

NITRIANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 54 170 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

PÔŽIČKY 0918 709 028
od 18 - 80 ROKOV
od 400€ do 30 000€ www.bestpozicka.sk

Čalúnnictvo | 0908 728 132
www.facebook.com/calunnictvonitra/

SERVIS A MONTÁŽ
ŽALÚZIE
ROLETY MARKÍZY
SIETKY PROTI HMYZU
Opravy, výmena dielov
Dodanie a montáž nových systémov
☎ 0910 598 780

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

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: 8:00-16:30
So: 8:00-12:30

UPRATOVANIE
FIRMY, DOMÁCNOSTI, NOVOSTAVBY, PO REKOŠTRUKCIÍ,
JEDNORÁZOVO AJ PRAVIDELNE, UMÝVANIE OKIEN
HĽBKOVÉ TEPOVANIE
KOBERGE, SEDAČKY, MATRACE, AUTÁ,
ČALÚNENÝ NÁBYTOK
0903 244 360

Predám letné pneumatiky 2 ks značky SEMPERIT
215/55 R18VXL. 30euro/kus
dohoda možná | 0905 428 718

Predám 4x zimné pneumatiky na diskoch
SEMPERIT 215/65 R16H. 100euro/kus
dohoda možná | 0905 428 718

Výkup starého peria
0908 611 157

HYDROIZOLÁCIE ZATEPLENIA PLOCHÝCH STRIECH
Predaj izolačných materiálov
☎ 0918 755 069 — HINDICKÝ —
www.hindickyhydroizolacie.sk, minohindicky@gmail.com

VSTAVANÉ SKRINE POSUVNÉ DVERE ŠATNÍKY, KNIŽNICE
34 ročné skúsenosti
odborné poradenstvo
najvyššia kvalita
www.roldornitra.sk
tel.: 0905 244 565 **-20%**

AUTOMATICKÉ PRAČKY - UMÝVAČKY RIADU PREDAJ A SERVIS

DOVOZ - MONTÁŽ VÝROBKU
Pintér 0905 625 641, 037/656 50 60

VYPILOVANIE A STRIHANIE TUJÍ, ŽIVÝCH PLOTŮV, ODVOZ
0907 164 805

REALIZÁCIA BLESKOZVODOV
• Realizácia na mieste
• Rýchla a spoľahlivá montáž
• Dôraz na bezpečnosť a kvalitu
VOLÁŤ: 0907 149 533
CENOVÁ PONUKA ZADARMO!

PREDÁM AJ VAŠU NEHNUTEĽNOSŤ, PO CELOM SLOVENSKU

VÝKUP NEHNUTEĽNOSTÍ
PATRIK BOJDA | 0902 754 828

time 4 dreams
www.time4dreams.sk

Súťaž týždňa s Tiposom
Viac na dvojstrane vo vnútri

TIPOS
Vaše výhry, naša radosť

Bezplatný týždenník

NITRIANSKO

EV 6202/24

vydáva spoločnosť
REGIONPRESS
so sídlom Pekarška 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 Bóriová 0901 796 594

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



Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (54,170 domácností)

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

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

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

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

Západné Slovensko

BV	97.240	BRATISLAVSKO	východ
BZ	106.540	BRATISLAVSKO	západ
DS	34.320	DUNAJSKOSTREDSKO	
GA	34.390	GALANJSKO-ŠALIAANSKO	
HC	30.330	HIDOVCEKO-SEREĎSKO	
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO	
LV	30.580	LEVICKO	
MA	29.680	MALACKO	
NR	54.170	NITRIANSKO	
NZ	35.050	NOVOZÁMCKO	
PK	22.970	PEZINSKO	
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY	
SC	35.420	SENECKO	
SE	36.750	SENICKO-SKALICKO	
TO	41.930	TOPOLČIANSKO-PE-BN	
TN	60.750	TREŇČIANSKO-DCA-IL	
TT	49.930	TRNAVSKO	
ZM	20.930	ZLATOMORAVSKO	

Stredné Slovensko

BB	56.200	BANSKOBYSTRICKO-BR	
KY	29.300	KYSUCO-KA-KM	
LI	37.270	LIPTOVSKO-LM-RK	
LC	30.860	LUČEŇSKO-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	ŽILSKO-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	POPRAĎSKO-KK	
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB	
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL	

Spustili webovú platformu Pozor medveď

V posledných rokoch dochádza na viacerých miestach Slovenska k častejšiemu výskytu medveďa hnedého v blízkosti obcí aj vo voľnej prírode. Štátni ochranári spustili webovú platformu Pozor medveď, ktorá má ľuďom priniesť dostupné informácie a tiež prispieť k zvýšeniu bezpečnosti obyvateľov a návštevníkov prírody.

„Cieľom tejto aktivity je zvýšiť bezpečnosť obyvateľov a návštevníkov prírody, zlepšiť koordináciu závažných tímov a zároveň zabezpečiť systematický zber dát o pohybe jedincov medveďa hnedého na Slovensku. Hlásenia od verejnosti budú slúžiť na rýchle vyhodnotenie rizikových situácií a efektívne prijímanie opatrení v teréne,“ informoval Odbor komunikácie a propagácie Štátnej ochrany prírody SR (ŠOP SR).

Praktické informácie aj odporúčania

„Nová platforma predstavuje ďalší krok k modernej a transparentnej komunikácii medzi Štátnou ochranou prírody SR a občanmi. Súčasťou webu sú aj praktické informácie o bezpečnom pohybe v prírode a preventívne opatrenia na ochranu života, zdravia

a majetku, ako aj odporúčania, ako sa správať v oblastiach s výskytom medveďa hnedého a tým predchádzať nebezpečným situáciám,“ uviedol generálny riaditeľ ŠOP SR Roman Fajth.

Mapy aj kontakty

„Webová platforma pozormedved.sk je súčasťou širších opatrení štátu na riešenie výskytu medveďa hnedého a ochranu života, zdravia aj majetku obyvateľov. Ambíciou je posilniť prevenciu a zároveň reagovať rýchlo a odborne tam, kde je to potrebné,“ priblížil Odbor komunikácie a propagácie ŠOP SR. Na stránke záujemcovia nájdu aj mapy nahlásených výskytov medveďa hnedého či kontakty na závažové tímy.



