

## SENECKO

Najčítanejší týždenník na Slovensku



Najbližšie k ľuďom

39 titulov do 1 500 000 domácností, každý týždeň ZADARMO

**P** KAMENÁRSTVO PETROVIČ  
TRADIČNÉ RODINNÉ KAMENÁRSTVONIEKTORÉ HODNOTY  
NEPOTREBUJÚ SLOVÁ

My ich premieňame do kameňa

[www.kamenarstvo-petrovic.sk](http://www.kamenarstvo-petrovic.sk)

☎ 0905 100 134

Bratislavská 1/B (areál cintorína), Senec



05-0014

PROFESIONÁLNE  
VYŠETRENIE ZRAKU  
BEZ ČAKANIA

0950 248 511

LICHNEROVA 8, SENEČ  
[WWW.OPTIKASENEC.SK](http://WWW.OPTIKASENEC.SK)VYCVIČÍM vášho  
PSA, profesionál  
☎ 0908 728 081

36-0002

Súkromná materská škola  
**ZÁZRAČNÝ SVET**  
Trnavská 11, SenecPrijímame deti - šk. rok 2026/27  
**školné 150 € / mesačne**  
vrátane stravy, pre deti od 2 rokov[info@dczazracnysvet.sk](mailto:info@dczazracnysvet.sk) **0917 602 817**  
[www.dczazracnysvet.sk](http://www.dczazracnysvet.sk)

05-0058

OPRAVA  
STRECHY

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

0903 969 611

32-0004

Výroba sedadiel z polyuretánovej  
peny pre lietadlá a vlaky

Vita®

metzo  
High Quality Foam Division

## HĽADÁME OPERÁTOROV VÝROBY:

- ✓ Ponúkame prácu vo výrobe v dvojzmennej prevádzke
- ✓ Stabilné pracovné miesto v nadnárodnej spoločnosti
- ✓ Práca v priateľskom a čistom prostredí
- ✓ Práca vhodná pre ženy a mužov
- ✓ Ponúkame rôzne benefity, bohatý sociálny program
- ✓ Bonusový systém až do výšky 20%
- ✓ Možnosť kariérneho rastu
- ✓ PONÚKANÁ hrubá mzda 1200 €
- ✓ Dochádzkový bonus 100 €
- ✓ Doprava zabezpečená



32-0069

✉ [hr@metzo.com](mailto:hr@metzo.com)

☎ +421 905 797 371

Nachádzame sa na Dialničnej ceste 3981/18, Senec

DOVOZ NA ADRESU

mládky,  
morky  
brojlerové  
kurčiatka[www.hydinashop.sk](http://www.hydinashop.sk)  
0905 207 059

99-0016

Optika pokračuje  
pod novým názvomMARLEY  
OPTIKRadi vás privítame v priestoroch,  
ktoré poznáte, s profesionálnym  
prístupom a kvalitnými službami:

- meranie zraku
- odborné poradenstvo
- dioptrické okuliare
- slnečné okuliare
- kontaktné šošovky

☎ 0905 433 944

Lichnerova 16, 903 01 Senec

32-0075

## Súťaž týždňa s Tiposom

Viac na dvojstrane vo vnútri

18+ HRAJ  
ZODPOVEDNETIPOS  
Vaše výhry, naša radosť

35-0013

Bezplatný týždenník

SENECKO

EV 6227/24

Najbližšie k ľuďom

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

Ročník III, rok 2026

Redakcia: Trnavská 11  
903 01 SENEC  
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

