

L'UBOVNIANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 13 100 domácností

DOM, BYT,
ZÁHRADATéma týždňa
v tomto čísle

NÁBYTOK RAREX

váš farebný domov

už 16 rokov na trhu

www.nabytokrarex.sk


NÁBYTOK RAREX, s.r.o.
Garbiarska č.25,
064 01 Stará Ľubovňa

0918 906 400
0918 906 401
rarex@rarex.sk

TAXISLUŽBA

taxi

RAJ HOLDING s.r.o., IČO: 47835427

0949 803 804

Štartovné: 1€
Stojné 1h: 10€
Cena v meste: 1€/km
Cena mimo mesta: 0,90€/km



Dĺžka kurzu
max. 10 týždňov,
VÝHODNÁ CENA

Campus
group

AUTOŠKOLA ZAČÍNAME

24.4.2019 | 15:00

Vedúci: p. Fabian
0911 996 911
0903 442 706

Mýtna 28, St. Ľubovňa -smer Podsadek
Dovoz v rámci SL na výučbu ZDARMA.

HĽADÁTE

ZAMESTNANCA?
SKÚSTE TO

INZERCIU

v našich novinách

0907 887 332

LETÁKY

0907 887 332


Realitná kancelária
Hypotekárne centrum

Chystáte sa predat' svoj byt,
dom alebo pozemok
príďte k nám do kancelárie
MAXXIMA Real

www.maxxima.sk

A vybavíme Vám aj úver
a to bez starostí
a poplatkov



Levočská 2/A
OD Kocka
Stará Ľubovňa

Mgr. Jana Šoltýsová

0908 479 600
www.pozicajsima.eu

požičovňa minibagrov
mininakladačov a minidumprov
stroje do 850 kg v St. Ľubovni



Netráp sa a požičaj si stroj
urobíš si to sám
a ešte sa pri tom zabavíš
0948 544 401

Páči sa mi LUBOVNIANSKO.SK na facebooku

Staň sa fanúšikom našej
stránky a sleduj:

- nové inzeráty,
 - dôležité info,
 - tipy na voľný čas,
 - súťaže,...
- príamo na našom FB.



LUBOVNIANSKO

Redakcia: Mierová 14
STARÁ LUBOVŇA
lubovniansko@regionpress.sk

REGIONPRESS

Yvdavateľ:
REGIONPRESS s.r.o.
Študentská 2, 917 01 Trnava
IČO: 36252417
reg. MKSR EV 3676/09

INZERCIA

Kristán Kaleta 0907 887 332

Distribúcia:
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk

Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (13.100 domácností)

Každý týždeň:
Podolíneč, Stará Ľubovňa a v obciach: Nová Ľubovňa, Hniezdne, Chmeľnica, Jakubany, Nižné Ružbachy, Vyšné Ružbachy, Lesnica, Veľký Lipník, Haligovce, Jarabina, Kamienka, Litmanová, Veľká Lesná, Ľubotín, Orlov, Plaveč, Plavnica, Čirč, Ďurková, Vislanka, Hromoš, Kyjov, Údol, Šarišské Jastrabie, Sambrona a Kolačkov

A čo tak iba byť ...

Prišlo k nám slovíčko „mega“. Už dávno. Do chudobného slovníka exhibicionistov bez štipky sebaúcty za mikrofónmi a potom už aj v tlači. Na sociálnych sieťach, ale už aj v bežných teenagerských rozhovoroch. Žiaľ, nielen v nich. „Mega“ malo zaujať. Hlupákov. „Mega“ znamenalo čosi mimoriadne. „Mega“ znamenalo čosi ako impozantné, niečo hodnotovo nadradené, výnimočné. Potiaľ fajn. Lenže, zrazu sa „mega“ stalo všetko. Zápchy na cestách, pesnička, jedlo v reštaurácii, aj hlúposť bola „mega“.

Mega znamená milión. Mega pochádza z gréckeho μέγας, čo znamená veľký. Lenže slovo veľký znie tak nezaujímavo, akoby ani nič výnimočné neopisovalo. Jednoducho – aj veľký začalo znieť akosi primalo na malomeštiakov, obdivujúcich všetko „mega“.

Všade čítam (a počúvam) najnovšie slovné spojenia „ozajstný katolík“, „ozajstný demokrat“, „ozajstný patriot“. Akurát ozajstní hlupáci sa nehrdía tým, že sú ozajstní a stačí im, že sú. Katolík je také úbohé nič, demokrat, ten už koho zaujme, patriot je trápny. Ak sú však ozajstní, potom sú niekto. Potom sú „mega“.

„Čokoľvek ozajstné sa stáva luxusom. Už potreba pridávať prívlastok „ozajstný“ svedčí o tom, že rátame s tým, že skoro

všetko je len akože, alebo niečo sa tvári alebo predáva s odkazom, že to vyzerá ako to, ale v skutočnosti je to toto“ pridala k mojej úvahe o ozajstnosti na sociálnej sieti priateľka. Nie je vám to tak nejak ľúto? Človek takmer nikoho nezaujíma, ak nie je taký či onaký. Ak je iba človek. Ak nenosí červené tenisky, ak pri rozhovore alebo oslovení niekoho nestojí rozkročený ako americký vojak v pohove, lebo tak sa teraz má stáť, aby jeden nejakou zaujal, ak sa nebúcha do prs, aký je kresťan, ak nekandiduje nikam, kde si za päť rokov zarobí milión eur.

Používať prívlastok „ozajstný“ začali o sebe najmä tí, ktorí sú vlastne nezaujímaví, nepresvedčiví, často nepravdiví, falošní.

Skutočný človek má mozole na ruke, žije nielen svojimi trápeniami a radosťami, má svoje určité vnútorné hodnoty, ktorých sa nevzdáva, v peňaženke má pár drobných, ale v duši má pokoj a čisto. Nepotrebuje byť „mega“ na to, aby bol veľký.

Nech žije človečina, milí čitatelia a prosím – pomôžte jej spoza mreží hlúposti von, medzi nás.

» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor

NEJDE VÁM
BIZNIS?
KONTAKTUJTE NÁS

lubovniansko@regionpress.sk
0907 887 332

PRÁCA V NEMECKU
A ŠVAJČIARSKU

dlhodobá a stabilná práca
výhodné platové podmienky

ELEKTRIKÁRI - SADROKARTONISTI

10 - 20 €/hod. netto
ubytovanie a doprava hradené

sokolova@granila.eu - 0950 301 301

VIZITKY
0907 887 332

INZERCIA
0907 887 332

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	57.000
BZ	67.000
DS	26.000
GA	30.000
HC	24.000
KM	15.000
LV	30.000
MA	25.500
NR	48.000
NZ	35.000
PK	21.000
PN	32.500
SC	25.000
SE	31.000
TO	38.000
TN	52.000
TT	45.500
ZM	18.000
Bratislavsko Východ	
Bratislavsko Západ	
Dunajskostredsko	
Galanta+Šaliansko	
Hlohovecko+Sereďsko	
Komárňansko	
Levice	
Malacko	
Nitriansko	
Novozámocko	
Pezinsko	
Piešťansko+NM+MY	
Senecko	
Senicko+Skalité	
Topoľčiansko+PE+BN	
Trenčiansko+DCA+IL	
Trnavsko	
Zlatomoravsko	
Stredné Slovensko	
BB	51.100
KY	30.000
LI	35.500
LC	30.000
MT	39.250
OR	38.600
PB	35.500
PD	35.000
ZV	36.500
ZH	26.500
ZA	52.000
Banskobystricko+BR	
Kysucko=CA+KM	
Liptovsko=LM+RK	
Lučenecko=VK+PT	
Martinskó+TR	
Oravsko=DK+NO+TS	
Považsko=PB+PU	
Prievidzsko	
Zvolensko+DT+KA	
Žiarsko+ZC+BS	
Žilinsko=BY	
Východné Slovensko	
BJ	31.000
GE	25.000
HU	25.000
KE	82.750
KS	22.250
SL	13.100
MI	30.500
PP	40.000
PD	40.000
SN	30.000
Bardejovsko+SK+SP	
Gemersko=RV+RS+RA	
Humensko=VT+SV+ML	
Košicko	
Košicko okolie	
Ľubovniansko	
Michalovsko+TV+SO	
Popradsko+HK	
Prešovsko+SB	
Špišsko+LE+GL	

BEZPEČNOSTNÉ DVERE

Naše OCEĽOVÉ DVERE so ZÁRUBŇOU, CHRÁNIA-ZATEPLIA-ODHLUČNIA Váš domov

DUB MATNÝ

ČEREŠŇA MATNÁ

ORECH MATNÝ

DUB VZOR

ČEREŠŇA VZOR

BIELE VZOR

AKCIA 250€
kovanie ZDARMA
zameranie ZDARMA

v ponuke aj
INTERIÉROVÉ
DVERE

v ponuke aj hladké dvere a odtieň Wenge všetky dvere SKLADOM

odborná montáž s licenciou
technickej služby od polície SR

www.ocelovedvere.sk
ocelovedvere@ocelovedvere.sk

0905 468 802 KEŽMAROK, Priekopa 1804

Otvorené:
Po-Pia: 9⁰⁰-17⁰⁰

PRVÉ vydanie regionPRESS východ

rok 2000 Košicko - distribúcia 90.000 ks
rok 2016 - distribúcia východ 330.000 ks

Váš najbližší kontakt

Západné Slovensko

BRATISLAVSKO
DUNAJSKOSTREDSKO
GALANTSKO
HLOHOVECKO
KOMÁRNANSKO
LEVICKO
MALACKO
NITRIANSKO
NOVOZÁMCKO
PEZINSKO
PIEŠTANSKO
SENECKO
SENICKO
TOPOĽČANSKO
TRENČIANSKO
TRNAVSKO
ZLATOMORAVECKO

Stredné Slovensko
BANSKOBYSTRICKO
KYSUCKO
LIPTOVSKO

Východné Slovensko
BARDEJOVSKO
GEMERSKO
HUMENSKO
KOŠICKO
ĽUBOVNIANSKO

LUČENECKO
MARTINSKO
ORAVSKO
POVAŽSKO
PRIEVIDZSKO
ZVOLENSKO
ŽIARSKO
ŽILINSKO

MIHALOVSKO
POPRADSKO
PREŠOVSKO
SPIŠSKO

Kristián KALETA
STARÁ ĽUBOVŇA
0907 887 332

Celonárodná spomienková slávnosť pri príležitosti 100. výročia tragickej smrti gen. M. R. Štefánika

Program

Brezová pod Bradlom, Nám. gen. M. R. Štefánika

- program Matice slovenskej v Národnom dome Štefánikovom / 9.00 – 10.00 hod.
- slávnostný nástup jednotiek Ozbrojených síl SR / 10.00 – 11.00 hod.
- panelová výstava Generál PhDr. M. R. Štefánik 21. 7. 1880 – 4. 5. 1919 v Múzeu D. S. Jurkoviča / 9.00 – 18.00 hod.

Priepasné

- pozvánka na spomienkovú slávnosť / 8.00 hod.

Košariská

- odhalenie makety Mohyly / 8.45 hod.
- slávnostné služby Božie v evanjelickom kostole / 9.30 hod.
- program v Múzeu M. R. Štefánika / 11.00 hod.
- fakľový pochod z Košarísk na Bradlo / 11.30 hod.

Mohyla M. R. Štefánika na Bradle / 13.00 hod.

- prelety leteckej techniky
- slávnostný akt kladenia vencov
- hymna SR / Vojenská hudba Ozbrojených síl SR / delostrelecké výstrely
- báseň
- príhovory hostí
- pieseň / Danubius Octet Singers
- slávnostné zapálenie vatier
- hymnická pieseň / Mužský cirkevný spevokol ECAV Brezová pod Bradlom
- po skončení oficiálneho aktu:
- Vojenská hudba Ozbrojených síl SR
- Mužský cirkevný spevokol ECAV Brezová pod Bradlom

Brezová pod Bradlom, Nám. gen. M. R. Štefánika / 16.30 hod.

- Folklorný súbor Brezová
- Orchester ľudových nástrojov Slovenského rozhlasu pod vedením Miroslava Dudíka
- predstavenie komiksu M. R. Štefánik
- inaugurácia poštovej známky Československé légie a M. R. Štefánik
- Jana Kirschner

Košariská

- koncert Štátnej opery Banská Bystrica, evanjelický kostol / 18.00 hod.

Brezová pod Bradlom, železničná stanica

Legiovlak / 9.00 – 19.00 hod.

Zmena programu vyhradená

Doprava návštevníkov osobnými automobilmi je možná len na odstavné plochy podľa pokynov organizátorov. Bližšie informácie nájdete na www.brezova.sk.



