



Čítajte nás:

www.cujte.sk

MARTINSKO TURČIANSKOTEPLICKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 38 570 domácností

ŠTAHOVANIE

0911 319 509 MARTIN
0918 799 309

SVD

www.stahovaniesvasnou.sk

BYTY, KLAVÍRE, KANCELARIE, TREZORY, DOPRAVA

ČISTENIE HROBOV

IHROB 110€ 50€ ZHROB 180€ 70€
OBNOVA PÍSM: 2€ 1,2€/ZNAK

DO DUŠÍČIEK STIHAME!

Ing. MIROSLAV GREISIGER

0940 653 651, 0919 205 521

WWW.CISTENIEHROBU.SK

PREDAJ DIVINY V KOŽI

0910 469 072

Výkup káblov,
farebných kovov,
železa, papiera,
kartónu

KK NOVOKOV

Dielenská Kružná 5020, Vrútky

(smer ŽOS) 0907 300 076

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

STK NA VŠETKY KATEGÓRIE

STK + EK HORNÁ ŠTUBŇA

0915 765 892

www.stkhornastubna.sk

VYBAVÍME VÁS AJ NA POČKANIE

S.P.O. SERVIS PLASTOVÝCH OKIEN

- opravy
- údržba
- nastavenie
- pretesnenie

obhliadka
a konzultácie
ZDARMA

TR, MT

0918 389 850

Ponúkame

novozriadené priestory
pre ambulanciu všeobecného
lekára alebo špecialistuv Turčianskych Tepliciach na pešej zóne,
84m² a 5 minút od MHD aj vlakov

0905 151 083 • oaza@penzion-oaza.sk

ŽALÚZIE, SIEŤKY OPRAVY ŽALÚZIÍ

DEŇ A NOC, DVEROVÉ SIEŤKY, PLISSÉ

0905 467 323 • vagstav@gmail.com

ÚRADNÉ PREKLADY

NEMČINA

s pečiatkou súdneho prekladateľa
beglaubigte Übersetzungen

0907 846 195, antalova.anna@gmail.com

SPOJENÁ ŠKOLA V MARTINE

Československej armády 24, 036 01 Martin

ponúka do nájmu:

- * nebytový sklad (archív) s rozlohou 100 m², parc. KN-C 3500/7, LV 3947 v Martine
- * nebytový priestor (učebňa) s rozlohou 51 m², parc. KN-C 3500/11, LV 3947 v Martine
- * nebytový priestor (ambulancia) s rozlohou 25,5 m², parc. KN-C 3500/11, LV 3947 v Martine
- * nebytový priestor (učebňa) s rozlohou 36 m², parc. KN-C 3500/11, LV 3947 v Martine
- * nebytový priestor o rozlohe 78 m², stavba č. 4549, parc. KN-C 3500/12, LV 3947 v Martine
- * časť pozemku (umiestnenie reklamnej plochy) s rozlohou 14 m², parc. KN-C 3511/4, ostatná plocha o výmere 9863 m², LV 3947 v Martine
- * nebytový priestor (prístrešok pre stroje) s rozlohou 156 m², parc. KN-C 639/5, LV 408 v Mošovciach
- * nebytový priestor (stena Domova mládeže) s výmerou 2 x 60 m², s.č. 4549, parc. KN-C 3500/12, LV 3947 v Martine

Bližšie informácie na tel.: 043/400 1112

Kvmont
MARTIN, s.r.o.OREZÁVANIE
A VÝRUB
DREVÍN0905 514 652
www.kvmont.sk

RASTISLAV CHABADA

Ponúkame Vám
stavebné práce

Zatepovanie domov
Rekonštrukcie domov a bytov
Rekonštrukcie kúpeľní
Omiety a stierky
Montáž sadrokartónu
Obklady a dlažby
Dekoratívne omiety
Maliarske práce

0949 069 195
www.rastislavchabada.sk

KANÁL – servis KRTKOVANIE VYSOKOTLAKÉ ČISTENIE

0903 737 800

POKLÁDKA ZÁMKOVEJ DLAŽBY, PALISÁD A OBRUBNÍKOV MURÁRSKE PRÁCE

0908 425 380 www.pokladka-zamkovej-dlazby.sk
e-mail: nbdlazby@gmail.com

Zabehnutá ZUBNÁ AMBULANCIA ENAMELUM v nových moderných priestoroch

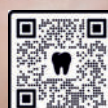
so sídlom na ulici Švermova 35 vo Vrútkach prijíma od 1.9.2024 nových klientov

bez ohľadu na vek. Pri registrácii do 15.12.2024

ponúkame novým klientom nasledujúce benefity:

1. Vstupné vyšetrenie zdarma
2. Prvé ošetrenia so zľavou 20% bez ohľadu na zdravotné poistenie, náročnosť výkonu, spotrebu materiálu vrátane zubnej protetiky
3. Termíny akútneho ošetrenia do 12 hodín
4. Termín neakútneho ošetrenia do 72 hodín
5. Novinkou je bielenie zubov najnovšou technológiou bez poškodenia zubnej skloviny s dlhotrvajúcim efektom za zvýhodnenú cenu!

www.enameludentist.sk kontakt: enamelum.dentist@gmail.com, 0908 659 400

ZUBNÁ AMBULANCIA
ENAMELUM

POKLÁDKA a PREDAJ zámkovej dlažby STAVBA PLOTŮV NA MIERU (pletivo, tehla, betón, tvárnice)

0908 521 381 • duricaf@gmail.com



OD PONDELKA

OD PONDELKA 30. 9. DO NEDELE 6. 10.
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

ŠTEDRÝ PONDELOK

VYBRANÉ
TOALETNÉ
PAPIERE

2+1
ZADARMO

LIDL
Plus
AKTIVUJ
KUPÓN

PLATÍ LEN V PONDELOK 30. 9.

MAXIMÁLNY ODBER JE 6 KUSOV NA NÁKUP.

31%
ZĽAVA

3.49**

2.39

(1 kg = 9,56)

Rajo maslo
250 g



60%
ZĽAVA

2.49

0.99

Hrušky Conference
cena za 1 kg



Lidl
STANOK
DENNE ČERSTVÉ

31%
ZĽAVA

1.89*

1.29

(1 l = 0,65)

Coca-Cola/
Coca-Cola Zero/
Fanta/Sprite

2 l
+ záloh za obal 0,15 €



42%
ZĽAVA

1.19

0.69

Šalátové uhorky
kus

LIDL
Plus



46%
ZĽAVA

1.49

0.79

Kačacie stehná XXL
cena za 100 g



55%
ZĽAVA

1.39

0.89

Kačacie prsia XXL
cena za 100 g
s kožou



ZA POSLEDNÝ ROK
NAJNÍŽŠIA CENA
V LIDL



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY
MÁME PRE VÁS UŽ 20 ROKOV!



*Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

**Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania cien dňa 9. 9. 2024.

Ponuka tovaru platí od 30. 9. do 6. 10. 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

Aplikácia heyOBI: **REGISTRÁCIA S BENEFITMI**

Registruj sa a získaj svoj zľavový kupón!

VÝHODNÉ
nákupy

STIAHNI
SI APLIKÁCIU
TERAZ!



ZÁKAZNÍCKA

OBI

Karta

5%

Zľavový

KUPÓN

*súhlas s odberom newsletteru

obi.sk

DOKÁŽETE
ČOKOL'VEK

OBI

*Akcia platí od 5. 9. 2024 do odvolania, minimálne však do 31. 12. 2024. Len pre nových užívateľov aplikácie heyOBI za podmienky súhlasu s odberaním newslettera. Viac v podmienkach akcie dostupné v aplikácii heyOBI, na obi.sk a v predajniach OBI.

Bezplatný týždenník

MARTINSKO
TURČIANSKOTEPLICKO

EV 6217/24

vydáva spoločnosť

REGIONPRESS

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

Ročník I, Vydanie 22, týždeň 39/2024.

Redakcia: A.Kmefa (St.MC)

MARTIN

martinsko@regionpress.sk

INZERCIA

Alena Špírková 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 roznášaných v nepárny týždeň, Záturcie, Košťany nad Turcom, Pribovce, Sučany, Turany, Turčianske Kľačany, Vrútky, Žabokreky, Sklené, Sučany, Belá - Dulice, Blatnica, Danová, Dražkovce, Kľaštor pod Znievom, Krpelany, Necpaly, Podhradie, Sklabíňa, Sútovo, Turčianska Štiavica, Valča, Diviaky, Dolná Stubňa, Dubové, Horná Stubňa, Malý Čepčín, Mošovce, Slovenské Pravno, Háj

Nepárny týždeň:

Bystrica, Horný a Dolný Kalník, Tomčany, Košťany nad Turcom, Lipovec, Kolónia Hviezda - H. Gregorovej, Helsinská, J. Kostru, K. Hviezda, Mudrochová, Nerudova

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

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

Západné Slovensko

BV	97.240	BRATISLAVSKO východ
BZ	106.540	BRATISLAVSKO západ
DS	34.320	DUNAJSKOTREDSKO
GA	34.390	GALANTSKO-SALANSKO
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO
LV	30.580	LEVICKO
MA	29.680	MALACKO
NR	54.170	NITRIANSKO
NZ	35.050	NOVOZÁMOCKO
PK	22.970	PEZINSKO
PN	41.870	PIEŠANSKO-NM-MY
SC	35.420	SENECKO
SE	36.750	SENICKO-SKALICKO
TO	41.930	TOPOČIANSKO-PE-BN
TN	60.750	TRENČIANSKO-DCA-IL
TT	49.930	TRNAVSKO
ZM	20.930	ZLATOMORAVSKO

