

ZVOLENSKO DETVIANSKO-KRUPINSKO

Najčítanejšie regionálne noviny Týždenne do 38 400 domácností a firiem

INZERCA
ZVOLENSKO

0907 727 201

POŽIČOVŇA / NA PRENÁJOM:
DODÁVKY-OSOBAKY-VOZÍKY-SKLADY

☎0908 888 988 / ZVOLEN, J. JESENSKÉHO 89

Predáme štiepané palivové drevo
s dovozom

☎0940 870 613 ☎0944 304 589

VÝRUB A OREZ STROMOV
V RIZIKOVÝCH PODMIENKACH
ZDRAVOTNÝ REZ
OVOCNÝCH STROMOV
ÚDRŽBA ŽIVÝCH PLOTOV
KOSENIE ZÁHRAD
☎0902 796 885

OBNOVA NÁPISOV
a DOSEKÁVANIE
DÁTUMOV na
POMNÍKOCH

PRIAMO NA CINTORÍNE

čistenie dvojhrobu 100€
☎0944 229 001

PROFIDEMONT

REALIZÁCIA HRUBEJ
STAVBY
ZÁKLADOVÉ DOSKY

www.profidemont.sk 0919 175 335

NEODTEKÁ !!!

KRTKOVANIE - MONITORING
KANALIZÁCIE
LIKVIDÁCIA AZBESTU!!!

www.profidemont.sk 0919 175 335

ŠIMUNEK Kompletne
rekonštrukcie
domov a bytov

www.stavbysimunek.sk 0904 525 084

ZBER STARÝCH VOZIDIEL
a trvalé vyradenie z evidencie
možnosť odvozu.

ALUEX Po-Pia: 0944 530 853
7,00 - 15,30 045/ 533 36 44

Domáce zákusky
torty, koláče
ručne ťahané štrúdle
škvarkové pagáčiky
slané pečivo
a rôzne iné dobroty

kvalitné suroviny, poctivé maslo,
slovenská múka.
Cena závisí od druhu zákuskov.
Pri väčšom množstve záloha vopred.

0950 201 939

PRAKTIKPUMP
Profesionálny partner pre čerpacie technológie

ČERPADLÁ - VODÁRNE - NÁDRŽE - PRÍSLUŠENSTVO

NAKUPUJTE U ODBORNÍKOV



PONÚKAME NAJLEPŠIE CENY, ODBORNE
PORADENSTVO, SERVIS A ŠIROKÝ SORTIMENT.



KONTAKT:
JANKA JESENSKÉHO 621, 960 01 ZVOLEN
TEL.: 045/524 90.13-14, predajna@praktikpump.sk

PRAKTIKPUMP OPROTI NÁKLADNEJ STANICI!!!



TOVAR ZASIELAME AJ DORUČOVATEĽMI MALOOBCHOD - VEKOOBCHOD

* na vybrané druhy čerpadiel a náhradných dielov
www.praktikpump.sk

GRAND VIGÉAS

THE GRAND RETRO SHOW



3. august 2024
14.00 - 18.00
Zámok Viglaš
Cena vstupenky
do 2.99 rokov gratis
do 11.99 rokov 4€
osoby nad 12 rokov 7€

SLOVAK
TANGO



Viac ako 40 HISTORICKÝCH VOZIDIEL • Koncert kapely SLOVAK TANGO • Spevácke vystúpenie skupiny SWEET LITTLE CHICKS • Moderovaná VÝSTAVA VETERÁNOV a SÚŤAŽ o najkrajšie vozidlo • Bohatá TOMBOLA • vystúpenie kazenika TALOSTAN • PREHLIADKA ZÁMKU nie je v cene vstupenky (prehliadky budú prebiehať každých 30 minút od 14.00 do 18.00, cena prehliadky: 5€)



+421 45 52 45 795 recepcia@grandviglas.com www.grandviglas.com



Správna voľba

1+1
ZADARMO



1.98**

0.99*

(100 ml = 1,16 / 1,10 / 0,90)

Magnum nanuk

85/90/110 ml

*Cena za kus pri kúpe 2 kusov = 0,99 €

**Cena za kus pri kúpe 1 kusov = 1,98 €

Cena za 2 kusy = 1,98 €



28%
ZĽAVA

2.99**

2.15

(1 kg = 8,60)

Tradičné maslo

250 g



SUPERCENA

0.68

Trvanlivé mlieko

1 l 3,5 % tuku

SUPER LIDL
CENY
značkových
výrobkov



OD PONDELKA

OD PONDELKA 29. 7. DO NEDELE 4. 8.
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

ŠTEDRÝ PONDELOK

SLOVENSKÉ
ZEMIAKY

SO ZĽAVOU AŽ

-33%



PLATÍ LEN V PONDELOK 29. 7.

