

LIPTOVSKO MIKULÁŠSKO-RUŽOMBERSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 35 020 domácností



ŠKOLA



0907 780 780
www.mikulastaxi.sk

**SLOVENSKÉ
BRAVČOVÉ
POLOVICE**

BEZKONKURENČNÁ CENA!

Doprava v cene!

T: 0908 13 11 99

PREDAJ

JATOČNÝCH
OŠÍPANÝCH NA DOCHOV
ODSTAVČAT
BRAVČOVÝCH POLOVIČIEK

0908 885 892

AUTOSERVIS
www.lmservis.com

PALIVOVÉ DREVO MÄKKÉ
METROVICA ŠTIEPANÁ A TRIESKY 25 až 60cm
0948 095 954 / palivourbarls@gmail.com

**VÝKUP
KOŽÍ**

a PREDAJ KRMÍV

**PREDAJ
MLÁDOK**
od 1.3. 2022

www.slovakiaskins.sk
Viac informácií
NA STRANE č. 9

FAGAN
S.R.O.**VIDEO SLUŽBY**

- videozáznam, strih
- dokumenty, koncerty
- firemné prezentácie
- videoklipy, spoty
- filmy z fotiek
- k životným jubileám
- prepis video a audio
- pásoch na DVD, CD
- spracovanie dodaného
- videozáznamu...
- zábery z dronu

Jozef FAŠANOK 0905 666 303 www.jozofasanok.sk

**KOVOI VÝKUP ŽELEZNÉHO ŠROTU,
FAREBNÝCH KOVOV, AUTOBATÉRIÍ**

**VÝKUP STARÝCH
AUTOBATÉRIÍ**



0,50
€/kg
AKCIOVÁ CENA

CENA PLATÍ
NA VÝKUPNI
KOVOT
RUŽOMBEROK,
ŠTIAVNICKÁ
CESTA 200,
PRI KAUFLENDE



blížšie info na tel.
0903 122 257

PLATÍ OD 27.11 DO 03.12.2021

Štúdio Epilácie

- LASEROVÁ EPILÁCIA
- FOTOREJUVENIZÁCIA
- KRVNÉ METLIČKY
- ODSTRÁNENIE PIGMENTÁCIÍ
- LIEČBA AKNÉ
- MADERO TERAPIA

PRVÉ OŠETRENIE
ZDARMA

DRUHÉ OŠETRENIE
po predložení tohto
kupónu **20% zľava**

0911 307 303 www.studioepilacie.sk

SLUŽBY

- 3D ZÁŽITKOVÉ MERANIE ZRAKU
- **EYEZEN** - úľavové šošovky na počítač
- Zábrus skladových šošoviek do hodiny
- Servis okuliarov zakúpených u nás - ZADARMO

AKCIA 1 + 1 na multifokálne šošovky VARILUX



Eyezen

OTVÁRACIA DOBA
PON - ŠTV 8:30 – 17:00
PIA 8:30 – 16:30
SO - NE ZATVORENÉ

TELEFÓN 0908 816 480

ČAKÁME VÁS

NOVÁ BUDOVA LIVE CENTER
vedľa daňového úradu
M. MARTINČEKA 4701/2, L. MIKULÁŠ

E-MAIL info@adamoptik.sk

ADAM OPTIK
očná optika

LIPTOVSKO
MIKULÁŠKO-RUŽOMBERSKO

Redakcia: Garbiarska 905
LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ
liptovsko@regionpress.sk

REGIONPRESS
Vydavateľ:
REGIONPRESS, s.r.o.
Pekárska 7489/40A, 917 01 Trnava
IČO: 36252417
reg. MKSR EV 3676/09

INZERCIA

Andrea Guzyová 0907 673 928
Martina Lehotská 0908 979 477

Distribúcia:
Libuša Nana 0907 702 184
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk

Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (35.020 domácností)

pámy týždeň:
Liptovský Mikuláš, Ružomberok,
Liptovský Hrádok, Liptovská Ondrašová,
Okolíčné, Palúdzka, Biely Potok,
Černová, Hrboltová, Bešeňová,
Ivachnová, Kalameny, Komjatná,
Likavka, Liptovská Lúžna, Liptovská Osada,
Liptovská Teplá, Liptovské Revúce,
Liptovské Sliache, Lisková,
Lúčky, Lúdrová, Štiavica, Valaská Dubová,
Svošov

nepámy týždeň:
Liptovský Mikuláš, Ružomberok,
Liptovský Hrádok, Liptovská Ondrašová,
Okolíčné, Palúdzka, Ilanovo,
Ploštín, Bobrovec, Dúbrava, Gôtovany,
Hybe, Jakubovany, Jamník, Kráľova Lehota,
Kvačany, Lazisko, Liptovská Kokava,
Liptovská Sielnica, Dovalovo,
Liptovský Ján, Liptovský Ondrej,
Lubela, Partizánska Lúča,
Podtureň, Pribylina, Svätý Kríž,
Trstená, Uhorská Ves, Vavrišovo,
Veterná Poruba, Vlchy, Vlchy-Krmeč,
Vlašky, Závažná Poruba, Vázeč,
Východná, Lipt. Porúbka

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

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+Sereďsko
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+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	Martinskó+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	Bardajovsko+SK+SP
GE	28.710	Gemersko=RV+RS+RA
HU	26.640	Humensko=VI+SV+ML
KE	83.740	Košicko
KS	20.730	Košicko okolie
SL	12.970	Lubovniansko
MI	29.620	Michalovsko+TV+SO
PP	41.130	Popradsko+KK
PO	48.090	Prešovsko+SB
SN	32.750	Spišsko+LE+GL

FINANČNÁ OCHRANA pred EXEKÚTORMI, SÚDMI aj DRAŽBAMI!
! Volajte na 0905 638 627 !

AUTOFÓLIE
Montáž a lepenie
0907 456 227

MERKUR
SLOVAKIA s.r.o.
LES • ZÁHRADA • KOMUNÁL

www.merkur.sk

HONDA
HYBRIDNÉ FRÉZY
najvýkonnejšie prevedenie,
ktoré hravo zvládne aj zľadovatý sneh!

NOVINKA
TRETÍ STUPEŇ
odprace o 25% viac a o 30% rýchlejšie
ako dvojstupňové snežné frézy!

SERVIS LM: 044 5570 647, servis@merkur.sk
LM, Kamenné pole 4554/6 (pri TESCO) 0915 813 617, LM@merkur.sk
RK, Bystrická cesta 178 (za ČS Benzínol) 0907 461 578, RK@merkur.sk

ČISTENIE A KONTROLA KOMÍNOV
Liptovský Mikuláš
Vladimír Benko
tel: 0905 290 275
e-mail: benkominlm@gmail.com

LekáreňPlus.sk
ANTIGÉNOVÉ TESTY
SKLADOM!!!

Vianočné respirátory FFP2
Objednávaj na **www.lekarenplus.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 400€
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, Hlavné námestie 78**
Otvorené: Po-Pia: 9⁰⁰-17⁰⁰

tu mohla byť
VAŠA REKLAMA

Salón
Angelique

GÉLOVÉ NECHTY
JAPONSKÁ MANIKÚRA
GÉL - LAK
NA PRÍRODNÉ NECHTY

Prvá návšteva = **DARČEK**
tričko + magnetka

OBJEDNÁVKY
0907 089 080
PRIOR 3. poschodie

ÚNIKY TEPLA?
Cez nezateplený strop
Vám uniká 30-40% tepla.

**MÁME PRE VÁS
RIEŠENIE**

AXA - PROPERTY®
zatepľovacie centrum

0911 313 632
www.axaproperty.sk

kalkulácia a odborné
poradenstvo zdarma

FÚKANÁ IZOLÁCIA

Eurotelevízia

ako darček pod stromček



Darčkové
ročné
predplatné
65,79 €

Darčkové
polročné
predplatné
33,54 €

Darčkový set objednávaťe:

✉ predplatne@mafraslovakia.sk

📍 www.eurotelevizia.doschrany.sk

☎ +421 917 238 238

Darčkové predplatné je možné zakúpiť ročné aj polročné. Ročné predplatné zahŕňa doručenie 50 vydaní týždenníka Eurotelevízia plus jedno dvojčíslo. Polročné predplatné zahŕňa doručenie 25 vydaní týždenníka Eurotelevízia. Darčkové predplatné je možné objednať od 1. 11. 2021 do 22. 12. 2021. Platba za objednávku musí byť zrealizovaná najneskôr do 15. 12. 2021. Predplatné zakúpené po dátume 15. 12. 2021 nebude zasielané spolu s darčkovou krabičkou, ale len vo forme vianočného voucheru, ktorý bude zasielaný iba e-mailom. Ak chcete obdarovať svojich blízkych, je potrebné na www.hnkonto.sk pri nákupe predplatného rozlíšiť údaje platcu, t. j. osoby, ktorá produkt uhradí (tzv. fakturačné údaje), a údaje obdarovanej osoby, ktorej bude časopis doručovaný na adresu (tzv. dodacia adresa). Darčkový set bude zaslaný na adresu platcu a predplatné časopisu bude zasielané na adresu obdarovaného. Predplatné z tejto ponuky sa začína od vydania 01/2022, ktoré vychádza 30. 12. 2021.

Občianska riadková inzerca

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

»ČZ-JAWA Odkúpim Motocykel/Diely-SERIÓZNA DOHODA 0908205521

»Kúpim JAWU alebo CZ 175,250,350 aj nepojazdné.0949505827

»Výkupim motorové vozidlá všetkých značiek, staré, nepojazdné, havarované. TČ.: 0905 505 129

03 BYTY / predaj

04 BYTY / prenájom

»Prenajmem 3.i.z. byt v Ružomberku. Tel. 0908/219 976

08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie, 0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

»Predám používanú streleckú plochu ne tréningovanie hokeja, rozmer 2,4 x 5,3 m, tel: 0907 338 848

13 RÔZNE / predaj

»Predám rôzne látky,šatovky, popelin,flanel, vhodné pre domáce krajčírky.. TČ. 0905 819 914

14 RÔZNE / iné

»Kúpim staré plechové hračky. TČ.: 0905 505 129

Chcete si podať inzerát?

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

Príklad:
RP LI 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, u zameňte za skratku novin, ktorú nájdete na zadnej strane vľavo dolu. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

Pozor, prichádzame o empatiu!

Byť empatickým znamená, že máme vrodenu schopnosť sa vcítiť do druhých a vnímať ostatných ľudí. Byť empatickým je oveľa viac, než byť len veľmi citlivým. Empatia je schopnosť porozumieť citom a vnímať pocity druhého človeka. Pramení zo sebauvedomenia.

Čím otvorenejší ste k vlastným emóciám, tým dokážete lepšie rozoznávať a rozumieť city iných ľudí. Nemenej dôležitým predpokladom je schopnosť a vôľa počúvať. Vcítanie, vcítovanie sa, alebo empatia, je prenášanie sa do sveta predstáv druhého, do jeho emócií, spôsobu myslenia a postoju. Vcítanie je zložitý emocionálny proces či schopnosť premietnuť svoje vlastné „ja“ do psychického obrazu inej osoby tak, že nastane súznenie a následné porozumenie postupujúce od emotívnej k racionálnej rovine. Vcítovanie sa je podmienkou možnosti chápania druhého. Lenže, sú tu aj takí, o ktorých by sme v podstate mohli pokojne hovoriť ako o ľuďoch bezcitných. Tí, ktorým empatia chýba. Človek s nižšou empatiou nehľadá na následky svojich rozhodnutí či činov. Nie vždy bude pozerať na možné názory a pocity človeka, ktorému

uštedrí hodnotenie, prípadne ranu pod pás.