Ilustračné foto. zdroj foto mattias1957 pixabay

» ren

VETALIS www.vetalis.online

Odborná starostlivosť o zdravie vašich zvierat

Všetko pre zdravie psov a mačiek na jednom mieste

PRIJEMEME PRACOVNÍKOV SBS v NITRE

Práca v stabilnej spoločnosti

Nutný preukaz odbornej spôsobilosti, zdravotná spôsobilosť, bezúhonnosť

corado@corado.sk
0911 158 494

STRECHY MONTÁŽ - VÝMENA

- Plech, škridla, šindel
- Výmena krovov
- Hydroizolácie striech
- Výmena rín, zvodov
- Nátery striech
- Oplechovanie kominov
- Výmena korýtok
- Podbitie striech
- Likvidácia azbestu

MURÁRSKE PRÁCE

- 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 NITRA

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

Exteriérové žalúzie Z90

LETNÉ ZĽAVY až do 60%

len máj - jún
žalúzie a sieťky zadarmo

7 komorový profil za cenu 5 komorového

22 rokov na trhu

TOP PLAST - LEVICE Československej armády 2 (vo dvore hotela Lev), 934 01 Levice
e-mail: info@topplast.sk, www.topplast.sk, tel.: 0905 721 070, 0911 721 070

WPS RICHŤÁRIK STAVEBNINY

Prijmeme na TPP

SKLADNÍKA

Osvedčenie na ZVZ výhodou

037/651 17 77 - 0905 622 223
Novozámocká 68, 949 05 Nitra - H. Krškany

Patúc Prima Dom s.r.o.

HYDROIZOLÁCIE

PLOCHÉ STRECHY · TERASY
BALKÓNY · BAZÉNY

Asfaltové pásy I PVC a SGmA fólie
Fatra, Proton, Sika ...

0903 231 374
patuc.primadom@gmail.com

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

0902 266 147

PREDAJ STAVEBNÉHO MATERIÁLU ZA VÝHODNÉ CENY

0902 257 245
prestavmat@prestavmat.sk

GAZDOVSKÝ DVOR VINODOL

TEL: 0909 105 810, 0907 960 440

ŽIVÁ HYDINA PREDAJ

brojlerové kurence na dochov váha cca 2kg
6 - týždňové morky na chov jatočné morky, mládky

OČISTENÁ HYDINA
morky, kurence, vykrmené kačice (mulardy)

PROFESIONÁLNE STAVEBNÉ PRÁCE

REKONŠTRUKCIE ZEMNÉ PRÁCE DOMY NA KĽÚČ

Nezáväzná cenová ponuka
0905 435 502



LUNA PLOTY

HLADÁME KOLEGOV

na jednoduchú manuálnu prácu

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

☎ **0917 330 171**

lunaploty.sk

BETÓNOVÉ PLOTY, DLAŽBY, STRIEŠKY, STĹPY

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

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**



PREDAJŇA POLOVNÍCKYCH POTRIEB

POLOVNÍCKE ZBRANE TLMIČE OPTIKA

NOVOZÁMOCKÁ 120 AREÁL PCT NITRA - KRŠKANY

☎ **0908 707 007 0905 533 726**

WWW.POLOVACKY.COM

len pre osoby s platným povolením



DOVOZ NA ADRESU

kačky, husokačky, mládky, merky brojlerové kuriatka

www.hydinashop.sk

☎ **0905 207 859**



ŠTRK - PIESOK KAMENŤ

OKRASNÉ GULÁČE

SVÄTOPLUKOVO

☎ **0905 142 500**



Hľadám:

- pozemok na výstavbu RD pre našich klientov v okr. NR.
- 2 alebo 3i byty v Nitre, max. 160 tis.
- min. 3i RD do 25km od Nity. Ponúkните.

Vypracujeme stanovenie ceny nehnuteľnosti k dedičskému konaniu.

☎ **0918 617 241**

Predaj mladých nosníc

7-týždňové vysokoznáškové mládky plemeno DOMINANT

FARMA FRAJKOVCI

Predaj kýmnych zmesí

NOVINKA - DOMINANT GREENSHELL

OBJEDNÁVKY UŽ PRIJÍMAME

Dovoz priamo na adresu

☎ **0940 658 399 0905 355 145**

Farma Frajkovci: 160 Veľčice

farmafrajkovci@gmail.com • www.farmafrajkovci.sk



Kaviareň u lesných víl

V rámci rozširovania obľúbeného náučného chodníka Dúbrava v košickej mestskej časti Šaca, otvorili „Kaviareň u lesných víl“. Nečakajte však žiadne čajníčky ani zložité smart technológie. Tento projekt prináša samoobslužný rituál prípravy kávy priamo v srdci lesa.

Náučný chodník Dúbrava, ktorý slúži verejnosti od roku 2021, získal vďaka kaviarni úplne nový rozmer zážitku. Zámerom mestskej časti bolo vytvoriť v tichom lesnom prostredí bod záujmu, ktorý by ľudí nielen prilákal do prírody, ale naučil ich v nej spomaliť. Kaviareň pozostáva z vkusného dreveného mobiliáru, kameného ohniska a tieňových plachiet, ktoré dotvárajú atmosféru lesnej obývačky. Hlavným lákadlom je však to, že návštevník si kávu pripravuje sám, čím sa z obyčajného nápoja stáva rituál spojený s relaxom pod korunami stromov. Kaviareň je riešená s dôrazom na udržateľnosť a praktickosť. Keďže v lese nie je takmer žiadny mobilný signál, nájdú tam návštevníci uzamknutý box, v ktorom je uložené kompletné vybavenie na outdoorovú prípravu kávy. Prístup k nemu získajú prostredníctvom kódu po predchádzajúcej rezervácii. Celý priestor, vrátane stolov, sedenia, pultu a ohniska, je navrhnutý tak, aby zapadol do krajiny a slúžil ako rodinám s deťmi, tak aj všetkým turistom. „Posedenie v lese sme chceli povýšiť na zážitok, ktorý spojí vôňu kávy s čistým vzduchom. Na podu-

jatiach mestskej časti kaviareň ožije spolu s našou obsluhou, no počas bežných dní bude patriť samotným návštevníkom. Je to pre nás spôsob, ako v ľuďoch budovať pozitívny vzťah k prírode, k lesu a jeho ochrane,“ povedal realizátor projektu a starosta mestskej časti Šaca, Daniel Petřík.