57%
ZĽAVA

3.94**

1.69

(1 kg = 3,76)

Cherry paradajky

450 g balenie



Lidl
STÁNOK
DENNE ČERSTVE

35%
ZĽAVA

1.69

1.09

Banány
cena za 1 kg
Maximálny odber
až 3 kg na nákup.

PLATÍ DO 31. 7.



AKTIVUJ KUPÓN
47%
ZĽAVA



1.69

0.89



38%
ZĽAVA

6.99

4.29

Kuracie stehná XXL

cena za 1 kg
bez kostí a kože



XXL



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

**Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akčných cien, dísťných na základe porovnania cien dňa 9. 7. 2024.
***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávaného produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti
Lidl Slovenská republika, s.r.o. pri prepočte na hodnotu produktu z akčového týždňa.

Ponuka tovaru platí od 29. 7. do 4. 8. 2024 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 v obvyklom množstve.

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

SOLART

OBNOVITEĽNÉ ZDROJE ENERGIE



KLIMATIZÁCIE

cena s montážou 999€

AUX 12QC Q-Smart Plus 3,5 / 3,8kW*

*Výkon CHLADENIA / KÚRENIA

OBHLIADKA A KONZULTÁCIA ZDARMA



0908 450 787



www.solart.sk
solart@solart.sk



SOLART ONE s.r.o.
Adyho 14, Lučenec

DOKÁŽETE ČOKOLIEK S

OBI

BOBRIA SILA V AKCII

NAŠA AUGUSTOVÁ PONUKA



Od 25 m²*

9,99
m²

DLAŽBA „DOLOMITI“

Rozmery: 60 × 60 cm, mrazuvzdorná, vzhľad prírodného kameňa, oter 3, protišmykovosť R9. Obsah balenia 1,08 m². OBI č. 1570829



Od 25 m²**

7,99
m²

LAMINÁTOVÁ PODLAHA „CLASSIC“ GAŠTAN PIAGOLA

Rozmer dielca 1 292 × 193 × 8 mm. Obsah balenia: 1,994 m². Vhodné na pokládku na podlahové vykurovanie. OBI č. 2383099

Od 4 ks***

59,99
ks

INTERIÉROVÉ DVERE „MARINO 10“¹

Dostupné veľkosti 60, 70, 80 a 90, ľavé alebo pravé, rám z MDF dosky, stabilizačná výplň voština. Povrchová úprava lakovaná doska HDF. Saténové sklo SATYNA 4 mm (hladké/matné), čierne rámčeky. OBI č. 2516904 a i.

* Cena pri kúpe 1 bal.: 12,09 €/m². Najnižšia cena v období 30 dní pred znížením ceny tovaru: 12,09 €/m². Cena pri kúpe od 25 m²: 9,99 €/m².

** Cena pri kúpe 1 bal.: 9,99 €/m². Najnižšia cena v období 30 dní pred znížením ceny tovaru: 9,99 €/m². Cena pri kúpe od 25 m²: 7,99 €/m².

*** Cena pri kúpe 1 ks: 69,99 €/ks. Najnižšia cena v období 30 dní pred znížením ceny tovaru: 69,99 €/ks. Cena pri kúpe 4 a viac kusov pri akejkoľvek kombinácii veľkostí a otváratosti krídla: 59,99 €/ks. Cena bez kovania a zárubne.

