



Čítajte nás:

www.cujte.sk

LUČENECKO VEĽKOKRTÍŠSKO-POLTÁRSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 30 860 domácností

AUTOservis konkurent AUTOdiely

PREDAJ

- > oleje (aj do záhradnej techniky)
- > klinové remene
- > spojovací materiál
- > ložiská > guferá
- > silon (bronz) atď.
- delíme na mieru

SERVIS

- > náprav > spojok
- > rozvodov > brzd
- > tlmivov

VÝMENA

motorových olejov, filtrov



Otvorené
aj v
SOBOTU!

Lučenec, Zvolenská cesta 9, 50m od čerpacej stanice OMV
Info a objednávky: 0908 669 629, 047/433 40 12

**NÁBYTOK
VAMARK** AKCIA

Haličská cesta 71, Lučenec
(býv. Hypernova)
0918 948 190

Cukráreň Molnár

Po - So: 7.00 - 18.00
Ne: 9.00 - 18.00

Každý deň
čerstvé zákusky

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

**Cafe & Wellness
Molnar**

Kaviareň: 8.00 - 21.00
Wellness: 15.00 - 21.00
St - Ne: do 22.00

Sauny, vírivky, soľná jaskyňa

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

OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH,
KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

BITUMÉNOVOU LEPENKOU
bez demontáže pôvodnej krytiny

zameranie odborné poradenstvo
cenová kalkulácia ZDARMA!!!

NON STOP - 0944 720 932

✓ slovenská firma
ZÁRUKA 25 ROKOV

NEODTEKÁ !!!

KRTKOVANIE - MONITORING
KANALIZÁCIE
LIKVIDÁCIA AZBESTU!!!

www.profidemont.sk 0919 175 335

ČISTIAREŇ PERIA

Železničná 44, Lučenec

OTVORENÉ

Po-Pia: 8⁰⁰-14⁰⁰hod

047/433 34 32
0905 511 912

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽĽABOV

PROFIDEMONT

REALIZÁCIA HRUBEJ
STAVBY

ZÁKLADOVÉ DOSKY

www.profidemont.sk 0919 175 335

DOVOZ NA ADRESU

18 týž. mládky,
brojterové
a nosnicové kuriatka
husí, kačky,
husokačky, morky

www.hydinashop.sk
0944 842 953

SLOVEXPRES 30ROKOV
AUTOSLUŽBY sme tu pre vás

Peter Kucej • Nejedlého 17, Lučenec • www.slovexpres.sk

môj **WANOR** sk

-10%

PREDAJ NA SPLÁTKY HOME CREDIT

PNEUSERVIS

0918 892 002

viac ako 50 značiek pneu

Fortune 165/70 R14	37,90 €
Nokian 165/70 R14	55,90 €
Nokian 175/70 R14	62,90 €
Leao 185/60 R14	37,90 €
Nokian 185/60 R14	58,90 €
Matador 185/65 R14	50,90 €
Pirelli 175/65 R15	38,90 €
Leao 195/65 R15	43,90 €
Radar 195/65 R15	44,90 €
Fortune 195/65 R15 XL	46,90 €
Nokian 195/65 R15	54,90 €
Nokian 195/55 R16	74,90 €
Leao 205/55 R16	45,90 €
Radar 205/55 R16 XL	50,90 €
Nokian 205/55 R16	60,90 €
Leao 225/45 R17	55,90 €
Radar 225/45 R17	56,90 €
Nokian 225/45 R17	79,90 €
Nokian 225/55 R18	105,00 €
Nokian 235/60 R18	95,00 €

PREDĽŽENÁ ZÁRUKA nokian TYRES

2 roky záruka v prípade poškodenia
(jeden kus pneu. ZDARMA)

Nakúp za 50 € a dostaneš **KUPÓN -16 €**

AUTOSÚČIASKY AUTOSERVIS UMYVÁRKA

0907 870 299 0911 870 299 0915 834 386

TEPOVANIE LEŠTENIE 33,-€

KURZ SBS - AJ ONLINE

JARNÁ ZĽAVA !!!

