



Nájdete
vo vnútri

LUČENECKO VEĽKOKRTÍŠSKO-POLTÁRSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 30 860 domácností

Uchovajme si naň spomienky

Dlho sme sa naň tešili a ono nám už začína ukazovať chrbát. Reč je pravdaže o lete, o období, ktoré je plné pestrých farieb, rozmanitých chutí, nezameniteľných vôní a nezabudnuteľných zážitkov.

Leto je pre mnohých najobľúbenejším ročným obdobím a dôvodom, prečo tomu tak je, by sme našli skutočne veľa. Niektorí si radi užívajú chalupárčenie, prechádzky v lese v tieni stromov, rybačky či cykloturistiku, ďalší slnečné lúče, more, vylihovanie na pláži, ale aj výlety, festivaly, záhradné grilovačky či pikniky v parku, iní zasa oceňujú, že sa nemusia počas leta babušiť do niekoľkých vrstiev oblečenia, môžu spať pod holým nebom, či vychutnávať si na terase osviežujúce drinky, alebo ochutnávať v zmrzlinovom stánku každý deň kopeček zmrzliny s inou príchuťou, a väčšina z nás si pochvaľuje, že dni sú oveľa dlhšie a

tak máme viac času venovať sa našim obľúbeným činnostiam, či našim blízkym a priateľom.

To tohtoročné leto sa už pomaly ale iste končí a spolu s ním aj obdobie plné oddychu, výletov za poznáním, dovoleníek a všakovakých dobrodružstiev. Nemali by sme si však zúfať. Naopak. Uchovajme si naše spomienky na tieto nezabudnuteľné chvíle v albume či fotoknihe, alebo si fotografie zarámujeme a umiestnime na naše obľúbené miesto. No a potom, keď na nás príde splín, vráťme sa k nim, vybavme si tie pekné okamihy a ľudí, s ktorými nám bolo tak fajn a isto sa budeme cítiť oveľa lepšie a radostnejšie.



» Renáta Kopáčová, redaktorka

STUDNIARSKÉ PRÁCE
KOPANIE STUDNÍ ČISTENIE STUDNÍ

Ján Fungáč
Zemné práce s.r.o.
☎ 0915 822 009
✉ fungacjan9@gmail.com

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

AUTOservis konkurent AUTOdiely

- **PREDAJ** náhradných dielov na automobily
GUFERÁ, LOŽISKÁ, TESNENIA, REMENE
- **SERVIS** náprav, spojok, rozvodov, brzd, tlmičov
- **VÝMENA:** oleja, filtrov

Otvorené aj v SOBOTU !
☎ Lučenec, Zvolenská cesta 9, 50m od čerpacej stanice OMV
☎ Info a objednávky: 0908 669 629, 047/433 40 12

Cukráreň Molnár
Po – So: 7.00 – 18.00
Ne: 9.00 – 18.00

**Každý deň
čerstvé zákusky**

047/433 4777, 0905 198 723
LUČENEC, Karmána 12/20
www.kolac.sk

Cafe & Wellness Molnár
Kaviareň: 8.00 – 21.00
Wellness: 15.00 – 21.00
Pia – So: do 22.00

Sauny, vírivky, soľná jaskyňa

0911 220 979
LUČENEC, Jokáiho 1274/2a
www.wellnessmolnar.sk

OBNOVA STRIECH

- ETERNITOVÝCH • PLECHOVÝCH
- PLOCHÝCH • KANADSKÝ ŠINDEL

RODINNÝCH DOMOV, PANELÁKOV A BYTOVIEK

BEZ DEMONTÁŽE!
SO ZACHOVANÍM PŮVODNEJ KRYTINY
BITÚMENOVOU LEPENKOU

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

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽLABOV

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**

NDF spol. s r.o.
Trenčianska Teplá

príjme väčší počet

VODIČOV na zvoz cukrovej repy
do cukrovár v Trenčianskej Teplej
v období september 2023 - január 2024
s možnosťou nástupu ihneď a pokračovanie PP.
Mesačná mzda: **min. 1600 €**. Dochádzkový bonus až do výšky **200 €**. Bezplatné ubytovanie.

Požiadavky: VP sk C+E, KKV, Tacho karta, lekárska prehliadka vodiča, psych. vyšetrenie vodiča.
Prax s vyklápacím návesom alebo WF výhodou.

Kontakt:
tel.: **0902 924 400**, e-mail: **praca@ndf.sk**

NEODTEKÁ !!!

**KRTKOVANIE - MONITORING
KANALIZÁCIE
LIKVIDÁCIA AZBESTU!!!**

www.profidemont.sk 0919 175 335

Orez stromov
Arboristika

Rez ovocných stromov, živé ploty, výsadba, výrub, odvoz drevnej hmoty

☎ 0918545451 ☎ www.citytrees.sk

KAMENÁRSTVO OPATOVÁ

- POMNÍKY Z PRÍRODNÉHO A UMELEHO KAMEŇA
- POKLOP AJ SAMOSTATNE
- DVÍHANIE, ČISTENIE A REŠTAUROVANIE HROBOV
- DOSEKÁVANIE PÍSMEN A OBNOVA

Prídeme za Vami osobne
Potočná 19A, Lučenec,
za bývalým futbalovým štadiónom

0907 042 606

4. septembra 2005
otvorenie stavby Most Apollo v Bratislave

LUČENEC

VEĽKOKRŤÍŠKO-POLTÁRSKO

Redakcia:

luceneco@regionpress.sk

REGIONPRESS

Vydavateľ:

REGIONPRESS, s.r.o.

