



Nájdete
vo vnútri

MARTINSKO TURČIANSKOTEPLICKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 38 570 domácností

Silencia
kompletné pohrebne služby

SLUŠNOSŤ SERIOZNOSŤ PROFESIONALITA
- už 23 rokov s vami -

KVETINÁRSTVO
ROZLÚČKOVÁ MIESTNOSŤ
7 dní v týždni, aj cez sviatky



Sledujte nás na
INSTAGRAM:
@silencia-pohrebne-sluzby

NON-STOP
0907 47 70 70
www.silencia.sk

NAJLACNEJŠIA STK V TURCI

STK + EK
HORNÁ ŠTUBŇA
0915 765 892
www.stkhornastubna.sk

VYBAVÍME VÁS AJ NA POČKANIE

**OSOBNÉ
AUTO
70 €
KOMPLET**

**Najlacnejšie OSB dosky SWISS KRONO
ROTAFLEX SUPER TP01 - zatepl'ovacia vlna**



SKLAD V MARTINE, AJ ROZVOZ

STAVIAMO
prístrešky, altánky, chaty, domy

0903 480 551
ivetahaverlova@azet.sk

**VÝKUP
KÁBLOV A
KOVOV**

KK NOVOKOV
Dielenská Kružná 5020
Vrútky smer ŽOS
0907 300 076

STAVEBNÉ PRÁCE

omietky • stierky • fasády
maľovanie
rekonštrukcie
jadrá • obklady • dlažby
zatepľovanie
zámkové dlažby
0908 387 373

tu mohla byť
VAŠA REKLAMA

KANÁL – servis

KRTKOVANIE
VYSOKOTLAKÉ ČISTENIE

0903 737 800

POKLÁDKA a PREDAJ
zámkovej dlažby

STAVBA PLOTŮV NA MIERU
(pletivo, tehla, betón, tvárnice)

0908 521 381 • duricaf@gmail.com

ŠTAHOVANIE

0911 319 509 MARTIN
0918 799 309
SVD
www.stahovaniesvasnou.sk
BYTY, KLAVIRE, KANCELARIE, TREZORY, DOPRAVA

STAVEBNÉ PRÁCE

MURÁRSKE PRÁCE
REKONŠTRUKCIE BYT. JADIER
OPRAVA PLOTŮV A KOMÍNOV
MAĽOVANIE STRIECH
VÝMENA ŽELABOV
0940 857 096



HYDROIZOLÁCIE

- balkóny
- terasy
- ploché strechy
- altánky

0907 103 755

KAČACIE HODY
už od 16.9.

v našej reštaurácii

U Martina
penzion *** steak restaurant



Tešíme sa na vašu návštevu

0908 234 694 • www.umartina.sk

KAMENÁRSTVO

Róbert SIRÁŇ CINTORÍN - KOLÓNIA HVIEZDA

KOMPLETNÉ KAMENÁRSKE PRÁCE

žulové hroby • pomníky • hrobky • urny • renovácie starých hrobov



**VEĽKÝ
VÝPREDAJ
HROBOV**

0905 259 926
www.dobrekamenarstvo.sk

**ČISTENIE HROBOV
DOSEKÁVANIE PÍSMO**

Čistenie: Jednohrob 80€ 70€ Dvojhrob 140€ 95€ Impregnácia ZDARMA

Dosekávanie písma priamo na cintoríne bez nutnosti odoberania pomníka:
14€/znak (vymaľovanie písma v cene!)

Obnova písma: (zlatá, strieborná, čierna, biela) 2€ 1,5€/znak.

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

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

AKCIA!!
do 30.9!

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

MARTINSKO
TURČIANSKOTEPLICKO

Redakcia: A.Kmeta (St.MC)
MARTIN
 martinako@regionpress.sk

REGIONPRESS

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

INZERCIA

Alena Špírková 0908 979 477
 Ing. Peter Hanakovič 0905 423 331

Distribúcia:
 distribucia.mt@regionpress.sk
 www.regionpress.sk
 www.facebook.com/regionpress.sk



Vychádzame
 na recyklovanom
 papieri

DISTRIBÚCIA (38.570 domácností)

Každý týždeň:

Martin, Vrútky, Turany, Turčianske Teplice, Žatúrdie, Košťany nad Turcom, Pribovce, Sučany, Turčianske Kľačany, Žabokreky, Sklené, Sučany, Belá - Dulice, Blatnica, Danová, Dražkovce, Kláštor pod Znievom, Kipelany, Necpaly, Podhradie, Sklabiňa, Sútovo, Turčianska Štiavnica, Valča, Diviaky, Dolná Štubňa, Horná Štubňa, Dubové, Malý Čepčín, Mošovce, Slovenské Pravno, Háj



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	97240	Bratislavsko Východ
BZ	106540	Bratislavsko Západ
DS	34.320	Dunajskostredsko
GA	34.390	Galancko+Šaliansko
HC	30.330	Hlohovecko+Sereďsko
KM	16.450	Komárňansko
LV	30.580	Levicko
MA	29.680	Malacko
NR	54.170	Nitriansko
NZ	35.050	Novozámocko
PK	22.970	Pezínsko
PN	41.870	Piešťansko+NM+MY
SC	35.420	Senecko
SE	36.750	Senicko+Skalitéo
TO	41.930	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59.870	Trenčiansko+DCA+HL
TT	49.930	Trnávsko
ZM	20.930	Zlatomoravsko

Stredné Slovensko

BB	56.200	Banskobystricko+BR
KY	29.300	Kysucko=CA+KM
LI	37.270	Liptovsko=LM+RK
LC	30.860	Lučenecko+VK+PT
MT	38.570	Martinsko+TR
OR	34.980	Oravsko=DK+NO+TS
PB	33.590	Považsko=PB+PU
PD	40.150	Prievidsko
ZV	38.400	Zvolensko+DT+KA
ZH	26.880	Zharsko+ZC+BS
ZA	50.780	Žilinsko+BY

Východné Slovensko

BJ	37.210	Bardajovsko+SK+SP
GE	30.830	Gemerisko=RV+RS+RA
HU	27.190	Humensko=VT+SV+ML
KE	92.130	Košicko
KS	24.900	Košicko okolie
SL	12.940	Ľubovniansko
MI	31.260	Michalovsko+TV+SO
PP	41.520	Popradsko+HK
PO	49.940	Prešovsko+SB
SN	32.540	Spišsko+LE+GL

Prečo mladí odchádzajú? Lebo im nie je dobre

Päťna slovenských vysokoškolákov študuje v zahraničí. Je to najvyšší podiel v celej Európe. Každý rok odídu tisíce šikovných mladých ľudí, až polovica z nich sa už domov nevráti. Slovensko stráca talenty, nádejných podnikateľov, manažérov, inovátorov, vedcov či budúcich lídrov štátu. Žiadna krajina si takúto masívnu emigráciu mozgov nemôže dlhodobo dovoliť.