Stredné Slovensko

BB	56.200	BANSKOBYSTRICKO-BR
KY	29.300	KYSUCKO-CA-KM
LI	37.270	LIPTOVSKO-LM-RK
LC	30.860	LUČENECOKO-VK-PT
MT	38.570	MARTINSKO-TR
OR	34.980	ORAVSKO-DK-NM-TS
PB	33.590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40.150	PRIEVIDSKO
ZV	38.400	ZVOLENSKO-DT-KA
ZH	26.880	ŽIARSKO-ZC-BŠ
ZA	50.780	ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

BJ	37.210	BARDEJOVSKE-SK-SP
GE	30.830	GEMERSKO-RV-RS-RA
HU	27.190	HUMENSKO-VT-SV-ML
KE	92.130	KOŠICKO
KS	24.900	KOŠICKO okolie
SL	12.940	LUBOVNICKO
MI	31.260	MICHALOVSKO-TV-SO
PP	41.520	POPRAVSKO-KK
PD	49.940	PREŠOVSKO-SB
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL

Je čas vysádzať cesnak

Cesnak môžeme vysádzať na hriadky na jar i na jeseň. No mesiac október je na tento účel veľmi vhodným obdobím, pretože práve z jesennej výsadby môžeme pri správnom pestovaní dosiahnuť oveľa väčšiu úrodu.

Hoci je cesnak známy najmä pre svoj intenzívny pach, treba mať na pamäti aj to, že obsahuje veľa zdraviu prospešných látok. Vedeli to už naše staré mamy a preto sa v minulosti často využíval v ľudovom liečiteľstve.

Účinky na zdravie

Cesnak obsahuje silice a éterické oleje, rovnako aj minerály ako napríklad draslík, vápnik, mangán, fosfor či zinok. Bohatý je na vitamín C a B6, obsahuje tiež vitamíny A, B1, B2, C, D a K. Cesnak sa využíva ako prírodné antibiotikum a tiež je obľúbený pre jeho veľmi silné antibakteriálne, antitumorigénne a antivírusové účinky, vďaka čomu je skvelým pomocníkom v boji s rôznymi infekciami. Rovnako znižuje vysoký krvný tlak a priaznivo vplyva na dýchacie, tráviace aj močové ústrojenstvo.

Výsadba

- Pripravte si pôdu a myslite na to, že cesnak nie je vhodné sadiť na polička po cibulovinách a strukovinách.
- Cesnakové hlávky rozdeľte na strúčiky a na výsadbu ponechajte len zdravé plody.
- Strúčiky sadte do pôdy tenkými koncami smerom nahor do vzdialenosti približne 15 centimetrov a hĺbky asi 3 centimetre tak, aby koniec len zopár milimetrov vyčnieval.
- Pôdu následne prihrňte.
- Na poličku pravidelne odstraňujte burinu a rastlinky podľa potreby zalievajte.



» ren

zdroj foto stevepb pixabay

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

PALIVOVÉ DREVO
ČISTÝ BUK
ŠTIEPANÉ
POLIENKA - 25 cm
POLIENKA - 33 cm
POLIENKA - 50 cm
DOPRAVA ZADARMO
0908 258 112

IN-HOLZ podlahy
BRÚSENIE PARKIET
VÝROBA NÁBYTKU
NA MIERU
VSTAVANÉ SKRINE
0949 327 800
in-holz@marticonet.sk

Občianska
riadková
inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

» KUPIM NAHRADNE DIELY NA STARE AUTÁ-SKODA, TATRA, AERO, LADA, TRABANT, FIAT. ATD. 0907687634
» Výkup mot. vozidiel, všetky značky, nepojazd., staré, havarované. T.č.: 0905 505 129
» Kúpim murovanú garáž. T.č.: 0905 505 129
» KÚPIM BABETU PIONIERA SIMSONA STELU STADIONA AJ NEPOJAZDNE 0915215406
» ČZ-JAWA Odkúpim Moto-cykel/Diely-SERIÓZNA DOHODA 0908 205 521

08 STAVBA

» Predám sklolaminátové žumpy o objeme 5.000, 8.000 a 10.000 litrov a vodomerné šachty. Cena 650 €. Dovozy, osadenie, tlaková skúška. T.č.: 0905 925 991

09 DOMÁCNOST'

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

» Predám zltu tekvicu GOLIAS vhodnú na kuchynské spracovanie tel. 0949 361 548

11 HOBBY A ŠPORT

» Kúpim Vzduchovky, flobertky, pistole ponúknete. 0949505827

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

» Zberateľ kupí hodinky OMEGA, bodaky, nem. helmy, stare vojenske pracky a mince. 0907 166 358

