

SPIŠSKO

SPIŠSKONOVovesko-LEVOČSKO-GELNICKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 32 750 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

OCHRANA ZADĽŽENÝCH pred BANKAMI, SÚDMI aj DRAŽBAMI !
! Volajte na 0905 638 627 !

Prevádzka **ELEKTRO NÁRADIE extra**
Fabiniho 10, Sp. Nová Ves
/pri žel. stanici/

- PREDAJ • OPRAVA
- POŽIČOVŇA
- SERVIS NÁRADIA
- E-SHOP



Zabehnutá prevádzka v trvaní 6 rokov
Hľadáme pokračovateľa týchto služieb

Kontaktovať len vážny záujemca **TEL: 0903 243 856**

KLAMPIARSTVO

0904 121 559 | www.tulis.sk

KLTP

Kúpim guľatinu

DUB, ORECH
a lesy nad 5 ha.

Dub 40cm+ 220€/m³

Orech 40cm+ 150€/m³

stefan@pristas.sk
0905 805 184, 0915 546 527

Platba v hotovosti!



ŠUMNÁ STRECHA

- nátery striech
 - nátery kostolov
 - oprava komínov
- MICHAL**
0908 337 893

HÁLOREALITY
CELOSLOVENSKÁ REALITNÁ KANCELÁRIA

PROFESIONÁLI
AJ VO VAŠOM MESTE

PREDÁVATE? HĽADÁTE?
Spišská Nová Ves a okolie

- inzercia na 200 webových portáloch
- profi školení makléri
- prvotriedny servis a služby
- zastúpenie v 40-tich okresoch SR

0905 389 280

Franz Kráľ 2, Spišská Nová Ves

www.haloreality.sk

DOVERUJÚ NAM
TISÍCE
PREDÁVAJÚCICH

MK AUTO .SK

DOVOZ ÁUT
Z NEMECKA

POISTENIE • LEASING • ÚVER

📍 GORKÉHO 27, SNV
☎ 0911397990

www.mk-auto.sk



Staňte sa súčasťou úspešnej firmy s dlhodobou tradíciou!

Do nášho tímu **STIEBEL ELTRON Slovakia** (výroba a inštalácia - ohrievače vody) hľadáme šikovných pracovníkov na pozície:

- **Výrobný pracovník pri výrobe ohrievačov vody**
- **Montážny pracovník pri výrobe tepelných čerpadiel**
- **Smaltár**
- **Strihač - lisár**
- **Zvárač**

Základná hodinová mzda je **4,50 € brutto/ hodina** v závislosti od pracovnej pozície. Po skúšobnej dobe vyplácajú každú službu od pracovnej pozície.

Plat počas skúšobnej doby: **900 € až 1 100 € brutto** v závislosti od pracovnej pozície.

Plat po skúšobnej dobe: **950 € až 1 200 € brutto** v závislosti od pracovnej pozície.

Zamestnanec má nárok na dovolenkovú a vianočný príspevok.

Ak Vás naša ponuka zaujala, pošlite nám štruktúrovanú žiadosť o prijatie a možnosť kontaktu: jana.kuci-burkova@stiebel-eltron.sk. Bližšie informácie na tel. Fax: **052/31 27 235**.

Zamestnanecké výhody, benefity

- príspevok zamestnávateľa na doplnkové dôchodkové poistenie
- vianočná a dovolenková odmena
- zvýhodnený predaj firemných výrobkov
- firemné spoločenské posedenia (vianočný večerok, family day, deň detí)
- príspevok na dopravu podľa počtu km
- odmena pri odchode do dôchodku a narodení dieťaťa
- firemné športové aktivity

Popis spoločnosti:

STIEBEL ELTRON Slovakia, s.r.o. je výhradným distribútorom, kombinovaných a solárnych ohrievačov vody a tepelných čerpadiel.

STIEBEL ELTRON

V našej redakcii si môžete podať inzerciu do celej siete regionálnych novín

39 regionálnych týždenníkov po celej Slovenskej republike - dosah na 1 500 000 domácností a firiem

Kontaktujte svojho obchodného zástupcu: **0905 719 139**

SPIŠSKO

SPIŠSKOMNOVOSKO-LEVOČSKO-GELNICKO

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

REGIONPRESS

Vydavateľ:
REGIONPRESS, s.r.o.
Pekárska 7489/40A, 917 01 Tmava
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,
Ilašovce, 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,
Ilašovce, Jamník, Krompachy,
Letanovce, Lieskovany, Markušovce,
Odorín, Spišské Tomášovce,
Spišské Vlachy, Spišský Hrušov,
Teplička

Vydavateľ nezodpovedá za obsah a
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovú úpravu.

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

Západné Slovensko

BV	86.750	Bratislavsko Východ
BZ	87.350	Bratislavsko Západ
DS	33.080	Dunajskostredsko
GA	31.290	Galancko+Šaliansko
HC	28.510	Hlohovecko+Seredsko
KM	16.370	Komárňansko
LV	31.310	Levicko
MA	27.450	Malacko
NR	54.930	Nitriansko
NZ	34.140	Novozámocko
PK	18.210	Pezínsko
PN	42.810	Piešťansko+NM+MY
SC	27.920	Senecko
SE	34.570	Senicko+Skalicko
TO	40.560	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59.430	Trenčiansko+DCA+HL
TT	46.550	Tmavsko
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	Martinskovo+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	Ziarisko+ZC+BS
ZA	52.120	Žilinskovo+BY

Východné Slovensko

BJ	33.870	Bardajovsko+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	48.090	Prešovsko+SB
SN	32.750	Spišsko+LE+GL

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

»Kúpim Simson alebo Jawa 250,350 aj nepojazdné.0949505827
KÚPIM motorky-JAWA/CZ, BABETU, TATRAN, MANE-T, STADION, PIONIER, AJ DIE-LY.0905450533