Na štúdiu v zahraničí nie je nič zlé. Naopak, je skvelé, že mladí ľudia spoznávajú svet, aby sa dokázali pozrieť na Slovensko s novou, perspektívou. Sám som tento rok šesť mesiacov študoval na špičkovej manažerskej škole v Londýne. Bola to skvelá skúsenosť, lekciami z toho, akou rýchlosťou sa svet mení dopredu. Zároveň som však pochopil, že pre dobro Slovenska je dôležité, aby nám tento vlak do budúcnosti neušiel.

Rozhodol som sa vrátiť domov, späť do politiky, aby som zabojoval o príležitosť pomôcť krajine urobiť potrebné zmeny. Aj také, ktoré by ľuďmi presvedčili, aby neodchádzali preč. Nielen mladých študentov, ale aj lekárov, sestry, špičkových expertov, opatrovateľky a mnohých ďalších. Už dnes má Slovensko kritický nedostatok zdravotníckych pracovníkov, o niekoľko rokov nás čaká rovnaká kríza v prípade učiteľov.

V niektorých prípadoch sa to dá riešiť priamym zásahom štátu. Lekárske

fakulty musia dostať peniaze na to, aby prijímali viac domácich študentov a študentiek. Pedagogické fakulty musia byť prvou voľbou pre tých, ktorých láka stať sa učiteľom, nie poslednou voľbou pre tých, ktorí sa inde na vysokú školu nedostali. Ale v iných oblastiach je jediným riešením premyslená podpora ekonomického rastu a kvality života všetkých ľudí na Slovensku.

Ľudia musia uveriť, že Slovensko je perspektívna krajina, v ktorej všetci nájdu dlhodobé uplatnenie a spokojný život. Na to neexistuje žiadna skratka, iba dobrá hospodárska politika, zdravý verejný rozpočet a fungujúce služby pre mladé rodiny aj seniorov. Slovensko po rokoch chaosu potrebuje silný štát.

A skúsených lídrov, ktorí vedia čo robia. Ak si budeme robiť svoju robotu dobre, mladí prestanú húfne odchádzať za lepším životom do zahraničia.

Tomáš Drucker kandiduje ako číslo 9 na kandidátke Hlasu-SD.



tu mohla byť
VAŠA REKLAMA

VYPRATÁVANIE

bytov, domov, pivníc,
 garáží, povál, záhrad,
 nebytových
 spoločných priestorov.

ODVOZ

nepotrebných vecí,
 nábytku, spotrebičov,
 zariadenia atď.

0903 155 551

KVmont
MARTIN, s.r.o.

**OREZÁVANIE
 A VÝRUB
 DREVÍN**

0905 514 652
 www.kvmont.sk

ÚRADNÉ PREKLADY

NEMČINA
 s pečiatkou súdneho prekladateľa
 beglaubigte Übersetzungen

0907 846 195, antalova.anna@gmail.com

ZÁMKOVÁ DLAŽBA

0907 800 548

PALIVO ČISTÝ BUK

**NAŠTIEPANÉ
 POLIENKA 25 cm
 POLIENKA 33 cm**

**DOVEZIEM
 0908 258 112**

IN-HOLZ podlahy

**BRÚSENIE PARKIET
 VÝROBA NÁBYTKU
 NA MIERU
 VSTAVANÉ SKRINE**

0949 327 800
 in-holz@marticonet.sk

S.P.O. - servis plastových okien

ŠETRÍME VÝDAJE ZA TEPLU

**OBHLIADKA
 A KONZULTÁCIA
 ZDARMA !!!**

**REVÍZIE • OPRAVY • ÚDRŽBA
 NASTAVENIE • PRETESNENIE**

kontakt 0918 389 850

ŽP EKO OLET

**HORÚCI
 KONIEC ĽETA
 BEZKONKURENČNÉ
 CENY ŠROTU**

DIVIÁKY MARTIN SUČANY

0903 807 733 0911 089 602 0911 089 595

**Občianska
 riadková
 inzercia**
01 AUTO-MOTO / predaj
02 AUTO-MOTO / iné

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

»Výkup mot. vozidiel, všetky značky, nepojazd., staré, havarované. T.č.: 0905 505 129

»Kúpim murovanú garáž. T.č.: 0905 505 129

03 BYTY / predaj
04 BYTY / prenájom

»prenajmem izbu v rod dome 250e mes 0907150537

05 DOMY / predaj
06 POZEMKY / predaj
07 REALITY / iné

»Kúpim RD, MT a okolie - do 15km, do 150000 €. T.č.: 0908 922 101

08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie. tel.0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ
10 ZÁHRADA A ZVERINEC

»Predám krásne šteniatka Yorkshire terier odchované v byte a čistote.Zaočkované,Chip,veterinárne ošetrené. 300€.Len do dobrých rúk 0911 376672

»veci pre psa 0948612289

11 HOBBY A ŠPORT

»Kúpim dychové nástroje, heligonku, akordeón, husle. 0915876860

13 RÔZNE / predaj
14 RÔZNE / iné

»Kúpim staré plechové hračky. T.č.: 0905 505 129
 Darujem za odvoz nábytok- obývaciu stenu, gauč, kreslá, vádand, skrine. 0915 667 830

16 ZOZNAMKA

»46 ročný, 178 cm vysoký, štíhly, veselý muž z Vrútok hľadá sympatickú ženu na seriózny vzťah, z blízkeho okolia, 0908 220 405

Poslite SMS na číslo **8866** v tvare:
RPmedzera MT
 medzera číslo
 rubriky
 medzera Text
 Cena **0,60 €**
 s DPH za každých začatých 30 znakov

Píla Vasil'ov s.r.o.
Pelety A1
certifikované

**PELETY
BRIKETY**

ROZVOZ
- PRIAMO AŽ K VÁM DOMOV
- AJ V SOBOTU

www.pilavasilov.sk
Kontakt 0907105 008

**VŠETKO
SKLADOM**

27-0018

22. septembra 1818
bulou rímskeho pápeža Pia VII. Relata Semper bola kanonicky
zriadená Prešovská eparchia

Výročia a udalosti

PROIMMUN

NAŠE SLUŽBY

- Celotelová a lokálna kryoterapia
- Masáže
- Lymfodrenáž
- Oxygenoterapia
- Bankovanie a ďalšie

OBJEDNAŤ SA
0908 688 856 www.proimmuno.sk

**-10%
NA PRVÝ
VSTUP**







**PETER VONS**

**VYHRÁ
MAFIA
ALEBO ĽUDIA**

29

TY ROZHODNEŠ



R. Huliak: Naše polia a lesy dokážu nachovať všetkých. Slovensku stačí len vymeniť politikov!

Vaším heslom je Za našu vodu, pôdu, les. Čo by ste vy robili inak, ak by ste boli súčasťou vlády?

Musíme v prvom rade zabezpečiť, aby mali naši poľnohospodári rovnaké dotačné podmienky ako tí v iných členských krajinách EÚ. A toto je úloha vlády. Tým, že naši poľnohospodári rovnaké podmienky nemajú, naši výrobcovia nie sú konkurencieschopní. EÚ nám diktuje podmienky, ktoré bránia tomu, aby sme boli potravinovo sebestačnou krajinou. Z toho pramení dražoba a následne chudoba na Slovensku.