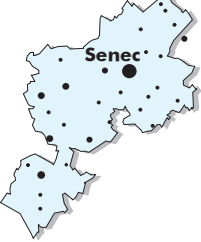


Vychádzame  
na recyklovanom  
papieri

DISTRIBÚCIA (35.420 domácností)

pámy týždeň: Senec, Beroľákov,  
Dunajská Lužná, Hamuliakovo, Ivanka  
pri Dunaji, Kalinkovo, Miloslavov, Most  
pri Bratislave, Nová Dedinka, Reča,  
Rovinka, Veľký Biel, Veľký Grob, Vlky,  
Zálesie, Cataj

nepámy týždeň: Senec, Beroľákov,  
Blatné, Chorvátsky Grob, Dunajská Lužná,  
Hamuliakovo, Hrubá Borša, Hrubý  
Súr, Igram, Kalinkovo, Kaplna, Malinovo,  
Miloslavov, Rovinka, Tomášov, Veľký  
Biel, Veľký Grob, Vlky



Vydavateľ nezodpovedá za obsah a  
pravosť 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 | 97.240  | BRATISLAVSKO východ   |
| BZ | 106.540 | BRATISLAVSKO západ    |
| DS | 34.320  | DUNAJSKOSTREDSKO      |
| GA | 34.390  | GALANTSKO-SALANSKO    |
| HC | 30.330  | HILOHOVECKO-SEREDESKO |
| KM | 16.450  | KOMÁRŇANSKO           |
| LV | 30.580  | LEVICKO               |
| MA | 29.680  | MALACKO               |
| NR | 54.170  | NITRIANSKO            |
| NZ | 35.050  | NOVOZÁMOCKO           |
| PK | 22.970  | PEZINSKO              |
| PN | 41.870  | PIESTANSKO-NM-MY      |
| SC | 35.420  | SENECKO               |
| SE | 36.750  | SENICKO-SKALICKO      |
| TO | 41.930  | TOPOĽČANSKO-PE-BN     |
| TN | 60.750  | TREŇČANSKO-DCA-IL     |
| TT | 49.930  | TRNAVSKO              |
| ZM | 20.930  | ZLATOMORAVSKO         |

Stredné Slovensko

|    |        |                    |
|----|--------|--------------------|
| BB | 56.200 | BANSKOBYSTRICKO-BR |
| KY | 29.300 | KYSUCKO-CA-KM      |
| LI | 37.270 | LIPTOVSKO-LM-RK    |
| LC | 30.860 | LUČEŇECKO-VK-PT    |
| MT | 38.570 | MARTINSKO-TR       |
| OR | 34.980 | ORAVSKO-DK-NO-TS   |
| PB | 33.590 | POVAŽSKO-PB-PU     |
| PD | 40.150 | PRIEVIDSKO         |
| ZV | 38.400 | ZVOLENSKO-DT-KA    |
| ZH | 26.880 | ŽIARSKO-ZC-BŠ      |
| SN | 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 | ĽUBOVNIANSKO      |
| MI | 31.260 | MICHALOVSKO-TV-SO |
| PP | 41.520 | POPRADESKO-KK     |
| PO | 49.940 | PREŠOVSKO-SB      |
| SN | 32.540 | SPIŠSKO-LE-GL     |

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

ROYAL STROJE

POŽIČOVŇA  
NÁRADIA  
A STAVEBNÝCH STROJOV



Prevádzka: Recká cesta 182  
925 26 Senec - Boldog

0948 555 551

www.royalstroje.sk

» prenájom náradia, stavebnej  
techniky a mechanizácie  
» dovoz techniky na stavbu  
a preprava strojov do 3,5 t  
» Senec a okolie



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 - ZORAĐOVAČOV (m/ž)

Mzda: min. 1 490 € - 2 120 € 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 750 € - 1010 €

Benefity: 13. a 14. mzda

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

Bližšie informácie:

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



Po prečítaní noviny odhodte  
do triedeného odpadu / PAPIER /

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

TEPOVANIE  
KOBRCOV

Polná 16, Senec

0911 416 853

REZANIE BETÓNU

KRÁTKA ČAKACIA DOBA  
DLHOROČNÉ SKÚSENOSTI

otvory do panelu  
jadrové vrtanie otvorov  
statické posudky  
odvoz odpadu  
0908 447 006  
www.jadrovevrtanie.sk