Pekárska 7489/40A, 917 01 Trnava

IČO: 36252417

reg. MKSR EV 3676/09

INZERCIA

Miriám Hašková 0905 915 039

www.regionpress.sk

www.facebook.com/regionpress.sk

www.facebook.com/luceneco

Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (30.860 domácností)

pámy týždeň:

Lucenec, Malá Ves, Opatová, Bolkovce, Divín, Dobroč, Filákov, Lovinobaňa, Mýtna, Panické Dravce, Ružiná, Tomášovce, Vidiná, Poltár, Málnec, Veľký Krť, Bušince, Dolná Strehová, Malý Krť, Modrý Kameň, Pôtor, Sklabína, Želovce

nepámy týždeň:

Lucenec, Malá Ves, Opatová, Bolkovce, Filákov, Halič, Panické Dravce, Rapovce, Veľká nad Ipľom, Vidiná, Poltár, Činobaňa, Hrnčárska Ves, Hrnčárske Zalužany, Kalinovo, Kokava nad Rimavicou, Málnec, Veľký Krť, Kalinovo, Kokava nad Rimavicou

Chutné nátierky, ktoré zasýtia

Školský rok sa začína a vy si opäť lámete hlavu nad tým, čo pribaliť školopovinným ratolestiam na desiatu? Vsaďte na nátierky. Ich príprava nie je náročná a dobre zasýtia. Ak ich správne uskladníte, vydržia v chladničke aj do ďalšieho dňa. Prinášame tri osvedčené recepty.

Nátierka s jablkom
Suroviny: 1 jablko, 150g smotanovo tvarohového syra, 2 lyžice masla, 50 g tvrdého syra vhodného na strúhanie

Postup: Jablko očistíme, zbavíme jadriancov a na jemno postrúhame. Tvrdý syr postrúhame na hrubo. Do misky vložíme smotanovo tvarohový syr a vymiešame ho s maslom. Prídame strúhaný syr a jablko a všetko dobre premiešame. Môžeme dochutiť troškou soli.

Mrkvová nátierka s ovsenými vločkami
Suroviny: 150g smotanovo tvarohového syra, 50g bieleho jogurtu, 2 mrkvy, 2PL ovsených vločiek, 1PL repkového oleja, tekvicové jadierka

Postup: Mrkvu umyjeme, očistíme a na hrubo postrúhame. Na panvicu dáme olej a mrkvu na ňom asi 5 minút

podusíme. Necháme vychladnúť. V miske zmiešame smotanovo tvarohový syr a jogurt. Premiešame ovsené vločky a mrkvu. Pred podávaním posypeme tekvicovými jadierkami.

Nátierka zo zvyškov kuracieho mäsa

Ak vám doma zvýšilo po nedeľnom obede kuracie mäso, môžete ho zužitkovať a pripraviť z neho chutnú nátierku.

Suroviny: 150 g pečeného kuracieho mäsa - môže byť aj varené napríklad z polievky, 50 g masla, 1 lyžicu horčice, 1 vajce uvarené na tvrdo

Postup: Všetky suroviny vložíme do kuchynského robota a dobre rozmixujeme. Nátierku podľa chuti osolíme a okoreníme.



» ren zdroj foto pixabay

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

03 BYTY / predaj

04 BYTY / prenájom

05 DOMY / predaj

06 POZEMKY / predaj

08 STAVBA

Kúpim haki lešenie. tel.: 0908 532 682

12 DEŤOM

»Predám pšenicu, 0948067895

14 RÔZNE / iné

»PREDAM BRZDOVE OBLOZENIE NA PEUGOT 206 207 NOVE MIKROVLNKU RUCNU KOSACKU PLAVAK NADRZE LAMDA SONDU MIKROVLNKU PREDNE TLVICE OPEL ASTRA ROZNE LOZISKA KLIN REMENE STOL HOBLIKY ST RADIO SNEZKA AUTO BATERIU 60 AMP 0915365920 VKRTIS

Hcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare: RPPmedzera LC medzera Číslo rubrikymedzera Text inzerátu

Príklad: RP LC 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 02 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, LC zameňte za skratku novín, ktorú nájdete na druhej strane vľavo dolu. Službu Platba-Mobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

ŽP EKO DELET

HORÚCI KONIEC LETÁ BEZKONKURENČNÉ CENY ŠROTU

LUČENEC MALÝ KRŤÍŠ POLTÁR

0911 102 658 0911 570 045 0911 101 376

NAJ STRECHA s.r.o.

Najlepšia oprava strechy

BEZ POTREBY DEMONTÁŽE!

UŽ 12 ROKOV NA TRHU

Oprava eternitových, plechových a plochých striech

» zameranie ZDARMA » odborné poradenstvo ZDARMA

» cenová kalkulácia ZDARMA » pre dôchodcov ŠPECIÁLNA ZĽAVA

Oprava komínov • Oprava a montáž odkvapových žlabov

www.naj-strecha.sk • facebook: Naj-strecha sro 0940 776 203

NÁBYTOK VAMARK AKCIA

Haličská cesta 71, Lucenec (býv. Hypernova)

0918 948 190

DOVOZ NA ADRESU

mládky, brojlerové kuriatka, morky

www.hydinashop.sk 0944 842 953

ADAM KRTKO S.R.O.

