REGIONPRESS

Č. 13 / 27. MAREC 2020 / 24. ROČNÍK

SPIŠSKO

SPIŠSKONOVOVESKO-LEVOČSKO-GELNICKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 32 750 domácností

Načo?

Opäť vás, vážení čitatelia, po týždni pozdravujem. Po ďalšom z tých zlých týždňov a predsa aj mnohých dobrých udalostí. Kto chce a vie v tomto čase preukázať svoju ľudskosť, má množstvo príležitostí. Kto chce iba vo vatičke chovať svoje sebectvo, má plné špajzy a iné ho nezaujíma. Mnohí starší okolo nás potrebujú pomoc, potrebujú ľudské slovo, potrebujú upokojenie. Stres a strach im znižuje ich šance na prežitie, áno, doslova na prežitie. Myslime na to, ako sa len dá – my mladší, silnejší, odolnejší.

Načo plašiť, strašiť, rozširovať najtemnejšie scenáre, čísla, štatistiky? Pomáha predsa nádej. Hoci sa môže zdať iracionálna. Pomáha úsmev, pohladenie, pomáha optimizmus, slovo útechy. A spolupatričnosť, ktorá je obrovskému množstvu Slovákov a obyvateľov iných národností u nás na Slovensku veľmi blízka.

Načo chodiť do potravín na rodinné „výlety“, štyria za jednu rodinu, ak stačí jeden? Načo čakať v lekárni dvaja za jednu rodinu, ak stačí jeden? Načo ísť v paneláku, v ktorom býva 52 rodín za deň aj päťkrát von, ak aj psíčkarom stačí napríklad dvakrát? Načo robiť to, čo nás zbytočne ohrozuje a žiaľ, neraz nielen ohrozuje, ale aj nakazí? Načo ťahať čerta za chvost?

Milí čitatelia, v týchto a nasledujúcich dňoch sa vám budeme snažiť predovšetkým radiť. Preto aj mierne meníme náš obvyklý obsah. Snažíme sa na stránky týždenníka dostať to najpodstatnejšie, ale aj to najľudskejšie.

Opatrujte sa s rozumom, s citom, s ohľaduplnosťou, s pokorou, ale aj s odhodlaním, že prídu aj lepšie časy. Pomáhajte potrebným kdekoľvek a kedykoľvek. A nepodliehajte strachu a depresii – neškoďte si sami a iným okolo vás.

» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor

Staň sa súčasťou nášho mladého kolektívu.

Hľadáme:
ČAŠNÍKA/ČAŠNÍČKU
KUCHÁRA /KUCHÁRKU

STENLY RESTAURANT & PENSION

Miesto práce: Reštaurácia a penzión Stenly, Spišský Štvrtok
Termín nástupu: marec, apríl / 2020
Mzda: 3 - 3,5€ netto + dohoda

Kontakt: info@penzionstenly.eu, 0911 978 340

79-0071

VYKUPUJEME STARÉ KRESANÉ
drevo, dosky, hranoly, stodola, humno, sýpka, pajta
PONÚKAME AJ BÚRACIE PRÁCE
tel: 0908 795 502
info@staryhranol.sk

86-0094

ZATEPLOVANIE PODKROVIA
- STRIEKANÁ PUR PENA
- FÚKANÁ CELULÓZA
- MONTÁŽ SADROKARTÓNOV
+48 602-521-334
www.myrdaizolacje.pl

99-0022

HĽADÁTE ZAMESTNANCA?
SKÚSTE TO CELOSLOVENSKOU INZERCIOU V NAŠICH NOVINÁCH
0905 719 139
www.regionpress.sk

VSTAVANÉ SKRINE!
ZĽAVA -40% až do
EXTRA BONUS - 300 €
0911 646 960 nonstop linka
...ZARIADIME VÁM CELÝ INTERIÉR! www.skrinesosna.sk
firma SOSNA | 0911 646 960, 0907 066 581

79-0090

Prijíma objednávky na:
- kurčatá brojlere jednodňové
- kurčatá brojlere okolo 1 kg
- morky 7-týždňové
- nosnice 6-16 týždňové
- kačky, husi a husokačky

HYDINA KUBUS s.r.o.
VEĽKÝ SLAVKOV 290

Objednávky na tel. č.: 052/776 73 59, 052/776 73 60, 0911 952 229
Informácie: Pondelok - Piatok : 8.00 do 15.00 hod.

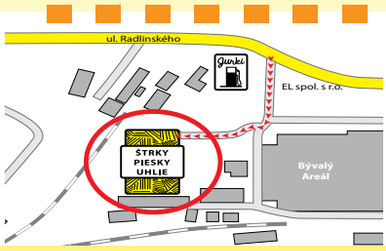
99-0038-2

PD Hôrka nad Váhom, hydinárska farma
Predaj odchovaných 14 -18 týždňových
kuričiek DOMINANT
Predaj denne
Letanovce od 8.00-16.00 h.
Tel: 0905 231 034, 0905 429 495
pdhorka@nextra.sk

75-28

Nedostávate vaše obľúbené noviny do schránky?
Napíšte nám do redakcie
furmanikova@regionpress.sk

ŠTRKY · PIESKY · UHLIE
- štrk betonársky (0-22)
- piesok betonársky (0-4)
- drvené kamenivo (všetky frakcie)
- piesok obsypový (0-1)



0907 519 566
ZA NEPOUŽITÝ NEZNEČISTENÝ ŠTRK VÁM VRÁTIME PENIAZE SPÄŤ !!!
AUTODOPRAVA ZEMNÉ PRÁCE KAMENE
Radlinského 17, Spišská nová Ves
ŠTIEPANÉ OKRASNÉ DLAŽOBNÉ
BETÓNOVÉ SKRUŽE POKLOPY

