulujte si pravidelne svoje výdavky a čas spojený s hraním.

Pokiaľ chcete získať viac tipov, nájdete ich na stránke: <https://www.tipos.sk/stranky/pre-hracov/zodpovedne-hranie/zdravotne-rizika-nadmerneho-hrania>

Ak máte podozrenie, že vaše hranie prekračuje zdravé hranice otestujte sa ZADARMO na našej stránke: <https://www.tipos.sk/stranky/pre-hracov/zodpovedne-hranie/test-mate-svoje-hranie-pod-kontrolou>.

Číselné lotérie sú určené výhradne pre osoby od 18 rokov. Hrajte zodpovedne – hrajte pre radosť.

Súťaž
týždňa
s TIPOSom

Hráme o 3 balíčky stieracích žrebov od TIPOSu

každý v hodnote 35 €

18+

Otázka týždňa:

Kolko čísel stačí trafiť na získanie hlavnej výhry 100 000 € v číselnej lotérii Všetko alebo Nič?

A: 0 čísel

B: 3 čísla

Správnu odpoveď vyplňte **zadarmo** na stránke súťaže www.tipos.sk/region alebo použite QR kód:



- Súťaž týždňa prebieha od piatku 1. 5. 2026 od 12:00 hod. do piatku 8. 5. 2026 do 10:00 hod.
- Zo správnych odpovedí vyžrebojeme 3 výhercov
- Vyžrebovaných výhercov, podrobné informácie a štatút súťaže nájdete na www.tipos.sk/region

Upečte si chutné mafiny

Mafiny sú chutnou pochúťkou ku káve aj čaju. Môžete ich pridať deťom do školy alebo do tašky na výlet. Výroba týchto malých koláčikov je jednoduchá a dajú sa pripraviť i ozdobiť na mnoho spôsobov.

Jablkové mafiny

Suroviny: 150g hladkej múky, 100g celozrnnnej múky, 30g orechov, 2ČL kypriaceho prášku, 1/2 ČL sódy bikarbóny, 140g trstinového cukru, 1 vajce, 80ml oleja, 250g acidofilného mlieka, 150g jablk, 50g hrozienuk

Postup: Hrozienuka namočíme do vody. Orechy posekáme, jablká očistíme, zbavíme jadrincov a nahrubo nastrúhame.

Do misky vložíme múku, orechy, kypriaci prášok a sódu bikarbónu. Suroviny dobre premiešame.

Do druhej misky vložíme cukor, olej, vajce a acidofilné mlieko a vymiešame. Následne pridáme jablká a hrozienuka a sypké prísady. Všetko spolu premiešame.

Pripravíme si plech na pečenie mafinov a jeho otvory vyložíme košíčkami alebo papierom na pečenie, ktorý sme si predtým nastrihali na potrebnú veľkosť. Cesto naplníme do košíčkov asi do dvoch tretín. Rúru vyhrejeme na 180 °C a pečieme asi 25 až 30 minút.

Mafiny s kúskami čokolády

Suroviny: hrnček = 250ml
1 hrnček polohrubej múky, 1/2 hrnčeka kryštálového cukru, 1/2 hrnčeka mlieka, 1/4 hrnčeka oleja, 1 vajce, 1/2 balíčka prášku do pečiva, čokoládu

Postup: Čokoládu si nasekáme na malé kúsky.

Do misky vložíme múku, prášok do pečiva, cukor, vajce, mlieko a olej a vymiešame cesto, do ktorého na záver zľahka vmiešame kúsky čokolády.

Pripravíme si plech na pečenie mafinov a jeho otvory vyložíme košíčkami alebo papierom na pečenie, ktorý sme si predtým nastrihali na potrebnú veľkosť. Cesto naplníme do košíčkov asi do dvoch tretín. Rúru vyhrejeme na 180 °C a pečieme asi 25 až 30 minút.



Ilustračné foto. zdroj foto Pexels pixabay

» ren

PRIJEMEME PRACOVNÍKOV SBS

na obchodnú prevádzku - BERNOLÁKOVO

Práca v stabilnej spoločnosti

Nutný preukaz odbornej spôsobilosti, zdravotná spôsobilosť, bezúhonnosť

corado@corado.sk
0948 116 981

OPRAVY ZATEKAJÚCICH STRIECH

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

PROFESIONÁLNY A FÉROVÝ VÝKUP NEHNUTEĽNOSTÍ

0905 410 273

PALIVOVÉ DREVO

POLIENKA BUK, DUB, HRAB

Ku každej objednávke hodnotný darček

www.palivovedrevo.sk
0917 649 213



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

DOVOZ NA ADRESU

husi, kačky, husokačky, mládky, morky brojlerové kuriatka
www.hydinashop.sk
0905 207 059

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 ŽĽABOV

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 nechťov.