• čistenie kanalizácie, • lapačov tukov • kamerovanie lokalizácia potrubia

NONSTOP 0948 948 606

Ponúkam za výhodnú cenu KOMPLETNÉ ČISTENIE KOPANÝCH STUDNÍ

tel. 0905 764 689



Správna voľba



Jacobs Velvet

- instantná káva
- rôzne druhy

180/200 g

-41%

~~8.49~~
4.99
(100 g = 2.77/2.50)



Kuracie prsné rezne XXL

cena za 1 kg

-34%

~~7.49~~
4.89

platí od 2.9.



welfare
chov

1 kg

-24%

~~6.38~~
4.79

Mleté bravčové mäso XXL

- z pliecka

OD PONDELKA 4. SEPTEMBRA

Biele hrozno bezjadierkové

1 kg balenie

-50%

~~4.58***~~

2.29



Lidl
STÁNOK
DENNE ČERSTVÉ



Slivky

cena za 1 kg

-37%

~~1.89~~

1.19



NAKÚPTE OBLÚBENÉ VÝROBKÝ ZA POLOVICU

min. **-50%**



3x50 g = 150 g

-50%

~~6.79*~~

3.39
(100 g = 2.26)

WC blok

- rôzne druhy



Cottage Cheese

180 g

-50%

~~1.55**~~

0.77
(100 g = 0.43)



Suché talianske víno

- rôzne druhy
- + záloh za obal 0,15 €

0,2 l

-50%

~~0.99~~

0.49
(100 ml = 0.25)

pri kúpe
od 12 kusov



Každý deň NÍZKE CENY!

*Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.
**Ziava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania cien dňa 22. 8. 2023.
***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávaného produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti Lidl Slovenská republika, v.o.s. pri prepočte na hmotnosť produktu z akciového týždňa.

Ponuka tovaru platí od 4. 9. do 10. 9. 2023 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



Ekonomickú katastrofu odvráti iba silný štát

Päť týždňoch pred parlamentnými voľbami politici a médiá naďalej riešia zmätky a nezmysly. Hlavnou výzvou Slovenska pritom nie je ani liberalizmus, ani cvrčky v jedle, ale ekonomika. Pretože tá slovenská kráča smerom ku Grécku roku 2010.

Za posledné tri roky nás Matovič, Heger a Sulík prebačovali do hospodárskej katastrofy. Klamali včera, klamú dnes. Nikto nechce hovoriť o ekonomike, lebo vedia, že je oveľa horšie, ako to vyzerá. Ale hlavne vedia, že nemajú na to, aby s tým niečo spravili.

Sme presvedčení, že voliči si pred voľbami zaslúžia počuť pravdu. A tá je taká, že buď sa vlády chopia schopní ľudia, alebo Slovensko čakajú roky, možno desaťročia chudoby, stagnácie a zaostávania. Nie za západnými štátmi, ale za našimi najbližšími susedmi, ako je Česko alebo Poľsko.

Slovensko vyčerpalo rezervy na rast ekonomiky, ktoré ešte malo. Ľudia starnú, počet pracujúcich prudko klesá a bude klesať. Znamená to vyššie sociálne a zdravotné výdavky, pričom už v súčasnosti dávame napríklad na zdravotníctvo o štvrtinu menej na obyvateľa ako Česko.

Verejné financie vykazujú rastúce riziko: v tom lepšom prípade hrozí Slovensku zhoršenie ratingu a rastúce náklady na štátny dlh, v tom horšom až krach, so všetkými následkami na bežný život ľudí a kvalitu služieb štátu. Riešením tejto krízy však nie je iba skrátať výdavky a šetriť na ľuďoch. Konsolidáciu musia sprevádzať investície do rastu, inak sa iba preškrátame do ešte väčšej chudoby.

Súčasný stav slovenskej ekonomiky je zúfalý, chýbajú jej rozvojové impulzy, premyslená hospodárska politika, pohľad za horizont jedného volebného obdobia. Preto Hlas-SD hovorí, že musí zasiahnuť silný štát. Slovensko si musí vybrať. Medzi tým, či dá opäť šancu kaskadérom a amatérom, ktorú nás vedú do trvalého chaosu, alebo si vyberie skúsených odborníkov, ktorí už ukázali, že majú výsledky.



33-0016 Objednávať: Crea advertising, s.r.o., Žilina 15, Bratislava IČO: 5128299

Škola ako nádej na lepší život

Už 8 000 rokov pred Kristom sa v okolí rieky Indus usadili prví ľudia a začali sa venovať poľnohospodárstvu. Južne od pakistanského mesta Hajdarábád sa tiahnu polia, kam až oko dovidí. V horúčavách na nich pracujú muži, ženy aj deti. Na vrchole leta sa teplota pravidelne vyšplhá na viac ako 50 stupňov.

Robotníci na poliach nedostávajú žiadnu mzdu. Všetka pôda v provincii Sindh patrí bohatým statkárom, ktorých roľníci žiadajú o povolenie obrábať ju a žiť na nej. Za osivo a náradie si musia zaplatiť sami a mnohí sa kvôli tomu zadlžia. Ak je úroda úspešná, môžu si ponechať polovicu príjmu, druhá prípadne majiteľovi pôdy.

Zo zisku roľníci zaplatia dlhy a ďalšie osivo. Teoreticky by si mohli takto vybudovať skromnú existenciu. V praxi však väčšina uviazla v hlboké dlhovej pasci. Ak sa totiž úroda nevydarí, rodiny nielenže prídu o svoj podiel, ale musia statkárom uhradiť aj očakávaný zisk, alebo vykonávať nútené práce. Toto stredoveké nevoľníctvo určuje osud mnohých prevažne kresťanských a hinduistických rodín.