03 BYTY / predaj

04 BYTY / prenájom

05 DOMY / predaj

06 POZEMKY / predaj

07 REALITY / iné

08 STAVBA

»Hranoly 6a7m 0950 620 352
»Kúpim haki lešenie, 0908 532 682W

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

»Kúpim KRÁLIČIE KOŽE 0905350531

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

»Som rozvedená mám 56 rokov dve dospelé deti touto cestou si hľadám priateľa len vážne 0948 448 180

**Chcete si
podať riadkový
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 mo-
bilný operátor. Cena je 0,60 €
s DPH za každých začatých 30
znakov textu vášho inzerátu
vrátane medzier. Nič iné neúč-
tujeme. **Upozornenie! Služba
nefunguje u operátora 4ka.**
TIP 1: Ak chcete inzerát na viac
týždňov, pošlite rovnakú sms
tolkokrát, v koľkých týždňoch
chcete inzerovať.
TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť
v ľubovoľných iných našich no-
vinách, SN zameníte za skratku
novín, ktorú nájdete na zad-
nej strane vľavo dolu. Službu
PlatbaMobilom.sk technicky
zabezpečuje ELET, s.r.o.

Víkend či dva pred

Jedni tieto dni volajú Dušičky, iní
Sviatky zosnulých, ďalší zas Všet-
kých svätých. Je to úplne jedno.

Sú to dni, počas ktorých viac ako
inokedy spomíname na ľudí, ktorí ke-
dysi na tomto svete boli, bojovali s jeho
nástrahami a prispievali k jeho ľudskej
vládnosti.

Samozrejme, nemyslím teraz na sú-
ťaž, kto drahšie a honosnejšie vyzdobí
miesta posledného odpočinku, ani na
tých, ktorí stojac nad hrobmi so zopnu-
tými rukami ohovávajú prítomných, sú-
dia, čo kto má oblečené a s kým prišiel
či nie.

Vychádzam aj zo starých „povier“,
podľa ktorých sa v týchto dňoch vra-
cajú do domovov duše tých, ktorí ich
už dávno nechtiac opustili. Niektorí
predčasne, iní prirodzene, na „staro-
bu“. Každý odchod bolí, ak odchádza
človek, ktorého sme mali radi. A bolí aj
po rokoch. (Platí aj pre milované domá-
ce zvieratká.) Dobrí ľudia nám chýbajú,
do našej blízkosti akoby sa natláčali ich
opaky. Nasilu, agresívne bezohľadne,
bezcitne.

Aj preto je dôležité pripomenúť si
tých, po ktorých tu na zemi zostalo po-
solstvo dobra, lásky, citu, po ktorých

zostalo dielo pre všetkých a nie iba
vkladné knižky, ktoré si nikto na druhý
breh zobrať nemôže.

Zasvietme tým vracajúcim sa dušič-
kám svetlo na cestu domov, rozsvietme
im naše srdcia. Venujme im koncentro-
vanú spomienku a spomeňme si na ich
odkaz pre nás, budúce generácie. Zašiel
by som aj ďalej – naplňme ich výzvy,
ktoré tu oni nestihli dokončiť. Neprež-
ime nadchádzajúce sviatky iba tak, pre-
sunom od cintorína k cintorínu, „lebo
sa to patrí“. Ak nie priam musí. Toto nie
sú sviatky pre „tých druhých“. Ani aby
bolo iba „navonok“ čo sa patrí. Sú to
sviatky spomínania, radosti z toho, že
nám bolo dopriať žiť spolu so skvelými
ľuďmi a určite aj čas náležitých a ospra-
vedlniteľne smutných spomienok. A
nezabúdajme počas nich na tých ži-
vých, ktorí tu neraz sami žijú či žijoria
okolo nás a najviac im chýba
pohľadanie a dobré slovo.

Prosím, aj keď sú to
dni už zomrelých, mysl-
me počas nich aj či najmä
na živých!

Krásne sviatoč-
né dni vám želá

» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor

čujte.sk

Čítajte nás:



www.cujte.sk

INZERÁT,
KTORÝ
PREDÁVA
0905 719 139

REGION
PRESS

f spisko.sk

RECYKLÁCIA

STAVEBNÉHO ODPADU

ZBERNÝ DVOR

pristavíme kontajner
odvezieme
zrecyklujeme

RADLINSKÉHO 20
0905 495 585

BETÓN, PANELY, TEHLÝ,
ASFALT, ZEMINA

www.prachnar.sk | V areáli Beton-Spišu, Spišská Nová Ves

ŠTRKY · PIESKY · UHLIE

- štrk betonársky (0-22)
- piesok betonársky (0-4)
- drvené kamenivo (všetky frakcie)
- piesok opsypový (0-1)
- betónové skruže



UHLIE STÁLE SKLADOM (BILINA, MOST)

Pre viac info volajte: 0907 519 566

www.prachnar.sk | Radlinského 17, Spišská Nová Ves

Hlavné nemlčať o problémoch v školách

Naposledy som písal o riaditeľoch, ktorí chcú niečo meniť. Po čase to vzdajú, sú odvolaní alebo sa z nich stanú iba úradníci. Ukázal som to na svojom príklade, keď som radšej odišiel z pozície riaditeľa.

Len preto, že som menil zlé veci a verejne som kritizoval systém. Nešlo mi o sebaľútosť. Chcel som na vlastnom príklade ukázať, ako to (ne-)funguje. Takýchto prípadov poznám veľa, dejú sa. A budú sa diať. Preto je pre mňa dôležité hovoriť a písať o tom. Aby sa potom ministerstvo nečudovalo, prečo nie je o miesto riaditeľa školy záujem.