15 HLADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

» RADA SPOZNÁM MUŽA NEFAJČIARA VEK OKOLO 65 ROKOV. TEL. 0902 730 501

Firma VARINSKÝ je obchodným partnerom nákupnej spoločnosti

PLASTOVÉ OKNÁ

• 5 a 6 komorové
GEALAN
SALAMANDER

ŽALÚZIE, ROLETY

- sieťky proti hmyzu
- žalúzie
- textilné rolety

GARÁŽOVÉ BRÁNY



- sekčné
- výklopné
- rolovacie

MARKÍZY



- manuálne
- pohon

VARINSKÝ
realizácieVRÚTKY, 1. Čs. brigády 53 varinsky@varinsky.eu
043/4303 474, 0915 10 66 10 www.varinsky.eu

DOVEZIEME AJ SUCHÉ 1 - 2 r.
BUK-SMREK
ŠTIEPANE (25, 30-33, 40, 50 cm)
KUBIKOVANÉ, ŠTIEPANÉ, UKLADANÉ
POLIENKA, METROVICA
STÁLÝM ZÁKAZNÍKOM PRIPRAVUJEME DREVO UŽ POČAS
9.-12. Mesiaca - VYSKLADŇUJEME V 4.-6. Mesiaci SUCHÉ 1 r.
OKUJEME VÁM ZA ZAVOLANIE. PRACUJEME CELOROČNE.
0948 510 710

Kamenárstvo B+B
Vojtech Botoš
AKCIOVÉ CENY
PLATIA
DO VYPREDANIA
ZÁSOB
0905 296 197 • kamenarstvobotos@gmail.com
Dolná Kružná 7, Vrútky
www.kamenarstvobplus.sk

REGION PRESS
Na podanie si INZERÁTU
píšte martinsko@regionpress.sk

KAČACIE HODY
už od 21.9.
v našej reštaurácii
U Martina
penzion*** steak restaurant
- rodinné oslavy
- svadby
- firemné akcie
- kary
Tešíme sa na vašu návštevu
0908 234 694 • www.umartina.sk

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

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

26-0005

STAVEBNÉ PRÁCE
MURÁRSKE PRÁCE
REKONŠTRUKCIE BYT. JADIER
OPRAVA PLOTOV A KOMÍNOV
MAĽOVANIE STRIECH
KLAMPIARSKÉ PRÁCE
0940 857 096

26-0040

Wildmar spol. s r.o.
PALIVOVÉ DREVO
štiepané
plnometer ukladný
BRIKETY

wildmar6@gmail.com
0919 192 606

26-123

ADAMOVSKÝ

0918 956 201
jozef@adamovsky.sk
www.adamovsky.sk
SADROKARTONÁRSKE PRÁCE
ÚPRAVA PODKROVÍ
SYSTÉMY - RIGIPS - KNAUF
MONTÁŽ KAZETOVÝCH
STROPOV
MAĽOVANIE - STIERKOVANIE
ZATEPLENIE RD A BUDOV
KOMPLETNÉ
REKONŠTRUKCIE RD A BYTOV
MURÁRSKE PRÁCE,
OBKLADY, DLAŽBY

26-0002


Nečakaná strata?
Ponúkame pohreby
na splátky bez
navýšenia

STRATA BLÍZKEHO NEMUSÍ
BYŤ FINANČNOU ZÁŤAŽOU.



26-0001


PONÚKA ŠTIEPANÉ PALIVOVÉ DREVO
BUK » JASEŇ » SMREK
dovoz ZADARMO
PRI OBJEDNÁVKE 13,0 PRMS - voľné uložené
podmienka vhodný prístup (MT + okolie)
ZĽAVA 15% JASEŇ, ZĽAVA 10% BUK
Zľava platná do 31.10.2024, pri objednávke 6 ks paliet a viac.
Objednávky prijímame v čase od 9.00 hod do 14.00 hod.
email: urbarmt@urbarmt.sk • 0917 565 619

26-0001

DREVOLESTURIEC
palivové drevo
štiepané / ukladané
dĺžky od 20 cm do 1m
možný DOVOZ
0907 062 394
0915 804 871

26-0060

KLAMPIARSKÉ PRÁCE
ŽĽABY, ZVODY, KOMÍNY
NÁTER STRIECH, LEPENKA
PRÍSTREŠKY, ALTÁNKY,
MONTÁŽ SNEHOVÝCH ZÁBRAN
0940 235 749

26-004

STAVEBNÁ ČINNOSŤ
Kvalitné služby
za rozumnú cenu

VITAGER

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

0948 415 817
vitager.sro@gmail.com **www.vitager.eu**



26-0010

VÝPREDAJ

185/65 R15 88T
WINTER
ICEPT RS3
49,90 €
V PNEUSERVISOCH
MIKONA
www.mikona.sk

37-114-2


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

26-0007

O Alzheimerovej chorobe

Svetová zdravotnícka organizácia vyhlásila 21. september za Svetový deň Alzheimerovej choroby. Pripomíname si ho už od roku 1994. Celý septembrový mesiac je zároveň vyhlásený ako Svetový mesiac Alzheimerovej choroby.