79-0078

NAJLACNEJŠIE POISTENIE TU
PZP | HAVARIJNÉ | CESTOVNÉ | MAJETKOVÉ
LEASING / ÚVER
Merkury Broker
Gorkého 5, Spišská Nová Ves, 0918 808 148
Hlavná 2, Gelnica, 0915 293 777

79-0016

SPIŠSKO
SPIŠSKONOVOVESKO-LEVOČSKO-GELNICKO

Redakcia: Bajkalská 3852/20
POPRAD
spisko@regionpress.sk

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

INZERCIA
Jana Furmaniková **0905 719 139**

Distribúcia:
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk
Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (32.750 domácností)

párny týždeň:
Smižany, Levoča, Domaňovce, Spišské Podhradie, Spišský Hrhov, Spišský Štvrtok, Gelnica, Novoveská Huta, Spišská Nová Ves, Danišovce, Harichovce, Hrabušice, Iliašovce, Jamník, Krompachy, Letanovce, Lieskovany, Markušovce, Odorín, Spišské Tomášovce, Spišské Vlachy, Spišský Hrušov, Teplička

nepárny týždeň:
Smižany, Levoča, Domaňovce, Spišské Podhradie, Spišský Hrhov, Spišský Štvrtok, Margecany, Prakovce, Spišská Nová Ves, Danišovce, Harichovce, Hrabušice, Iliašovce, Jamník, Krompachy, Letanovce, Lieskovany, Markušovce, Odorín, Spišské Tomášovce, Spišské Vlachy, Spišský Hrušov, Teplička

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	94.750	**Bratislavsko** Východ
BZ	100.200	**Bratislavsko** Západ
DS	33.080	**Dunajskostredsko**
GA	31.290	**Galantsko+Šaliansko**
HC	28.510	**Hlohovecko**+Sereďsko
KM	16.370	**Komárňansko**
LV	31.310	**Levicko**
MA	27.450	**Malacko**
NR	54.930	**Nitriansko**
NZ	34.140	**Novozámocko**
PK	18.210	**Pezinsko**
PN	38.810	**Piešťansko**+NM+MY
SC	27.920	**Senecko**
SE	34.570	**Senicko+Skalicko**
TO	40.560	**Topoľčiansko**+PE+BN
TN	59.430	**Trenčiansko**+DCA+IL
TT	46.550	**Trnavsko**
ZM	18.990	**Zlatomoravsko**

Stredné Slovensko

BB	50.530	**Banskobystricko**+BR
KY	29.120	**Kysucko**=CA+KM
LI	35.020	**Liptovsko**=LM+RK
LC	30.690	**Lučenecko**+VK+PT
MT	41.690	**Martinsko**+TR
OR	36.230	**Oravsko**=DK+NO+TS
PB	28.230	**Považsko**=PB+PU
PD	41.340	**Prievidsko**
ZV	39.560	**Zvolensko**+DT+KA
ZH	27.490	**Žiarsko**+ZC+BS
ZA	52.120	**Žilinsko**+BY

Východné Slovensko

BJ	33.870	**Bardejovsko**+SK+SP
GE	28.710	**Gemersko** = RV+RS+RA
HU	26.640	**Humensko**=VT+SV+ML
KE	83.740	**Košicko**
KS	20.730	**Košicko** okolie
SL	12.970	**Ľubovniansko**
MI	29.620	**Michalovsko**+TV+SO
PP	41.130	**Popradsko**+KK
PO	45.115	**Prešovsko**+SB
SN	32.750	**Spišsko**+LE+GL

SUDOKU

			5			8	2	
			8	3		6		
	3		4		2			
					3			
		5		1		4	6	9
							8	1
8			9				4	
	2	4		5	6		1	
9						2		

SUDOKU

				1				
			6		5			
			4	8				
	3			9				
5			8	4	3	9		
8		6					7	
	6	8		7		1		5
9	1	5					3	8
7	4					6	9	

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

»Predám 4ks letné pneu polovičný dezén na zachovalých aludiskoch na WV GOLF 30€/ks. 0907 818 833

»Kúpim Jawu, CZ, MZ, Simson môžu byť aj nepojazdné alebo len diely. 0949 505 827

»KÚPIM staré motorky: JAWA-CZ,TATRAN, STADION, PIONIER, vozík za motorku PAV41 aj nekompletné alebo diely. 0905 450 533

03 BYTY / predaj

»Predám 3 izb. byt Tel. 0944 011 145

04 BYTY / prenájom

»Dám do podnájmu 1izbový byt v Krompachoch 0949 223 430

05 DOMY / predaj

06 POZEMKY / predaj

07 REALITY / iné

»Chcete predať nehnuteľnosť? Kúpim v hotovosti. Tel. 0948 068 938

08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie, 0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

»Kúpim KRÁLIČIE KOŽE 0905 350 531

»Kúpim jelenie parožie za najlepšiu cenu! 0944 132 200

11 HOBBY A ŠPORT

»Kúpim starú vojenskú vzduchovku. 0905 450 533

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

»Kúpim hokejové kartičky slovenskej extraligy 0908 876 988

»Kúpim staré odznaky, vyznamenania, mince, hodinky. 0907 910 755

»Kúpim tkané plátno, vrecia, kroje, šatky, sukne, starožitnosti, 0909 117 320

»Kúpim starý fotoap. 0908 896 736.

»Kúpim staré mažiare, zvony a mince, 0903929268

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

Chcete si podať inzerát?
Návod nájdete na strane 3 dolu.