Rezort životného prostredia hádže ľuďom na vidieku poľená pod nohy. Hovorím napríklad o novej zonácii chránených území. Cez stupne ochrany nám chcú diktovať, čo na svojich vlastných pozemkoch ro-

biť môžeme a čo nie. Ideálne nič. Sieť mimovládnych organizácií prisatá na štátny rozpočet takto presadzuje cudzie záujmy.

Momentálne sú procesy na Slovensku schválne riadené tak, aby sme dávali zaro-biť cudzím. Naši občania sú nútení kupovať zahraničné, nekvalitné a predražené potraviny.

Akým spôsobom sa vy osobne cítite byť kompetentný riešiť problémy o ktorých hovoríte?

Celý svoj život som prežil na vidieku a v lese. Riadil som urbár, bol som poľovníckym hospodárom. V témach ako poľovníctvo a poľnohospodárstvo som doma. Momentálne som starosta obce Očová, kde žijem celý život. Nie som úradník z mesta,

ktorý si potrebuje najímať zahraničných expertov aby vedel, čo robiť.

Na záver chcem povedať, že SNS, na kandidátke ktorej kandidujem s číslom 150, má jedinečný koaličný potenciál a všetky prieskumy sa zhodujú, že sa dostaneme do parlamentu. Hlas, ktorý dáte SNS, neprepadne. Prieskumy tiež ukazujú, že bez SNS žiadna zmysluplná vláda po voľbách vzniknúť nemôže. Po voľbách budeme kľúčovým hráčom.

Posledná vec, ja osobne považujem za svoju povinnosť pomôcť ochrániť našu slovenskú vlasť pred liberálnymi a progresívnymi extrémistami, ktorí nenávidia všetko tradičné a všetko to, čo nám zanechali naši predkovia; čo v pote tváre budovali naši starí rodičia a za čo stáročia bojovali a pokladali svoje životy.

**15** **SNS**

**SPOJILI SME SA PRE SLOVENSKO
ZA NAŠU VODU, PÔDU, LES!**

**150**
Rudolf HULIAK

MT23-37 strana- 3



Peter Pellegrini

Voľte 17

Tvoj HLAS
pre silný štát



Ján BLCHÁČ

Prírodnej mesta Liptovská Mlieč, poslanec NR SR



Jozef CECH

Starosta obce Štrba



Peter SLYŠKO

Rajec, Terepica, mestan



Matej ŠIMÁŠEK

Prírodnej mesta Čičava



Tomáš ZANOVIT

Maribor, podnikat



Alena DUDEKOVÁ

Starostka obce Pevná



Rudolf URBANOVIČ

Liptovský Mikuláš, podnikateľ



Radoslav ZAJAC

Starosta obce Kúkoľ



Andrej STAŠNIAK

Podnikateľ, podnikateľ



Daniel LICHNER

Vedúci Capoty, vedúci dopravného podnikania



Silvia KOSZORÚOVÁ
KUČAVIKOVÁ

Starostka, učiteľka matematickej školy



Romana HUBOVÁ

Oravská Poruba, podnikateľka



Peter MACHUNKA

Trnava, podnikateľ

Váš HLAS za silný Žilinský kraj
30. septembra môžete rozhodnúť!

Objednávateľ: KP consulting & services, s.r.o., Scilova 921, Hamuliakovo, IČO: 46555072. Dodávateľ: REGIONPRESS, s.r.o., Pekárska 7489/40A, 917 01 Trnava, IČO: 36252417.



OLANO
A PRIATELIA

ZA ĽUDÍ



**Kresťanská
únia**



148

Anna

ZÁBORSKÁ

Michal
SYGÚT

78

SME HRDÍ

NA RODINU

Môžete nám veriť ✓

TOTO CHCEME PRESADIŤ



Vytvoríme a zrealizujeme štátny program výstavby štátnych, obecných a družstevných bytov, predovšetkým bytov dostupných pre mladé rodiny alebo pre osamelých seniorov. Je reálne stavať až 20 000 bytov ročne, z toho najmenej 2 500 družstevných bytov so spoluúčasťou miest (mesto poskytne stavebný pozemok a získa zaň byty).



Presadíme európske platy za vykonávanú prácu - zvýšime minimálnu mzdu na úroveň 1400 eur, čo treba zakotviť aj do Zákonníka práce. Mzda z jedného zamestnania musí občanovi zabezpečiť pokrytie nákladov na kvalitný a plnohodnotný život.



Zabezpečíme systémovú, periodickú valorizáciu dôchodkov a s tým spojený minimálny starobný dôchodok vo výške 500 eur.



Obnovíme poskytovanie bezúročných novomanželských pôžičiek na vybavenie domácnosti s odpustením časti dlhu pri narodení dieťaťa.



Vytvoríme podmienky na navrátenie časti kúpeľných, rekreačných a liečebných zariadení štátu. Prinavrátíme prax preventívnych pobytov pracujúcich v týchto zariadeniach s cieľom upevňovania ich zdravia a predchádzania chorobám.



Obnovíme a/alebo predĺžime výhodné zmluvy s Ruskou federáciou na dodávky lacných energetických zdrojov, zrušíme nehanebne predražené dodávky energetických zdrojov zo Západu.



Zrušíme poplatky za pobyt v materskej škole, školskej družine a školskom klube.



Vykúpime majetkové podiely s cieľom získať strategickú kontrolu v podnikoch dôležitých pre zamestnanosť a ekonomickú bezpečnosť štátu (energetika, doprava, vodohospodárstvo, informačné služby, bankovníctvo, podpora zahraničného obchodu a ťažba nerastných surovín), popr. založíme nové štátne podniky.



Zavedieme financovanie súkromných a cirkevných škôl výhradne z vlastných zdrojov ich zriaďovateľov, s výnimkou škôl a učilišť technického zamerania zriadených zamestnávateľmi s cieľom pokryť dopyt po kvalifikovaných zamestnancoch.



Navýšime platy a zlepšime pracovné podmienky pre pedagogických i nepedagogických pracovníkov škôl vrátane učiteľov v oblasti odborného výcviku.



Okamžite zastavíme poskytovanie ľudských zdrojov, finančných prostriedkov, vojenského materiálu a výcviku ukrajinského vojenského personálu určených na vedenie bojovej činnosti v rámci prebiehajúceho ozbrojeného konfliktu na Ukrajine.



Výrazne podporíme družstevníctvo a rozšírime účasť členov na riadení a rozhodovaní družstva (Nastavenie 7% dane družstvám, nakoľko plnia nielen ekonomickú, ale aj sociálnu funkciu).



Presadíme odvolanie slovenských vojakov z tých zahraničných misií, ktoré nie sú schválené Bezpečnostnou Radou OSN a sú nástrojom agresivity a zištných záujmov USA, niektorých štátov EÚ a NATO. Vypíšeme referendum o vystúpení z agresívneho militaristického vojenského bloku NATO. KSS je proti členstvu SR v NATO.