Ide o medzinárodnú kampaň a upozorňujúcu na problémy, ktorým čelia ľudia s demenciou. Kampaňou sa zvyšuje povedomie, prevencia a podpora kognitívneho zdravia. Cieľom prevencie je oddialiť znižovanie úrovne poznávacích procesov v dôsledku starnutia či neurodegeneratívnych procesov.

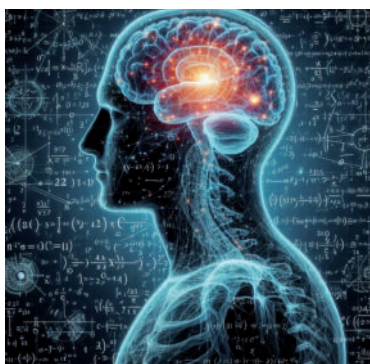
Poruchy pamäti a demencia

„Poruchy pamäti sú v starobe časté, no môžu sa vyskytovať už od stredného veku. Staroba je prirodzenou etapou ľudského života. Avšak demencia je choroba, ktorá k normálnemu starnutiu nepatrí,“ približuje na sociálnej sieti Úrad verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) a uvádza tiež, že najčastejším typom demencie je Alzheimerova choroba, ktorá sa niekedy u pacientov vyskytuje aj v kombinácii s inými typmi demencie.

O Alzheimerovej chorobe

„Alzheimerova choroba má veľmi pomalý nástup. Začína sa prejavovať poruchami krátkodobej pamäti. Ľudia,

ktorí trpia Alzheimerovou chorobou, majú často problém sa koncentrovať, zapamätať si nové informácie, sú menej schopní logicky myslieť alebo si vytvárať úsudok. Dlhodobá pamäť spočiatku zostáva zachovaná. Postupne sa objavujú aj poruchy orientácie v čase a priestore. V pokročilejších štádiách pacienti prestávajú spoznávať svojich blízkych, nie sú schopní sa o seba postarať a vykonávať každodenné aktivity, na ktoré boli zvyknutí,“ približuje ďalej ÚVZ SR a radí: „Výživná strava, fyzická aktivita, sociálna angažovanosť a duševne stimulujúce aktivity - to všetko pomáha zostať zdravými aj v starobe. Pomocou týchto faktorov je tiež možné znižovať riziko poklesu poznávacích procesov v dôsledku starnutia a Alzheimerovej choroby.“



» ren

Ilustračné foto. zdroj foto David_SMC pixabay

kamstav
kompletné kamenárske služby

www.kamenarstvo-kamstav.sk

MARTIN Kollárova 79 (pri SAD Martin)

Radi Vás navštívime: 0908 965 976

SERIÓZNOSŤ • FLEXIBILITA • TRADÍCIA od r. 1989



**SPISUJEME OBJEDNÁVKY PRE ROK 2024
ZA MINULOROČNÉ CENY**

**-50%
na všetky pomníky**

DRAŽBA GARÁŽ

Parcela č. 2893/105 súp.č. 8979 Martin pri strelnici,
JAMA+ELEKTRINA.

Dňa 9.10.2024 o 10:00 v budove exekútora

Vyvolávacia cena: 5700 Eur (zábezpeka 2850 Eur).

Exekútorský úrad JUDr. Martin Hermanovský
Moskovská 18, 81108 Bratislava, tel: 02/556 43130

CENA OD 4,80 €

NÁTER A ČISTENIE STRIECH A FASÁD
OPRAVA KOMÍNOV
VÝMENA DAŽDOVÝCH ŽLABOV
UMÝVANIE OKIEN

0905 111 637 • www.axvertical.sk



HYDROIZOLÁCIE

- balkóny
- terasy
- ploché strechy
- altánky

0907 103 755

EURO - MONT
Predaj a montáž
DREVENÉ PARKETY
Brúsenie a lakovanie
www.brusenieparkiet.com
0917 755 577

tu mohla byť
VAŠA REKLAMA

KUCHYNE na mieru



za cenu ako z Poľska

MARTIN
Robotnícka 18 A
(bývalý hutný závod)

kontakt:

0902 828 109

NÁTERY STRIECH
práce vo výškach
0917 578 839 www.altitudo.sk
REKONŠTRUKCIE RÍŇ

RÝCHLOČISTIARENÍ PERIA
ŠITIE paplónov a vankúšov

AKCIA pri predložení inzerátu
čistenie + vankúšik, alebo
nákupná taška **ZDARMA**
ODVOZ A DOVOZ ZDARMA PO CELEJ SR
Tel: 0905 267 750 MARTIN