Sociálna poisťovňa – OČR, PN

Ústredný krízový štáb odporučil, aby Sociálna poisťovňa priznala ošetrovné pri osobnej a celodennej starostlivosti o dieťa vo veku do 10 rokov (10 rokov + 364 dní) počas celého obdobia, na ktoré príslušný orgán vyhlásil mimoriadnu situáciu/núdzový stav a svojim rozhodnutím uzavrel školské a predškolské zariadenia.

Sociálna poisťovňa preto automaticky predĺži trvanie a následnú výplatu aktuálne začatých 14 – dňových OČR-iek bez to, aby si rodič musel podávať novú žiadosť. O dávku bude poistenec žiadať novou žiadosťou len vtedy, ak sa na OČR rodičia potrebujú vystriedať. Rodičia sa môžu striedať najskôr po uplynutí 10 dní.

Preukaz o trvaní PN

V prípade dočasných PN vystavených v súvislosti s koronavírusom pacient nemusí Sociálnej poisťovni takéto potvrdenie doručiť, ani navštíviť ošetrujúceho lekára. Preukaz o trvaní dočasnej PN (tzv. lístok na peniaze) Sociálnej poisťovne pošle lekár. Ostatní pacienti, ktorí sú na dočasnej PN s diagnózami, ktoré nesúvisia s koronavírusom, posielajú preukazy o trvaní PN sami štandardným postupom (poštou alebo do schránky na pobočke).

Ako majú pediatri potvrdzovať žiadosti o ošetrovné

Žiadosť o ošetrovné zverejnená na webovej stránke Sociálnej poisťovne slúži výlučne rodičom na uplatnenie nároku na dávku ošetrovné. Pediatri ju nepotvrdzujú, to znamená, že rodičia ju majú poslať príslušnej pobočke Sociálnej poisťovne e- mailom bez potvrdenia lekárom.

Ak je škola uzatvorená z dôvodu nariadenia príslušného orgánu (ústredný krízový štáb), pediatri potvrdia rodičom detí starších ako 10 rokov (11 rokov a viac) Žiadosť o ošetrovné (fialové tlačivo), pričom pediatri vypíšu časť A tohto potvrdenia. Vypísaním tohto potvrdenia pediater potvrdí, že takéto dieťa vyžaduje osobné a celodenné ošetrovania z dôvodu, že jeho mentálne alebo fyzické schopnosti mu nedovoľujú zvládnuť pobyt v domácom prostredí bez dozoru rodiča. Z uvedeného vyplýva, že potrebu osobného a celodenného ošetrovania u detí nad 11 rokov musí verifikovať pediater. Ako dôvod potvrdenia potreby ošetrovania sa v zdravotnej dokumentácii uvedie diagnóza U07.2.

» Zdroj: SP (krátené)

83-0066

Výročia a udalosti

2. apríl
je **Medzinárodný deň detskej knihy**.

3. apríla 1876
sa narodil **Tomáš Baťa**, český podnikateľ.

INZERCIA 0905 719 139

Výročia a udalosti

31. marca 1901
mala v pražskom Národnom divadle svoju **premiéru opera Rusalka**.

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare:
RPmedzera SN medzera Číslo rubrikymedzera Text inzerátu

Príklad:
RP SN 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 neúčtujeme. **Upozornenie! Služba nefunguje u operátora 4ka.**
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, **SN** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete na zadnej strane vľavo dolu. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

KANADSKÁ IZOLÁCIA FÚKANÁ IZOLÁCIA
ICYNENE® ISOCELL

made in Canada since 1986
AXA - PROPERTY™
zatepľovacie centrum
Pracujeme kvalitne, aj keď sa nikto nepozerá ...™
v zime hreje v lete chladí
info@axaproperty.sk 0911 313 632 www.axaproperty.sk
79-0081

Tri zázračné rastlinky

Začína sa ich sezóna. Tak by bola veľká škoda nevyužiť ich vlastnosti. Bude však treba zájsť aj kúsok ďalej, ako iba do záhradky.

Cesnak medvedí

Cesnak medvedí je vraj zdravší ako bežný cesnak. Je vhodný na prečistenie organizmu a priaznivo vplýva na kožné problémy. Listy cesnaku stačí nakrájať na chlieb – podobne ako pažítku, alebo pridať nasekané do omáčky. Treba však dávať veľký pozor a nepomýliť si ich s listami konvalinky. Dôležitý poznávací znak je vôňa cesnaku.

Nezabudnuteľný podbeľ liečivý

Skorá jarná bylinka sa objavuje tiež už v marci. Žlté kvety priam kričia v blízkosti malých vodných tokov a lákajú lietajúci hmyz. Podbeľ sa používa pri kašli, prechladnutí aj astme. Podbeľ možno užívať v podobe sirupu a čaju.

Prvosienka jarná

Žlté kvietky zbadáme na okraji lesov, na medzi, či lúke. Pomáhajú pri zahlienení a sú skvelé na regeneráciu pokožky. Pôsobia močopudne, uvoľňujú močové kamene, zmierňujú reumatické ťažkosti a dnu. Prvosienka zmierňuje migrénu a bolesti hlavy. Z kvetov prvosienky si pripravíme aj čaj. Zalejme lyžičku kvetov vriacou vodou a lúhujme cca 10-15 minút. Následne precedíme a popíjajme po dúškoch.

