

LIPTOVSKO MIKULÁŠSKO-RUŽOMBERSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 37 270 domácností



Nájdete
vo vnútri

FAGAN s.r.o. VIDEO SLUŽBY



LETECKÉ ZÁBERY Z DRONU
LEGÁLNE
s licenciou na výkon leteckých prác

Jožo FAŠÁNOK 0905 666 303 www.jozofasanok.sk

- KOVANÉ BRÁNY
- PLOTY, ZÁBRADLIA
- ZÁMOČNÍCKE PRÁCE
- ZVÁRAČSKÉ PRÁCE
- MONTÁŽ EL. POHONOV AJ NA VAŠU BRÁNU



0905 609 958
bauimpexsk@gmail.com

Liptovský Trnovec Niet nad domáceho dodávateľa

AUTOSERVIS

www.lmservis.com

AUTOFÓLIE

Montáž a lepenie
0907 456 227

VÝKUP KOŽÍ

a PREDAJ KRMÍV

PREDAJ MLÁDKOV
DOMINANT
od 8.8. 2023

Viac info str. 6



**ZATEPLENIE
FASÁD
RODINNÝCH
DOMOV**
0902 494 945

PREDÁM BALÍKOVANÉ SENO

v okrúhlych balíkoch
Ø130 cm 240 kg

cena 30 €/ks

MOŽNOSŤ DOVOZU

Tel: 0919 451 520

VÝKUP ŽELEZNÉHO ŠROTU, FAREBNÝCH KOVOV, AUTOBATÉRIÍ

AKCIA
Autobaterie
0,50 EUR/kg
Medené káble
(neodblankované)
2,00 EUR/kg
Akcia platí do 5.8.2023



RUŽOMBEROK
ŠTIAVNICKÁ CESTA 200,
PRI KAUFLENDE

info: 0908 931 626 Otvorené:
Po - Pia: 8:00 - 15:00 hod.
So: 8:00 - 13:00 hod.

ELmont
SVIETIDLÁ A ELEKTROMATERIÁL

Žilinská cesta 1947, Ružomberok
☎ +421 44 4320 295

**Výpredaj svietidiel
-10% na všetky svietidlá**

MERKUR
SLOVAKIA s.r.o.

PREDAJ - SERVIS
NÁKUP AJ NA SPLÁTKY

Doporučuje
Jirka Krampol

**Elektro Seniorské
a invalidné vozíky**
Pohyb v každom veku

www.merkur.sk

SELVO
11 modelov v ponuke

Načo TAXI,
načo MHD,
SELVO Vás
všade dovezie.

LM, Kamenné pole 4554/6 (pri TESCO) 0905 427 822
RK, Bystrická cesta 178 (za ČS Benzínol) 0907 461 578

Plastové a hliníkové okná a dvere

Ponúkame vysokú kvalitu, dlhoročné skúsenosti a kvalitný servis

okná a dvere

Slovaktual®

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

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

**LETNÁ
ZĽAVA**
platí do 31.8.2023



ČISTENIE HROBOV

- Čistenie hrobov
- Obnova písma

AKCIA

JEDNOHROB ~~150€~~ 50€ DVOJHROB ~~150€~~ 70€

Obnova písma ~~1,50€~~ 0,80€/ZNAK

Impregnácia a doprava ZDARMA

0911 996 087 0949 651 250
www.cistenie-hrobov.sk

LIPTOVSKO
MIKULÁŠKO-RUŽOMBERKO

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

www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk



Vychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (37270 domácností)

pámy týždeň:

Liptovský Mikuláš, Ružomberok, Švošov, Liptovský Hrádok, Liptovská Ondrašová, Okolíčné, Palúdzka, Ilanovo, Ploštín, Bobrovec, Dúbrava, Hybe, Jakubovany, Jamník, Kráľova Lehota, Kvačany, Lazisko, Liptovská Kokava, Liptovská Selnica, Dovalovo, Liptovský Ján, Liptovský Ondrej, Lubeľa, Partizánska Lúpa, Podtureň, Pribylina, Svätý Kríž, Trstené, Uhorská Ves, Vavrišovo, Vetrná Poruba, Vlady, Vlady-Krmeš, Vlašky, Závažná Poruba, Východná, Liptovská Porúbka

nepámy týždeň:

Liptovský Mikuláš, Ružomberok, Liptovský Hrádok, Liptovská Ondrašová, Okolíčné, Palúdzka, Ilanovo, Ploštín, Bobrovec, Dúbrava, Hybe, Jakubovany, Jamník, Kráľova Lehota, Kvačany, Lazisko, Liptovská Kokava, Liptovská Selnica, Dovalovo, Liptovský Ján, Liptovský Ondrej, Lubeľa, Partizánska Lúpa, Podtureň, Pribylina, Svätý Kríž, Trstené, Uhorská Ves, Vavrišovo, Vetrná Poruba, Vlady, Vlady-Krmeš, Vlašky, Závažná Poruba, Východná, Liptovská Porúbka

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

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

Západné Slovensko

BV	97240	Bratislavsko Východ
BZ	106540	Bratislavsko Západ
DS	34320	Dunajskostredsko
GA	34390	Galančsko+Šaliansko
HC	30330	Hlohovecko+Sereďsko
KM	16450	Komárňansko
LV	30580	Levicko
MA	29680	Malacko
NR	54170	Nitriansko
NK	35050	Novozámocko
PZ	22970	Pezinskó
PN	41870	Piešťansko+NM+MY
SC	35420	Sencko
SE	36750	Senicko+Skalicko
TO	41930	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59870	Trenčiansko+DCA+IL
TT	49930	Trnavsko
ZM	20930	Zlato Moravsko

Stredné Slovensko

BB	56200	Banskobystricko+BR
KY	29300	Kysucko=CA+KM
LI	37270	Liptovsko=LM+RK
LC	30860	Lučenecko+VK+PT
MT	38570	Martinskó+TR
OR	34980	Oravsko=DK+NO+TS
PB	33590	Považsko=PB+PU
PD	40150	Prievidsko
ZV	38400	Zvolensko+DT+KA
ZH	26880	Žiarsko+ZC+BS
ZA	50780	Žilinskó+BY

Východné Slovensko

BJ	37210	Bardajovsko+SK+SP
GE	30830	Gemerisko=RV+RS+RA
HU	27190	Humensko=VT+SV+ML
KE	92130	Košicko
KS	24900	Košicko okolie
SL	12940	Ľubovniansko
MI	31260	Michalovsko+TV+SO
PP	41520	Popradsko+KK
PO	49940	Prešovsko+SB
SN	32540	Spišsko+LE+GL

Tomáš Drucker: „Je to jednoduché: pozerajme sa dopredu“

Posledný polrok som strávil náročným a intenzívnym štúdiom manažmentu v Londýne. Bola to doslova veľká škola. Naučil som sa veľa nového, spoznal množstvo inšpiratívnych ľudí a hlavne, načerpal som novú motiváciu do práce.

Na prestížnej škole sa ocitnete v inom svete. Zrazu sa všetko dá. Ľudia hľadajú spôsoby a možnosti ako niečo urobiť, vyriešiť problém a priniesť výsledky. Nie ako sa vyhovoriť na chýbajúce peniaze, zlé zákony alebo nedostatok príležitostí.

Mohol som v tom svete zostať. Žiť vo svojej peknej bubline, pracovať pre prestížne globálne spoločnosti, alebo rozvíjať vlastný biznis. Rozhodol som sa inak. Vrátiť sa domov, opäť sa namočiť do slovenskej politiky a pokúsiť sa po rokoch zlyhávania vlád a hľadania výhovoriek „ako sa to nedá“ urobiť niečo zmysluplné doma na Slovensku.

V týchto dňoch začína kampaň do volieb, v ktorých kandidujem za stranu Hlas-SD. A moja motivácia a ponuka sú jasné. Chcem, aby štát riadili schopní, skúsení a overení ľudia. Chcem, aby mali ministerstvá aj štátne inštitúcie jasné ciele, ktoré budú plniť.

Chcem, aby politika bola o prinášaní výsledkov a aby bolo jasné, kto je za čo zodpovedný

Chcem, aby slová politikov neboli obyčajné táranie, ale mali opäť význam. Som presvedčený, že Slovensko môže byť štátom, ktorý pracuje na tom, aby bol lepš, bol oporou pre slabších a podporou pre šikovných.

Je to jednoduché: Chcem, aby sme sa po rokoch chaosu, hádok a marazmu nadýchli a pozerali sa dopredu.