„Našou ambíciou je cielene rozvíjať projekty, ktoré dávajú nášmu kraju charakter, zvyšujú jeho atraktivitu a zároveň chránia to najcennejšie – jeho prírodu. Kaviareň u lesných víl je ukázkovým príkladom tejto vízie v praxi. Aj preto sme ju prostredníctvom programu Terra Incognita podporili sumou 6 500 eur,“ uviedol predseda Košického samosprávneho kraja Rastislav Trnka. „Kaviareň u lesných víl je otvorená pre každého, kto túži po dokonalom digitálnom detoxe. Auto stačí nechať na parkovisku pri cintoríne v Šaci a ďalej sa nechať viesť náučným chodníkom,“ uzavrela výkonná riaditeľka Košice Región Turizmus Lenka Vargová Jurková.



Kaviareň u lesných víl.
zdroj foto Košice Región Turizmus » ren

MONTÁŽ STRIECH VŠETKÝCH DRUHOV

NÁVRH A PREDAJ STREŠNÝCH SYSTÉMOV

VÝROBA STRMIENOK A VYVÝŠENÝCH ZÁHONOV

STRECHY AMRES

CENA KRYTINY od 7eur/m2 bez DPH

☎ **0904 258 370**

StrechyAmres

Dolné Obdokovce




Znížili sme ceny. Aby nové okná neboli len snom.

www.slovaktual.sk



okná a dvere

Slovaktual®

NITRA, Párovská 14
nitra@slovaktual.eu
☎ **0905 211 572**

TOPOĽČANY
topolcany2@slovaktual.eu
☎ **0911 311 220**



Sa oplatí.

od pondelka 11. 5. do 17. 5.

CENOVÝ LÍDER* NA SLOVENSKU. Nakupovať inde nemá cenu.

1



+33% 1,49
0.99 s Lidl Plus
-40% 1,49
0.89 Lidl Plus

Ladový šalát kus

Červená dyňa cena za 1 kg

-48%
1.29 2,49



Kuracie prsné rezne XXL cena za 1 kg

-33%
4.99 7,49



Bravčové pliecko cena za 1 kg bez kostí

-31%
3.19 4,69



Rajo Mňam Smetanový jogurt 145 g rôzne druhy (100 g = 0,23)



Kombinujte ľubovoľne

Eidam 350 g, bloček (1 kg = 5,69)

UŠETRITE* -39%
1.99



1+1 ZADARMO Lidl Plus

0.33* 0,66**

*Cena za kus pri kúpe 2 kusov = 0,33 €
**Cena za kus pri kúpe 1 kusu = 0,66 €
Cena za 2 kusy = 0,66 €

*Cena za porciu (100 g) s prípravkami v štandardnej porciovej nádobe dňa 31. 4. 2025.

XXL TÝŽDEŇ

Suché talianske víno 0,2 l rôzne druhy + záloh za obal 0,15 € (100 ml = 0,33)



4+2 ZADARMO Lidl Plus

0.66* 0,99**

*Cena za kus pri kúpe 4 kusov = 0,66 €
**Cena za kus pri kúpe 1 kusu = 0,99 €
Cena za 6 kusov = 0,99 €

Persil Prací gél/prášok 90/100 praní rôzne druhy (1 pranie = 0,18/0,16)



UŠETRITE* -64%
15.99

*Cena v odporúčanej predajnej jednotke predĺženej o výšku.

esmara LIVERGY

Nohavice s ľanom dámske/pánske kus

CENOVÝ HIT
8.99



*Pravidlá zo sústavy agentúry NMS Market Research Slovakia vykonanej v dňoch 12. 3. - 17. 3. 2025 na reprezentatívnej vzorke 2 007 respondentov. Porovnanie cien v letáku platí od 11. 5. do 17. 5. 2025 alebo do vyčerpania zásob. Chyby v tlačí vyhradené. Chyby sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmeny v baleníach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve. Viac na www.lidl.sk

Gracia

CARE INOCENT

Útulný domov
pre vašich blízkych
s ošetrovateľskou
starostlivosťou

...s gráciou žiť a slúžiť

Viac na našej stránke

Nové
špecializované
zariadenie
v **SOLČANOCH**
otvárame
1. 6. 2026



 www.graciacare.sk

 +421 915 766 144

ENERGY SAFETY TV.sk

Fotovoltaika pre vašu energetickú nezávislosť

- ✓ Na kľúč s využitím dotácie
- ✓ Záruka až 10 rokov

SEZÓNNA AKCIA

Ku každej fotovoltike

klimatizácia ZADARMO

☎ 0918 891 603

3 kW | 3 526 €

10 kW | 7 290 €

KOVO KONŠTRUKT

garážové brány, brány, zábradlia
prístrešky, pergoly, schodiská
ocelové konštrukcie
prášková lakovňa

pre váš dom

kovokonstrukt.sk 0904 687 145

ŽALÚZIE solis

TIENIACA TECHNIKA

- ROLETY
- SCREENOVÉ ROLETY
- INTERIÉROVÉ / EXTERIÉROVÉ ŽALÚZIE
- BIOKLIMATICKÉ PERGOLY
- SIETKY PROTI HMYZU

DIZAJN, KTORÝ CHRÁNI.
TIENENIE, KTORÉ VYDRŽÍ.

0904 687 145
0908 763 209

STUMMEROVA 5027/186, TOPOĽČANY
WWW.ZALUZIESOLIS.SK

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

Prijme do pracovného pomeru pomocného pracovníka na regranulačnú linku

Miesto výkonu práce: Lužianky

Ponúkame:

- hrubú mzdu od 920* EUR do 1030* EUR (odmeňovanie podľa dosiahnutého výkonu)

Vašou úlohou bude:

- dotriedovanie druhotných surovín, čistenie fólie a jej triedenie podľa typu

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

VYPRATÁVANIE DOMOV, BYTOVÝCH A NEBYTOVÝCH PRIESTOROV
pivnice, povaly, garáže, sklady...

