

ZVOLENSKO DETVIANSKO-KRUPINSKO

Najčítanejšie regionálne noviny Týždenne do 38 400 domácností a firiem

Dám do
prenájmu
**GARÁŽ
V DETVE**
0904 808 685

INZERCA
0907 727 201

ZVOLENSKO

OPRAVA a ÚDRŽBA

okien, dverí,
sietok a žalúzií

0908 964 922

AMSTAVBA s.r.o.
VODA • KANALIZÁCIA • KÚRENIE •
• ODSTRANOVANIE PORÚCH • MONTÁŽ INŽ. SIETÍ,
KANALIZ. PRIPOJOK
• ČISTENIE - MONITORING
www.kanalizacie.eu
0910 585 734

RECYKLÁCIA AUTOMOBILOV

Za Vaše staré auto ZAPLATÍME, odvezieme
a vyradíme ho z evidencie priamo u Vás doma

AUTOVRAKOVISKO

ZBAVTE SA
VÁŠHO AUTA
BEZ STAROSTÍ

www.rovami.sk

0902 457 777

OBNOVA NÁPISOV a DOSEKÁVANIE DÁTUMOV na POMNÍKOV

PRIAMO NA CINTORÍNE

čistenie dvojhrobu 100€

0944 229 001

STAVEBNÉ PRÁCE
Gigant build s.r.o. **0905 298 635**
**!!! NAJLEPŠIE
CENY!!!**
• Bytové jadrá, omietky, stierky
• Sadrokartónové systémy
• Strechy, krovy, altánky
• Vodárske, elektrikárske práce
• Zateplňovacie práce
• Obklady, dlažby, zdvojené podlahy
• Rodinné domy od základu
• Nábytok na mieru

PROFIDEMONT
• REALIZÁCIA HRUBEJ
STAVBY
• ZÁKLADOVÉ DOSKY
www.profidemont.sk **0919 175 335**

NEODTEKÁ !!!
**KRTKOVANIE - MONITORING
KANALIZÁCIE
LIKVIDÁCIA AZBESTU!!!**
www.profidemont.sk **0919 175 335**

**PRETLAKY POD CESTOU
PRE PRÍPOJKY:
VODA • PLYN • ELEKTRIKA**
www.profidemont.sk **0919 175 335**

**POŽIČOVŇA
LEŠENIA**
**POŽIČOVŇA
PRÍVESNÝCH
VOZÍKOV**
POŽIČOVŇA MINIBAGRA
tel. **0902 907 888**
www.lesenie.webnode.sk

GRANILA
**PRÁCA PRE:
ELEKTRIKÁROV
v Nemecku**
• Hľadáme partie ale aj jednotlivcov
• Práca celoročne
• Vlastné auto, vlastné náradie
• Možnosť poskytnutia firemného
auta a náradia
• Ubytovanie zabezpečuje
a hradí firma
**ŽIVNOSŤ OD
21 €/HOD.**
0950 301 301

NÁJOMNÝ PRIESTOR
Centrum Zvolena - 25m² a 40m²
Vhodný pre služby - masážny salón,
manikúra, pedikúra, fyzioterapia a pod.
tel. **0904 808 685**

STAVEBNÉ PRÁCE
strechy, obklady, dlažby, sadrokartón,
elektrika, voda, zateplňovanie,
0907 887 240

ŠTEFANOVIČ
VÝROBA NÁBYTKU
**RENOVÁCIA
STARÉHO NÁBYTKU**
0907 641 580
www.stolarstvistefanovic.sk

**PÔŽIČKA
do 20 000 €**
0918 709 045

**PALIVOVÉ
DREVO**
0905 705 594

VÝKUP STARÝCH VOZIDIEL
a trvalé vyradenie z evidencie
150 €/t, možnosť odvozu.
ALUEX Po-Pia: **0944 530 853**
7,00 - 15,30 **045/ 533 36 44**

Ponúkame
**KOMPLETNÚ MONTÁŽ
ELEKTROINŠTALÁCIE**
do domov, bytov
**PRERÁBKY,
MONTÁŽ
BLESKOZVODOV**
**NAPROJEKTOVANIE
REVÍZIE**
0940 600 478

**KÚPIM
BYT, DOM**
Po dohode môžete
ostať v podnájme
0907 488 234

Palivové drevo
Dátum dodania podľa Vášho výberu
Rezervujte si už teraz
45 € / prms.
0907 222 616

Stavebná firma prijme
PRACOVNÍKOV
na STAVEBNÉ, MURÁRSKE,
BETONÁRSKE, FASÁDNE
práce v okolí ZVOLENA
0904 480 647

ODSTÚPIM PREDAJŇU PAPIERNÍCTVA vo Zvolene,
námestie SNP, zabehnutá so stálou klientelou a dodávateľmi,
komplet zariadená. Info: obchod@tunnel.sk, **0910 992 351**

**ZEMNÉ A VÝKOPOVÉ
PRÁCE**
0918 938 351

**ZVOLENSKO
DETVIANSKO-KRUPINSKO**

Redakcia: Dukelských hrdinov 1
ZVOLEN
zvolenko@regionpress.sk

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

INZERCIA
Mariana Kučerová 0907 727 201

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

DISTRIBÚCIA (39560 domácností)

Každý týždeň:
Zvolen, Detva, Hriňová, Korytárky, Kriváň, Stožok, Vigľaš, Krupina, Bzovik, Dudince, Hontianske Nemce, Sebechleby, Babiná, Budča, Dobrá Niva, Hronská Breznica, Kovačová, Lieskovec, Očová, Pliešovce, Podzámčok, Sása, Sielnica, Sliach, Zvolenská Slatina, Kovačová, Očová, Zvolenská Slatina



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	Galančiansko-Saliansko	
HC	28.510	Hlohovecko-Sereďsko	
KM	16.370	Komárňansko	
LV	31.310	Levicko	
MA	27.450	Malacko	
NR	54.930	Nitriansko	
NZ	34.140	Novozámocko	
PK	18.210	Pezinsko	
PN	42.810	Piešťansko+NM+MY	
SC	27.920	Senecsko	
SE	34.570	Senicko+Skalicko	
TO	40.560	Topoľčiansko+PE+BN	
TN	59.430	Trenčiansko+DCA+HL	
TT	46.550	Trnavsko	
ZM	18.990	Zlato Moravsko	

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=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	

Najmä si to užívajme

Žijeme v uponáhlanom svete a sme čím ďalej tým viac vystavení stresu, ktorý nás ničí. Upozorňujú na to odborníci a potvrdzujú to aj mnohé vedecké štúdie. Rozlišovať však musíme medzi stresom bežným, ktorý trvá krátko a je len prirodzenou reakciou nášho organizmu na nebezpečenstvo a stresom dlhodobým, ktorý pre nás predstavuje mnohé zdravotné riziká.

Nie je v našich silách sa stresu úplne zbaviť, a ani by to nebolo správne, pretože v niektorých situáciách nám môže dokonca zachrániť život. Ale aj v prípade stresu platí, že všetkého veľa škodí, a preto je dôležité naučiť sa ho znížiť na prístupnú hranicu.

Spôsobov, ktorými môžeme zabojovať proti nadmernému stresu, je viacero, pričom kľúčový je náš životný štýl. Odborníci zväčša radia, aby sme si dopriali dostatočné množstvo spánku, dodržiavali zdravé stravovacie návyky, pravidelne sa venovali pohybu a pobytu na čerstvom vzduchu, trávil čas s rodinou a priateľmi a našli si čas na

relax, koníčky či meditáciu.

