



Nájdete
vo vnútri

MARTINSKO TURČIANSKOTEPLICKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 38 570 domácností

**VÝKUP
KOŽÍ**
a PREDAJ KRMÍV
**PREDAJ
MLÁDOK
DOMINANT**
od 1.3. 2024
Viac info **str. 6**

**VÝKUP
KÁBLOV A
KOVOV**
KK
NOVOKOV
Dielenská Kružná 5020
Vrútky smer ŽOS
0907 300 076

ŠTAHOVANIE
0911 319 509 MARTIN
0918 799 309
SVD
www.stahovaniesvasnou.sk
BYTY, KĽAVIRE, KANCELÁRIE, TREZORY, DOPRAVA

**SLOVENSKÉ
BRAVČOVÉ
POLOVICE**
BEZKONKURENČNÁ CENA!
Doprava v cene!
T: 0908 13 11 99

GUPOWER
FOTOVOLTAIKA • www.gopower.sk
bližšie info
na strane 2

**SKRINE + ŠATNÍKY
NA MIERU AKCIA**
Hliníkové kovanie, komplet korpus, boky, dná,
police, vešiakové tyče, ABS hrany, posuvné dvere
AKCIA: zameranie, dovoz, montáž V CENE
0917 346 632 nabytokgabor@gmail.com výpočet ceny
www.nabytokgabor.sk cez telefón

NAJLACNEJŠIA STK V TURCI
STK + EK
HORNÁ ŠTUBŇA
0915 765 892
www.stkhornastubna.sk
VYBAVÍME VÁS AJ NA POČKANIE
OSOBNÉ
AUTO
70€
KOMPLET

**DOMÁCI MAJSTER
ZAVOLAJTE**
0918 378 954
MÁTE DOMA
PROBLÉMY?
elektrika, voda, odpady
opravy, montáže
rekonštrukcie
(interiér - exteriér)
zváranie
orezávanie stromov
striekanie radiátorov

RIČI
ČISTENIE PERIA
- antibakteriálne
Šitie
PAPLONOV a VANKÚŠOV
MARTIN - PRIEKOPA
Priekopská 88
043/4283 660
0908 838 838
www.rici.sk

**STAVEBNÉ A ZATEPLOVACIE
PRÁCE**
prerábanie interiérov
bytov a domov
obklady a dlažby
0908 526 774

VERONIKA
Cukráreň
ZÁKUSKY • TORTY • DEZERTY
prijímame objednávky
na vianočné zákusky
0948 000 440
cukrarenveronika@gmail.com
Železničná 3225/11, Vrútky

POKLÁDKA a PREDAJ
zámkovej dlažby
Prijímam
objednávky
na rok 2024
...
ŠTAVBA PLOTOV NA MIERU
(pletivo, tehla, betón, tvárnice)
0908 521 381 • duricaf@gmail.com

**STAVBY
TOMAŠÁK**
stavebné práce
stavby RD od základu
prerábky bytov
pokládka zámkových dlažieb
zateplovacie práce
dovoz sypkých hmôt
do 3,5 t
úprava terénu čelným
nakladačom
0904 569 227

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

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)

**KVmont
MARTIN, s.r.o.**
OREZÁVANIE
A VÝRUB
DREVÍN
0905 514 652
www.kvmont.sk

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.
-50%
na všetky pomníky

MARTINSKO TURČIANSKOTEPLICKO

Redakcia: A.Kmeťa (St.MC)
MARTIN
martinsko@regionpress.sk

REGIONPRESS

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

INZERCIA

Alena Špirková 0908 979 477
Ing. Peter Hanakovič 0905 423 331
Nikola Debnárová 0910 503 918

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



Vychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (38.570 domácností)

Každý týždeň:
Martin, Turčianske Teplice, Jahodníky,
Košúty, Podháaj, Priekopa, Kolónia
Hviezda - mimo ulíc roznášajúcich v
nepárny týždeň, Záturcie, Košťany
nad Turcom, Pribovce, Sučany, Turany,
Turčianske Kľačany, Vrútky, Žabokre-
ky, Sklené, Sučany, Belá - Dulice,
Blatnica, Ďanová, Dražkovce, Kľačor
pod Znievom, Krpelany, Necpaly, Pod-
hradie, Sklabiňa, Šútovo, Turčianska
Štiavica, Valča, Diviaky, Dolná Stub-
ňa, Dubové, Horná Stubňa, Malý Čep-
čín, Mošovce, Slovenské Pravno, Háj

Nepárny týždeň:
Bystrica, Horný a Dolný Kalník,
Tomčany, Košťany nad Turcom, Lipo-
vec, Kolónia Hviezda - H. Gregorovej,
Helsinská, J. Kostru, K. Hviezda, Mu-
drochová, Nerudova

Vydavateľ nezodpovedá za obsah a
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazy-
kovou úpravou.

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípa-
de, 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	Galantsko+Šaliansko
HC	30330	Hlohovecko+Sereďsko
KM	16450	Komárňansko
LV	30580	Levicko
MA	29680	Malacko
NR	54170	Nitriansko
NZ	35050	Novozámocko
PK	22970	Pezinsko
PN	41870	Piešťansko+NM+MY
SC	35420	Senecko
SE	36750	Senicko+Skalitéo
TO	41930	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59870	Trenčiansko+DCA+HL
TT	49930	Trnavsko
ZM	20930	Zlatomoravsko

Stredné Slovensko

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

Východné Slovensko

BJ	37210	Bardejovsko+SK+SP
GE	30830	Gemercko=RV+RS+HA
HU	27190	Humensko=VT+SV+ML
KE	92130	Košicko
KS	24900	Košicko okolie
SL	12940	Ľubovniansko
MI	31260	Michalovsko+TV+SO
PP	41520	Popradsko+HK
PD	49940	Prešovsko+SB
SN	32540	Špišsko+LE+GL

FOTOVOLTAICKÉ ELEKTRÁRNE

FOTOVOLTAIKA SPOĽHLIVO A PROFESIONÁLNE

PRE DOMÁCNOSTI - PODNIKY
BYTOVÉ SPOLOČENSTVÁ

VYHOTOVENIE NA KĽÚČ
OD PROJEKTU AŽ PO REVÍZIU

PREDAJ - MONTÁŽ - SERVIS
ZA ROZUMNÚ CENU
S MOŽNOSŤAMI FINANCOVANIA
Z AKTUÁLNYCH DOTAČNÝCH
PROGRAMOV

FOTOVOLTAICKÉ
PANELY 405 W
AKCIA 120 €/ks

Blízko Vás...