» Tomáš Drucker

**KURZ SBS - AJ ONLINE**

**KURZOVNÉ
PRE VŠETKÝCH
ZDARMA**

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

**STAVEBNÉ REZIVO
HRANOLY, DOSKY, LATY****PALIVOVÉ DREVO**

**MÄKKÉ SMREK
TVRDÉ BUK**

0915 068 010

ADAM KRTKO

• čistenie
kanalizácie,
• lapačov tukov
• kamerovanie
• lokalizácia
potrubia

NONSTOP 0948 948 606

OBNOVA NÁPISOV a DOSEKÁVANIE DÁTUMOV na POMNÍKOCH

PRIAMO NA CINTORÍNE

čistenie dvojhrobu 100€
0944 229 001

PALIVOVÉ DREVO MÄKKÉ

METROVICA ŠTIEPANÁ A TRIESKY 25 až 60cm

0948 095 954 / palivourbarls@gmail.com

OBNOVA PLECHOVEJ A ETERNITOVEJ STRECHY

- odstránenie nečistôt
- vynikajúca nepriepustnosť vody
- vzhľad škridle
- vysoká životnosť
- záruka 25 rokov a dlhoročné skúsenosti
- zameranie zdarma
- bez zálohy
- prvotriedny materiál zn. Index mineral design



www.bituflex.sk

Bituflexroznava@gmail.com

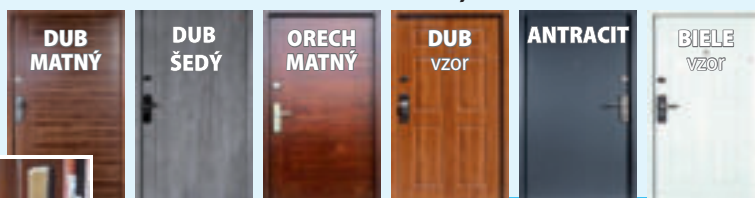
BITUFLEX s.r.o.

Oprava komínu **GRATIS**

0950 266 604

BEZPEČNOSTNÉ DVERE

Naše **OCELOVÉ DVERE** so ZÁRUBŇOU, CHRÁNIA-ZATEPLIA-ODHLUČNIA Váš domov



AKCIA 430€

kovanie ZDARMA

zameranie ZDARMA

v ponuke aj
**INTERIÉROVÉ
DVERE**

v ponuke aj hladké dvere a odtieň Wenge **všetky dvere SKLADOM**

**odborná montáž s licenciou
technickej služby od polície SR**

**www.ocolovedvere.sk
ocolovedvere@ocolovedvere.sk**

0905 468 802

KEŽMAROK, Hlavné námestie 78

Otvorené:
Po-Pia: 9⁰⁰-17⁰⁰

PELETKY A1 SMREK
350€/pal./tona

BRIKETY BUK RUF
279€/pal./tona

Zabezpečíme dopravu
s vykládkou s HR

0940 635 541 LIPTOV

SLOVENSKÝ VÝROBK

**→ MONTÁŽ ŽALÚZIÍ
sietok a roliet
všetkých typov**

**→ Oprava
→ Údržba**

**Zameranie
a ponuka ▶ ZDARMA**

**0907 823 388
044/ 559 36 80
martin.danaj@gmail.com**

**• Výškové
práce**

**• Natieranie
strieich**

**• Rekonštrukcie
komínov**

ZA DOBRÚ CENU

**0918 124 581
0949 250 996**

www.horestrechou.webnode.sk

**KAMENÁRSTVO
FUNIAK**
Liptovské Sliače

**KOMPLETNÉ
KAMENÁRSKE PRÁCE**

www.kamenarstvo-funiak.sk

0905 596 326

TRADÍCIA OD ROKU 1998

81-0308

73-0168

81-0004

77-0056

33-0014 Objednávatel: DOBRÁ VOLBA, Jarosova 296/11, 831 03 Bratislava, IČO: 52659631

73-0016

73-0146

73-0107

88-05-29

68-15-2





Zaujímavosti zo Slovenska

NILIO - Európsky unikát zo srdca Slovenska – Pivovar, ktorý varí remeselné nealkoholické pivo, ktoré senzoricky chutí ako to alkoholické

NILIO je prvý nealkoholický pivovar na Slovensku a v Čechách, ktorý vznikol spojením špičkovej vedy a poctivého remesla. NILIO sa vyznačuje najvyššou kvalitou vstupných surovín, tradičnou výrobou varením a vysokým obsahom vitamínov a minerálov.

Proces výroby nealkoholických pív je vo väčšine komerčných pivovarov spojený s destilačnou metódou odstraňovania alkoholu spojeným s riedením alkoholického piva. Následne sa v majorite do týchto pív pridávajú sladidlá, najčastejšie vo forme glukózovo-fruktózového sirupu, ktorý pri konzumácii vo väčšej miere môže viesť k tukovateniu pečene, v extrémnych prípadoch až takzvanej nealkoholickej cirhóze pečene.

Unikátna výroba na základe 2 ročného biotechnologického výskumu

V pivovare NILIO z Liptovského Mikuláša varia pivo tradičnou remeselnou metódou za použitia špeciálneho druhu kvasiniek, ktoré za vhodných stresových faktorov nevedia premieňať maltózu (cukor) na alkohol, ale na prírodný glycerol. V NILIO docielili, že % alkoholu klesol z pôvodných 1,9 % na hranice 0,1-0,2%. Výsledkom tejto kaskády procesov a výskumu je, že pivo NILIO je charakteristické plnou chuťou a vôňou.

Pivovar, ktorý varí nealko, ktoré chutí ako pivo

Vytvorením nealkoholických pív NILIO sa na Slovenskom trhu stali jedinečným zástupcom, ktorý zákazníkom dodáva produkt s vysokými zdravotnými benefitmi. Hlavným benefitom je, že NILIO **má veľmi**

dobré senzorické vlastnosti, ktoré sa blížia chuti alkoholických pív, avšak neobsahuje alkohol. Práve pri alkohole je preukázateľný negatívny vplyv mnohými vedeckými publikáciami.

Svetové aj lokálne ocenenia

Napriek tomu, že pivovar NILIO je „mladý“ projekt, pýši sa získanými vzácnymi kovmi zo zahraničia. Najprestížnejšími sú strieborné a zlaté medaily z medzinárodných súťaží ako Councours de Lyon či Frankfurt Trophy, Alcohol free World, Great Taste či bronzom zo Slovenskej pivnej korunky. Na Slovensku sa stali v minulom roku najinovatívnejšou firmou roka v žilinskom kraji.

Zdraviu prospešné pivo NILIO pre aktívnych ľudí

NILIO je vôbec prvým pivovarom, ktorý je držiteľom celosvetovej certifikácie VEGAN. Všetky pívá sú vyrobené výlučne z prírodných surovín a ako prvému pivovaru na Slovensku a v Čechách sa podarilo predstaviť izotonické pivo, vhodné pre aktívnych ľudí a športovcov, ktoré je vyrobené riadenou fermentáciou bez pridania akýchkoľvek syntetických látok či cukrov.

Pre fanúšikov vytvorili na webe www.nilio.sk pivnú mapu, kde si môžu nájsť najbližšie miesto a kde si pivo NILIO môžu kúpiť.

Velká LETNÁ AKCIA

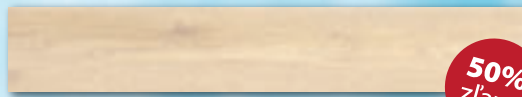
HYDRO

VÁŠ DODÁVATEL KÚPELNÍ

Po predložení kupónu získajte **10% ZĽAVU** mimo akciových cien



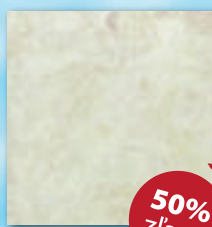
DLAŽBA MORINGA BEIGE MAT*
15,5 x 60,5 cm ~~22,00 €/m²~~
11,00 €/m² (50% zľava)



DLAŽBA WALT BEIGE MAT*
19,8 x 119,8 cm ~~42,00 €/m²~~
21,00 €/m² (50% zľava)



TERASOVÁ DLAŽBA SIERRA BEIGE*
60 x 60 x 2 cm
~~43,73 €/m²~~
28,44 €/m² (35% zľava)



DLAŽBA URBAN 1*
40 x 40 cm
~~19,98 €/m²~~
9,99 €/m² (50% zľava)



DLAŽBA TECHNICKÝ GRES 0643*
/vhodný do pivníc, škôl.../ 30 x 30 cm
~~15,99 €/m²~~
6,85 €/m² (57% zľava)

LEŠTENÉ OBKLADY/DLAŽBY 60 x 120 cm už od 15,99/m²

Realizujeme **KOMPLETNÉ REKONŠTRUKCIE DOMOV**
Ponúkame **SADROKARTONOVÉ PRÁCE, DODÁVKU A MONTÁŽ DVERÍ, OKIEN A TERÁS**
☎ 0947 901 601

Mnoho ďalších **výpredajových cien** obkladov a dlažieb **už od 2,99 €/m²**

NOVÉ Kúpeľňové štúdio
Najlepšie ceny v regióne

Otváracie hodiny
Pondelok - Piatok 8:00 - 16:00
Sobota na objednávku

📍 Textilná 2569 /pri vstupe do Texikomu/
☎ 0948 480 171
@ predajna@hydrodk.sk
🌐 www.hydrokupelne.sk



FLEXIBILNÉ LEPIDLO C2TE
9,50 €/25 kg



* MRAZUZDORNE

Občianska riadková inzerca

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

»Z-JAWA Odkúpim Motocykel/Diely-SERIÓZNA DOHODA 0908 205 521

03 BYTY / predaj

04 BYTY / prenájom

05 DOMY / predaj

06 POZEMKY / predaj

07 REALITY / iné

08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie, 0908 532 682

09 DOMÁCNOST

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA



**Chcete si
podat
inzerát?**

Pošlite SMS na číslo
8866 v tvare:
RPmedzera LI medzera
Číslo rubriky medzera 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 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, u zameňte za skratku novín, ktorú nájdete na druhej strane vľavo dolu. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

Zverejnili hlasovacie lístky pre voľbu poštou

Ministerstvo vnútra SR (MV SR) zverejnilo na svojom webovom sídle hlasovacie lístky pre voľbu poštou a zároveň zasiela voličom, ktorí požiadali o voľbu poštou, materiály potrebné na hlasovanie. Doposiaľ požiadalo o voľbu poštou 22 038 ľudí.