A možno by sme si v prípade zvládania stresu mohli zobrať príklad od Dánov. Tí patria k najšťastnejším národom na svete a pre životnú pohodu majú dokonca vlastné pomenovanie, a tým je hygiene. Pod týmto slovom si môžeme predstaviť všetko, čo nám pomôže navodiť príjemný pocit. Či už je to útulne zariadený príbytok, vyhádzka v parku, večer strávený sledovaním obľúbených seriálov, šálka čaju na terase s priateľmi, predĺžený víkend na chate s partnerom alebo pyžamový deň s deťmi.

Ak chceme viesť spokojnejší život, musíme najskôr nájsť pokoj a vnútornú rovnováhu. Obklopiť sa vecami, ktoré sú pohodlné a ľudmi, s ktorými sa cítime dobre a v bezpečí. Zažiť každý deň niečo príjemné, tešiť sa z maličkostí a vychutnávať si každý okamih, jednoducho si užívať život.

» Renáta Kopáčová, redaktorka



PRETLÁČANIE

POPOD CESTU PRE PRÍPOJKY

- VODOVODNÉ
- PLYNOVÉ
- ELEKTRICKÉ
- KANALIZAČNÉ

RP Staving s.r.o. 0905 974 244
Richard Penička

rpstaving@rpstaving.sk • www.rpstaving.sk



EURO - MONT

- rolety deň a noc
- žalúzie
- siete proti hmyzu
- zasklievanie balkónov

Kontaktné údaje: 0905 524 927, 0915 779 955, 0917 241 244
info@euromont.sk, www.euromont.sk

KURZ SBS - AJ ONLINE

MÁJOVÁ ZĽAVA PRE VŠETKÝCH!!!

CEZ ÚRAD PRÁCE KURZOVNÉ ZDARMA

0911 514 328
e-mail: sba@sbabb.sk
www.sbabb.sk



OBNOVA STRIECH

- ETERNITOVÝCH • PLECHOVÝCH
- PLOCHÝCH • KANADSKÝ ŠINDEL

RODINNÝCH DOMOV, PANELÁKOV A BYTOVIEK

BEZ DEMONTÁŽE!

SO ZACHOVANÍM PŮVODNEJ KRYTINY

BITŮMENOVOU LEPENKOU

- zameranie • odborné poradenstvo
- cenová kalkulácia na mieste **ZADARMO!!!**

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽLABOV

VÝKUP PAROŽIA ZA SKVELÉ CENY

Viac po telefone 0910 570 381

Hľadáme **ZVÁRAČOV CO₂**, 1-zmenná prevádzka, voľné vikendy
Miesto výkonu práce: **Priboj, Slovenská Ľupča**
Bližšie informácie: vimar@vimar.sk, 048/418 70 22, 0905 265 945

KÚPIM DIELY aj AUTÁ ŠKODA

Len staršie typy ale aj iné značky **PONÚKNITE**

Telefón: 0940 230 110

*** NOVINKA *** @tredy_bb

MALIARSKÉ A NATIERAČSKÉ PRÁCE

TEPOVANIE Tel.: 0918 870 344 UPRAŤOVACIE SLUŽBY

Ošetrovanie a rez stromov

Arboristika

— Rez živých plotov, výsadba stromov, výrub stromov, štiepkovanie a odvoz drevenej hmoty

0904 842 323 www.citytrees.sk

MIKONA pneu & auto servis

PNEUMATIKY CEZ e-shop

+ TERMÍN DO SERVISU ONLINE!

www.mikona.sk

ŽALÚZIE Radovan Matuš

ZASKLIEVANIE BALKÓNOV

servis balkónových roliet
vertikálne žalúzie
sieťky proti hmyzu
zhrňacie lamelové dvere
sušiaci na balkóny a okná

www.balkony.net 0905 767 777

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE od 15€/bm

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL

ZĽAVA na materiál 30%

- PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV
- ZATEPLOVANIE A SIEŤKOVANIE KOMÍNOV

OBHLIADKA KOMÍNOV **ZDARMA**

0948 012 507 • www.profikominy.sk

Slovenská firma

NON STOP linka 0944 720 932

NAJLEPŠIA CENA NA TRHU už 10 rokov

- ZÁRUKA MIN. 25 ROKOV
- NAJLEPŠIA CENA
- ŽIADNA ZÁLOHA
- PRVOTRIEDNA KVALITA

obnova plochých striech technológiou **COPERNIT** záruka minimálne 25 rokov

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

**INZERCIA
ZVOLENSKO****0907 727 201****UBYTOVANIE
V AREÁLI
KÚPALISKA
MARGITA-ILONA
PRI LEVICIACH**bližšie informácie:
0905 895 698
0907 715 793

www.chatynakupalisku.sk

**Štiepané palivové drevo
aj s dovozom
a rezivo**

Objednávky:

Tel.: 0903 704 340, 0903 212 949
lari_sk@pobox.sk, www.lari.sk

LARI

PD Hôrka nad Váhom, hydinárska farma
Predaj 13 a 17 týž. odchovaných kuričiek **DOMINANT****DETVA**

Chovateľské potreby Apivet

9. 6. 2022

od 10.00 - 12.00 h.

Tel: 0918 760 840, 045 545 4107

pdhorka@nexta.sk

**PONÚKAM ZEMNÉ A VÝKOPOVÉ PRÁCE,
TERÉNNÉ ÚPRAVY**Kontakt: **0905 235 852****UDS - TATRA****POŽIČOVŇA PRÍVESNÝCH
VOZÍKOV • 0940 600 478****Predaj mladých
nosníc**7-týždňové vysokonáškové
mládky plemeno **DOMINANT****4,20 € / ks**Predaj kýmnych
zmesí**OBJEDNÁVKY UŽ PRIJÍMAME**Rozvoz objednávok zadarmo.
OD MARČA DO NOVEMBRA**0905 355 145****0918 812 466**

Farma Frajkovci: 160 Veľčice

frajka.team1@gmail.com • www.farmafrajkovci.sk

PREDAJ MALEJ HYDINY**AKCIA**

do vypredania hydiny

za
bezkonkurenčné
ceny

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 19 týždňové mládky | 7,00 € / kus |
| 3 týždňové husokačky | 5,00 € / kus |
| 3 týždňové kačky | 5,00 € / kus |
| 3 týždňové husi | 10,00 € / kus |

0905 745 006 • 0903 944 151 p. Vavrová, TURÁ - bývalé PD

OKNÁ, DVEREgarážové brány, sieťky,
žalúzie, interiérové dvere**JARNÉ
ZĽAVY****OKNOPLAST****Ideálna
chvíľ a
pre nové
okná**

www.oknadetva.sk

Záhradná 4, DETVA

0908 239 451, 0908 265 128

oknoplastdt@centrum.sk, www.oknoplast.com

PLASTOVÉ OKNÁ

výrobca okien a dverí z PVC a hliníka

vonkajšie žalúzie a rolety
garážové brány**Dobré**
Zvolen, s.r.o.