CENOVÁ PONUKA  
A OBHLIADKA ZDARMA

Tesárske, pokrývačské  
a klampiarske práce  
vážnikové krovky • altánky



strechykoros.sk

0907 728 060

Riadková  
inzercia

1 AUTO-MOTO

2 ELEKTRO, TECHNIKA

kúpim zvaracku ks200,  
250, 350, triodyn 0949 386  
463

3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK

4 DOM A ZÁHRADA

kúpim haky LEŠENIE 0908  
532 682

5 ZVERINEC, DROBNOCHOV

6 HOBBY A ŠPORT

7 DEŤOM

8 DARUJEM

9 ZOZNÁMENIE

0 RÔZNE

Hcete 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 spo-  
lytý 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, drobných  
6 - Hobby a šport  
7 - Deťom  
8 - Darujem  
9 - Zoznámenie  
0 - Rôzne

Komerčné inzeráty, pozvánky  
na akcie, ponuky zamestnania  
a reality v riadkovej inzercii neu-  
verejňujeme. V prípade záujmu  
o zverejnenie tohto typu inzerátu  
kontaktujte našich obchodníkov.  
SMS je možné podať aj v novinách  
v iných regiónoch. V takom prípa-  
de nahraďte písmena „SC“ v texte  
Vašej SMS kódom novín, ktorý ná-  
jdete v tlači.  
(Službu platbarnobilom.sk  
technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)



od pondelka 7. 9. do 13. 9.

## Líder v čerstvosti\* a nízkych cenách.

### Sa oplatí.

 **Značkové produkty**

**Ušetri\*  
-43%**

**0.45**

**Rajo Smotanový  
Mňam jogurt**  
200 g, rôzne druhy  
(100 g = 0,23)



**Ušetri\*  
-53%**

**2.69**

**Hellmann's  
Tatárska omáčka/  
Majonéza**  
625 ml, (1 l = 4,30)



**Ušetri\*  
-43%** 1 kus od 0.37 €

**2.19**

**Ušetri\*  
-52%**

**1.85**

**Horalky**  
5 x 50 g = 250 g  
(1 kg = 8,76), (LP: 1 kg = 7,40)



**1 fľaša iba  
0.90 €**

**ponožky  
ako darček**

**Ušetri\*  
-36%**

**8.99**

**Pilsner Urquell**  
10 x 0,5 l = 5 L, svetlý ležňak  
+ záloh za obaly 1,30 €  
(1 l = 1,80)



**500 g**  
**-52%** 2.49

**1.19**

**Biele hrozno  
bezjadierkové**  
500 g balenie  
(1 kg = 2,38)



**-54%** 3.49

**1.59**

**-57%**

**1.49**

**Červená  
paprika**  
cena za 1 kg  
odroda kápia



**-35%** 3.99

**2.59**

**Kuracie  
stehná XXL**  
cena za 1 kg  
horné/dolné



**Cenový  
hit**

**3.99**

**Ušetri\*  
-52%**

**20€**

**3.49**

**Mleté bravčové  
mäso XXL**  
1 kg balenie  
15 % tuku

### PARKSIDE®

**Cenový  
trhák**

PARKSIDE  
PERFORMANCE  
Pracovné nohavice

**12.99**

aj online

**Cenový  
trhák**

PARKSIDE  
Aku ručný vysávač, 20 V

**19.99**

aj online

s funkciou  
podlahového  
vysávača



Poruka tovara v ležiaku platí od 7. 9. do 13. 9. 2025 alebo do vyčerpania zásob. Chyby v tlačí vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