„Každému človeku zapísanému do osobitného zoznamu voličov pre voľbu poštou bude doručená obálka na hlasovanie, návratná obálka a poučenie o spôsobe hlasovania, a to najneskôr do 21. augusta na adresu miesta pobytu v cudzine. Pri elektronickom podaní MV SR voličovi nezasieľa hlasovacie lístky. Tie si volič stiahne z webovej stránky ministerstva vnútra: <https://www.minv.sk/?nr23-hl>“, informuje rezort.

Voľba poštou

Do výsledku hlasovania budú započítané hlasy na hlasovacích lístkoch, ktoré budú doručené ministerstvu vnútra najneskôr v posledný pracovný deň pred dňom konania volieb, teda najneskôr 29. septembra do 12.00 h. Hlasovací lístok pre voľbu poštou je určený výlučne pre voľbu poštou a nie je možné ho použiť ako hlasovací lístok vo volebnej miestnosti. V prípade, že volič hlasujúci vo volebnej miestnosti vloží do obálky na hlasovanie hlaso-

vací lístok pre voľbu poštou, je takýto hlasovací lístok neplatný. Všetky hlasy cez voľbu poštou budú spočítané v osobitných volebných okrskoch, ktoré sa utvoria pre hlasovanie poštou.

V nadchádzajúcich parlamentných voľbách bude po prvýkrát komplexne známe, ako volili voliči zo zahraničia. Pri voľbách v roku 2020 bol známy len výsledok hlasovania voličov, ktorí nemali trvalý pobyt na Slovensku. Hlasovacie lístky voličov s trvalým pobytom na Slovensku boli totiž vložené do volebnej schránky v príslušnom okrsku podľa miesta trvalého pobytu. V parlamentných voľbách v roku 2020 volilo poštou zo zahraničia 48 925 voličov.

Požiadat možno do 9. augusta

Volič, ktorý nemá trvalý pobyt na území Slovenskej republiky, môže voliť len poštou. Voľba poštou je určená aj pre voličov s trvalým pobytom na Slovensku, ktorí sa v čase volieb budú zdržiavať v cudzine. Požiadat o voľbu poštou je možné elektronicky alebo listinne, pričom žiadosť musí byť doručená na MV SR najneskôr 9. augusta 2023.

Komplexné informácie o voľbe poštou vrátane otázok a odpovedí sú dostupné na webe MV SR: <https://www.minv.sk/?nr23-posta>.

» ren

ČISTENIE HROBOV DOSEKÁVANIE PÍSM

Čistenie: Jednohrob 80€ 50€ Dvojhrob 140€ 70€ Impregnácia ZDARMA
Dosekávacie písma priamo na cintoríne bez nutnosti odoberania pomníka:

12€/znak (vymaľovanie písma v cene!)

Obnova písma: (zlatá, strieborná, čierna, biela) 2€ 0,80€/znak.

Do Dušičiek stíhame aj očistiť, aj obnoviť, aj dosekať!!

POMNÍKY, TABUĽKY S MENAMI, KRYCIE DOSKY, FOTOGRAFIE, VÁZY A SVIETNIKY

Ing. Miroslav Greisiger
0940 653 651, 0919 205 521
www.greisiger.sk

AKCIA!!
Ceny platné pri
objednaní do 31.8!

OBHĽADKA A DOPRAVA JE ZDARMA!! SME TU PRE VÁS UŽ OD ROKU 2014 A MÁME ZA SEBOU VIAC AKO 12450 SPOKOJNÝCH ZÁKAZNÍKOV, STAŇTE SA ĎALŠIM Z NICH.

Prenájom limuzíny

LA CONTROL

0903 819 390 jozef.lajos@centrum.sk

www.lacontrol.sk [lacontrolsro](https://www.instagram.com/lacontrolsro)

BUKOVÉ brikety RUF

Dovezieme.
Vyložíme
s hydraulikou.

volat môžete
NONSTOP aj v nedeľu
0915 113 102
Rozvoz aj v sobotu

AKCIA 279€

NEREZOVÉ KOMÍNOVÉ VLOŽKY
OCEĽOVÉ DYMOVODY
FASÁDNE 3-VRSTVOVÉ KOMÍNY

komín s.r.o.

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

0948 267 814
kominsro@kominsro.sk
kominsro.sk

Slovenský certifikovaný výrobca nerezových komínov

STRIKANÉ 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

Partner firmy Stavpoč Jendrol'

STAVEBNÉ PRÁCE
tel: 0915 363 983

POTERY A STROJOVÉ OMIETKY

MONTÁŽ SADOROKARTÓNU 9,50€/m²

IZOLÁCIA PODKROVIA
tel: +48 665 719 051

FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE
ČISTENIE - KONTROLA

KOMÍNOV + REVÍZNIA SPRÁVA
A CERTIFIKÁT V CENE

CENA od 20 €/m

ZĽAVA na materiál 30 %

oddechtovanie komínov
KOMINÁRSTVO DUBOVEC

0914 276 111

DOVOZ NA
ADRESU

mládky, brojlerové
kuriatka, morky

www.hydinashop.sk
0944 842 953

**ŠUMNÁ
STRECHA**

-nátery striech
-nátery kostolov
-oprava komínov

MICHAL
0908 337 893



PELETY ENplus A1, BRIKETY

TERAZ JE TEN SPRÁVNY ČAS NA NÁKUP



399 €
tona



279 €
paleta 960 kg



299 €
259 €
paleta 960 kg

DOPRAVA GRÁTIS REGIÓN LIPTOV

Liptovský Mikuláš - Revolučná 426/12
otvorené: pondelok - piatok: 8:00 – 17:00 hod

0911 77 00 44

www.logint.sk

73-0068

www.nabytok-prestige.sk

Prestige

Plavisko 7, Ružomberok, Tel: 0948 073 123

Vstavané skrine, Kuchyne a Akciové kuchyne už aj na mieru !

€ 320,-
€ 279,-
zľava -15%



LARA



FEBE

€ 617,-
€ 538,-
zľava -15%

Rozmery: vrch-260 cm
Spodok-200 cm



€ 757,-
€ 659,-
zľava -15%

Sedacia súprava
SCANDI

Spacia plocha:
123 x 190 cm



Rozmery : 236 x 1728 / výška 86 cm

73-0020

IBOS
SLOVENSKO

špecialista na kanalizáciu

VYRIEŠIME

problémy s upchatým sifónom a odpadovým potrubím vo Vašom dome alebo byte

VYČISTÍME

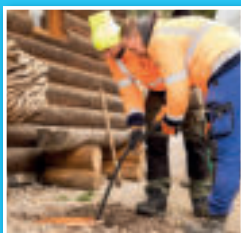
upchatú kanalizáciu

OPRAVÍME

poškodenú kanalizačnú prípojku

ZMONITORUJEME

kamerou poškodené potrubie



+421 918 512 430 | f ibosslovakia | www.ibos.sk

73-0143

Levit s.r.o.
Ul. 1. Mája 709, PASÁŽ LIPTÁČIK, Lipt. Mikuláš
info@levit.sk • www.levit.sk • 0917 546 147

- GARÁŽOVÉ BRÁNY
- OPLÔTENIE S PROJEKTOM
- OKNÁ
- TIENIACA TECHNIKA
- ŽALÚZIE • ROLETY • SCREENY • MARKÍZY • PERGOLY

ZAMERANIE A CENOVÁ PONUKA

ZDARMA

VIDITEĽNE VIAC PRE VÁŠ DOMOV

73-0133

Cestovanie s deťmi

Cestovanie s deťmi, najmä s tými menšími, má svoje špecifiká. Odborníci radia na čo pamätať, aby sa dovolenka vydarila.

Pri voľbe dovolenky s malými deťmi treba podľa odborníkov dávať prednosť primeranej dĺžke cesty za cieľovou destináciou, ubytovaniu v hoteli na dobrej úrovni a dostatočne dlhej príprave na cestu. Na spríjemnenie cestovania vezmite so sebou dostatok hračiek, prípadne kníh.