Všetko od zeleniny

Treba pripomenúť, že v tomto období a v situácii, v ktorej verejné zdravie je, je potrebné konzumovať čo najviac vitamínov a cenných látok v živej podobe – v zelenine a v ovocí. Odborníci radia až pol kilogramu tejto zložky v strave na deň a osobu. Pridajte k tomu 20 minút pobytu na slnku (hoci aj na balkóne) a po vitamíny určite nemusíte do lekárne. A ak ich aj práve nezoženiete v tom obvyklom širokom sortimente, kvasená kapusta je vždy a všade. Kvasená kapusta je doslova imunitná bomba. Jedna šálka kvasenej kapusty, čo je približne 150 gramov obsahuje 27 kalórií, ani gram tuku, 7 gramov sacharidov, 4 gramy vlákniny, 1 gram proteínov, 35 percent odporúčanej výživovej dávky vitamínu C a 23 percent vitamínu K. Obsahuje aj železo, magnézium, vitamín B6, foláty, med a draslík.

» red

Dodatočné konanie o dedičstve

Prípad, kedy sa objaví časť majetku poručiteľa, resp. osoby, ktorá zomrela až po tom, ako bolo to prvé, resp. pôvodné konanie o dedičstve právoplatne skončené, nie je v právnej ani notárskej praxi vôbec nezvyčajné.

Postup a právna úprava prejednania dodatočného konania o dedičstve je priamo upravená v Civilnom mimosporovom poriadku. Podľa predmetnej právnej úpravy, ak by sa po tom ako uznesenie o dedičstve (v predchádzajúcej právnej úprave osvedčenie o dedičstve) nadobudlo právoplatnosť, objavil ďalší majetok po poručiteľovi, prípadne spolu s majetkom aj dlh, tak súd vykoná o tomto majetku dodatočné konanie o dedičstve. Ak by sa objavil len samotný dlh, teda bez ďalšieho novoobjaveného majetku, súd nevykoná dodatočné konanie. Takéto konanie je možné začať na návrh alebo aj bez návrhu. V tomto návrhu je potrebné uviesť informácie o pôvodnom konaní o dedičstve, a to uviesť kto pôvodné konanie vykonal spolu s označením rozhodnutia, ktorým bolo pôvodné konanie právoplatne skončené. Toto rozhodnutie (bez ohľadu na označenie či už uznesenie o dedičstve alebo osvedčenie o dedičstve) by bolo vhodné priložiť ako dôkaz k návrhu.

Ďalej je potrebné v návrhu opísať novoobjavený majetok. Tieto tvrdenia je potrebné preukázať dôkazom, napríklad výpisom z listu vlastníctva. Tento výpis nemusí byť použiteľný na právne úkony, postačuje výpis vytlačený z online portálu https://www.katasterportal.sk/kapor/ . Osobami oprávnenými na podanie takéhoto návrhu sú predovšetkým tí, o ktorých sa možno domnievať, že sú dedičmi poručiteľa. Vo výnimočných situáciách môže byť toto konanie začaté aj bez návrhu, a to na podnet súdu, notára, štátneho orgánu alebo orgánu územnej samosprávy.

V prípade, ak by poručiteľ zanechal po svojej smrti závet, v ktorom by určil všetkých dedičov spolu s ich dedičskými podielmi, a to k celému svojmu majetku, tak takýto závet by sa vzťahoval podľa jeho znenia na všetok majetok poručiteľa, teda aj na majetok objavený neskôr. V dodatočnom konaní o dedičstve by sa postupovalo podľa tohto závetu. V prípade, ak by poručiteľ závet nezanechal alebo by aj zanechal, ale tento by sa vzťahoval len na konkrétny majetok, ktorý sa už prejednal v pôvodnom konaní, tak tento novobjavený majetok by sa dedil podľa zákona.

V4 Legal LAW FIRM
» Tím advokátskej kancelárie V4 Legal, s.r.o.
e-mail: info@v4legal.sk, www.v4legal.sk

WWW.REGIONPRESS.SK

Hygiena v aute

V týchto dňoch viacerí z nás využívajú na prepravu viac osobné auto, ako hromadnú dopravu.

Tankovanie

Pred vystúpením z auta si nasaďte rukavice – stačia aj tie, ktoré používate napríklad pri nákupe pečiva. Až potom vezmite tankovaciu pištoľ zo stojana. Rukavice odhoďte po naplnení nádrže do koša pri stojane. Platťe bankomatovou kartou, alebo telefónom. Ak vstupujete do predajne, nasaďte si rúško. To majte aj za jazdy v aute, ak sa neveziete sami. Po natankovaní si umyte ruky a až potom odíďte z čerapacej stanice.

Dezinfekcia

Najlepší je ozón z ozónového generátora. Stačia aj alkoholové roztoky na miesta, ktorých sa najviac dotýkate.

Pasažieri

Ak beriete so sebou napríklad na nákup staršieho suseda, zapíšte si, kto, kedy s vami cestoval. Zdravotnícke orgány sa vždy snažia vystopovať pôvodcu – nositeľa či šíriteľa vírusu. Ak cestujete celá rodina, majte všetci rúška, vrátane detí.

Náklad

Batožiny po vyložení po ceste pretrite ešte pred ich vybaľovaním alkoholovým roztokom a až potom ich zaneste do interiéru.

» red

Informácie pre majiteľov psíkov

Karanténa a domáce zvieratá. Aj tu by mali platiť základné pravidlá.

V prípade psov nesmie chýbať pravidelné chodenie von. Pripomína to iniciatíva Zvierací ombudsman. Iniciatíva poukazuje na to, že pre seniorov by bolo dobré, ak by im psa zobral von mladší sused či rodina.

„Každý, kto seniorom poskytne takúto pomoc, však musí dodržiavať mimoriadne prísne opatrenia - nosiť rúško, rukavice, so seniorom stráviť len nevyhnutný čas na prebratie a odovzdanie psa," poznamenala.