VCHODOVÉ DVERE

VCHODOVÉ DVERE DO BYTOV

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

cena od
409 €
+ montáž

**záručný
a pozáručný
servis**

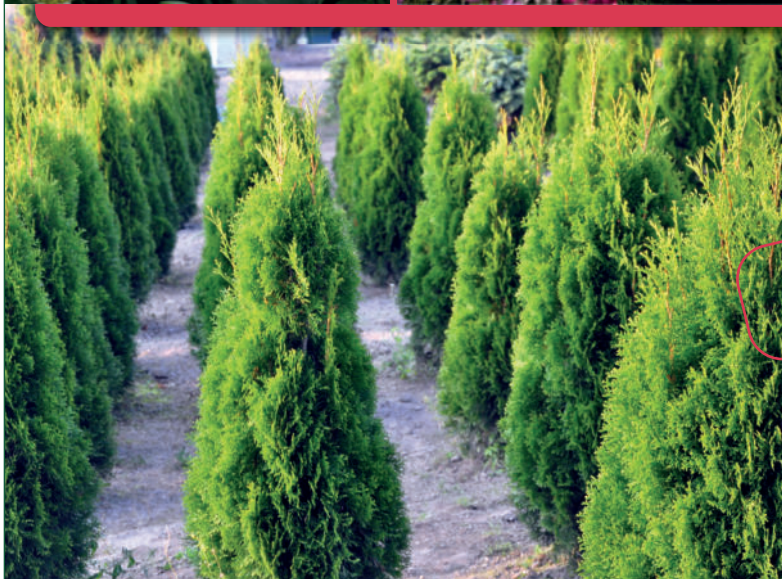
DOPRAVA ZDARMA

0917 678 746
www.vchodove-dvere.sk

**Záhradníctvo
LOSKOL**

ŠIROKÝ SORTIMENT OKRASNÝCH DREVÍN A KVITNÚCICH KROV

**JESENNÝ SORTIMENT SKLADOM
VRESY, CHRYZANTÉMY, CIBULKY**



TUJA ZÁPADNÁ 'SMARAGD'
balovka, vhodná na jesennú výsadbu

akcia

výška 80-100 cm = **6 €**

výška 100-120 cm = **10 €**

výška 120-140 cm = **12 €**

výška 140-160 cm = **14 €**

JESENNÉ OTVÁRACIE HODINY

PONDELOK - PIATOK

9:00 - 12:00 • 13:00 - 17:00

SOBOTY

8:00 - 13:00

Horná Štubňa 196, pri kaplnke **0908 428 157**

Záhradníctvo LOSKOL **www.loskol.sk**

Komunikujte a buďte v kontakte s blízkymi

Povodne a psychologická pomoc pre ľudí

Nedávne povodne zasiahli na Slovensku veľa ľudí. Prírodné katastrofy, ako sú záplavy, môžu mať podľa odborníkov devastujúci vplyv nielen na životné prostredie, ale aj na psychické zdravie zasiahnutých ľudí. Strata alebo zničenie domova, zranenie, odlúčenie od blízkych a neistota ohľadom budúcnosti môžu spôsobiť silný stres, úzkosť, traumy a pocity bezmocnosti. Liga za duševné zdravie preto pripravila rady, ktoré môžu pomôcť pri poskytnutí základnej psychologickej podpory ľuďom zasiahnutým záplavami.

Akceptujte svoje pocity a dajte im priestor

Katastrofické udalosti vo všeobecnosti spôsobujú emocionálny zmätok. „Je normálne, že môžete cítiť šok, strach, zúfalstvo, zlosť alebo smútok. Nemusíte sa hanbiť za svoje pocity. Je to normálna reakcia na nenormálnu situáciu,“ hovoria odborníci z Ligy za duševné zdravie a odporúčajú:

- Skúste prijať, že v tejto situácii je prirodzené cítiť sa neisto a bezmocne.
- Dovoľte si plakať, byť smutný alebo nahneváný – tieto emócie sú normálnou reakciou na ohrozenie a stratu bezpečia.
- Rozprávajte sa o svojich pocitoch s blízkymi alebo ľuďmi v okolí, ktorí zažívajú

podobné situácie. Zdieľanie svojich skúseností môže uvoľniť emocionálny tlak.

Komunikujte a buďte v kontakte s blízkymi

„V čase katastrofy je kľúčové udržiavať spojenie s ľuďmi, ktorí vám môžu poskytnúť emocionálnu podporu. Ak je to možné, zostaňte v kontakte s rodinou a priateľmi, ktorí môžu byť mimo zasiahnutej oblasti. Pomôže vám to cítiť sa menej izolované a bezpečnejšie, zároveň vám môžu pomôcť radou alebo materiálne,“ radia odborníci, podľa ktorých je potrebné byť tiež v kontakte s ľuďmi okolo vás, pretože aj krátke rozhovory s inými evakuovanými môžu byť dôležité pre váš psychický stav - sila komunity sa ukazuje práve v kritických chvíľach. Rovnako by ste sa nemali báť komunikovať svoje potreby. Ak sami cítite, čo by ste potrebovali pre upokojenie, nebojte sa to svojmu okoliu povedať.