Určite sú aj veľmi dobrí riaditelia, ktorí majú silnú pozíciu. Môžu mať vlastnú školu alebo majú kontakty či nejakú moc, alebo skrátka riešia len školu a nekritizujú systém. Ale takýchto je málo. Veľká časť riaditeľov škôl rezignovala na pedagogiku a aktivizmus, sú sluhami ministerstva, zriaďovateľa, zamestnancov, ktorí si neželajú zmeny.

V systéme autokratického riadenia škôl je viac-menej práve riaditeľ ten, čo môže všetko zmeniť. Alebo nezmeniť. Isto, má nejaké poradné orgány. No legislatíva je jasná - za všetko zodpovedá riaditeľ. Preto v konečnom dôsledku on rozhoduje, čo bude platiť. Môže sa prikloniť k väčšine, nech by aj mala zlý názor. Tým si zabezpečí sympatie. Ale

môže sa prikloniť k zmene, ktorú zastáva menšia časť školy. A potom môže očakávať reakciu. Pozitívnu či negatívnu. Najhoršie je prikláňať sa na stranu osôb, úradov, ktoré netušia, ako má vyzerať škola. Avšak, je to pohodlnejšie, ako „cikať proti vetru“.

Občas mi je vyčítané, že veci zverejňujem. Keby ste však počuli príbehy, ktoré mi ľudia hovoria. Sú desivé. Jednotlivci si sám nepomôže. A to sa deje v školách, ktoré by mali byť symbolom dobra, ľudskosti a empatie. Príbehy týchto ľudí, nech sú to učitelia, rodičia či riaditelia, sú plné bolesti, utrpenia a nespravodlivosti. Záleží mi na tom, aby sa zlé konanie dostávalo na verejnosť. Mlčaním si síce nastolíme pokoj a vytvoríme ružovú predstavu o svete. Potom však zo škôl nikdy nevymiznú nadradenosť, totalita, rodinkárstvo, neúcta k deťom a k rodičom, devalvácia pedagogiky, bossing či mobbing, prekonané a zastarané postupy, nekomunikácia či byrokratickosť. Mlčať by nemali hlavne rodičia, ktorí majú neraz ako jediní moc naprávať veci.

Na to, že ste nič nespravili, si spomeňte, keď budete riešiť niečo so školou a narazíte. Mlčať sa rovná pochovaniu ďalšej generácie. Generácie budúcich občanov.

» PhDr. Ján Papuga, PhD.
pedagóg



Záhradníctvo **Katarínka** Harichovce

VEĽKÝ VÝBER

- vresov • chryzantém • jesenných dekorácií
- umelých kytíc • ikebán
- vencov • kahancov a náhrad

Prijímame objednávky ovocných stromov a vencov z čečiny

 **0901 780 782**Po-Pia: 9,00-17,00

 **Záhradníctvo Katarínka**So: 9,00-12,00



čujte.sk

Objav slovenských egyptológov

www.cujte.sk

28. októbra 1918
Česko-slovenská národná rada vyhlásila vznik **Česko-slovenskej republiky** na severných územiach Rakúsko-Uhorska

Výročia a udalosti

Priestor v harmónii s tebou.
Tvoja Kia Sorento.



KIA
Movement that inspires

Kia Sorento ponúka priestor v harmónii s výkonom, až 7 miest pre pasažierov a až 910 litrov pre uloženie batožiny. S týmto autom sa dostaneš kam chceš, kedy chceš a s kým chceš. S Kia Sorento zvládneš čokoľvek.

Metis (Slovensko) spol. s r.o.
Duklianska 36, 052 01 Spišská Nová Ves
Tel.: +421 918 424 390
www.metis-sk.sk

Kia Sales Slovakia s. r. o.: Ďalšie informácie o ponuke sa dozviete u každého autorizovaného predajcu Kia.
Kombinovaná spotreba paliva 6,5-7,5 l/100 km, emisie CO₂: 155-179 g/km / WLTP *Záruka 7 rokov/150 000 km.
Obrázok je ilustračný.



Výročia a udalosti

26. októbra 1945

bol vydaný posledný z tzv. Benešových dekrétov

27. októbra 1907

odohrala sa Černovská tragédia

Výročia a udalosti

23. októbra 1956

Začiatok povstania v Maďarsku

Výročia a udalosti

24. októbra 1885

premiéra operety Cigánsky barón, od Johanna Straussa ml.

ŠETRITE NA PLYNE A VYKUROVANÍ


**OKNO
RENOVA**

POCTIVÝ SERVIS ZA ROZUMNÉ CENY

- ♦ VYMENÍME STARÉ TESNENIE
- ♦ NASTAVÍME ZIMNÉ PRÍTLAKY
- ♦ PLASTOVÉ AJ EUROOKNÁ

OBHLIADKA A PRÍCHODNÉ ZDARMA



www.oknorenova.sk - SME TU PRE VÁS UŽ 8 ROKOV

Pavol Juščák
Hrabušice 32Viac info a objednávky:
tel.: 0902 111 773ZATEPLOVANIE
PODKROVIASTRIEKANÁ
PUR PENA

- FÚKANÁ CELULÓZA
- MONTÁŽ SADROKARTÓNOV

**+48602521334**

2x DENNE
BRATISLAVA - Nitra - Banská Bystrica -
POPRADE - Prešov
ODCHODY Z POPRADU DO BRATISLAVY:
09:10, 15:10

bus.daka.sk


NAJPREDÁVANEJŠIE BEZPEČNOSTNÉ DVERE
0908 995 976 | 0905 794 067
AKCIA NA BEZPEČNOSTNÉ DVERE HISEC!
Neváhajte, platí do vypredania zásob!

HISEC TREND
20 DEKOROV

 priechodná šírka dverí = **80cm**
ATRAKTÍVNE VZORY DVERÍ S IMITÁCIOU DREVA
NAJVÝHODNEJŠIE CENY PODLÁH A INTERIÉROVÝCH DVERÍ V REGIÓNE!