Empatický človek ani nemusí vedieť, čo to empatia je. Ak sa však rozvoju empatie dostatočne nevenujeme, začíname sa prejavovať čoraz ľahostajnejšie. Za posledných 20 rokov sa empatia výrazne znížila. Vytlačila ju oveľa módnejšia nevšímavosť, surovosť, ignorancia a arogancia. Na všetkých stupňoch riadenia a vo všetkých vrstvách spoločnosti. Lebo je to módne, lebo hlupáci si zamenili empatiu za slabošstvo. Lebo hlupáci nikdy nemali k vcítovaniu sa do situácie iných nejaký pozitívny vzťah. Lebo hlupáci sú presvedčení, že na svete sú iba oni, potom oni, potom dlho nikto a napokon zas iba oni. Módnosť sa neuveriteľne rýchlo šíri. Tak, ako módne tepláky, tak aj bezcitnosť. A nemyslíme si, že bezcitnosť je iba surovosť. Je to aj bezohľadnosť. Tupá bezohľadná potreba presadzovať svoje ja. Iba to svoje.

A to je viac ako iba smutný jav. Pokojný vstup do empatického adventu, milí čitatelia!

» **Ivan BROŽÍK / šéfredaktor**

28. novembra 1989

Výročia a udalosti

Nezná revolúcia: Československá vláda a Občianske fórum sa dohodli na zrušení článku ústavy o vedúcej úlohe komunistickej strany

SEDACIE SÚPRAVY NA MIERU



NÁBYTOK JUKO

nábytok všetkých generácií...

**PRI ŽELEZNIČNEJ
STANICI
J. Kačku 37**

Ružomberok/Likavka

0904 230 555

Polnohospodárske družstvo Ludrová
predáva celoročné
JATOČNÉ OŠÍPANÉ



z registrovaného chovu pod
veterinárnym dohľadom

**Hmotnosť 120 do 200 kg
živej váhy.
Možnosť spracovania
na polovičky.**

Blížšie informácie na: 0917 398 828

DOMÁCA ZABÍJAČKA?



**Črevá, koreniny,
mäsiarenske náradie
nakúpíte na e-shope**

klobásky.sk

TOP KVALITA

**POZOR!
99 balíkov**

**Smrekové
brikety**

RUF drevené, 10kg

**OBJEDNÁVKY
NA BUDÚCI ROK**

220€/paleta

MOŽNÝ DOVOZ

**lokalita
Lipt. Hrádok**

0908 102 210

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE

**FRÉZOVANIE
od 15€/bm**

**REKONŠTRUKCIA
KOMÍNOV**

**SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA
na materiál 30%**

• PRESTAVBY
NADSTREŠNÝCH
ČASTÍ KOMÍNOV
• ZATEPLOVANIE
A SIETKOVANIE
KOMÍNOV

**OBHLIADKA KOMÍNOV
ZDARMA**

0948 012 507 • www.profikominy.sk

Frézovanie a vložkovanie

KOMÍNOV

- frézovanie 1 m - 15 €
- vložkovanie, certifikovaný
žiaruvzdorný materiál
- zľava 30% na materiál
- obhliadka zdarma
- dohoda istá

samotná realizácia
priemer 4-6 hodín

**frézovanie
od 15€/m**

**Tel: 0911 322 495, 0915 386 362
frezovanievložkovanie@gmail.com**

ELEKTRICKÉ PRÍPOJKY NA KLÚČ - BLESKOZVODY - REVÍZIE - ELEKTRO

www.benel.sk
0948 451 191

Rodinné SAUNY NA MIERU

do interiéru a exteriéru

Fínska sauna ■ Infra sauna ■ Kombinovaná
Zavolajte alebo napíšte a objednajte
si konzultáciu a zameranie ZDARMA.

info.nadinawood@gmail.com | 0907 435 753



**ČERPANIE
ŽÚMP
A SEPTIKOV**

0917 469 359 Lipt. Mikuláš

0950 807 618 iwfann www.iwfann.sk



železobetón, betón,
tehla, kvádra, ypor
jadrové vŕtanie, mokré aj suché. Ø 38 -350 mm



SECURITY

full

SERVICES

044/3240 540
0904 521 540
0904 446 404



alarma@alarma.sk
www.alarma.sk



ALARMA s.r.o.
Nová 5
Lipt. Mikuláš

KAMEROVÉ SYSTÉMY, ALARMY, POŽIARNE SIGNALIZÁCIE
POČÍTAČOVÉ SIETE
BYTOVÉ VIDEOVRÁTNIKY, POHONY BRÁN, ZÁVORY
ELEKTROINŠTALÁCIE

KÚPEĽNE BYTOVÉ JADRÁ

- prestavba bytových jadier
- rekonštrukcie kúpeľní v rod. domoch a bytoch
- realizácia bezbariérových kúpeľní - ZŤP
- rekonštrukcie rodinných domov a bytov (obklady a dlažby, omietky, sádrokartón, maliarske práce, plávajúce podlahy)

www.kupelne-bytove-jadra.sk
tel: 0911 699 577



MEDIA

kovoobrábanie | IT priemysel | programovanie | testovanie

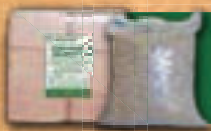
**Od samotného
návrhu
až po
konečný produkt**

KONTAKT

Teslova 2, Košice
0911 150 171 • info@itkap.sk



REZIVO, DREVENÝ OBKLAD, PALIVÁ



PALIVÁ
- drevené brikety a pelety



ŠPECIÁLNE HRANOLY
- KVH, BSH, OSB DOSKY



**DREVENÉ OBKLADY
A TERASY**



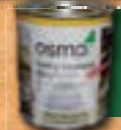
STAVEBNÉ REZIVO



ŠALOVACIE DIELCE



SMREKOVÁ ŠKÁROVKA



LAKY A OLEJE NA DREVO



Prémiové výrobky z dreva
získate v predajniach Kovmax

0905 23 94 00
Ulica SNP č. 1, 033 01 L. Hrádok

0905 64 22 84
Kpt. Nálepku 10, 031 01 L. Mikuláš

www.kovmax.sk

Anti

32 rokov žijeme v demokracii. Nie je ideálna. Narúšajú ju skorumpovaní politici a mafiáni.

Demokracia je nebezpečná sama pre seba.

V histórii sa viackrát stalo, že umožnila fašistom alebo komunistom vykrikovať ich heslá a agitovať ľudí - až kým nevyhrali voľby a demokraciu jednoducho zrušili. Dnes majú extrémisti a rôzni blázni aj iné možnosti ako iba demonštrovať na ulici. Na destabilizáciu spoločnosti môžu používať internet alebo mobilné telefóny. Sú to rôzne "anti" skupiny, ktoré nájdu nepriateľa a bojujú proti nemu. Nepriateľ ani nemusí reálne existovať, oni sa však potrebujú organizovať, kričať a bojovať. V skutočnosti bojujú s vlastnou hlúposťou alebo komplexmi. Niekedy sa prejavujú nenávisťnými útokmi na internete, inokedy útočia aj fyzicky - na futbalových štadiónoch alebo bez rúška v obchodoch. Otravujú tak ostatných normálnych ľudí, predavačky aj policajtov. Potrebujú robiť okolo seba cirkus, natáčať si **hrôzostrašné** videá a dávať ich na sociálne siete. Kto vie, či to majú z vlastnej hlavy, alebo ich platia politici a mafiáni, ktorým hrozí väzenie a vedľa, že ich už môže zachrániť iba **revolúcia**. Mám veľ-

kú obavu z koalície FIKOPEKO - Fico, Kolár, Pellegrini, Kotleba.

Aj ja som proti niektorým veciam - korupcii, násiliu, vojnám alebo znečisťovaniu životného prostredia. Môžem si vybrať nejakú skupinu anti demonštrantov a ísť proti nim bojovať. Alebo sa môžem snažiť o slušnosť, poctivosť, pokoj, mier, spoluprácu, čisté vzťahy a ochranu prírody. Slovo boj možno ani nie je na mieste. Dobré veci sa majú robiť v tichu a s láskou v srdci. Tí, čo hulákajú, prišli iba rozbiť a ničť. Tí, čo stavajú, nepotrebujú nenávisťné pokriky. Bolo by dobré, keby sme mali viac ľudí za **dobro**, ako tých anti kriklúňov. Som dosť antisystémový človek. Nemám veľmi v láske štát a úradníkov, ktorí nám komplikujú život. Nezabíjame sa ich však tým, že im budeme nadávať. Potrebujeme prebrať niektoré ich funkcie na seba a obmedziť im tak pole pôsobnosti. Naše zdravie, podnikanie, pomoc núdznym alebo vzdelávanie detí nepatria štátu. Venujeme sa im - bez zbytočného kriku.



» Ján Košťuriak

**FRÉZOVANIE
A VLOŽKOVANIE
KOMÍNOV**
Fasádne 3-vrstvové komíny
Rekonštrukcie komínov

tel: 0907 265 361

30. novembra 1939 Výročia a udalosti
Zimná vojna: sovietske vojská vstúpili **do**
Fínska a postúpili k Mannerheimovej línii

tu mohla byť
VAŠA REKLAMA

ADAM KRČKO
• čistenie
kanalizácie,
• lapačov tukov
• kamerovanie
lokalizácia
potrubia
NONSTOP 0948 948 606

→ **MONTÁŽ ŽALÚZIÍ**
sietok a roliet
všetkých typov
→ Oprava
→ Údržba
Zameranie
a ponuka ► **ZDARMA**
0907 823 388
044/ 559 36 80
martin.danaj@gmail.com

PALIVOVÉ DREVO
KVALITNÉ, BEZ HNILOBY
0903 526 394 **VÝHODNÉ CENY !!!**
info: pondelok-piatok
od 8:00 hod.-15.00 hod.
AUTOCHOM S.R.O., REVOLUČNÁ 8, LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ

**VYPRATÁVANIE
DOMOV, BYTOVÝCH
A NEBYTOVÝCH PRIESTOROV**
pivnice, povaly garáže, sklady...
RUČNÉ BÚRACIE A VÝKOPOVÉ PRÁCE
0903 640 759
www.vypratavaniecistenie.sk

STRIEKANÉ IZOLÁCIE
12,50 €/m²
pur penou, hrúbka 20 cm
0,58 €/m² hrúbka 1 cm
• najlepší pomer
kvalita/cena
• predĺžená záruka
na 60 mesiacov
• diagnostika
zatepľovaných
konštrukcií v cene
STAVEBNÉ PRÁCE
tel: **0915 363 983**
POTERY A STROJOVÉ OMIETKY
**MONTÁŽ
SADROKARTÓNU
9,50€/m²**
**ZATEPLOVANIE
rodinných domov**
**JESENNÁ
AKCIA**
omietky
pucovka
od 5,05€
s materiálom
**IZOLÁCIA
PODKROVIA**
tel: **+48
665 719 051**

**Realizujeme
STROJOVÉ POTERY**
0948 300 988

**RIZIKOVÉ
PÍLENIE
STROMOV**
• opíľovanie konárov
• redukcia stromov
0917 578 839
www.altitudo.sk

**REALIZUJEME STAVEBNÉ PRÁCE
V INTERIÉRI A EXTERIÉRI**

■ obklady, dlažby, plávajúce podlahy
■ ručné zemné práce
■ zámkové dlažby
■ kamienkové povrchy
■ sadrokartonárske práce
■ maliarske a natieračské práce
■ zatepľovanie
■ prírodný, umelý kameň
■ výstavba a prestavba bytových jadier a domov
■ búracie práce
■ elektroinštalačné práce (základný rozsah)

Obhliadka a cenová ponuka **ZDARMA**
MPB&spol s.r.o.
mpb.spol@gmail.com • 0917 264 746
www.mpb.sk

**NOVINKA
REALIZÁCIA OMIETKY
V IMITÁCII DREVA**

Realizácia zateplenia,
strojových omietok,
mechanicky zatieraných
poterov
Požičovňa lešenia,
stropného debnenia,
hliníkových veží, stavebných
zhôd na stavebnú súť
Doprava materiálu do 1,5 t,
sypkých materiálov
s možnosťou vyklopenia
výklopnou korbou do 1,5 t
KONTAKT 0905 404 755 BEREŠÍK s.r.o.