EUROCOLOR

**JARNÉ
AKCIE**Zvolen, ul. JESENSKÉHO 4707, (bývalý areál ZDROJ)
tel.: 0905 967 427

dobreaknozvolen@gmail.com

Po - Pia 9.00 - 17.00 hod.

www.dobre-okno.sk

**ARBORISTIKA**

certifikovaná starostlivosť o vaše stromy

- Ošetrovanie stromov
- Výsadba a výrub stromov
- Istenie korún stromov
- Záhradnícke práce
- Orezávanie živých plotov

stromy AZ

STAROSTLIVOSŤ O STROMY

0917 884 717 info@stromyaz.sk www.stromyaz.sk

**BUKOVÉ
brikety**Dovezieme.
Vyložíme
s hydraulikou.volať od 8:00
do 21:00 hod.**0915 113 102**

Rozvoz aj v sobotu

OKNÁ A DVEREStaviate? Renovujete?
Zvoľte vysokú kvalitu,
spoľahlivosť a trvácnosť.

okná a dvere

Slovaktual®**ZVOLEN****0905 259 872, 045/533 15 14**

zvolen@slovaktual.sk • www.slovaktual.sk

BUKOV
1990 - 2020

EURO - MONT

- pergoly
- vonkajšie žalúzie Z-90
- vonkajšie hliníkové rolety
- brány Hörmann

Kontaktné údaje: 0905 524 927, 0915 778 855, 0905 592 111
info@euromont.sk, www.euromont.sk

CENY PALÍV STÚPAJÚ, PRIPRAVTE SA NA ZIMU UŽ TERAZ!

eko mall

KVALITNÉ BUKOVÉ BRIKETY

DOVOZ ZDARMA

máme skladosm

Paleta briket - 960 kg
www.ekomall.sk
info@ekomall.sk

OBJEDNAJTE: 0918 348 999

ŠTIEPANÉ KLÁTIKY 65€ 1 prms

0948 158 922

DVERE VCHODOVÉ

www.vchodove-dvere.sk **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

RENO je lila, RENO je biele, RENO je hnedé, DOMINANT, LUX

www.moriak.sk **0911 593 555**
moriak@moriak.sk

FARMA ČREMOŠNÉ
 Dovezieme až k Vám

LIMITOVANÁ PONUKA JATOČNE OPRACOVANÉ MORKY (váha cca 9-11 kg)
 expedícia: koniec mája

4.95€ / kg cena rozvoz
4.50€ / kg osobný odber

Platí do vypredania zásob

TATRANSKÝ PROFIL - PERODRÁŽKA
 DLÁŽKOVICA, ZRUBOVINA, LÁTY
 PLOTOVÉ LÁTY **0917 266 883**

NAJVÝHODNEJŠIA DOSTUPNÁ PÔŽIČKA
0905 555 863

UBYTOVANIE
 v štyroch 4-miestnych chatkách
v SANTOVKE 80 m od kúpaliska
 bližšie informácie:
0905 895 698
0907 715 793
www.chatynakupalisku.sk

EKOKANAL 0908 967 587, 0911 967 587

NON-STOP

- Čistenie kanalizácií a odtokov
- Inšpekcia potrubia kamerou
- Čistenie lapačov tukov
- Tlakové skúšky potrubia
- Bezvýkopové opravy
- výkopové opravy kanalizácií
- Frézovanie kanalizačných potrubí
- Vyhľadávanie kanalizač. trás detektorom
- Lokálne bezvýkopové opravy

RI OKNA
www.riplast.sk

PLASTOVÉ - HLINÍKOVÉ DREVENÉ - DREVOHLINÍKOVÉ OKNÁ A VCHODOVÉ DVERE

INOTHERM SALAMANDER
 HAUSTÜREN AUS ALUMINIUM INDUSTRIE & PRODUKTE

tel. č. : 0915 816 929 , 045 - 53 666 43
 e-mail : zvolen@riplast.sk
 UL. 29.AUGUSTA Č. 4151, ZVOLEN (pri OC Europa , oproti farby-laky)

PLACHTOVÉ ZATEPLOVANIE

na altánky a terasy

www.plachtovezateplovanie.sk
plachtovezateplovanie@gmail.com
0908 398 083

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj
 »Predám Škoda Octavia (r.v.1998/112000km), garážované. Tel: 0908881688

02 AUTO-MOTO / iné
 »CZ-JAWA Odkúpim Motocykel/Diely-SERIÓZNA DOHODA. Tel: 0908205521
 »Kúpim motocykle Jawa/CZ/Babetta/Stadion/Pionier/Simson aj iné. Slušne zaplatím. Tel: 0949371361

04 BYTY / prenájom
 »Prenájom pekného 2-izb. bytu vo Zvolene-Môtová, po komplet. rekonštrukcii, čiastočne zariadený. Tel: +420776233187, vlade-na111@seznam.cz
 »Poskytnem ubytovanie v súkromnom dome, 9 posteľí. Tel: 0905165409

06 POZEMKY / predaj
 »Predám parcely v Detve nad Lidlom do podielového spoluvlastníctva. Výmera 54 a 167 árov po 160 eur za m2. Tel: 0951583800

07 REALITY / iné
 »Kúpim byt aj pôvodný stav v hotovosti. Tel: 0948068938

08 STAVBA
 »Kúpim haki lešenie. Tel: 0908532682

09 DOMÁCNOSŤ
 »Predám včelí med a domácu medovinu. Tel: 0904577495
 »Predám málo používaný rozkladací gauč, cena 50€. Tel: 0907412836

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT
 »Kúpim staré, mechanické hodinky, bankovky, mince. Tel: 0905767777
 »Odkúpim staré mince bankovky, kroje aj časti, parozie a iné. Tel: 0903868361

13 RÔZNE / predaj
 »Predám cirkulár s kosom s 5,5 kw motorom a s kotúčom na pílenie priemer 70 cm. Tel: 0940875828
 »Predám Japonskú motorovú pílu Profi Hitachi CS 40 EM, nová nepoužitá, nákup 640€, predaj 380€. Tel: 0907186291
 »Predám husle, 300 ročné Stradivárky, vysoká kvalita, dohodou. Tel: 0908888200
 »Predám študentskú izbu modrej farby vo výbornom stave 50€. Tel: 0907918199

Chcete si podať inzerát?
 Návod nájdete na strane 6 dolu.

VOLNÉ MIESTA



DOMOV PRE SENIOROV
SLOVENSKÁ LUPČA
Czambelova 19

Naším poslaním je zabezpečiť lepšiu kvalitu života pre našich starších klientov a ich rodiny poskytovaním spoľahlivej a cenovo dostupnej starostlivosti.

MESAČNÁ SUMA ÚHRADY OD 650 EUR

+421 917 123 307 info@disnadej.eu

KOVO VÝROBA SCHODOV
interiérové // exteriérové

PLOTY A BRÁNY samonosné // dvojkridlové
PRÍSTREŠKY A PREKRYTIE TERÁS
ZÁBRADLIE interiérové // exteriérové

TEL.: 0910 171 103

Realizujeme
STROJOVÉ POTERY

0948 300 988

ČISTENIE HROBOV
DOSEKÁVANIE PÍSM

Čistenie: Jednohrob 100€ 65€ Dvojhrob 150€ 95€
Impregnácia hrobu ZDARMA, Doprava ZDARMA
Obnova písma: 1,3€ 1€/znak.