Kľúčom k zlepšeniu je vzdelanie. Tí, ktorí chodia do školy, si neskôr nájdu prácu v mestách a majú tak šancu na únik z bludného kruhu chudoby. Preto je školské vzdelávanie prioritnou úlohou Cirkvi. Vyučovanie sa často koná pod holým nebom, pretože školu

možno postaviť len so súhlasom majiteľa pozemku.

V dedinke pri meste Gharo veľkorysý vlastník pôdy schválil výstavbu školy. Určil presnú dĺžku a šírku drevenej chatrče, a tak sa na 50 štvorcových metroch tlačí 70 detí. Sedia na plastových stoličkách na holej podlahe, viťor sviští cez štrbiny, prudký dážď by chatrč odpavil. Solárne lampy zabezpečuje Cirkev, ktorá tu tiež platí učiteľu.

Yousaf a jeho manželka Haniya majú sedem detí. „Tvrdo sme pracovali, ale nič sme nedosiahli,“ hovorí Yousaf tichým hlasom a očami blúdi po svojich deťoch. Najmenšie má päť rokov, najstaršie dvanásť. Potom sa otcov pohľad zdvihne a jeho hlas je pevnejší. „Ale naše deti sa raz budú mať lepšie ako my. Vďaka škole, vďaka učiteľom, vďaka vám. Ste anjeli v našich životoch.“

Viac o podpore škôl v Pakistane nájdete na www.acnslovensko.sk



» acn zdroj foto ACN

ČISTENIE HROBOV DOSEKÁVANIE PÍSM

Čistenie: Jednohrob 100€ 80€ Dvojhrob 150€ 130€
Impregnácia hrobu ZDARMA, Doprava ZDARMA
Obnova písma: (zlatá, strieborná, čierna, biela) 2€ 1,5€/znak.
Dosekávacie písma priamo na cintoríne:
Do 5 znakov 100€, 6-11 znakov 160€, 12 a viac 14€/znak
Ing. Miroslav Greisiger
0940 653 651, 0919 205 521
www.greisiger.sk

AKCIA!!
do 31.10.

**DO DUŠÍČIEK STÍHAME OČISTIŤ,
DOSEKAŤ AJ OBNOVIŤ**

6. septembra 1620 Výročia a udalosti
loď Mayflower sa s prvými osadníkmi vydala na cestu do Nového sveta

MÁTE VLHKÝ DOM?
- podrezávanie -20%
- chemická inekťáž
100% odstránenie vlhkosti
www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

10. septembra 1898 Výročia a udalosti
taliansky anarchista Luigi Lucheni zavraždil rakúsku cisárovnú Sissi

EKOKANAL 0908 967 587, 0911 967 587
Čistenie kanalizácií a odtokov
Inšpekcia potrubia kamerou
Čistenie lapačov tukov
Tlakové skúšky potrubia
Bežvýchopové opravy
-výkopové opravy kanalizácií
Frézovanie kanalizačných potrubí
Vyhľadávanie kanalizač. trás detektorom
Lokálne bezvýkopové opravy

NON-STOP

MONTTER

**ZIMNÉ ZÁHRADY • ZASKLENIE
PRÍSTREŠKY NA AUTO**

Montujeme
po celom Slovensku

začínáme aj
do 2 týždňov

Drevo

HLINÍK VO FARBE K MONTÁŽI
ANTRACIT 7016
HNEDÁ 8003
HNEDÁ 8017
BIELA 9016

začínáme aj
do 3 týždňov

Hliník

Všetci Vám hovoria to sa nedá? Pre nás to nie je problém!

OBJEDNAVKY@MONTTER.SK

0919 383 881

SUPER RÝCHLE dodacie doby. Zima sa blíži!

WWW.MONTTER.SK • 0919 383 363

Výber školskej tašky

Na zdravie dieťaťa je podľa odborníkov z Úradu verejného zdravotníctva Slovenskej republiky potrebné dbať už pri výbere školskej tašky a obuvi. Je naozaj dôležité vybrať vhodnú tašku, aby vaše dieťa netrpelo a malo zdravú chrbticu.

Čo treba zohľadniť pri nákupe školskej tašky?

„Pri kupovaní školskej tašky berie do úvahy najmä hmotnosť dieťaťa. Príliš ťažká aktovka preťažuje svalstvo chrbtice a prispieva k stuhnutiu svalov v krčno-hrudnej časti chrbtice a k nesprávnemu držaniu tela. Dlhodobé preťaženie chrbtice vo vývine môže spôsobiť trvalejšie ťažkosti, deformácie a aj vznik skoliózy, to je vybočenie chrbtice do jednej strany. Ak sa skolióza nelieči včas, môže chrbticu poškodiť tak, že v dospelosti sa už nebude dať napraviť,“ upozorňuje zástupkyňa hlavného hygienika SR so zameraním na hygienu detí a mládeže - doc. MUDr. Jana Hamade, PhD., MPH, MHA.

Čo spĺňa kvalitná školská taška?

- Kvalitný, zdraviu neškodný a mäkký materiál popruhov, aby sa čo najmenej vtlačali do svalstva a kostí.
- Širšie a nastaviteľné popruhy, ktoré rovnomerne obopínajú obe plecia, aby sa hmotnosť tašky rozdelila rovna.
- Je ľahká.
- Kopíruje tvar chrbtice.