Plastové a hliníkové okná a dvere



Ponúkame vysokú kvalitu,
dlhoročné skúsenosti a kvalitný servis

o k n á a d v e r e

Slovaktual®

RUŽOMBEROK • Mostová 2
0902 950 827
ruzomberok@slovaktual.sk
www.slovaktual.sk

LIPT. MIKULÁŠ
1. mája 709/2 (OC LIPTÁČIK)
0902 950 856
liptovskymikulas@slovaktual.sk

SADROKARTÓNY

- kompletná certifikovaná montáž
- stropy, priečky, izolácia podkrovia
- kazetové stropy, svetelné rampy
- rekonštrukcie



0907 839 666 • dunaj.martin@gmail.com

POKRÝVAČSKÉ PRÁCE STRIECH A MONTÁŽ KLAMPIARSKÝCH PRÁC



- Montáž strešných okien • Predaj odkvapového systému a ohýbanie plechov do dĺžky 4 metrov
- Prerábanie malých stavebných prác

JÁN KLIMO
0915 746 313

jk.klimo@gmail.com
Liptovský Mikuláš

DVERE

www.vchodove-dvere.sk

VCHODOVÉ

0917 678 746

15 - bodové zamykanie, zvukotesniaca
a tepelnoizolačná výplň, oceľová zosilnená konštrukcia
PVC povrchová úprava v dekore dreva.

**ZÁRUČNÝ a
POZÁRUČNÝ SERVIS**

**od 299,-
+ montáž**

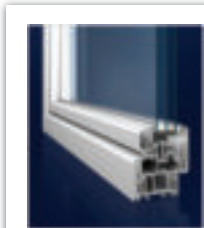


SLOVEKON

OKNÁ - DVERE - BALKÓNY

**interiérové dvere
žalúzie - rolety
sieťe proti hmyzu
izolačné sklá**

**okenné fólie
parapety**



Kancelárie a výroba: Vlchy 283, okr. LM
044/55 935 90, 0903 500 643, 0915 817 777
slovekon@slovekon.sk, www.slovekon.sk

STAVEBNÉ PRÁCE

rekonštrukcie domov, bytov
obklady • dlažby
maľovky • pláv. podlahy
zámkové dlažby

0940 353 567



OKNÁ a DVERE SCHÜCO

www.tatratrade.sk

**TATRA
TRADE** S.R.O.

KVALITA OD
SLOVENSKEHO VÝROBCU

Vyšné Fabriky 32, Liptovský Hrádok
044/528 04 34, info@tatratrade.sk

STIAHNI SI MOBILNÚ APLIKÁCIU...



ISOTRA

TIENIACA TECHNIKA INTERIÉR • EXTERIÉR

screeny, rolety deň a noc, plissé,
japonské steny, vertikály, žalúzie...

ZAMERANIE • MONTÁŽ

GARÁŽOVÉ BRÁNY OPLOTENIE • OKNÁ

OD 1.10. – 31.12.2021

MIMORIADNE ZĽAVY

0917 546 147 • info@levit.sk

Levit s.r.o. - PASÁŽ LIPTÁČIK, UL. 1. Mája 709, L. Mikuláš

Za pani Hildou

S našou minulosťou nezadržateľne odchádzajú aj jej protagonisti. Slovensko zasiahla smutná správa, zomrela pani Hilda Múdra.

Vo veku 95 rokov zomrela v noci na pondelok legendárna trénerka krasokorčuľovania Hilda Múdra. Pani Múdra počas svojej kariéry priviedla svojho najslávnejšieho zverenca Ondreja Nepelu k desiatim zlatým medailám na vrcholných podujatiach. K titulu olympijského šampióna na ZOH 1972 v Sappore, trom zlatým na MS (1971 – 1973), piatim na ME (1969 – 1973) a jednej na Svetovej zimnej univerziáde (1970).

Hilda Múdra sa narodila 1. januára 1926 vo viedenskom okrsku Josefstadt v rodine učiteľa pod menom Hildgard Klimpel. Keď sa však ako členka Viedenskej ľadovej revue zaľúbila do Prešporáka Jozefa Múdneho, manažéra slovenského turné súboru, a na jeseň 1947 sa zaňho v bratislavskom Modrom kostolíku vydala, do nových dokladov si na jeho radu dala zapísať krstné meno Hilda. V roku 1949 sa jej narodila dcérka Dagmar a o rok syn Pavol.

Ondreja Nepelu trénovala od jeho začiatkov, ako deviatať jej na ME v Bratislave venoval k štyridsiatke prvú, bronzovú medailu. Istý čas viedla aj ďalších popredných slovenských krasokorčuľiarov: Mariána Filca, Agnesu Búřilovú-Wlachovskú, Miroslava Šošku, Ľudmilu Bezákovú či Evu Križ-

kovú-Žurišinovú. V zozname jej zverencov figuruje aj úspešný tanečník a neskôr úspešný kouč Martin Skotnický.

Počas Nepelovej kariéry, ale najmä po nej, Hilda Múdra len cez leto alebo neskôr dlhodobo pôsobila aj v zahraničí. Trénovala Švajčiarku Charlottu Walterovú, deviatu na ZOH 1972, alebo Chorvátku Sandu Dubravčičovú, ktorá na ME 1981 získala striebro a na saraevských ZOH 1984, na ktorých skončila desiatu, zapalovala olympijský oheň.

Za svoju celoživotnú prácu dostala aj viacero ocenení. Trofej MOV Šport a etika (1998), Zlaté kruhy SOV a Cenu fair play SOV (2000), Medailu Pierra de Coubertina od MOV (2003) i čestné členstvo v Slovenskom olympijskom a športovom výbore (2004).

Češť jej pamiatke!



» red

Zdroj reprofoto YouTube (@Dúbravská televízia)

Deliť sa s malými vecami

Tento týždeň sa rozhorí prvá zo štyroch adventných sviec. Toľko detí a ešte o jedno viac má Francisco Faustino Francisco z afrického Mozambiku. Teda, mal. Toto je jeho príbeh.

„Volajú ma Chico. Mám 52 rokov a som otcom piatich detí. Pochádzam z Muidumbe, z farnosti Najsvätejšieho Ježišovho Srdca.“ Chicov život sa za posledné štyri roky obrátil naruby. Je jedným z milióna vyhnanco, ktorí museli utiecť pred extrémistickými útokmi na severe Mozambiku.

Jeho najstarší syn sa stal jednou z tisícok obetí, ktoré popravili teroristi. Chico ho mohol pochovať len potajme, v strachu, že ho prichytia. Počas jedného z útokov sa stratila aj jeho matka. Chico vie, že ju už nikdy neuvidí.

Ostatné štyri deti sa Chicovi podarilo dostať do bezpečia. Žiaľ, nemôže ich teraz mať pri sebe. S manželkou nocujú pod holým nebom na dvore jednej dobrej ženy v meste Pemba.

Vďaka mikropôžičkám sprostredkovaným od nadácie ACN si Chico otvoril pouličný stánok. Zaneprázdnenosť mu pomáha prekonávať zažitú traumu. Chico má sen: postaviť dom, v ktorom by boli opäť spolu. „Už máme dve postele. Dúfam, že jedného dňa budem mať pre svoju rodinu aj dom. To je moje najväčšie pranie.“

V reakcii na ťažkú situáciu vysídlencom zriadilo miestne biskupstvo psycho-

sociálnu podpornú skupinu. Vedú ju dve rehoľné sestry - psychologičky. Zostavili i väčší tím ľudí, ktorých úlohou je načúvať traumatizovaným.

Čoskoro budú Vianoce. Ako však sláviť Vianoce v takejto životnej situácii? A čo teraz znamenajú Vianoce pre Chica?

„Vianoce znamenajú znovuzrodenie. Obnovenie odvahy a sily. Znamenajú príchod Pána Ježiša Krista. Sú oslavou ľudskosti. Treba prijať trpiacich. Byť s rodinou a priateľmi. Deliť sa s malými vecami. Sláviť sviatky spoločne. Nasýtiť hladných. Zaodieť nahých. Chodte za svojím susedom a vypočujte ho. Darujte mu niečo. O tom sú Vianoce!“

Takto hovorí vyhnanec Francisco Faustino Francisco, 52-ročný Mozambičan. Takto hovorí otec piatich detí, jedného zavraždeného a štyroch živých, ktoré sú utečencami a oddelili ich od rodičov. Takto hovorí Chico, ktorý spáva pod igelitmi na dvore a predáva na ulici mydlo. Jeho príbeh bolesti sa stáva evanjeliom: ukazuje pravé Vianoce. Čas, keď sa Boh stal človekom, aby priniesol ľuďom spásu – a aby ju priniesol aj do Pemby.

Nadácia ACN pomáha utečencom v Mozambiku v sebestačnosti, ponúka im duchovnú podporu a deťom a mládeži školské vzdelávanie. Darujte im aj Vy kúsok vianočného pokoja. Potrebne informácie nájdete na www.acnslovensko.sk.

» Zdroj: ACN

čujte.sk

Vlašský orech - výživa pre srdce i mozog



www.cujte.sk

čujte.sk

Blížia sa k nám kométy



www.cujte.sk

ŽP EKO DELET

VIANOČNÁ AKCIA

MIMORIADNE CENY ZA VÝKUP ŠROTU!

OD 1. DECEMBRA 2021

LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ

0904 501 504

DOSTUPNÉ PÔŽIČKY

0948 48 43 43

MORIAKY
ŠIROKOPRSÉ po očistení cca 17-20 kg

MORKY
po očistení cca 8-11 kg

Cena 4,- €/kg

Tel.: 0903 887 412

Chladená hydina z domáceho chovu
Odber v L. Mikuláši + Ružomberok

NEREZOVÉ KOMÍNOVÉ VLOŽKY

OCEĽOVÉ DYMVOODY

FASÁDNE 3-VRSTVOVÉ KOMÍNY

komín s.r.o.

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

Tel: 0948 267 814

kominsro.sk kominsro@kominsro.sk

ZATEPĽOVANIE RD OMIETKY STROJOVÉ

0904 845 444

OPAKOVANÁ DOBROVOĽNÁ DRAŽBA

Predmet dražby: Podiel ¼ rodinného domu súp. č. 6138 na parc. č. 16327, ulica Nová Hrboltová, k. ú. Ružomberok

Miesto konania dražby: Sládkovičova 181/6, 010 01 Žilina (dražobná miestnosť - na 2. poschodí)

Čas konania dražby: 13.12.2021 o 12:30 hod.

Výhodňovacia cena: 6.300,- €

Minimálne prihlásenie: 200,- €

Dražobná zábezpeka: 1.500,- €

Termíny konania obhliadok: 23.11.2021 o 11:00 hod.
02.12.2021 o 11:00 hod.