ZLATÍ KOMUNISTI



1

JOZEF
HRDLÍČKA

2

JOZEF
LENGVARSKÝ

3

MILAN
POVA

4

RASTISLAV
BOBOR

5

MIROSLAV
MIKULEK

ZA ZDRAVÝ ROZUM
A STARÉ DOBRÉ ČASY

www.kss.sk

VOLÍME
ČÍSLO

6



OPRAVY A ÚDRŽBA
OKNÁ • DVERE • TESNENIA • SKLÁ
0949 119 535 | www.servisokien.com

VŔTANIE STUDNÍ
0905 635 960 - 0948 333 073

PONÚKA ŠTIEPANÉ PALIVOVÉ DREVO
BUK (100%) v cene **66,90 €/prms**
SMREK (80% + MIX) v cene **49,20 €/prms**
JASEŇ (80% + MIX) v cene **65,90 €/prms**
INFORMÁCIE O DOSTUPNOSTI TOVARU PRI OBJEDNÁVKE
CENY SÚ S DPH NA SKLADE DODÁVATEĽA
 Balenie: paleta 120 x 120 cm objem dreva = 1,7 prms
 Objednávky prijímame v čase od 9.00 hod do 14.00 hod.
www.urbarmt.sk • 0917 565 619

ŽALÚZIE, SIEŤKY
OPRAVY ŽALÚZIÍ

DEŇ A NOC, DVEROVÉ SIEŤKY, PLISSÉ
0905 467 323 • vagstav@gmail.com

ZBAVTE SA VLHKOSTI
pivnice šachty základy obytné priestory
0907 55 77 78 obhliadka + ponuka **ZADARMO**

AUTOŠKOLA
LUBOMÍR LÍŠKA

Martin, Kuzmányho č. 36 www.autoskola-liska.sk
043/4133 534 info@autoskola-liska.sk



PALIVO DOVEZIEME AJ SUCHÉ 1 - 2 r.
BUK-SMREK ŠTIEPAME (25, 30-33, 40, 50 cm)
 KUBIKOVANÉ, ŠTIEPANÉ, UKLADANÉ
 POLIENKA, METROVICA
 STÁLYM ZÁKAZNÍKOM PRIPRAVUJEME DREVO UŽ POČAS
 9.-12. MESIACA - VYSKLADŇUJEME V 4.-6. MESIACI SUCHÉ 1 r.
ĎAKUJEME VAM ZA ZAVOLANIE A PRAJEME PRIJEMNÚ ZIMNÚ
POHODU V TEPLÉ PRI KRBE. PRACUJEME CELOROČNE.
0948 510 710

IdealDecor RÔZNE BYTOVÉ DOPLNKY
 • ČALÚNICKÉ PRÁCE
 • PREDAJ ČALÚNICKÉHO MATERIÁLU
 • MOLITÁNY REŽEME NA MIERU
 • ŠIJEME NA MIERU
 • molitánové, paletové, záhradné sedenie, ...
 0903 283 952 www.idealdecor.sk

KUCHYNE na mieru
za cenu ako **Z POĽSKA**

0902 828 109

ul. Robotnícka 18 A, Martin
(bývalý hutnícky závod)

ŠTAVEBNÁ ČINNOSŤ

Kvalitné služby
za rozumnú cenu



VITAGER

- REKONŠTRUKCIE BYTOV A DOMOV
- ZATEPLOVANIE
- SADROKARTONÁRSKE PRÁCE
- OBKLAD, DLAŽBY, MAĽOVANIE
- VODOINŠTALÁCIE, ELEKTROINŠTALÁCIE
- BÚRACIE PRÁCE
- POKLÁDKA ZÁMKOVEJ DLAŽBY
- REVÍZNE SPRÁVY
- FASÁDY
- MONTÁŽ OPLOTENIA
- MAĽOVANIE STRIECH

0948 415 817

vitager.sro@gmail.com www.vitager.eu

CERTIFIKOVANÉ
BEZPEČNOSTNÉ DVERE
VYROBENÉ NA SLOVENSKU
FORNOX
 BEZPEČNOSTNÉ DVERE
 3. BEZPEČNOSTNÁ TRIEDA 40 dB ZVUKOVÝ ÚTLM
www.gemini-martin.sk **0907 847 937**

VEKAPLAST
 OKNÁ A DVERE
 SIEŤKY
 ŽALÚZIE
 MARKÍZY
www.vekaplast.sk
sfrancuz.vekaplast@gmail.com
 0915 825 587
 0908 503 030
SHOWROOM
 KOLLÁROVA 85

STYLEDOOR®
VÝROBA

aj „ATYP“

- DVERE
- ZÁRUBNE
- PODLAHY

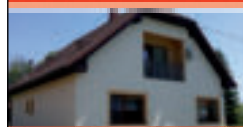
- predaj
- montáž
- zameranie

SKRINE
A ŠATNÍKY
NA MIERU

0905 890 512 / 0905 765 484

www.STYLEDOOR.sk

ADAMOVSKÝ



0918 956 201
jozef@adamovsky.sk
www.adamovsky.sk

- SADROKARTONÁRSKE PRÁCE
- ÚPRAVA PODKROVÍ
- SYSTÉMY - RIGIPS - KNAUF
- MONTÁŽ KAZETOVÝCH STROPOV
- MAĽOVANIE - STIERKOVANIE
- ZATEPLENIE RD A BUDOV
- KOMPLETNÉ
- REKONŠTRUKCIE RD A BYTOV
- MURÁRSKE PRÁCE,
- OBKLADY, DLAŽBY

Odštartovali kampaň proti dezinformáciám

HOAXY SA NA MŇA NELEPIA je nová preventívno-vzdelávacia kampaň Ministerstva vnútra SR a Policajného zboru, ktorú podporili významné slovenské osobnosti. Verejnosť sa bude môcť stať jej súčasťou prostredníctvom nálepiek a odznakov.

„Hoaxy tu boli už od nepamäti, už pred dvetisíc rokmi. Dokážu ublížiť, dokážu zabíjať. Musíme si naozaj dávať pozor. Nedovoľme, aby nás zničili,“ uviedol Róbert Bezák, emeritný biskup.

Natočili krátke videá

Hlavná časť kampane HOAXY SA NA MŇA NELEPIA bude komunikovaná formou krátkych videí so známymi osobnosťami, ktoré sa zamerajú na špecifické hoaxy. Kampaň polície sa rozhodli podporiť rapper a komik Bekim Aziri, prvý slovenský kozmonaut Ivan Bella, emeritný biskup Róbert Bezák, 96-ročný lekár Karol Míka a cestovateľ Martin Navrátil. S ďalšími známymi osobnosťami, ktoré by sa mohli do kampane zapojiť, polícia aktívne komunikuje. Videá bude mať verejnosť možnosť vidieť na sociálnych sieťach Policajného zboru a ministerstva vnútra ale aj vo vysielaní viacerých televízií, pričom televízne stanice kampaň odvysielajú bezodplatne. Kreatívne stvárnenie kampane, vrátane výroby a

spracovania videí je výsledkom práce Policajného zboru. Známe osobnosti neboli za svoje vystúpenia honorované.