Tiež je potrebné vyvarovať sa noseniu tašky iba na jednom pleci, čo spôsobuje jednostrannú záťaž a môže viesť k poškodeniu chrbtice.

Aká má byť váha školskej tašky?

Z hľadiska ochrany zdravia žiakov sa odporúčajú nasledovné hmotnosti školských aktoviek podľa ročníkov základnej školy:

- žiaci 1. a 2. ročníka: 2,5 kg,
- žiaci 3. a 4. ročníka: 3,5 kg,
- žiaci 5. a 6. ročníka: 4,5 kg,
- žiaci 7. až 9. ročníka: 5 kg.

Informácie poskytol ÚVZ SR



» ren

zdroj foto dimitrisvetsikas1969 pixabay

AK
**PRENÁJOM
MECHANIZÁCIE**
TAK JEDINE

BESTRENT

POŽIČOVNÁ NÁRADIA
BESTRENT UŽ AJ V
STAVMAT
STAVEBNINÝ

- vibračné nohy, dosky a valce • rýpadlonakladače, minirýpadlá
- elektrocentrály, osvetľovacie veže • kompresory, miešačky, rezačky
- ručné náradie, záhradná technika • čerpadlá • odvodňovacie, kalové
- zväračky, meracie prístroje • pracovné plošiny, lešenia
- zariadenia staveniska • mobilné toalety a mnohé iné

+421 907 672 267 SKLADIŠTNÁ 5533, LUČENEC WWW.BESTRENT.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** Akceptujeme možnosť pracovať aj na živnosť
Nástupný plat: od 1000,- € brutto + príplatky podľa KZ
- CNC OBRÁBAČ KOVOV** Akceptujeme možnosť pracovať aj na živnosť
Nástupný plat: od 1000,- € brutto + príplatky podľa KZ
- STROJNÝ ZÁMOČNÍK – STEHÁR** Akceptujeme možnosť pracovať aj na živnosť
Nástupný plat: od 1000,- € brutto + príplatky podľa KZ + Extra bonusy za nadvýkon
- STROJNÝ ZÁMOČNÍK – OHÝBAČ**
Nástupný plat: od 1000,- € brutto + príplatky podľa KZ
- OPERÁTOR CNC ZVÁRACIEHO ROBOTA**
Nástupný plat: od 1000,- € brutto + príplatky podľa KZ
- OBSLUHOVATEĽ VZV S PREUKAZOM VZV**
Vnútropodniková preprava
Nástupný plat: od 1000,- € brutto + príplatky podľa KZ
- OBSLUHOVATEĽ CMV**
Vnútropodniková preprava
Nástupný plat: od 1000,- € brutto + príplatky podľa KZ
- ODDELENIE ÚDRŽBY STROJOV A ZARIADENÍ**
PREVÁDZKOVÝ ZÁMOČNÍK Akceptujeme možnosť pracovať aj na živnosť
Vykonaáva mechanické opravy a údržbu strojov a zariadení podľa určenia. Nástupný plat: od 1000,- € brutto + príplatky podľa KZ
- ÚDRŽBÁR – PREVÁDZKOVÝ ELEKTRIKÁR** Akceptujeme možnosť pracovať aj na živnosť
S odbornou spôsobilosťou §21
Nástupný plat: od 1000,- € brutto + príplatky podľa KZ
- STROJÁRENSKÝ ROBOTNÍK – POMOCNÝ**
Obsluha páliaceho stroja
Nástupný plat: od 1000,- € brutto + príplatky podľa KZ

Extra príplatky pre všetky hľadané profesie nad rámec Zákonníka práce podľa platnej Kolektívnej zmluvy (priemerná mzda ponúkaných pracovných pozícií za rok 2023 dosiahla viac ako 1400,- €)

Požiadavky:

- práx v jednotlivých profesiách - výhodou
- zodpovednosť, precíznosť, spolehlivosť, samostatnosť
- platný vizačský a zariadenícky 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

Jozef Hrdlička: VERÍM, ŽE TERAZ ZABERIEME!

Do predvolebnej kampane ste vstúpili so sloganom, ktorý vyvolal rozporuplné reakcie. Prečo práve ZLATÍ KOMUNISTI?

Nie každému sa dnes všetko páči, ale slogan Zlatí komunisti nás vystihuje. Raz som počul jeden vtip, kde sa malý chlapec pýta otca, že či boli komunisti červení alebo „rudí. On mu odpovedal, že zlatí. Prečo teda zlatí komunisti? Staršia, ale i stredná generácia si pamätá obdobie, ktorého protagonistami boli komunisti a boli to staré dobré časy.

A to boli aké?

Naplnilo sa rozvíjajú komplexná bytová výstavba, výstavba škôl, škôlok, kultúrnych, zdravotníckych, športových zariadení. Pamätáme si, ako fungovala priemyselná štruktúra krajiny vo vlastníctve štátu, ako sa rozvíjalo naše poľnohospodárstvo, potravinová sebestačnosť a bezpečnosť. Pamätníci socializmu spomínajú na silný sociálny charakter štátu, plnú zamestnanosť, zamestnanecké benefity, bezplatné zdravotnícke služby, školstvo, výhodné mladomanželské pôžičky, dostupnú kúpeľnú liečbu, rôzne rekreačné pobyty pre rodiny... Celé generácie boli vychovávané k vlastenectvu, k úcte k starším a k uznávaniu skutočných hodnôt. Myslím, že život ľudí bol pokojnejší, boli sme súdržnejší. Preto ten slogan Zlatí komunisti.