V CENE JE ZAHRNUTÉ:

- ZAMERANIE,
- KOVANIE /guľa, kľučka/
- KUKÁTKO
- ODVOZ STARÝCH DVERÍ


**LICENCIA NA PREDAJ
A MONTÁŽ**

S	7	3		2			4		6
U	4			9		5	2		3
D	1	5						7	
O				7	6		3		
K				4	2				
U		7				1			
				3	4				2
							6		
					5	6	1		

S						8			
U	7				9	5	3		
D		7			8				
O		1	4			3		7	
K		9		4	2			8	
U			2	3	5				
	8	3				2	1	4	
	5					4			

S		1					4		
U			5			8			
D	6				5				
O					4			9	1
K	5	7			9			8	6
U			9	4		1			8
				6					9
	6				3				7

S				2			8	9	
U		4							7
D	9					6		3	
O				3	9		1		
K								6	
U		7			8			4	9
			7		4	2			
							8	4	
	6				8	3			

OBI SPIŠSKÁ NOVÁ VES
PO - NE od 8:00 do 20:00 hod.

OBI

DOKÁŽETE ČOKOLVEK

**ŠPECIÁLNA
PONUKA!**

VINYLOVÁ PODLAHA
DUB BIELY

12,99

10,99 € (bez DPH) / 12,99 € (s DPH) / 12,99 € (s DPH) / 12,99 € (s DPH)



**ELEKTRICKÝ KOZUB
„DAVOS“**

119,99

1 000/2 000 W, 89 x 48 x 13 cm, funkcia vykurovania, LED podsvietenie, diaľkové ovládanie. OBI č. 1697994



**KÚPEĽNÝ
NÁBYTOK „ELISA“**

74,99

50 x 52 x 39,5 cm, 2 zásuvky, biely, úchytky s chránou, povrchom keramikou umývadla. Batéria nie je súčasťou. OBI č. 1752550

**ZAČNITE SVOJ
PROJEKT S NAMI**

**LAMINÁTOVÁ
PODLAHA
„COMFORT“
JEDLOVEC
RUSTIK**

4,49

19,3 x 138,3 cm, hrúbka 8 mm, záťažová trieda: 31, bal. 1,868 m². OBI č. 5325196



BATÉRIA „TITANIA NEW“

19,99

Umývadlová/drezová, stojanová, páková, pochrómovaná. OBI č. 111582

Energetická trieda A



**KOZUBOVÉ
KACHLE**

199,99

10,9 kW, 44 x 90 x 39 cm, z kvalitného ocelového plechu, na drevo a drevené brikety. OBI č. 1645118

Platí v OBI Spišská Nová Ves od 1. 10. do 31. 10. 2021 alebo do vypredania zásob.

Trieda energetickej účinnosti sa pohybuje na stupnici A++ (najvyššia účinnosť) po G (najnižšia účinnosť).

obi.sk

super

LIDL

ceny

od pondelka 25. 10.

U nás si nemusíte
vyberať medzi
čerstvosťou,
kvalitou a cenou.

Mandarínky

cena za 1 kg

-50%

~~1.99~~

0.99

Kačica s drobmi

cena za 1 kg

-44%

~~4.29~~

2.39

Supercena

200 g

0.29

• (100 g = 0,15)

Rybí šalát
v majonéze

chladené

400 g

1.89

• (1 kg = 4,73)

Bravčové
mäso v skle

• rôzne druhy

300 g

-30%

~~1.99~~

1.39

• (1 kg = 4,63)

Supercena

230 g

1.69

• (100 g = 0,73)

Kuracie stehná

• bez kosti a kože

cena za 1 kg

-49%

~~4.89~~

2.49

Acidko

• rôzne druhy

chladené

450 g

-40%

~~0.99~~

0.59

• (1 kg = 1,31)



* Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

Ponuka tovaru platí od 25. 10. do 31. 10. 2021 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný len v obvyklom množstve.



cena za 100 g

-33%~~0,89~~**0.59**

platí od 18. 10.

Jedlé gaštany

od pondelka
25. októbra

200 g

-38%~~1,29*~~**0.79**

• (100 g = 0,40)

Fit tvaroh
• rôzne druhyGazdovské
pareničky

• údené/neúdené

Supercena

95 g

1.19

• (100 g = 1,25)



0,55 l

-34%~~0,69~~**0.45**

• (1 l = 0,82)

Velkopopovický
Kozel

Scouty

• rôzne druhy

40 g

-31%~~0,22~~**0.15**

• (100 g = 0,38)

NOVÝ
OBAL,
ROVNAKÁ
KVALITA

1,5 l

-46%~~1,29~~**0.69**

• (1 l = 0,46)

Vinea

• rôzne druhy



100 praní

-50%~~26,49*~~**12.99**

• (1 pranie = 0,13)

Prací gél

**20 kusov****1.79**

• (1 kus = 0,09)

Vajcia "M"

* Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

Ponuka tovaru platí od 25. 10. do 31. 10. 2021 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný len v obvyklom množstve.

... a mnoho ďalších výrobkov na www.lidl.sk

Každý piaty vodič ignoruje nevidiacich na priechode

Tohtoročná dopravno-preventívna akcia Deň bielej palice v uliciach slovenských miest potvrdila, že väčšina vodičov signál bielou palicou zo strany nevidiaceho či slabozrakého chodca pozná a vie, že mu treba zastaviť.

Skonštatoval to organizátor akcie - Únia nevidiacich a slabozrakých Sloveska (ÚNSS) s tým, že počas akcie zaregistrovali 5188 áut, z toho figurantom 4170 vodičov zastavilo a 1018 nevidiaceho ignorovalo.