RUBEN, s.r.o. - MOŠOVCE
0950 492 562
www.gopower.sk

oprávnený zhotoviteľ v dotačných programoch s osvedčením

Zelená domácnosť

KOMINÁRSTVO

OBHLIADKY
ZDARMA

- FRÉZOVANIE
- VLOŽKOVANIE
- ČISTENIE A KONTROLA
- ODDECHTOVANIE

www.krbyakominy.sk 0904 947 422

DOVOZ NA ADRESU

18 týž. mládky,
očistené brojlerové
kurence váha 2,5-3,5 kg

www.hydinashop.sk
0944 842 953

ISSA PP

www.issapp.sk

► Drevené pelety A1 ► Drevené pelety A2

Výhrevnosť: > 4,6 kWh/kg
Vlhkosť: < 10%
Popol: < 0.7%
Priemer: 6 mm

290€/t
bez DPH

Výhrevnosť: 4,6 kWh/kg
Vlhkosť: < 10%
Popol: < 1.2%
Priemer: 6 mm

270€/t
bez DPH

TURČIANSKE TEPLICE | Robotnícka 841 | 0918 911 915

LOMAX

BRÁNY
DVERE

ROLETY
ŽALÚZIE

043/41 314 14
0905 333 221
Červenej armády 8, Martin
www.koki-zaluzie.eu
www.lomax-co.sk

žalúzie
KOKI

Regionálny predajca LOMAX

PONÚKAME ZAMESTNANIE V ŽIVOČÍŠNEJ VÝROBE

0904 105 105
0902 927 804
zootechnik@pdbela.sk

S.P.O. - servis plastových okien

OBHLIADKA
A KONZULTÁCIA
ZDARMA !!!

ŠETRÍME VÝDAJE ZA TEPLU

REVÍZIE • OPRAVY • ÚDRŽBA NASTAVENIE • PRETESNENIE

kontakt 0918 389 850

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

SKLAD V MARTINE, AJ ROZVOZ

BRIKETY, DLÁŽKOVICA, TATRANSKÝ PROFIL

0940 848 765
HIRPLUS@azet.sk

KANÁL - servis

KRTKOVANIE

VYSOKOTLAKÉ ČISTENIE

0903 737 800

PALIVO ČISTÝ BUK

NAŠTIEPANÉ POLIENKA 25 cm, 33 cm METROVICA

DOVEZIEM
0908 258 112

REKONŠTRUKCIE STRIECH

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

0940 202 594

IN-HOLZ podlahy

BRÚSENIE PARKIET VÝROBA NÁBYTKU NA MIERU VSTAVANÉ SKRINE

0949 327 800
in-holz@marticonet.sk

STAVEBNÉ PRÁCE

omietky • stierky • fasády
maľovanie
rekonštrukcie
jadrá • obklady • dlažby
kompletné
zámkové dlažby

0908 387 373

VYPRATÁVANIE

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

ODVOZ

nepotrebných vecí,
nábytku, spotrebičov,
zariadenia atď.

0903 155 551

ADAMOVSKÝ

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

STAVEBNÉ PRÁCE

MURÁRSKE PRÁCE
REKONŠTRUKCIE BYT. JADIER
OPRAVA PLOTOV A KOMÍNOV
MAĽOVANIE STRIECH
VÝMENA ŽLABOV

0940 857 096

SADROKARTONÁRSKE PRÁCE

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

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

Všetko na sklade
pod strechou



SUČANY - HRADISKÁ **0917 220 007**

18-0014



OPRAVY A ÚDRŽBA
OKNÁ ■ DVERE ■ TESNENIA ■ SKLÁ

0949 119 535 | www.servisokien.com

26-0004

KUCHYNE

na mieru



za cenu ako z Poľska

MARTIN
Robotnícka 18 A
(bývalý hutný závod)

kontakt:

0902 828 109

26-0019

20. novembra 1945

začiatok norimberského procesu.

Výročia a udalosti

ŽALÚZIE, SIEŤKY

OPRAVY ŽALÚZIÍ

DEŇ A NOC, DVEROVÉ SIEŤKY, PLISSÉ

0905 467 323 • vagstav@gmail.com

16-0006



RÔZNE BYTOVÉ
DOPLNKY

- ČALÚNICKÉ PRÁCE
- PREDAJ ČALÚNICKÉHO MATERIÁLU
- MOLITÁNY REŽEME NA MIERU
- ŠIJEME NA MIERU
- molitánové, paletové, záhradné sedenie, ...

0903 283 952 **IDEAL DECOR** www.idealdecor.sk

26-0011



DOTÁCIA V PROGRAME
ZELENÁ DOMÁCNOSTIAM

AŽ **4370 €**



Zelená
domácnostiam

VYUŽI DOTÁCIU NA PELETOVÉ
KOTLY A TEPELNÉ ČERPADLÁ

dopyt@attackpredajna.sk, 0918 511 228
www.attackpredajna.sk



A+++

SCOP
4,99

AKCIA
-10%
NA ATTACK
INVERTER R32

5
ROKOV ZÁRUKA*

86-0256



VEKAPLAST

OKNÁ A DVERE
SIEŤKY
ŽALÚZIE
MARKÍZY

www.vekaplast.sk
sfrancuz.vekaplast@gmail.com

0915 825 587
0908 503 030

SHOWROOM
KOLLÁROVA 85

26-0044



STARÁME SA O VAŠE AUTO

- ✓ **PREZÚVANIE**
- ✓ **VYVAŽOVANIE**
- ✓ **PREDAJ PNEU**
- ✓ **PROGRAM TPMS**
- ✓ **USKLADNENIE PNEU**

Kollárova 89, Martin

0907 762 437, objednávky online www.jmsauto.sk

25 rokov
s Vami

17-0002

Získajte dotáciu až **7000€**
na tepelné čerpadlá
Mitsubishi Electric

ZUBADAN
New Generation

Dotácia na tepelné
čerpadlá až
7000€



MITSUBISHI
ELECTRIC
AIR CONDITIONERS

CS MTRADE
AUTHORIZED DEALER

www.csmtrade.eu / tel. 033 774 27 60

06-0113

Holuby ako riziko nákazy

Holuby na námestiach, strechách domov, balkónoch i parapetoch. Odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) informujú o tom, aké ochorenia môžu holuby prenášať, ako sa pred týmito ochoreniami chrániť a čo je dôležité nezanechať.