Predsedom Komunistickej strany ste už takmer 17 rokov, zvolili vás ako 29-ročného na mimoriadnom zjazde v roku 2006. Neomína vás už predsednícka stolička?

Do funkcie predsedu KSS som bol zvolený po tom, ako strana vo voľbách v roku 2006 neobhájila svoje parlamentné pôsobenie. Žiaľ, doposiaľ sa nám nepodarilo získať stratenú dôveru voličov späť. Politika je dnes o mediálnom vplyve, o obrovských peniazoch od štedrých oligarchických sponzorov. KSS takých nemá, funguje len z vlastných zdrojov, nedokáže vo volebnej súťaži konkurovať skorumpovanej politickej mašinérii. A preto je úspechom, že komunisti sú tu aj dnes. Veď sa pozrime, kde skončili významné ponovembrové politické strany ako Mečiarove HZDS, Dzurindove SDKÚ či iné strany? Na smetisku dejín. My, komunisti sme tu už viac ako sto rokov. A či ma neomína predsednícka stolička? Po toľkých rokoch sa únava občas dostaví, ale stále cítim dôveru svojich straníckych kolegov, čo ma posilňuje do ďalšej práce.



**Predseda KSS
Jozef Hrdlička**

Nemrzí vás, že symboly komunizmu, osobnosti strany i pamätníky našich dejín sa neraz stali predmetom dehonestácie, posmechu, niekedy až lynču, že pozdrav „česť práci“ je skôr nadávkou?

Je to výsledok antikomunizmu a hrubého deformovania a prekrúcania našich moderných dejín. Nie je to fenomén len Slovenska, ale celoeurópsky a možno celosvetový. Dlhodobá sa predkladá verejnosti a hlavne mladšej generácii obraz, že komunisti boli zločinci, že partizáni boli banditi, že Sovietsky zväz je zodpovedný za vypuknutie druhej svetovej vojny. Dnes sú jednostranne velebené USA a hodnoty západného a podľa mňa zhubného neoliberalizmu. Kde sa stala chyba? No, ľuďom ukradli „november 1989“. Nedošlo k vylepšeniu socializmu, ale k nastoleniu kriminálneho kapitalizmu.

Je to paradox, ale počet 1800 členov môžu slovenským komunistom závidieť oveľa silnejšie marketingovo politické strany...

KSS patrí na Slovensku medzi politické strany s najväčšou členskou základňou. Nie sme teda strana elit, ale budujeme ju na masovom princípe. Máme organizácie takmer vo všetkých okresoch Slovenska. Áno, vo vzťahu k volebným výsledkom to veľa

neznamená. Volebný výsledok politického subjektu je priamo úmerný ekonomickým zdrojom a mediálnemu vplyvu. To je to, čím KSS nedisponuje. Nevadí. My sme trpezliví a vieme, že ľudia pochopia podstatu spoločenského vývoja.

Tohtoročná kampan bude asi dosť ostrá. Akú rétoriku sa bude snažiť preferovať KSS?

Kampan naozaj ostrá je. Tí, čo dnes vládnu, nechcú odísť. Sme svedkami toho, aká špinavá je politika. V pozadí je boj ekonomických elit o vplyv na vládnutie. Naša spoločnosť je značne polarizovaná a to priamo zostruje charakter tejto kampane. My, komunisti do nej vstupujeme s odhodlaním a úprimnosťou. Áno, sme a budeme kritickí voči všetkým, ktorí formovali Slovensko posledných viac ako tridsať rokov. Vždy sme hovorili a naďalej budeme hovoriť čistú pravdu. Nemáme sa za čo hanbiť. My sme našu krajinu nerozkradli, ľudí neožobráčili a ani nezapredali. Našou silnou zbraňou sú argumenty a fakty.

Čo sa za posledné tri roky v slovenskej politike zmenilo?

Posledné viac ako tri roky vyplavili zo slovenskej politiky najväčšiu špinu. Neschopnosť, primitivizmus, neobdobnosť a zradenie národných a štátnych záujmov dostali zelenú. Dokonca Slovensko priamo zaťahujú do vojny, za čo je prevažne zodpovedný kolektívny Západ. Uplynulé obdobie hodnotíme za najhoršie po roku 1989. Pravdou je, že politici ako Čaputová, Matovič, Heger, Korčok, Kollár, Naď, Sulík, Nicholsonová, Šeliga a ďalší sa tu nezjavili zo dňa na deň. Sú výsledkom ponovembrového vývoja, neschopnosti všetkých vlád koncepčne riešiť problémy ľudí, ale aj pôsobenia zahraničných vplyvov.

Veľa sa hovorí o predvolebných prieskumoch. Samotné voľby neraz ukázali, že sa našiel skokan, ktorý všetkých prekvapil. Veríte, že tým skokanom môže byť KSS?

Prieskumom neverím, vtlačajú ľuďom nasilu názory, dopredu určujú favoritov i porazených. Vyvolávajú strach z prepadnutého hlasu. Vyzývajú slovenských voličov, aby nevolili podľa toho, kto má aké nafúknuté preferencie. Ani podľa toho, ktorý politik sa vyspal s akou celebritou. Vyzývajú voliť podľa skutočných programových vízií. Nepochybujem o tom, že náš voličský potenciál je dnes veľký. Naozaj veľký. Ak sa zmobilizujeme, nezľakneme sa, ak všetci naši sympatizanti prídu k urnám a dajú hlas ZLATÝM KOMUNISTOM, tak KSS môže byť volebným skokanom volieb 2023.