¹ Cena bez kovania a zárubne. Platí od 1. 8. do 31. 8. 2024 alebo do vypredania zásob. Platí len pre predajne: OBI Banská Bystrica, OBI Trnava, OBI Zvolen a OBI Žilina.



obi.sk

Doprajme si príjemné osvieženie

V uplynulých dňoch udreli horúčavy v plnej sile. Posledné roky si už pomaličky zvykáme na to, že letné teploty sa aj na Slovensku šplhajú k štyridsiatke. Pre väčšinu z nás to však nie je nič príjemné, a tak hľadáme možnosti, ako sa aspoň trochu schladíť a osviežiť. Chladený nápoj, osviežujúca zmrzlina, ľahký letný šalát, sprcha či klíma sú pravdepodobne samozrejmosťou.

Postrehla som, že aj mnohé slovenské mestá sa snažia počas týchto dní svojim obyvateľom i návštevníkom ulahčiť zvládať nástrahy horúčav. Prinášajú rozličné príležitosti, vďaka ktorým môžu ľudia počas horúcich dní stráviť chvíľe v príjemnejšej mikroklíme. V niektorých z nich nájdeme pitné fontánky, hmlové trysky či pochôdzne fontány zabezpečujúce pre všetkých mierne ovlaženie i ochladenie. Inde dokonca otvorili v centrách miest vodný bar ponúkajúci bezplatnú možnosť osvieženia pre všetkých okoloidúcich.

V horúcom počasí nám príjemné osvieženie môže priniesť aj návšteva kúpalísk či prírodných vodných plôch. Na Slovensku nájdeme veľa pekných miest, kde sa môžeme trochu schladíť

a je potešujúce, že aj toto leto u nás pribudli tri nové lokality určené na kúpanie. Sú nimi Palcmanová Maša nachádzajúca sa v Košickom kraji a jazero Klinger či Belianske jazero v Banskobystrickom kraji.

Pobyt pri vode môžeme tiež doplniť návštevou niektorej z našich prekrásnych jaskýň. Všetky sprístupnené slovenské jaskyne patria medzi skutočné klenoty našej vlasti a viaceré z nich sú známe v celej Európe a dokonca i vo svete. Vydať sa môžeme do Belianskej jaskyne, Brestovskej jaskyne, Bystrianskej jaskyne, Demänovskej jaskyne slobody, Demänovskej ľadovej jaskyne, Dobšinskej ľadovej jaskyne, Domic, jaskyne Driny, Gombaseckej jaskyne, Harmaneckej jaskyne, Jasovskej jaskyne, Ochtinskej jaskyne a Važeckej jaskyne. Poskytnú nám nielen úľavu od vysokých teplôt, ale aj príležitosť obdivovať veľa nevsedných prírodných krás.



» Renáta Kopáčová, redaktorka

3. augusta 1708

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

Výročia a udalosti

NOVINKA

Televízia cez internet od DIGI

už od **1€** na prvú mesiacovú

DIGI SLOVAKIA

digislovakia.sk 0850 211 112

Príklad poskytnutia vybraných služieb pre káblovú televíziu - služby Canal. Akcia podmienuje uzatvorenie zmlúvy o poskytnutí služieb. Akcia má obmedzenú platnosť. Cena 1€ sa vzťahuje iba na prvú mesiacovú platbu. Cena za ďalšie mesiace je 10€. Akcia sa vzťahuje na všetky služby, ktoré sú súčasťou balíka. Akcia sa vzťahuje na všetky služby, ktoré sú súčasťou balíka. Akcia sa vzťahuje na všetky služby, ktoré sú súčasťou balíka. Akcia sa vzťahuje na všetky služby, ktoré sú súčasťou balíka.

INZERÁT tu už za **14 €** +DPH

0907 727 201 / kucerova@regionpress.sk

KÚPIM REŠTITUČNÝ NÁROK
Celá SR | 0949 654 973

PLASTOVÉ OKNÁ
výrobca okien a dverí z PVC a hliníka
vonkajšie žalúzie a rolety
garažové brány

Dobré OK/NO
Zvolen, s.r.o.
EUROCOLOR

LETNÉ AKCIE

REHAU

Zvolen, ul. JESENSKÉHO 4707, (bývalý areál ZDROJ)
tel.: 0905 967 427
dobreoknozvolen@gmail.com
Po - Pia 9.00 - 17.00 hod.
www.dobre-okno.sk

PERGOLY

- BIOKLIMATICKÉ naklápacie lamely
- strecha s polykarbonátom
- strecha so sklom
- strecha rolovacia
- zimné záhrady