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

OBNOVA NÁPISOV a DOSEKÁVANIE DÁTUMOV na POMNÍKOV

PRIAMO NA CINTORÍNE

čistenie dvojhrobu 100€
0944 229 001

KAMENÁRSTVO OPATOVÁ

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

Prídeme za Vami osobne

Potočná 19A, Lučenec,
za bývalým futbalovým štadiónom

0907 042 606

EKOKANAL 0908 967 587, 0911 967 587

NON-STOP

- Čistenie kanalizácií a odtokov
- Inšpekcia potrubia kamerou
- Čistenie lapačov tukov
- Tlakové skúšky potrubia
- Bežvýchopové opravy
- výchopové opravy kanalizácií
- Frézovanie kanalizačných potrubí
- Vyhľadávanie kanalizač. trás detektorom
- Lokálne bežvýchopové opravy

ŠTAHOVANIE profi **SUVKA**

Lučenec

Dispečing SK - 0950 333 222
www.stahovanie-profi.sk

LUČENECKO
VELKOKRTÍŠKO-POLTÁRSKO

Redakcia:

lucenecko@regionpress.sk

REGIONPRESS

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

INZERCIA

Miriám Hašková 0905 915 039

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



Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (30.860 domácností)

pámy týždeň:
Lučenec, Malá Ves, Opatová, Boľkovo, Filákov, Divín, Dobroč, Filákov, Lovinobaňa, Mýtina, Panické Dravce, Ružiná, Tomášovce, Vidiná, Poltár, Málinec, Veľký Kríť, Bušince, Dolná Strehová, Malý Kríť, Modrý Kameň, Pôtor, Sklabiňa, Želovce

ne pámy týždeň:
Lučenec, Malá Ves, Opatová, Boľkovo, Filákov, Halič, Panické Dravce, Rapovce, Veľká nad Ipľom, Vidiná, Poltár, Činobaňa, Hrnčiariska Ves, Hrnčiarске Zalužany, Kalinovo, Kokava nad Rimavicou, Málinec, Veľký Kríť, Kalinovo, Kokava nad Rimavicou



Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovú úpravu.

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade, že viete o mieste, kam naše noviny nechodja, 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	Nitríansko
NZ	35050	Novozámocko
PK	22970	Pezinskó
PN	41870	Piešťansko+NM+MY
SC	35420	Sencko
SE	36750	Senicko+Skalicko
TD	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	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	Bardejovsko+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+HK
PO	49940	Prešovsko+SB
SN	32540	Špišsko+LE+GL

KAMENÁRSTVO LÍŠKA

**BRÚSENÉ POMNÍKY
A OHRADY Z UMELÉHO
A PRÍRODNÉHO KAMEŇA
(VÝBER Z VIAC DRUHOV)**



ZA VÝHODNÉ CENY

Zavolajte a my
prídeme za Vami

**HROBY KOMPLET
ZA CENU PRIAMO OD VÝROBCU**

Panické Dravce 67, tel. 0905 150 537, 047/437 43 79

Vzorková predajňa Filákov, Biskupická cesta (pri Lidl), tel. 0903 740 682

PELETY CMC
C m c, spol. s r.o. Detva
Slovenský výrobca kvalitných drevených ekopalív. Zaoberáme sa výrobou drevených peliet.

Hľadáme do nášho pracovného kolektívu:

**POMOCNÝ OPERÁTOR
NA PELETOVACEJ LINKE**

Mzda od 1150€ brutto

+ odmeny od výkonu + kvartálne odmeny

Prax: Vysokozdvížny vozík, teleskopický naklada, VP: B, C, T

OPERÁTOR NA PELETOVACEJ LINKE

Mzda od 1300€ brutto

+ odmeny od výkonu + kvartálne odmeny

Prax: Vysokozdvížny vozík, teleskopický naklada, VP: B, C, T

Ponúkame Vám:
- Práca v stabilnej spoločnosti
- Kvartálne odmeny

- Možnosť osobného rastu
- Vieme poskytnúť v prípade potreby aj ubytovanie

Viac informácií na www.peletycmc.sk

V prípade záujmu prosím kontaktovať:
e-mail: melich@peletycmc.sk
mobil: +421 905 464 502