Pozor na trópy

„S deťmi do troch rokov neodporúčame cestovať do tropických krajín. Kto do trópov alebo subtropov cestuje so staršími deťmi, mal by sa predtým informovať o všetkých podmienkach v mieste budúceho pobytu, pretože podmienky vyhovujúce dospelým môžu byť pre deti nevhodné alebo zaťažujúce. Pred takouto plánovanou cestou sa poraďte s pediatrom, prípadne na oddeleniach pre cudzo-krajné choroby pri fakultných nemocniciach v Bratislave, Martine, Banskej Bystrici a Košiciach,“ radí radi zástupkyňa hlavného hygienika so zameraním na deti a mládež Jana Hamade.

Ďalšie odporúčania odborníkov:

- Pri cestovaní s malými deťmi sa vyvarujte dlhému pobytu na priamom slnku, uprednostnite ranné, skoré dopoludňajšie, respektíve neskoršie popoludňajšie

hodiny s použitím vhodnej pokrývky hlavy dieťaťa - ideálne so šiltom na chránenie tváre pred priamym slnkom.

- Samozrejmosťou je použitie detských opaľovacích krémov, ktoré chránia citlivú detskú pokožku pred nežiaducimi účinkami UV žiarenia.

- Strava má byť ľahká a pravidelná, s väčším prísunom ovocia a zeleniny, ktoré treba bezprostredne pred konzumáciou dôkladne umyť pod tečúcou pitnou vodou.

- Rýchlo sa kaziace potraviny do jedálnečky dieťaťa odporúčame nezaraďovať vôbec.

- Dôležitý je adekvátny pitný režim. Vhodné sú vlažné tekutiny vo zvýšenom množstve vzhľadom na väčšiu stratu tekutín potením sa v teplem počasí, s preferenciou čistej pitnej vody, prípadne nesladené bylinkové čaje.

- Rešpektujte dostatok spánku pre dieťa, dodržiavajte ho aj počas dovolenky. Dieťaťu zabezpečte príjemný denný aj nočný odpočinok v závislosti od jeho veku, v prostredí, ktoré nie je prehriate, nie je vystavené priamemu slnečnému žiareniu a nie je extrémne klimatizované.

Informácie poskytol Úrad verejného zdravotníctva SR
» ren

VCHODOVÉ DVERE DO BYTOV

15-bodové bezpečnostné zamykanie
zvukovotesniaca a tepelná izolácia
oceľová zosilnená konštrukcia

cena od

409 €

+ montáž

záručný a pozáručný servis

DOPRAVA ZDARMA

0917 678 746
www.vchodove-dvere.sk

kompletné kamenárske služby

www.kamenarstvo-kamstav.sk
RUŽOMBEROK
0917 216 390, 0907 840 778

SERIÓZNOSŤ • FLEXIBILITA • TRADÍCIA od r. 1989
Spisujeme objednávky bez finančnej zálohy.

-50% od 9.1.2023 na všetky pomníky

SPISOVANIE OBJEDNÁVOK NA ROK 2023 ZA MINULOROČNÉ CENY

OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH, KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

BITUMÉNOVOU LEPENKOU bez demontáže pôvodnej krytiny

⇒ zameranie ⇒ odborné poradenstvo
⇒ cenová kalkulácia ZDARMA!!!

NON STOP - 0944 720 932

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽLABOV

slovenská firma

ZÁRUKA 25 ROKOV

Píla Vasil'ov s.r.o.

Pelety A1 certifikované

VŠETKO SKLADOM

PELETY BRIKETY

ROZVOZ:
- PRIAMO AŽ K VÁM DOMOV
- AJ V SOBOTU

www.pilavasilov.sk
Kontakt 0907 105 008

VÝKUP KOŽÍ

Aktuálne ceny na
www.slovakiaskins.sk

vždy v UTOROK v týchto termínoch:
8.8., 29.8., 19.9., 10.10., 31.10., 21.11. 2023

Štankovany-Coop... 9,00 hod.	Orav. Poruba 13,50 hod.
Švošov..... 9,15 hod.	Istebné..... 14,05 hod.
Hubová..... 9,30 hod.	Párnica..... 14,20 hod.
Cernová-Coop..... 9,45 hod.	Zaškov..... 14,35 hod.
Likavka..... 10,00 hod.	Zázrivá-Coop..... 15,00 hod.
Vaľasáská 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.
Vyšný 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.	Gbeľany..... 17,05 hod.
Horná Lehota..... 12,55 hod.	Nededa..... 17,20 hod.
Sedl. Dulová-kostol..... 13,10 hod.	Teplica-Coop..... 17,35 hod.
Veličná..... 13,35 hod.	

a PREDAJ KRMÍV

PREDAJ MLÁDOK DOMINANT od 8.8. 2023

vždy v UTOROK v týchto termínoch:
22.8., 12.9., 3.10., 24.10., 14.11., 5.12. 2023

Ludrová..... 9,00 hod.	Vlachy..... 13,00 hod.
Lipt. Štiavn.-kostol..... 9,20 hod.	Lubela..... 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 Kríž..... 14,30 hod.
Turík..... 10,40 hod.	Lazisko..... 14,50 hod.
Lúčky..... 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 Lupča..... 12,30 hod.	Závažná Poruba..... 16,50 hod.

Výkup sa opakuje každé 3 týždne

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

vždy v UTOROK v týchto termínoch:
8.8., 29.8., 19.9., 10.10., 31.10., 21.11. 2023

Lipt. Sielnica-Coop... 9,00 hod.	Lipt. Ondrej-pošta .. 12,55 hod.
Kvačany-Coop..... 9,20 hod.	Jakubovany-O.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.
Bobrovec-P.Zbroj. . 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.	

0,80 € za kus

» Auto bude stať na stanovišti alebo pred 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

**NAJLACNEJŠIA
LIKVIDÁCIA**
NEBEZPEČNÉHO ODPADU A
ETERNITOVÝCH STRIECH
0910 336 600 • 0905 655 414
likvidovatazbest@gmail.com



KÚPEĽNE **BYTOVÉ JADRÁ**

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

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

STAVEBNÉ PRÁCE



rekonštrukcie bytov
búracie ráce
oprava starých domov

0902 366 714

**PALIVOVÉ
ŠTIEPANÉ DREVO**

**SMREKOVÉ
TRIESKY** **53 €**

**BUKOVÉ
TRIESKY** **75 €**

0918 561 609

KAMENÁRSTVO **STANISLAV
SABUCHA**



CINTORÍNSKA ARCHITEKTÚRA
pomníky, obruby
opravy, rekonštrukcie, čistenie, chem. úpravy...

INTERIÉRY
kuchyne, kúpeľne, obklady...

EXTERIÉRY

www.kamenarstvosabucha.webnode.sk
e-mail: stanosabucha@gmail.com
tel.: 0905 487 180

BRIKETY - UHLIE
EKOHRÁŠOK
PALETOVANÉ DREVO

Uhoľné sklady Ružomberok
Bystrická cesta - oproti Shell

UHLIE JE POD STRECHOU

OBJEDNÁVKY: **0907 674 081**

Stavebná spoločnosť **ARBET, s.r.o.** Veličná
ponúka na predaj kvalitné slovenské:



- **železo-betónové žumpy**
- **pivnice**
- **dodanie a osadenie do 30km v cene**

Výrobky si môžete
osobne pozrieť u nás

0917 979 744 **www.arbet.sk**

OBNOVA STRIECH **RENODACH**

- na eternit a plech bez demontáže krytiny
- hydroizolácie plochých striech
- INDEX MINERAL DESIGN • 3D VZOR

**V PONUKE AJ
STRIEKANÉ
TEPELNÉ
IZOLÁCIE**

12-ročná
záruka na
prácu

Ing. Jozef Antoni • info@obnovastrechy.sk
www.obnovastrechy.sk

0903 603 755



**DREVO
PELETY**
BUKOVÉ BRIKETY
UHOĽNÉ BRIKETY
EKOHRÁŠOK

tel: 0905 783 360 • **www.be-prostav.eu**



VÝPREDAJ CD,LP,DVD
30-50%
OD PRIOR L. MIKULÁŠ
RUŠENIE PREDAJNE

tu mohla byť
VAŠA REKLAMA

ZENIT

AKCIOVÝ POLYKARBONÁT
REZANIE MATERIÁLU ZDARMA

eshop.zenitsk.sk



-30%

Ultralight 2/10 číra
10,57 €/m2 s DPH



-30%

Exolon 7/16 BF bronz
19,42 €/m2 s DPH

ROZVOZ PO CELEJ SR
KOŠ - 046/5430 771, zenit@zenitsk.sk
KOŠICE - 055/6254 006, kosice@zenitsk.sk

NAJVYŠŠÍ ČAS NA ZÁSoby

**BUKOVÉ
BRIKETY**
CERTIFIKÁT ENplus
VYROBENÉ
ZO 100%
BUKOVÝCH PILÍN,
BEZ KÓRY



275 €
tona

**PALIVOVÉ
DREVO**
BREZA SUCHÁ
UKLADANÁ, 1,6 prn



120 €
paleta

VYSOKÝ ŠTANDARD KVALITY

- bez spojiv a iných prísad
- vysoká výhrevnosť okolo 20 GJ/t
- dlhá doba horenia
- malé množstvo obsahu popola 1%
- popol možno použiť ako záhradné hnojivo
- praktický tvar, výhodné balenie
- malé množstvo, nenáročné na skladovanie
- parametre sú v súlade s DIN

0902 066 166

**DOVOZ A VYKLÁDKU ZABEZPEČUJEME
HYDRAULICKOU RUKOU ZDARMA (od 2 pallet)**

LI23-30 strana- 7

Hrnčiarska dielňa na Košickom hrade

Historická dedinka na vrchu Hradová, nazývanom aj Košický hrad, rozširuje svoje remeselné dielne. Najnovšie návštevníkom predstaví hrnčiarstvo. Dospelí, či deti si budú môcť dokonca vyrobiť aj vlastný hlinený výrobok.