SLOVREKLA s.r.o. - Zvolen, Trhová 6 (Tržnica)
www.slovrekla.sk, info@slovrekla.sk
045/540 20 71, 0905 298 160

BUKOVÉ brikety

Čistý produkt zo 100% čistého bukového dreva, bez umelín, lepidiel alebo škodlivín, našej vlastnej výroby

AKCIA 239€

ROZMER BRIKETY 155 x 90 x 60mm

výhrevnosť: 19 MJ/kg
popolnatosť: 1,3%

NONSTOP SLUŽBA 0915 113 102
Rozvoz aj v sobotu

TESÁRSKE - POKRÝVAČSKÉ KLAMPIARSKÉ PRÁCE

strechy - altánky - šalovanie schodov
rekonštrukcie a opravy

0904 820 681

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

»Predám skúter Motorro 125, motor GY6, 4takt (dostupnosť dielov) r.v. 2013 a jazdí ako má, len sadnúť, cena 650 €, dohoda. Tel: 0907213518

02 AUTO-MOTO / iné

08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie. Tel: 0908532682
»Predám nepoužitú umývadlo 59x55cm. Tel: 0903808650

09 DOMÁCNOSŤ

»Predám včelí med a domácu medovinu. Tel: 0904577495
»Predám tkané pokrovcy. Tel: 0918699010

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

»Darujem do dobrých rúk vodnú korytnačku. Tel: 0951902746
»Predám seno, slamu, malé aj veľké balíky. Tel: 0905518454

11 HOBBY A ŠPORT

»Kúpim staré hodinky, bankovky a mince. Tel: 0905767777
»Odkúpim veci zo starých domov. Tel: 0903868361

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

»Predám zväračku co2 Telmig 150, čerpadlo po G0 typ-4K-LH-02, súdky na kapustu 12l a 30l. Tel: 0944154776
»Predám motor s navijakom, vhodný do vinice, cena dohodou. Tel: 0917132594

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

»Sympatická 57 r., hľadá priateľa na zoznámenie. Tel: 0907277466
»Seriózny vzdel. muž, hľadá vzťah so ženou nad 63r. Tel: 0903404189

Chcete si podať inzerát?

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

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

Riadková inzercia 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. **Upozornenie!** Služba nefunguje u operátorov O2 a 4ka.

Získajte až 10 000 eur na obnovu svojho domu s výzvou Obnov dom Mini

- Nemáte zateplený rodinný dom?
- Potrebujete vymeniť okná alebo dvere?
- Trápia vás vysoké účty za energie?

Tak práve pre vás je tu pomoc
z Plánu obnovy a odolnosti.

Prvých **5 000 eur** môžete získať
na začiatku obnovy domu.



Vyplňte žiadosť o príspevok na: www.obnovdom.sk

Komu je príspevok určený?

- Pre nízkopříjmové domácnosti **Banskobystrického a Košického kraja**.
- **Mesačný čistý príjem** na člena domácnosti nepresiahol v roku 2022 sumu **556,73 eur**.
- Aspoň jeden člen rodiny vlastní rodinný dom.
- Príspevok až do výšky 10 000 eur získa minimálne **3 060 domácností**.
- S vyplnením žiadosti vám pomôžu **terénni pracovníci** Slovenskej agentúry životného prostredia.
- Všetky potrebné kontakty nájdete na stránke **www.obnovdom.sk**.

Podávanie
žiadostí:

19.7. – 30.8.
2024

CHROPYNSKA



Junior elektro projektant

Platové podmienky: od 1300 - do 1600 Eur/Brutto

Robotik Simulant Junior

Platové podmienky: od 1400 - do 1700 Eur/Brutto

Junior konštruktér strojných zariadení

Platové podmienky: od 1300 - do 1600 Eur/Brutto

Obrábač kovov:

Sústružník univerzálny: Platové podmienky: od 1200 - do 1500 Eur/Brutto

CNC Frézar: Platové podmienky: od 1250 - do 1600 Eur/Brutto

Horizontkár NC: Platové podmienky: od 1250 - do 1600 Eur/Brutto

Ďalej ponúkame:

- pracovný pomer v perspektívnej medzinárodnej spoločnosti, ktorá je súčasťou Chropynska Group, a.s.
- možnosť osobného rozvoja a ďalšieho odborného rastu
- ročné príspevky zo sociálneho fondu ako napr. na rekreáciu a regeneráciu 165 €, kultúrne podujatia, šport a športové aktivity 135€, na detskú rekreáciu 110 €/ dieťa, pri prvej svadbe 250€, pri narodení dieťaťa 110€ atď.
- príspevok zamestnávateľa do III. piliera DDS
- obedy a večere 1,00€ / porcia

S potešením Vám oznamujeme, že Slavia Production Systems od 1. apríla 2024 pôsobí pod novým názvom Chropynska Slovakia a. s.

Viac informácií na www.chropynska.sk a tel: 045/520 32 06, 0911 126 536

V prípade záujmu zašlite svoj profesijný životopis na adresu firmy: Dúbravy, Areál PPS 48, 962 12 Detva alebo na e-mail: personalne@chropynska.sk

PRIJEMEME PRACOVNÍKOV NA PÍLU A DO DREVOVÝROBY

- Pracovisko: Lukavica (okres Zvolen)
- Práca na TPP alebo Brigáda.
- Vhodné aj pre študentov alebo dôchodcov.
- **Mzda: 750 Eur + prémie**

Kontakt: Ing. Chebeň Michal **0919 399 989**

Dražba auctio

Opakované kolo dražby Objektu služieb s pozemkami v Detve

Miesto dražby: Dom kultúry Detva, Obrancov mieru 871/1, 962 12 Detva, 1. poschodie, kongresová sála
 Dátum a čas: 13.08.2024 o 11:00 hod.
 Najnižšie podanie: 103.500,- Eur
 Dražobná zábezpeka: 15.000,- Eur
 Minimálne príhodenie: 500,- Eur
 Termíny obhliadok: dňa 26.07.2024 o 11:00 hod.

Predmetom dražby je nehnuteľnosť vedená Okresným úradom – Katastrálnym odborom, nachádzajúcej sa v:

- Okres: Detva
- Katastrálne územie: Detva
- Obec: Detva
- List vlastníctva číslo 1118:

- ✓ parcela registra „C“, parcelné číslo 6311/1, druh pozemku: Zastavaná plocha a nádvorie, výmera 567 m²;
- ✓ parcela registra „C“, parcelné číslo 6311/2, druh pozemku: Zastavaná plocha a nádvorie, výmera 47 m²;
- ✓ parcela registra „C“, parcelné číslo 6311/3, druh pozemku: Zastavaná plocha a nádvorie, výmera 18 m²;
- ✓ parcela registra „C“, parcelné číslo 6311/4, druh pozemku: Zastavaná plocha a nádvorie, výmera 18 m²;
- ✓ parcela registra „C“, parcelné číslo 6312, druh pozemku: Zastavaná plocha a nádvorie, výmera 196 m²;
- ✓ budova obchodu a služieb (popis stavby: objekt služieb) so súpisným číslom 1, na parcele registra „C“ číslo 6312, v podiele 1/1 k celku.

Predmet dražby sa draží tak ako „stojí a leží“.



Všetci záujemcovia o obhliadku sa ohlásia pred termínom obhliadky na tel. č.: 0910 460 926
 Viac informácií sa dozviete na www.auctio.sk

Bezplatný týždenník

ZVOLENSKO DETVIANSKO-KRUPINSKO

EV 6201/24

vydáva spoločnosť
REGIONPRESS
 so sídlom Pekárska 7489/40A,
 917 01 Trnava, IČO: 36252417.

Ročník I, Vydanie 13, týždeň 30/2024.

Redakcia: Hronská 1
ZVOLEN
zvolensko@regionpress.sk

INZERCIA

Mariana Kučerová **0907 727 201**

Distribúcia:
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk



DISTRIBÚCIA (38.400 domácností)

Každý týždeň:

Zvolen, Detva, Hriňová, Korytárky, Krivňá, Stožok, Víglaš, Krupina, Bzovík, Dudince, Hontianske Nemce, Sebechleby, Babiná, Budča, Dobrá Niva, Hronská Breznica, Kováčová, Lieskovec, Očová, Pľešovce, Podzámock, Sása, Sielnica, Sliac, Zvolenská Slatina, Kováčová, Očová, Zvolenská Slatina



Yvdatateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovú úpravou.