HOSPIC Ľubietová
Zariadenie pre seniorov
hľadá záujemcov na pozície:
♦ ZDRAVOTNÁ SESTRA ♦ KUCHÁR/KA ♦ OPATROVATEĽ/KA ♦
s nástupom ihneď, resp. dohodou možnosť ubytovania zdarma
Nástupný plat: od 900 do 1200 € brutto + mesačné odmeny
kontakt: **0905 289 163**

**ČISTENIE HROBOV
DOSEKÁVANIE PÍSM**
Čistenie: Jednohrob 100€ 85€ Dvojhrob 150€ 130€
Impregnácia hrobu ZDARMA, Doprava ZDARMA
Obnova písma: (zlatá, strieborná, čierna, biela) 2€ 1,60€/znak.
Dosekávacie písma priamo na mieste, bez demontáže pomníka
Do 5 znakov 85€, 6-11 znakov 125€, 12 a viac 12€/znak
Ing. Miroslav Greisiger **Jarná akcia do 30.4.**
0940 653 651, 0919 205 521 www.greisiger.sk
Oslavujeme 10 rokov a 15 000 spokojných zákazníkov, preto každý zákazník dostane pri platbe dodatočnú zľavu 10%!! Staňte sa ďalším spokojným zákazníkom.

NOVÁ DACIA JOGGER

**4-ROČNÁ SERVISNÁ ZMLUVA V CENE VOZIDLA
7 PLNOHODNOTNÝCH SEDADIEL**

TEMPUS CAR s.r.o.
ŠAFÁRIKOVA 91, 048 01
mobil: +421 918 957 263, www.tempus.sk

**Občianska
riadková
inzercia**

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

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

08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie. tel. 0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

»Hľadám vážnu známosť na celý život. Mám 46 rokov. Byt, auto a všetko čo k životu patrí. zn. Banskobystrický kraj. Tel.: 0903 849 080

**Chcete si
podat
inzerat?**

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

Priklad:
RP LC 12 Predám kočík,
0987 654 321.

Riadková inzercia reálna je od 26.10.2023 zrušená, inzerat 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. **Upozornenie! Služba nefunguje u operátora 02 a 4ka.**

TIP 1: Ak chcete inzerat na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať.

TIP 2: Ak chcete inzerat uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, LC zmeňte za skratku novín, ktorú nájdete v tiráži Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.



Správna voľba

RETRO
čajovník

34% ZĽAVA
0.69**
0.45
• (100g = 0,90)
Horalky
50 g



31% ZĽAVA
5.56**
3.79
• (1l = 1,90)
Pilsner Urquell
4 x 0,5l = 2l
svetlý ležák
+ záloh za obaly 0,60 €



0,5l = 0,95 €

ŠTEDRÝ PONDELOK

2+1 ZADARMO
5.59**
3.73*
• (1 kus = 0,12)
Čerstvé vajcia „M“
30 kusov



OD PONDELKA

OD PONDELKA 15. 4. DO NEDELE 21. 4.
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

50% ZĽAVA
5.99
2.99
• (1 kg = 5,98)
Zelená špargľa
500 g balenie



Lidl
STÁNOK
DENNE ČISTVÉ

42% ZĽAVA
5.23***
2.99
• (1 kg = 1,00)
Pomaranče
3 kg balenie



1 kg iba
1.00

16% ZĽAVA
4.77***
3.99
• (1 kg = 4,34)
Bravčové párky
810 g



40% ZĽAVA
7.49
4.49
Kuracie prsné rezne XXL
cena za 1 kg



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

*Doporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.
**Zľava od iná z najvyššej bežnej predajnej ceny, t.j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania s cenou dňa 26. 3. 2024.
***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene s otvoreným aho produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti LIDL, Slovenská republika, s.r.o. pri prepísaní na iné možnosti produktu z akciového týždňa.
Ponuka tovaru platí od 15. 4. do 21. 4. 2024 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponákaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

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

Používanie mobilov na základných školách

Rezort školstva navrhol zákaz používania mobilných telefónov na základných školách. Reaguje tým na alarmujúce informácie a dáta o nepriaznivom vplyve mobilov na výsledky a duševnú pohodu žiakov a žiačok. Cieľom zákazu nie je odstránenie digitálnych technológií zo škôl, ale ich premyslené a rozumné využívanie.