Veterinárna lekárka Martina Karasová, ktorá spolupracuje so Zvieracím ombudsmanom, pripomína, že vedcami zatiaľ nie je potvrdené, že by sa ochorenie COVID-19 prenášalo na domáce zviera a následne na človeka. Koronavírus sa môže prenášať v srsti zvieraťa, ktoré prišlo do kontaktu s chorým.

Ideálne by podľa veterinárky bolo, aby bol kontakt s domácim zvieraťom obmedzený len na členov rodiny, ktorí spolu žijú v jednej domácnosti. Martina Karasová odporúča vyhýbať sa ďalším ľuďom, ktorí chodia von so psom, a tiež kontaktu zvierat medzi sebou.

» red

Červený kríž hľadá dobrovoľníkov

Hľadá dobrovoľníkov, ktorí budú ochotní pomôcť s jednoduchými úkonmi – distribúciou prípadnej materiálnej pomoci, vyzdvihnutím liekov v lekárni, nákupom pre seniorov, osamelých rodičov alebo ľudí v karanténe, príp. distribúciou ochranných rúšok, psychosociálnou pomocou.

Zdravotnícke vzdelanie nie je podmienkou (no nevylučuje sa). Vekové obmedzenie dobrovoľníkov je medzi18 až 50 rokmi.

V prípade potreby – v závislosti od počtu a naliehavosti požiadaviek ľudí, ktorí budú pomoc potrebovať (seniori a pod.) - vás následne budú kontaktovať kolegovia z územného spolku SČK, do ktorého pôsobnosti patrí mesto, obec, okres, ktoré uviedete vo formulári na webovej stránke Slovenského Červeného kríža. Stačí vyplniť požadované údaje podľa tam zadaného formulára.

SPOLU POMÔŽEME SLOVENSKÝ ČERVENÝ KRÍŽ

» red

Čo a ako s rúškami

Všetci ich používame na verejnosti, povinne si ich nasadzujeme pred vstupom do obchodov, lekární, dopravných prostriedkov.

Používame rôzne rúška, najviac však doma vyrábané. Ako s nimi zabochádzať?

Použité rúška či respirátory treba dať do plastovej tašky, vreca a pevne uzavrieť, vrece či tašku treba vyhodiť do nevytriedeného komunálneho odpadu (čierny kontajner). použité rúška či respirátory nepatria do triedeného odpadu, treba si po manipulácii s nimi umyť si ruky a postupovať podľa všetkých hygienických pravidiel.

Ak máte doma šité z pevnejšieho materiálu, môžete ich prepať a potom prežehliť, to by malo nahradiť bežnú dezinfekciu. Čím pevnejší materiál, tým vyššia teplota vody počas prania.

» red

BALKÓNY • ZIMNÉ ZÁHRADY • TERASY

zasklievanie terás

splátky od 98 €

zimné záhrady

splátky od 149 €

Zľavy platia do 31.3.2020.

VYUŽITE ŠPECIÁLNE ZĽAVY AŽ DO 40%

VYHRAJTE 400 €

oblastné zastúpenie pre východný región
0918 973 129 | www.balkona.eu

Ku každej objednávke darček | Možnosť splátok s 0% úrokom

BALKONA BALKÓNOVÉ A OKENNÉ SYSTÉMY

63-0054

Brigáda v pokladni - DVP

Staň sa jedným z mnohých statočných dnešných dní!

Miesto práce
Gelnica

Termín nástupu
ihneď (ASAP)

Pracovný pomer
na dohodu (brigáda)

Mzdové podmienky (brutto)
4,6 EUR/hod.

FRESH Plus

66-0051

Hrdinovia medzi rodičmi

Sú medzi nami a zvládajú to. Osamele žijúci rodičia s deťmi, bez manželiek, manželov, alebo rodičia, ktorí sa aj v pre nás inak normálnej situácii starajú o deti, ktoré toho potrebujú oveľa viac ako bežná vzorka populácie.

„Z každej strany *počúvať, aké je to hrozné, obmedzujúce, depresívne. Nevravím, že situácia je pozitívna. Avšak musím sa úprimne priznať, že pre mňa, a verím, že píšem aj za rodičov a rodiny ostatných detí s diagnózami nie bežnými, ale zriedkavým, vzácnymi, či častými... v podstate „normálna“. Napísala pani Barbora Zajačková. A pokračuje - „Ľudia, práve teraz prežíva svet to čo bežná rodina s jedným trvalo chorým členom na zriedkavú diagnózu - depresiu, izoláciu, neistotu, nevedomosť, nedostupnosť liečby či odborníkov... nedostatok informácií, pochopenia a pomocnej ruky... Konečne ľudia vnímajú aj niečo iné ako peniaze a hmotné statky - tie sú asi každému teraz na dve veci... Ani neviete, koľkí z rodín, ktoré majú dieťatko alebo člena so zriedkavou chorobou doma takto žijú mesiace, roky, desaťročia! Tak teraz viete, ako sa cítia, ako bez prstov na rukách, keď nie je istota, čo bude zajtra a či bude vôbec lepšie... Chcem tým len napísať, že žiadna depresia, naučte sa konečne žiť a vnímať svet inak ako doteraz... a tie úbohé frázy o tom, aké je to strašné, že sa nikam nedá ísť, si strčme za klobúk! Prežijete, nebojte sa, len tí, ktorí máte problém vydržať sami so sebou znamená, že niekde je u vás a vo vás chyba programu. Držím palce, aby ste ju našli a hľadali spôsoby na jej elimináciu, lebo už teraz sa svet zmenil!“* Citujeme z posolstva pani Barbory Zajačkovej.