Medzi najčastejšie ochorenia prenášané holubmi patrí ornitóza (psitakóza). Pôvodcom ochorenia je baktéria Chlamydia psittaci. U ľudí sa však toto ochorenie vyskytuje veľmi zriedka. Ak sa človek nakazí, tak od infikovaného vtáka - s príznakmi alebo bez príznakov, ktorý vylučuje chlamýdie. „Nákaza sa šíri prevažne vzduchom a prachom. Človek sa môže infikovať vdýchnutím vzduchu kontaminovaného výlučkami infikovaných vtákov, zriedka zanesením baktérie do tela pri poranení infikovaným vtákom alebo pri manipulácii s chorými a uhynutými vtákmi,“ hovorí Mgr. Veronika Košťálová z Odboru surveillance infekčných ochorení ÚVZ SR a dodáva, že medzi najčastejšie príznaky ochorenia patria: horúčka, zimnica, bolesť hlavy, bolesť svalov, zápaly horných a dolných dýchacích ciest, pričom ochorenie má inkubačnú dobu 5 až 14 dní.

Ako postupovať u detí po kontakte s výkalmi

„Základom prevencie pred nákazou je dodržanie základných hygienických opatrení, ako je dôkladné umytie rúk,

pripadne iných znečistených častí tela, ktoré s holubím trusom prišli do kontaktu. Ak sú prítomné príznaky podráždenia, svrbenia, červenaní, alebo neskôr príznaky ornitózy, je vhodná konzultácia s lekárom,“ odporúča Mgr. Veronika Košťálová.

Ako sa správne chrániť pred nákazou?

Pri čistení balkónov znečistených od trusu holubov odporúčajú odborníci používať osobné ochranné pomôcky, akými sú ochranné rukavice a respirátor a tiež dodržiavať dôkladnú hygienu rúk. Tieto opatrenia minimalizujú kontakt kože a sliznice s potenciálne infikovaným biologickým materiálom. V prípade väčšieho znečistenia odporúčajú dať vtáčí trus odstrániť špecializovanej firme, ktorá pri práci používa profesionálne vybavenie. V rámci prevencie sa odporúča nainštalovať bariérovú ochranu na fasádu budovy napríklad siete, hroty a podobne, ktorá zabráni holubom sadáť na budovu.

Informácie poskytol Odbor surveillance infekčných ochorení ÚVZ SR



» ren

zdroj foto Alicja pixabay

STAMAX^{plus}
stavebná spoločnosť

**STAVIAME
A REKONŠTRUJEME
PRE VÁS**

0905 641 325
WWW.STAMAXPLUS.SK

eko^{max}

PRIPRAVTE SA NA ZIMU VČAS

AKCIA

Doprava zdarma po celej SR

	SMREKOVÉ PELETKY A1	KLIETKA DREVA	BUKOVÉ / SMREKOVÉ BRIKETY
Premium	1005 kg 375 € / 780 kg 315 €	1,7 prm / 255 €	960 kg / 330 € / 335 €
Klasik	1005 kg 355 € / 780 kg 295 €	1 prm / 190 €	600 kg / 245 € / 250 €

Viac info a objednávky: 0918 348 999

www.ekomax.sk
info@ekomax.sk

21. novembra 1921

v žilinskom kine Grand Bio Univerzal sa konala **premiéra prvého slovenského dlhometrážneho hraného filmu Jánošík** bratov Siakel'ovcov

Výročia a udalosti

Advent
Pútné služby

Ul. Bottova 19, Martin
tel.: 043/ 4220 120 NON-STOP
0911 043 778, 0903 807 640

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

**FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE
ČISTENIE - KONTROLA**

KOMÍNOV + REVÍZNA SPRÁVA
A CERTIFIKÁT V CENE

CENA od 20 €/m

**Rekonštrukcia a
oddechtovanie komínov**
KOMINÁRSTVO MITAŠI, s.r.o.

**0914 276 111
0915 483 234**
kominarstvo-mitashi@centrum.sk

**SLOVENSKÉ KOMORNÉ
DIVADLO MARTIN**

Slovenské komorné divadlo Martin podľa § 9a ods. 9 zákona č. 446/2001 Z. z. o majetku vyšších územných celkov v znení neskorších predpisov zverejňuje ZÁMER č. 1/SKD/2023 prenajať dočasne prebytočný majetok formou priameho nájmu, a to:

časť nebytového priestoru vo výmere 144,60 m². Nehnutelnosť, v ktorej sa objekt nachádza, je evidovaná na LV č. 1115, k. ú. Martin, parc. č. 681, zastavané plochy a nádvoria, súpis. č. 650.

Podmienky nájmu pre uchádzačov súverejne-
né na úradnej tabuli v sídle vyhlasovateľa, na www.zilinskazupa.sk a www.skdmartin.sk.
Ponuky je potrebné doručiť na adresu:
Slovenské komorné divadlo Martin, Divadelná
č. 1, 036 80 Martin
v lehote do 28.11.2023 do 13:00 hod.

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

VAKUMAX
Veľkoobchod s tuhými palivami

balík 10 kg / 3,50 €

**- 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

Silencia

kompletné pohrebné služby

SLUŠNOSŤ, SERIÓZNOSŤ A PROFESIONALITA

Profesionálnym a ľudským spôsobom sa snažíme odbremeniť pozostalých od starostí s vybavovaním poslednej rozlúčky. Vy môžete zostať v kruhu svojich blízkych a spoločne prekonať smútok a žiaľ.

- Vybavenie administratívnych záležitostí
- Kompletné vybavenie pohrebu od 800€
- rozlúčková miestnosť
- Prevoz zosnulých v rámci SR aj zahraničia
- Vlastná výroba umelých aj živých vencov, kytíc a ikebán
- Aranžovanie obradnej miestnosti kvetinovou výzdobou



Ku každému vybavenému pohrebu v Silencii

Zľavový kupón v hodnote 300€

pri nákupe kamenárskeho kompletu v kamenárstve **TERASTONE.**

KAMENÁRSTVO

TERRASTONE

**KAMENÁRSKE SLUŽBY A CINTORÍNSKA ARCHITEKTÚRA
ŠPECIALIZOVANÁ NA PRIAMY DOVOZ PRÍRODNÉHO
KAMEŇA S DOŽIVOTKOU ZÁRUKOU.**

- obklady, dlažby, parapety, kuchynské dosky
- hroby, pomníky, urny, rekonštrukcie
- široký výber a vysoká kvalita
- doživotná záruka

Martin, Sklabinská 141/1

SILENCIA non-stop 0907 47 70 70

TERASTONE 0907 222 012

www.silencia.sk
www.terastone.sk

Vypestujte si za oknom zázvor

Zázvor alebo džumbier lekársky, je koreňová zelenina, ktorá je považovaná za jedno z najzdravších korení. Má veľa priaznivých účinkov na naše zdravie a je skvelým pomocníkom v boji proti nachladnutiu. A hoci zázvor pochádza z juhovýchodnej Ázie, dopestovať si ho môžete aj doma za oknom.