Podľa výskumov OECD neregulované používanie mobilných telefónov zhoršuje sústredenie na vyučovanie a má negatívny vplyv na dosahované výsledky. „Deti trpia zvýšenou nervozitou, čo môže mať vplyv na ich schopnosť učiť sa,“ povedal minister školstva Tomáš Drucker. Rovnako aj odporúčania UNESCO z roku 2023 podporujú zavedenie regulácie v prípade, že integrácia technológií neprispieva k lepšiemu učeniu, alebo ak zhoršuje duševnú pohodu detí. „Máme príklady z krajín ako Veľká Británia, Francúzsko či Švédsko, ktoré v poslednom období zaviedli podobné opatrenia,“ upozornil minister.

Navrhovaný zákaz, ktorý je inšpirovaný britskými odporúčaniami, bude zahŕňať nasledujúce pravidlá pre základné školy:

- V 1. až 3. ročníku základnej školy bude platiť úplný zákaz používania mobilných telefónov počas vyučovania, prestávok a v priestore školy,

- od 4. ročníka bude mať zákaz výnimku v prípade, ak si používanie mobilného telefónu vyžaduje štátny vzdelávací program,
- od 6. ročníka bude mať zákaz výnimku v prípade, ak to vyžaduje štátny vzdelávací program, alebo o výnimke rozhodne učiteľ pre potreby vzdelávania.

„Regulácia používania mobilných telefónov neznamená ťaženie proti používaniu digitálnych technológií, ale vytváranie priaznivého prostredia pre vzdelávanie detí. Štát v najbližších rokoch investuje dve stovky miliónov eur do moderného vybavenia tried,“ zdôraznil minister Drucker. Cieľom musí byť používať technológie tak, aby prispievali k zlepšovaniu výsledkov detí a ich duševnej pohode.

V tomto duchu ministerstvo školstva pripraví zmenu zákona a vyhlášku, ktorá reguláciu podrobnejšie upraví. Rezort tiež poskytne školám podrobné usmernenia a podporu pri implementácii nových pravidiel. „A samozrejme, aj podporu iných aktivít pre deti počas prestávok,“ dodal minister Drucker.

Pri regulácii používania mobilov budú platiť výnimky pre deti so špeciálnymi potrebami. Presne ich vymedzí nariadenie ministerstva školstva. Regulácia bude zároveň analogicky zavedená aj pre osemročné gymnáziá.

» ren

Sledujú výskyt čierneho kašľa

„Úrad verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) a regionálne úrady verejného zdravotníctva v SR pozorne sledujú výskyt čierneho kašľa, osýpok a záškrtu na našom území i v okolitých krajinách EÚ,“ informoval ÚVZ SR na svojej webovej stránke.

Zaočkovanosť proti týmto ochoreniam na Slovensku v niektorých krajoch či okresoch klesla pod 95 %, čo je podľa odborníkov úroveň zabezpečujúca kolektívnu imunitu. Vzhľadom na tento pokles a na pohyb ošôb medzi krajinami však podľa nich nie je možné vylúčiť šírenie týchto ochorení na našom území. Uvádzajú, že v prípade zmeny epidemiologickej situácie sa bezodkladne prijímajú potrebné protiepidemické opatrenia na zabránenie šírenia týchto infekčných ochorení. „Na Slovensku v posledných rokoch zaznamenávame síce mierny, ale neustále klesajúci trend zaočkovanosti v rámci povinného pravidelného očkovania detí. Zvýšené počty prípadov niektorých infekčných ochorení, ako je napríklad čierny kašeľ, sa zvyknú cyklicky objavovať zhruba každých päť rokov. Približne tak dlho trvá, kým počet vnímavých ľudí v populácii vzrastie natoľko, že sa ochorenie dokáže ľahšie šíriť. Vnímavú populáciu tvoria ľudia, ktorí nie sú zaočkovaní, ako aj osoby, u ktorých časom došlo k významnému poklesu ochranných protilátok,“ hovorí hlavný hygienik SR MUDr. Mgr. Tatiana


Červeňová, MPH, MHA. Epidemiologická situácia sa obvykle stabilizuje tým, že sa vnímavá populácia opätovne zmenší kombináciou očkovania a prekonania ochorenia.