„Podarilo sa nám postaviť základy historizujúceho parku, dedinky inšpirovanej stredovekým osídlením. Konkrétne, do dnešného času, sú to tri objekty, ktoré znázorňujú bývanie stredovekého človeka a zároveň slúžia ako priestor pre rôzne kurzy tradičných remesiel. Tento rok bolo našim cieľom postaviť hodnotnú atraktivitu vo forme hrnčiarskej dielne so zariadením a dvorom. Súčasťou dielne sú manuálne poháňané hrnčiarske kruhy, police na odkladanie schnúcej keramiky, tradičné náradie na spracovanie hliny a vypaľovacia pec,“ popisuje hlavný realizátor projektu Ľuboš Porada.

K obnove a prevádzke areálu Košického hradu prispievajú najmä členovia občianskeho združenia Castellum Cassovia, ale taktiež nadšení dobrovoľníci, ktorí už odpracovali na národnej kultúrnej pamiatke niekoľko tisíc hodín v spolupráci s Archeologickým ústavom SAV. Sumou 11 tisíc eur podporil projekt „Hrnčiarska dielňa na Košickom hrade“ aj Košický samosprávny kraj. „Košice boli historicky významné kultúrne a ekonomické centrum východnej časti Uhorska. Preto, samozrejme, disponovali aj vlast-

ným hradom. Napriek tomu je Košický hrad zahalený rúskom tajomstva a jeho história je známa len v malom rozsahu. Vďaka angažovanosti Občianskeho združenia Castellum Cassovia však Košický hrad stále viac oživa. Počas sezóny sa tu konajú rôzne akcie, ktoré slúžia na prezentáciu ceremóniálov a udalostí civilného života v neskorom stredoveku. V areáli nájdete napríklad dom šafára s krásnou hlinenou pecou, dom zemana, kováčsku dielňu, výbeh s hradnými kozami a najnovšie aj novovybudovanú hrnčiarsku dielňu,“ teší sa narastajúcej atraktívnosti Košického hradu Rastislav Trnka, predseda Košického samosprávneho kraja.

Areál je dostupný na individuálnu návštevu bez prehliadky celoročne a počas letnej sezóny sa každú nedeľu uskutočnia komentovaná prehliadka pri hrnčiarskej dielni od 10.00 do 15.00 h. Počas pracovných dní, od utorka do nedele, od 10.00 do 18.00 h je hrnčiarska dielňa dostupná k nahliadnutiu po požiadaní pracovníka infocentra v areáli.

Informácie a foto poskytla KOČR Košice Región Turizmus.



» ren

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.

decorem.sk

HERNÁ STOLIČKA SOFO MASTER ČIERNO-MODRA

85,50 EUR

95,00 EUR

-10%



decorem.sk

KOBEREC CHEAP D317A TMAVO SIVÝ 80 X 150 CM

11,70 EUR

13,00 EUR

-10%



3. augusta 1708

odohrala sa **bitka pri Trenčine** stretnutie **armád Františka II. Rákociho s cisárskou armádou** pod vedením generála Siegberta Heistera.

Výročia a udalosti

MALIARSTVO

- Nátery striech
- Nátery kostolov
- Nátery vo výškach
- Oprava komínov
- Umyvanie škridly a eternitu

0940 167 755
0940 810 159

61.0063

tu mohla byť
VAŠA REKLAMA

LETNÁ AKCIA

PALIVOVÉ DREVO

čisté triedené, bez drobných triesok

BUK 69 € bez DPH /1 prm sypaný

SMREK 49 € bez DPH /1 prm sypaný

0902 115 577 DOLNÝ KUBÍN



Realizujeme
STROJOVÉ omietky
tel. 0904 194 814
strojoveomietky@gmail.com

STAVEBNÉ PRÁCE
KÚPEĽNE, OBKLADY, DLAŽBY
Bytové jadrá, stierkovanie, maľovanie, bezbariérové kúpeľne, plávajúce podlahy, dvere+montáž.
FÚKANÉ IZOLÁCIE
STARŠIE RODINNÉ DOMY, NOVOSTAVBY
Tel: 0951 387 690

• SERVIS OKIEN
• VÝMENA TESNENIA
• MONTÁŽ ŽALÚZIÍ A ROLIET
• SIETE PROTI HMYZU
0918 553 001

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE
FREZOVANIE od 15€/bm
REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV
SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA na materiál 35%
PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV
ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV
OBHLIADKA KOMÍNOV
ZDARMA
0948 012 507 • www.profikominy.sk

Frézovanie a vložkovanie KOMÍNOV
frézovanie od 15€/m
- frézovanie 1 m - 15 €
- vložkovanie, certifikovaný žiaruvzdorný materiál
- zľava 30% na materiál
- obhliadka zdarma, dohoda istá
FRÉZUJEME PO CELÝ ROK
0911 322 495, 0907 362 202, frezovanievložkovanie@gmail.com

DACH PRO STRECHY
+421 903 511 778
kelusiak.d@gmail.com
DACH PRO - Strechy

- NATIERANIE STRIECH
- KLAMPIARSKÉ PRÁCE
- POKRÝVAČSKÉ PRÁCE
- MONTÁŽ ODKVAPOVÝCH SYSTÉMOV
- MONTÁŽ STREŠNÝCH DOPLNKOV

HLINÍKOVÉ ploty
ZÁRUKA 10 ROKOV
www.kovane-ploty.sk
Tel: 0918 847 674, 0911 847 674

NAJŽIADANEJŠIE PRODUKTY MESIACA



OBJAV
ĎALŠIE
PRODUKTY!

Top cena

~~157⁹⁹~~
ks

Ušetríte 2,80 €

12,99
ks

TERASOVÁ DOSKA „DOUGLASIE“¹

Rozmery: 28 × 145 mm, dĺžka 3 m.
OBI č. 2954105 (29,87 €/m²)



Top cena

~~20⁹⁹~~
ks

Ušetríte 5,91 €

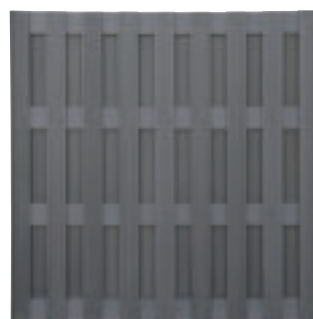
14,99
ks

TERASOVÁ WPC DOSKA¹

Rozmery: š 14,5 × d 300 cm, hrúbka 2,1 cm.
OBI č. 4892469 (34,46 €/m²)



OBJAV
ĎALŠIE
PRODUKTY!



Top cena

~~114⁹⁹~~

Ušetríte 25 €

89,99

WPC PLOT

Antracitový, rozmery: 180 × 180 cm. OBI č. 1188085



OBJAV
ĎALŠIE
PRODUKTY!

VEĽKÝ VÝPREDAJ V OBI VŠETKO MUSÍ ÍŠŤ VON

Platí do vypredania zásob.

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

¹Predaj po celých doskách.

Platí od 28. 7. do 10. 8. 2023 alebo do vypredania zásob.

**DOKÁŽETE
ČOKOL'VEK**

OBI



NÁJDETE NÁS NA NOVEJ ADRESE!

Všetky technické plyny pre vaše podnikanie nájdete od 1. augusta v Stavebnom centre Grenstave (J. Kačku 6, Ružomberok – Likavka).

DEŇ OTVORENÝCH DVERÍ

Navštívte nás v stredu 9. augusta medzi 11.00 h a 14.00 h.
Ponúkame vás chutným gulášom a zaradíme do tomboly o atraktívne ceny.

www.messer.sk



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 jedince 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 nechto.