Bradlo

4. mája 2019

nič mi nebolo nemožné...
lebo som chcel



Partneri



Spolok rodákov M. R. Štefánika
Cirkevný zbor ECAV Brezová pod Bradlom
Cirkevný zbor ECAV Košariská – Priepasné

Občianska
riadková
inzerca

- 01 AUTO-MOTO / predaj
- » Predám Toyota Auris, rv02/2011, 1,6 valvematic, 97kw, výborná spotreba, k autu letné aj zimné pneu na elektrónoch originál Toyota. Zachovala, servisovaná, 1. majiteľ. Cena dohodu. Tel.0944 383 151
- 02 AUTO-MOTO / iné
- 03 BYTY / predaj
- 04 BYTY / prenájom
- 05 DOMY / predaj
- 06 POZEMKY / predaj
- 07 REALITY / iné
- 08 STAVBA
- » Čistenie hrobov a obnova písma, seriôznosť, korektnosť a spoľahlivosť. T.Č. 0919 205 521
- » KÚPIM HAKI LEŠENIE, 0908 532 682
- 09 DOMÁCNOST'
- 10 ZÁHRADA A ZVERINEC
- 11 HOBBY A ŠPORT

» Kúpim papierové peniaze, mince, vyznamenania. T.Č.: 0903 548 208

- 12 DEŤOM
- 13 RÔZNE / predaj
- 14 RÔZNE / iné
- 15 HĽADÁM PRÁCU
- 16 ZOZNAMKA

**Chcete si
podať inzerát?**

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare:
RP medzera **SL** medzera
Číslo rubriky medzera **Text**
inzerátu

Príklad:
RP SL 12 Predám kočík, 0987 654 321.

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor.
Cena je **0,60 € s DPH** za každých začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neučítujeme.
TIP 1: Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať.
TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, **SL** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete na 2 strane vľavo dolu.
Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

Staviame
svojpomocne, alebo „na kľúč“

Každý, kto sa rozhodne stavať dom, samozrejme zvažuje predovšetkým svoje finančné možnosti. A z toho sa odvíjajú úvahy, či stavať svojpomocne, alebo s pomocou stavebnej firmy.

Dom svojpomocne postavený nás v porovnaní s realizáciou domov na kľúč vyjde síce možno lacnejšie, ale zabúdať by sme nemali na náš investovaný čas. Takúto stavbu si totiž stavebník realizuje z väčšej časti sám, za pomoci členov rodiny a známych. Čas budeme potrebovať na vybavovanie povolení, zháňanie známych, pomocných robotníkov a majstrov na jednotlivé odborné práce, ktoré predsa len sami nezvládneme. Doba výstavby sa teda bude odvíjať nielen od našej schopnosti plánovať, ale hlavne bude závislá od časovej náročnosti jednotlivých prác a schopnosti majstrov, prispôbiť sa im. Počítať tu musíme aj s chybami a teda časovým sklzom a zvýšenými finančnými nákladmi, ktoré spôsobia ich opravy. Zbavíme sa možnosti reklamácií závad a – niektoré položky nikdy nebudú také lacné, ako keď staviame cez firmu – napríklad materiál.

Stavba rodinného domu na kľúč poskytuje mnoho výhod. Stačí sa len rozhodnúť pre správneho generálneho dodá-

vateľa. Ten následne na základe zmluvy o dielo, ktorú s nami uzavrie, zabezpečí všetky práce a v dohodnutom termíne nám odovzdá hotový dom. Ak nemáme chuť na obehávanie úradov, vybavovanie potrebných dokumentov a hľadania fundovaného architekta, existujú už na Slovensku aj dodávatelia, ktorí za nás nielenže všetky povolenia vybaví a dodajú vám projekt zhotovený podľa našich predstáv a požiadaviek, ale dokonca sú schopní vysporiadať v našom mene aj pozemkové záležitosti.

Kombinovaný spôsob stavby. Tento spôsob je samozrejme finančne o čosi náročnejší ako spôsob výstavby svojpomocou, ale jednou z hlavných výhod je garancia na vykonanú prácu aj napriek tomu, že ju nezískame na stavbu ako celok. Ak sa však počas realizácie stavby alebo po nej vyskytnú nejaké chyby, môžu nás zaskočiť starosti s dokazovaním, ktorý z dodávateľov je za ne zodpovedný. Tento spôsob realizácie výstavby si vyžaduje odborníka, ktorý bude jednotlivé postupy výstavby nielen plánovať a riadiť, ale aj dozerať na ich priebeh a kvalitu.

PREČO REKLAMNÁ
INZERCIA U NÁS?

- Patríme medzi najčítanejšie týždenníky
- Poskytujeme riešenia, ktoré fungujú
- Zvyšujeme konkurencieschopnosť
- Šetríme starosti
- Sme kreatívni a vieme počúvať

lubovniansko@regionpress.sk

0907 887 332

Kvalitné
VIZITKY

200 ks za 14€
0,070 € / ks

400 ks za 24€
0,060 € / ks

1000 ks za 33€
0,033 € / ks

Technická špecifikácia:
300 g vizitkový papier
rozmer 9 x 5 cm
tlač - hárkový offset
jednostranná plnofarebná tlač

Všetky ceny sú uvádzané
bez 20% DPH

Redakcia novín
Lubovniansko
0907 887 332

LED TV ECG 32H02T2S2
uhlopriečka: 81 cm (32")
HD rozlíšenie 1366x768 bodov
HD DVB-T2, 3x HDMI, USB, VGA,
SCART, USB port, PC Audio In,
Coaxial, sluchátkový výstup

pôvodná cena
199€

teraz za
169€

Bojler TESI SW 80 V SIWELL
objem: 80 litrov
výkon: 2000 W
napätie: 230 V

pôvodná cena
149€

teraz za
129€

NB Lenovo IDEAPAD
320-15 IA/P
15.6" LED, RAM 4GB SD-DIMM, HDD
1TB, DVD-RW, WiFi, webkamera,
HDMI, USB 3.1 Gen 1, 2-článková
batéria, Windows 10 Home 64-bit

pôvodná cena
349€

teraz za
329€

Predaj tovaru
na splátky
cez QUATRO
a CETELEM

ELEKTRO

Levočská 3 • STARÁ LUBOVŇA
052/432 61 15
lubovna@euronics.sk

Kávovar Krups EA810B70
Môžete si vychutnať espresso, kávu,
kapučino len jediným stlačeníím.
Objem vody 1,7 l. Parný tlak 15 bar.
Príkon 1450 W. Hmotnosť 7,4 kg.
ŠxVxH 24,5x36,5x33cm

pôvodná cena
299€

teraz za
269€

Práčka Whirlpool FWSG71283W
Energetická trieda: A+++
6.ZMYSEL FreshCare+
Kapacita prania: 7 kg
Nastavenie otáčok: 0 - 1200 ot/min
Rozmery (vxšxh): 837x595x435 mm

pôvodná cena
349€

teraz za
299€

UŠETRÍTE
AŽ 160 EUR

navštívte nás na
WWW.JASELEKTRO.SK

INZERUJTE U NÁS

13.100 VÝTLAČKOV
TÝŽDENNE

0907 887 332
lubovniansko@regionpress.sk

- Najčítanejšie regionálne noviny
- Najväčšia distribúcia
- Vydávané každý týždeň
- Grafika v cene inzerátu

od BRATISLAVY
po HUMENNE

SL19-15 strana-

4



AKCIA

Pri záväznej objednávke na pokládku zámkovej dlažby do 30.4.2019 výrazná zľava



PM
Instal

- VÝKOPOVÉ PRÁCE MINIBAGROM
- POKLÁDKA VODOVODU A KANALIZÁCIÍ
- ODVODŇOVANIE POZEMKOV
- POKLÁDKA ZÁMKOVEJ DLAŽBY

Kontakt: 0905 299 414, 0905 830 805

INZERCIA

0907 887 332

50%

80%

20%

70%

AJ TU MOŽE BYŤ
VAŠA REKLAMA

PREDAJ ŽIVEJ HYDINY

Zdravá hydina = úspešný chov



• 1.roč. nosnice • mládky • brojler • morky

AKCIA 3 €/ks + darček

Pod veterinárnym dohľadom

DOPRAVA ZADARMO

Objednávky a poradenstvo

vo výžive zvierat:

Ing. Jozef Telepun, PhD.

0917 311 544

FARMA HYDINY - Vranov n/T - Ortáše

KRT - VRT

Pretláčanie - krtkovanie

Popod cesty, chodníky,

zatravnené plochy

pre inžinierske siete,

elektrika-voda-plyn

0902 348 974

**INZERÁT,
KTORÝ
PREDÁVA**

0907 887 332

PREŠOV
MAXI
DACHMAN s.r.o.
EUROOKNÁ
a hliníkové okná a dvere

PLASTOVÉ OKNÁ, DVERE

- KOMPLETNÁ STAVEBNÁ ČINNOSŤ
- PREDAJ PARAPETOVÝCH DOSÁK
- ŽALÚZIE A SIEŤE PROTI HMYZU
- GARÁŽOVÉ BRÁNY

ZĽAVA -45%

Kontaktná adresa Prešov:
Levočská 2
Tel./fax: 051/7718 607
Mobil: 0903 634 202

Kontaktná adresa Poprad:
Hviezdoslavova 24
tel.: 0915 547 169
email: poprad@dachmann.sk

www.dachmann.sk
maxidachmann@gmail.com

Vložkovanie a frézovanie komínov

0905 630 800

KOMINY s.r.o. www.kominy.sk

Najlacnejšie trojvrstvové komíny v SR

Realizujeme montáž:

Podkrovia, prestavby a konštrukcie z dreva a profilov, pre strop a podlahy.

- ľahkých a nosných konštrukcií a OSB dosiek
- priečok, podláh, stropov a šikmin
- sadrokartónu, okrasných stropov, tech. kastlíkov
- zateplenia min. vlnou a inými materiálmi
- zvukových izolácií
- vzduchotesnosti stavby

Používame náradie firiem: **FESTOOL** **Makita**
BOSCH **STANLEY**
Power Tools

ŠPECIÁLNE MONTÁŽE A DREVOSTAVBY

Staviame vaše predstavy skúsenosťami, profesionálne a zodpovedne.

Stanislav Tokarčík
tel.: 0905 347 197
e-mail: stanotok@gmail.com

FRÉZOVANIE a VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

- > revízie komínov ku kolaudáciám RD
- > frézovanie a vložkovanie komínov
- > strojové čistenie zadechtovaných komínov
- > fasádne komíny
- > čistenie a kontrola komínov

0905 279 418
obhliadka ZDARMA

Kontaktujte nás v pracovných dňoch od 7,00 hod do 17,00 hod

www.kominar-poprad.sk
www.kominyfrezovanie.sk

Erimont s.r.o., Lučivná 315
Michal Hudáč

ZÁHRADNÉ CENTRUM PLAVNICA

- predaj
- montáž
- servis

ROBOTICKÉ KOSAČKY GARDENA

- kosiť za každého počasia
- je bez hluku a emisií
- už nezberate a nevyvážate pokosenú trávnu
- v ponuke 9 druhov od 250-1600 m² a taktiež smart kosačky – ovládanie cez aplikáciu v mobile

Využite JARNÝ BONUS NA ROBOTICKÉ KOSAČKY 100€/150€/200€ (od veľkosti kosačky) PLATÍ do 31.5.2019

Nechajte ju kosiť a Vy si užívajte svoj voľný čas

VIAC INFO NA: **0904 222 065** | jatgarden@gmail.com

Veľká noc a stravovanie

Cez Veľkú noc sa ľudia zvyknú predať. Aký vplyv môže mať takýto väčší nápor jedla na organizmus človeka?

Zabúdame, že takéto hodovacie zvyklosti vychádzajú z náboženstva a nasledujú po období pôstu. A to je rozdiel. Hojnosť sme si vybrali, pôst pred ňou však nedodržiavame. Teda, po normálnom našom stravovaní (ktoré je žiaľ charakterizované nadmerných energetickým príjmom) nasledujú ešte väčšie kulinárske hody. Znamená to zafaženie tráviaceho traktu, pocit ťažoby na žalúdku, nepravidielnosti vyprázdňovania. Samozrejme aj vzostup hmotnosti. Za štyri dni ľudia dokážu pribrať jeden až tri kg! Ale nemusí to byť pravidlom, stačí si uvedomiť význam týchto sviatkov (a nemusí to byť iba náboženský) – sú to totiž sviatky radosti a pohody..

Mali by rodičia dávať cez sviatky špeciálne pozor aj na deti? Predsa len – za deň pojedia niekoľko veľkonočných vajčiek, čokolád...

Na stravovanie detí treba dávať pozor po celý rok. Nie je dôvod, aby niektoré dni by mali byť výnimkou. Nemajú zjesť viac sladkostí, čokolád, vyprážaných jedál,... Následky sa odstraňujú ťažko – nielen tie aktuálne v podobe akútnych tráviacich ťažkostí, bolestí, ale aj tie dlhodobé – ak dieťa bude mať pocit, že počas sviatkov môže všetko, odnesie si to do života so všetkými následkami.

Akých jedál by sa mali ľudia cez veľkonočné sviatky vyvarovať (šunky,

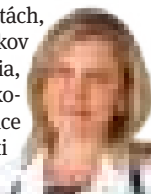
majonézové šaláty) a ktoré by mali naopak uprednostniť (zelenina)? Zmenil sa podľa vás za posledné roky sviatočný jedálniček Slovákov k zdravšiemu? Vyberajú si ľudia prísnejšie, aké potraviny si na sviatky nakúpia (vrátane nápojov)?