ČISTENIE POZEMKOV A RUČNÉ BÚRACIE PRÁCE

0903 640 759
vypratavaniecistenie@gmail.com

Hodinový manžel, údržba domácností a záhrad, rekonštrukcie RD a bytov, maľovanie, letiskové prepravy

Boris 0940 125 226

AVAIL

DOMY NA KLÚČ

0948 925 825

Stahovanie BLESK

0903 432 588

Stahovanie a preprava tovaru! Aj zahraničie

www.stahovanieblesk.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

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%
- chemická injektáž

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

SERVIS A OPRAVA OKIEN A DVERÍ

0908 029 285

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA (PRI GALANTE)

NOVINKA:

HUSI LANDES OD 2 DO 14 DNÍ
2-14 DŇOVÉ BROJLEROVÉ KAČICE
2-14 DŇOVÉ MULARD KAČICE
A KAČERE

CELOROČNÝ PREDAJ NOSNÍC
OD 8. TÝŽŇA CENA PODĽA VEKU

PREDAJ RASTOVEJ A ZNÁČKOVEJ KŔMNEJ ZMESI

0905 551 499 • 031/781 15 63 • WWW.HYDINARSKAFARMA.SK

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA
CENA DOPRAVY: 7,50€

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

PRAVÝ OVOCNÝ DESTILÁT 52%

Jablkovica, hruškovica

v cene zahrnutý kvas
pálenie + ostatné náklady

Možnosť dokúpiť hotový kvas

www.palenicakrasno.sk
0948 / 95 55 59

Zateká Vám strecha?
Spôľahnite 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

STRECHAFAER, s.r.o.
Božík Peter
0948 606 860

**PLOCHÉ
STRIECHY**

- izolácie asfaltových aj plechových striech kvalitnými nemeckými materiálmi
- nátery striech, PVC fólie
- zameranie a cenová ponuka ZDARMA

0905 66 22 29

20-0039

**OPRAVY
ZATEKAJÚCICH
STRIECH**

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

13-0154

**PMP
MONTEX**
HODNOTY V BIROVOM PRÁZDNIKU

BEZ

PRÁCE?

potrubár technik montex

Práca čaká v PMP Montex
kariera@pmpmontex.sk

47-0054

**NÁTERY
STRIECH**NITRA
0948 107 877

20-0022

**REGION
PRESS**

www.regionpress.sk

LEPŠIA PRÁCA^{SK}**NÁJDITE NOVÝCH ZAMESTNANCOV EFEKTÍVNE****NA LEPSIAPRACA.SK****Poradne zdravia ponúkajú
konzultácie aj vyšetrenia**

Ak sa chcete dozvedieť ako rozpoznať zdravotné riziká a vlastnými silami predchádzať vzniku chronických neinfekčných chorôb, máte možnosť navštíviť poradne zdravia pri regionálnych úradoch verejného zdravotníctva. Ich odborní pracovníci ponúkajú odborné bezplatné konzultácie a vyšetrenia počas celého roka.

„V nich je vítaný každý záujemca, ktorý by sa rád dozvedel viac o svojom zdraví. U našich expertov si môžete bezplatne zistiť, ako ste na tom so zdravím,“ uvádza Úrad verejného zdravotníctva SR a dodáva, že

Overiť si môžete:

- Index telesnej hmotnosti (Body Mass Index - BMI) - orientačné číslo, z ktorého sa dá vypočítať, či má človek optimálnu hmotnosť vzhľadom na svoju výšku,
- hladinu cukru v krvi,
- hodnoty krvného tlaku,
- lipidový profil: celkový cholesterol, LDL a HDL cholesterol, triacylglyceroly (namerané hodnoty slúžia okrem iného aj ako nástroj na posúdenie rizika srdcovocievnych ochorení),
- analýzu zloženia tela (množstvo a percento celkového a vnútrobrušného tuku)

- stav kostrového svalstva,
- rozloženie tukov a svalov v jednotlivých častiach tela,
- WHR index - číslo, ktoré určuje pomer obvodu pása k obvodu bokov (Waist to Hip Ratio),
- množstvo vody v organizme
- bazálny metabolizmus (minimálne množstvo energie, ktoré človek potrebuje na fungovanie v úplnom pokoji).

„S našimi odborníkmi sa môžete poradiť aj o zmenách životného štýlu, vhodnej úprave stravovania a odborníci pomôžu aj pri odvykaní od fajčenia,“ uzatvára ÚVZ SR.

Kontakty na poradne zdravia nájdete tu: <https://www.uvzsr.sk/web/uvz/kontakty-na-poradne-zdravia>



Ilustračné foto. zdroj foto bru-no pixabay

» ren

**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%**Slovenský výrobca pomníkov
za dostupné ceny, s tradíciou od 1991

www.zulovepomniky.sk



Vaše výhry, naša radosť




Iba počas
MS v hokeji

HOREKURZ**+20 %****už od 4 zápasov**

Tipuj počas MS v hokeji na
TIPOSBET a my ti navýšime výhru
až o 20%. Všetky udalosti na
tikete musia mať kurz aspoň
1,15 a celkový kurz musí
byť 10,00 a viac.

WWW.TIPOSBET.SK

TIPOSBET



18+ HRAJ
ZODPOVEDNE

Platí, ak sú na tikete min. 4 udalosti, všetky s kurzom aspoň 1,15 a s celkovým kurzom aspoň 10,00. Zákaz hrania hazardných hier osobám mladším ako 18 rokov. Hazardné hry predstavujú riziko vysokých finančných strát. Nadmerné hranie prináša so sebou možné zdravotné riziká. Viac info na www.tipos.sk a v hernom pláne kurzových stávk v internetovej herni. Prevádzkovateľ TIPOS, národná lotériová spoločnosť, a.s.

MS v hokeji sa blížia. Nadviažu Slováci vo Švajčiarsku na hru z olympiády?

Aktuálna hokejová sezóna má dva reprezentačné vrcholy. Prvým boli olympijské hry v Miláne, kde skončilo Slovensko na senzačnom 4. mieste. O tri mesiace neskôr sa rozohrajú vo Švajčiarsku majstrovstvá sveta, kde sa zverenci trénera Vladimíra Országha pokúsia nadviazať na výkony spod piatich olympijských kruhov.

Svetový šampionát začína v poriadne neskorom termíne. Úvodne zápasy sa rozohrajú až 15. mája, majstra sveta spoznáme 31. mája. Hostiteľské mestá sú Zürich a Fribourg.

Slováci odohrajú základnú skupinu vo Fribourgu, kde budú postupne ich súpermi Nóri, Taliani, Slovinci, Dáni, Česi, Kanada a Švédci.