Ďalší čitateľ nás upozornil na to, že existujú rodiny s jedným rodičom a napísal:

„Napriek všetkému*, čo sa v týchto dňoch vo svete deje, 21. marec bol Medzinárodný deň Jednorodiča! Tento deň, bol v roku 1984 stanovený na počesť a uznanie oddanosti a dôležitej úlohy jednorodičov v životoch nezaopatrených detí a celej neúplnej rodiny. Sme presvedčení, že je dôležitejšie ako kedykoľvek predtým zdieľať príbehy o jednorodičovských rodinách a objasniť situáciu v akej sa neúplné rodiny v súčasnosti nachádzajú. Teraz musíme viac ako kedykoľvek predtým zdôrazniť dôležitú úlohu a vynikajúcu prácu, ktorú jednorodičia každodenne vykonávajú pri striedaní pracovného a rodinného života. Často pod veľkým finančným a emocionálnym tlakom a to všetko pre svoje rodiny. Môžeme v týchto časoch všetci spoločne podporiť túto myšlienku a spomenúť si na susedu alebo suseda, ktorý sám vychováva deti. Na Slovensku sú v každej 14-tej domácnosti deti vychovávané jednorodičom.“*

» red

Slová pre veriacich

Všetko je mimo svoj obvyklý rytmus. Vrátane toho, čo sme si ani nedokázali predstaviť. Chrámy sú uzavreté a prichádzajú významné sviatky.

Omše v kostoloch nebudú určite minimálne až do konca marca. Pôvodné rozhodnutie, ktoré prijala Konferencia biskupov Slovenska a platilo do 23. marca, sa predlžuje do 31. marca. Slávnosti Veľkej noci a celého Veľkého týždňa vo Vatikáne sa uskutočnia bez prítomnosti verejnosti.

Ako sa zmieriť s Bohom v čase, keď nemáme možnosť pristúpiť k sviatostnej spovedi? Na túto otázku dal v piatok 20. marca odpoveď pápež František pri rannej homílii v Dome sv. Marty. Veriacim pripomenul učenie Katechizmu Katolíckej cirkvi o sile dokonalej ľútosti.

Salus animarum - spása duší - je najvyšším zákonom Cirkvi.

„Viem, že mnohí z vás na Veľkú noc chodíte na spoveď, aby ste sa znovu stretli s Bohom. Mnohí mi však dnes povedia: „Ale otče, kde môžem nájsť kňaza, spovedníka, veď sa nemôže vychádzať z domu? Ja sa však chcem zmieriť s Pánom, chcem, aby ma objal, aby ma objal ako Otec... Čo mám robiť, ak nenachádzam kňaza?“ - Rob to, čo hovorí Katechizmus. Je to veľmi jasné: Ak nenájdeš kňaza, aby si sa vyspovedal, hovor k Bohu, tvojmu Otcovi a povedz mu pravdu: „Pane, vyviedol som toto, toto a toto... Prepáč mi“ a pros o odpustenie s celým srdcom, so skutkom ľútosti a sľúb mu: „Neskôr sa vyspovedám, no teraz mi odpusť“. A v tej chvíli sa vraciaš do Božej milosti.“ vyhlásil pápež František. Hovoril takto o „duchovnom svätom prijímaní Eucharistie, čo je veľmi odporúčaná prax, keď nie je možné sviatostné prijímanie. „Hovorím to pre všetkých, najmä pre ľudí, ktorí sú osamelí.“

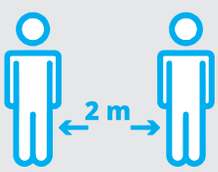
Aktuálne dianie

Apoštolská penitenciária v piatok 20. marca vydala dekrét, ktorým Cirkev umožňuje získanie plnomocných odpustkov ľuďom nakazeným koronavírusom, tým, ktorí ich ošetrujú, ako aj všetkým veriacim na svete, ktorí sa za nich modlia. Dnes bola zároveň vydaná i nóta, ktorá pripomína, že v extrémnych situáciách je možné udeliť i hromadné rozhrešenie.

» red

Nové opatrenia vlády proti šíreniu koronavírusu

POVINNÉ NOSENIE RÚŠKA MIMO BYDLISKA



STÁTIE V RADOCH V 2-METROVÝCH ROZOSTUPOCH

PRIORITNÁ OTVÁRACIA DOBA PRE SENIOROV 9:00 – 12:00 HOD.

ZATVORENÉ VŠETKY PREDAJNE V NEDEĽU

OBCE A MESTÁ ZRIADIA TELEFÓNNE LINKY NA DONÁŠKU A POMOC PRE ĽUDÍ, KTORÍ NEMÔŽU CHODIŤ VON

MERANIE TEPLOTY PRED OBCHODMI A NEMOCNICAMI

MONITOROVANIE POHYBU ĽUDÍ V KARANTÉNE PROSTREDNÍCTVOM MOBILOV

POSIELANIE SMS ĽUĎOM NAD 65 ROKOV S DÔLEŽITÝMI OPATRENIAMI

NONSTOP INFOLINKA **0800 221 234** **02/3232 3838**

Desatoro podnikateľa, ktorý porazil krízu

Máme pre Vás dobrú správu: Každá kríza sa raz skončí. Svet po nej bude vyzerať inak. Aj Vaše podnikanie bude iné. Bude presne také, ako ho Vy zmeníte.