Môžeme spokojne konštatovať, že stravovacie zvyklosti sa postupne zlepšujú. Týka sa to hlavne mladších generácií. U starších sú predsa len stravovacie zvyklosti viac zakorenené. Veľkonočné sviatky sú víťaním jari. Čerstvé šaláty, spolu so šunkou sú tým najlepším ako si neublížiť. Vyprážané jedlá, spolu s majonézovými šalátmi zas tým horším. U ľudí s vyššou hladinou cholesterolu treba opatrnosť aj na konzumáciu vajčiek v každej podobe.

Končia po veľkonočnom prejedaní sa ľudia aj na pohotovostiach alebo sú hospitalizovaní v nemocnici? O aké problémy najčastejšie ide a aké následky môže veľkonočné prejedanie zanechať?

Často sa vyskytujú žlčníkové záchvaty či už pri poznanom kameni v žlčníku alebo žlčových cestách, alebo sa počas sviatkov ohlásí prvý raz. Ľudia, ktorí to preženú s alkoholom, zas majú tráviace ťažkosti v hornej časti tráviaceho traktu.

» MUDr. Adriana Ilavská, PhD., MBA, MPH
Diabetologička, odborníčka na poruchy metabolizmu a výživy



ZUBNÉ IMPLANTÁTY

Bezplatné konzultácie na:
055/6430 763 MUDr. Peter Ladányi
www.richard-jurkovic.sk

PRÁCA VÝHODNÉ PLATOVÉ PODMIENKY

PRE KAŽDÉHO v ČR

• **OPERÁTOR VÝROBY**

• **VODIČ VZV**

• **ELEKTRIKÁR**

• **ZVÁRAČ**

CALL CENTRUM: **0905 552 537**

UBYTOVANIE a DOPRAVA zabezpečené
VHODNÉ PRE MUŽOV, ŽENY aj PÁRY



INZERCIA
0907 887 332



REGIONPRESS

www.regionpress.sk

sieť 39 regionálnych novín

Chceme miliardu pre slovenské rodiny



Do europarlamentu mieri Harabin s Martvoňom

Nespokojní priaznivci Smeru, SNS, ale aj KDH či Mariána Kotlebu budú môcť voľiť stranu so skutočne národným a sociálnym programom. Národná koalícia si ctí tradičné hodnoty, ale zároveň prináša aj nový vietor v skostnatenej sociálnej oblasti. Ich opatrenia pomôžu mladým rodinám, ale aj penzistom.

Strana prináša alternatívu pre sklamaných a oklamaných voličov naprieč politickým spektrom. „**Náš program, ktorý dôsledne sleduje národnú a kresťanskú líniu, garantuje ochranu tradičnej rodiny a sociálnych práv,**“ uviedla predsedníčka strany Slavěna Vorobelová.

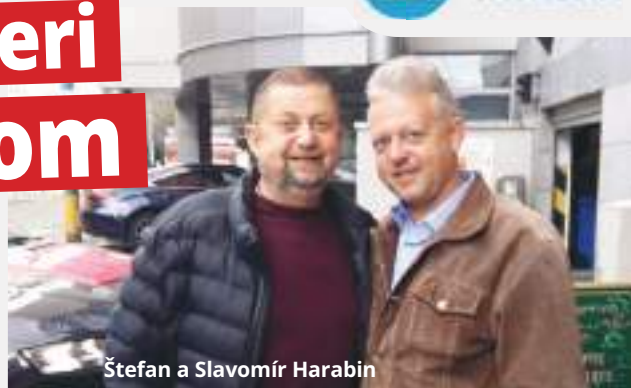
Aj keď sa strana ešte len rozbieha a za pochodu obmieňa regionálne štruktúry, zúčastnila sa už komunálnych volieb, kde získala viac ako 150 poslancov. Čo je lepší výsledok ako dosiahli niektoré súčasné parlamentné strany. Najbližšie sa bude

NÁRODNÁ KOALÍCIA

- stojí na národnom, sociálnom a kresťanskom pilieri
- je stranou občanov vyznávajúcich princípy demokracie, spravodlivosti a právneho štátu
- predsedníčkou je Slavěna Vorobelová
- podpredsedami sú Peter Sokol, Peter Tomeček, Sergej Kozlík, Anton Martvoň.
- strana má vyše 1400 členov a rozvinuté regionálne štruktúry

o priazeň voličov uchádzať vo voľbách do Európskeho parlamentu. „**Jedným z troch lídrov je Slavomír Harabin, synovec**

Štefana Harabina, spolu s podpredsedami strany Petrom Tomečkom a Antonom Martvoňom,“ predstavila kandidátov Vorobelová. Priaznivci si celkovo budú môcť vybrať zo 14 odborníkov z rôznych profesijných oblastí. V prvom kole prezidentských volieb podporovala strana Štefana Harabina. Keďže ho považujú za jediného skutočne národného kandidáta, ktorý by so čtou vykonával prezidentskú funkciu. Podľa Martvoňa Slovensko musí byť rovnocenným partnerom v EÚ, Slováci nemôžu byť len sluhami za výrobnými linkami s druhotriednymi potravinami.



Štefan a Slavomír Harabin

PRIORITA: MILIARDA PRE RODINU

- 3 x vyšší daňový bonus na každé dieťa
- 3 roky materskej vo výške 100 % platu matky
- výstavba štartovacích nájomných bytov pre mladé rodiny

Zároveň Tomeček dopĺňa, že bude proti povinným kvótam na prerozdelenie migrantov a obmedzovaniu slobody slova na internete či cenzúre. Viac na: **www.narodnakoalicia.sk**

Autor: -ps-

Zdroj foto: rodinný fotoarchív Slavomíra Harabina

PONDELOK 15.4.2019

 **MARKÍZA** 06:00 Teleráno 08:30 Zámena manželiek 10:05 Oteckovia 11:10 Susedské prípady 12:10 Rodinné prípady 13:05 NCIS - Národný vyšetrovací úrad 15:00 Susedské prípady 15:55 Rodinné prípady 17:00 PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY 17:25 Reflex 17:55 Oteckovia 19:00 TELEVÍZNE NOVINY 20:05 POČASIE 20:20 ŠPORTOVÉ NOVINY 20:30 Susedia 21:20 Kuchyňa 22:10 Klamal by som ti? 23:00 Neprijateľ? Fpoho! 00:50 NCIS - Národný vyšetrovací úrad 02:20 Zámena manželiek 03:30 Susedské prípady

 **TV JOJ** 05:40 KRIMI 06:15 RANNÉ NOVINY 08:40 SÚDNA SIEŇ 09:50 SÚDNA SIEŇ 10:55 POLICAJTI V AKCII 12:00 NOVINY O 12:00 12:30 TOP STAR 12:50 OCHRANCOVIA 13:50 SÚDNA SIEŇ 14:30 V SIEDMOM NEBI 17:00 NOVINY O 17:00 17:30 SÚDNA SIEŇ 19:00 KRIMI 19:30 NOVINY TV JOJ 20:25 ŠPORT 20:30 NAJLEPŠIE POČASIE 20:35 INKOGNITO 21:45 INKOGNITO 23:10 SEDEM 00:05 PRÁZDNINY III. 6 01:30 NOVINY TV JOJ 02:20 INKOGNITO 03:15 SÚDNA SIEŇ 03:50 SÚDNA SIEŇ 04:50 NOVINY TV JOJ