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



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 hydrolyzácie 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 kolagénov, 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 ZLAVA
-40%



Zink 15mg + Vitamin C
16,60 EUR
9,96 EUR



Vitamin D3
16,60 EUR
9,96 EUR



Glutathion - antioxidant
23,10 EUR
13,86 EUR



B-komplex forte
19,60 EUR
11,76 EUR

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
Coborho 1, Nitra - OC Polygon



KVALITNÉ POTRAVINY za DISKONTNÉ CENY

od pondelka
31. júla



125 g

-34%

1,29**

0,85

• (100 g = 0,68)

Pribináček
• rôzne druhy



120 g

-28%

1,25**

0,89

• (100 g = 0,74)

Májka
• rôzne druhy



30/33 g

-36%

0,46**

0,29

• (100 g = 0,97/0,88)

Tatranky
• rôzne druhy



625 ml

Supercena

2,99

• (1 l = 4,78)

**Tatarská omáčka/
Majonéza**



2l

-47%

1,89**

0,99

• (1 l = 0,50)

**Coca-Cola/
Coca-Cola Zero/
Sprite/Fanta**
• + záloh za obal 0,15 €



**Suché krmivo
pre psy**

10 kg

-38%

25,99**

15,99

• (1 kg = 1,60)



3 x 250 g

750 g

9,99

• (1 kg = 13,32)

**Jacobs
Krönung**
• mletá káva



1 kus
iba
0,84 €

**Budweiser
Budvar**
• v termotaške
• + záloh
za obaly 0,90 €

6 x 0,5 l

3 l

4,99

• (1 l = 1,66)

*Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

**Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania cien dňa 18. 7. 2023.

Ponuka tovaru platí od 31. 7. do 6. 8. 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



Doprajte si sladučký melón

Leto je už v plnom prúde a spolu s ním aj sezóna šťavnatých červených melónov. Tieto chutné plody nás nielen osviežia ale ponúkajú aj viacero zdravotných benefitov.

Červený melón, alebo inak dyňa červená, má pôvod v Afrike, odkiaľ sa pred tisíckami rokov rozšíril do Stredozemia, Európy a následne do celého sveta. Okrem toho, že červený melón, nám dokáže zahasiť smäd a jeho sladučkej chuti málokto odolá, má vynikajúci vplyv aj na naše zdravie.

Podporuje trávenie, zlepšuje pamäť

Tým, že melón obsahuje až 90 percent vody, má pozitívny vplyv na odplavovanie toxínov z tela, vďaka čomu pracujú efektívnejšie naše obličky. Vitamíny a antioxidanty, ktoré sa v melónoch nachádzajú, prirodzene podporujú náš imunitný systém, pričom spomínané antioxidanty zabezpečujú tiež prevenciu pred mnohými ochoreniami. Vláknina zasa podporuje správne vyprázdňovanie a tak sa nám prečisťuje trávenie. Tým, že melón obsahuje cholín, prispieva k upokojeniu organizmu, čo má pozitívny účinok na náš spánok a navyše cholín zlepšuje aj pamäť. Melón má však výborné účinky aj na našu pleť.

Melónový šalát so syrom balkánskeho typu

Suroviny: 1 červený melón, 150 g ruko-

ly, 1 balíček syru balkánskeho typu, 500 g cherry paradajok, 1 kus šalotky

Postup prípravy: Rukolu umyte pod tečúcou vodou a nechajte ju odkvapať. Cherry paradajky umyte a prekrojte každú na polovicu. Šalotku ošúpte a nakrájajte na kolieska. Melón rozkrojte, vydlabte dužinu a nakrájajte ju na kocky. V šalátovej mise zmiešajte rukolu, cherry paradajky, šalotku, červený melón a na kocky nakrájaný syr balkánskeho typu. Šalát podávajte vychladený s opečenou bagetou alebo celozrnným chlebom.

Melónové špízy

Suroviny: 1 červený melón, 2 balíčky syru balkánskeho typu, lístky mäty alebo baby šalátu

Postup prípravy: Melón rozkrojte, vydlabte dužinu a nakrájajte ju na kocky. Na približne rovnaké kocky nakrájajte aj syr balkánskeho typu. Lístky mäty umyte a osušte. Na väčšie špáradlá alebo špajle striedavo napichujte kocku melónu, lístok mäty, kocku syra a opakujte. Hotové špízy môžete podávať ako predjedlo.



» ren

zdroj foto Adina Voicu pixabay

4. augusta 1863

v Turčianskom Svätom Martine sa uskutočnilo **prvé valné zhromaždenie Matice slovenskej.**

Výročia a udalosti

NA POČESŤ 30. VÝROČIA ZÁPISU VLKOLÍNCA DO ZOZNAMU SVETOVÉHO KULTÚRNEHO A PRÍRODNÉHO DEDIČSTVA UNESCO.

VLKOLÍNSKE SLÁVNOSTI 2023

12. AUGUST ZAČIATOK 13.00

• PROGRAM PRE DETI • **DÚHALKA** •
• VYSTÚPENIE DOMÁCEJ LUDOVEJ SKUPINY •
• **MAFIA CORNER** • **ICONI.T.O.** •
• **HRDZA** • **DJ SAINT** •

deti do 10 rokov vstup zadarmo /v sprievode platiaceho rodiča/

26-0136

5. augusta 1963

Spojené štáty, Spojené kráľovstvo a Sovietsky zväz **podpísali v Moskve zmluvu zakazujúcu jadrové skúšky vo vesmíre, v atmosfére a pod vodou**

Výročia a udalosti

Komjatská vareška

2. ročník

27. august od 11:00

Futbalové ihrisko TJ Sokol Komjatná

Program:

- 11:00 - Príchod súťažiacich na ihrisko
- 12:00 - 16:00 - Varenie gulašu
- 16:00 - 16:30 - Ukončenie varenia, degustácia, vyhodnotenie a odovzdanie cien
- 16:30 - 17:30 - tombola s hodnotnými cenami
- 17:30 - 19:30 - voľná zábava
- 20:00 - 21:00 - Hlavný hosť večera - SIMA
- 21:00 - zábava do rána pod holým nebom s DJ Horváthom

REGISTRÁCIA do 15. 8. 2023 do 12:00 hod.

vstupné predpredaj.sk 14,90€

oz_komjatna
OZ Komjatná

Prihlásenie do súťaže: 0918 125 988, ozkomjatna@gmail.com, vstupné na večerný program (SIMA) zakúpite cez predpredaj.sk, alebo ozkomjatna@gmail.com

SÚŤAŽ V JEDENÍ HALUŠIEK • JAZDA NA KONI • NAJLEPŠÍ METENÍK
OHŇOSTROJ • ATRAKCIE PRE DETI • PÍLENIE DREVA BRUCHAČKOU

PLATIN PUNK

REVÚCKE HALUŠKY 25.

Lipt. Revúce 05/08/2023 Fut. ihrisko

5€ VSTUP deti zadarmo

13:00 DFS Liptáčik - Heligonka
13:15 Lúžanskí hudci
15:00 Heligonka
16:30 Hrdza
17:30 vyhodnotenie súťaže
18:00 tombola

do 9:30 prezentácia družstiev
10:00 slávnostné otvorenie
10:30 začiatok súťaže

19:00 Ploštín Punk
20:30 zapálenie vatry
21:00 tanečná zábava s Fórum z Bohdanoviec

Obec Liptovské Revúce | PDLiptovské Revúce | OZ Revúcki haluškári - 0918 997 680

www.liptovskerevuce.sk

73-0173

47. PODROHÁČSKE FOLKLÓRNE SLÁVNOSTI

4. - 6. august 2023

Zuberec - Brestová



PIATOK 4. AUGUST 2023

Oravský Biely Potok

19.00 – KROJOVANÝ SPRIEVOD - Sprievod folklórnych súborov cez obec

Športové ihrisko

19.30 – V TOM BIELOM POTOKU

Účinkujú: DFS OSĽÁRIK a ženská spevácka skupina z Oravského Bieleho Potoka, KUS JÁNA KOLLÁRA zo Selenče (Srbsko), BEŠIKTAŠ BELEDIYESI - OYUN GSK z Istanbulu (Turecko), SKC PAVLA JOZEFA ŠAFÁRIKA z Nového Sadu (Srbsko), FS ORAVAN a FS ORAVAN SENIOR z Nižnej

Námestie sv. Vendelína v Zuberci

19.00 – MUZIKANTSKÉ PÓDIUM

Účinkujú: Muzikanti z Oravy

Kultúrny dom Zuberec

20.00 – UFS MLADOST' z Banskej Bystrice

20.30 – TANEČNÁ ŠKOLA

Účinkujú: PODROHÁČSKA FSK a FS BRESTOVÁ zo Zuberca, FS ČALAMÁDA

23.00 – 01.00 – L'UDOVÁ VESELICA

Spievajme a tancujme pri ľudovej hudbe pod vedením Viktora Janoštiny

SOBOTA 5. AUGUST 2023

Múzeum oravskej dediny

10.30 – HELIGÓNKY A HELIGONKÁRI

12.30 – NA ZVONICI ZVONIA

Sprievod súborov a skupín zo skanzenu k amfiteátru

Amfiteáter

13.00 – SLÁVNOSTNÉ OTVORENIE 47. PFS

Prezentácia účinkujúcich, príhovor starostu obce, Zuberčania

13.30 – PODOBY SLOVENSKEHO FOLKLÓRU

Podoby slovenského folklóru v podaní súborov zo Srbska

Účinkujú: KUS JÁNA KOLLÁRA zo Selenče a SKC PAVLA JOZEFA ŠAFÁRIKA z Nového Sadu

14.15 – PRIŠLI SME ZĎALEKA

BEŠIKTAŠ BELEDIYESI - OYUN GSK z Istanbulu (Turecko)