ZLATÍ KOMUNISTI

ZA ZDRAVÝ ROZUM A STARÉ DOBRÉ ČASY

VOLÍME ČÍSLO

6

Moruša čierna a jej účinky na zdravie

V horúcich letných dňoch si môžeme dopriať osvieženie konzumáciou plodov moruši, ľudovo nazývaných stromové maliny. Na našom území nachádzame dva základné druhy - morušu bielu a morušu čiernu. A hoci sú oba druhy pre naše zdravie prínosom, zameriame sa na morušu čiernu, ktorá je vzácnejšia, no tiež náročnejšia na pestovanie.

Moruša čierna (*Morus nigra* L.) je dlhoveký strom dorastajúci až do výšky 8 metrov. Jej plody dozrievajú postupne od júla až do septembra. Kým sú plody červené vyznačujú sa vysokou kyslosťou, ale v úplnej zrelosti sú sladké, s veľkým množstvom krvavo červenej šťavy. Naši predkovia zvykli morušu sadiť popri cestách a do viníc, kde slúžila ako osvieženie pre pocestných a vinohradníkov.

Účinky na zdravie

Z moruši môžeme pre naše zdravie využiť plody, ale aj listy. „V plodoch moruši sa nachádzajú vitamíny - C, E, vitamíny skupiny B, betakarotén, aj dobre stráviteľná vláknina. Ukrývajú v sebe tiež viacero minerálnych látok - železo, horčík, vápnik, fosfor, no najvýznamnejší obsah tvorí draslík“, vymenúva pozitíva moruše Mgr. Blažová z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava. Už 100g týchto chutných plodov nám zabezpečí 200mg draslíka. Práve draslík je dôležitý pre naše srdce - „jeho nedostatok sa môže prejaviť úna-

vou, srdcovými arytmiami a zvýšeným krvným tlakom“, dodáva odborníčka. Ďalšou účinnou látkou je antioxidant - resveratol, ktorý pomáha udržať pružnosť ciev a prítomný karotenoid zeaxantín zasa znižuje oxidačný stres očných buniek a tým bráni degradácii sietnice. Štáva z plodov má antibakteriálne účinky, využíva sa napríklad pri zápale hrdla, podporí imunitný systém, má mierne laxatívny účinok, preto môže pomôcť aj pri zápche a plynatosti.

Využitie

Z morušových listov si môžeme pripraviť lahodný čaj, ktorý má protizápalové účinky, pomáha pri kašli, podporuje trávenie, priaznivo pôsobí na metabolizmus glukózy, upokojuje náš nervový systém a zmiernuje stavy úzkosti.

Plody moruše môžeme využiť na výrobu džemu, lekváru, sirupu, tinktúry, alebo z nich pripraviť chutné koláče.

Informácie poskytol Regionálny úrad verejného zdravotníctva Bratislava



» **ren**

Zdroj foto begonvilliev pixabay

ŠTIEPANÉ PALIVOVÉ DREVO

>> s DOVOZOM do 24 hodín <<

0940 870 613
0944 304 589

Nenechajte sa prekvapit' ZIMOU!

VOĽNÉ PRACOVNÉ POZÍCIE

PRE AUTOMOBILOVÝ PRIEMYSEL

HYUNDAI MOBIS

- Operátor výroby
- Práca v trojzmennej prevádzke
- Odmeny a bonusy (mesačné, štvrťročné, polročné, ročné)
- Doprava do zamestnania firemnými autobusmi
- Možný príspevok na ubytovanie

Plat: 6,85 €/hod - 7,48 €/hod
Príplatky za zmenovosť:
0,35 €/hod - poobedná zmena
2,00 €/hod - nočná zmena

Miesto práce: **Žilina – Gbelany**
kontakt: **praca@mobis.sk**
041 515 8158, 041 515 8169

Kolagén, ktorý si podmaňuje zdravie aj krásu naraz!

V posledných rokoch sa o kolagéne hovorí stále častejšie. Celosvetové štúdie preukázali, že správne užívanie kolagénu pomáha pri súvislosti so starnutím a pohybovými problémami.

Kolagén je bielkovina, ktorú tvorí skladba 19 aminokyselín prospešných pre ľudský metabolizmus a jeho správne fungovanie. Tieto bielkoviny sú dôležitým stavebným prvkom.

Ľudské telo si už od útleho veku dokáže kolagén vytvárať samo a však pribúdaním veku je tvorba tejto bielkoviny v našom tele stále slabšia a slabšia. Bolo preukázané, že už pri dosiahnutí 18 roka života je vo väčšine prípadov tvorba vlastného kolagénu takmer nulová. Každý metabolizmus si dokáže robiť zásoby kolagénu, ktoré sa však vstrebávajú u každého jedinca rôzne a podľa toho sa odvíja zásoba kolagénu a s tým spojené vyživovanie pohybového aparátu a pokožky. V dnešnej dobe existujú formy kolagénu, ktoré si vieme načerpať užívaním rôznych výživových doplnkov s obsahom kolagénu.

Rybí a hovädzí kolagén sú veľmi dôležitým stavebným prvkom v oblasti zdravej kĺbovej výživy, podpory správneho fungovania pohybového aparátu, zdravej pokožky, krásnych vlasov a silných nechtov.