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



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

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

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

Podporíme tvoje veľké rozhodnutie



EXTRA ZĽAVA NA PRVÝ IQOS ILUMA i



Pošli SMS* v číselnom tvare 2001 na číslo 0940 682 190 a zľava je Tvoja.



Následne sa Ti ozveme z IQOS zákazníckej linky a všetko vybavíš z pohodlia domova.

Chceš vedieť viac?

Zavolaj bezplatne na telefónne číslo 0800 400 600.

* SMS je spoplatnená tarifou Tvojho mobilného operátora.

TENTO VÝROBOK NIE JE BEZ RIZIKA. DODÁVA NIKOTÍN, KTORÝ JE NÁVYKOVÝ. JE URČENÝ VÝHRADNE PRE DOSPELÝCH, KTORÍ BY INAK POKRAČOVALI VO FAJČENÍ ALEBO V UŽÍVANÍ INÝCH NIKOTÍNOVÝCH VÝROBKOV.

Pripravte si osviežujúce smoothie alebo rýchle cestoviny

Špenát prospieva nášmu zdraviu

Špenát je zdravá a veľmi všestranná zelenina. Dopriať si ho môžeme kedykoľvek, keďže je v obchodoch dostupný či už čerstvý alebo mrazený počas celého roka. Rovnako si ho však môžeme dopestovať v našej záhrade, ale aj na balkóne či terase. Zberať ho môžeme postupne a konzumovať sa dá surový ale aj tepelne upravený.

ÚČINKY NA ZDRAVIE

Špenát siaty je listová zelenina bohatá na množstvo zdraviu prospešných živín. „Obsahuje rôzne množstvo vitamínov; akými sú napríklad vitamín A, vitamín C, vitamín K či kyselina listová. Obsahuje aj minerály ako napríklad horčík alebo draslík,“ vymenúva pozitíva špenátu MUDr. Šranková z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava. Vďaka

a oxaláty obsiahnuté v špenáte môžu podľa odborníčky podporovať tvorbu obličkových kameňov, a preto nie sú vhodné veľké množstvá špenátu pre ľudí so sklonom k problémom s obličkami.

PESTOVANIE

Špenát nie je náročný na pestovanie, nemá však veľmi rád príliš vysoké teploty. Výhodou tejto zdravej zeleniny je, že ju môžeme vysievať až trikrát do roka. Prvý, takzvaný jarný výsev môžeme realizovať koncom marca až začiatkom apríla a úrodu by sme mali zberať v máji. Druhým obdobím, kedy môžeme špenát siať, je polovica augusta a na úrodu sa môžeme tešiť približne koncom septembra. Zimný špenát sa vysieva koncom septembra až v októbri a úrody sa dočkáme skoro na jar.



Špenát si môžeme dopestovať aj v našej záhrade.

zdroj foto har11ok pixabay

POUŽITIE

Špenát je veľmi všestranná potrava a spôsobov jeho prípravy je veľa, pričom podľa druhu úpravy sa jeho chuť výrazne líši. Môže byť pripravený surový v šaláte či v smoothie, tepelne upravený ako omáčka alebo polievka alebo napríklad i zapekaný. Oblúbené sú i špenátové halušky, omeleta, koláče alebo dokonca i lasagne. Tepelnou úpravou možno znížiť množstvo oxalátov v špenáte, avšak živiny, ktoré sú rozpustné vo vode sa pri varení či dusení strácajú. Preto je lepšie tepelne upraviť špenát bez použitia vody, napríklad na pare.

Náš tip

ŠPENÁTOVÉ SMOOTHIE (4 poháre)

Suroviny: 1 jablko, 40g špenátu, 1 uhorka, 1 avokádo, 500 ml mandľového mlieka, 4 datle

Postup:

- Jablko a uhorku umyjeme, zbavíme šupky a pokrájame na kocky.
- Avokádo rozdelíme na polovice, vyberieme kôstku a vydlabeme z neho dužinu.
- Datle odkôstkujeme a pokrájame na menšie kúsky.
- Všetky ingrediencie vrátane špenátu

tu a mandľového mlieka vložíme do mixéra a mixujeme do hladka.