:1 **RTVS** 05:40 Správy RTVS „N“ 07:00 Postav dom, zasadi strom 07:30 Ranné správy RTVS 08:30 Dvaja v meste 09:05 Doktor z hôr 09:50 Nash Bridges 10:55 Duel 11:20 5 proti 5 12:00 Správy RTVS 12:20 Dámsky klub 13:55 Folklorika 14:20 Lekári 15:30 Slovensko s Tiposom 16:00 Správy RTVS 16:55 Doktor z hôr 17:45 Duel 18:15 5 proti 5 19:00 Správy RTVS 20:30 Tanguy 22:15 Reportéri 22:55 Kriminálka Staré Mesto 23:50 Lekári 00:35 Nash Bridges 01:25 Tanguy 03:10 Dámsky klub 04:40 Správy RTVS „N“

PIATOK 19.4.2019

 **MARKÍZA** 06:00 Tom a Jerry 07:15 Lovecká sezóna 3 08:50 Tintinove dobrodružstvá 10:55 Oteckovia 12:00 Nebojsa 13:40 Príchod z minulosti 15:50 Cesta na tajomný ostrov 17:55 Oteckovia 19:00 TELEVÍZNE NOVINY 20:05 POČASIE 20:20 ŠPORTOVÉ NOVINY 20:30 Angry Birds vo filme Rodinný animovaný film MN 12 (USA-Fínsko) 2016 C. Kaytis, F. Reilly. 22:35 Susedia na odstrel Komédia MN 18 (USA) 2014 S. Rogen, R. Byrneová 00:35 Sherlock Holmes: Hra tieňov 03:00 Susedia na odstrel 04:25 Dvojité agent

 **TV JOJ** 05:25 NOVINY TV JOJ 06:20 KRIMI 06:50 NOVINY TV JOJ 07:40 Pes roc(ku) 09:40 Doba ľadová: Veľkonočné prekvapenie 10:10 Noc s kráľom 12:50 Titanic 17:00 V hlave 19:00 KRIMI 19:30 NOVINY TV JOJ 20:25 ŠPORT 20:30 NAJLEPŠIE POČASIE 20:35 Kung Fu Panda 3 Americko-čínska animovaná akčná dobrodružná komédia. MN 7 2016 Alessandro Carboni, Jennifer Yuh Nelsonová 22:35 Austrália Austrálsko-americko-britsko romantický western. MN 12 2008 02:10 Tvrdas 2 03:55 NOVINY TV JOJ

:1 **RTVS** 06:10 Správy RTVS „N“ 07:00 Góly - body - sekundy 07:20 Počasie 07:25 Dvaja v meste 07:55 Piknik s tortou 08:15 Alfa a Omega 09:00 Rudienka 10:00 Pašiové služby Božie na Veľký piatok z Sabinova 11:40 Pavol VI 13:25 Starý včelár 14:25 Folklorika 14:55 Rozprávky bratov Grimmovcov 15:55 „Jak se budí princezny“ 17:20 GRÓF MONTE CHRISTO 19:00 Správy RTVS 19:55 Góly - body - sekundy 20:20 Počasie 20:30 BIBLIA: JEŽÍŠ 23:30 GRÓF MONTE CHRISTO 01:10 Pavol VI. 02:50 BIBLIA: JEŽÍŠ

UTOROK 16.4.2019

 **MARKÍZA** 06:00 Teleráno 08:30 Svokra 10:00 Oteckovia 11:05 Susedské prípady 12:00 Rodinné prípady 13:00 NCIS - Národný vyšetrovací úrad 14:55 Susedské prípady 16:00 Rodinné prípady 17:00 PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY 17:25 Reflex 17:55 Oteckovia 19:00 TELEVÍZNE NOVINY 20:05 POČASIE 20:20 ŠPORTOVÉ NOVINY 20:30 Dobré vedieť! 22:40 Horná Dolná 00:00 NCIS - Národný vyšetrovací úrad 02:20 Svokra 03:30 Susedské prípady 04:10 Rodinné prípady 04:55 TELEVÍZNE NOVINY

 **TV JOJ** 05:40 KRIMI 06:15 RANNÉ NOVINY 08:40 SÚDNA SIEŇ 09:50 SÚDNA SIEŇ 10:55 POLICAJTI V AKCII 12:00 NOVINY O 12:00 12:30 TOP STAR 12:50 OCHRANCOVIA 13:50 SÚDNA SIEŇ 14:30 V SIEDMOM NEBI 17:00 NOVINY O 17:00 17:30 SÚDNA SIEŇ 19:00 KRIMI 19:30 NOVINY TV JOJ 20:25 ŠPORT 20:30 NAJLEPŠIE POČASIE 20:35 PRÁZDNINY III. 7 22:00 MOSTI 7 23:00 Kuriér 11 23:55 SVET POD HLAVOU 3 01:25 NOVINY TV JOJ 02:20 PRÁZDNINY III. 7 03:20 SÚDNA SIEŇ 03:50 SÚDNA SIEŇ 04:50 NOVINY TV JOJ

:1 **RTVS** 06:00 Správy RTVS „N“ 07:00 Hurá do záhrady 07:30 Ranné správy RTVS 08:30 Dvaja v meste 09:00 Doktor z hôr 09:50 Nash Bridges 10:50 Duel 11:20 5 proti 5 12:00 Správy RTVS 12:20 Dámsky klub 13:55 Folklorika 14:25 Lekári 16:00 Správy RTVS 16:25 Dvaja v meste 16:55 Doktor z hôr 17:45 Duel 18:15 5 proti 5 19:00 Správy RTVS 20:30 Filharmónia 21:20 Klinika Charité 22:10 Vrchný inšpektor Banks 23:45 Filharmónia 00:35 Klinika Charité 01:25 Vrchný inšpektor Banks 02:55 Dámsky klub

SOBOTA 20.4.2019

 **MARKÍZA** 06:00 TELEVÍZNE NOVINY 07:00 Tom a Jerry 07:25 Najsilnejšie puto 09:40 Ako vycvičiť draka 11:40 Moderná Popoluška 13:45 Klamal by som ti? 14:40 THE VOICE ČESKO SLOVENSKO 16:40 Andílek na nervy 19:00 TELEVÍZNE NOVINY 20:05 POČASIE 20:20 ŠPORTOVÉ NOVINY 20:30 Inferno Dobrodružný film MN 15 (USA-Maďarsko) 2016 T. Hanks, F. Jonesová, O. Sy, I. Khan, S. B. Knudsenová. 23:05 Robin Hood Dobrodružný film MN 15 (USA-VB) 2010 01:50 Inferno 03:50 Príchod z minulosti