Získaj  
uvítací balík

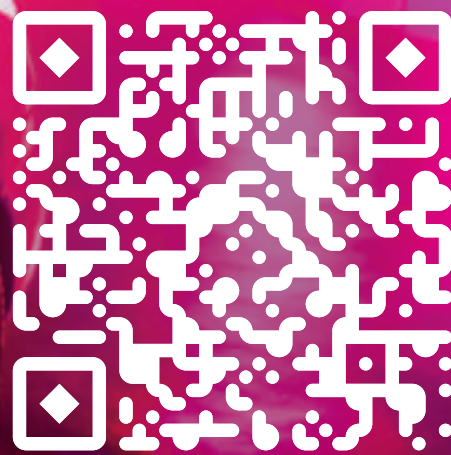
**1050 €**  
+280 free spinov



**Miesto, ktoré nikdy nespí**

Vstúp do online kasína

**Bonus 20€**  
k 1. vkladu



**Naskenuj ma**

**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)

## Zlato z ME aj vláda v Diamantovej lige: Emma Zapletalová píše históriu slovenskej atletiky

**Kým sa leto pomaly chýli ku koncu, jedna slovenská atlétka práve píše najkrajšiu a najvýznamnejšiu kapitolu svojej kariéry.**

Emma Zapletalová prešla mesiacmi jún až august sezónou, akú tunajšia atletika ešte nezažila. Svojimi skvelými výkonmi, chladnokrvnou vyrovnanosťou a národnými rekordmi postupne píše úplne novú históriu slovenskej atletiky. Keď si zrátate jej dosiahnuté výsledky a dominanciu na svetových ováloch, jediné, čo môžeme s hrdosťou povedať, je: toto leto jednoducho patrí iba jej.

### Séria, ktorá nepozná zaváhanie

Zapletalová vstúpila do letnej časti sezóny ako svetová jednotka v behu na 400 m prekážok a túto pozíciu si nielenže udržala, ale ešte ju aj výrazne upevnila. V prestížnej Diamantovej lige vyhrala doslova všetko, na čo sa postavila – postupne nenašla premožiteľku v Oslo, Dauhe, Rabate, Ríme ani v Lausanne. Päť náročných pretekov, päť suverénnych víťazstiev a absolútne žiadna prehra. K tejto neuveriteľnej sérii pridala aj svetový výkon roka v katarskej Dauhe (52,30 s) a v Lausanne, len deväť dní po svojom najväčšom triumfe kariéry, predviedla druhý najrýchlejší čas sezóny (52,41 s).

Najväčší triumf prišiel 13. augusta v Birminghame. Zapletalová sa v skvelom čase (52,91 s) stala majsterkou Európy a iba druhou Slovenkou v histórii, ktorá na ME v atletike získala najcennejší zlatý kov. Celá slovenská atletika na takýto obrovský úspech pod holým nebom čakala neuveriteľných 16 rokov – naposledy sa zo zlata tešil kladivár Libor Charfreitag ešte v roku 2010.

### Atletický sviatok zažilo aj domáce publikum na mítingu TIPOS P-T-S

Leto v podaní Emmy nepatrilo len veľkým svetovým dejiskám a zahraničným štadiónom. Aj slovenské publikum si ju mohlo užiť v plnej paráde naživo, a to hneď dvakrát v Banskej Bystrici, kde žije a trénuje. Na tradičnom atletickom mítingu TIPOS P-T-S na Štiavnickách sa Emma predstavila pred vlastnými fanúšikmi v spoločnosti svetových šprintérskych mien ako Andre De Grasse či Elaine Thompsonová-Herahová.

Na majstrovstvách Slovenska, Emma Zapletalová prekvapila na hladkej trati samu seba – vo finále na 200 m zabehla fantastický čas 22,67 s a stala sa vôbec prvou Slovenkou v histórii, ktorej sa podarilo stlačiť čas pod hranicu 23 sekúnd.

### Sme hrdí, že môžeme stáť pri takýchto historických úspechoch

Zlato z majstrovstiev Európy, suverénna víťazná séria v Diamantovej lige, dva historické slovenské rekordy a nezabudnuteľné momenty pred domácim publikom – Emma Zapletalová má za sebou leto, na ktoré sa bude v športových kronikách spomínať ešte dlhé roky. Za takýmito výsledkami však nestojí len tvrdá drina na tréningoch, ale aj silné zázemie.