Obmedzte prílišné sledovanie médií

Neustále sledovanie správ alebo sociálnych sietí môže podľa odborníkov zvyšovať stres a úzkosť. „Skúste teda sledovať správy len v pravidelných vybraných intervaloch a tiež filtrujte informácie – sústreďte sa na overené zdroje a vyhnite sa zdieľaniu neoverených alebo



Ilustračné foto.

zdroj foto Hans pixabay

poplašných správ,“ odporúčajú.

Ak je to potrebné, vyhľadajte odbornú pomoc

Katastrofy môžu vyvolať veľmi silné reakcie, ako sú pocity beznádeje, chronický stres alebo dokonca posttraumatický stresový syndróm (PTSD). Ak máte pocit, že si neviete rady so svojimi emóciami, alebo ak sa u vás prejavujú vážne príznaky, ako sú nočné mory, flashbaky alebo neustála úzkosť, je dôležité vyhľadať pomoc odborníka.

- Linky dôvery sú dostupné a ponúkajú anonymnú pomoc v čase krízy, nonstop

a bezplatne.
Linka dôvery Nezábudka 0800 800 566
Krízová linka pomoci 0800 500 333
• Psychológovia a terapeuti sú často dostupní aj v evakuačných centrách alebo formou telefonickú a online podpory.

Pomáhajme si navzájom – v čase katastrofy môže byť veľkým zdrojom úľavy pomáhať ostatným. Aj malé činy solidarity – ako poskytnutie praktickej pomoci alebo emocionálna podpora druhým – nám môžu pomôcť cítiť sa užitoční a podporiť vaše vlastné zvládanie situácie.

» **ren**

Nakúpte výhodne vo vybraných E-shopoch

Využite kód: **OPLATISA**

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

decoreum

-59,00 EUR **53,10 EUR**

SADA KEMPINGOVÉHO NÁBYTKU

-10%

decoreum

-44,00 EUR **39,60 EUR**

SKLADACIA ZOSTAVA 4+1 STÔL +STOLIČKY

-10%

decoreum

-89,00 EUR **80,10 EUR**

2-KOMOROVÝ BOTNÍK - LOFT

-10%

Objavme krásy prírody v Nízkyh Tatrách

www.cujte.sk

PREDAJ štiepaného palivového dreva BUK / SMREK

V dĺžke 25 až 50 cm podľa požiadaviek zákazníka



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



Vieme zabezpečiť vlastnú dopravu

0910 469 072 Martin, Turčianske Teplice, Žilina

KAMENÁRSTVO JANTÁR

- náhrobné pomníky
- žulové zakrytia hrobov
- urny a urnové schránky
- lampáše, vázy, kríže...



0908 252 071 Doživotná záruka na prácu

www.kamenarstvojantar.sk

Obhliadka, zameranie a grafický návrh ZDARMA

PREDAJ SLOVENSKÝCH ZEMIAKOV NA USKLADNENIE. ŽLTÉ AJ RUŽOVÉ

0,69 eur za 1kg

CIBUĽA
0,75 eur za 1kg

0915 988 336

Nad 100kg dovoz
ZDARMA

SAMOZBER MALÍN - JABLÍK

PREDPOKLAD SAMOZBERU DO KONCA OKTÓBRA
NEZMEŠKAJTE PRÍLEŽITOSŤ!

BLIŽŠIE INFO 0902 982 120, 0903 767 190

PREDAJ JABLÍK HRUŠIEK A SLIVIEK NA KVAS

0903 426 217,



AKCIA!!! SLIVKY NA KVAS 0,55€/kg

V OSTRATICIACH PRI PARTIZÁNSKOM

PRED PRÍCHODOM SI OVERTE DOSTUPNOSŤ A POVETERNOSTNÉ PODMIENKY
www.samozberjablk.sk, www.samozbersliviek.sk



Píla Vasil'ov s.r.o.

Pelety A1
certifikované

VŠETKO
SKLADOM



AKCIA BRIKETY
220 €/1000 kg

PELETY BRIKETY

ROZVOZ PRIAMO AŽ K VÁM
DOMOV, AJ V SOBOTU

www.pilavasilov.sk
Kontakt 0907105 008

DOVOZ A PREDAJ OSIEVANEJ ZÁHRADNÍCKEJ ZEMINY-ORNICE A PREDAJ NASTIELACEJ KÔRY

Doprava od 1 tony do 20 ton

- doprava sklápačom do 3,5 t,
- doprava sklápačom s hyd. rukou do 12 ton
- doprava sklápačom do 20 ton

Tel.: 0948 929 162 / E-mail: info@vykopmt.sk / Web: www.vykopmt.sk

www.facebook.com/vykopmt www.instagram.com/vykop_mt

BE-PROSTAV s.r.o.