Po výborných výkonoch na olympiáde bude turnaj z pohľadu očakávania znova poriadne vyšpičkovany, ako však tréner Országh aj ďalší funkcionári tvrdia, nemožno mať ružové okuliare a čakať ďalšie boje o medaily. „Samozrejme, za účasť v semifinále by

sme boli veľmi radi, ale musíme ísť krok po kroku. Mužstvo bude výrazne obmenené, šancu dostanú mnohí mladí hráči či hokejisti, ktorých sme v národnom drese dlhšie nevideli. Uvidíme, ako sa bude turnaj vyvíjať,“ poznamenal tréner.

Už teraz je jasné, že viacero opôr z Milána sa vo Švajčiarsku nepredstaví. Martin Fehérváry mal menšie zranenie, navyše sa stal pred časom otcom, a tak na turnaj nepocestuje. V podobnej situácii je aj kapitán tímu z olympiády Tomáš Tatar. Mladá hviezdička z NHL Dalibor Dvorský chcel prísť pomôcť mužstvu, ale neprešiel lekárskou prehliadkou, a tak ho klub St. Louis neuvolnil. Obranca Šimon Nemeč zas nemá zmluvu s New Jersey a počas tohto obdobia ho čakajú vyjednávania o novom kontrakte. No a ešte pohľad aj do zámoria.

Fanúšikovia sa však môžu tešiť na brankára Samuela Hlavaja, dravého útočníka Adama Sýkoru, či Martina Pospíšila, ktorý neuhne pred žiadnym súperom.

Slováci by radi nadviazali na kvalitné výsledky, ale aj výkony z Milána, ved' na poslednom šampionáte v Štokholme nepostúpili zo skupiny. Podarí sa im teraz uspieť?

Nechajme sa prekvapiť, čo všetko nám prinesie svetový šampionát. Zlato na ňom obhajujú hráči USA, ktorí triumfovali aj na olympijských hrách.

Hazardné hry sú určené 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:

Kde sa budú konať MS 2026 v ľadovom hokeji?

A: Švajčiarsko

B: Grónsko

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



- Súťaž týždňa prebieha od piatku 8. 5. 2026 od 12:00 hod. do piatku 15. 5. 2026 do 10:00 hod.
- Zo správnych odpovedí vyžrebujeme 3 výhercov
- Vyžrebovaných výhercov, podrobné informácie a štatút súťaže nájdete na www.tipos.sk/region

HECHT®

špecialista na záhradu

NAVIGOVAŤ DO
PREDAJNE



NITRA

CABAJSKÁ CESTA 10, 94901

**OTVORENÉ
DENNE
8:00-20:00**



**platnosť akcie
11.-19. 5. 2026**

BENZÍNOVÁ PÍLA

HECHT 95221

- ⊕ dĺžka lišty 40 cm
- ⊕ výkon motora 1,9 kW
- ⊕ hmotnosť 5,6 kg

52 cm³

~~159,99**~~

69,99*

BENZÍNOVÝ KROVINOREZ

HECHT 15444 BTS

- ⊕ výkon motora 2,2kW
- ⊕ záber s kotúčom /
strunou 25,5 / 44 cm

príslušenstvo
ZADARMO

**motor
52 cm³**

~~159,99**~~

79,99*

* Akciové ceny platia pre držiteľov VIP kariet vo všetkých predajniach HECHT – špecialista na záhradu v dňoch 11.-19. 5. 2026
Do akcie je určených 400 ks HECHT 95221, 150 ks HECHT 15444 BTS (max. 1 ks na osobu) alebo do vypredania zásob.
Uvedené ceny sú v € s DPH. Tlačové chyby vyhradené. **Najnižšia cena za posledných 30 dní

www.hecht.sk

KRÁLI KOSENIA

11.-19. 5. 2026
alebo do vypredania zásob

ELEKTRICKÁ KOSAČKA HECHT 1233

príkon 1200 W
záber 33 cm
výška zdvihu 20-60 mm
kôš 30 l

„turbo motor“

59,99 €*

ELEKTRICKÁ KOSAČKA HECHT 1638 R

príkon 1600 W
záber 38 cm
výška zdvihu 25-65 mm
kôš 45 l

„turbo motor“

119,99 €*

ELEKTRICKÁ KOSAČKA HECHT 1802 S

s pojazdom

príkon 1800 W
záber 46 cm
výška zdvihu 25-75 mm
kôš 50 l

indukčný
bezhlíkový
motor

294,99 €*

ACCU KOSAČKA HECHT 5038

Li-Ion 1x 2,5 / 4 / 5 Ah
záber 38 cm
výška zdvihu 25-75 mm
kôš 40 l
batéria a nabíjačka
nie sú súčasťou

Li-Ion
Power
6040
ACCU
PROGRAM
40 V

164,99 €*

BENZÍNOVÁ KOSAČKA HECHT 541 SW

objem 131 cm³
záber 41 cm
výška zdvihu 25-65 mm
kôš 45 l

s pojazdom

DUCAR
POWER WITH VISION

209,99 €*

BENZÍNOVÁ KOSAČKA HECHT 546 SCW

5in1

objem 161 cm³
záber 46 cm
výška zdvihu 25-65 mm
kôš 55 l

s pojazdom

229,99 €*

BENZÍNOVÁ KOSAČKA HECHT 543 SXW

objem 150 cm³
záber 42,5 cm
výška zdvihu 25-75 mm
kôš 50 l

s pojazdom

DUCAR
POWER WITH VISION

264,99 €*

BENZÍNOVÁ KOSAČKA HECHT 547 SXW

5in1

objem 150 cm³
záber 46 cm
výška zdvihu 25-75 mm
kôš 55 l

s pojazdom

DUCAR
POWER WITH VISION

279,99 €*

BENZÍNOVÁ KOSAČKA HECHT 551 SX

5in1

objem 173 cm³
záber 51 cm
výška zdvihu 25-65 mm
kôš 55 l

s pojazdom

294,99 €*

BENZÍNOVÁ KOSAČKA HECHT 554 SX

5in1

objem 224 cm³
záber 53 cm
výška zdvihu 25-75 mm
kôš 75 l

s pojazdom

DUCAR
POWER WITH VISION

364,99 €*

BENZÍNOVÁ LIŠTOVÁ KOSAČKA HECHT 587

objem 196 cm³
záber 87 cm
výška zdvihu 30-80 mm
hmotnosť 59 kg

laserom rezané
ostrie

LENORF

709,99 €*

BUBNOVÁ KOSAČKA SPOJAZDOM HECHT 5060

objem 173 cm³
záber 60 cm
výška 35 mm
hmotnosť 52 kg

pojazd
3 km/h



vyrobené
v ČR

999,99 €*

ZÁHRADNÝ RIDER HECHT 5161

záber 61 cm

objem 224 cm³
výška zdvihu 35-75 mm
kapacita palivovej
nádže 2 l
kôš 150 l

EASY
ELECTRIC START
JUST THINK THE KEY.