Zapojenie verejnosti

Verejnosť sa do kampane bude môcť zapojiť prostredníctvom nálepiek a odznakov s logom a heslom kampane. „Nálepky budú k dispozícii vo verejných priestoroch Prezídia Policajného zboru, policajných krajských a okresných riaditeľstiev, klientskych centier a okresných úradov. Zamestnanci Informačných kancelárií Prevencie kriminality ich budú distribuovať v rámci prednášok na školách a seniorom. Limitovaný počet nálepiek a odznakov bude k dispozícii prostredníctvom facebookovej stránky Hoaxy a podvody - Polícia SR, na ktorú sa záujemcovia budú môcť obrátiť formou súkromnej správy,“ informuje rezort vnútra.

Dlhoročný boj proti hoaxom

Policajný zbor začal boj proti dezinformáciám ako prvá inštitúcia na Slovensku v roku 2017. Nasledujúci rok bol spustený špecializovaný profil na facebooku Hoaxy a podvody - Polícia SR, ktorý sa v danej oblasti stal vďaka viac ako 150 000 fanúšikom najsledovanejším informačným kanálom, a taktiež získal niekoľko ocenení.

» ren

STAVEBNÉ PRÁCE

0919 314 855

AQVAREL s.r.o.

- Stavebné práce
- Izolácie
- **POKLÁDKA ZÁMKOVEJ DLAŽBY**

Výhodná
jesenná cena

0905 690 022 • 0915 958 764



TAXI FANY

0905 500 911, 0905 500 912

- **UHLIE**
- **BRIKETY**
- **KOKS**
- **EKOHRÁŠOK**

Všetko na sklade
pod strechou



SUČANY - HRADISKÁ 0917 220 007

REKONŠTRUKCIE STRIECH

ŽLABY, ZVODY, KOMÍNY
NÁTER STRIECH, LEPENKA
PRÍSTREŠKY, ALTÁNKY,
STRECHY NA KÚČ

0940 202 594

EL-FIN
GARÁŽOVÉ BRÁNY
www.EL-FIN.sk
0902 604 343

PALIVOVÉ DREVO

BUK, SMREK



plnometer ukladany

DOPRAVA ZDARMA
0940 850 121

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**

NAJLEPŠIA
CENA
NA TRHU
už 10 rokov

Slovenská firma

NON STOP linka
0944 720 932

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

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

BEZPEČNOSTNÉ VCHODOVÉ DVERE

PRESKLIEVANIE BALKONY, TERASY

OKENNÉ A KAMENÁRSKE CENTRUM - A.Kmeťa 17, Martin
0908 912 970 • info@okenne-centrum.sk • www.okenne-centrum.sk

PLASTOVÉ, HLINÍKOVÉ OKNÁ, DVERE • EUROOKNÁ

- vonkajšie žalúzie, rolety, žalúzie, siete
- garážové brány

HROBY, HROBKY, POMNÍKY

- renovácie starých hrobov
- urny

GARANCIA NAJLEPŠEJ CENY

NÁTERY STRIECH

práce vo výškach
0917 578 839
www.altitudo.sk

REKONŠTRUKCIE KOMÍNOV A RÍŇ

DOVOZ NA
ADRESU
18 týž. mládky,
1 - 28 dňové
brojlerové kuriatka
www.hydinashop.sk
0944 842 953

ADAM KRTKO s.r.o.
• čistenie
kanalizácie,
• lapačov tukov
• kamerovanie
• lokalizácia
potrubia
NONSTOP 0948 948 606

VŔTANIE STUDNÍ

0908 943 835
0918 570 286

INZERCIA
martinsko@regionpress.sk

**PREDÁM DREVENÉ
VALCOVÉ BRIKETY**

280 € /tona

0905 481 283 Turčianske Teplice

18. septembra
Židia v tento deň slávia **sviatok Roš ha-ša-
na, príchod nového roka 5781**

Výročia a udalosti

RI OKNA®

PLASTOVÉ – HLINÍKOVÉ – DREVENÉ
OKNÁ - DVERE - HST portály
RIPLAST s.r.o., Kollárova 73, 036 01 Martin
0918 64 93 84, martin@riplast.sk
www.riplast.sk

PLASTOVÉ OKNÁ
• 5 a 6 komorové
GEALAN
SALAMANDER

ŽALÚZIE, ROLETY
• sieťky proti
hmyzu
• žalúzie
• textilné rolety

GARÁŽOVÉ BRÁNY
• sekčné
• výklopné
• rolovacie

MARKÍZY
• manuálne
• pohon

HÖRMANN
autorizovaný predajca

VARINSKÝ
realizácie

VRÚTKY, 1. Čsl. brigády 53
043/4303 474, 0915 10 66 10

varinsky@varinsky.eu
www.varinsky.eu

VAKUMAX
Veľkoobchod s tuhými palivami

**- brikety RUF
- brikety valcové
- pelety EN plus A1**

sklady vo Vrútkach
predaj na balíky
možnosť dovozu

**0911 332 335
0911 357 560**

Pre bližšie informácie nás
neváhajte kontaktovať
www.vakumax.sk

Ponúkame do prenájmu rôzne výmery
**KANCELÁRSKÝCH
A SKLADOVÝCH
PRIESTOROV V AREÁLI
RELAXTUR TURIEC, a.s.**
Langsfeldova 3, 036 01 Martin

Bližšie informácie: 0918 048 777

kamstav
kompletné kamenárske služby
www.kamenarstvo-kamstav.sk
MARTIN Kollárova 79 (pri SAD Martin)
Radi Vás navštívime: **0908 965 976, 0907 840 778**

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

**SPISOVANIE OBJEDNÁVOK NA ROK 2023
ZA MINULOROČNÉ CENY**

**-50%
na všetky pomníky
od 9.1.2023**

**PREDAJ štiepaného
palivového dreva**

V dĺžke 25 až 50 cm podľa požiadaviek zákazníka

-> buk 70 €/prms, 100 €/prmu -> smrek 50 €/prms, 75 €/prmu

-> buk sypaný v paleta 1,7 prms - 120 €/paleta
-> smrek sypaný v paleta 1,7 prms - 95 €/paleta

-> ponúkame smrekové stavebné rezivo rôznych
rozmerov najlepšej kvality - od 220 €/m³
-> hranoly, fošne, dosky, strešné laty
-> krovy, altánky, drobné stavby
-> porez na zakázku
-> v ponuke aj bukové rezivo

BETIMBER

*zmena ceny podľa aktuálneho
vývoja ceny dreva na trhu

Vieme zabezpečiť vlastnú dopravu

0910 469 072 Martin, Turčianske Teplice, Žilina

Predajňa - Turčianske Teplice - časť Diviaky

„Skúste to s nami“

PO - PIA 8.00 - 16.30 SO 8.00 - 12.00

PREDAJ - PORADENSTVO

MUNDO

kúrenie - voda - plyn

0915 283 598

- vodomerné šachty
- kanalizačné šachty
- studňové šachty
- vodárske a kurenárske armatúry



KOMÍN
d200/výška 8m
záruka 30 rokov



OBEHOVÉ ČERPADLÁ



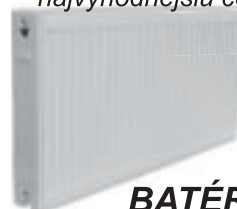
KALOVÉ A STUDŇOVÉ ČERPADLÁ



TEKLA CLASSICO 24
SPLÝNOVACÍ KOTOL
NA DREVO

1 700€
s dotáciou
/ktorú vybavíme/

PANELOVÉ RADIÁTORY
/záruka 10 rokov/
zaručujeme
najvýhodnejšiu cenu



REBRÍKOVÉ RADIÁTORY

BATÉRIE
/5 - 7 ročné záruky/



FARBY MALIARSKÉ POTREBY

JESENNÉ HNOJIVÁ



VRESY



KAHANCE
rôzne druhy

UMELÉ KVETY
rôzne druhy



OLEJOVÉ A PARAFÍNOVÉ NÁPLNE

- **OVOCNÉ DREVINY V OKTÓBRI**
- cibuľoviny
- vresy, chryzantémy
- dušičkový tovar, ikebany, umelé kvety, kahance
- potreby na aranžovanie

široký výber d'alšieho tovaru...