V TIPOSe veríme v slovenský šport a s obrovskou hrdosťou Emmu Zapletalovú dlhodobo podporujeme na jej ceste za svetovými triumfami. Stojíme pri našich reprezentantoch pri každej prekážke a spoločne s fanúšikmi sa tešíme z každého cenného kovu.

Celý TIPOS drží palce, Emma – nech ti forma aj víťazná energia vydržia až do záverečného finále v Bruseli.

Spoločnosť TIPOS odvádza 20% z hernej istiny z jeho číselných a okamžitých lotérií na podporu slovenského športu. Hazardné hry sú určené osobám starším ako 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:

V ktorej disciplíne získala Emma Zapletalová  
zlato na tohtoročných ME v atletike?

A: Vrh guľou

B: 400 metrov cez prekážky

Správnu odpoveď vyplňte **zadarmo** na stránke súťaže  
[www.tipos.sk/region](http://www.tipos.sk/region) alebo použite QR kód:



- Súťaž týždňa prebieha od piatku 4. 9. 2026 od 10:00 hod. do piatku 11. 9. 2026 do 10:00 hod.
- Zo správnych odpovedí vyžrebujeme 3 výhercov
- Vyžrebovaných výhercov, podrobné informácie a štatút súťaže nájdete na [www.tipos.sk/region](http://www.tipos.sk/region)

## Rekonštrukcia mosta nad diaľnicou D2

Správa ciest Bratislavského samosprávneho kraja (BSK) začína so stavebnými prácami na komplexnej rekonštrukcii mostného objektu M5287 nad diaľnicou D2. Ten spája mestskú časť Bratislava-Devínska Nová Ves a mesto Stupava na ceste II/505. Cieľom je celková modernizácia a zvýšenie bezpečnosti na tomto dôležitom cestnom ťahu. Práce budú z dôvodu rozsahu stavebných činností a zariadenia bezpečnosti cestnej premávky prebiehať za úplnej uzávierky mosta.

„Ide o dôležitý mostný objekt a jeho rekonštrukciu už nebolo vhodné odkladať. Uvedomujeme si, že úplná uzávierka prinesie dočasné komplikácie, no výsledkom bude bezpečnejšie a kvalitnejšie spojenie medzi Devínskou Novou Vsou a Stupavou. Robíme maximum preto, aby boli obmedzenia čo najprehľadnejšie a aby sa práce skončili čo najskôr,“ uviedol predseda Bratislavského samosprávneho kraja Juraj Droba.

Hlavná obchádzková trasa povedie po ceste I/2 aj po úseku diaľnice D4. Cyklisti a poľnohospodárska technika budú využívať vyznačené obchádzkové trasy po poľných cestách mimo diaľnice D4. Obchádzky budú označené dočasným dopravným značením.

Osobná doprava bude od uzavretého mosta nad D2 v smere do Stupavy vedieť po ceste II/505 bez obmedzení. Pre nákladnú dopravu platí zákaz odbočenia doprava na I/2 smer Bratislava. Nákladné vozidlá musia odbočiť povinne doľava na cestu I/2 v smere na Lozorno.

„Práce na rekonštrukcii mosta by mali trvať deväť mesiacov. Cieľom však je ukončiť rekonštrukciu čo najskôr,“ upresnila Lucia Forman, hovorkyňa BSK a dodala: „Žiadame všetkých vodičov a cestujúcú verejnosť o trpezlivosť, ohľaduplnosť a dôsledné rešpektovanie dočasného dopravného značenia.“