Ak budeme bojovať nielen opatreniami na ochranu zdravia, ale aj na podporu ekonomiky, vírus časom porazíme aj v ekonomike. Ak sa mu však poddáme, prestaneme nakupovať a predávať, vírus možno porazíme zdravotne, ale ekonomicky porazí on nás. Urobme preto všetci maximum pre rýchly návrat ekonomiky do normálu!

Zamysleli sme sa, ako asi vyzerá podnikateľ, ktorý zvládol úspešne súčasnú krízu. V REGIONPRESSe už vyše 20 rokov veľmi úzko spolupracujeme s malými a strednými firmami a poznáme tisícky ich príbehov. Aj naše podnikanie je v súčasnosti veľmi tvrdo zasiahnuté. Rastieme aj padáme s našimi klientami – malými a strednými firmami vo všetkých kútoch Slovenska. Preto sme pripravili 10 bodov, ktorými sa podľa nás líšia tí, čo aktuálnu krízu porazia od tých, ktorí budú na strane porazených.

Čo teda podľa nás robia tí, ktorí vyšli z krízy posilnení?

1 Obmedzujú sledovanie správ a sociálnych sietí

Nekonečné počúvanie toho, čo nám hrozí, nás nezachráni. Vyhraďte si krátky čas, kedy skontrolujete relevantné zdroje, aby Vám neušli dôležité informácie. A do práce!

2 Postarajú sa o zdravie zamestnancov

Chorý zamestnanec Vám nepomôže a ten, čo je v karanténe, iba obmedzene. Ako to v niečom preháňať, tak v hygiene a ochrane Vašich ľudí. Okrem toho pravidelne kontrolujte zdravotný stav ľudí nielen vo vašej firme, ale pýtajte sa ich denne aj na blízkych, s ktorými prišli do kontaktu.

3 Vytvárajú alternatívy

Viacerí podnikatelia po zatvorení predajní dodávajú tovar cez kuriérov. Ďalší zmenili vyrábaný, či predávaný sortiment. Alternatívu treba mať vo všetkom. Dodávatelia, distribúcia, spôsoby komunikácie so zákazníkmi, ale aj tovar či služby. Mnohí už pochopili, že ak nemali e-shop alebo nevyužívali možnosť dovozu tovaru k zákazníkom, mali by rýchlo začať. Alternatívu však treba nachádzať vo všetkom. Napríklad aj v tom, kto prijme rozhodnutia, ak vy nemôžete.

4 Ukazujú starostlivosť

Vaši existujúci zákazníci sú a budú kľúčoví pri tvorbe Vašej povesti. Teraz máte príležitosť urobiť pre nich niečo, čo významne utuží Vaše vzťahy. Spojte sa s nimi a zistite, či by niečo nepotrebovali. Nemusí Vás to nič stáť – skladovaciu či dopravnú kapacitu, ktorú práve nepotrebujete, informácie, kontakty, či radu.

5 Spíšu si zoznam príležitostí

Niektoré veci ste chceli urobiť dávno, ale nebol na ne čas. Iné Vám napadli len teraz. Preto ak máte teraz čas, v pokoji si napíšte zoznam: Čo som za posledný rok chcel a neurobil. Určite si priority a potom sa do toho pustite!

6 Skracujú všetky termíny

Zmeňte čo treba a zmeňte to rýchlo. Minimalizujte čas na presun informácií smerom k Vám (od zákazníka, partnera), čas Vášho rozhodovania a aj čas, kedy sa Vaše rozhodnutie zmení na čin. Ak to zrýchli možnosť zmeny, delegujte rozhodovacie právomoci. To, čo neviete urobiť rýchlo, dajte si na zoznam príležitostí z predchádzajúceho bodu.

7 Zdieľajú informácie

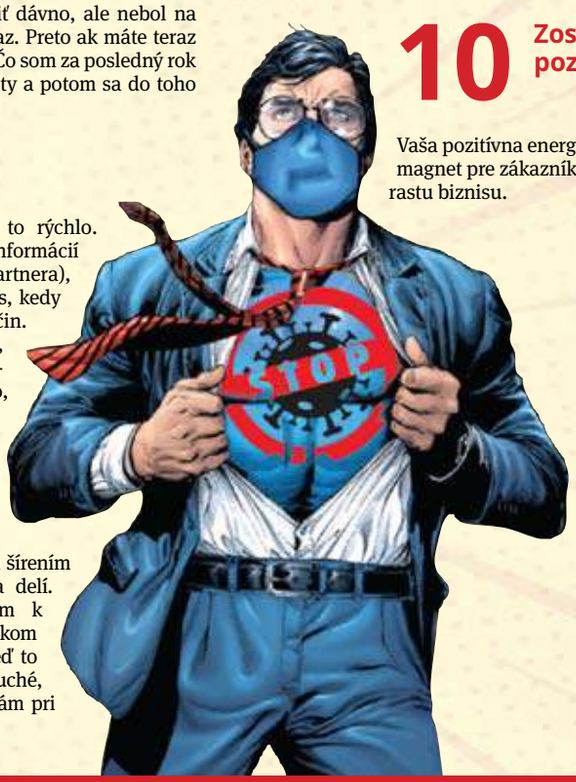
Radosť z dobrých správ sa ich šírením znásobuje, smútok zo zlých sa delí. Platí to predovšetkým smerom k zamestnancom, ale aj k zákazníkom či obchodným partnerom. Aj keď to na začiatku nemusí byť jednoduché, pravidelne im napíšte, ako sa Vám pri boji s krízou darí.

8 Prichádzajú s niečím novým a dajú to vedieť

Čokoľvek čo urobíte, akákoľvek nová aktivita, bude signálom pre všetkých naokolo, že vy ste to nevzdali a nepotápate sa, že bojujete. Ten, kto sa snaží a bojuje si určite skôr získa sympatie zákazníkov, ako ten, čo sa skryl.