Hovädzí kolagén tvoria 2 typy kolagénu a to I a II, tieto kolagény sú neoddeliteľnou súčasťou v raste, obnove a rekonvalescencii kostí, šliach, väzov a kože. Pri dennom

LETNÁ AKCIA

KOLAGÉN FORTE 2 v 1
31,12
38,90-EUR

HOVÄDZÍ KOLAGÉN FORTE
41,30
45,90-EUR

užívaní predpísaných dávok dostáva naše telo skrz hovädzí kolagén veľké množstvo aminokyselín potrebných na regeneráciu tkanív. Hovädzí kolagén je pomocníkom pri bolestiach kĺbov, po úrazoch, problémoch s pohybovým aparátom, bolestiach a pri reumatických ťažkostiach.

Rybí kolagén tvorí kolagén typu I, tento druh kolagénu obsahuje podobné množstvo aminokyselín ako hovädzí kolagén a však v menšom množstve. Zdrojom hydrolizácie kolagénu z rýb sú šupiny a koža. Tento typ kolagénu je bohatý na aminokyselinu „hydroxyprolín“, ktorá je

základným prvkom pokožky, ciev a tkanív. Rybí kolagén má blahodárne účinky v boji proti vráskam, zvyšuje pružnosť a elasticitu pokožky a podporuje antioxidantáciu organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známk starnutia.

Medika Expert priniesla na trh formu kolagénu, v ktorých sú obsiahnuté zložky v navýšených denných dávkach. Denná dávka kolagénu forte 2 v 1 obsahuje až 6 800 mg kolagénu s pridaným vitamínom C. Denná dávka hovädzieho kolagénu forte obsahuje až 8 000 mg kolagénu s pridaným MSM Opti+.

text: Medika Expert

LIMITOVANÁ ZĽAVA -40%

MEDIKA EXPERT

Zinok 15mg + Vitamin C	16,60-EUR	9,96 EUR 10% OFF
Vitamin D3	16,60-EUR	9,96 EUR 10% OFF
Glutation - antioxidant	23,10-EUR	13,86 EUR 10% OFF
B-komplex forte	19,60-EUR	11,76 EUR 10% OFF

Môžete teraz objednať na:
www.medikaexpert.sk
alebo na tel.: **0904 552 345**
(dostupné od Pon. - Pia.)

Alebo kúpiť aj v predajni:

SLNIEČKO ZDRAVÁ VÝŽIVA
Coborňo 1, Nitra - OC Polygon

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



ZIMNÉ ZÁHRADY
ZASKLENIA BALKÓNOV
A TERÁS • PRÍSTREŠKY
PREKRYTIA BAZÉNOV
HLNÍKOVÉ A NEREZOVÉ
ZÁBRADLIA A BRÁNY

gszasklenie.sk
0800 333 223

ZAMERANIE A
3D VIZUALIZÁCIA
ZDARMA

**ZĽAVY AŽ
DO 50%**

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD

rodinné
domy
ZĽAVA 50%

Patentovaná
kontaktná technológia
Bez vysokotlakových
čističov

f BombaFasada
www.BombaFasada.sk

0905 148 393

**BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA**



0914 706 703
info@komtech.sk

**FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE
NEREZOM A ŠAMOTOM**

**ČISTENIE - KONTROLA
ODDECHTOVANIE**

**STAVBA KRBOV, PEČÍ
A ŠPORÁKOV**

VLOŽKOVANIE komína od **95 €/bm**
+ reviz. správa a certifikát v cene, 4 ROKY ZÁRUKA

AKCIA
na ČISTENIE
KOMÍNA **33€**

Kúpim parožie

Zhody, trofeje i celé
poľovnícke zbierky.

Kúpim veci
z 1. a 2. sv. vojny,
vzduchovky.

Výkup mincí
do roku 1945

Celá SR

0940 723 073
trofejeeu@gmail.com

čujte.sk

Čítajte nás

www.cujte.sk

**NAŠA FIRMA ZABEZPEČUJE KOMPLETNÚ ADMINISTRÁCIU
PRE ZÍSKANIE DOTÁCIÍ
NEPOŽADUJE DOPREDU ŽIADNU ZÁLOHU - MONTÁŽ DO 1 MESIACA***

ENVIRO THERM
PROFESIONALITA & KVALITA

www.envirotherm.sk **0800 909 909**
kontakt@envirotherm.sk **0951 909 909**



EURÓPSKA ÚNIA
Európsky fond regionálneho rozvoja

Zelená domácnosť

***Fotovoltaická elektrárňa 2300 Wp**

- pozostáva z 5 panelov o výkone 455 Wp
- inštalovaný výkon 2300 Wp
- zariadenie na kľúč
- návratnosť investície 4-5 rokov
- ročná výroba el. energie 3000 kWh

zvyšok životnosti elektrárne máte vami vyrobenú elektrinu úplne zdarma

**Nakúpte
výhodne**
vo vybraných E-shopoch

Využite kód:

OPLATISA

Pre získanie zľavy zadajte kód
OPLATISA do poľa pre zľavový
kupón v nákupnom košíku e-shopu.

decoreum



85,50
EUR
~~95,00~~ EUR

**HERNÁ STOLIČKA SOFO
MASTER ČIERNO-SIVÁ**

-10%

decoreum



29,70
EUR
~~33,00~~ EUR

**SADA BIELYCH
KONFERENČNÝCH
STOLÍKOV**

-10%

decoreum



53,10
EUR
~~59,00~~ EUR

**KÔŠ NA BIELIZEN
ČIERNY DVOJKOMOROVÝ**

-10%