14.30 – SPOMIENKY

Spomienky na osobnosti folklórneho súboru Oravan a jeho roky činnosti

Účinkujú: Generácie FS ORAVAN z Nižnej

16.00 – ČLOVEK A DREVO

Scénický program folklórnych skupín o dreve ako fenoméne v živote človeka v minulosti

Účinkujú: PODROHÁČSKA FOLKLÓRNA SKUPINA zo Zuberca, CHARITA z Hornej Lehoty, SMREČANY zo Smrečian, RABČIČANKA z Rabčíc, LIKAVA z Likavky, ROVIENKA z Medzibrodia nad Oravou, TRNKÁRI zo Žaškova a FSK z Brezovice

18.00 – Z TOPLANSKEJ DOLINY

Program piesní, tancov, obradových zvykov a tradícií Horného Zemplína

Účinkujú: FS ORGONINA z Vranova nad Topľou, DFS ONDALIK z Ďapaloviec, FSK VECHCOVČAN z Vechca a FSK ČAKLOV z Čaklova, doprevádza LH pod vedením Janka Jonyho

Konferans: manželka Anna a Štefan Višňovský zo Zámutova

19.30 – CESTAMI ORAVSKÝCH PLÁTENNÍKOV

Hudobno-dramatické predstavenie na motívy románu Antona Habovštiaka

Účinkujú: FS BRESTOVÁ zo Zuberca, FS ČALAMÁDA a hostia

21.00 – MLADOST'

Profílový program Univerzitného folklórneho súboru MLADOST' z Banskej Bystrice

22.00 – 24.00 NA LÚKE PRI KOLIBE

Spievajte a tancujte pri ľudovej hudbe pod vedením Viktora Janoštiny

V prípade nepriaznivého počasia sa program v sobotu a v nedeľu uskutoční na scéne v Múzeu oravskej dediny v Zuberci na Brestovej, program SLUK-u sa neuskutoční!
ZMENA PROGRAMU VYHRADENÁ!

NEDEĽA 6. AUGUST 2023

8.30 – STUDENOU DOLINOU FURMANI IDÚ

Sviatočná furmanka spod Klimkovho vršku v Habovke do Zuberca a Múzea oravskej dediny v Brestovej

Múzeum oravskej dediny

9.00 – SLÁVNOSTNÁ SVÄTÁ OMŠA (krytá scéna)

12.00 – SPOZNAJ ORAVU INAK (javisko na rínku)

Cyklus prednášok predstavujúci hudobno-tanečnú a sociálnu kultúru Oravy

12.00 - Alžbeta Selecká Čadecká: Gajdošská kultúra na Orave

12.30 - Zuzana Brišáková, Alžbeta Selecká Čadecká, Júlia Ševčíková (OZ Vjecna):

Goralská kultúra ako identifikátor regiónu Orava

13.00 - Laura Kolačková:

Premeny tanečnej kultúry v Zuberci a Oravskej Polhore perspektívou antropológie tanca

13.30 - Richard Janoštin: Zaujímavosti tradičného piesňového repertoáru v Zuberci

14.00 – KLASIKA NA L'UDOVÝCH STRUNÁCH (drevený kostol)

Vážna hudba v úpravách cimbalovej kapely

Účinkujú: Viktor Janoštin, Lukáš Janoštin, Michal Procházka, Lukáš Holubík,

Jaromír Žižka, Markéta Janoštinová

15.00 – POZDRAVY (krytá scéna)

Účinkujú: BEŠIK BEŠIKTAŠ BELEDIYESI - OYUN GSK z Istanbulu (Turecko),

FS ORGONINA z Vranova nad Topľou a FS ČALAMÁDA

Amfiteáter

10.30 – VITAJTE V ZUBERCI

Účinkujú: DFS ROHÁČIK a PODROHÁČSKA FOLKLÓRNA SKUPINA zo Zuberca,

FSK BUČNÍK z Habovky a ŽSSK z Oravského Bieleho Potoka

11.00 – NAŠI NAJMENŠÍ

Program detských folklórnych súborov z Oravy a sólistov

Účinkujú: ROHÁČIK zo Zuberca, GORAL z Hladovky, MALÁ MAGURKA z Oravskej Lesnej,

KAŠUNKA z Rabčíc, LOKČAN z Lokce, DFS TRNKÁRIK zo Žaškova, ZABIEDOVČEK zo Zábiedova

12.15 – OBRAZY Z DOLNEJ ZEME

Podoby slovenského folklóru v podaní súborov zo zahraničia

Účinkujú: KUS JÁNA KOLLÁRA zo Selenče (Srbsko), SKC PAVLA JOZEFA ŠAFÁRIKA

z Nového Sadu (Srbsko), UFS MLADOST' z Banskej Bystrice

13.30 – Z NÁŠHO KRAJA

Program folklórnych súborov a skupín pod záštitou predsedníčky

Žilinského samosprávneho kraja Eriky Jurinovej

Účinkujú: FS ROZSUTEC z Žiliny, KAF HOJANA zo Žiliny, FS JELEŠŇA z Hladovky

a FS KRIVÁŇ z Východnej

16.30 – SLOVENSKO

Predstavuje pestrú a variabilnú mozaiku ľudových tancov a piesní

z rozmanitej umeleckej tvorby SLUK-u

Účinkujú: tanečný súbor, ľudová hudba a spevácka skupina SLUK-u

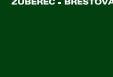
Choreografia: Stanislav Marišler, Ján Blaho, Ján Ševčík, Jaroslav Moravčík, Ervín Varga a i.

Hudba: Štefan Molota, Stano Palúch, Peter Mikulec, Vladimír Homola a i.

Program zostavil umelecký vedúci Stanislav Marišler



foto: Vladimír Žuffa



SPRIEVODNÉ PROGRAMY V MÚZEU ORAVSKEJ DEDINY

31. ORAVSKÝ TRADIČNÝ JARMOK OŽIVENÝCH REMESIEL

sobota 5. august 2023: 9.30 – 19.00, nedeľa 6. august 2023: 8.30 – 17.00

NÁVRTATY – Výstava fotografií Petra Berčíka

Objekt č. 16 - Dolná Lehota

SKORONSKÁ JÍZDA KRÁLŮ V MINULOSTI A PŘÍTOMNOSTI...

Tvorivá dielňa FS zo Skoroníc (Česko)

sobota 5. august 2023: 15.00 – 17.00

CENY DENNÉHO VSTUPNÉHO

Predpredaj on-line: www.pfs.zuberec.sk

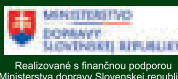
Základné: 8 €, Zľavnené: 4 €

Predaj na mieste: Základné: 10 €, Zľavnené: 5 €

Deti vo veku do 6 r. - vstup zdarma.

Vstupenka je platná aj do Múzea oravskej dediny

VIAC INFORMÁCIÍ : www.pfs.zuberec.sk



Realizované s finančnou podporou Ministerstva dopravy Slovenskej republiky

Ako na zdravé a chutné grilovanie

Dnes sa griluje všade, v záhradách, na chatách i na lúkach, dokonca i na sídliskových dvoroch. Skôr ako sa pustíte do samotného grilovania, venujte pozornosť príprave grilu ale aj výberu kvalitných surovín.

Na grilovanie sa hodí hovädzie stehno, bravčová krkovička či panenka, kuracie prsia bez kože, kuracie krídelká ale aj vykostené kuracie stehná. Z rýb siahnite po čerstvom lososovi alebo tuniakovi. Zo zeleniny sa osvedčila cuketa, baklažán, kukurica, paprika aj paradajky. Svoje miesto na grile si však získa aj ovocie. Výborne sa hodia broskyne či slivky. Všetky suroviny je vhodné pred grilovaním marinovať. Pokrmu tak získajú na chuti.

Náš tip: Suroviny pripravené na grilovanie vyberte z chladničky dve hodiny pred grilovaním, aby dosiahli izbovú teplotu. Po tom, ako mäso vyberiete z grilu, nechajte ho ešte pár minút uložené na teplom mieste, až potom ho krájajte a podávajte.

Myslite aj na svoje zdravie

Ak grilujete na príliš silnom ohni a dyme, vznikajú pri príprave vašich pokrmov zdraviu škodlivé látky. Ak pozorujete na jedle príliš tmavé a spálené časti, rozhodne ich pred konzumáciou z

pokrmov odstráňte.