Dosekávajúce písma na cintoríne: Do 10 znakov 100€, 11-30 znakov 10€/znak, 31 a viac znakov 9€/znak

Krycie dosky už od 500€, Žulový jednohrob už od 1700€, dvojhrob od 2500€, pomník vrátane nápisu už od 500€

AKCIA!! Cený platia pri objednaní do 31.5.

Ing. Miroslav Greisiger TABULKY S MENAMI, VÁZY A SVIETNIKY, NÁHROBNÉ FOTO, CHODNÍKY.....

0940 653 651, 0919 205 521
www.cisteniehrobu.sk

Ponúkame:

- žulové hroby
- rekonštrukcie a čistenie starších hrobov
- na splátky bez navýšenia
- kvalitná žula z Indie, Južnej Afriky ...
- bez finančnej zálohy

Celožulový jednohrob s pomníkom od 1199 €
Celožulový dvojhrob s pomníkom od 2199 €
Urnový hrob od 599 €

ZAVOLAJTE, PRÍDEME ZA VAMI.

Obhliadka a doprava zdarma.
www.kamenarstvorovnan.sk
tel. 0917 333 133

Nové nadštandardné zariadenie

DOM SENIOROV

LUČENEC KÚPELE

♦ veľký areál s parkom

VAŠA ISTOTA VÝNIMOČNEJ STAROSTLIVOSTI O SENIORA

♦ celoročná pobytová forma ♦ 24 hod. starostlivosť
♦ polohovateľné postele s antidekubitnými matracmi
♦ vlastná kuchyňa, jedáleň, práčovňa ♦ hydromasážna vaňa a sauna

INFO: 0905 853 878 www.dskupelelc.sk

EURO - MONT

DODÁVKA - MONTÁŽ AL A PVC OKIEN A DVERÍ

SERVIS - NASTAVENIE - OPRAVA OKIEN

Kontaktné údaje: 0905 524 927, 0917 246 489
info@euromont.sk, www.euromont.sk

NEODTEKÁ? ORIGINAL

TOALETA, DREZ, STREŠNÝ ZVOD?

KRTKOVANIE - MONITORING

www.krtkovanie.sk

tel.: 048/413 09 58 mobil: 0905 803 100

SMF TU PRE VÁS 23 rokov OD ROKU 1999

PREDÁM KLÁTIKY

45EUR/1m³ priestorový

Nákladné auto s dovozom 38EUR

0915 438 219

ADAM KRTKO

- čistenie kanalizácie,
- lapačov tukov
- kamerovanie lokalizácia potrubia

NONSTOP 0948 948 606

VÝKUP KROJOV a ich SÚČASTÍ, KAŠMÍROVÝCH SUKNÍ a ŠATIEK

0908 245 251

Občianska riadková inzercia

14 RÔZNE / iné

»Kúpim staré zväračky aj pokazené. Tel: 0944707491
»Predám starožitný šijací stroj zn. Minerva, zachovalý, plne funkčný. Tel: 0907425165

15 HĽADÁM PRÁCU

»Opilujem ovocné stromy. Tel: 0940870790
»Hľadám prácu v potravinárstve, pom. kuchárka, mám potravinárske minimum, zdravotný preukaz. Tel: 0908618202

16 ZOZNAMKA

»Sympatická 56 r hľadá priateľa na zoznámenie. Tel: 0907277466
»Muž hľadá ženu do 60 rokov. Tel: 09075025890
»63r. hľadá priateľku na vážnu známosť /uvítam aj staršiu dámu/, na spoločné chvíle. Zn. Detva sídlisko. Tel: 0904439408
»Sympatická 56 r hľadá priateľa na zoznámenie. Tel: 0940642703

Chcete si podať inzerát?

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

Príklad: **RP ZV 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 operátorov O2 a 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, **ZV** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete na druhej strane vľavo dolu. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

BALKÓNY • ZIMNÉ ZÁHRADY • TERASY

balkóny rámové
bezrámové

zasklievanie terás

prístrešky

zimné záhrady

splátky od 49 €

splátky od 98 €

splátky od 99 €

splátky od 149 €

Zľava platia do 15. 5. 2022

**VYUŽITE PRED ZDRAŽENÍM
ŠPECIÁLNE ZĽAVY!**

až do
50%

VYHRAJTE 400 €

0948 787 777 | www.balkona.eu

Ku každej objednávke darček | Možnosť splátok s 0% úrokom

BALKONA
BALKÓNOVÉ A OKENNÉ SYSTÉMY

CBDexpert

MEGA VÝPREDAJ

63,90-€
34,00
EUR
20% CBD
olej



45,90-€
23,00
EUR
10% CBD
olej



24,50-€
15,90
EUR
5% CBD
olej



objednavky@cbdexpert.sk
www.cbdexpert.sk

0904 552 345

15. mája 1948

Prvá arabsko-izraelská vojna: Egypt, Jordánsko, Libanon, Sýria, Irak a Saudská Arábia zaútočili na Izrael

Výročia a udalosti



Stavomontáže
KOVO - SKLO
Banská Bystrica

STAVEBNÁ SPOLOČNOSŤ

stabilný partner na trhu
ponúka pracovné miesto na pozíciu:

STAVEBNÝ ZÁMOČNÍK
so zväracími skúškami

Podmienky:

- mzda v hrubom **1 200,- až 1 300,- €**
- trvalý pracovný pomer
- termín nástupu možný ihneď - **13. a 14. plat**

Kontakt: 048/414 15 04

e-mail: kovo-sklo@kovo-sklo.sk



Cb-mont s.r.o.
Poľovnícka 41
974 06 B. Bystrica

ponúka pracovnú pozíciu

**OBSLUHA
ZVÁRACIEHO
AUTOMATU**

Mzdové podmienky:
1.400,- EUR brutto/mesiac
(kombinovaná zložka mzdy)

Kontakt: 0905 363 480

www.student servis.sk

galanta@student servis.sk

0915 929 399

TANDEM
personal
partner

Študentský
servis
pracovná agentúra
...jednoduchšia cesta k práci

RÔZNE PRACOVNÉ POZÍCIE BOZEME BYACOMÉ BOZICIE

Pozície: operátor výroby, vodič VZV, balič, zásobovač

Mzda po odpracovaní mesiaca min. 790€

Zálohy každý piatok vo výške 40€

Preplatenie cestovných lístkov 1x mesačne

13. a 14. plat

Stravné lístky v hodnote 4,50 € ZDARMA

Firemná doprava a ubytovanie ZDARMA

Miesto výkonu: GALANTA | TRVALÝ PRACOVNÝ POMER

Rollnik – nový druh zamestnania na svete

Spoločnosť Jobbees ako prvá na svete rozbieha unikátny slovensko-český projekt pod názvom Rollnik. Vďaka nemu budú môcť získať stálu prácu v oblasti poľnohospodárstva aj ľudia, ktorí boli doposiaľ zvyknutí len na krátke, jednorazové, či sezónne brigády.