CESTOVINY SO ŠPENÁTOM

Suroviny: 300 g cestovín typu penne, 250 g baby špenátu, 250 ml smotany na varenie, 1 čerstvý syr vo vaničke, 1 strúčik cesnaku, 1 PL strúhaný parmezán, 1 PL olivový olej, 1 PL masla, soľ, mleté čierne korenie, hrst vlašských orechov

Postup:

- Cestoviny uvaríme v osolenej vode.
- Kým sa cestoviny varia, pokrájame si orechy nadrobno, opražíme ich nasucho v panvici a odložíme do misky.
- V ďalšej väčšej panvici rozohrejeme olej, maslo a pridáme špenát, soľ a mleté čierne korenie a zakrátko aj očistený, popučенý cesnak. Krátko restujeme.
- Prilejeme smotanu a pridáme syr z vaničky. Omáčku privedieme k varu.
- Do hotovej zmesi pridáme uvarené cestoviny a dôkladne premiešame.
- Podávame posypané opečenými orechmi, ozdobiť môžeme ešte lístkami čerstvého špenátu.

» ren



Špenátové smoothie je plné vitamínov.

zdroj foto NatureFriend pixabay

obsahu draslíka, horčíka či kyseliny listovej je špenát vhodný pre ľudí, ktorí sú vo zvýšenej miere vystavení stresu. Konzumácia špenátu taktiež pozitívne vplyva na spánok. Vďaka obsahu vitamínu A je veľmi dobrý aj pre zdravie očí - karotenoidy luteín a zeaxantín pomáhajú pri ochrane očí pred poškodením UV žiarením. Špenát má nízky glykemický index, teda nespôsobuje prudký nárast hladiny cukru v krvi. „Obsahuje tiež množstvo vlákniny, ktorá pomáha podporovať tráviace procesy. Je dôležitá pre udržiavanie pravidelnosti stolice a pri predchádzaní zápchy,“ približuje odborníčka a dodáva, že tepelne neupravený špenát v surovej forme je dobrý zdroj napríklad kyseliny listovej, vitamínu C alebo draslíka.

Pozor!

Hoci je špenát veľmi zdravá potrava, nie je vhodné ho konzumovať v príliš veľkých množstvách. „Špenát má vysoký obsah vitamínu K, ktorý je najznámejší pre svoju úlohu pri zrážaní krvi a preto ako taký by mohol interferovať s liekmi na riedenie krvi. Veľké množstvá špenátu teda nie sú vhodné najmä u ľudí, ktorí tieto lieky užívajú,“ upozorňuje MUDr.Šranková. Taktiež vápnik

Ako na to?

Pripravte si riadky vo vzdialenosti približne 15 až 30 cm a semiačka špenátu sejte do hĺbky približne 2 až 3 cm, pričom vzdialenosť medzi nimi by mala byť 1,5 až 3 cm. Nezabúdajte na zavlažovanie. Rastlinky zalievajte ku korenkom tak, aby bola pôda vlhká, nie premočená. Listy radšej nepolievajte, mohlo by to viesť k plesňovým ochoreniam.

Náš tip

Ak chcete špenát pestovať na balkóne či terase, zabezpečte mu kvetináč s hĺbkou aspoň 15 až 20 cm. Keďže špenát obľubuje vlhké prostredie, zväzťte použitie samozavlažovacích črepníkov.

ZBER A USKLADNENIE

Špenát zbierame ešte pred kvitnutím, v čase, keď jeho listy dorastú do veľkosti približne 10 až 15 cm. Čerstvý a neumytý vydrží v chladničke niekoľko dní. Ak sa nám ho urodilo viac, môžeme si ho aj zamraziť. „Pri nákupe čerstvého špenátu treba dbať na to, aby listy boli bez škvrn. Skladovaný by mal byť len niekoľko dní, a to najlepšie v chladničke,“ radí MUDr.Šranková.



Cestoviny so špenátom zvládnete pripraviť za pár minút.

zdroj foto m_krohn pixabay

**PRÁVO NA
PRAVDU**

SENEC

**POVEDZ TO
ZOROVI**

**06.05.2026 - Mestské kultúrne stredisko
Námestie 1. mája 50, Senec**

18:00 / Verejná diskusia s občanmi

TEŠÍME SA NA STRETNUTIE S VAMI

PRAVONAPRAVDU.SK