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

Západné Slovensko

BV	97240	BRATISLAVSKO východ
BZ	106.540	BRATISLAVSKO západ
DS	34.320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34.390	GALANTSKO-SÁLIANSKO
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO
LV	30.580	LEVIČANSKO
MA	29.680	MALACKO
NR	54.170	NITRIANSKO
NZ	35.050	NOVOZÁMCKO
PK	22.970	PEZINSKO
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35.420	SENECKO
SE	36.750	SENIČKO-SKALICKO
TO	41.930	TOPOČIANSKO-PE-BN
TD	60.750	TREŇČIANSKO-DCA-IL
TT	49.930	TRNAVSKO
ZM	20.930	ZLATOMORAVSKO

Stredné Slovensko

BB	56.200	BANSKOBYSTRICKO-SK-SP
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	ZIARSKO-ZC-B5
ZA	50.780	ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

BJ	37.210	BARDEJOVSKO-SK-SP
GE	30.830	GEMERSKO-RV-R5-RA
HU	27.190	HUMENSKO-VT-SV-ML
KE	92.130	KOŠICKO
KS	24.900	KOŠICKO okolie
SL	12.940	LUBOVNIANSKO
MI	31.260	MICHALOVSKO-TV-SO
PP	41.520	POPRADESKO-KK
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB
SN	32.540	SPÍŠSKO-LE-GL

ŠTAHOVANIE
 profi
SUVKA
 Zvolen
 Dispečing SK - 0950 333 222
www.stahovanie-profi.sk

NÁTERY STRIECH
 CERTIFIKOVANÝMI FARBAMI
PRÍJEMNÉ CENY
 Volajte: 0944 813 531

KURZ SBS
 LEN U NÁS ONLINE aj PREZENČNE
Cez Úrad práce pre všetkých ZDARMA
 Kontakt: kurzysbs@sbabb.sk
 0911 514 328

Frézovanie a vložkovanie KOMÍNOV
 frézovanie od 15€/m
 Zľava na materiál 40%
 - Frézovanie 1 m - 15 €
 - Certifikovaný žiaruvzdorný materiál
 - Akcia 10m komín vyfrézovanie, vyvložkovanie komplet 900€
 - Obhliadka zdarma, dohoda istá
 0911 322 495, 0907 362 202, frezovanievložkovanie@gmail.com

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

VÝKUP KROJOV a ich SÚČASTÍ, KAŠMÍROVÝCH SUKNÍ a ŠATIEK
 0908 245 251

DOVOZ NA ADRESU
 18 týž. mládky,
 8 týždňové morky,
 brojlerové kuriatka
www.hydinashop.sk
 0944 842 953

Ponúkame:
 • žulové hroby
 • rekonštrukcie a čistenie starších hrobov
 • na splátky bez navýšenia
 • kvalitná žula z Indie, Južnej Afriky ...
 • bez finančnej zálohy
Celožulový jednohrob s pomníkom od 1.250€
Celožulový dvojhrob s pomníkom od 2.190€
Urnový hrob od 635€
ZAVOLAJTE, PRÍDEME ZA VAMI.
 Obhliadka a doprava zdarma.
www.kamenarstvorovnan.sk
 tel. 0917 333 133

Dostali medailu za hrdinský čin

Minister vnútra SR Matúš Šutaj Eštok v uplynulých dňoch ocenil medailou za hrdinský čin 14-ročného chlapca z Krásna nad Kysucou a príslušníka Hasičského a záchranného zboru z Bratislavy. Obaja si od ministra vnútra prevzali ceny za výnimočné záchranné činy, ľudskosť a pomoc druhým. Informovalo o tom Ministerstvo vnútra SR.