PLETIVOVÝ SYSTÉM



DEKORAČNÉ KAMENE



VRECIA

www.famu.sk



www.az-domazahrada.sk



Objednaj z pohodlia domova, my Ti to doručíme

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

19. septembra 1848

Výročia a udalosti
vypuknutie prvého Slovenského povstania, vyhlásenie Slovenskej
národnej rady a jej zasadanie v dome pani Kolényovej v Myjave

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

BUKOVÉ brikety RUF

Dovezieme.
Vyložíme
s hydraulikou.

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

295 €
cena s dopravou

KVALITNÉ ČIERNE

UHLIE Záruka kvality

0908 944 618

RAŠELINOVÉ BRIKETY

DOPRAVA
K VÁM
DOMOV
KANEX

KANEX s.r.o.
BOBROV – Obchodná 73
TRSTENÁ – Oravická 758
Balené v BIG-BAG (1000 kg)

Predaj a montáž komínov

OravaKrb

NAJVÄČŠÍ VÝBER

SPORÁKOV NA DREVO

ZA NAJLEPŠIE CENY

DOPRAVA AŽ
K VÁM DOMOV
ZADARMO

Liatinové
hrnce a
panvice

- SPORÁKY NA DREVO
- SPORÁKY A KACHLE
S TEPLOVODNÝM
VÝMENNÍKOM
- KRBY - KOMÍNY

www.oravakrb.sk

Oravakrb - Žilina **0918 364 633**
Matice slovenskej 3723, ŽILINA - Vlčince 3

**FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE
ČISTENIE - KONTROLA**

KOMÍNOV + REVÍZNA SPRÁVA
A CERTIFIKÁT V CENE

CENA
od 20 €/m

**ZĽAVA
na materiál
30 %**

oddechtovanie komínov
KOMINÁRSTVO DUBOVEC

0914 276 111

**FRÉZOVANIE
VLOŽKOVANIE**

FRÉZOVANIE
od 15€/bm

• PRESTAVBY
NADSTREŠNÝCH
ČASŤÍ KOMÍNOV
• ZATEPLOVANIE
A SIETKOVANIE
KOMÍNOV
• OBHLIADKA KOMÍNOV
ZDARMA

**REKONŠTRUKCIA
KOMÍNOV**

SLOVENSKY CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
**ZĽAVA
na materiál
35%**

0948 012 507 • www.profikominy.sk

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

PALIVOVÉ DREVO

TVRDÉ - ŠTIEPANÉ

ukladané / sypané

Turč. Teplice + blízke okolie T: 0944 664 496

Realizujeme

STROJOVÉ POTERY (PODLAHY)

0948 300 988

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

Všetko pre Váš komín

0905 742 808 www.kominy-kabac.sk

FOTOVOLTAICKÉ ELEKTRÁRNE

www.ekomontmm.sk

Zelená domácnosťiam

- Využite ekologický zdroj energie
s dotáciou 1500€
- Bezplatné vybavenie dotácie
- Obhliadka na mieste montáže

ZÍSKAJTE DOTÁCIU AŽ 1500 €

Návrh, realizácia, všetko z pohodlia Vášho domova.

Cena zariadenia na kľúč po odrátaní dotácie **2690 €**

EKOMONT MM
tepelné čerpadlá a solárne systémy

Tel.: 0940 644 801
Mail: info@ekomontmm.sk

2690 €



Správna voľba



Perwoll

- tekutý
prací gél
- rôzne druhy

73 praní

-50%

19.99

9.99

• (1 pranie = 0,14)



Smotanový
jogurt

- rôzne druhy

150 g

-46%

0.60*

0.32

• (100 g = 0,21)



Dusená
šunka

- rôzne druhy

200 g

-26%

2.69

1.99

• (100 g = 1,00)

OD PONDELKA 18. SEPTEMBRA



cena za 1 kg

-44%

1.79

0.99

Zelené jablká

- odroda Golden Delicious



cena za 1 kg

-45%

4.58***

2.49

Biele hrozno stolové
bezjadierkové

LIDL
STÁNOK
DENNE ČERSTVÉ



Losos
atlantický

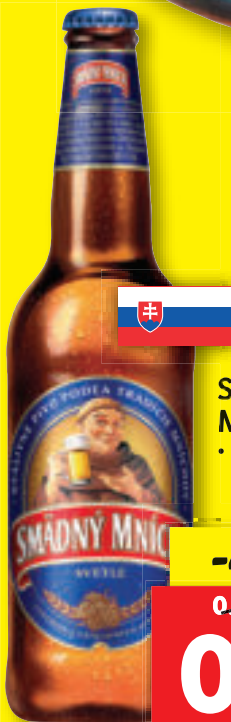
- celá fileta
s kožou
- bez kostí

cena za 100 g

-40%

2.49

1.49



Smädny
Mních 10°

- + záloh
za obal 0,13 €

0,5 l

-46%

0.65**

0.35

• (1 l = 0,70)



cena za 1 kg

-28%

2.49

2.49

Kurča celé



Každý deň NÍZKE CENY!

*Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

**Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania cien dňa 5. 9. 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 18. 9. do 24. 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



HONDA LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ FIAT LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ HYUNDAI LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ HONDA LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ

FIAT LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ HYUNDAI LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ HONDA LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ FIAT LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ

DEŇ

2023

OTVORENÝCH

DVERÍ

SHOWROOM

HYUNDAI & HONDA & FIAT

LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ

Sobota 23.09.

10:00 - 16:00

PRÍDTE A ZAŽITE:

PREDSTAVENIE NOVÝCH MODELOV

TESTOVACIE JAZDY

BOHATÝ PROGRAM PRE MALÝCH

AJ VEĽKÝCH

ŠPECIÁLNI HOSTIA:

RENÉ RENDY

CICO BAND

ELÁN REVIVAL

nová

HR-V

nová

ZR-V

nová

CR-V

nová

KONA









HR-V

ZR-V

CR-V

KONA Electric

FIAT

LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ

MT23-37 strana-

13

Štvrtá výzva Obnov dom

V uplynulých dňoch vyhlásilo Ministerstvo životného prostredia a Slovenská agentúra životného prostredia (SAŽP) v poradí už štvrtú výzvu Obnov dom. Žiadosti možno podávať od 9. októbra. V rámci nového kola sa zjednodušili kritériá a naopak, rozšíril záber aktivít, ktoré možno financovať zo zdrojov plánu obnovy a odolnosti.