Ak zvyknete v kuchyni využívať koreň zázvoru zakúpený v obchode, isto sa vám niekedy stalo, že sa na ňom vytvoril púčik. Využite to a hľuzu zasajte. Môžete si tak vypestovať peknú izbovú rastlinu, ktorá sa vám osem až desať mesiacov odmení prvou úrodou.

Takto sa to podarí

- V obchode si vyberte kvalitný koreň. Mal by byť tvrdý, s minimom vrások.
- Pripravte si väčší kvetináč s drenážnymi dierami v dne a dno vysypte štrkom do výšky dvoch až troch centimetrov.
- Kvetináč naplňte substrátom pre izbové rastliny, prípadne použite záhradnú zeminu zmiešanú s kvalitným kompostom v pomere 1:1.
- Zázvor zasajte pukom smerom nahor, zahrňte 2 až 5 centimetrovou vrstvou substrátu. Ak budete do kvetináča sadiť viacero koreňov zázvoru, dodržte vzájomné rozstupy minimálne 20 cm.
- Následne rastlinu zalejte a kvetináč

umiestnite na teplé miesto – najlepšie na okno orientované na východ, pretože zázvor nemá v obľube priame slnko.

- Pôdu udržiajte po výsadbe vlhkú no nie premočenú.
- Zázvor má rád izbovú teplotu od 20 do 25° Celzia. Počas leta ho však môžete premiestniť aj na balkón, terasu či do záhrady.
- Približne do 2 – 4 týždňov by sa mali objaviť prvé zelené výhony. Vtedy už môžete začať rastlinu raz za mesiac prihnojsť. Dorásť môže do výšky 60 až 100 cm.
- Úrodu zázvoru môžete zbierať postupne – vždy odhrňte a odreže len takú časť koreňa, akú budete potrebovať na najbližších pár dní a zvyšok nezabudnite opäť zahrnúť substrátom.

Pozor! - Tak ako v prípade iných liečiviek, ani so zázvorom to nemožno pri používaní preháňať. Odporúčaná denná dávka zázvoru pre dospelého človeka je približne 4 gramy denne, deti do dvoch rokov by nemali zázvor užívať vôbec a obozretné by mali byť aj tehotné a dojčiace matky, ktoré by mali zázvor užívať zriedka a aj to len v malých dávkach. Rovnako u citlivých ľudí môže aj menšie množstvo zázvoru spôsobiť pálenie záhy alebo kožné vyrážky.

» ren

Realizujeme

STROJOVÉ POTERY (PODLAHY)

0948 300 988

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 TEPELVODNÝM VÝMENNÍKOM
- KRBY - KOMÍNY
- radiátory BOSCH

www.oravakrb.sk

Oravakrb - Žilina 0918 364 633

Matice slovenskej 3723, ŽILINA - Vlčince 3

22. novembra 1938

Slovenská krajina získala autonómiu v rámci 2.ČSR

Výročia a udalosti

BRIKETY- PELETY

EKOHRÁŠOK - PALIVOVÉ DREVO

UHOĽNÉ A RAŠELINOVÉ BRIKETY

NÁKLADNÁ AUTODOPRAVA

S HYDRAULICKOU RUKOU ALEBO ČELOM

0948 153 799 www.drevoza.sk

VÝKUP KOŽÍ

Aktuálne ceny na www.slovakiaskins.sk

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

0,80 € za kus

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

vždy v UTOROK v týchto termínoch:

21.11., 12.12. 2023, 23.1., 13.2., 5.3. 2024	
--	--

vždy v STREDU v týchto termínoch:

22.11., 13.12. 2023, 24.1., 14.2., 6.3. 2024	
--	--

Bystrica 9,00 hod.	Malý Čepčín 11,45 hod.	D. Štubňa-Coop 9,00 hod.	T. Kláčany-Coop ... 13,30 hod.
Košťany nad Turcom 9,15 hod.	Turčianský Michal. 12,00 hod.	Háj-Coop 9,20 hod.	Sučany 14,00 hod.
Turčiansky Peter... 9,30 hod.	Mošovce 12,15 hod.	Diviaky-mat. škola... 9,40 hod.	Sučany-Coop 14,15 hod.
Trebstovo..... 9,45 hod.	Blatnica 12,30 hod.	Dubové-obch. Mix .. 10,00 hod.	T. Štiavnička 14,40 hod.
Trnovo 10,00 hod.	Daňová 12,45 hod.	Jasenovo-p. zbroj... 10,30 hod.	Turany 15,15 hod.
Valča 10,15 hod.	Folkušová 13,00 hod.	Rudno-čierny m. 10,45 hod.	Turany-VÚB Drev. .. 15,35 hod.
Benice..... 10,30 hod.	Žabokreky 13,15 hod.	Slovenské Pravno . 11,05 hod.	Krpelany 15,50 hod.
Pribovce 10,45 hod.	Dražkovce 13,30 hod.	Brieštie..... 11,20 hod.	Nolčovo-Coop 16,10 hod.
Rakovo 11,00 hod.	Horný Kalník 13,45 hod.	Kláštôr p/Z-kostol. 12,00 hod.	Ratkovo-Coop 16,30 hod.
Blažovce..... 11,15 hod.	Turč. Jaseno..... 14,00 hod.	Slovany-kostol..... 12,20 hod.	Šútovo 16,45 hod.
Jazernica 11,30 hod.	Sklabiňa 14,15 hod.	Lipovec-Coop..... 13,10 hod.	

a PREDAJ KRMÍV

Výkup sa opakuje každé 3 týždne

PREDAJ MLÁDOK DOMINANT

od 1.3. 2024

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

VOLAJTE 0907 893 351 • 0907 684 441 • 0915 252 372 • 0905 343 352

www.slovakiaskins.sk • Slovakia Skins s.r.o. • 913 24 Svinná 466

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

EURO-MONT BRÚSENIE PARKIET

TMELENIE, LAKOVANIE - OLEJOVANIE

Bezprašná technológia a kompletná renovácia 3x LAK už od: **14,99€/m²**

Sme s Vami už 25 rokov

0917 755 577 www.brusenieparkiet.com
www.euromont.sk

tu mohla byť

VAŠA REKLAMA

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE

FRÉZOVANIE od 15€/bm

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA

0948 012 507 • www.profikominy.sk

RIZIKOVÉ PÍLENIE STROMOV

opíľovanie konárov
redukcia stromov

www.altitudo.sk 0917 578 839



*Život je cesta...
...my Vás na cestu pripravíme*



**Zahájenie základného kurzu na skupiny B, T
sa uskutoční 22.11.2023 o 15:00 hod.**

Rozširujúce výcviky **C, D, T, E** otvárame podľa vzájomnej dohody



U NÁS SI NÁJDE KAŽDÝ TO SVOJE!