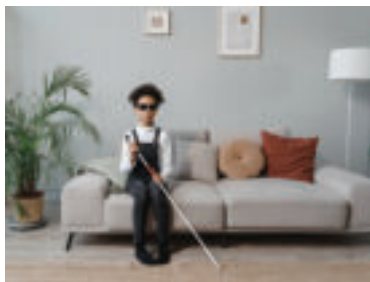
Sumárne čísla podľa únie ukazujú, že na signál figuranta nezastavilo 19,6 percenta vodičov. Oproti roku 2019 ide o mierne zhoršenie, v ňom totiž vodiči dosiahli v celkových výsledkoch 18,8 percenta. „V Nitrianskom kraji nezastavilo nevidiacemu len 7,1 percenta vodičov. Naopak, štatisticky najhorším je Bratislavský kraj, v ktorom až 27,2 percenta vodičov odignorovalo signalizáciu figuranta,“ spresnila ÚNSS.

Kým v roku 2019 bolo do akcie zapojených 50 miest a 55 priechodov, do tohto ročníka bolo spočiatku prihlásených 37 miest a 41 priechodov. „Žiaľ, zhoršujúca sa situácia v regiónoch spôsobila, že naši figuranti spolu s hliadkami dopravnej polície boli napokon v 33 mestách a na 38 priechodoch po celom Slovensku,“ spresnila hlavná

koordinátorka Dňa bielej palice Ivana Frčová.

Deň bielej palice prebieha na vytypovaných priechodoch dve hodiny. Počas nich prechádzajú figuranti cez priechod pre chodcov a ďalší spolupracovník (zapisovateľ) si značí, ako na jeho signalizáciu zareagovali vodiči.

„Nevidiaci dáva najavo svoj záujem prejsť cez cestu vodorovným zodvihnutím palice na niekoľko sekúnd. Následne by mal vodič zastaviť a keď nevidiaci či slabozraký vyhodnotí, že je preňho situácia bezpečná, prechádza cez priechod pre chodcov. Pri chôdzi po priechode pre chodcov bielou palicou systematicky pohybuje pred sebou po povrchu vozovky,“ vysvetlila Frčová. Blikanie či trúbenie na nevidiacich a slabozrakých je podľa ÚNSS nevhodné. Môže byť totiž pre nich varovným signálom, po ktorom treba ostať stáť.



» red



Aj pošta je váš bankomat

RÝCHLY VÝBER

hotovosť od 5 do 1000 EUR
pri každom okienku na
pošte už od 1 EUR za výber



Výber sumy možný
od 5 EUR až do 1000 EUR



Výber akoukoľvek kartou
Mastercard, Maestro, VISA a Diners Club



Výber hotovosti pri ktoromkoľvek
okienku na pošte

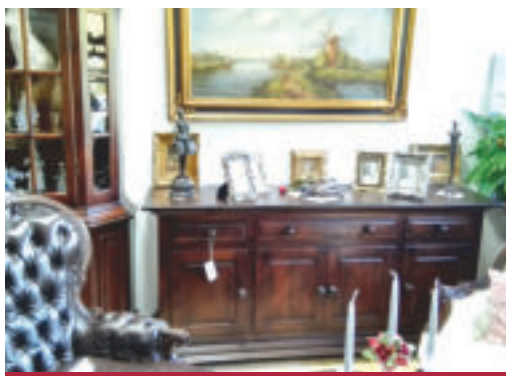


Výber na presný cent, poplatok už od 1 EUR

Viac informácií nájdete na www.skpay.sk/produkty

čujte.sk
Čítajte nás:

www.cujte.sk



**Holandský
reštaurovaný
nábytok**

dubový nábytok • bytové doplnky

Po-Pia 09:00 - 12:00
13:00 - 17:00

Slánska 8, Nižná Šebastová, 08006 Prešov
+421 903 567 934, info@rasev.sk

www.rasev.sk

66-219

VŔTANIE STUDNÍ
Vŕtanie priemerom
191mm alebo 160mm
*Jesenná akcia
až do
20%*
Tel: **0944 544 635**

98-140

Najčítanejšie
regionálne
noviny
**REGION
PRESS**



BITU FLEX s.r.o.
**OBNOVA PLECHOVEJ
a ETERNITOVEJ STRECHY**
- odstránenie nečistôt
- vynikajúca nepriepustnosť vody
- vzhľad škridle
- nízka hmotnosť
- vysoká životnosť
AKCIOVÁ ZĽAVA PRE SENIOROV
- 25 rokov záruka
a dlhoročné skúsenosti
- zameranie zdarma
- bez zálohy
- kvalitný taliansky
materiál zn. Index
0950 266 604

Bituflexroznava@gmail.com

88-0037



OZETA

**OSLÁVTE S NAMI NARODENINY
FORUM POPRAD A ZÍSKAJTE
20% ZĽAVU!**

Kupónovú knižku nájdete na infopulte
národného centra. Zľava platí v predajni
OZETA pri nákupe nad 150 eur
v dňoch 21.-24. 10. 2021.

**NAJVEŠIA KVALITA
NAJNIŽŠIA CENA**

Predajňa OZETA, Poprad Forum,
nájdete nás na prízemí

Aká je správna dávka CBD?

V predošlých článkoch sme sa venovali účinnosti CBD, čiže kanabidiolu, ktorý získavame z konopy satej a využíva sa v súvislosti s rôznymi fyzickými či psychickými problémami. Správne dávkovanie tejto látky je však jednou z najťažších úloh zistiť, aká dávka je správna a v akej forme si ju podať.

Do hry vstupuje mnoho faktorov

Dávkovanie CBD sa môže výrazne líšiť a preto počas výskumov v oblasti konopnej medicíny vedci pracujú s rôznymi množstvami. Úlohu zohrávajú faktory ako hmotnosť, druh zdravotného problému, časové rozmedzie a koncentrácia CBD. Vo všeobecnosti však pacienti v štúdiách užívajú približne 100 až 800 miligramov denne.