V novom kole štát plánuje podporiť ďalších desať tisíc domácností. Podávanie žiadostí sa spustí 9. októbra 2023. „Majitelia domov tak majú komfortný čas na prípravu. Parametre novej výzvy sú nastavené aj na základe skúseností z prvých troch kôl. Zjednodušené kritériá sú tak aplikované aj v tejto výzve a do štvrtého kola sa môžu zapojiť aj žiadatelia, ktorí sa zapojili do predchádzajúcich výziev a nespĺnili podmienky,“ informuje rezort životného prostredia.

Nastali niektoré zmeny

Oproti pilotným výzvam je stále zrušená podmienka trvalého pobytu v nehnuteľnosti, nie je potrebné potvrdenie zo stavebného úradu a nepreukazujú sa podlžnosti v sociálnej či zdravotnej poisťovni alebo na daňovom úrade. Okrem zjednodušenia výzvy prináša štvrté kolo ďalšie zmeny. Majitelia budú môcť čiastočne financovať aj inštaláciu biomasového kotla, vyvložkovanie komína či batériové úložisko k fotovoltike. SAŽP čiastočne preplatí aj projekt protipožiarnej ochrany, ktorý je dôležitý práve pri

inštalácii fotovoltických panelov a domá-cích wallboxov na nabíjanie elektrických aut. „Výška podpory ostáva nezmenená. Najviac 15 tisíc eur pri úspore primárnej energie v rozsahu 30 až 60 percent alebo 19 tisíc eur pri úspore viac ako 60 percent. Majiteľovi rodinného domu bude preplatených 75 percent z celkových oprávnených výdavkov. Ak obnovu stihne do 31. októbra 2024 a do tohto termínu predloží aj žiadosť o platbu, môže získať až 80 percent celkových oprávnených výdavkov,“ vysvetľuje Matej Kerestúr, generálny riaditeľ SAŽP. Podľa jeho slov chce agentúra zvýhodnením motivovať majiteľov rodinných domov, ktorí sa na obnovu dôsledne pripravujú. V predstihu oslovia odborníkov na vypracovanie projektového energetického hodnotenia alebo energetického certifikátu, overia si dostupnosť dodávateľov a prepočítajú si časovú i finančnú náročnosť stavebných úprav. Štvrtá výzva bude otvorená pre 10 tisíc záujemcov a je na ňu alokovaná suma 190 miliónov eur. K dispozícii pre konzultácie sú aj naďalej regionálne centrá, Zelená linka MŽP SR a SAŽP bude pravidelne informovať žiadateľov aj prostredníctvom newslettera a cez sociálne siete.



» ren zdroj foto Stanly8853 pixabay

Uhorky a ich blahodárne účinky na zdravie

Uhorky pochádzajú z Indie a patria medzi najstaršie úžitkové plodiny. Veľmi obľúbené boli v starovekých civilizáciách Egypta, Grécka a Ríma, kde ich nielen konzumovali, ale využívali aj blahodárne účinky uhoriek na hojenie pokožky.

Dnes poznáme veľké množstvo odrôd uhoriek, ktoré sa pestujú po celom svete. Majú rôzny tvar a ich sfarbenie je zvyčajne tmavozelené a skrýva sa pod ním výdatná, chrumkavá a šťavnatá dužina, vrátane semiačok, ktoré sú tiež jedlé.

Uhorky a vitamíny - Uhorky majú vysoký obsah vody, až 96%, preto sú vhodné na vylepšenie hydratácie organizmu aj v letných horúčavách. Obsahujú množstvo vitamínov, ako C, A, K, B a minerálnych látok, napríklad draslík, horčík, mangán, kremík, ktorými pomáhajú posilňovať imunitný systém, srdcovú činnosť a prispievajú k skráseniu pokožky, nechťov či vlasov. Okrem toho podporujú ich rýchlejší rast. „Kremík nachádzajúci sa v uhorkách posilňuje kĺby, šľachy, chrupavky a väziva. Uhorky v sebe skrývajú dôležitý enzým erepsín, ktorý štiepi bielkoviny a tým zlepšuje využitie bielkovín v organizme“, hovorí Mgr. Blažová z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava. Protizápalový flavonol nazývaný fisetin, nám zlepši pamäť a ochráni nervové bunky pred starnutím. Šťavy, ktoré

sa z uhoriek uvoľňujú počas ich hryzenia a žuvania v ústach, potláčajú zápalý dasien a urýchľujú ich hojenie. Dostatočné množstvo vlákniny v uhorkách zasa zabezpečí správny pohyb čriev, v kombinácii s vysokým obsahom vody podporí vyprázdňovanie a zabráni zápche.

Použitie - Ideálne je podľa odborníkov konzumovať čerstvé uhorky, môžeme ich pridať do smoothie drinku, alebo si pripraviť osviežujúcu uhorkovú šťavu. Počas horúcich letných dní nám uhorky dokážu priniesť skutočné osvieženie. Výťažky z uhoriek sa vo veľkej miere používajú na kozmetické účely. Dokážu zjemniť, osviežiť, upokojiť a hydratovať pokožku, zmenšiť póry a celkovo rozjasniť a zlepšiť stav pleti. Vďaka obsahu polysacharidov vytvárajú tieto extrakty z uhoriek na pokožke „gélóvú“ vrstvu, podobne ako aloe vera, ktorá pôsobí ako bariéra a udržuje vlhkosť. Výťažky z uhoriek sú účinné aj na slnkom spálenú pokožku a taktiež ak potrebujeme zredukovať kruhy pod očami.

Informácie poskytol Regionálny úrad verejného zdravotníctva Bratislava



» ren zdroj foto krzys16 pixabay

PRIJIMEME VODIČA/ČKU

Opäť rastieme a preto hľadáme posily do našej **K2rodiny** 0908 527 139

TAXISLUŽBA

POMÔŽEME VÁM NAŠARTOVAŤ VAŠE PODNIKANIE !