» ren



zdroj foto BSK

## MALÉ VEĽKÉ PRAVDY

### Hendikep menom vek a prax

„Naozaj som v 52 rokoch súca do starého železa? To ma naozaj nikto nezamestná?“ vyhlkla na mňa nedávno priateľka. Tón ma zamrazil. Nebola v ňom len sťažnosť, ale hnev zmiešaný so zúfalstvom. Vo firme, kde roky poctivo drela, dosiahla kariérny strop. Má však v sebe ešte kopec energie, chce ešte niečo dokázať. Chce žiť a rásť, nie prežívať do dôchodku. A tak vyšperkovala životopis a poslala. Pozícia by jej sadla ako uliata. Odvtedy zažíva jedno chladné fackovanie za druhým. Bud' vám do schránky pristane vygenerovaný, bezduchý e-mail o tom, že „vybrali iného kandidáta“, alebo, čo je snáď ešte potupnejšie, zostane ignorantské ticho. Akoby ste pre nich ani neexistovali. Nikto vám, samozrejme, do očí nepovie: „Máte 52, ste pre nás stará a pridrahá.“ No podobných zúfalých výkrikov si v poslednom čase všimam čoraz viac aj na LinkedIne. Ľudia v zrelom veku tu opisujú ten istý pocit. Spoločnosť vás potichu a bez milosti odpisuje na vedľajšiu kolaj. A človeku z toho zvierá žalúdok. Trh práce sa správa ako zvrátený filter. V 20-tich nemáte

skúsenosti. V tridsiatke ich práčne zbierate. V štyridsiatke niečo konečne viete. A po 50-ke ich už máte zrazu priveľa? Sme ako prémiové autá po zábehu. Motor šliape na sto percent, karoséria drží, spoľahlivosť je sto-percentná, no korporátne autosalóny radšej pozerajú po lacných „novotách“, len aby ušetrili na údržbe. A keď sa nová hračka po roku pokazi a odíde, tvária sa prekvapene.

Päťdesiatnik predsa nestojí s jednou nohou v hrobe a neodpočítava dni do dôchodku. Má pred sebou ešte 15 rokov produktívneho života. Ponúka rozvahu, lojalitu, stabilitu a hlad po skutočnej práci.

Preto, drahí „ejčaristi“, poprosíme, keď nabudúce otvoríte životopis, nepočítajte vrásky kandidáta. Skúste sa pozrieť na to, aké obrovské srdce a skúsenosti môžu do vašej firmy prísť.

» zk



Ilustračné foto.

## Ovocie vhodné na konzervovanie, sušenie i mrazenie Slivky sú chutné a plné vitamínov

Slivky sú chutné ovocie obsahujúce množstvo zdraviu prospešných živín. Dozrievajú postupne podľa odrody od júla až do októbra a dokážeme ich veľmi dobre spracovať. Dajú sa konzervovať, sušiť aj mraziť, a tak môžu byť súčasťou nášho jedálneho lístka po celý rok.

### Účinky na zdravie

„Slivky obsahujú pre zdravie dôležité vitamíny, ako napríklad vitamín C a vitamíny skupiny B. Z minerálov obsahujú napríklad draslík, horčík či fosfor. Obsahujú aj vlákninu, ktorá prispieva k udržaniu správnej činnosti čriev a pomáha pôsobiť preventívne proti zápche. Slivky navyše taktiež obsahujú sorbitol, ktorý má laxatívne účinky, čím slivky taktiež pomáhajú pri zápche,“ popisuje na sociálnej sieti Regionálneho úradu verejného zdravotníctva MUDr. Šranková z Poradne zdravia a dodáva, že slivky taktiež obsahujú i rôzne fytochemikálie, ako napríklad antokyány. „Antokyány sú pigmenty, ktoré sú koncentrované najmä v šupke sliviek a zabezpečujú jej tmavé sfarbenie. Antokyány majú antioxidačné vlastnosti,“ objasňuje odborníčka. Slivky obsahujú taktiež pigmenty patriace ku karotenoidom,

ako napríklad  $\beta$ -karotén, nazývaný aj provitamín vitamínu A, ktorý slúži na výrobu vitamínu A.