B osobné auto

B študenti

B individuálny výcvik

rozšírenie z B na BE

T traktor

B+T

rozšírenie z B na C nákladné auto

rozšírenie z B+T na C

rozšírenie z D na C

rozšírenie z C na D autobus

rozšírenie z B na D

rozšírenie z B na C+D

rozšírenie z C na CE

**Kuzmányho 525/36, Martin
0908 118 551, 043/413 35 34**

www.autoskola-liska.sk



Občianska riadková inzerca

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

»Kúpim nahradne diely na stare auta:aero,skoda,tat-ra,fiat,lada,wartburg,atd. tel.0907/687634

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

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

08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie. tel.: 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

»46-ročný, 178 cm vysoký, z Vrútok, sympatický, štíhly, bez záväzkov, veselej povahy hľadá sympatickú priateľku na seriózny vzťah z blízkeho okolia, tel: 0908 220 405

Chcete si podať inzerát?

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

Príklad:
RP MT 12 Predám kočík,
0987 654 321.

Riadková inzerca realit je od 26.10.2023 zrušená, inzerát si môžete podať len cez www.mojinzerat.sk

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. **Upozomenie!** 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, MT zameňte za skratku novín, ktorú nájdete v tiráži. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

Ako a kde hlásiť nežiadúce účinky liekov?

Štátny ústav pre kontrolu liečiv (ŠÚKL) dbá na to, aby lieky, ktoré prichádzajú na trh boli kvalitné, účinné a bezpečné. Všetky lieky majú aj svoje nežiadúce účinky, ktoré sa môžu, ale nemusia u každého prejavovať. Hlásenia o nich sú však z hľadiska sledovania bezpečnosti liekov nesmierne dôležité.

Či už je to pacient, lekár, zdravotná sestra alebo lekárnik, všetci môžu pomôcť zvýšiť bezpečnosť liekov svojimi hláseniami. Nie všetky nežiadúce účinky sú obsiahnuté v písomnej informácii pre používateľa lieku, to jest v príbalovom letáku. Práve preto ŠÚKL zhromažďuje a monitoruje informácie aj o nových nežiadúcich účinkoch a pomáha tak identifikovať riziká spojené s liekmi a minimalizovať poškodenie zdravia pacienta. „Ak sa u niektorých pacientov prejavujú nežiadúce účinky, môže ich on sám, jeho rodinný príslušník, zdravotnícky pracovník alebo lekárnik nahlásiť prostredníctvom elektronického formulára: <https://portal.sukl.sk/eskadra/>, zaslaním elektronického formulára: neziaduce.ucinky@sukl.sk, ktorý sa nachádza priamo na stránke www.sukl.sk v sekcii Bezpečnosť liekov, zaslať rovnaký formulár prostredníctvom pošty na adresu Štátny ústav pre kontrolu liečiv, Kvetná 11, 825 08 Bratislava alebo môže zavolať na

telefónne číslo +421 2 507 01 206,“ informuje ŠÚKL na svojej webovej stránke a dodáva, že aby bolo hlásenie možné čo najlepšie posúdiť, je potrebné v ňom uviesť čo najpodrobnejšie informácie o pacientovi, všetkých užívaných liekoch a o vzniknutej nežiadúcej reakcii.

Všetky hlásenia posudzujú

„Za posledné tri roky štátny ústav prijal viac ako 13 tisíc závažných aj nezávažných hlásení, ktoré sa vyskytli na Slovensku. A práve poznatky priamo z praxe sú nenahraditeľným zdrojom dôležitých informácií,“ uviedol riaditeľ štátneho ústavu Peter Potúček. Všetky hlásenia, ktoré prijal ŠÚKL sa dôkladne posudzujú. „Hlásenia podozrení na nežiadúce účinky pomáhajú zvýšiť bezpečnosť liekov pre pacientov na celom svete. Vo viacerých prípadoch rovnako napomáhajú pri lepšom predpisovaní liekov a zlepšujú liečbu,“ dodáva Potúček.



» ren

zdroj foto Franz26 pixabay

**POMÔŽEME
VÁM
NAŠARTOVAŤ
VAŠE
PODNIKANIE !**



INZERCIA



DISTRIBÚCIA



TLAČ



ONLINE

☎ 0908 979 477, 0905 423 331, 0910 503 918
✉ martinsko@regionpress.sk

MARTINSKO
REGIONPRESS

**BUKOVÉ
brikety RUF**

**Dovezieme.
Vyrožíme
s hydraulikou.**

**volať môžete
NONSTOP aj v nedeľu
0915 113 102
Rozvoz aj v sobotu**



**AKCIA NOVEMBER
OD 275 €**

27-0016

**NEREZOVÉ KOMÍNOVÉ VLOŽKY
OCEĽOVÉ DYMOVODY
FASÁDNE 3-VRSTVOVÉ KOMÍNY**

komín s.r.o.

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

☎ **0948 267 814**

✉ kominso@kominso.sk
🌐 kominso.sk

Slovenský certifikovaný výrobca nerezových komínov

27-0015

čujte.sk

**Jablkové pité
dvakrát inak**

www.cujte.sk



zdroj foto: pixabay

čujte.sk

**Jedinečné 3D
bludisko na Alpinke**

www.cujte.sk



zdroj foto: region Turmas

**STAVEBNÉ
PRÁCE**

0919 314 855

26-0132

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 VÁM ZA ZAVOLANIE. PRACUJEME CELOROČNE.
0948 510 710