INZERCIA

DISTRIBÚCIA

TLAČ

ONLINE

0908 979 477, 0905 423 331 martinsko@regionpress.sk

MARTINSKO REGIONPRESS

Yellow Express, s.r.o., Trnavská cesta 1037, 920 41 Leopoldov

Yellow Express

Dynamicky rozvíjajúca sa dopravná spol. so skúsenosťou a tradíciou na vnútroštátnom a medzinárodnom dopravnom trhu prijíma do tímu

VODIČOV skupiny C+E

na vnútroštátnu prepravu paletového tovaru plachtovou návesnou súpravou

MZDA: **1 919 €** (brutto s odmenami + diety)

PONÚKAME:

- hlavný pracovný pomer
- výplatný termín do 15. dňa v mesiaci
- zaškolenie vodičov aj bez praxe
- pridelené vlastné vozidlo s palivovou a platobnou kartou
- preplácanie KKV, psychotestov, lekárskej spôsobilosti, karty do tachografu
- firemné poistenie za škodu pri výkone povolania
- odmeny za získanie ďalšieho vodiča až do výšky 665 €

Pre bližšie informácie nás neváhajte kontaktovať na: 0915 848 141

Pripadne mailom na: personalne@yellowexpress.sk

Poštová adresa: Yellow Express, s.r.o., Kozmonautov 34, 036 01 Martin

www.mtec.sk

Spoločnosť M-TEC s.r.o. prijíma pracovníkov:

OBSLUHA CNC od 1.300,- Eur

KOVOOBRÁBAČ/FRÉZAR od 1.150,- Eur

MONTÁŽNIK od 1.100,- Eur

Ponúkame:

- práca v stabilnej spoločnosti
- nástup ihneď
- výška mzdy sa odvíja od skúsenosti a praxe

Kontakt: **Ing. Peter Šulan**

Tel.: **0917 391 577**, E-mail: sulan@mtec.sk

www.mtec.sk

Ponuka práce UPRAŤOVAČKA

Upratovacie a čistiace práce výrobných a administratívnych priestorov

MZDA NETTO:

až do 4,25 eur/hod. + príplatky

Trojzmenný pracovný režim

Miesto: Areál Kia Motors, Teplička nad Váhom

Nástup ihneď

Viac info na tel: 0910 180 166

PRACOVNÍK UPRAŤOVACIEHO SERVISU

Teplička nad Váhom

Druh pracovného pomeru: plný úväzok, na dohodu (brigády)

Termín nástupu: **ihneď, príp. dohodou**

Mzdové podmienky (brutto) **od 4,03 €/hod.**

+ dochádz. bonus, stravovacia karta, doprava

praca@ssigroup.sk, +421 905 168 503

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD

rodičné
domy
ZĽAVA 50%

Patentovaná
kontaktná technológia
Bez vysokotlakových
čističov

f BombaFasada
www.BombaFasada.sk

BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

0905 148 393



UŽ OD
549 €
~~649 €~~

DARČEK
ZADARMO
4L HNOJIVA

galerica

	Š x V x D	
GNOM	1,64 x 1,66 x 4 m	379 €
GRETA	2 x 2 x 4 m	479 €
GLORIA	2,58 x 2 x 4 m	579 €
GALA	3 x 2 x 4 m	449 €
GENIO	3 x 2 x 4 m	479 €
GARANT	3 x 2 x 4 m	579 €
GAMMA	3 x 2,15 x 4 m	AKCIA 549 €
GULLIVER	3 x 2 x 4 m	649 €
GOLIÁŠ	3 x 2 x 4 m	729 €
GOLEM	4 x 2,7 x 4 m	1 599 €
GIGANT	6 x 4 x 10 m	5 799 €

Všetky modely je možné predĺžovať o 2m.

ODOLNÉ POLYKARBONÁTOVÉ SKLENÍKY

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 **galerica.sk**

KOMTECH
0914 706 703
info@komtech.sk

**FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE
NEREZOM A ŠAMOTOM**

**ČISTENIE - KONTROLA
ODDECHTOVANIE**

**STAVBA KRBOV, PECÍ
A ŠPORÁKOV**

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

AKCIA
na ČISTENIE
KOMÍNAB3

**MÁTE
VLHKÝ DOM?**

- podpilovanie muriva
- chemická injekcia

ZĽAVY 20%

STOP
vlhkým múrom

0918 671 541

CHCETE CHOVAŤ HYDINU?
PREDAJ VO VAŠOM OKRESE

Sme tu pre Vás už 35 rokov!!!
www.matejovdvor.sk - 100% záruka kvality

0915 674 755 | 0915 674 757 | 0915 674 759
od 9.00 do 15.00 hod.

VAJÍČKA CELÉ VIANOCE

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.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 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 nechťov.

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

JESENNÁ AKCIA

KOLAGÉN FORTE 2 v 1
31,12
38,90-EUR

Hovädzí kolagén Forte
41,30
46,90-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 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 známok 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

MEDIKA EXPERT

LIMITOVANÁ ZĽAVA -40%

Vitamin D3
9,96
14,60-EUR

Glutátion - antioxidant
23,40-EUR
13,86
18,90-EUR

+ JÓD ZADARMO
KU KAŽDÉMU LIPOZÓMU

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

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%**



Stannah

20 ROKOV
My máme narodeniny, ale vy dostanete darček.
€ 200 DARČEKOVÁ KARTA
Pri kúpe stoličkového výťahu Stannah vám ponúkame darčkovú kartu v hodnote 200 €.*

**Stoličkové výťahy Stannah
Zostaňte v domove, ktorý milujete**

Od pondelka do piatku je v jednej slovenskej domácnosti každých 24 hodín nainštalovaný schodiskový výťah Stannah. Od soboty do nedele naši klienti oslavujú svoje rozhodnutie so svojimi rodinami.

- ✓ Vynikajúca kvalita výrobkov
- ✓ Zákaznícka podpora 24h/7d
- ✓ 156 rokov výrobcu

Pre ŤŽP občanov možnosť vybaviť na zakúpenie stoličkového výťahu peňažný príspevok od štátu.

0800 162 162
Zavolať zadarmo

www.stannah.sk

*Táto ponuka je k dispozícii do 30.09.2023 a nie je platná s inými kampaňami alebo ponukami.

Komíny s najlepším pomerom ceny a kvality na trhu

Typ	387	491	500	525	554	560	370	445	438	434	463	439	469
3m	287	491	500	525	554	560	370	445	438	434	463	439	469
6m	290	491	549	627	626	621	481	495	502	512	508	513	
7m	291	491	599	678	677	671	491	501	501	501	501	501	
8m	291	491	649	718	717	711	491	501	501	501	501	501	

DOVOZ do 5 pracovných dní

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

www.krby-tuma.sk
tel. 0905 394 055

**Bánovce n. Bebravou - showroom
najväčšie krbové štúdio v SR**

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

Exotická záhrada Bánovce n. Bebr.
www.palmy-cykasy.sk

predaj:
- palmy
- olivovníky
- citrusy
- yuccy
- cykasy
- banánovníky
- k bazénom, pre firmy, na terasy, zimné záhrady

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

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

ENVIRO THERM
PROFESIONALITA & KVALITA

Dotácie od EU 1 500 €

***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 vrátane montáže

UŽ OD 1 990 €

zvyšok životnosti elektrárne máte vami vyrobenú elektrinu úplne zadarmo

www.envirotherm.sk
kontakt@envirotherm.sk

infolinka: 0800 909 909
0951 909 909

NOVINKA! ZDIELANIE NESPOTREBOVANEJ ELEKTRINY!

- darujte Vami nespotrebovanú energiu Vaším blízkym
- možnosť darovať prebytok viacerým odberateľom, elektrina sa im rozdelí rovným dielom
- výhodné, ak chcete pomôcť svojim rodičom, kamarátom, deťom
- zdieľanie energie aj medzi firmami

UŽ OD 1.10.2023

Dotácie od EU 3 400 €

magno