JUDr. Lenka Maňarová - správca
Súkromá 95/21, 010 01 Žilina
IČO: 47 212 942
IČ DPH: SK2021010228

e-mail: lenka@maňarovasr.sk
mobil: +421 907 479 999

SPRACOVANIE KOMPLEXNÉHO ÚČTOVNÍCTVA

na profesionálnej úrovni

MZDY, DANE, SMERNICE, GDPR

VYPRACUJEME REPORTINGY, ANALYZY

PLATCA DPH 100 €/mesačne, MZDY 50 €/mesačne

Vieme chodiť priamo k Vám, vieme si prísť po doklady

Všetko dohodou

kontakt: **0918 621 375**
uctovnictvokomplexne@gmail.com

VÝKUP KOŽÍ

Aktuálne ceny na
www.slovakiaskins.sk

vždy v UTOROK v týchto termínoch:
7.12. 2021
18.1., 8.2., 1.3., 22.3. 2022

Štankovany-Coop... 9,00 hod.	Orav. Poruba 13,50 hod.
Svošov..... 9,15 hod.	Istebné..... 14,05 hod.
Hubová..... 9,30 hod.	Párnica..... 14,20 hod.
Černová-Coop..... 9,45 hod.	Záškov..... 14,35 hod.
Likavka..... 10,00 hod.	Zázrivá-Coop..... 15,00 hod.
Valašská Dubová... 10,20 hod.	Terchová-Lidl..... 15,20 hod.
Komjatná..... 10,40 hod.	Belá-Coop..... 15,35 hod.
Jasenová..... 11,00 hod.	Dolná Tižina..... 15,50 hod.
Výšný Kubín..... 11,15 hod.	Stráža-kaplnka..... 16,05 hod.
Leštiny..... 11,30 hod.	Krasňany-námestie. 16,20 hod.
Bziny..... 12,00 hod.	Varín..... 16,35 hod.
Oravský Podzámok 12,25 hod.	Mojš..... 16,50 hod.
Dolná Lehota-Coop 12,40 hod.	Gbelany..... 17,05 hod.
Horná Lehota 12,55 hod.	Nededza..... 17,20 hod.
Sedl. Dulová-kostol 13,10 hod.	Teplička-Coop..... 17,35 hod.
Veličná..... 13,35 hod.	

a PREDAJ KRMÍV

PREDAJ MLÁDOK
od 1.3. 2022

od 0,50 € za kus

vždy v UTOROK v týchto termínoch:
30.11., 21.12. 2021
11.1., 1.2., 22.2., 15.3. 2022

Ludrová 9,00 hod.	Vlachy..... 13,00 hod.
Lipt. Štiavn.-kostol. 9,20 hod.	Ľubela 13,20 hod.
Štiavnička 9,40 hod.	Dúbrava-knižnica .. 13,40 hod.
Lipt. Sliache 10,00 hod.	Dúbrava 14,00 hod.
Lisková 10,20 hod.	Svätý Križ..... 14,30 hod.
Turík 10,40 hod.	Lazisko 14,50 hod.
Ľúčky..... 11,00 hod.	Gôtovany 15,15 hod.
Lipt. Teplá 11,20 hod.	Galovany 15,40 hod.
Bešeňová-Coop.... 11,45 hod.	Ploštín-Coop..... 16,00 hod.
Ivachnová 12,10 hod.	Iľanovo-KD 16,25 hod.
Partizánska Ľupča 12,30 hod.	Závažná Poruba .. 16,50 hod.

králik s liečivom, nosnice, brojlery a kačice, bažant, ovce, kozy, ošípané, husi, morky, psy

Výkup sa opakuje každé 3 týždne

Kože vykupujeme vysušené, bez hláv a nožičiek. Cena koží sa môže meniť.

AKCIA
za každých 30 ks koží
5 kg KRMIVA ZDARMA

Akcia platí do 28.2. 2022.

vždy v UTOROK v týchto termínoch:
7.12. 2021
18.1., 8.2., 1.3., 22.3. 2022

Lipt. Sielnica-Coop... 9,00 hod.	Lipt. Ondrej-pošta .. 12,55 hod.
Kvačany-Coop..... 9,20 hod.	Jakubovany-Úrad 13,15 hod.
Lipt. Trnovec-Urb.Dom9,45 hod.	Konská-potraviny .. 13,40 hod.
Bobrovec-Pošta... 10,05 hod.	Jamník-Konzum ... 14,00 hod.
Trstené-Obecný dom 10,20 hod.	Lipt. Peter-O.Úrad.. 14,25 hod.
Pavlova Ves-O.Úrad. 10,40 hod.	Vavrišovo-O.Úrad .. 14,40 hod.
Bobrovček-PZbroj. . 10,55 hod.	Pribylina-zvonica .. 15,00 hod.
Smrečany-Coop ... 11,30 hod.	Lipt. Kokava-Coop . 15,20 hod.
Žiar-Coop..... 11,45 hod.	Lipt. Porubka-Hasiči 15,45 hod.
Vet. Poruba-Kaplnka 12,15 hod.	Hybe-Coop..... 16,10 hod.
Beňadiková-bar ... 12,35 hod.	

<< Auto bude stát na stanovišti alebo Obecným úradom 10 minút >>

0907 893 351 • 0907 684 441 • 0915 252 372 • 0905 345 352

Slovakia Skins s.r.o. • 913 24 Svinná 466



OLZA
ZIMNÁ BUNDA



- materiál: 100% polyester (PU)
veľkosti: S - 3XL
farba: royal modrá, béžová
- » pánska zateplená zimná bunda
 - » vynikajúce funkčné vlastnosti
 - » perfektné prepracovanie
 - » odnímateľná kapucha
 - » elastická manžeta vo vnútri rukávov
 - » vnútorná vrecká
 - » vodeodolná, prievzdušná
 - » paropriepustnosť: 5000 mvp
 - » vodný stĺpec: 5000 mm

19,90 € pôvodne 93,10 €
-79%



EMERTON FLANNEL
NOHAVICE S NÁPRSENKOU



- materiál: 65% polyester, 35% bavlna, 270 g/m²
veľkosti: 48 - 60
farba: čierna/oranžová
- » zateplené montérkové nohavice s náprsenkou
 - » vnútorná vrstva bavlnený flanel
 - » tepelný komfort pri práci i pri nižších vonkajších teplotách
 - » pohodlný štandard strih a vysoká odolnosť namáhané miesta vystužené materiálom polyester 600D
 - » zosilnené zdvojené kolena pre vloženie nákolenníkov
 - » pútko na kladivo

39,90 € pôvodne 55,04 €
-28%



TURTUR (ZIMNÉ)
RUKAVICE MÁČANÉ V PVC



- normy: EN 388, EN 511, EN 420
veľkosť: 8, 10, 11
farba: žltá

- » zateplené, vodu odpudzujúce pletené signálne nylonové rukavice
- » s vrstvou PVC v dlani a na prstoch
- » s komfortným froté zateplením a pružnou manžetou

7,90 € exkluzívna
uvádzacia
cena

PALAWAN WINTER
ZATEPLENÉ RUKAVICE



- normy: EN 388, EN 511, EN 420
veľkosť: 9, 10, 11
farba: žltá

- » zateplené bezšvové pletené rukavice
- » vyrobené zo syntetickej priadze
- » s vrstvou mikroporézneho paropriepustného penového latexu v dlani a na prstoch
- » s pružným nápletom na zápästí

3,50 € pôvodne 3,97 €
-12%

HALTON
OCHRANNÉ OKULIARE



- normy: EN 166, EN 170, EN 172
farba: dymová, žltá, čiara
hmotnosť: 29 g

- » polykarbonátový zorník s ochranou proti poškrabaniu a zahmleniu
- » ochrana proti letiacim časticiam
- » bezfarebný a žltý zorník s ochranným filtrom proti UV žiareniu
- » dymový zorník s protisľnečným filtrom

od 7,90 € pôvodne 8,89 €
-11%

MIANG
OPASOK



- materiál: 100% polyester
veľkosť: 105 cm a 135 cm
farba: antracitová

- » moderný opasok s dvojradovým zapínaním
- » vhodný ako doplnok k montérkovým či voľnočasovým nohaviciam
- » atraktívne vintage farebné prevedenie, šírka 4cm

4,90 € pôvodne 5,53 €
-11%

ČERVA

pracovné oblečenie

Akcia platí od 29. novembra do 19. decembra 2021
alebo do vypredania zásob. Ceny sú uvedené s DPH.

NAJBLIŽŠIA PREDAJŇA

KZLM - TILIA, spol. s.r.o.
Predajňa TILIA

Garbiarska 2032,
031 01 Liptovský Mikuláš
tel.: +421 44 557 0757
predajna.tilia@gmail.com



OTVÁRACIA DOBA:

Po - Pia 7:00 - 17:00

So 8:00 - 11:00

www.tilia.sk

BUĎ PRIPRAVENÝ

NA ZIMNÉ

MESIACE



reflexné prvky



reflexné prvky

ALLYN NEW
SOFTSHELLOVÁ BUNDA

- materiál: 94% PES, 6% elastan
veľkosti: XS - XXL
farba: modrá/čierna
- » pánska softshellová bunda
 - » reflexné doplnky 3M a funkčné detaily
 - » vodeodolné zipsy, TPU membrána
 - » vnútorné zateplenie

21,90 € pôvodne 78,83 € **-72%**

ALLYN NEW
PRACOVNÉ NOHAVICE

- materiál: 65% PES, 35% bavlna
veľkosti: 48-60
farba: modrá/čierna
- » nohavice pohodlného strihu s funkčnými detailmi
 - » reflexné doplnky 3M
 - » zosilnené zdvojené kolena
 - » celokovové zipsy a cvoky
 - » vystuženie Invista CORDURA

19,90 € pôvodne 37,99 € **-48%**

MAX NEO LIGHT
BUNDA

- materiál: 100% polyester,
300T Taffeta
veľkosti: S - 4XL
farba: navy, antracit
- » pánska zateplená bunda
 - » elastický pás
 - » zapínanie na zips
 - » dve bočné vrecká na zips

29,90 € **exkluzívna uvádzacia cena**

MAX NEO LIGHT
VESTA

- materiál: 100% polyester,
300T Taffeta
veľkosti: S - 4XL
farba: navy, antracit, čierna
- » pánska zateplená vesta
 - » elastický pás
 - » zapínanie na zips
 - » dve bočné vrecká na zips

19,90 € pôvodne 22,03 € **-10%**

ZIMNÁ AKCIA 2021



Kokosová kocka

-20%

~~4.99~~
3.99
• (1 kg = 8,31)



Orechové/
Škoricové rožky

bez éčok

od pondelka
29. novembra

-16%

~~2.99~~
2.49
• (1 kg = 6,23)



Rodinné oblátky
• rôzne druhy

Supercena

130 g
0.75
• (100 g = 0,58)



Smotana
na šľahanie
• 33 % tuku

250 ml

-24%

~~0.99~~
0.75
• (1 l = 3,00)



1.5l

-46%

~~1.29~~
0.69
• (1 l = 0,46)

Vinea

• rôzne druhy



Bryndza

Supercena

125 g
0.89
• (100 g = 0,71)



Pšeničná múka

• rôzne druhy

-40%

~~0.65~~
0.39



Arašidy
• nelúpané

1 kg

2.99



Maslo

Supercena

200 g
1.39
• (100 g = 0,70)

* Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

** Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania cien dňa 21. 10. 2021.

Ponuka tovaru platí od 29. 11. do 5. 12. 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



Je tu Advent, čas na vstúpenie do seba

Advent alebo adventné obdobie je prvá časť liturgického roka rímsko-katolíckej cirkvi vymedzená štyrmi nedelami pred sviatkom narodenia Ježiša Krista a obdobie duchovnej prípravy na Vianoce.

Adventné obdobie má kajajúci charakter, ale nechápe sa ako čas pokánia v tom zmysle, ako je to vo Veľkom pôste. Obdobie prípravy na slávenie Narodenia Pána sa dostalo v štvrtom. storočí z kresťanského Východu do Galie a Španielska. Odtiaľ pochádza zvyk spájať advent s očakávaním Krista na konci časov. V Galii sa od 5. storočia advent začínal už na sv. Martina a v Španielsku 24. novembra. V rímskej liturgii trvalo obdobie adventu dva týždne a malo charakter očakávania či prípravy na vtelenie Božieho Syna.

Vianočná doba sa od 4. storočia pohybovala medzi 11. novembrom a 6. januárom, na ktorý pôvodne pripadala oslava narodenia Ježiša Krista (dnes slávnosť Zjavenia Pána čiže Epifanea). Týchto osem týždňov predstavovalo spolu 40 dní.

V ľudovej kultúre Slovenska má advent magický charakter začiatku, kedy môžu pozitívne či negatívne ovplyvniť budúcnosť nadprirodzené sily (stridžie dni). S tým súvisia rôzne ľudové obyčaje a povery, ako veštenie, vinšovanie,

zatváranie dvier pri rannom zvonení a podobne. Nakoľko advent sa vyznačuje dvojakým očakávaním (narodenie a druhý príchod), je rozdelený na dve časti, kde hranicu tvorí 17. december. Prvá časť dáva dôraz na očakávanie druhého príchodu Krista a druhá časť je prípravou veriach na stretnutie s Kristom pri jasliach. Toto delenie je veľmi dobre vidieť v liturgických textoch a modlitbách.