Hasil požiar bytu

Medailu za hrdinský čin odovzdal minister vnútra SR Matúš Šutaj Eštok 14-ročnému chlapcovi, ktorý svojim rozhodným konaním významnou mierou zabránil značnej škode na materiálnych hodnotách tým, že ako prvý začal hasiť požiar bytu v bytovom dome v Krásne nad Kysucou. Chlapec, ktorý je členom dobrovoľného hasičského zboru, pri požiari bytového domu natiahal požiarnu hadicu z hydrantovej skrine a začal hasiť požiar bytu zvonku z ulice a to až do príchodu profesionálnych hasičov. „Nikto z nás nevie, ako by sme sa vo vypätej situácii zachovali a rozhodli my. Prístup štrnásťročného chlapca, ktorý sa úplne sám s chladnou hlavou rozhodol požiar uhasiť a pritom postupoval správne, je veľkou inšpiráciou nielen pre jeho rovesníkov, ale pre všetkých, ktorí uva-

žujú nad hasičským dobrovoľníctvom či vstupom do Hasičského a záchranného zboru, pretože chcú pomáhať iným. Nie vždy sú na mieste nešťastia záchrannárske zložky ako prvé. Pomoc občana je občas žiaduca a on pomohol, čím prejavil obrovské hrdinstvo,“ povedal minister vnútra Matúš Šutaj Eštok.

Prispel k záchrane života

Medailu za hrdinský čin odovzdal minister aj ppráp. Bc. Andrejovi Drgoňovi, profesionálnemu hasičovi-záchrannárovi z Hasičského a záchranného útvaru hl. mesta SR Bratislavy. „Pán Drgoň v čase osobného voľna svojim rozhodným konaním významnou mierou prispel k záchrane života 4-ročného dieťaťa, ktoré upadlo do bezvedomia. Poskytol mu prvú pomoc a asistoval záchrannárovi pri odvoze vrtuľníkom,“ priblížil rezort vnútra.



» ren
zdroj foto Ministerstvo vnútra SR

4. augusta 1863

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

Výročia a udalosti

Sociálne vzťahy, pozitívne myslenie aj fyzická aktivita

Dbajme o svoje duševné zdravie

Súčasná doba prináša neraz do našich životov veľa zhonu a stresu. Podľa odborníkov z Lígy za duševné zdravie je preto dôležité, pestovať si rezilienciu, alebo inak povedané psychickú odolnosť. Ide vlastne o schopnosť zvládať stres, prekonávať prekážky a rýchlo sa zotaviť z neúspechov. Táto vlastnosť je základným pilierom pre udržanie dobrého duševného zdravia a celkovej pohody.

„Reziliencia nie je len vrodená danosť, ale aj zručnosť, ktorú môžeme rozvíjať a posilňovať počas celého života a môžeme ju teda vedome rozvíjať prostredníctvom osvojovania mikro-reziliентných návykov. Zároveň je základným kameňom pevného duševného



Ilustračné foto.
zdroj foto Surprising_SnapShots pixabay

zdravia a jej posilňovaním môžeme lepšie zvládať životné výzvy, zlepšiť svoju celkovú pohodu a viesť šťastnejší a plnší život,“ približujú odborníci.

Reziliencia zahŕňa

- Schopnosť zvládať stres.
- Flexibilitu a prispôbovivosť.
- Optimistický pohľad a vieru v svoje schopnosti.

Reziliencia a duševné zdravie

Reziliencia je dôležitá pre duševné zdravie, pretože:

Znižuje riziko duševných ochorení:

Reziliентní ľudia sú menej náchylní k depresii, úzkosti a iným duševným chorobám. Vedia lepšie zvládať stresové situácie, čo znižuje riziko vzniku týchto problémov.

Podporuje fyzické zdravie:

Duševné a fyzické zdravie sú úzko prepojené. Reziliencia prispieva k nižšiemu krvnému tlaku, lepšiemu imunitnému systému a celkovej fyzickej pohode.

Zlepšuje kvalitu života:

Ľudia s vysokou mierou reziliencie sú šťastnejší, spokojnejší so svojím živo-



Ilustračné foto.

zdroj foto AndrzejRembowski pixabay

tom a majú lepšie medziludské vzťahy.

Rozvíjanie reziliencie

Rezilienciu môžeme rozvíjať viacerými spôsobmi:

Budovanie silných vzťahov

Sociálna podpora je kľúčom k odolnosti. Investujte do kvalitných vzťahov s rodinou, priateľmi a kolegami. Silné vzťahy poskytujú emocionálnu podporu v ťažkých časoch.