1 099,99 €*

ZÁHRADNÝ TRAKTOR HECHT 5386

záber 86 cm

objem 432 cm³
výška zdvihu 30-90 mm
kapacita palivovej
nádže 6 l
kôš 250 l

automatická
prevodovka

HYDRO-GEAR

2 389,99 €*

ZÁHRADNÝ TRAKTOR HECHT 5202 TWIN

záber 102 cm

objem 586 cm³
výška zdvihu 30-90 mm
kapacita palivovej
nádže 8,5 l
kôš 280 l

automatická
prevodovka

HYDRO-GEAR

2 999,99 €*



a ďalšie produkty za skvelé ceny nájdete v predajniach HECHT - špecialista na záhradu



**VIAC NEŽ
MÄSIARSTVO**



VŠETKO PRE VAŠU GRILOVACĀĀKU



kurakralovske.sk

VELKÉ ZÁLUŽIE · Pod kaštielom 319 | Hlavná 1442 | **VRÁBLE** · Moravská 280
CABAJ-ČÄPOR · Hlavná 771 | **JAROK** · Hlavná 740 | **MOJMÍROVCE** · Hlavná 937
MOČENOK · Ulica Svätého Gorazda 615/139 | **RIŠŇOVCE** · Dolná dedina 420
NITRA · Štefánikova 50 | Jurkovičova 27

Riadková inzercia

1 AUTO-MOTO

» Kúpim motocykel Jawa Simson MZ dychové nástroje heligonku akordeón husle aj poškodené.0915876860.

2 ELEKTRO, TECHNIKA

» kupim zvaracku ks200,250,350,triodyn 0949386463

3 DOMÄCNOŠŤ, NÄBYTOK

4 DOM A ZÄHRADA

» KÜPIM HAKY LEŠENIE 0908 532 682

5 ZVERINEC, DROBNOCHOV

6 HOBBY A ŠPORT

» Kúpim starožitne predmety 0905651837

7 DEŤOM

8 DARUJEM

9 ZOZNÄMENIE

» MAM 59 R HLADAM PRIATELA NA ZOZNAMENIE 0940642703

0 RÖZNE

Chcete si podať riadkový inzerát?

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

Príklad:

RP NR 7 Predám hlboký modrý kočik. 0987 654 321

Inzerát bude po skontrolovaní spoplatnený spätnou SMS, ktorú Vám vyúčtuje Váš mobilný operátor.

Cena spätnej SMS (vrátane DPH):

- Text do 50 znakov 1 €
- Text 51 až 100 znakov 2 €
- Text 101 až 150 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 nahradte písmena „NR“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tiráži.

(Službu platbarmobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

**NÄJDITE
NOVÝCH
ZAMESTNANCOV**

EFEKTÍVNEJŠIE

**ZAVOLAJTE
0903 921 710**

LEPŠIA PRÄCA^{SK}

**REGION
PRESS**



KONTAKTUJTE NÄS:

**ALENA VALÄŠEKOVÄ
+421 910 455 919**

**DIANA BÖRIOVÄ
+421 901 796 594**

UPRATUJTE RÝCHLO A BEZ NÁMAHY!

IDEÁLNY
AKO DARČEK



„Chytač prachu skvele vyčistí každý kút!“

TERAZ IBA
119,00€
26,00€!

ZĽAVA

1 NABITIE
= **30** MINÚT
PRÁCE

BEZDRÔTOVÝ MINI VYSÁVAČ „PRACHOŽRÚT“ VÝKONNÁ SACIA SILA pre rýchle čistenie doma aj v aute

- **ULTRA-CLEAN TECHNOLOGY** odstraňuje prach a nečistoty z ťažko dostupných miest
- **USB BATÉRIA** – nabíja sa ako telefón
- **VÝKON 120 W** – až 30 MINÚT PREVÁDZKY
- **HEPA FILTER** čistí vzduch od alergénov
- **ĽAHKÝ A JEDNODUCHÝ NA POUŽITIE**
- **BEZDRÔTOVÝ** – môžete ho použiť kdekoľvek



**VYČISTÍ
KAŽDÝ KÚT!**



NÁBYTOK



RADIÁTORY



ŽALÚZIE



AUTO



ELEKTRONIKA



**BEZVRECKOVÝ
NÁDRŽNÍK
S HEPA FILTROM**



**2 HROTY
- PLOCHÝ
A KEFOVÝ**



„S dvoma malými šibalmi, ktorí neustále robia neporiadok, je tento vysávač dar z nebies. Vždy po ruke, ľahký a pripravený na použitie, keď deti niečo rozsypú alebo urobia neporiadok. Máme aj tri mačky. Celý dom bol kedysi pokrytý srstou a prachožrút povysáva každé jedno miesto. Mój manžel ho používa v aute – nikdy som ho nevidela tak dychtivo upratovať. Jednoducho úžasné!“
Aneta P., Košice

Inovatívny mini vysávač „prachožrút“ je všestran-
né, kompaktné zariadenie s výkonným sacím
výkonom, ktoré si obľúbili ženy v domácnosti po
celom svete!

Bol špeciálne navrhnutý tak, aby zjednodušil
každodenné upratovanie bez problémov s káblami
alebo nosením objemných spotrebičov. Na rozdiel
od bežných vysávačov je „prachožrút“ **vždy pripra-
vený na upratovanie!** Superúčinná batéria umožňuje
efektívnu a pohodlnú prevádzku až 30 minút na jed-
no nabitie. Okamžite **odstráni 100% prachu a nečis-
tôt** z nábytku, žalúzií, radiátorov, klávesníc, zásuviek,
interiérov áut a iných ťažko dostupných miest.