### Pestovanie

Slivka patrí medzi ovocné stromy, ktoré sa na Slovensku pestujú bežne a nie sú príliš náročné na teplo. Treba mať však na pamäti, že vyžadujú úrodné, teplé a mierne vlhké pôdy. Aj u sliviek platí, že ak sa chystáte vysadiť rastliny pestované v kontajneri, môžete tak urobiť počas celej doby vegetácie. Pokiaľ ste si zakúpili voľnokorenné stromčeky, teda rastliny predávané s holými koreňmi, bez črepníka, je možné ich vysadiť do záhrady výlučne na jar - od marca do konca apríla, alebo na jeseň - od septembra do novembra, alebo do prvých mrazov. Nemali by sme zabudnúť osadiť pri stromoch aj oporné koly. Keďže slivky často trpia na najrôznejšie choroby, je dobré voliť rezistentné odrody. Vybrať si však zo širokého sortimentu tú správnu nebýva ľahké, poraďte sa preto radšej s odborníkom.

### Použitie

Slivky by sme mali skladovať v chladničke. Konzumovať ich môžeme samostatne, alebo využiť pri

príprave rozličných koláčov. Sú však veľmi vhodné aj na konzervovanie či výrobu lekvárov, džemov a dokonca i pečených čajov. Rovnako ich môžeme aj sušiť a mraziť.

### Náš tip:

#### Sušenie sliviek

- Na sušenie vyberáme úplne vyzreté a zdravé plody, pričom celý proces sušenia môže v závislosti od veľkosti plodov trvať 6 až 15 hodín.

- Slivky pred sušením umyjeme pod tečúcou vodou, následne ich narežeme nožom a vyberieme z nich kôstky. Sušiť ich môžeme v elektrickej rúre tak, že plech vystelieme papierom na pečenie a rovnomerne naň poukladáme pripravené slivky. Jednotlivé kusy by sa nemali navzájom dotýkať, preto ich ukladáme s medzerou aspoň 3 cm.

- Rúru nastavíme na teplotu 50 °C. Po prvých 6 hodinách teplotu sušenia zvýšime na 60 °C. Treba myslieť na to, že slivky budú počas sušenia púšťať šťavu, ktorá sa bude odparovať. Dvieračka na rúru by preto mali byť pootvorené. Ak je šťava na plechu veľa, slivky opatrne preložíme na ďalší plech s novým papierom na pečenie.

- To, že sú slivky správne usušené zistíme tak, že stmavnú, zmrazia sa



Ilustračné foto.

zdroj foto s-ms\_1989 pixabay

a zmenšia svoju veľkosť až na štvrtinu tej pôvodnej, sú pružné a nevyteká z nich šťava.

### Mrazenie sliviek

- Na mrazenie sú vhodné úplne vyzreté plody. Slivky pred mrazením umyjeme pod tečúcou vodou, následne rozdelíme na polovice, vykôstkujeme, vložíme ich do nádobiek a dáme zamraziť. V nádobách by sme mali nechať aspoň 2cm vzduchovej medzery.

- Pri dodržaní správneho postupu prípravy, by nám mali slivky v mrazničke vydržať 2 až 4 mesiace pri teplote mínus 12°C, 10 až 12 mesiacov pri teplote mínus 18°C.