 **TV JOJ** 05:25 NOVINY TV JOJ 06:15 KRIMI 06:45 NOVINY TV JOJ 07:40 Levia stráž II. 11,12 08:30 Simpsonovci XXVII. 21,22/22 09:30 Stávka na nevestu 11:30 X-Men: Budúca minulosť 14:15 Múmia 16:50 Šéf na grile 17:50 PRÁZDNINY III. 7 19:00 KRIMI 19:30 NOVINY TV JOJ 20:25 ŠPORT 20:30 NAJLEPŠIE POČASIE 20:35 Domov slečny Peregrinovej pre neobyčajné deti 22:50 Hacksaw Ridge: Zrodenie hrdinu 01:55 Pravek útočí 03:35 KRIMI 04:00 NA CHALUPE 04:45 NOVINY TV JOJ

:1 **RTVS** 05:50 Správy RTVS „N“ 06:40 Martinka 06:50 Malý Mikuláš 07:25 Yakar 07:55 Elena z Avaloru 08:15 Fidlíbumove rozprávky 09:15 Daj si čas 09:45 Rozprávky bratov Grimmovcov 10:45 On air 11:05 Park 11:40 Pavol VI. 13:20 Slečna Marpleová: Skúška nevin 14:55 Rozprávky bratov Grimmovcov 15:55 Najväčší Slovák 17:15 GRÓF MONTE CHRISTO 19:00 Správy RTVS 20:30 Očovské pastorále 21:50 Veselá Veľká noc 23:25 Slečna Marpleová: Skúška nevin 01:00 GRÓF MONTE CHRISTO 02:45 Pavol VI.

STREDA 17.4.2019

 **MARKÍZA** 06:00 Teleráno 08:30 Varte s nami 08:40 Zámena manželiek 09:55 Oteckovia 11:00 Susedské prípady 12:05 Rodinné prípady 13:00 NCIS - Národný vyšetrovací úrad 15:00 Susedské prípady 16:00 Rodinné prípady 17:00 PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY 17:25 Reflex 17:55 Oteckovia 19:00 TELEVÍZNE NOVINY 20:05 POČASIE 20:20 ŠPORTOVÉ NOVINY 20:30 2 na 1 22:20 Susedia 23:10 Kuchyňa 00:00 Dvojité agent 02:00 NCIS - Národný vyšetrovací úrad 03:30 Susedské prípady 04:15 Rodinné prípady

 **TV JOJ** 05:40 KRIMI 06:15 RANNÉ NOVINY 08:40 SÚDNA SIEŇ 09:50 SÚDNA SIEŇ 10:55 POLICAJTI V AKCII 12:00 NOVINY O 12:00 12:30 TOP STAR 12:50 OCHRANCOVIA 13:50 SÚDNA SIEŇ 14:30 V SIEDMOM NEBI 17:00 NOVINY O 17:00 17:30 SÚDNA SIEŇ: Mafoš 19:00 KRIMI 19:30 NOVINY TV JOJ 20:25 ŠPORT 20:30 NAJLEPŠIE POČASIE 20:35 Kráčajúca skala 22:40 Skorumpovaní poliši II. 1/13 23:40 SVET POD HLAVOU 4 01:05 NOVINY TV JOJ 02:00 SÚDNA SIEŇ 03:05 SÚDNA SIEŇ: Mafoš 04:05 OCHRANCOVIA 04:45 NOVINY TV JOJ

:1 **RTVS** 05:45 Správy RTVS „N“ 07:05 Folklorika 07:30 Ranné správy RTVS 08:30 Dvaja v meste 09:00 Doktor z hôr 09:50 Nash Bridges 10:50 Duel 11:20 5 proti 5 12:00 Správy RTVS 12:20 Dámsky klub 13:55 Folklorika 14:25 Lekári 15:30 Slovensko s Tiposom 16:00 Správy RTVS 16:25 Dvaja v meste 16:55 Doktor z hôr 17:45 Duel 18:15 5 proti 5 19:00 Správy RTVS 20:30 Najväčší Slovák 21:40 Ochrana štátu 23:20 Lekári 00:10 Nash Bridges 00:55 Ochrana štátu 02:30 Autosalón 02:55 Dámsky klub 04:30 Správy RTVS „N“

NEDEĽA 21.4.2019

 **MARKÍZA** 06:00 TELEVÍZNE NOVINY 07:00 Tom a Jerry 07:20 Zajac Bugs a priatelia 07:30 Tom a Jerry 07:50 Cesta na tajomný ostrov 09:45 Poklad na Striebornom jazere 12:00 2 na 1 13:50 Jack, zabíjak obrov 16:10 Kuchyňa 16:55 Horná Dolná 18:05 Susedia 19:00 TELEVÍZNE NOVINY 20:30 THE VOICE ČESKO SLOVENSKO Kto sa stane najlepším hlasom Česka a Slovenska a získa rozprávkovú výhru v hodnote 75 000 €? 22:30 Andílek na nervy 00:50 Susedia na odstrel 02:30 Jack, zabíjak obrov

 **TV JOJ** 05:30 KRIMI 06:00 NOVINY TV JOJ 06:50 V hlave 08:55 Kung Fu Panda 3 11:00 Najdlhšia jazda 13:45 Dračie srdce 4: Bitka o srdce 15:50 NOVÁ ZÁHRADA 16:50 NA CHALUPE 17:50 NOVÉ BÝVANIE DIZAJN 19:00 KRIMI 19:30 NOVINY TV JOJ 20:25 ŠPORT 20:30 NAJLEPŠIE POČASIE 20:35 Doba ľadová: Mamutí tresk Americká animovaná rodinná akčná komédia. MN 7 2016 22:35 Šesť výstrelov Americký akčný kriminálny triler. MN 18 2012 01:05 Rozvod po francúzsky 03:35 NOVINY TV JOJ 04:10 NOVÁ ZÁHRADA

:1 **RTVS** 05:55 Správy RTVS „N“ 06:50 Martinka 07:05 Malý Mikuláš 08:05 Elena z Avaloru 08:30 Zázračný ateliér 08:55 Rozprávky bratov Grimmovcov 10:00 Veľkonočná sv. omša s požehnaním Urbi et orbi 12:35 Divoká Európa 13:05 Poirot: Herkulove úlohy 14:35 Rozprávky bratov Grimmovcov 15:40 Skrytý prameň 17:15 GRÓF MONTE CHRISTO 19:00 Správy RTVS 19:55 Góly - body - sekundy 20:20 Počasie 20:30 Keď draka bolí hlava 22:05 Jana Eyrová 23:55 Poirot: Herkulove úlohy 01:25 GRÓF MONTE CHRISTO