16-0085

GREGOR píla Sučany
areál Stará tehelňa
BRIKETY - REZIVO

☎ **0908 154 368**



16-0124

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

81-0004



HYDROIZOLÁCIE

- balkóny
- terasy
- ploché strechy
- altánky

0907 103 755

26-0013

**PALIVOVÉ
DREVO**

BUK, SMREK



plnometer ukladany
DOPRAVA ZDARMA
0940 850 121

47-0021

DREVO

**BUKOVÉ
BRIKETY**

0905 835 191

47-003

INZERCIA
martinsko@regionpress.sk



112,00€

Chloé Love Story
Parfumovaná voda 75 ml

Demro.sk



279,00€

Pánske hodinky police
pewjf2203602

ZlatnictvoLion.sk



1.199,00€

Americká chladnička
Haier HFW7720ENMB

ZlavneneSpotrebice.sk



1.999,00€

SCOTT SCALE 960 2023
XXL

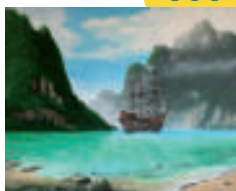
Cykloshop.sk



26,90€

SADA TERMO POHÁROV
70ML 6 KUSOV

ShopJK.sk



690,00€

Skrýty záliv akryl na plátne
80x100cm

zlatovsky.eu



2.199,00€

Traktorová kosačka VARI RL
84 H _ B&S 3130

trtechnic.sk



369,00€

Kärcher - K 4 Power Control
Car and Home

karcher-store-karimtech.sk



549,00€

Aku motorová píla STIHL MSA
70 C, set s 2x AK30

TopNaradie.sk



10,39€

AMBITION forma na
12 muffinov Lukrecja

Kuchyňovo.sk



69,12€

DYNAMAX COOL 12 ULTRA
25L

ShopJK.sk



10,15€

Box na náradie CALIBER
KCR5530, 550x267x270 mm

Profitent.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.

Predávajte alebo nakupujte
na online trhovisku:

www.oplatisa.sk

Našli aj pražský groš Karola IV.

Pozoruhodné nálezy z prieskumu v Pezinku

Terénne úpravy súvisiace s budovaním cykloturistickej chodníka z Pezinka do Perneka vyvolali potrebu archeologického prieskumu v Pezinku v Limbašskom údolí. Dôvodom bolo, že tam chodník pretína najvýznamnejšiu historickú banskú lokalitu v pohorí Malé Karpaty. Počas prieskumu, vôbec prvého v tejto oblasti, realizovaného štandardom archeologického výskumu, odhalili odborníci okrem všedných aj pozoruhodné nálezy.

Unikátnym nálezom je odpichovadlo zo zliatiny medi so zvyškami železných hrotov, nájdené blízko banskej lokality. Predmet sa podobá kružidlu, od ktorého sa líši absenciou písacieho hrotu. „V banskom prostredí používali odpichovadlá banskí inžinieri a kartografi na meranie a prenášanie vzdialeností a tesári pri výrobe banských a úpravnických zariadení. Významným prameňom poznania odpichovadiel sú parergy, čiže grafická výzdoba máp na banských mapách, prevažne z 18. storočia. Napriek tomu, že odpichovadlo pochádza z novoveku, zo Slovenska nie je známy

žiadny takýto nález, ktorý by sa s istotou našiel v banskej lokalite. Po konzervácii nálezu sa dokonca obnovila pohyblivosť kľbu,“ objasňuje archeológ Matúš Sládok z Krajského pamiatkového úradu (KPÚ) Trnava.

Našli pražský groš Karola IV.

Dôležitým objavom je podľa jeho slov aj strieborný pražský groš Karola IV. Luxemburského, ktorý vládol v rokoch 1346 až 1378. Minca sa našla blízko banskej lokality. Platidlo je najstarším archeologickým nálezom z tejto lokality nájdeným metódami archeologického výskumu. „V minulosti artefakty nájdené v údolí boli účinené náhodne alebo ilegálne a neexistuje k nim hodnoverná dokumentácia, čo výrazne znižuje ich informačnú hodnotu,“ hovorí archeológ a dodáva, že z celého pohoria je to len druhý známy ojedinelý nález pražského groša Karola IV.

Odkryli dve táboriská

Zaujímavými objavmi sú dve táboriská. „V prvom, datovanom len rámcovo do novoveku, sa našli stopy ohniska, črepy z keramických nádob a gombík zo



Unikátnym nálezom je odpichovadlo.
autor foto Matúš Sládok, KPÚ Trnava

zliatiny medi. Časti nádob sa podarilo zlepiť. V druhom táborisku z 1. polovice, príp. 2. tretiny 19. storočia, sa našli gombíky zo zliatiny medi, medené mince a fragment keramickej nádoby. Táboriská mohli vytvoriť lesníci, baníci či ľudia vyhýbajúci sa nepokojom,“ popisuje nálezy Matúš Sládok.

Črepy aj kladivo

K všedným nálezom patrí podľa odborníka mierne ohnuté železné banické kladivo, nájdené priamo na halde štólne. Nástroje podobného tvaru sa v banskom prostredí vyskytovali už minimálne v neskorom stredoveku. Toto kladivo najmä vzhľadom na miesto nálezu však pochádza z posledného obdobia banskej činnosti v lokalite okolo polovice 19. sto-



Pražský groš.
autor foto Matúš Sládok, KPÚ Trnava

ročia. Mimo hlavnej banskej lokality sa v bezprostrednom okolí jednej malej pingy, čo je povrchové banské dielo, našli črepy z 13. až 15. storočia. „Takisto ide o bežné nálezy, avšak vzhľadom na ich lokalizáciu by v prípade potvrdenia súvisu črepov s pingou dokazovali prieskumnú činnosť mimo hlavnej banskej lokality už v prvej písomne podchytenej stredovekej etape pezinského baníctva (1339 – 1543),“ uzatvára archeológ.

Prieskum realizoval Pamiatkový úrad SR s pomocou Malokarpatského múzea v Pezinku a dobrovoľníkov. Ukázal, že aj vyhľadávanie nálezov v miestach drobných terénnych úprav hlboko v horách mimo známych archeologických nálezísk môže priniesť dôležité poznatky.

» ren

Vianoce v štýle

Lovely Day

SOBÍK
6,90 EUR

PERNÍKY
6,90 EUR

PERNÍKY
6,90 EUR

SANTA
6,90 EUR

SNEHULIAK
6,90 EUR

VIAC DRUHOV PONOŽIEK NA

mylovelyday.sk

Objednávajte na tel. čísle: **0904 552 345**
alebo píšte na email: **objednavky@mylovelyday.sk**



KOMPLEXNÉ TLAČOVÉ SLUŽBY

KOMPLEXNÉ TLAČOVÉ RIEŠENIA	VAŠA KANCELÁRIA A OOPP
INFORMAČNÉ TECHNOLÓGIE	ŠKOLSTVO A DOTAČNÝ MANAGEMENT
DOKUMENTOVÉ RIEŠENIA	CHRÁNENÉ DIELNE

www.zmgroup.sk

objednávajú na:

zmgroup@zmgroup.sk
www.zmgroup.sk/e-shop/



CASHBACK 50^{EUR}

UPLATNÍŠ NA LINKU

www.epson.sk/cashback

188€
s DPH



Multifunkčná
farebná tlačiareň
EPSON L3250

100 strán
v BALENÍ

+ ZADARMO

k tlačiarňi fotopapier
EPSON paper Value Glossy Photo
183g - 10x15cm



Kolagén, ktorý si podmaňuje zdravie aj krásu naraz!