V štúdií pre medicínsky žurnál Pharmacotherapy, ktorá sledovala vplyv CBD na ľudí s Parkinsonom a psychózou, šesť pacientov zaznamenalo zlepšenie symptómov iba s dávkou 150 miligramov denne. V inom výskume zas pacient so psychózou registroval zlepšenie stavu až po užití 1 200 miligramov CBD za jeden deň.

Ako si teda zvoliť správnu dávku? Na túto otázku žiaľ neexistuje presná odpoveď. Portál zameraný na overené medicínske informácie Healthline uvádza všeobecné odporúčania, podľa ktorých sa možno orientovať. Prvým krokom je



Foto: Canva.com

začať s malou dávkou a postupne ju zvyšovať podľa potreby. Dobrým štartom je začať užívať 20 až 40 miligramov a po týždni prípadne dávku zvýšiť o ďalších päť miligramov.

Prepočet na kvapky

Väčšina CBD olejov má 10 mililitrov. Pri koncentrácii 10% to znamená to, že celé balenie obsahuje 1 000 miligramov látky. Z 10 ml sa dá nakvapkať približne 200 kvapiek, takže jedna kvapka takéhoto oleja obsahuje 5 miligramov CBD. Spomínaných štartovacích 20 miligramov CBD sa teda nachádza v približne štyroch kvapkách CBD oleja s koncentráciou 10%. Pri 5-percentnom CBD štarto-

vacie množstvo zodpovedá 8 kvapkám, pri 20-percentnom CBD oleji 2 kvapkám.

Ani príliš veľa, ani príliš málo

Najväčšou chybou, ktorej sa dopúšťame pri užívaní akéhokoľvek výživového doplnku je poddávkovanie svojej dennej dávky. Každý metabolizmus máme nastavený na svoju dennú dávku, na základe ktorej si vstrebe potrebné živiny a začne pracovať vo vyživenom režime, preto je veľmi dôležité dodržať svoju dennú dávku (nešetriť) a radšej užiť trochu viac (naše telo si vstrebe iba koľko reálne potrebuje, ostatok sa vyplaví v moči), ale nie menej.

Dlhodobé užívanie vysokých dávok však má svoje riziká. Paradoxne, najmä pre zdravých. Jedným z možných efektov látky je totiž modulácia funkcií imunitného systému, vrátane potlačovania. Ako sme spomínali v predošlej časti, pozitívom je, že CBD môže zmierniť priebeh autoimunitných ochorení. Ľudia s funkčným imunitným systémom však jeho utlmenie nepotrebujú.

Problémy môžu nastať aj v prípade, ak CBD kombinujete s inými liekmi. Spôsobí to môže napríklad poškodenie pečene. Ak máte zdravotné ťažkosti a užívate lieky, pred užitím CBD odporúčame poradiť sa s lekárom.

» red.



5% CBD olej

31⁹⁰ EUR



10% CBD olej

45⁹⁰ EUR



20% CBD olej

63⁹⁰ EUR

CBD BIO KONOPNÉ OLEJE

si môžete objednať na:

www.cbdexpert.sk

sledujte nás aj na facebooku:
www.facebook.com/cbdexpert.sk

alebo kúpiť v predajni:



Bio Organická Výživa
Vetrová 5, Levoča
0903 640 670

Ak sa chcete stať predajcom aj Vy,
kontaktujte nás a získajte zaujímavé
podmienky

+421 904 552 345
objednavky@cbdexpert.sk

Možnosť predaja osobne
aj na predajni.

Úradnícky čin roka 2021

Po tretíkrát hľadá Inštitút pre dobre spravovanú spoločnosť úradníkov, ktorí sú výnimoční a zaslúžia si, aby o ich činoch vedeli všetci. Pomôžte ich nájsť!

Inštitút pre dobre spravovanú spoločnosť sa spolu s Klubom úradníkov dobrej vôle rozhodli oceniť inovatívne prístupy na úradoch, ktoré si zaslúžia pozornosť a mohli by byť vzorom. Chcú tým povzbudiť aktívnych úradníkov a ukázať verejnosti, aká dôležitá je kvalita ich práce. Všetky základné informácie v prípade záujmu nominovať z vášho pohľadu skutočne príkladných úradníkov nájdete na stránke <https://www.uradnickycin.sk/>.

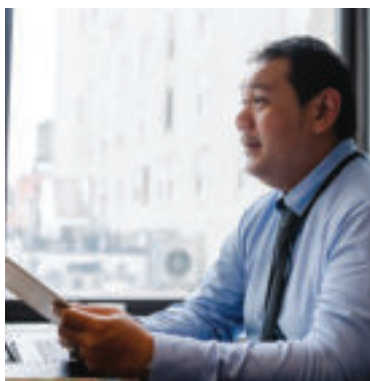
Kritériá ocenenia:

1. Myslia na používateľov verejných služieb, ich komfort a záujmy
2. Dosahujú výsledky
3. Vznikli a fungujú na princípoch otvorenosti a spolupráce
4. Reagujú na vývoj v spoločnosti a vo svete, sú inovatívni a moderní.

Cieľom ocenenia Úradnícky čin roka je zviditeľniť iniciatívnosť, šikovnosť a moderné prístupy našich úradníkov a úradníčok. Každoročne sa takto oceňujú tímy a kolektívy, ktoré významným spôsobom prispievajú k zvýšeniu kvality verejných služieb, zlepšovaniu života ľudí na Slovensku a napĺňaniu verejného záujmu. Zámerom je oceniť inovatívne

prístupy na úradoch, ktoré si zaslúžia pozornosť a mohli by byť vzorom. Ide o sľahu práve teraz povzbudiť aktívnych úradníkov a úradníčky a ukázať verejnosti, aká dôležitá je kvalita ich práce.