Vďaka dlhoročným skúsenostiam a silnému zázemiu, dokázala spoločnosť Jobbees vytvoriť revolučnú profesiu, v ktorej záujemcovia nájdu stály, trvalý pracovný pomer na pracovnú zmluvu, a to aj na dobu neurčitú, s istotou a stabilitou až do dôchodku. Jej názov Rollnik je kombinácia slovenského slova roľník, teda gazda, hospodár, farmár a anglického slova roll, teda rolovať, otáčať, posúvať. „Ide o to, že ľudia budú počas celého roka „rollovať“, to znamená premiestňovať sa z miesta na miesto, pracovať niekoľko týždňov v zahraničí, potom byť doma s rodinou, opäť niekoľko týždňov v zahraničí, opäť doma a vykonávať pritom rôzne poľnohospodárske činnosti od práce vo vinohradoch, v ovocných sadoch či na chmeľnici až po zber úrody, vždy podľa toho, ako to má príroda zariadené, a to počas celého roka,“ objasňuje Martin Sebera, konateľ spoločnosti Jobbees a dodáva, že ľudia, ktorí túto prácu už vyskúšali, sú spokojní. Vek pritom nehraje úlohu. „Spravidla zarábajú viac peňazí než v iných nekvalifikovaných prevádzkach a získavajú stále zamestnanie na zmluvu, so všetkými istotami a výhodami,“ upresňuje.

Istoty aj na dôchodok

Projekt Rollnik má aj výrazný sociálny efekt a niektorým ľuďom významne zlepšuje kvalitu ich života a zabezpečí ich aj na dôchodok. „Sezónne práce v poľnohospodárstve patria k typickým „dohodovým“ prácam. Treba si uvedomiť, že niektorí „dohodári“ sú evidovaní na úrade napríklad aj dvadsať rokov, neustále sa odhlasujú a prihlasujú, aby išli pracovať niekam na dohodu o vykonaní práce. Z dohody nemajú žiadne zdravotné poistenie, žiadne dôchodkové poistenie, žiadne istoty. Dôchodkový vek si počká na každého bez rozdielu, a niektorí nebudú mať nárok ani na minimálny dôchodok,“ upozorňuje konateľ a pripomína, že vďaka stálej práci, ktorú Rollnik ponúka, majú ľudia nielen pravidelný príjem, ale môžu dostať svoje financie späť pod kontrolu a zabezpečiť sa aj na neskoršie obdobie. „Poľnohospodárstvo je jedno z mála odvetví, kde sa bude manuálne pracovať ešte dlho, preto je tu istota práce až do dôchodku,“ uzatvára Martin Sebera.



» PR článok, zdroj foto Rollnik

Zasadte si muchovník - ker vhodný do každej záhrady

Muchovník (Amelanchier) je nenáročná rastlina. Pochádza zo Severnej Ameriky a u nás sa zvyčajne pestuje ako ker. Jeho plody pripomínajú čučoriedky a obsahujú množstvo vitamínov a ďalších zdraviu prospešných látok.

Muchovník bude zdobiť vašu záhradu počas celého roka. V marci zakvitne pôsobivými jemnými bielymi kvetmi. Krásne sú však aj listy tohto kra, pretože neustále menia farbu, najskôr sú zelené so striebřistým nádychom, neskôr sa sfarbujú do zelených odtieňov a na jeseň je ich farba výrazne červená. Navyše vás v júli muchovník obdarí aj šťavnatými a veľmi zdravými plodmi, ktoré sa hodia na priamu konzumáciu ale aj na spracovanie. Môžete ich sušiť, zavárať aj mraziť.

Muchovník - pestovanie

Muchovník nie je náročný na pestovanie. Ide o mrazuvzdorný ker. Zasadíť ho môžeme na slnečné stanovisko alebo do polotieňa a dokonca z neho vytvoríť aj jedlý živý plot. U nás sa pestuje najčastejšie Muchovník Lamarckov. Táto odroda chuťou pripomína sladké plody čučoriedky. Jeho výhodou však je, že na rozdiel od čučoriedky nepotrebuje kyslú pôdu. Vysádzame ho do priepustnej, skôr ľahkej pôdy. Ker dorastá do výšky troch metrov a široký

môže byť až šesť metrov, čo však dokážeme ovplyvniť rezom a získať tak nižší tvar.

Plody plné zdravia

Plody muchovníka obsahujú vitamín A, C, E, K ale aj vitamíny skupiny B a tiež množstvo minerálov ako napríklad draslík, horčík, mangán, sodík, vápnik či železo. Pre vysoký obsah antioxidantov pomáhajú plody muchovníka pri prevencii mnohých ochorení aj posilnení imunity. Odvar z plodov sa používa pri zápaloch horných dýchacích ciest a ústnej dutiny. Odvar z kvetov zasa posilňuje srdce a znižuje krvný tlak. V muchovníku tiež možno nájsť polyfenoly, ktoré spomaľujú proces starnutia a pôsobia ako prevencia kardiovaskulárnych ale aj mnohých ďalších ochorení.



» TEXT: RENÁTA KOPÁČOVÁ zdroj foto pixabay

Som Rollnik a mám ISTÚ BUDÚCNOŠť ...až do dôchodku!

Ste si istý, že robíte dobre pre svoj život, ak robíte len na brigádach?

Ľudia, ktorí nemajú odpracované roky (25 rokov), nemajú nárok na dôchodok. Dostávajú iba príspevok v hmotnej núdzi. Ten však väčšinou nestačí ani na Váš súčasný nájom! Máme pre Vás **RIEŠENIE**, ako **DOBRE ZARABAŤ** a pritom mať **ISTOTU** práce až do **DÔCHODKU**. Z jednorazových agro-brigád sme dokázali vytvoriť klasický pracovný pomer na dobu neurčitú! Každý vie, že **kto chce zarobiť, robí v poľnohospodárstve!** U nás môžete robiť na klasickú pracovnú zmluvu, aj keď budete robiť **turnusovo**. Je to **dôstojná a zdravá práca**. Vieme aj ochrániť celý Váš zárobok, takže a budete mať financie pod kontrolou.

Prečítajte si o nás článok v aktuálnom čísle. Volať nám môžete na 0948 950 067.





Rozširujeme svoj tím

Špecialista - údržba CNC strojov
Platové podmienky : od 1200 - do 1600 Eur/Brutto, výsledný plat v závislosti od pracovných skúseností

CNC Frézar, NC Horizontkár
Platové podmienky : od 1100 - do 1500 Eur/Brutto, výsledný plat v závislosti od pracovných skúseností

Brusič kovov na rovinných a rotačných brúskach
Platové podmienky : od 950 - do 1150 Eur/Brutto, výsledný plat v závislosti od pracovných skúseností

CAD - CAM programátor
Platové podmienky : od 1000 - do 1500 Eur/Brutto, výsledný plat v závislosti od pracovných skúseností

Prevádzkový elektrikár (údržba strojov a zariadení)
Platové podmienky : od 1200 - do 1600 Eur/Brutto, výsledný plat v závislosti od pracovných skúseností

Technická podpora - Pneu a elektro projektov
Práca vhodná pre absolventa
Platové podmienky : od 1000 - do 1400 Eur/Brutto, výsledný plat v závislosti od pracovných skúseností

Absolventi pozor !

Divizia Engineering rozširuje svoj tím



Junior konštruktér strojných zariadení

Platové podmienky : od 1100 - do 1300 Eur/Brutto, výsledný plat v závislosti od pracovných skúseností





Junior elektro projektant

Platové podmienky : od 1100 - do 1300 Eur/Brutto, výsledný plat v závislosti od pracovných skúseností



Dalej ponúkame:

- pracovný pomer v perspektívnej medzinárodnej spoločnosti, ktorá je súčasťou skupiny Chropyňská Group a.s.
- možnosť osobného rozvoja a ďalšieho odborného rastu
- ročné príspevky zo sociálneho fondu ako napr. kultúrne podujatia, šport a športové aktivity
- 120€ pri prvej svadbe 250€, pri narodení dieťaťa 100€ atď.
- príspevok zamestnávateľa do II. piliera DGG

Viac informácií na www.slaviaps.sk a tel: 045/520 32 06 , 0911 126 536

V prípade záujmu zašlite svoj profesionálny životopis na adresu firmy: Dúbravy, Areál PPS 48, 962 12 DETVA alebo na e-mail: personálne@slaviaps.sk

PRIJMEME**UPRATOVAČKU**

na upratovanie kancelárskych priestorov vo Zvolene

Odmena 3,72 EUR/ hod.