9 Investujú do spoznania nových klientov

Je čas zaujímať sa aj o nových klientov. Aj keď z toho nebude okamžitý príjem, teraz je kľúčové byť v kontakte a komunikovať. Keďže kríza veľa zmení aj na strane zákazníkov, je dôležité byť na tieto zmeny pripravený



10 Zostanú pozitívni

Vaša pozitívna energia je najväčší magnet pre zákazníkov a motor rastu biznisu.

Ešte stále nie ste presvedčení? Tak Vás skúsime motivovať.

Ak máte na svojom Zozname príležitostí niečo, čomu by pomohla reklamná kampaň, sme pripravení pomôcť. Môže ísť o celkom nový projekt, alebo o vylepšenie toho, čo už robíte. Napíšte nám na mail **sutaz@regionpress.sk** *krátku predstavu o vašej aktivite a my odmeníme*

5 projektov **INZERTNOU PODPOROU v novinách v hodnote** **5 000 EUR**

plus bezplatným vypracovaním ONLINE STRATÉGIE pre úspech projektu na internete.

Nápady posielajte do nedele 5. apríla. Víťazov oznámime v nasledujúcom vydaní. Pri výbere budeme brať do úvahy najmä podnikateľskú odvahu a odhodlanie poraziť krízu aj v ekonomike.

Oplatí sa !

TOP PONUKY TÝŽDŇA

ECO Energy® energetické poradenstvo

CHCETE VYUŽÍVAŤ SLNEČNÚ ENERGIU NA MAXIMUM?

Teraz už môžete vďaka neobmedzenej virtuálnej batérií, z ktorej čerpáte elektrickú energiu pre celú Vašu domácnosť večer aj ráno. Spotrebujete ju dokonca ešte skôr ako ju vyrobíte, stačí keď ju vrátite počas roka.

NAŠA FIRMA ZABEZPEČUJE KOMPLETNÚ ADMINISTRÁCIU PRE ZÍSKANIE DOTÁCIÍ

www.ecoenergy.sk • info@ecoenergy.sk | **infolinka: 0800 909 909, 0948 930 940**

POTVRDENÉ NAŠIMI ZÁKAZNÍKMI !!!

Ako jediný na trhu Vám prinášame možnosť splatiť si Vaše nové zariadenie, ktoré Vám bude celý život šetriť Vašu peňaženku. Toto zariadenie si navyšesplatíte z usporených financií, ktoré by ste aj tak zaplatili za nákup elektrickej energie.

- 3 ploché kolektory, 300 l bojler v cene
- návratnosť investície 2-3 roky
- kompletná konštrukcia na strechu + pripojovacie potrubie
- spoľahlivo pokryje spotrebu teplej vody od marca do októbra

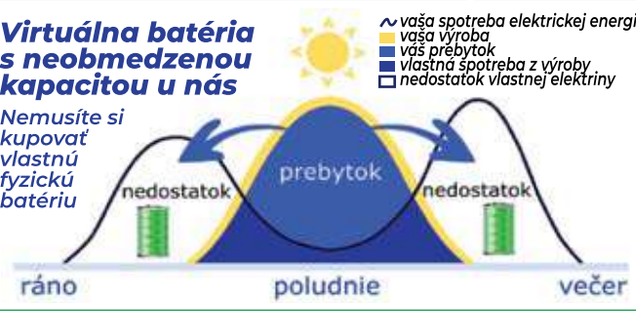
Aj na splátky 21,15€ x 96 mes.

1690€ vrátane montáže

Možnosť na splátky na celý sortiment až na 5 až 8 rokov

Virtuálna batéria s neobmedzenou kapacitou u nás

Nemusíte si kupovať vlastnú fyzickú batériu



Fotovoltaická elektráreň 3000 Wp

- pozostáva z 10 panelov + menič
+ zdarma virtuálna batéria s neobmedzenou kapacitou
- montáž na kľúč, návratnosť investície 4-5 rokov
- ročná výroba el. energie 3500 kWh

Zvýšok životnosti elektráme viac ako 25 rokov máte vami vyrobenú elektrinu úplne zdarma

3089€ vrátane montáže

ZÁRUKA OD VÝROBCU 25 ROKOV

Aj na splátky 38,66€ x 96 mes.

86-0063

Chcete chovať hydinu?

PREDAJ VO VAŠOM OKRESE

Nosnice
Brojlery
Morky
Káčatá
Húsatá
Husokačky

Objednávky:
www.matejovdvor.sk
0902 466 448

Chováme pre Vás už 30 rokov
100% záruka kvality

88-0030

OCHRANNÉ RÚŠKA

2-VRSTVOVÉ TEXTILNÉ, 100% BAVLNA
VIACNÁSOBNE POUŽITEĽNÉ, PRATEĽNÉ NA 95°

OBJEDNÁVAJTE ONLINE NA

WWW.NAMB.SK

83-0120

ĎAKUJEME!

záchranárom, sestrám
aj lekárom, predavačkám,
kuriérom, pekárom,
policajtom, hasičom,
šoférom autobusov,...

A všetkým, ktorí bojujú za národ!

---

www.TonerPartner.sk

ZĽAVA 10%
na kompatibilné náplne

ZĽAVA 3%
na originálne náplne

Ako získate zľavu?

Pri objednávke v e-shope **www.tonerpartner.sk** zadajte v nákupnom košíku zľavový kód **SPISSKO** a získate zľavu 10% na kompatibilné náplne a 3% na originálne náplne.

33-0036