Obsah adventnej doby výstižne vyjadrujú staré adventné piesne – roráty – zostavené podľa biblických textov, prevažne prorokých. Roráty sa začínali pred svitaním a pripomínali, že pred narodením Krista ľudstvo „kráčalo v tmách“ (Iz 9,2). Názov roráty pochádza z najznámejšej latinskej adventnej piesne pochádzajúcej zo 16. storočia z Francúzska: „Rorate coeli de super ...“ („Rosu dajte nebesia zhora ...“).



» red

Na svätého Ondreja ešte sa nám ohreje

Sviatok sv. Ondreja bol jedným z najznámejších a zvykmi najbohatších dní v roku, najmä pre dievčatá. Priadky na Ondreja boli jedinečné rôznymi „bosoráckymi“ praktika-mi dievčat.

Ak bol tento deň studený a biely, veštilo to tuhú a dlhú zimu. Hovorilo sa, že sneh na Ondreja napadnutý dlho leží, len na Gregora do potoka beží. Nebolo to po vôli ani hospodárom, lebo vraj Ondrejský sneh žitu nehovie.

Aj tento deň sprevádzali rôzne povery. Ženy nepriadli, aby vraj ovce nedostali motolicu. Chlapi nechodili do hory, aby ich neprivalilo. Z domu, kde býval Ondrej, nesmeli nič požičať, aby cez rok neškodovali. No a bavila sa najmä mládež. Dievčatá chceli odplatiť chlapcom predošlé katarínske žarty a preto im vyvalili ploty alebo lavičky na priedomí, zabičili okná vápnom, poväľali naukladané drevo, alebo z ich dvorov poskrývali náradie, či priamo mládencom niektoré časti ich oblečenia.

Sv. Ondrej bol rovnako ako jeho brat Šimon rybárom a pochádzal z galilejskej Betsaidy. Bol učeníkom Jána Krstiteľa a prvým učeníkom Ježiša Krista. Ondrej bol vždy medzi prvými 4 apoštolmi uvádzanými v evanjeliách a bol zmieňovaný spravidla v súvislosti so zázračným nasýtením 5 tisíc ľudí. Neskôr bol ukrižovaný na kríži do tva-

ru X. Sv. Ondrej je patrónom sedliakov, rybárov a neviest, ďalej Ruska a Škótska, býva vzývaný na pomoc proti dne a najčastejšie je zobrazovaný na kríži v tvare X alebo s rybárskou sieťou a rybami.

Deň (ale aj v predvečer sviatku), kedy sa slávil tento sviatok, patril okrem Štedrého večera k najdôležitejším vešteckým dňom v roku. Väčšina veštenia malo jedno spoločné, a to, že sa dievčatá snažili zistiť, kedy alebo za koho sa vydajú. Preto niet divu, že bol sv. Ondrej i patrónom neviest.

O pol noci pred sv. Ondrejom dievčatá vstávali a chodili klopať na kurník, pričom hovorili: „Kohútik, kohútik, zakotkodákaj. Ak muža dostanem, vedieť mi daj. Sliepočky vy nechaťte kotkodákanie, nekazte mi, nekazte vydávanie.“ Ozval sa kohút, malo dievča nádej, že sa toho roku vydá. Ozvala sa skôr sliepka, znamenalo to, že má dievča prísť za rok opäť.



» red

Oplatísa.sk

NAJLEPŠIE PONUKY



3,39 €

HG čistič škvŕn č.2, 50 ml

DEMRO



15,90 €

Vianočný svetelný záves 3 x 3m, studená biela

shopjk.sk



299,99 €
320,00 €

AMBITION Jedáľenská súprava Porto 42-dielna

Kuchynovo.sk



319,90 €

Elektrokolobežka - HECHT 5166

www.trtechnic.sk



329,00 €

Electrolux EW6C527PC Sušička

Zlavené spotrebiče



2,00 €

YarnArt Rapido Ružová 685

Vlnytinka



570,00 €

Svadobné obrúčky dr092

LION ŠPERKY A HODINKY



20,00 €
28,00 €

Les zdola Malba na plátno

Zlatovsky

LI21-47 strana-14

- Frézovanie komínov
- Vložkovanie komínov
- Revízie komínov na kolaudáciu
- Výstavba nerezových a betónovo-nerezových komínov

Všetko pre Váš komín

kontakt: 0905 742 808



88-0159

ROBÍM KÚPEĽNE, OBKLADY, DLAŽBY

Bytové jadrá, stierkovanie, maľovanie, bezbariérové kúpeľne, plávajúce podlahy, dvere+montáž.

Tel: 0951 387 690

88-0051

27. novembra 1095 Výročia a udalosti
pápež Urban II. vyhlásil prvú krížiacku výpravu.

29. novembra 1877 Výročia a udalosti
Thomas Alva Edison prvý raz predstavil svoj fonograf na verejnosti

LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ

1. mája 137/43

0917 403 389

diskontlm@dozsa.sk

pondelok – štvrtok 9:00 – 18:00

piatok 9:00 – 20:00

sobota 9:00 – 16:00

DISKONT ALKO



Najširší
sortiment
a nízke ceny
na Liptove.

RUŽOMBEROK

Karola Salvu 10/1

0918 795 633

diskonttrbk@dozsa.sk

pondelok - piatok

9:00 - 12:00 12:30 - 17:00

sobota 9:00-12:00

1 LITER

-20%

Absolut Blue
11 40%
11,99 €/liter
14,99 €

11,99 €

1 LITER

-20%

Jameson
11 40%
16,99 €/liter
21,19 €

16,99 €

1 LITER

Beefeater 11 40%
13,99 €/liter
17,29 €

13,99 €

Beefeater Pink 11 37,5%
Beefeater Blood Orange 11 37,5%
14,99 €/liter
19,59 €

14,99 €

-19%

-23%

-14%

Plantation XO
20th Anniversary
0,71 40% v kart.
57,13 €/liter
66,69 €

39,99 €

-27%

Jägermeister
0,71 35%
14,27 €/liter
13,69 €

9,99 €

-22%

Becherovka
0,71 38%
12,13 €/liter
10,89 €

8,49 €

-12%

Legenda rum
0,71 38%
17,13 €/liter
13,69 €

11,99 €

-23%

Espero Coconut
Espero Coffee
0,71 40%
v tube 28,56 €/liter
25,99 €

19,99 €

-14%

Metaxa 5*
0,71 38%
14,27 €/liter
11,59 €

9,99 €

Tatratea 0,71
Originál 52%
18,56 €/liter 13,99 €
Forest Fruit 62%
22,84 €/liter 17,19 €
Zbojnícky 72%
24,27 €/liter 18,59 €

12,99 €

15,99 €

16,99 €

R.Jelínek 0,71
Hruškovica
Williams 42%
Slivovica biela 50%
21,41 €/l
17,69 €

14,99 €

Prosecco
Casa Collier
Extra Dry
0,75l
7,99 €/liter
6,79 €

5,99 €

Kláštorné
polosladké
červené,
biele
0,75l
2,65 €/liter
2,19 €

1,99 €

Villa Víno
Rača 1l
Müller Thurgau
Rizling vlašský
Veltlín zelený
1,99 €/liter
2,39 €

1,99 €

Villa Víno
Rača 1l
Frankovka
modrá
2,19 €/liter
2,59 €

2,19 €

Topolčianky
Veltlínke
zelené
0,75l
2,52 €/liter
2,19 €

1,89 €

Topolčianky
Müller Thurgau
Rizling Vlašský
0,75l
2,65 €/liter
2,29 €

1,99 €

Ku každej fľaši
zdarma 2ks
Matysák
hroznová šťava
0,25l PLECH

Matysák
Prediction 0,75l
neskorý zber
Veltlínke zelené
Rulandské modré Rose
výber z hrozna
Frankovka modrá
5,05 €/liter
4,99 €

3,79 €

- pri nákupe nad 50€ poskytujeme zľavu 2%
- pri nákupe nad 100€ poskytujeme zľavu 5%
- pri nákupe nad 200 € poskytujeme zľavu 7%

neplatí
na akciové
položky

- zľavy pre prevádzkovateľov maloobchodných a gastronomických prevádzok

Termín platnosti letáku:

od 1.12.2021 do 31.12.2021

MOŽNOSŤ VRÁTENIA TOVARU PRI VÄČŠOM ODBERE NA OSLAVY

Učebnice

Minister školstva otvoril trh učebníc. Škola si môže vyberať učebnicu podľa seba. Teda už ju neurčuje štát. Problémom je, že je málo učebníc, autorov. Niektoré predmety učebnicu doposiaľ nemajú. A niektoré vydané učebnice sú nekvalitné.

Učebnica je dôležitým prostriedkom vzdelávania. Najmä v období dištančného vyučovania, keď škola musí spolupracovať aj s rodičmi pri samoštúdiu žiakov. Máme veľa rodičov, ktorým na vzdelávaní detí záleží a spolu s nimi sa učia. Preto je dôležité, aby bola učebnica zrozumiteľná aj pre nich. Nemôže sa stať, že rodič po otvorení knihy netuší, ktorý z textov má žiak vedieť, čo má v danej úlohe riešiť.

Problémom je, že učebnice sú preplnené, sú v nich zaujímavosti, obrázky a rôzne alternatívne texty. Laik ťažko vie, čo musí žiak zo zhluku textu ovládať. Nehovoriac o tom, že máme učebnice, ktoré nemajú systém. Potom sa to rieši tak, že si žiaci píšú poznámky. Aký zmysel má taká učebnica, keď musíme učivo nanovo zapísať?

Orientovať sa v učebnici treba učiť aj žiakov. Najmä v situácii, keď sú ozaj preplnené a obsahujú rušivé prvky (veľmi veľa ilustrácií). Veď už šiestaci majú učebnice ako dospelí - plné strany textov. Neraz s informáciami, ktoré sa nemajú učiť. Učebnica totiž môže obsahovať viac informácií ako štátny vzdelá-

vací program. No v dnešnej dobe je neúnosné všetko vyžadovať od žiakov. Žiaľ, mnohí učitelia stále učia systémom - je to v učebnici, musíš to vedieť. Učebnica k tomu navádza aj žiaka, aj rodiča.

Kým na I. stupni by sme ešte mohli povedať, že učebnice sú viac-menej dobrým sprievodcom, tie na II. stupni majú závažnejšie nedostatky. Napr. učebnice matematiky. Na nich ozaj záleží, aby aj slabší žiak pochopil. Keď sa však učím so synom, pravidelne si musím vyhľadávať výklad na internete. Učebnica témy vysvetľuje tak, akoby boli všetci jednotkári. Je graficky neprehľadná a obsahuje málo príkladov na precvičenie. Preto k nej treba pracovný zošit. Ten zas obsahuje nejasné úlohy, ktoré bežný rodič nepochopí. „Chlieviki“ na vpisovanie riešenia príkladov sú také malé, že žiak by musel písať miniatúrnym písmom. Miesto je iba na výsledok, avšak vieme, že v matematike je dôležitý aj postup.

Aj od učebnice závisí úspech žiaka. Žiaľ, niekedy sú v kritériách na učebnicu aj požiadavky, ktoré ju robia nezrozumiteľnou. Možno by namiesto desiatok pracovných zošitov stálo za pozornosť vrátiť sa ku klasickým učebniciam so systémom: učivo, práca s textom, vysvetlenie, cvičenia. Keď sa žiak k takejto knihe kedykoľvek vrátil, vedel, čo má vedieť.

» PhDr. Ján Papuga, PhD.
pedagóg

Okno ako dar

Sú pred nami týždne, v ktorých na nás z každého kúta vyskakujú zľavy tzv. „Black Friday“. Kto nepodľahne tomuto ošiaľu - najmä, ak sa to oplatí?