Kontakt: 0905 583 824

MAHAX Slovakia s.r.o.
Ponuka práce

Prijmeme operátorov/ky výroby

do automobilového priemyslu v Kriváni.
Nástupný BONUS 50€.
Práca na 3 zmeny.
Mzda:
od 750€ - 950€/brutto
e-mail: nitra@mahax.sk
Pre viac info: 0944 425 183
Mahax Slovakia, s.r.o.

INZERCA ZVOLENSKO

0907 727 201



ASL - TECH, s.r.o., Priemyselny park Víglaš

prijme na prácu v strojárskom priemysle

- OBRÁBAČOV KOVOV • ZVÁRAČOV
- USTAVOVAČOV ZVÁRANÝCH ČASTÍ STROJOV
- ČISTIČOV PO ROBOTIZOVANOM ZVÁRANÍ

☎ 0902 718 894, 0911 290 123



Len vážny záujem pre dlhodobé zamestnanie!

Spoločnosť PNEU DT s.r.o. prevádzka STOŽOK prijme

AUTOMECHANIKA

ODBORNOSŤ, ZODPOVEDNOSŤ + SPOĽHLIVOSŤ + LOJALITA

Podmienky: vycúčený v obore, vodičský preukaz min. skupiny B, dobrá fyzická zdatnosť, ochota pracovať nadčas, nástupný plat 1000€ brutto + odmeny

PNEU DT s.r.o., Stožok 342, 962 12 Stožok
0918 631 329, 0918 772 347, pneudt@pneudt.sk

HĽADÁME skúseného

MURÁRA, MALIARA, TESÁRA A ZÁMOČNÍKA

POMOCNÉHO STAVEBNÉHO ROBOTNÍKA

SAMOSTATNÉHO SKLADNÍKA - ZÁSOBOVAČA

s VP min. skupina B a s osvedčením na prácu na vysokozdvížnom vozíku.

Požadujeme aj skúsenosti s telefonickým objednávaním tovaru a s PC.

Dobré platové podmienky.

Kontaktné t. č.: +421 905 656 319

16. mája 1929

Akadémiu filmových umení a vied po prvýkrát udelila ceny za zásluhy, známejšie pod menom **Oscar**

Výročia a udalosti

GROTTO®

slovenský výrobca bagiet, sendvičov, panini, croissantov

PRIJME DO TRVALÉHO PRACOVNÉHO POMERU

s nástupom ihneď zamestnancov na pozície:

» **POMOCNÝ OPERÁTOR VÝROBY**

Mzda: 750 € brutto + prémie

» **SAMOSTATNÝ OPERÁTOR VÝROBY**

Mzda: 800 € brutto + prémie

Pracovné podmienky:

12 hodinová pracovná zmena od 6:00 do 18:00 hod.
(dlhý – krátky týždeň)

Doprava zabezpečená (tam aj naspäť):

Prievidza – Handlová – Žiar nad Hronom – Bartošova Lehôtka
Banská Bystrica – Zvolen – Bartošova Lehôtka

V prípade záujmu kontaktujte personálne oddelenie

telefonicky na mob. čísle: 0918 764 241

e-mailom na: personalne@grotto.sk

PPS Group



Spoločnosť PPS Group a.s. Detva

ako stabilný a najväčší zamestnávateľ v ťažkom strojárstve v našom regióne, Vám ponúka zaujímavú spoluprácu na pracovných pozíciách:

■ **Obrábač kovov (frézar NC, horizontkár NC)**

Nástupný plat: od 855,- € brutto + príplatky podľa KZ

Reálny priemerný plat na danej pozícii viac ako:

Frézar 1200,- €. Horizontkár 1300,- €

Akceptujeme možnosť pracovať aj na živnosť (aj výkonové odmerňovanie)

■ **Lakovač**

Akceptujeme možnosť pracovať aj na živnosť.

Nástupný plat: od 855,- € brutto + príplatky podľa KZ

Reálny priemerný plat na danej pozícii viac ako 1300,- €

Zaučíme absolventov a záujemcov bez praxe

■ **Strojný zámočník (rovnač, ohýbač)**

Nástupný plat: od 855,- € brutto + príplatky podľa KZ

Reálny priemerný plat na danej pozícii viac ako:

Rovnač 1200,- €. Ohýbač 1100,- €

■ **Obsluhovateľ VZV - s preukazom VZV**

Nástupný plat: od 855,- € brutto + príplatky podľa KZ

Reálny priemerný plat na danej pozícii viac ako 1000,- €

■ **Normovač**

Nástupný plat: od 1100,- € brutto + príplatky podľa KZ

■ **Normovač (vhodné aj pre absolventa)**

Nástupný plat: od 900,- € brutto + príplatky podľa KZ

■ **Oddelenie Údržby strojov a zariadení**

Prevádzkový zámočník

Vykonáva mechanické opravy a údržbu strojov a zariadení podľa určenia.

Nástupný plat: od 855,- € + príplatky podľa KZ

Reálny priemerný plat na danej pozícii viac ako 1200,- €

Akceptujeme možnosť pracovať aj na živnosť

Prevádzkový zámočník - zameraný na údržbu žeriavov

Nástupný plat: od 855,- € + príplatky podľa KZ

Reálny priemerný plat na danej pozícii viac ako 1200,- €

Akceptujeme možnosť pracovať aj na živnosť

Údržbár – prevádzkový elektrikár

s odbornou spôsobilosťou §21

Nástupný plat: od 855,- € + príplatky podľa KZ

Reálny priemerný plat na danej pozícii viac ako 1200,- €

Akceptujeme možnosť pracovať aj na živnosť

Extra príplatky pre všetky hľadané profesie nad rámec Zákonníka práce podľa platnej Kolektívnej zmluvy (priemerná mzda ponúkaných pracovných pozícií za rok 2021 dosiahla viac ako 1200,- €)

Požiadavky:

- prax v jednotlivých profesiách - výhodou
- zodpovednosť, precíznosť, spoľahlivosť, samostatnosť
- platný viazačský a žeriavnícky preukaz – výhodou

Ponúkame Vám:

- prácu v stabilnej spoločnosti
- zaujímavé platové podmienky, 13. plat
- príplatky, odmeny podľa platnej Kolektívnej zmluvy
- odmena za odporúčenie nového kolegu vo výške 500,- Eur
- ubytovanie zdarma
- sociálnu a zdravotnú starostlivosť
- realizácia Rekondičných pobytov
- príspevky na rekreáciu zamestnancov a rodinných príslušníkov
- rozvoj a vzdelávanie

Informácie pre nových kolegov:

+421 905 852 756 uchadzaci@ppsgroup.sk

**Obec Ostrá Lúka Vás srdečne pozýva na
XII. ročník podujatia**

Kultúrna Jar Adely Ostrolúckej

21. máj 2022



Program: 11:30 Bábkové divadlo LIENKA – Čertovská rozprávka

12:45 Položenie venca k pamätnej tabuli Adely Ostrolúckej

13:00 Hlavný program – Adela Ostrolúcka a Ľudovít Štúr v Ostrej Lúke. Hudobno-poetické pásmo s humorom v podaní hercov Divadla J.G.Tajovského vo Zvolene a ďalších účinkujúcich. Uvedenie publikácie „Pisanka s pesničkama“ – zberka ľudových piesní z Ostrej Lúky

15:00 Vystúpenie Folklórneho súboru MARÍNA

Sprievodné podujatia: vstup do hrobky a múzea obce od 11:30, stánky tradičných remesiel, stánky s občerstvením



S FINANČNOU PODPOROU
BANSKOBYSŤRICKÉHO
SAMOSPRAVNÉHO KRAJA

a sponzorov

Máte stres? Nezapújdajte na dostatok horčička

Magnézium, po slovensky horčička, je dôležitým prvkom pre celý rad procesov ľudskom tele, či už pri svaloch, nervoch, obehovom systéme, stavbe kostí či pri uvoľňovaní energie z glukózy. O to zarážajúcejšie je poznanie, že až tretina slovenskej populácie trpí jeho nedostatkom. Obzvlášť negatívne dôsledky to má u ľudí, pre ktorých je typické nepravdivé stravovanie, rýchly životný štýl a nadmerná psychická záťaž.

Magnézium sa dá ľudovo opísať výrazom „životabudič“. Určite sa Vám už stalo, že ste cítili nedostatok energie, pocit ťažkého tela, vyčerpanie, únavu a s tým spojené depresívne stavy. Tieto príznaky nedostatku magnézia ešte stále patria medzi znesiteľnejšie prejavy nedostatku horčička. Dlhodobý nedostatok magnézia sa môže prejaviť aj na nesprávnom fungovaní centrálného nervového systému, čo môže viesť k ochoreniam ako sú depresie a v dnešnej dobe medzi aj tetaniu. Tetania sa vyskytuje najmä u mladších ročníkov a zväčša jej predchádza obdobie duševného vypätia, stresu či depresie spojenom s nedodržiavaním stravovacieho a pitného režimu.

Tetania sa aj napriek pokrokovej technológii veľmi ťažko diagnostikuje, keďže sa u každého postihnuteho prejavuje inými príznakmi. Medzi najznámejšie patria búšenie srdca, brnenie v končekom rúk a

nôh, niekedy aj v jazyku, pocit nedostatku vzduchu, malátnosť a celková slabosť. Pri ťažších záchvatoch môže dôjsť aj ku chvíľkovej strate vedomia či kontroly nad koordináciu svojho tela. Pre laikov môže ísť o príznaky podobné infarktu.

Príčinou tetanie je zmena hladiny horčička a vápnika v tele. Môže ísť o pridruženú chorobu v dôsledku inej poruchy, alebo aj o samostatný jav vyvolaný zlou životosprávou. Pri liečbe tetanie je preto dôležité poznať príčinu a riešiť príčinu. Zahŕňa tak rovnako správny duševný

režim s dostatkom spánku a odpočinku, ako aj vhodnú stravu s dostatkom vápnika, vitamínu D a horčička. Pri horčičku je odporúčaná denná dávka 350 mg. Vyššia dávka sa odporúča starším a v tehotenstve. Pri užívaní vo forme výživového doplnku je vhodné dať si magnéziový nápoj pred alebo po jedle. Pri liposomálnej forme výživových doplnkov sú potrebné látky obalené v ochranných, mikroskopicky veľkých tukových obaloch, ktoré zabezpečia ich rýchlejšiu a vysokú vstrebateľnosť, až na úrovni 90%. »red.

**AKCIOVÁ
CENA -10%**

Magnézium + vitamín B6

15,84 €
~~17,60 €~~

MESAČNÉ
BALENIE



Zadajte kód **OPLATISA** do poľa pre zľavový kupón v košíku
e-shopu: www.medikaexpert.sk

**MEDIKA
EXPERT**

JÓDOVÉ TABLETKY
150 mcg

10,20
EUR
s DPH



KOLAGÉN NA KÍLBY
S BROSKYŇOVOU PRÍCHUŤOU

35,60
EUR
s DPH



Objednávky a ďalšie produkty na:
www.medikaexpert.sk
alebo na tel.:

0904 552 345
(dostupné od Pon. - Pia.)

Pozor - podvodníci okradli ďalších seniorov

Polícia aj v mesiaci apríl zaznamenala úspešné podvody na senioroch. Upozorňuje najmä starších ľudí, aby si dali pozor a s cudzími osobami nekomunikovali.

Tentokrát podvodníci zaradili do repertoára legendu policajnt. V telefóne sa predstavia ako policajti a predstierajú, že osoba, teda vnuk či syn je zadržaná políciou, komunikuje v mene advokáta, sudcu a žiada kauciu. „V marci vyskúšali podvodníci aj inú verziu, keď sa volajúci predstaví ako príslušník kriminálnej polície a potenciálnej obeti povie, že bude vykradnutá a má si nachystať všetky peniaze, cennosti a tieto má vyhodíť von oknom, kde už bude čakať údajný policajt,“ informovala Mária Linkešová, vedúca oddelenia komunikácie a prevencie Krajského riaditeľstva policajného zboru Trnava.

V okrese Piešťany sa obeťou podvodu stal 90 ročný starý pán. Muža presvedčili, že jeho brat potrebuje súrme 10 tisíc eur. Keď im starček peniaze dal, o podvod sa pokúsili opäť na druhý deň. Našťastie im to druhýkrát už nevyšlo.

O peniaze prišla aj 83 ročná pani z okresu Galanta. V noci jej volala cudzia osoba, ktorá jej oznámila, že jej syn leží v nemocnici a potrebuje hoto-

vosť 4000 eur. Peniaze nechala podľa pokynov v igelitovej taške pred bránou rodinného domu. Cez okno potom sledovala muža, ktorý bol zahalený a peniaze si z dohodnutého miesta zobral.

Extrémne presvedčivo znel aj telefonát, ktorý prijala 81 ročná pani v okrese Dunajská Streda. Od dôchodkyne žiadala 1000 eur. Ženu otázkami tak zmanipuloval, že nakoniec získal aj všetky informácie o jej blízkych a zosnulom manželovi.

„Upozorňujeme, že podvodníci ovládajú manipulačné techniky, ktorými vedú od ľudí najskôr vylákať potrebné informácie o ich rodine a potom im vyrozprávajú príbehy, ktorým obeť ľahko uveria. Pod nátlakom a v snahe pomôcť blízkym v ťažkej životnej situácii konajú podľa presných inštrukcií z telefónu. Skôr ako chcete niekomu pomôcť, informácie si dôkladne preverte,“ prízvukuje Mária Linkešová a dodáva: „žiadame príbuzných seniorov, aby si v našom mene pohovorili so svojimi starými rodičmi a blízkymi, a upozornili ich na tieto podvody. Ak sa stanú obeťou podvodu, aj pokus o podvod je trestný čin, seniori môžu ihneď kontaktovať políciu na bezplatné číslo 158. Sme im k dispozícii 24 hodín denne 7 dní v týždni.“

» ren

K Tvojmu sviatku z veľkej dialky,
posielame Ti prianie bez obálky.
Nech vyčarí Ti úsmev na tvári,
nech sa Ti v tento deň oslava v nebičku vydarí!