V posledných rokoch sa o kolagéne hovorí stále častejšie.

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 užívaní predpísaných dávok dostáva naše telo skrz hovädzí kolagén veľké množstvo

KOLAGÉN FORTE 2 v 1
31,12
38,90-EUR

HOVÄDZÍ KOLAGÉN FORTE
41,30
45,90-EUR

+ DARČEK
pri kúpe 2 kolagénov dostanete
vianočné ponožky zadarmo

aminokyselín potrebných na regeneráciu tkanív. Hovädzí kolagén je pomocníkom pri bolestiach kĺbov, po úrazoch, problémoch s pohybovým aparátom, bolestiach a pri reumatických ťažkostiach.

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

účinky v boji proti vráskam, zvyšuje pružnosť a elasticitu pokožky a podporuje antioxidantáciu organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením 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



LIMITOVANÁ
ZĽAVA
-40%



Zinok 15mg + Vitamin C
16,60-EUR **9,96**
EUR s DPH



Glutathion - antioxidant
23,10-EUR **13,86**
EUR s DPH



+ 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
Coborňo 1, Nitra - OC Polygon

VIANOCE, KTORÉ MILUJETE



OBI č. 1002633



OBI č. 1002641



OBI č. 1002658



VIANOČNÝ STROMČEK

Symetrický rast, rovný kmeň. Obľúbená jedľa, nepichá, dlho vydrží, ideálna vianočná ozdoba.

O jednotlivých cenách a dostupnosti rezaných stromčekov sa prosím informujte vo vašej predajni OBI.

VIANOČNÝ STROMČEK ZA SKVELÚ CENU!



Top cena

6,99
ks

LED SVETELNÁ REŤAZ

Do interiéru aj exteriéru – stupeň krytia IP44. 200 LED diód s teplou bielou farbou svetla. Celková dĺžka 850 cm, z toho osvetlená časť je 800 cm s rozstupom diód po 2 cm. OBI č. 2291110



Top cena

20,99
ks

STOJAN NA VIANOČNÝ STROMČEK „KLICK FIX“

Technika jedného lanka po celom obvode. Pre výšku stromčeka do 200 cm a priemer kmeňa do 8 cm. Priemer stojanu: 31 cm. Možno naplniť vodou. S detskou poistkou a nožným kolieskom. OBI č. 2127256



Top cena

24,99
ks

LED SOB

Z akrylu. Do interiéru aj exteriéru. So 40 LED diódami, teplé biele svetlo, s transparentným káblom. Rozmery: š 30 × v 34 × h 12 cm, prívod 5 m. OBI č. 2065662

Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk.

DOKÁŽETE ČOKOL'VEK

OBI

Platí od 16. 11. do 30. 11. 2023 alebo do vypredania zásob.



Správna voľba

42%
ZĽAVA

1.35
0.77
• (100 g = 3,85)
Kinder vajíčko
20 g
s príchutou vaniľy



48%
ZĽAVA

13.45***
6.95
• (1 kg = 11,32)
Toffifee
625 g



1 kus iba
1.39

53%
ZĽAVA

14.99***
6.99
• (1 kg = 23,30)
Nescafé Classic/
Crema
300 g



1+1
ZADARMO

1.68**
0.84*
Zrelé avokádo
1 kus

*Cena pri kúpe po výške 2 kusov = 0,84 €
**Cena za kus pri kúpe 1 kus = 1,68 €
Cena za 2 kusy = 1,68 €



50%
ZĽAVA

6.87***
3.39
Pomaranče
1 kg balenie

1 kg iba
1.13



LIDL
STÁNOK
DENNE ČERSTVÉ



33%
ZĽAVA

2.99***
1.99
• (1 l = 3,98)
Tatarská omáčka/
Majonéza Premium
500 ml



34%
ZĽAVA

7.58
4.99
Mleté mäso mix
1 kg balenie
hovädzie a bravčové



Každý deň NÍZKE CENY!

***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávateľného produktu zaradeného do celého sortimentu spoločnosti LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri porovnaní na rovnakom mieste a v rovnakom období.

Ponuka tovaru platí od 20. 11. do 26. 11. 2023 alebo do vyčerpania zásob. Chýbajúce a ťažko vyjadriteľné. Ceny sú bez daňov. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmeniť a balenie a varianty porovnávateľného tovaru. Odkaz možný len v obvyklom rozsahu.

... a mnoho ďalších výrobkov na www.lidl.sk



Pripravte si krémové polievky

Pravdou je, že husté krémové polievky nás nielen dobre zasýtia či zahrejú počas chladných dní, ale pri voľbe vhodných surovín dodajú nášmu telu aj potrebné vitamíny. Ponúkame dva nenáročné a rýchle recepty.

Cuketová polievka s červenou šošovicou

Suroviny: 3 veľké cukety, 1 cibuľa, 3 strúčiky cesnaku, 100 g červenej šošovice, kvalitný rastlinný olej, kurkuma, mletá rasca, soľ, syr vhodný na strúhanie
Postup: Cibuľu a cesnak očistíme, nakrájame na malé kúsky a na oleji opražíme. Potom pridáme umytú, na kúsky nakrájanú cuketu. Dochutíme kurkumou a rascou, všetko spolu pomiešame a zalejeme vodou. Po chvíli dusenia pridáme prebratú a vodou premytú červenú šošovicu a varíme do zmäknutia. Uvarenú polievku rozmixujeme ponorným mixérom a dochutíme soľou. Podávame posypanú strúhaným syrom.

Kukuricová polievka

Suroviny: 4 šálky mrazenej kukurice, 6 šálok zeleninového vývaru, 1 cibuľa, 2 strúčiky cesnaku, 1 zemiak, soľ, 1 a pol šálky smotany na šľahanie,

olej, tymián, bobkový list, mleté čierne korenie
Postup: Cibuľu a cesnak očistíme a pokrájame na drobno. Na oleji opražíme cibuľu s tymiánom a trochou mletého čierneho korenia. Následne pridáme nadrobno pokrájaný cesnak, očistený a na malé kocky pokrájaný zemiak a bobkový list. Všetko zalejeme vývarom a dusíme, kým zemiak nezmäkne. Vyberieme bobkový list, pridáme kukuricu a ešte chvíľu podusíme. Potom polievku rozmixujeme tyčovým mixérom a primiešame smotanu na šľahanie. Podľa chuti môžeme ešte osoliť a okoreniť, krátko povariť a odstavíme. Polievku podávame ozdobenú korením.