» ren



www.imbodysport.sk

Revolúcia vo svete  
fitness dorazila  
na Slovensko



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

**PLOCHÉ  
STRECHY**

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

**0905 66 22 29**

**PALIVOVÉ  
DREVO**

POLIEŇKA BUK, DUB, HRAB

*Ku každej objednávke  
hodnotný darček*

**www.palivovedrevo.sk**  
**0917 649 213**

**PRIJMEME PRACOVNÍKOV SBS**  
na obchodnú prevádzku - **BERNOLÁKOVO**

**Práca v stabilnej spoločnosti**

Nutný preukaz odbornej  
spôsobilosti,  
zdravotná spôsobilosť,  
bezúhonnosť

corado@corado.sk  
**0948 116 981**

kamenárstvo  
**GAPČO**

Igram 117  
Reca 375  
**0940 743 516**  
Kamenárstvo Gapčo

Vám ponúka tieto služby

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

Neváhajte a dajte si vypracovať nezáväzne cenovú ponuku

**KAMENÁRSTVO KAJAL** **OTVORENÉ  
NONSTOP** **0948 312 754 | 0948 665 337**

**Všetky jednohroby  
za 2 500 €**

**AKCIA platí do vypredania zásob!**

**cintorín Kajal** Celý ponúkaný sortiment nájdete na: **Kamenosocharstvo Kajal**

**12. septembra 1888** **Výročia a udalosti**  
sa **narodil Maurice Chevalier**, francúzsky  
herec a šansonier († 1972)

**14. septembra 1830** **Výročia a udalosti**  
z **Viedne do Bratislavy** začala premávať  
po Dunaji **prvá parolod'**

**STRECHY  
MONTÁŽ - VÝMENA**

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

**MURÁRSKE  
PRÁCE**

- Zateplenie domov
- Rekonštrukcie bytov, RD
- Jadrá, kúpelne, obklady
- Kovovýroba - brány, ploty, kované a lamelové
- Sadrokartóny, omietky
- Podlahy, stierky, maľovky
- Potery, murovky, prístavby
- Búracie práce

**0948 107 877** **SENEC**



Letný  
výpredaj  
skladu\*



**ayvenscentrum.sk**

Stará Vajnorská 1369/4

desiatky preverených  
jazdených vozidiel  
po prvom majiteľovi

férové ceny  
a dostupné možnosti  
financovania



Kompletná ponuka

**Plná nádrž paliva k zakúpenému vozidlu**  
po predložení tohto kupónu\*

\*Ponuka je platná po predložení kupónu na jedno vozidlo kúpené na predávke Aayvens Centrum Bratislava od 24. augusta 2026 do 31. septembra 2026 alebo do vypredania. Nie je možné kombinovať s inými ponukami a akciami. Aayvens Slovakia, s. r. o., Ševčenkova 34, 851 01 Bratislava si vyhradzuje právo na zmenu podmienok kampane bez predchádzajúceho upozornenia. Spoločnosť si vyhradzuje právo na zmenu v texte. Odkiaľkoľvek sú ilustrácie.

# Oplatí sa!

**TOP**  
NAJLEPŠIE PONUKY  
NAJBLIŽŠIE K ĽUDOM

**GS**  
EUROTHERM  
MONT



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

**gszasklenie.sk**  
**0800 333 223**

DAJTE PREDNOSŤ 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**



**Stannah**



**Ponuka**  
Darček  
v hodnote  
až 200,- €

## Váš domov, vaša sloboda.

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



Najvyššia kvalita servisu na celom Slovensku.

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

**0800 162 162**

[www.stannah.sk](http://www.stannah.sk)

pred po

BEZ WAPKY

BEZPLATNÁ  
UKÁZKA

**BOMBA  
FASÁDA**

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

## OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH,  
KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

BITUMÉNOVOU LEPENKOU bez demontáže pôvodnej krytiny

⇒ zameranie ⇒ odborné poradenstvo  
⇒ cenová kalkulácia ZDARMA!!!

slovenská  
firma

ZÁRUKA  
20 ROKOV

!!! 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**

**LK-Servis** UŽ VIAC AKO **20** ROKOV S VAMI  
Slovakia, s.r.o.

**-25%**

energopomoc  
na okná a tienenie  
vlastný splátkový systém bez navýšenia

**0915 863 995**  
**www.lk-servis.sk**

**LEPŠIA  
PRÁCA** SK  
PERSONÁLNA AGENTÚRA

**NÁJDITE NOVÝCH ZAMESTNANCOV**

**EFEKTÍVNEJŠIE**