Po tomto dni plnom zliav však nasleduje aj tzv. „Giving Tuesday“. Čas, kedy ľudia podporujú aj neziskové či cirkevné organizácie, ktoré menia tvárnosť našej spoločnosti každodennou mravenčou prácou. Bez nich by sa nemal kto postarať o tých, ktorí to potrebujú.

Jednou z takýchto organizácií je aj Gréckokatolícka rómska misia. A my sa vám dnes chceme poďakovať za to, že nám fandíte. Že ste s nami.

Presne v tomto čase sa končí naša kampaň na Startlabe s názvom OKNO AKO DAR. Jej cieľom je vymeniť okná v Krajskom centre rómskej misie, ktoré rekonštruujú Rómovia a ktoré bude slúžiť na pobytové aktivity pre verejnosť. Ale, do pondelka môžete ešte aj vy prispieť.

Aj vďaka vašej podpore sa nám podarilo vyzbierať už takmer 9 000 eur. Ak vyzbierame 10 000, vymeníme 30 okien. Ak vyzbierame viac, vymeníme ešte viac okien!

Buďte súčasťou zmeny! Potrebujeme zakúpiť a vymeniť aspoň 15 okien v novovznikajúcom Krajskom centre rómskej misie na Sigorde (pri Prešove). Centrum bude slúžiť všetkým ako stravnica a ubytovacie zariadenie s telo-

cvičňou. Centrum rekonštruujú a okná vymieňajú samotní Rómovia, ktorí zároveň zabezpečujú chod Centra. Svoju podporu nám vyjadrila známa slovenská herečka Anikó Vargová. Každá podpora bude znásobená a to až pokiaľ projekt nedosiahne sumu tri tisíc eur.

Budujeme „miesto pre oddych tela i duše“ pre každého, kto k nám príde. K tomu je potrebné vymeniť okná - aby tu bolo teplejšie a krajšie. Naše Krajské centrum rómskej misie na Sigorde rekonštruujú najmä rómski zamestnanci a dobrovoľníci. Služiť bude na krátkodobé pobytové aktivity pre všetkých: školenia, kurzy, duchovné obnovy, dovolenky. Môžete k nám prísť aj Vy.

Pomôžte nám vymeniť okná a pridajte si vychutnať krásne miesto pre oddych tela i duše na Sigorde!

<https://www.startlab.sk/projekty/2326-okno-ako-dar/>

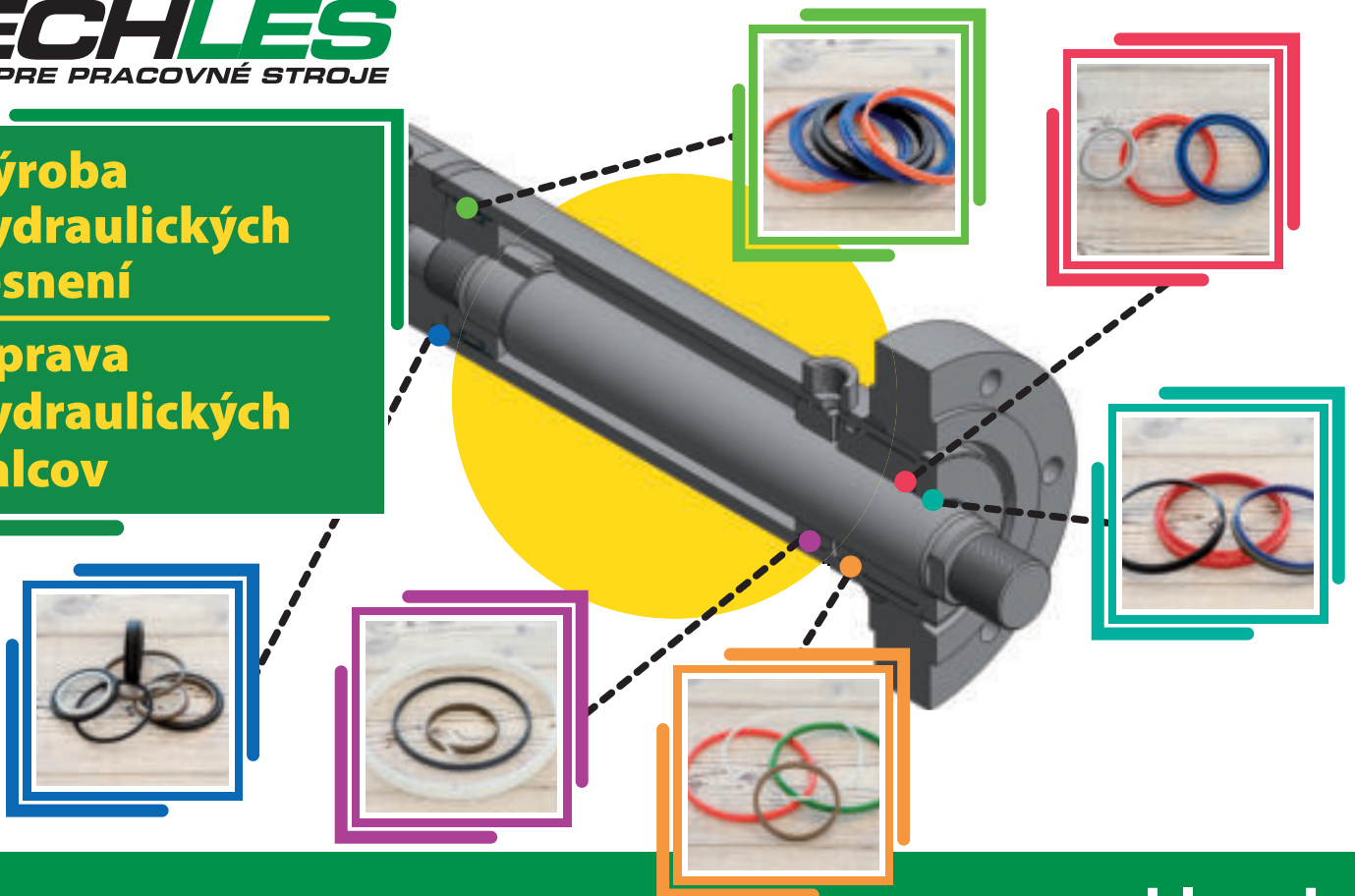


» red

TECHLES
DIELY PRE PRACOVNÉ STROJE

**Výroba
hydraulických
tesnení**

**Oprava
hydraulických
valcov**



0918 792 517 | moravcik@techles.sk

www.techles.sk

• ZĽAVY •

veľký knižný VÝPREDAJ



www.knihyprekazdeho.sk



NÁŠ TIP

**DARČEKOVÉ POUKÁŽKY
NAKÚPITE CEZ NÁŠ
E-SHOP A PREDAJNE**



**KNIHY PRE
KAŽDÉHO**

tvoja sieť kníhkupectiev



Lipt. Mikuláš: OD Prior, Štúrova ul. 1968, 1. posch.

OD PRIOR: Banská Bystrica • Nitra • Partizánske • Piešťany • Považská Bystrica • Prievidza • Trenčín • Zvolen • Žiar nad Hronom • Košice: Žel. stanica • Martin: Ul. 29. augusta 5 • Trnava: OD Jednota • Bratislava: Obchodná ul. 62 • OC Retro • OC Danubia

• ZĽAVY •

BLACK FRIDAY

OD 20. DO 30. NOVEMBRA

Lovely Day



**Využite
AKCIU
2+1**
na všetky typy
ponožiek

PERNÍKY
**6,90
EUR**

SANTA
**6,90
EUR**

ŠPORTOVÉ
**7,50
EUR**

Tešíme sa na Vás v NOVOOTVORENOM stánku
v Bratislavskom nákupnom centre CUBICON
Staré grunty 24 / Bratislava

VIAC VZOROV
PONOŽIEK NA

mylovelyday.sk



-5%
-10%
-15%
-20%
-25%
-30%

-10% na všetky doplnky

VIANOCE PLNÉ ZLIAV

v predajni

**MT-SPORT
LOKCA**

BICYKLE A

ELEKTROBICYKLE

LOKCA 141/22, Hradská, pri hl. ceste
Po-Pla 8:00 - 11:30, 12:00 - 18:00
So 8:00 - 17:00
e-mail: mt.sport.lurac@gmail.com
tel: 0910 199 178

OPRAVY ODEVOV z kože a kožušín a zákazkové šitie

Družstevná 4, oproti KRTu
Liptovský Mikuláš

www.admoda.sk

☎ 0908 237 500



Doplňkový tovar z kožušín:
goliere • lemy na kapucne • šály
štóly • prívesky • návleky na obuv
brmbolce na čiapky
manžety na rukávy
ľadvinky

Predaj odevných koží
Predaj hovädzích čalúnnických koží



Autoimunitné poruchy a CBD

Autoimunitné poruchy patria medzi problémy, ktoré postihujú čoraz väčšiu časť populácie. Celkovo postihujú 5 až 7 percent ľudstva, v rozvinutých krajinách však býva tento podiel vyšší. Momentálne je popísaných už viac ako 100 diagnóz, ktoré sa radia do skupiny autoimunitných ochorení.

Spoločným znakom autoimunitných chorôb je, že sa náš vlastný imunitný systém omylom zameriava na naše zdravé tkanivá a náš organizmus dostáva signály, aby proti nim bojoval. Môže sa to diať v takmer v každej časti tela – týmito poruchami môže byť postihnuté naše srdce, mozog, nervy, svaly, pokožka, oči, kĺby, pľúca, obličky, žľazy, tráviaci trakt a cievy. Medzi najčastejšie autoimunitné poruchy patria:

- Celiakia
- Crohnova choroba
- Lupus
- Psoriáza
- Cukrovka 1. typu
- Skleróza multiplex
- Addisonova choroba
- Grevesova choroba
- Reumatoidná artritída

Sprievodným znakom autoimunitnej poruchy je vznik zápalu, častokrát na viacerých miestach zároveň. Presná príčina autoimunitných porúch nie je známa a zrejme ide o kombináciu genetických a vonkajších faktorov. To ovplyvňuje aj možnosti liečby. Pri väčšine nie je možné úplne vyliečenie.

Každé autoimunitné ochorenie je vážnou poruchou, ktorú treba riešiť s lekármi. Viacerí pacienti potýkajúci sa s problémami spôsobenými autoimunitnými chorobami skúšajú popri liečbe hľadať úľavu, ktorá by zmierňovala sprievodné nepríjemnosti. Jednou z alternatív takejto úľavy je aj kanabidiol, teda CBD.

CBD má pri ľuďoch trpiacich autoimunitnými ochoreniami viac dôvodov, pre ktoré si ho vyberajú. Prvým je, že medzi známe účinky CBD patrí modulácia imunitných reakcií. CBD pôsobí na receptory tzv. endokanabinoidného systému, ktorý máme všetci v tele. Napríklad štúdia vedcov J. Nicholasa a B. Kaplanovej z Univerzity v Missisipi konštatuje, že tento systém po pôsobení CBD prispieva k regulácii imunitnej odpovede, presnejšie k tlmeniu nadmernej produkcie niektorých cytokínov a chemokínov.

Ďalšou dôležitou vlastnosťou CBD je jeho protizápalový účinok. Práve zápaly sú typickým a nepríjemným sprievodným javom mnohých autoimunitných ochorení. Aj v tomto ohľade je CBD u pacientov s imunitným ochorením vítanou úľavou. Spolu so zápalmi sa CBD podieľa aj na potlačení bolesti. Vďaka tomu, že CBD nemá na rozdiel od niektorých liekov nepriaznivé vedľajšie účinky, používajú ho v súvislosti s tlmením bolesti najmä ľudia, ktorých trápi bolesť dhdobu.