K dispozícii je očkovanie

Očkovania proti osýpkam, čiernemu kašľu, ako aj záškrtu sú v Slovenskej republike dlhodobo zaradené do povinného pravidelného očkovania detí a očkovacia látka je plne hrazená z verejného zdravotného poistenia. Preočkovanie proti čiernemu kašľu a záškrtu je možné v dospelosti v rámci pravidelného očkovania proti tetanu, existujú totiž kombinované očkovacie látky. O možnostiach preočkovania proti čiernemu kašľu sa môžete informovať u svojho všeobecného lekára. „Odporúčame rodičom, ktorých deti neboli proti týmto ochoreniam očkované v rámci pravidelného povinného očkovania, aby kontaktovali príslušného pediatra a prediskutovali možnosť ich očkovania. Súčasne odporúčame všeobecným lekárom pre deti a dorast, aby oslovili rodičov nezaočkovaných detí s cieľom zdôrazniť význam očkovania proti osýpkam, čiernemu kašľu a záškrtu,“ dodáva MUDr. Mgr. Tatiana Červeňová, MPH, MHA.

Odpovede na otázky o očkovaní môžu rodičia získať aj v poradniach očkovania pri regionálnych úradoch verejného zdravotníctva.

» ren



PPS Group

Spoločnosť PPS Group a.s. Detva

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

CNC OBRÁBAČ KOVŮV

Práca: Akceptujeme možnosť pracovať aj na živnosť

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

FRÉZAR

Práca: Akceptujeme možnosť pracovať aj na živnosť

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

HORIZONTKÁR

Práca: Akceptujeme možnosť pracovať aj na živnosť

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

Extra príplatky pre všetky hľadané profesie nad rámec Zákonníka práce podľa platnej Kolektívnej zmluvy (priemerná mzda ponúkaných pracovných pozícií za rok 2023 dosiahla viac ako 1500,- €)

Požiadavky:

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

Ponúkame Vám:

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

Informácie pre nových kolegov:

+421 905 852 756 uchadzaci@ppsgroup.sk

Nakupte výhodne vo vybraných E-shopoch

decorem.sk

SKLADACÍ BALKÓNOVÝ NÁBYTOK - STŮL, 2 STOLIČKY



-10%

~~125,00~~ **112,50** EUR

decorem.sk

ARANDA PLASTOVÁ STOLIČKA ŽLTÁ S ČIERNYMI NOHAMI



-10%

~~29,00~~ **26,10** EUR

Využite kód: OPLATISA

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

Nezabúdajme žiť

Pokoj môjho minulotýždňového strejdajšieho večera narušil telefonát. Po jeho skončení zalial moje srdce žiaľ. Dozvedela som sa, že zomrela moja bývalá spolužiačka. Študovali sme spolu na strednej škole, nejaký čas sme dokonca sedeli v jednej lavici a aj po skončení štúdia sme sa občas navštevovali. Smútim a snažím sa spracovať, pochopiť...

Myslím si, že práve v takýchto ťažkých chvíľach si mnohí akosi intenzívnejšie uvedomujeme konečnosť nášho vlastného bytia. Oveľa viac sa zamýšľame nad tým, ako často riešime úplne nepodstatné veci, trápime sa tým, čo si o nás pomyslia iní, čo povedia, ak urobíme to či ono, alebo ak si dovoľíme hoci aj slušne, povedať nie. Častokrát možno aj zo strachu z odmietnutia či kritiky zabúdame načúvať sami sebe, radšej sa prispôsobíme, poprieme vlastné túžby či potreby a urobíme to, čo sa od nás očakáva.

Mnohí sa tiež neraz pristihneme pri tom, že sa neustále pitveme v tom, čo sa

stalo, prípadne až príliš často premýšľame nad budúcnosťou a zabúdame žiť v prítomnej chvíli. Častokrát odkladáme podstatné veci na potom, chlácholíme sa tým, že prídu na rad, keď dokončíme školu, keď zmeníme prácu, presťahujeme sa, pôjdeme do dôchodku, keď... Práve odchod tých, ktorí mali v našom srdci miesto, nám otvára oči a tiež nám pripomína, čo je vlastne v živote dôležité.