Náš tip: Vyhnuť sa horiacemu tuku môžete aj tak, že budete pri grilovaní používať na to určené perforované misky. Oceníte ich aj pri príprave mäkkších druhov zeleniny, ktorá by sa inak mohla pripraľovať.

Nezabúdajte!

Na gril neukladajte surové mäso vedľa toho, ktoré už prešlo tepelnou úpravou. To platí aj v prípade pracovnej dosky či používaného náradia. Vyčleňte si zvlášť náradie na surové a osobitne na už hotové mäso.

Tipy na skvelé pochúťky z grilu

Melón na grile
Suroviny: 1 červený melón, 2 cibule, olivový olej, soľ, korenie podľa chuti

Postup prípravy: Červený melón na-režte na asi dva centimetre hrubé plátky a pomažte zmesou, ktorú pripravíte z olivového oleja, jemne nakrájanej cibulky, soli a korenia. Plátky opekajte na grile asi 5 minút z každej strany, až kým povrch melóna skaramelizuje. Grilované melónové plátky môžete podávať ako netradičný dezert alebo ako prílohu ku grilovanému mäsu.

Marinované kuracie krídelká

Suroviny: 500 g kuracích krídel, dva strúčiky cesnaku, lyžicu medu, mleté



čierne korenie, lyžicu olivového oleja, lyžicu sójovej omáčky, podľa potreby soľ a citrónová šťava na ochutenie

Postup: Najskôr si pripravíme marinádu: V sklenej miske zmiešame dva strúčiky pretlačeného cesnaku, lyžicu medu, mleté čierne korenie, lyžicu olivového oleja, lyžicu sójovej omáčky, soľ a citrónovú šťavu.

Kuracie krídelká vložíme do misky s marinádou a poriadne ňou potrieme každé krídelko. Necháme odležať minimálne dve hodiny, alebo cez noc v chladničke. Potom už len grilujeme a vychutnávame.

Náš tip: Ak by bola marináda príliš hustá, zriediť ju môžete vodou.

Kuracie steak v jogurte

Suroviny: 600 g kuracích prs, 3 lyži-

ce bieleho jogurtu, lyžičku soli, 2 lyžice oleja, mleté čierne korenie, zmes vášho obľúbeného korenia, lyžicu sekanej máty

Postup: Najskôr si pripravíme marinádu: V sklenej miske zmiešame jogurt, soľ, olej, mleté čierne korenie, ďalšie korenia podľa chuti, mäto - môžete ju nahradiť vašimi obľúbenými bylinkami.

Kuracie prsia vložíme do misky s marinádou tak, aby ňou bol pokrytý každý plátok mäsa. Necháme odležať minimálne dve hodiny, alebo cez noc v chladničke. Potom už len grilujeme a vychutnávame.

Náš tip: Mäso na grile neotáčajte vidličkou ale pomocou klieští. Zabráňte tak vytekaniu šťavy z mäsa.

» **PRIPRAVILA: RENÁTA KOPÁČOVÁ**
zdroj foto pexels pixabay

Oplatísa.sk

NAJLEPŠIE PONUKY

539,00€

Aku nožnice na živý plot
HUSQVARNA 520iHD70

zakovsky.sk

10,39€

AMBITION forma
na 12 muffinov Lukrecja

Kuchyňovo.sk

46,99€

Sada kvapkovej závlahy
Claber 90764

TopNaradie.sk

249,00€

Záhradný nábytok
z technoratanu Sano

Decoreum.sk

www.TonerPartner.sk

24,34 €

HP 44A
Toner PREMIUM, čierny

37,34 €

HP 106A
Toner PREMIUM, čierny
s čipom

12,32 €

HP 650-XXL
Cartridge PREMIUM,
čierny

Chcete ušetriť na toneroch? Pri objednávke v e-shope www.tonerpartner.sk zadajte v nákupnom košíku zľavový kód **OPLATISA** a získajte zľavu 10% na kompatibilné náplne a 3% na originálne náplne.

**POMÔŽEME
VÁM
NAŠARTOVAŤ
VAŠE
PODNIKANIE !**

**INZERCIA**

**DISTRIBÚCIA**

**TLAČ**

**ONLINE**

☎ 0907 673 928
✉ guzy@regionpress.sk
🌐 Liptovsko.sk

LIPTOVSKO
REGIONPRESS



Čítajte nás:



www.cujte.sk

Prijmeme

VODIČA
kamiónovej dopravy

Ponúkame:

- stabilná práca po Slovensku

Požadujeme:

- vodičský preukaz C,E
- kartu vodiča
- zodpovedný prístup

DANUP s.r.o., Dolný Kubín
martin@danup.sk
0903 532 747





STROJÁRNE ŠVÁBOVCE

PONUKA PRÁCE

- zvárač a zámočník
- žeriavnik
- elektrikár/údržbár
- vodič VZV
- Možnosť práce na živnosť
- Ponúkaná mzda: od 1100 eur
- Možnosť zabezpečiť ubytovanie

Záujemcovia nás môžu kontaktovať na tel. čísle:
0911 212 068, e-mail: pam@strojarnesvabovce.sk



**Otvorili
Múzeum veteránov**

www.cujte.sk





**PRIJMEME ZAMESTNANCOV
NA PRACOVNÉ POZÍCIE:**

- **CNC OPERÁTOR**
- **ZVÁRAČ**
- **ELEKTRIKÁR**
- **KONTROLÓR
KVALITY**

BENEFITY:

- stravné lístky v hodnote 5,48 EUR
- príspevok pri životnom jubileu
- mesačný bonus do výšky 150,- EUR
- nástupný bonus do 500,- Eur
- 1 deň navyše plateného voľna nad rámec Zákonníka práce
- celozávodná letná a zimná dovolenka
- zabezpečený pitný režim na pracovisku
- možnosť profesijného rastu
- možnosť práce na živnosť

**Nástupná mzda od 800 €
v závislosti od vzdelania a praxe**

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

✉ miroslava.piacekova@lsp-haco.com
☎ 0905 360 433
🌐 www.haco.com/sk



NDF spol. s r.o.
Trenčianska Teplá

prijme väčší počet

VODIČOV na zvoz cukrovej repy

do cukrovaru 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, Ilekárska
prehliadka vodiča, psych. vyšetrenie vodiča.
Prax s vyklápacím návesom alebo WF výhodou.

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



Po prečítaní
noviny odhodíte
do triedeného
odpadu / PAPIER /



Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



GS
EUROTHERM
MORE

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%**



Stannah

Ste len na krok
od zábavy

S riešeniami Stannah sa toto leto budete pohybovať podľa svojich predstáv, nezávisle a bezpečne, v interiéri aj exteriéri.

Získajte pokoj s odbornosťou spoločnosti so 156-ročnou tradíciou a servisnými službami na celom Slovensku.

Pre ŽP občanov možnosť vybaviť na zakúpenie stoličkového výtahu peňažný príspevok od štátu.



Zavolajte zadarmo
0800 162 162
www.stannah.sk

Dve horúce ponuky

Naskenujte QR kód a objavte naše limitované ponuky!



SIMON-Fleisch

**BRAVČOVÁ
A HOVÄDZIA
PORÁŽKA
V NEMECKU**

14€ - 20€

PODĽA KVALIFIKÁCIE
Brutto na hodinu

20 dní platenej dovolenky,
preplácané sviatky

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

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



**MÁTE
VLHKÝ DOM?**

- podpilovanie muriva
- chemická injektáž

ZĽAVY 20%

STOP
vlhkým múrom

0918 671 541



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



**EKOLOGICKÉ
ČISTENIE
FASÁD**

Patentovaná
kontaktná
technológia

Bez vysokotlakových
čističov

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

f BombaFasada
www.BombaFasada.sk
0905 148 393

**ZĽAVA
50%**
rodinné
domy



**NAŠA FIRMA ZABEZPEČUJE KOMPLETNÚ ADMINISTRÁCIU
PRE ZÍSKANIE DOTÁCIÍ**

NEPOŽADUJE DOPREDU ŽIADNU ZÁLOHU • MONTÁŽ DO 1 MESIACA*

ENVIRO THERM
PROFESIONALITA & KVALITA

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

Dotácie od EU
1 500 €

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

**už od
1 990 €**
vrátane montáže

zvyšok životnosti elektrárne máte vami vyrobenú elektrinu úplne zdarma



Stavebná firma s dlhoročnou pôsobnosťou
na belgickom trhu prijme

MURÁROV

na výstavbu rodinných domov v Belgicku.

Ponúkame:

- Stabilné miesto a dlhodobú spoluprácu
- Platobné podmienky: úkol 4.000 – 4.500 € / mesiac
- Fakturácia každé 2 týždne s 10-dňovou splatnosťou
- Pracovné náradie
- Hradené ubytovanie v RD

Požadujeme:

- Vlastné auto
- Živnosť
- Serióznosť, pracovitosť a zodpovednosť

Viac info: **ZU-COM, s.r.o.**
Mgr. Zuzana Ježeková, MSc
+421 917 860 693, info@zu-com.eu

www.zu-com.eu