Medzi známe príbehy patrí príbeh Constance Finley. Tá v roku 1996, veku 44 rokov



Foto: constancefinley.com

ochorela na zriedkavé autoimunitné ochorenie ankylozujúca spondylitída, z ktorej sa neúspešne liečila až do roku 2008, kedy jej predikovali už len pár týždňov života a vysoké riziko infarktu. V zúfalstve sa chytala čohokoľvek a tak sa dostala k informáciám o produktoch z konope. Vzhľadom jej stavu musela byť veľmi opatrná a tak sa rozhodla sama pestovať konope a robiť čo najdokonalejšiu extrakciu účinných látok z nej.

Po tom, čo konečne zaznamenala zlepšenie stavu zmenila svoj život a rozhodla sa venovať výskumu možností ako využiť výťažky z konope v prospech zdravia. Dnes je šéfkou vlastnej firmy podnikajúcej v oblasti výroby konopných produktov, držiacej viaceré patenty a pomáhajúcej veľkému množstvu pacientov ďalšími ochoreniami. Jej podnikateľská filozofia vychádza z jej skúsenosti a tak sa snaží o čo najdokonalejšie postupy a čo najčistejšie produkty.

» red.

VELKÉ
ZNIŽOVANIE CIEN

**BLACK
FRIDAY**

OD 20. DO 30. NOVEMBRA

CBDexpert



5% CBD olej

24,00
EUR
31,50-€



10% CBD olej

36,00
EUR
45,90-€



20% CBD olej

50,00
EUR
63,00-€



6% CBD olej

25,00
EUR
34,90-€



3% CBD olej

21,00
EUR
28,90-€

www.cbdexpert.sk

+421 904 552 345
objednávky@cbdexpert.sk

Špeciálna ponuka pre školy

WORKFORCE PRO WF-C5790DWF

CENA NÁPLNÍ S DPH:

10 000 čierna = 110 EUR
5 000 čierna = 56 EUR
5 000 farba = 70 EUR
3 000 čierna = 39 EUR
3 000 farba = 51 EUR
Odpadová nádoba = 25 EUR

- Záruka 3 roky aj pre IČO po registrácii
- Kompletné duplexné zariadenie vrátane DADF skenera na 50 listov
- Pripojenie: NFC, LAN, WIFI, USB, Wifi-direct
- 34/34 str za minútu rýchlosť tlače
- Kompletné pigmentové farby = odolné voči UV, vode i alkoholu + certifikát na archivačnú tlač
- Možnosť dokúpiť ďalší kazetový podávač na celkovú kapacitu 250 + 500
- Samozrejmosťou je zadný podávač pre špeciálne média s kapacitou 50 listov A4



336 €
s DPH

PREDAJ SPOLU
869 €
s DPH



TravelMate P2
15,6" FHD

NX.VPREC.002

559 €
s DPH

- TravelMate P2 (TMP215-53-36EP)
- Windows® 10 Professional 64-bit EDU
- Intel® Core™ i3-1115G4
- 4 GB DDR4 Memory + N
- 256 GB PCIe NVMe SSD + N (HDD upgrade kit)
- SD card reader
- Intel Xe Graphics
- HD Camera with 2Mic. with camera shutter
- 3x USB 3.1 Gen1
- USB Type-C port USB 3.1 Gen1 (up to 5 Gbps)
- HDMI - VGA - RJ-45 - 48Wh Li-Ion battery

Akkoľvek otázky vrátane objednávok posielajte na:

notebooky@regionpress.sk

alebo volajte: **0908 792 859**

VÝKUP STARÝCH KNÍH



divnyjanko.sk 0911 256 971

2. decembra 1805

Výročia a udalosti

v bitke troch cisárov pri Slavkove zvíťazilo vojsko cisára Napoleona Bonaparte nad spojenými silami ríšskomeneckého cisára Františka II. a ruského cára Alexandra I., čo **viedlo k uzavretiu bratislavského mieru** (26. decembra)

inzerujte u nás

DAJTE O SEBE VEDIEŤ

prezentujte svoju myšlienku
zvýšte povedomie o svojej firme
zvýšte si tržby z predaja

☎ 0907 673 928, 0908 979 477
✉ liptovsko@regionpress.sk

AIKIDO KLUB L. Mikuláš a L. Hrádok

**celoročne prijíma nových členov
v obidvoch mestách..**

Všetky vekové kategórie od 6 rokov vyššie.

**Pohyb, gymnastika, hry, spolupráca
aj sebaobrana - všetko namiešané
podľa veku a záujmov.**



Info na www.aikidolm.org
tel.: 0910 176 190

Študijný program
**INFORMAČNÉ A DIGITÁLNE
TECHNOLÓGIE**



Študijný program
**PRÁVO, EKONOMIKA
A PODNIKANIE**



Študijný program
**INTELIGENTNÉ
TECHNOLÓGIE**



Tatranská akadémia n.o.

Súkromná stredná odborná škola
Ul. 29. augusta 4812, Poprad

**Hľadáte modernú, dynamickú
a kvalitnú strednú školu?**

Táto stredná škola ponúka študijné programy, v ktorých študenti môžu získať okrem maturitného vysvedčenia aj medzinárodné **CISCO** a **Cambridge** certifikáty.

Skladba predmetov je výbornou prípravou na štúdium na vysokej škole, ale aj pre prax.

ssosta.edupage.org
www.tatranskaakademia.sk



ssostapoprad



Súkromná stredná odborná škola
Tatranská akadémia (SSOSTA)

**Pozývame žiakov a zákonných zástupcov
na individuálne prehliadky školy**
spojené s poskytnutím podrobných informácií o štúdiu.



CAMBRIDGE ENGLISH
Language Assessment

Študijný program implementovaný priamo do výuky predmetu anglický jazyk.



ŽILINSKÝ
SAMOSPRÁVNÝ
KRAJ



STREDNÁ ODBORNÁ
ŠKOLA POLYTECHNICKÁ

Demänovská cesta 669, Liptovský Mikuláš

Ponuka štúdia
pre šk. rok
2022/2023



STREDNÁ ODBORNÁ ŠKOLA POLYTECHNICKÁ

Prečo študovať na našej škole?

- možnosť získať kvalitné odborné vzdelanie
- vyučovanie zabezpečujú kvalifikovaní inštruktori
- **garancia zamestnania** sa po skončení štúdia v spolupracujúcej firme
- podnikové štipendium do 50€ počas celej doby štúdia
- možnosť privyrobiť si nad rámec praktického vyučovania
- **prispevok** na stravovanie, ubytovanie a cestovné náklady
- moderné vybavenie firiem a školy (reálne **CNC stroje**)
- zahraničná stáž vo Francúzsku (program Erasmus+).

Čo u nás môžeš študovať?

4- ročné študijné odbory s maturitou:

Technické odbory:

2413 K mechanik strojov a zariadení

- výučný list

2412 K mechanik číslícovo riadených strojov

- výučný list

Poľnohospodárske odbory:

4210 M 11 agropodnikanie - agroturistika

- licencia jazdca Slovenskej jazdeckej federácie

3- ročné učebné odbory so záverečnou skúškou a výučným listom:

Poľnohospodárske odbory:

4524 H agromechanizátor, opravár

2998 H mliekár a syrár

2- ročné učebné odbory so záverečnou skúškou:

4572 F poľnohospodárska výroba

- kurz pre ukončenie 2. stupňa ZŠ

2982 F potravinárska výroba

- kurz pre ukončenie 2. stupňa ZŠ

3161 F praktická žena

- kurz pre ukončenie 2. stupňa ZŠ



telefón: 044/5521849, 5541272

e-mail1: sekretariat@polytechnika.sk

e-mail2: sospolytechnicka.sekretariat@gmail.com

www.polytechnika.sk

SOŠ POLYTECHNICKÁ, Demänovská cesta 669, 031 01 Liptovský Mikuláš

Satelitné snímky potvrdzujú úbytok lesov na Slovensku

Za posledné 4 roky narástol priemer-
ný ročný úbytok lesa takmer o štvrti-
nu. Vyplýva to z analýzy satelitných
snímok Inštitútu environmentálnej
politiky, ktorý porovnával stratu lesa
v rokoch 2017 až 2020 s rokmi 2001 až
2016.

Vysoké odlesnenie zaznamenal
medzi rokmi 2017 až 2020 Národný park
Veľká Fatra a Národný park Malá Fatra,
kde sa priemerná ročná strata lesa zvý-
šila 3 resp. 4-násobne. Od začiatku 21.
storočia ubudlo zo slovenských lesov
každý rok v priemere 0,46 percenta
rozlohy lesa. S výnimkou kalamitného
roku 2004 zažilo Slovensko najväčšiu
stratu lesa v roku 2018, pričom najviac
postihnutým regiónom za ostatných 20
rokov bol región Kysúc. Tento stav sa ne-
zmenil ani v uplynulých štyroch rokoch.
V národných parkoch bola v rokoch 2017
až 2020 priemerná ročná strata lesa na
úrovni 0,56 percenta. Podľa satelitných
snímok boli regionálne na tom najlep-
šie lesy na východnom Slovensku a na
Hornej Nitre. Naopak, najhoršie skonči-
li oblasti na Kysuciach a podtatranské
okresy Poprad a Kežmarok. Lepší stav
vykazujú územia s 5. stupňom ochrany
s bezzásahovým režimom. „Práve nízka
intenzita ťažby má priaznivý vplyv na
zachytávanie uhlíka a prispieva k zmier-
ňovaniu klimatickej krízy,“ zdôraznil

štátny tajomník ministerstva životného
prostredia Michal Kiča.

Odlesňovanie je podľa satelitných
snímok dlhodobým problémom Sloven-
ska, a to aj napriek pomerne vysokej
výmere lesov. Podľa slov Michala Kiču
skutočnosť, že máme na Slovensku v
evidencii lesný pozemok neznamená,
že sa na ňom nachádza aj skutočný les.
„Podobne je to aj s výmerami lesov, kde
by mal byť podľa mapových údajov les,
ale v skutočnosti nám letecké snímky
ukážu, že tam žiadny les nie je,“ pod-
čiarkol štátny tajomník Kiča.

Faktom je, že v národných parkoch
sa les v posledných 20-tich rokoch strá-
cal rýchlejšie ako v iných územiach. Ide
však o hrubú stratu bez prírastkov. Ana-
lytici zároveň poukázali na stav bezzá-
sahových území, ktorý bol z pohľadu
straty lesa a následného dopadu na zá-
chyt uhlíka lepší ako stav iných území.