Neplytvajme zbytočne našim časom a začnime si viac všimáť každodenný život, veci a ľudí okolo nás. Venujme sa rodine, ktorá nás miluje, priateľom, ktorí nás podržia aj v ťažkých chvíľach a nezabúdajme im hovoriť, že pre nás veľa znamenajú. Vystúpme každý deň aspoň na chvíľu z toho rýchleho kolotoča všedných dní, robme veci, ktoré nám robia radosť a zažime pekné chvíle s ľuďmi, na ktorých nám záleží.

» Renáta Kopáčová, redaktorka



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

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

PLECHOVÁ STREŠNÁ KRYTINA
 cena za materiál a prácu 26,99 € / m²
 0915 470 099 | sme maďarská firma

Realizujeme **STROJOVÉ POTERY A OMIETKY**
 0948 300 988

MAĽOVANIE, STIERKOVANIE, OBKLADY, DLAŽBY a iné STAVEBNÉ PRÁCE
 Volajte 0944 359 638

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA
 0905 915 039

Kvalitné vizitky od 1 ks za ks*
 200 ks 14 € / 0,070 € za ks
 400 ks 24 € / 0,060 € za ks
 600 ks 32 € / 0,053 € za ks
 800 ks 39 € / 0,049 € za ks
 1000 ks 33 € / 0,033 € za ks
 0905 915 039
 www.lacne-vizitky.sk

Do nášho pracovného tímu **hľadáme ŠIKOVNÉHO MURÁRA A VODOINŠTALATÉRA**
 Ponúkame prácu v stabilnej spoločnosti, rôzne bonusy a 13 plat.
 Požadujeme minimálne ročnú prax, a vodičský preukaz B.
 Kontakt: 0910 967 585

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE
 REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV
 ZĽAVA na materiál 35%
 OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA
 0948 012 507 • www.profikominy.sk

www.novogranit.sk
NAKUPUJTE PRIAMO OD VÝROBCU
 Jednohroby
 Dvojhroby
 Urny
 Parapetné dosky
 Kúpelne
 Schody
 Kuchynské dosky
 Podlahy
 Krbové obloženia
 Interiér - Exteriér
 z mramoru a žuly
KAMENÁRSTVO NOVOGRANIT
 I.P.Pavlova 5075, LUČENEC
 0907 387 023 • 0905 802 132

BONUS 10% Z CENY OKIEN NA VCHODOVÉ DVERE
 AŽ DO 1000 EUR
 okná a dvere
Slovaktual
 LUČENEC • 0907 493 142
 lucenec@slovaktual.eu
 www.slovaktual.sk/akcia

NAJ ZĽAVY

Až do **30000** €



Až **15 000** vozidiel ihneď k odberu

Akontácia už od **0%**

Nezávisle overené



LUČENEC, A. S. Jegorova 607/29,
Po-Ne 9 - 21 h

AAA AUTO

aaaauto.sk | ☎ 0800 100 100

Akcia „0% akontácia“ sa vzťahuje na motorové vozidlá, uvedené na webovej stránke www.aaaauto.sk/zlava. Spoločnosť AUTOCENTRUM AAA AUTO a.s. vykonáva finančné sprostredkovanie pre viacerých obchodných partnerov. Finančné inštitúcie, s ktorými má uzavreté nevýhradné zmluvy o spolupráci: VÚB a.s., Home Credit Slovakia, a.s., COFIDIS SA, pobočka zahraničnej banky, ESSOX FINANCE, s.r.o., Generali Poistovní, pobočka poisťovne z iného členského štátu, Wüstenrot poisťovňa, a.s., KOOPERATIVA poisťovňa, a.s., Vienna Insurance Group, Fortegra Europe Insurance Company Ltd, Ahoj, a.s., AUTOCENTRUM AAA AUTO a.s. je samostatný finančný agent vykonávajúci finančné sprostredkovanie v sektore poistenia alebo zaistenia a sektore poskytovania úverov, úverov na bývanie a spotrebiteľských úverov zapísaný v registri pod číslom 203771 vedenom Národnou bankou Slovenska. Uvedené počty vozidiel platia pre všetky pobočky AAA AUTO.