Nominovať je možné projekt alebo aktivitu, ktoré sa konali a boli ukončené v období od septembra 2020 do októbra 2021. Oceneným môže byť celý úrad, jeho časť, ktorá je organizovaná a má vlastné vedenie, alebo skupina úradníkov, ktorí sa na čine podieľali v oficiálnej kapacite vrátane medziodborovej alebo medzirezortnej skupiny. Najlepšie úradnícke činy roka 2021 musia myslieť na používateľov verejných služieb, dosahovať výsledky, byť otvorené a transparentné a zároveň inovatívne. Mená ocenených projektov oznámia organizátori ankety počas verejného odovzdávania ocenenia na jar 2022.



» red

Máte doma hviezdu? Ukážte ju svetu!

V každom človeku sa skrýva nadanie na niečo iné. Dôležité je odhaliť ho a rozvíjať. Ako na to? Predvedú vám to najmenší súťažiaci talentovej súťaže Deti majú talent, ktorá pre veľký úspech šartuje aj tento rok.

Detská talentová súťaž vznikla s cieľom podpory rozvoja mladých talentov na Slovensku. Ako hovorí organizátor súťaže Marián Beliš: „Na Slovensku sú tisíce šikovných a talentovaných detí. Niektoré majú šťastie a aktívne svoje talenty rozvíjajú, niektoré zas nemajú možnosti či prostriedky na to, aby ich talent bolo počuť a vidieť. Práve preto sme sa rozhodli dať šancu všetkým deťom, aby ukázali celému Slovensku ich nadanie“.

V minulom ročníku sa do súťaže prihlásilo vyše 200 talentov zo 40 miest a obcí Slovenska. Videoprezentácie ich talentu mali na internete cez milión pozretí.

Registrácia do druhého ročníka detskej talentovej súťaže odštartovala 10. októbra a potrvá do 7. novembra. Ak máte doma hviezdu, neskrývajte ju. Práve naopak, ukážte ju svetu. Stačí, ak svoju radosť prihlásite prostredníctvom formulára na webovej stránke detimajutalent.sk a k priložité video dieťaťa, ako tancuje, spieva, hrá na hudobný nástroj, ako robí koníčky s futbalovou loptou či trénuje bojové umenie. Víťazi súťaže budú známi už 15. novembra 2021.

Deti vo veku 5 až 15 rokov majú možnosť súťažiť v troch kategóriách – tanec, hudba a spev, voľná disciplína. Hodnotiť ich budú tri známe osobnosti, pričom každý z nich bude vyberať víťaza zo svojej kategórie. Pre víhercov súťaže sú pripravené finančné i vecné ceny.

„Na tento ročník sa veľmi tešíme. Minulý rok predviedli deti obrovské nadanie. Očakávame, že tento rok budú najmenší súťažiaci ešte kreatívnejší a šikovnejší, aby oslovili hviezdnu porotu, ktorú tvorí speváčka a víťazka Superstar Barbora Piešová, herec Oliver Oswald a tanečníčka Nika Lehocká,“ doplnil Marián Beliš, organizátor detskej talentovej súťaže.

Všetky dôležité informácie, pravidlá súťaže a postup, ako malý talent prihlásiť, nájdete na detimajutalent.sk



» red

29. októbra 1923

uskutočnil sa **prvý let Česko-slovenských aerolínií** na trase Praha – Bratislava

Výročia a udalosti

Firma Brezno industry, s.r.o.
so sídlom v Brezne prijme okamžite:

- **zváračov**

so štátnymi skúškami EN ISO 9606-1, 135 P BW FM2 S s15 PF ss nb
EN ISO 9606-1, 135 P FW FM2 S t15 PF mi

Cena pre SZČO od 9,- Eur/hod.

- **zámočníkov**

nutná znalosť čítania technologických výkresov

Cena pre SZČO od 8,- Eur/hod.

- **žeriavnikov** - nutná prax

Cena pre SZČO od 6,- Eur/hod.

Informácie: Pondelok - Piatok

Kontakt: p. Martina Máliková 0907 149 541

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

PONÚKAME PRÁCU AUTOMECHANIKOVI
s nadštandardnými pracovnými
a platovými podmienkami

www.ampservice.sk 0917 547 278

AMP
SERVICE



KOCKA

**PRIJMEME
STOLÁRA**

Náplň práce, právomoci a zodpovednosti:

- » olepovanie narezaných kusov
- » rezanie plošného materiálu
- » skladanie narezaných a olepených kusov
- » obsluha strojov a zariadení

Pozícia je vhodná pre absolventa: Áno

Osobnostné predpoklady a zručnosti:

- » manuálne zručný
- » lojálny pracovník so zmyslom pre povinnosť a zodpovednosť
- » dlhotrvajúca spolupráca
- » samostatnosť pri riešení úloh

Ponúkaný plat (brutto): 900 - 1 200 €/mesiac

UBYTOVANIE ZABEZPEČÍME

KOCKA INDUSTRY s.r.o.