» Zdroj: MŽP SR

Čujte.sk

**Čo je expirácia
a kam s liekmi**



www.cujte.sk

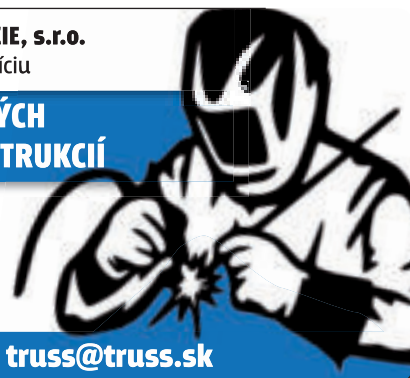


Firma **HLINÍKOVÉ KONŠTRUKCIE, s.r.o.**
príjme pracovníka na pozíciu

ZVÁRAČ HLINÍKOVÝCH PRIEHRADOVÝCH KONŠTRUKCIÍ

- Prax nie je nutná
- Práca na živnosť
- Miesto výkonu práce
Liptovská Ondrášová

Kontakt: **0917 852 440** • **truss@truss.sk**



AUTOMATICA

Revolučná 11
Liptovský Mikuláš

ROBOTIZOVANÉ PRACOVISKÁ • DOPRAVNÍKOVÉ SYSTÉMY

príjme do trvalého pracovného pomeru zamestnancov na pozície

• **PROGRAMÁTOR ROBOTOV ABB, PLC SIEMENS**
Plat od 1.500 EUR/mesiac

• **ZVÁRAČ – STROJNÝ ZÁMOČNÍK**
Plat od 7,10 EUR/hodina

V prípade záujmu kontaktujte **p. Líškovú**,
Tel: **0903 704 914** • E-mail: **automatica@automatica.sk**



HACO

PRÍJMEME ZAMESTNANCOV NA PRACOVNÉ POZÍCIE:

- LAKOVAČ
- MONTÁŽNIK
- KONTROLÓR NA LINKE STROJOV
- ŠPECIALISTA Zoradovač strojov
- ZVÁRAČ
- ŠPECIALISTA HYDRAULIKY
- OBSLUHA STROJOV
(Sustruh klasický, Fréza klasická,
NC vrtačka, Hobľovka)
- CNC OPERÁTOR



Liptovský Mikuláš
Haco, a.s., ul. 1. mája 1850

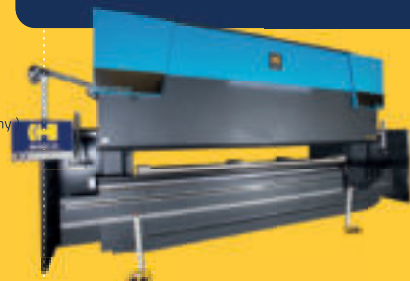
✉ **miroslava.piacekova@lsphaco.com**

☎ **0905 360 433**

➤ **www.haco.com/sk**

BENEFITY:

- náborový bonus do 500,- EUR
- stravné lístky v hodnote 4,- EUR
- príspevok pri životnom jubileu
- mesačný bonus do výšky 150,- EUR
(v závislosti od splnenia výrobných plánov firmy)
- 1 deň navyše plateného voľna
nad rámec Zákonníka práce
- jednozmenná prevádzka
- firemné akcie
- celozávodná letná a zimná dovolenka
- zabezpečený pitný režim na pracovisku
- možnosť profesijného rastu
- možnosť práce na živnosť



Nástupná mzda od 740 €
v závislosti od vzdelania a praxe

Hľadáme ŠOFÉROV NA KAMIÓNY
s posuvnou podlahou

Ponúkame:
nadštandardné platové
ohodnotenie, každý
deň doma, platené
sviatky a voľné
víkendy

t: 0910 466 433 office@vkbreal.sk

Spoločnosť Gevos s.r.o.
prijme na živnosť alebo TPP

MURÁRA A POMOCNÍKA
Miesto výkonu práce: Liptov

Mobil: **0908 526 642**
E-mail: **gevos@gevos.sk**

Prijmeme
do zamestnania
STROJNÍKA
na bager
plat 1000 € + prémie
0905 501 318

**PONÚKAM PRACOVNÚ
POZÍCIU PRE
ŠIKOVNÝCH ĽUDÍ
NA PRIVYROBENIE**
podmienka vek nad 18 rokov
prac. pohovor objednať na
0907 089 080

ELEKTROMECHANIK

Pečivárne
Lipt. Hrádok, s.r.o.
Liptovská Porúbka 347
033 01 Liptovský Hrádok

ponúkame voľné pracovné
miesto na pozíciu

Miesto výkonu práce: Liptovská Porúbka
Zmennosť: dvojzmená (37,5 hod. týždenne) ranná zmena
od 6:00 do 14:00, poobedná zmena od 14:00 do 22:00
Termín nástupu: ihneď

Mzdové podmienky (brutto):
od 7,13 €/hod. do 7,85 €/hod. + príplatky za prácu
nadčas 25%, prácu v sobotu 75%, nábehový príplatok

Náplň práce, právomoci a zodpovednosti:
• nastavovanie strojov podľa potrieb produkcie
• oprava a údržba strojov a zariadení

Zamestnanecké výhody, benefity:
• práca v stabilnej spoločnosti na trvalý pracovný pomer
• stravné len za 0,40 €/obed

Požadované vzdelanie:
• elektrotechnické - stredoškolské bez maturity,
• stredoškolské s maturitou

Osobnostné predpoklady a zručnosti:
• znalosti elektrotechniky

Kontakt: dopater@plh.sk, tel: 0905 985 829

**ROBOTNÍK PRI VÝROBE
TRVANLIVÉHO PEČIVA
/BRIGÁDNIK**

Pečivárne
Lipt. Hrádok, s.r.o.
Liptovská Porúbka 347
033 01 Liptovský Hrádok

ponúkame voľné pracovné
miesto na pozíciu

Možnosť pracovať v poobedných zmenách ako
vedľajší pracovný pomer, prípadne v sobotu

Miesto výkonu práce: Liptovská Porúbka
Zmennosť: dvojzmená (37,5 hod. týždenne) ranná zmena
od 6:00 do 14:00, poobedná zmena od 14:00 do 22:00
Termín nástupu: ihneď

Mzdové podmienky (brutto):
od 4,31 €/hod. + príplatky za prácu nadčas
25%, sobotu 75%

Náplň práce, právomoci a zodpovednosti:
• balenie sušienok a obľátok, nalepovanie etikiet,
vkládanie výrobkov do krabíc

Zamestnanecké výhody, benefity:
• práca v stabilnej spoločnosti na trvalý pracovný pomer
• stravné len za 0,40 €/obed

Požadované vzdelanie:
• stredoškolské bez maturity / stredoškolské s maturitou

Vzdelanie v odbore:
• vzdelanie v potravinárskom odbore výhodou

Kontakt: gen@plh.sk, tel: 044/520 72 20

Farma Východná
prijme zamestnanca
na pozíciu
**Ošetrovateľa
hov. dobytká**

termín nástupu: **ihneď**
nástupný plat: **850 €/brutto**

blížšie info:
t.č.: **0911 407 497**
e-mail: **sekretariat@farmavychodna.sk**

**PONUKA PRÁCE: HĽADÁME
SKÚSENÉHO MURÁRA a MALIARA**

zateplenie, omietky, potery, maliarske práce,
pokládka dlažby, celoročne na práce v BB a okolí

Kontaktné t. č.: **+421 905 656 319**

HRADEC KRÁLOVE
145 Kč/ NETTO HODINA

**OPERÁTOR
VÝROBY**

- ubytovanie
zabezpečené

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

**HĽADÁME NOVÝCH KOLEGOV
DO VÝROBY**

Operátor/-ka montáže káblov a osádzania
súčiastok do dosiek plošných spojov

**PONÚKAME
NÁBOROVÝ BONUS
800 €***

*zamestnaným
(pri podpise
zmluvy) v prvej
výplate
*voľným na trhu
práce 50% + 50%
po odpracovaní
3 m. + 3m.

Čo od Vás očakávame:
✓ SŠ, SOU (výučný list)
✓ manuálnu zručnosť
✓ zodpovedný prístup k práci a spoľahlivosť
✓ ochota pracovať na II. zmeny

Čo Vám ponúkame:
✓ práca na hlavný pracovný pomer
✓ práca v čistom prostredí a v sede
✓ mzdové podmienky (brutto)
3,82 - 5,00 Eur /hod. + variabilná zložka mzdy 20 %
✓ benefity nad rámec Zákonníka práce
✓ možnosť zmluvy na dobu neurčitú
✓ odborné zaškolenie

Životopisy zasielajte na e-mail: **hrslovakia@svi.sk**
alebo na adresu: **SVI Slovakia s.r.o., Vyšné fabriky 739,
03301 Liptovský Hrádok. Tel. kontakt: 044/5202522**

GSK
SPOL. S R.O.

Stavebná
spoločnosť
prijme

• TESÁROV

Ponuka vhodná pre:
• **TPP** - 7 EUR/hod./ úkol
• **ŽIVNOSTNÍCI** - podľa dohody

Práca na území SR. Nástup po dohode.
tel: **0918/413582** | mail: **info@gksro.sk**

Hľadáme práca v skladoch
VODIČOV NA VZV
BRANDYS NAD LABEM, ČR
plat od 30 000 Kč

• možnosť nadčasov
• týždenné zálohy
• nástupný bonus 5000 Kč
• ubytovanie a doprava
• zabezpečujeme preukaz
na VZV (obnova)

0919 496 491, info@empres.sk, www.empres.sk

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



499 €
~~599 €~~
ušetrite **100 €**

Galerica Gamma 3x4 m

ODOLNÉ POLYKARBONÁTOVÉ SKLENÍKY

SVÄJČIARSKY POLYKARBONÁT
PREMIOVEJ KVALITY

DARČEK ZADARMO

Bez budovania základov Odonosť voči snehu a vetru 5 rokov záruka na konštrukciu
10 rokov záruka na polykarbonát 5kg prírodný stimulátor úrodnosti pôdy

DOPRAVA ZADARMO • VŠETKO SKLADOM

Ponúkame vám oblúčkové skleníky rôznych rozmerov a pevnosti:

Názov	Š x V x D	Cena	Cena za predĺženie	2m
GNOM	1,64 x 1,66 x 4 m	369 €	cena predĺženia o 2m	100 €
GRETA	2 x 2 x 2 m	319 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GLORIA	2,58 x 2 x 2 m	419 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GALA HIT	3 x 2 x 4 m	449 €	cena predĺženia o 2m	150 €
GENIO	3 x 2 x 2 m	319 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GARANT	3 x 2 x 2 m	419 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GAMMA AKCIA	3 x 2,15 x 4 m	499 € 699 €	cena predĺženia o 2m	150 €
GULLIVER	3 x 2 x 2 m	449 €	cena predĺženia o 2m	200 €
GOLIÁŠ	3 x 2 x 2 m	529 €	cena predĺženia o 2m	200 €
GOLEM	4 x 2,7 x 4 m	1 399 €	cena predĺženia o 2m	400 €
GIGANT	6 x 4 x 10 m	4 999 €	cena predĺženia o 2m	750 €

0948 88 88 55 info@galerica.sk www.galerica.sk www.mundio.sk

ODDLŽENIE BONATO

Trápia Vás **exekúcie?**

Nebojte sa vyhľadať **pomoc!**

BONATO
... SYMBOL POMOCI

Bezplatná linka

0800 221 331 | www.bonato.sk



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

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podpilovanie muriva
- chemická injeckáž

ZĽAVY 20%



STOP

vlhkým múrom

0918 671 541

AIW - Práca pre opatrovatelky seniorov v Rakúsku



- pracovať v Rakúsku môžete už o pár dní
- v decembri výrazná zľava z poplatku!
- 14-dňové turnusy, rakúska živnosť
- zarobíte si pred Vianocami alebo dvojnásobne cez Vianoce!

Honorár 1 200 až 1 800 € brutto / 15 dní

Dopravu hradí klient, strava a ubytovanie ZDARMA!

Kritériá
pre spoluprácu:

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

Zavolajte hneď a zmeňte
svoj život novou prácou

0800 24 24 44

Jednoduchou spolu prejdeme
všetky kroky k novej práci.

www.aiw.sk

Facebook: aiwsk

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

trofejeeu@gmail.com



Komíny s najlepším pomerom ceny a kvality na trhu

Model	Typ paliva	5m	6m	7m	8m	9m	10m	11m	12m	13m	14m	15m
Komíny TUMA THERM 4+ Šamot	uhľové	440	418	426	478	487	482	491	577	394	385	394
Komíny TUMA FOLK Šamot	uhľové	434	464	471	556	344	538	347	422	450	431	439
TECNOVIS nerezový (Nemecko)	uhľové	523	310	317	593	301	595	604	467	473	477	485
KRBY kachle	pece na pelety	510	350	365	600	355	612	601	500	510	518	527

**krby - kachle - sporáky
pece a grily**

www.krby-tuma.sk
tel. 0905 394 055
Bánovce n. Bebravou - showroom
najväčšie krbové štúdio v SR

prev.: Pezinok - 0917 861 305
prev.: Košice - 0915 147 170
prev.: Nitra - 0908 136 854
prev.: Bans.Bystrica - 0915 905 112

Exotická záhrada Bánovce n. Bebr.
bonsaje
predaj:
- palmy
- olivovníky
- citrusy
- yuccy
- cykasy
- banánovníky
Ponúkame zimnú ochranu
exotických rastlín!
k bazénom, pre firmy, na terasy, zimné záhrady