Dňa 16. mája 2022 si pripomíname
nedožité 70 rokov, nášho milovaného
manžela, otca, starého otca a brata



Jána Mittera z Hriňovej

S láskou spomína manželka Elenka, dcéra s rodinou, syn s rodinou a súrodenci.
„Posielame Ti pusú a pozdrav do neba.“



Jozef Šinka z Detvy

Odišli ste potichúčky, bez slova,
bez rozlúčky. My Vás však v srdciach
máme. S láskou na Vás spomínáme.
Dňa 25. mája uplynie 25 rokov,
od tragickej smrti našich synov



Slavomír Holík z Detvy

Kto ich mal rád nezabudne,
žijú v srdciach tých, ktorí ich milovali.

Ďakujeme r. Šinková a r. Holíková

Nezabúdajte na svojich blízkych

BLAHOŽELANIA • SPOMIENKY • POĎAKOVANIA



Texty s fotografiami nám môžete
posielať mailom:
zvolensko@regionpress.sk
alebo volajte na tel. čísle:
0907 727 201

KAMENÁRSTVO WellStav s.r.o. DETVA

- komplet kamenárske práce
- 1-hroby, 2-hroby, viachroby, urnové komplety
- svetlý, tmavý, farebný kameň
- obnova starých hrobov
- renovácia písma (zlato, striebro)

Pomník navrhne priamo pred vami. Uvidíte ako bude vyzerať v skutočnosti. CENU PRISPOSOBÍME VAŠIM POŽIADAVKÁM.

V cene jedného hrobu, dvojného alebo viachrobu ZDARMA:
100 ks písmen, svietnik, váza, doprava + zameranie

tel. 0903 162 933 • wellstavsro@gmail.com



SMIECH NEPOZNÁ VEK

Seniori v seniorských zariadeniach často čelia osamelosti. Počas pandémie im chýbal osobný kontakt ešte viac. O to väčšia radosť sa dostavila, keď sa konečne zvalili zoči-voči so svojimi obľúbenými zdravotnými klaunmi. Pristupujú k nim s úctou, ktorú si zaslužia, prinášajú im povzbudenie a radosť, ochotne si vypočujú ich príbehy. Mnohí seniori si ku klaunom vybudujú hlbší vzťah a tešia sa na ich pravidelné návštevy.

Pani Eva žila aktívny život. Milovala svojho manžela, prácu, cestovanie. Dnes už na svoju lásku iba spomína. Dopraveným prostriedkom kraluje vozíček. Exotiku neznámych krajín vystriedala jedna izba. Keď sa otvoria dvere a ona zbadá, že dnu vchádzajú dve osoby s červenými nosmi, oči

sa jej rozžiaria nadšením. „Tak rada vás zase vidím. Neuveríte, dnes sa mi o vás dokonca snívalo! Vy ste krásni! Ako sa máte? Čo je nové vonku?“ vychrlí na klaunov gejzír otázok. Obaja jej odpovedajú naraz, každý za seba, nedarí sa im nájsť chvíľu, keď bude hovoriť len jeden, aby im bolo poriadne rozumieť. Pani Eva sa na nich smeje. A pridávajú jej pesničku o láske. Len pre Evu. Ich humor, hudba a spoločnosť ju vytrhnú z bežného dňa plného rovnakých činností. „Mali by ste chodiť častejšie!“ povie rozhodne na rozlúčku. „Ste prima!“

Stretnutie s pani Evou, opísala zdravotná klaunka a menovkyňa hlavnej hrdinky – Eva Okoličianová, ktorú seniori v zariadeniach poznajú pod klaunským menom Oľga Havranová.

ČERVENÝ NOS
CLOWNDOCTORS



Oplatí sa!

**TOP
PONUKY
TÝŽDŇA**



549 €
~~599 €~~
ušetrite **50 €**

**Galerica
Gamma 3x4 m**

**ODOLNÉ
POLYKARBONÁTOVÉ
SKLENÍKY**

galerica

SVAJČIARSKY POLYKARBONÁT
PREMIOVEJ KVALITY

**NAJŽIADANEJŠÍ
SKLENÍK OPÄŤ
SKLADOM!**

**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	379 €	cena predĺženia o 2m	100 €
GRETA	2 x 2 x 2 m	339 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GLORIA	2,58 x 2 x 2 m	439 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GALA HUT	3 x 2 x 4 m	469 €	cena predĺženia o 2m	150 €
GENIO	3 x 2 x 2 m	339 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GAMMA	3 x 2,15 x 4 m	549 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GARANT	3 x 2 x 2 m	439 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GULLIVER	3 x 2 x 2 m	469 €	cena predĺženia o 2m	200 €
GOLIÁŠ	3 x 2 x 2 m	549 €	cena predĺženia o 2m	200 €
GOLEM	4 x 2,7 x 4 m	1599 €	cena predĺženia o 2m	450 €
GIGANT	6 x 4 x 10 m	5799 €	cena predĺženia o 2m	999 €

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

KOMÍNY STAVBA KRBOV

**ČISTENIE - KONTROLA
ODDECHTOVANIE**

**FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE
NEREZOM A ŠAMOTOM**

CENA od 95 €/mb + revízia správa a certifikát v cene

Predĺžená **ZÁRUKA 4 ROKY** vložkovanie

0904502196 info@topkomin.sk

na prácu **ZĽAVA 20 %**

KÚPIM PAROŽIE

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

Celá SR

tel. 0904 474 597
vykuppároziaeu@gmail.com



velcon
PRE RADOSŤ Z BEZVÝCH DŇI

20 ROKOV NA TRHU

**SCHODOLEZY, STOLIČKOVÉ VÝŤAHY,
PLOŠINY A STROPNÉ ZDVIHÁKY
PRE IMOBILNÉ OSOBY**



Príspevok od štátu pre ŤZP osoby
až do 98% z hodnoty zariadenia.
Pomôžeme vám s jeho vybavením.



U NÁS MÁTE BEZPLATNÚ
návštevu, zameranie
a návrh bezbariérového
riešenia v rámci celej
SR úplne zadarmo.

bezplatnú infolinku: 0800 199 060
e-mail: velcon@velcon.sk

www.velcon.sk

**KÚPIM
MALOTRAKTOR
AGZAT, VARI,
kovadlinu,
zverák.**

Tel: 0950 735 425

**Okenné
sušiaky**

Montáž bez narušenia
fasády alebo okenného rámu



**AKCIA
MÁJ**

0944 113 140
www.susiakynaokna.sk

MONTER ZIMNÉ ZÁHRADY • TIENENIE • ZASKLENIE



Montáž aj do 4 týždňov!

HĽINÍK VO FARBE K MONTÁŽI

ANTRACIT 7016

HNEDÁ 8003

HNEDÁ 8017

BIELA 9016

STRIEBORNÁ 9006

ZLATÝ DUB
ORECH



Montujeme
po celom Slovensku

Hliníkové záhrady za cenu drevených!
Montáž ZDARMA!

E-mail: OBJEDNAVKY@MONTER.SK

Nehľadajte 2 alebo 3 firmy, my robíme všetko čo potrebujete...

www.monter.sk • 0919 383 881 • 0919 383 363