Réčka cesta 302

903 01 Senec

Tel.: 0901 77 99 88

mail: kocka@kocka.sk

www.kocka.sk

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 370€

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.ocolovedvere.sk

ocolovedvere@ocolovedvere.sk

0905 468 802

KEŽMAROK, Hlavné námestie 78

Otvorené:
Po-Pia: 9⁰⁰-17⁰⁰

Hľadáme
VODIČOV NA VZV,
práca v skladoch

miesto: **Brandys nad Labem, ČR**
plat: **od 30 000 Kč.**
možnosť nadčasov
týždenné zálohy
nástupný bonus 5 000 Kč
ubytovanie a doprava zabezpečená
možnosť zabezpečiť alebo obnoviť preukaz na VZV
Tel: **0919 496 491** | Mail: **info@empres.sk**



HRADEC KRÁLOVÉ
145 Kč/ NETTO HODINA

OPERÁTOR
VÝROBY
- ubytovanie
zabezpečené

VIAC INFO
NA TEL. ČÍSLACH:
0800 500 091 +420 702 193 121



25. októbra 1996 Výročia a udalosti
zomrel Vladimír Mináč, slovenský spisovateľ (* 1922)

SIMON - Fleisch

BRAVČOVÁ PORÁŽKA
V NEMECKU

13€ - 15€
PODĽA KVALIFIKÁCIE
BRUTTO NA HODINU

20 dní platenej dovolenky, preplácané sviatky

Nemecká pracovná zmluva
Nemecké sociálne poistenie
Vybavíme všetko potrebné pre prácu
Možnosť turnusov | Ubytovanie zabezpečené
Stabilná celoročná práca

www.simon-fleisch.de | **job@simon-fleisch.de**
+421 944 995 400

europersonal

Pracujte v Alze s nami

HĽADÁME
JUNIOR
SKLADNÍKOV

0917 465 632
0917 839 697
0908 961 969
0948 002 048




top EMPLOYER 2021 **top EMPLOYER 2021**

najzamestnávateľ 2020
1. miesto Obchod a služby

LIDL
Správna voľba

STAŇ SA SÚČASŤOU NÁŠHO
TÍMU V KROMPACHOCH
PREDAVAČ/KA – POKLADNÍK/ČKA

100% NÁSTUPNÁ MESAČNÁ MZDA
790€ (38,75 HOD./TÝŽ.)

ZMLUVNE GARANTOVANÝ NÁRAST
MZDY PRVÉ TRI ROKY

PRÁCA MOŽNÁ NA RÔZNE
SKRÁTENÉ ÚVÄZKY

ŠIROKÝ SYSTÉM
BENEFITOV

VIAC INFO NA: **www.lidl.sk – sekcia Kariéra**

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



S GARANCIOU



ZHUTŇOVANIE

ZASTAVENIE SADANIA BUDOV SPÄTNÉ ZDVIHNUTIE PODLÁH

ČISTO, RÝCHLO a bez BÚRANIA

stabilizujeme základovú pôdu
a zastavíme sadanie budov injektážou syntetickej živice



0918 726 754

PRACUJEME PO CELOM SLOVENSKU

SK.ABAINNOVATOR.COM

Dodržiavame prísne hygienické a bezpečnostné opatrenia



ZÁRUKA
5
ROKOV

STOLIČKOVÉ VÝŤAHY

Stannah

Veľmi obľúbené

- Pre ŤŽP občanov možnosť vybaviť na zakúpenie stoličkového výťahu peňažný príspevok
- Vynikajúca kvalita prevedenia
- Funguje aj v prípade výpadku elektrického prúdu
- Inštalácia za 1 deň a bez potreby stavebných úprav
- Náš vlastný technický tím pre rýchly zákaznícky servis

Sme tu pre Vás po celom Slovensku



Volajte teraz pre bezplatnú a nezáväznú obhliadku

BEZPLATNÁ
INFOLINKA

0800 162 162



AGROSFERA
pro zeleň

JESENNÁ
AKCIA!

PREDMONTÁŽ POLYKARBONÁTU ZADARMO

SKLENÍK VÁM PRIVEZIEME ZADARMO KAMKOLIEK NA SLOVENSKU

CENA UVEDENÁ V TABULKE JE KONEČNÁ, ZAHŔŇA DOPRAVU, PREDMONTÁŽ I DOBIERKU

š x v x d

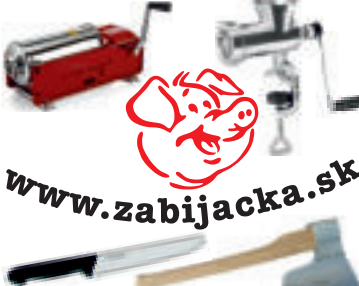
GNOM	1,64 x 1,64 x 2 m	285 EUR	CENA PREDLŽENIA O 2 m	100 EUR
GRETA	2 x 2 x 2 m	320 EUR	CENA PREDLŽENIA O 2 m	150 EUR
GLORIA	2,58 x 2 x 2 m	415 EUR	CENA PREDLŽENIA O 2 m	160 EUR
GENIO	3 x 2 x 2 m	549 EUR	CENA PREDLŽENIA O 2 m	190 EUR
GARANT	3 x 2 x 2 m	415 EUR	CENA PREDLŽENIA O 2 m	160 EUR
GULLIVER	3 x 2 x 2 m	451 EUR	CENA PREDLŽENIA O 2 m	209 EUR
GOLIÁS	3 x 2 x 2 m	524 EUR	CENA PREDLŽENIA O 2 m	209 EUR

DARČEK ZADARMO KU KAŽDEJ OBJEDNÁVKE SKLENÍKA DĹŽKY 4 METRE A VIAC

JESENNÁ AKCIA! PLATÍ DO KONCA ROKA 2021

0948 00 00 50 | sklenik@prozahrada.sk | www.prozahrada.sk

VÝBAVA PRE DOMÁCU
ZABÍJAČKU
nakupujte v e-shope



www.zabijacka.sk

Predajňa: G.P.R., Rybníčná 40/E,
Bratislava

**MÁTE
VLHKÝ DOM?**

- podpilovanie muriva
- chemická injektáž

ZĽAVY 20%



STOP
vlhkým múrom

0918 671 541

MIKONA

pneu & auto servis

**PNEUMATIKY
CEZ e-shop**

+ TERMÍN DO SERVISU

ONLINE!



www.mikona.sk

KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje
i celé poľovnícke zbierky.
(PASOVACIE TESÁKY)
Ďalej kúpim militárie
z 1. a 2. sv. vojny +
výkup vzduchoviek.

Celá SR

tel. 0940 723 073
trofejeee@gmail.com