Pozitívne myslenie

Pestujte optimistický prístup k živo-

tu. Zamerajte sa na pozitívne aspekty a úspechy, aj keď sú malé. Tento postoj pomáha prekonať ťažkosti s väčšou ľahkosťou.

Fyzická aktivita a zdravý životný štýl

Pravidelný pohyb, vyvážená strava a dostatok spánku posilňujú fyzickú aj duševnú odolnosť.

Informácie poskytl
Līga za duševné zdravie

Spomienka...

Dňa 30. júla si pripomenieme 4. smutné výročie, ako nás navždy opustil náš milovaný otec, starý otec a prastarý otec



MVDr. Emil Moncol' z Krupiny

Kto ste ho poznali, venujte mu spolu s nami tichú spomienku.
S láskou a úctou spomína celá rodina.

KAMENÁRSTVO

WellStav s.r.o. DETVA

- komplet kamenárske práce
- 1-hroby, 2-hroby, viachroby, urnové komplety
- svetlý, tmavý, farebný kameň
- obnova starých hrobov
- renovácia písma (zlato, striebro)

STAČÍ IBA ZAVOLAŤ A MY PRÍDEME AŽ K VÁM

V cene jedného hrobu, dvojhrobu alebo viachrobu ZDARMA:
100 ks písmen, svietnik, váza, doprava + zameranie

Ľubomír Adamec

tel.: 0903 162 933

www.wellstav.sk

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%**

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
0904 474 597
vykupparoziaeu@gmail.com

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD

Patentovaná
kontaktná
technológia

BEZPLATNÁ
UKÁŽKA
A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

Bez vysokotlakových
čističov

**ZĽAVA
50%**
rodinné
domy

f BombaFasada
www.BombaFasada.sk
0905 148 393

Oravská Horáreň

★★★

**REKREAČNÉ POBYTY s DOTÁCIOU
pre dôchodcov SR**
260,- EUR za pobyt
1 nepracujúci dôchodca / 6 dní / 5 nocí
(pondelok - sobota, každý týždeň)

Cena zahŕňa:
5 x ubytovanie s vlastným sociálnym zariadením
5 x plnú penziu, folklórne vystúpenie
1 x celodenný fakultatívny výlet za krásami Oravy

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

Penzión *** Oravská Horáreň, Oravský Podzámkok 396, lokalita Hruštín Zábava

Oplatí sa.sk

**ZAČNITE PREDÁVAŤ
ONLINE!**

ŽALÚZIE

Radovan Matuš

ZASKLIEVANIE BALKÓNOV

roletky deň a noc
vertikálne žalúzie
aj sušiaci
sieťky proti hmyzu
zhŕňacie lamelové dvere
servis balkónových roliet

www.balkony.net 0905 767 777

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE

FRÉZOVANIE
od 15€/bm

REKONŠTRUKCIA
KOMÍNOV

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
**ZĽAVA
na materiál 40%**

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

0948 012 507 • www.profikominy.sk

NAJVÝHODNEJŠIA DOSTUPNÁ PÔŽIČKA

0905 555 863

ADAM KRŤKO

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

NONSTOP 0948 948 606

PREDAJ, MONTÁŽ KLIMATIZÁCIE

kontakt: 0905 753 983

Ošetrovanie a rez stromov

Arboristika

Rez živých plotov, výsadba stromov, výrub stromov, odvoz drevnej hmoty

0904 842 323 **www.citytrees.sk**

PREDÁVATE DOM, BYT, POZEMOK A INÉ?

- Pomôžeme vám s ich predajom alebo prenájmom
- 15 ročné skúsenosti na trhu s nehnuteľnosťami
- Tržné ohodnotenie vašej nehnuteľnosti
- Profesionálne právne, katastrálne a hypotekárne služby

volajte 0903 419 623

OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH,
KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

BITUMÉNOVOU LEPENKOU
bez demontáže pôvodnej krytiny

⇨ zameranie ⇨ odborné poradenstvo
⇨ cenová kalkuácia ZDARMA!!!

NON STOP - 0944 720 932

**ZÁRUKA
25 ROKOV**

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽĽABOV

INZERCIA ZVOLENSKO

0907 727 201

ŠTIEPANÉ PALIVOVÉ DREVO

Tvrdé **60€/prms** Mäkké **40€/prms**

0948 158 922