Vďaka kompaktným rozmerom a ultraláhkému
dizajnu sa s mini vysávačom ľahko manipuluje,
čo uľahčuje upratovanie. Technológia *Ultra-clean*
umožňuje „prachožrútovi“ neúnavne **vysávať omr-
vinky, prach, špinu, chlpy, piesok a nečistoty** z aké-
hokoľvek povrchu. Až **5-krát účinnejší ako štandard-
ný vysávač**. Silné sanie zaisťuje odstránenie aj tých
najmenších častíc z každého kúta a štrbiny! Súčas-
ťou balenia sú **dva presné nastavce: plochý nastav-
vec** na ultra dôkladné čistenie ťažko dostupných
rohov a **štrbín a kefový nastavec** na citlivé povrchy,
ako je čalúnenie a záclony. Bezvrecková nádoba za-
isťuje jednoduché používanie.

**ČISTENIE BEZ ALERGÉNOV – VSTAVANÝ HEPA FIL-
TER** zachytáva alergény a zaisťuje čisté a zdravé pro-
stredie pre vás a vašich blízkych. Rozlúčte sa s kýcha-
ciami záchvatmi a privítajte dokonale čistý priestor!

ZAVOLAJTE A S RADOŠŤOU UPRATUJTE!

Zavolajte teraz a získajte **svoj mini vysávač
„prachožrút“** len za ~~119,00€~~ **26,00€!**
Áno, len za 26,00 € získate originálny mini ručný
vysávač „prachožrút“, ktorý vám pomôže bez námahy
udržiavať váš domov dokonale čistý každý deň!

Ponuka platí len do vypredania zásob.

Zavolajte teraz:

02/33 221 328

(Po-Pia 8:00-20:00, So a Ne 9:00-19:00; štandardná cena hovoru)

Prípravte si chrenový sirup na suchý kašeľ i boľavé hrdlo

Chren ako prírodné antibiotikum

Chren dedinský je rastlina, ktorej sa pripisuje veľa pozitívnych účinkov na naše zdravie. Využitie nájdete v kuchyni, ale pripraviť si z neho môžeme aj liečivý sirup.

Chren je trváčna bylina typická výrazne štipľavou chuťou a vôňou, z ktorej využívame koreň aj čerstvé listy. Obľubuje vlhké prostredie a nájdeme ho rásť voľne v prírode, pri priekopách ciest. Pestovať ho môžeme tiež v našich záhradách, ale dariť sa mu bude aj v kvetináči na balkóne či terase.

ÚČINKY NA ZDRAVIE

Chren je výborným zdrojom vitamínu C, ale nájdeme v ňom aj vitamíny B1, B2, B6 a B9. Pôsobí antibakteriálne a antivirózne, uvoľňuje hlieny z dýchacích ciest, podporuje trávenie, má močopudné účinky, zlepšuje imunitu i metabolizmus. Počas zimného obdobia pôsobí ako prevencia infekčných ochorení a preto ho nezapodme zaradiť do svojho jedálneho lístka.

neskoršej výsadbe je dobré počkať so zberom do nasledujúcej jesene.

Náš tip

Chren môžete pestovať aj v kvetináči, jeho hĺbka by však mala byť aspoň 50 až 60 cm, aby mal koreň kam rásť. Počas suchých letných dní nezapodme zabudnúť na pravidelnú a dostatočnú zálievku.

ZBER

Pre liečivé účinky využívame čerstvý koreň, ktorý zberáme na jeseň v mesiacoch september, október a november a tiež na jar od marca do mája. Chren vyberte z pôdy, odrežte listy a koreň očistite od zeminy. Skladujte ho v chladnom a vlhkom prostredí, napríklad v prepravke v pivnici.

CHREN V LUDOVOM LIEČITELSTVE

Chren je považovaný za prírodné antibiotikum. Pre svoje antibakteriálne a antivirózne účinky sa oddávna využíva aj v ľudovom liečiteľstve.



Chren môžeme pestovať aj v našej záhrade.

zdroj foto anncapictures pixabay

im lekárom alebo lekárnikom.

POUŽITIE V KUCHYNI

Chren môžete pridávať nastrúhaný do omáčok či ako prílohu k mäsu, rovnako sa hodí na prípravu nátierok či dipov. Z jeho listov môžete pripraviť napríklad šalát.

Náš tip

CHRENOVO - CVIKLOVÁ NÁTIERKA

Suroviny: 1 cvikla, asi 5 cm koreňa chrenu, 200 g tvarohovo - smotanového syra vo vaničke, 4 lyžice bieleho jogurtu, soľ, čerstvá pažitka

Postup:

- Cviklu v šupke uvaríme v dostatočnom množstve vody domäkka, trvá to približne 45 až 60 minút podľa veľkosti buľvy. Uvarenú cviklu očistíme a najemno nastrúhame.
- Koreň chrenu umyjeme, osušíme, očistíme a najemno nastrúhame.
- Do misky vložíme tvarohovo - smotanový syr, jogurt a dohľadka vymiešame. Pridáme cviklu, chren a všetko spolu vymiešame. Dochutíme soľou.
- Pažitku umyjeme, osušíme a najemno nasekáme.

• Nátierku podávame s celozrnnou bagetkou alebo chlebom, ozdobíme pažitkou.

CHRENOVÝ DIP

Suroviny: 1/2 šálky strúhaného čerstvého chrenu, 3/4 šálky kyslej smotany alebo hustého bieleho jogurtu, soľ a mleté čierne korenie podľa chuti

Postup:

- Koreň chrenu umyjeme, osušíme, očistíme a najemno nastrúhame.
- Do misky vložíme kyslú smotanu alebo jogurt a pridáme strúhaný chren. Dochutíme soľou a mletým čiernym korením. Všetko spolu dôkladne vymiešame.

Použitie:

Dip vložíme do servírovacej misky a môžeme doň namáčať slané tyčinky, tortilové čipsy, na menšie kusy natrhávaný pita chlieb, slané kekse, prípadne na hranolčeky nakrájanú surovú zeleninu, ako napríklad uhorku, mrkvu či stonkový zeler. Dip však môžeme podávať aj k steakom, grilovanému mäsu či rybám alebo ho použiť pri príprave šalátov namiesto majonézy. » ren



Chrenový dip môžeme podávať s tortilovými čipsami.

zdroj foto bhumann34 pixabay

Pozor!

„Pre svoj dráždivý charakter nie je chren vhodný pre každého, najmä vo väčších množstvách alebo pri ochoreniach tráviaceho traktu,“ zdôrazňuje Mgr. Zuzana Klinčáková z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava. Obmedziť jeho konzumáciu by podľa nej mali ľudia so žalúdočnými problémami alebo vredmi, s ochorením čriev či poruchami štítnej žľazy.