» ren zdroj foto Einladung_zum_Essen pixabay



www.mtec.sk
Spoločnosť M-TEC s.r.o.
prijme pracovníkov:

HORIZONTKÁR
od 1.400,- Eur/mes

OBSLUHA 5 OSÉHO CENTRA
od 1.300 Eur/mes

ZVÁRAČ
od 1.000,- Eur/mes

LAKÝRNIK
od 1.000,- Eur/mes

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

inzerujte u nás

DAJTE O SEBE VEDIEŤ
prezentujte svoju myšlienku
zvyšte povedomie o svojej firme
zvyšte si tržby z predaja
0908 979 477, 0905 423 331

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

PELETY BRIKETY



VŠETKO SKLADOM

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

www.pilavasilov.sk
Kontakt **0907105 008**



Goldgrif, s. r. o.
ponúka pracovnú pozíciu:

ZVÁRAČ

Pozícia: na živnosť
Plat: dohodu
Viac informácií na osobnom pohovore.

Životopisy posielajte na goldgrif@goldgrif.sk

tu mohla byť
VAŠA REKLAMA

UPRATOVAČKA

Teplička nad Váhom 

Druh pracovného pomeru:
plný úväzok, na dohodu (brigády)
Termín nástupu: **ihneď, príp. dohodu**
Mzda: **od 4,03 - 4,30 €/hod. + príplatky, + dochádz. bonus, stravovacia karta, doprava**

praca@ssigroup.sk, +421 905 168 503

PRÍJEME

VODIČA **KAMIÓNOVEJ DOPRAVY**

ponúkame:

- dvojsmenná prevádzka
- jazdy iba po SK
- každý deň doma
- dobré ohodnotenie a stála práca na trvalý pomer

požadujeme:

- vodičský preukaz C,E
- a potrebné doklady
- prax a zodpovedný prístup



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

		7			4	2		
S			3		1	7		
U		6		3				
D			1				9	
O			4		8			
K	6	8		1	2			
U	4	7		6	3		1	9
		3		7				
	1			9		2		



WWW.REGIONPRESS.SK

						2		
S		1	5		2			
U		2					5	
D			6	1		7		
O		3	9	6				1
K	1			3				6
U	3			2		4	5	
		9			3			7
	6		4			1		

		5				7	4		
S									
U									2
D					8	9			
O							5	4	1
K					4	1	9		8
U						8			
		2	9	7	5	1			
		3	4					1	5
							3	9	

Oplatí sa !

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podpilovanie muriva
- chemická injekcia

ZĽAVY 20%



STOP

vlhkým múrom

0918 671 541



UŽ OD
549 €
~~649 €~~

DARČEK
ZADARMO
4L HNOJIVA

galerica

ODOLNÉ POLYKARBONÁTOVÉ SKLENÍKY

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55

galerica.sk

	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.

**POMÔŽEME
VÁM
NAŠARTOVAŤ
VAŠE
PODNIKANIE !**



0908 979 477
0905 423 331



Martinsko.sk



INZERCIA



TLAČ



DISTRIBÚCIA



ONLINE

MARTINSKO

REGIONPRESS

SIMON - Fleisch

**BRAVČOVÁ
A HOVÄDZIA
PORÁŽKA
V NEMECKU**

14€ - 20€

OBSLUHA UMÝVACEJ

LINKY

od 13€

**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

VYKUROVACIA SEZÓNA V PLNOM PRÚDE

**SPOTREBIČE A DOPLNKY ZA VÝHODNÉ
CENY NÁJDETE V NAŠICH PREDAJNIACH**

BRATISLAVA

PO - PIA 08:00 - 16:00

Lieskovská cesta 3,
Podunajské Biskupice

MARTIN

PO - PIA 08:00 - 16:00

Dúbravca 5, Martin

Pre viac informácií volajte bez-
platne na číslo **0800 17 00 17**

PROBUGAS



ETNA Deluxe



Záhradný
ohrievač VESUV



Teplomet Ardent



Vykurovacie teleso
BRI VS-piezo



Plynová pec
Relax PLUS

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



GS EURO THERM

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

-10% ZĽAVA

Na celom Slovensku

Stoličkové výťahy Stannah. Bezpečný a jednoduchý spôsob používania schodov v domácnosti.

Jediný priamy výrobca stoličkových výťahov na Slovensku.
Jednoduché, rýchle, spoľahlivé.

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

Zavolajte zadarmo

0800 162 162

www.stannah.sk

* Ponuka sa nekumuluje s inými zľavami a kampaňami.
Platí do 1. 12. 2023

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



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
trojeju@gmail.com



KOMTECH

0914 706 703
info@komtech.sk

FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE NEREZOM A ŠAMOTOM

ČISTENIE - KONTROLA ODDECHTOVANIE

STAVBA KRBOV, PEČÍ A ŠPORÁKOV

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

AKCIA na ČISTENIE KOMÍNA



EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD

rodinné domy ZĽAVA 50%

Patentovaná kontaktná technológia

Bez vysokotlakových čističov

BombaFasada
www.BombaFasada.sk
0905 148 393

BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA PRIAMO U VÁS DOMA



ENVIRO THERM
PROFESIONALITA & KVALITA

V NOVOM PROJEKTE ZELENÁ DOMÁCNOSTIAM

JE K DISPOZÍCII VYŠE 151,6 MILIÓNOV EUR AJ PRE BYTOVÉ DOMY

FOTOVOLTIKA NA KĽÚČ O VÝKONE:

- ✓ 3 kW za **3 240 €**
- ✓ 5 kW za **5 059 €**
- ✓ 7 kW za **6 009 €**
- ✓ 10 kW za **9 099 €**

NEVÁHAJTE A PREDREGISTRUJTE SA EŠTE DNES!

Získame Vám dotáciu pre fotovoltiku **až do výšky 4 025 €**

V cene fotovoltiky je montáž vrátane administratívy na kľúč

Možnosť nákupu AJ NA SPLÁTKY

25 ROKOV ZÁRUKA OD VÝROBCU

infolinka:
0800 909 909, 0951 909 909
www.envirotherm.sk
kontakt@envirotherm.sk
fb.com/envirotherm.sk