ŠTVRTOK 18.4.2019

 **MARKÍZA** 06:00 Teleráno 08:30 Sladká výzva 08:40 Svokra 09:45 Oteckovia 10:50 Susedské prípady 11:50 Rodinné prípady 12:50 NCIS - Národný vyšetrovací úrad 14:50 Susedské prípady 15:55 Rodinné prípady 17:00 PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY 17:25 Reflex 17:55 Oteckovia 19:00 TELEVÍZNE NOVINY 20:05 POČASIE 20:20 ŠPORTOVÉ NOVINY 20:30 Horná Dolná 21:40 Dobré vedieť! 22:45 Kameňák 00:00 NCIS - Národný vyšetrovací úrad 02:20 Svokra 03:30 Susedské prípady 04:15 Rodinné prípady 04:55 TELEVÍZNE NOVINY

 **TV JOJ** 05:40 KRIMI 06:15 RANNÉ NOVINY 08:40 SÚDNA SIEŇ 09:50 SÚDNA SIEŇ 10:55 POLICAJTI V AKCII 12:00 NOVINY O 12:00 12:30 TOP STAR 12:50 OCHRANCOVIA 13:50 SÚDNA SIEŇ 14:30 V SIEDMOM NEBI 17:00 NOVINY O 17:00 17:30 SÚDNA SIEŇ 19:00 KRIMI 19:30 NOVINY TV JOJ 20:25 ŠPORT 20:30 NAJLEPŠIE POČASIE 20:35 INKOGNITO 21:45 SEDEM 22:40 INKOGNITO 23:55 INKOGNITO 01:20 NOVINY TV JOJ 02:05 SÚDNA SIEŇ 03:10 SÚDNA SIEŇ 04:00 POLICAJTI V AKCII 04:45 OCHRANCOVIA

:1 **RTVS** 05:45 Správy RTVS „N“ 07:05 Folklorika 07:30 Ranné správy RTVS 08:30 Dvaja v meste 09:00 Doktor z hôr 09:50 Nash Bridges 10:50 Duel 11:20 5 proti 5 12:00 Správy RTVS 12:20 Dámsky klub 13:55 Folklorika 14:25 Hurá do záhrady 16:00 Správy RTVS 16:25 Dvaja v meste 16:55 Doktor z hôr 17:45 Duel 18:15 5 proti 5 19:00 Správy RTVS 20:30 Zlaté časy 21:30 Viera 23:00 Radosť zo života 23:30 Doktor z hôr 00:15 Nash Bridges 01:00 Viera 02:30 Dámsky klub 04:05 Radosť zo života 04:30 Folklorika



**TIP NA
SOBOTNÝ
VEČER**

**20.4.2019
20:30
INFERNO**

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

www.drevodomystenko.sk

ZIMNÉ ZÁHRADY | PRÍSTREŠKY | TERASY

HLINÍKOVÉ PERGOLY NA ELEKTRICKÉ OVLÁDANIE

DREVDOMY €29 990€

DREVENÉ CHATKY

STROMODOMY

0911 113 130 0917 123 136
woodholz.sk@gmail.com
SME S VAMI UŽ 26 ROKOV

SKLENENÉ ZÁBRADLIA
HLINÍKOVÉ OKNÁ A DVERE
HLINÍKOVÉ FASÁDY
DREVENÉ FASÁDY

quatro STAVBY AJ NA SPLÁTKY

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD

Zvýšte hodnotu Vašej nehnuteľnosti

0905 148 393

www.BombaFasada.sk

PRED ČISTENÍM

PO OČISTENÍ

90 % prípadov znečistenia fasád je spôsobených rastom rias, machov a plesní.

Náš systém zaručuje profesionálne a ekologické čistenie fasád od všetkých nežiadúcich mikroorganizmov, rias, machov, plesní, farebných škvŕn, dymu, prachu a iných nečistôt

RÝCHLO, PROFESIONÁLNE A S DLHOTRVAJÚCIM ÚČINKOM

Bezplatná ukážka a konzultácia priamo u Vás doma

ŽELÁME VÁM PRÍJEMNÉ STRÁVENIE VEĽKEJ NOCI!

1

Gastroval

Výživový doplnok na podporu trávenia. Žiadajte vo svojej lekárni, alebo objednajte cez:

www.pilulka.sk

AIW - Práca pre opatrovateľky v Rakúsku

• 20 rokov pomáhame opatrovateľkám v Rakúsku
• sme partnerom rakúskeho Červeného kríža
• neustále dostatok ponúk
• 14-dňové turnusy, rakúska živnosť

Honorár brutto 75 €, 80 €, 90 € za 24 hod.

Dopravu hradí klient, strava a ubytovanie ZDARMA!

Kritériá pre spoluprácu s AIW:

- opatrovateľský kurz a prax
- dobrá znalosť nemeckého jazyka
- vek 25 až 60 rokov

AIW má zástupcov v rôznych mestách Slovenska!

Zavolajte na bezplatné číslo **0800 24 24 44** a dohodnite si osobné stretnutie. Pracovať môžete už o pár dní!

www.aiw.sk Facebook: aiwsk

ORAVA - zdravie z prírody rozdáva

Penzión * Oravská horáreň, Oravský Podzámok č. 396, Vám ponúka pobyty na 7 dní/6 nocí iba za 156.- EUR/1 osoba a pobyt**

Voľné termíny: 19.5 – 25.5. | 26.5 – 1.6. | 2.6 – 8.6. | 9.6 – 15.6. | 16.6. – 22.6. 2019

Pobyty sú podporované štátnou dotáciou pre nepracujúcich dôchodcov.

V cene pobytu: plná penzia, 2 x fakultatívny výlet, Čaj o piatej, folklórne vystúpenie a iné BONUSY !!!

V ponuke aj dovolenka na rekreačné poukazy s 55% úhradou !!!

Rezervácie na čísle 0918 591 942

Informácie na www.oravskahoraren.sk

ČISTÉ OKNÁ A FASÁDY BUDOV BEZ VTÁČÍCH HNIEZD

STOP HNIEZDO

www.stophniezdo.eu

Humánna mechanická ochrana okien, okenných rámov, fasád, štítov a ostien pred výstavbou hniezd...

Tel.: 0917 838 304

Práca v ČR na pozície:

OPERÁTOR VÝROBY
800 - 1000 EUR/netto

VODIČ VZV
900 - 1100 EUR/netto

ZVÁRAČ ZM1,135
11 EUR/hod.

info@konstrukter.sk
Tel.: 0908 914 180
www.konstrukter.sk