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podpilovanie muriva
- chemická injektáž

ZĽAVY 20%

STOP
vlhkým múrom

0918 671 541

MONTTER

ZIMNÉ ZÁHRADY ZASKLENIE • PRÍSTREŠKY

Drevo



HILINIK VO FARBE K MONTÁŽI

ANTRACIT
7016
HNEDÁ
8003
HNEDÁ
8017
BIELA
9016

Hliník



POZOR!
na podvodné firmy
U nás si viete objednať
zimnú záhradu aj

bez ZÁLOHY!
Akcia sa vzťahuje len na skládové farby RAL.

Montujeme
po celom Slovensku

WWW.MONTTER.SK • 0919 370 730

OBJEDNAVKY@MONTTER.SK

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

Oplatí sa! .sk

ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE!



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 rekonvalescencii kostí, šliach, väzov a kože. Pri dennom



AKCIA 2+1 ZADARMO

HOVÄDZÍ
KOLAGÉN FORTE
45,90
EUR
/1 KS

KOLAGÉN
FORTE 2 v 1
38,90
EUR
/1 KS

(Akcia platí iba pri nákupe dvoch rovnakých druhov kolagénu.)

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

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

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

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

MEDIKA
EXPERT

Môžete teraz
objednať na:

www.medikaexpert.sk
alebo na tel.:

0904 552 345

Volajte v pracovné dni:
od Pondelka do Piatka,
od 10:00 do 16:00 hod.

Alebo kúpiť
aj v predajni:



SLNIEČKO ZDRAVÁ VÝŽIVA
Coborího 1, Nitra - OC Polygon

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

GS
EUROTHERM
MONT

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

Darček v hodnote až do 500,- €*
Ponuka

*Kampaň platí pre každú objednávku do 30.4.24, nie je retroaktívna ani kumulovateľná s inými ponukami alebo kampaňami.

Vieme výborne robiť životy ľudí úžasnými.

Zakúpte teplo domova so stoličkovými výťahmi Stannah, ktoré sú navrhnuté tak, aby vám priniesli nezávislosť a pokoj na dušu. Dôverujte našej tradícii starostlivosti o bezpečnosť a pohodu, vďaka ktorej akýkoľvek priestor zmeníme na radostné a pohodlné miesto.

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

Služby **Špičkovej** Kvality

Zavolajte zadarmo
0800 162 162
www.stannah.sk

TOP INJECT

S GARANCIOU

ZHUTŇOVANIE

**ZASTAVENIE SADANIA BUDOV
SPÄTNÉ ZDVIHNUTIE PODLÁH**

ČISTO, RÝCHLO a bez BÚRANIA

stabilizujeme základovú pôdu
a zastavíme sadanie budov injektážou syntetickej živice

0918 726 754
PRACUJEME PO CELOM SLOVENSKU
SK.ABAINNOVATOR.COM

Oravská Horáreň
ZDRAVIE Z ORAVSKEJ HORÁREŇ

Dovolenkujte iba za 230,- EUR
(1 dň dočodca na 6 dní / 5 noci)

aj v roku 2024

Pobyty so štátnou účelovou dotáciou 100 €
(pre nepracujúceho dôchodcu)

Cena zahŕňa: 5 x ubytovanie, 5 x plnú penziu, 1 x celodenný autobusový zájazd za krásnu Oravu,
BONUS: parkovanie v areáli, free WIFI, vstup do herní, 1x folklórne vystúpenie, požičanie bicyklov ...

Rezervácie: 0918 591 942
info@oravskahoraren.sk, www.oravskahoraren.sk

Volné Termíny: 20.5 - 25.5, 27.5 - 1.6, 3.6 - 8.6, 17.6 - 22.6, 24.6 - 29.6.2024
Penzión *** Oravská Horáreň, Oravský Podzámok 396, lokalita Hruštín Zábava

KÚPIM PAROZIE

Zhody, trofeje i celé poľovnícke zbierky

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

Výkup mincí do roku 1945

KONTAKT Celá SR
0940 723 073
trofejeeu@gmail.com

galerica

UŽ OD 379 €

DARČEK ZADARMO 4L HNOJIVA

	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 €
GENIO	3 x 2 x 4 m	479 €
GARANT	3 x 2 x 4 m	579 €
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 predlžovať o 2m.

ODOLNÉ POLYKARBONÁTOVÉ SKLENÍKY

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 **galerica.sk**