PESTOVANIE

Chren nie je náročný na pestovanie, stačí ak mu vyberiete slnečné miesto, prípadne polotieň a zabezpečíte vlhkú a kyprú pôdu. Pestovať ho môžete z odrezkov koreňov, ktoré zakúpíte v záhradníctve. Zasadíte ich môžete na jar alebo na jeseň a to tak, že koreň vložíte šikmo do hĺbky asi 5 až 10 cm a odstup medzi jednotlivými sadenicami by mal byť aspoň 30 cm.

Ak chren zasadíte skoro na jar, prvú úrodu môžete zberať už na jeseň. Pri

Náš tip

CHRENOVÝ SIRUP NA SUCHÝ KAŠEĽ I BOLAVÉ HRDLO

Budete potrebovať: 250g chrenu, pohár prevarenej vody, 200g medu a jeden citrón

Takto sa to podarí:

Koreň chrenu očistite a nastrúhajte. Následne ho zalejte pohárom prevarenej – nie horúcej vody. Nechajte dve hodiny odstáť a potom precedte cez sitko. Pridajte med a šťavu z citróna. Skladujte v tme a chlade a pri kašli či bolesti hrdla môžete užívať trikrát denne jednu lyžičku.

Pozor!

Sirup sa neodporúča podávať deťom a tiež osobám trpiacim na vredy žalúdka či dvanástnika. Rovnako chren nemusí byť správnu voľbou pre ľudí trpiacich chronickými problémami s močovým mechúrom a obličkami či s nesprávnou funkciou štítnej žľazy. Ak si nie ste o vhodnosti jeho použitia istí, poraďte sa so svoj-



Strúhaný chren môžeme podávať k pečenému mäsu či steakom.

zdroj foto mp1746 pixabay

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

Výhodný pobyt so štátnou dotáciou už od 273,- EUR
1 nepracujúci dôchodca na 6 dní / 5 nocí

Pobyt možný so štátnou dotáciou
aj cez Rekreačné poukazy vo Vami vybranom termíne!

Penzión Oravská horáreň
Oravský Podzámok č. 396
lokality Hruštín Zábava

Pobytový balíček zahŕňa:

- > 5 x pohodlné ubytovanie
- > 5 x plnú penziu
- > 1 x celodenný výlet
- > folklórne vystúpenie
- > kávu a koláčik **KAŽDÝ DEŇ**

Voľné termíny:
25.5 – 30.5.2026,
1.6 – 6.6.2026,
8.6 – 13.6.2026,
29.6 – 4.7.2026

Počas celej letnej sezóny cena pobytu 310.- EUR / 1 nepracujúci dôchodca

Vynikajúca gastronómia, bezplatné parkovanie v areáli, horské bicykle, spoločenské hry, pokoj a bezpečie.

Rezervácie: 0918 591 942, info@oravskahoraren.sk
Informácie o nás nájdete na: www.oravskahoraren.sk

37-0078

**EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANOU TECHNOLÓGIU**

pred po

BEZ WAPKY

BEZPLATNÁ UKÁŽKA

BOMBA FASÁDA

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

68-001

Máte pozemok bez infraštruktúry? Chcete tam rýchlo bývať alebo na ňom zarábať? S Ecocapsule Box môžete už o 3 mesiace!

Plne sebestačné (off-grid)
Modulárne jednotky
Bez pripojenia na sieť
Bez plánovania a stavebného procesu
Okamžite pripravené na použitie po dodaní

BOX XS / 13,2 m² – OD 29 900 EUR*
BOX CLASSIC / 25 m² – OD 55 000 EUR*
BOX XL / 37,5 m² – OD 79 900 EUR*

*CENY SÚ BEZ DPH



www.ecocapsule.com

0907 877 864

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

GS
EUROTHERM
MONT



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

gszasklenie.sk
0800 333 223

DAJTE PREDNOSŤ 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



EXPERTI NA STRECHY POKRÝVAČSKÉ / TESÁRSKE PRÁCE

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

**OBHLIADKA
A PONUKA
ZDARMA**

-10%
Z CENY PRÁCE



ZA KVALITU PRÁCE RUČÍME!

Kontakt: Janek - 0919 495 628

POKRÝVAČ - TESÁR

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

**Bezplatná
obhliadka!**

**ZĽAVA
15%**



Kontakt: **0904 117 720**

Stannah



Ponuka
Darček v
hodnote až
200,- €

Váš domov, vaša sloboda.

Zostaňte mobilní bez obmedzení tam, kde je najkrajšie.
Stoličkové výtahy od Stannah vám dajú slobodu užívať si
svoj domov kedykoľvek a bez prekážok.



Najvyššia kvalita servisu na celom Slovensku.

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

0800 162 162

www.stannah.sk



SOS STREŠNÉ PRÁCE Tesár, klampiár, pokrývač

- Pokrývačské práce
- Nové strešné konštrukcie
- Opravy
- Izolácia plochých striech
- Klmpiarske práce
- Zateplenie

ZĽAVA 15%
na objednávky
prac do 31.5.

Obhliadka a cenová ponuka **ZDARMA**
Kontakt: **+421 918 081 699**

POKRÝVAČ STRIECH MAJSTER TESÁR

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



**ZĽAVA
-15%**

Kontakt: **+421 917 506 871**

UŽ STE TO POČULI AJ VY? DOTÁCIE SPUSTIA NA JESEŇ TOHTO ROKA

VOLAJTE: 0914 403 131

info@ecoenergy.sk
www.ecoenergy.sk



Spíčovú komponenty
Intuitívne ovládanie
Profesionálna montáž
Kvalitný servis
Funguje aj pri -25°C

Chápeme Vaše potreby, a preto Vám kotol na tuhé palivo/plyn necháme zapojený a funkčný

~~15 000€~~
~~12 000€~~
~~9 000€~~
Kvalitné tepelné čerpadlo nemusí stáť desiatky tisíc eur

OBMEDZENÝ POČET

Tepelné čerpadlo Galmet Prima

POZOR CENA VRÁTANE MONTÁŽE

5290€

VY SI UŽITE TEPLU A *platí pre verziu 10kw

ČAKANIE NA DOTÁCIU NECHAJTE NA NÁS

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
- výstupná teplota až 65°C
- 10kw verzia vykúri 150m²