AKCIA

Ekohrášok premium

28MJ

370€/tona
(cena s dovozom)

tel: 0905 783 360 • www.be-prostav.eu

NEREZOVÉ KOMÍNOVÉ VLOŽKY OCEĽOVÉ DYMOVODY FASÁDNE 3-VRSTVOVÉ KOMÍNY



FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

0948 267 814

kominsro@kominsro.sk

kominsro.sk

Slovenský certifikovaný výrobca nerezových komínov

BUKOVÉ brikety

- nízka popolnosť
- nedehtujú
- pre všetky typy pecok, sporákov a krbov

NONSTOP SLUŽBA

0915 113 102

Rozvoz aj v sobotu

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

AKCIA
OD 209€

ROZMER BRIKET
155 x 90 x 60mm

výhrevnosť: 19 MJ/kg
popolnosť: 1,3%

Realizujeme STROJOVÉ POTERY A OMIETKY

0948 300 988

BRIKETY - PELETY EKOHRÁŠOK - PALIVOVÉ DREVO ŠKÁROVKY A STUPNICE NA SCHODY

AUTODOPRAVA NAJNIŽŠIE CENY

S HYDRAULICKOU RUKOU ALEBO ČELOM

0948 153 799 www.drevoza.sk

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE

FRÉZOVANIE
od 15€/bm

REKONŠTRUKCIA
KOMÍNOV

ZĽAVA na materiál 40%

OBHLIADKA KOMÍNOV
ZDARMA

0948 012 507 • www.profikominy.sk

Začali vydávať nové cestovné doklady

Ministerstvo vnútra SR začalo vydávať nové cestovné doklady s moderným grafickým a bezpečnostným dizajnom. Grafický dizajn, štátne a národné symboly reflektujú národnú hrdosť Slovákov a poukazujú na prepojenosť slovenského národa na jednotlivé regióny.

Farebné prevedenie nových cestovných dokladov je v tónoch zodpovedajúcich národným farbám. Na predsádke je vyobrazený Kriváň - ako symbol majestátnosti slovenských hôr a hrad Devín nad sútokom riek Dunaj a Morava - ako symbol slovenských dejín. Tieto dominanty dopĺňa prvý verš básne Pavla Bellu Horala „Aká si mi krásna“, ktorú zhudobnil Eugen Suchoň. Na vizových stránkach sú dominanty krajských miest a pamiatky UNESCO. Súčasťou grafického dizajnu je štátny znak v národných farbách, národné symboly a ľudové motívy. „Ide o cestovný doklad hodný 21. storočia. Má pritažlivý vizuál a technickú ochranu na vysokej kvalitatívnej úrovni. S čipom novej generácie je oveľa bezpečnejší, pričom umožňuje aj rozvoj ďalších elektronických služieb,“ povedal minister vnútra Matúš Šutaj Eštok.

Na projekte nových cestovných dokladov sa spoločne zo strany rezortu vnútra a dodávateľa podieľalo takmer 40 ľudí - tím rezortu vnútra bol zložený z expertov zo sekcie informatiky MV

SR, Kriminalistického a expertízneho ústavu PZ, Úradu hraničnej a cudzineckej polície P PZ, odboru dokladov a evidencií Prezídia PZ, sekcie ekonomiky a iných útvarov. „Nasadenie bolo obrovské, stihli sme to v rekordnom čase - za pár mesiacov, keďže situácia s pasmi bola kritická. Len dodám, že štandardné uvedenie nových pasov do života trvá aj dva roky,“ doplnil štátny tajomník MV SR Patrik Krauspe.

Rezort vnútra vydáva súčasne šesť typov cestovných dokladov - štandardné cestovné pasy pre občanov, diplomatické pasy, služobné pasy, cudzinecké pasy a cestovné doklady podľa dohovoru OSN 1951 a 1954. „Cestovné doklady majú nový bezkontaktný čip s vlastnosťami spĺňajúcimi vysoké technické a bezpečnostné nároky na bezkontaktné identifikačné doklady,“ povedal generálny riaditeľ sekcie informatiky, telekomunikácií a bezpečnosti MV SR Martin Hrachala.



» **ren**

zdroj foto Ministerstvo vnútra SR

INZERCIA
martinsko@regionpress.sk

**OBNOVA NÁPISOV
a DOSEKÁVANIE
DÁTUMOV na
POMNÍKCH**
PRIAMO NA CINTORÍNE
čistenie dvojhrobu 100€
0944 229 001



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



www.mtec.sk

Spoločnosť M-TEC s.r.o.
**Príjme pracovníkov
na plný úväzok na pozície:**

**Obsluha CNC
obrábacieho centra**

Mzda: od **7,30 Eur/ hod.**

Obsluha CNC sústruhu

Mzda: od **8,- Eur/ hod.**

**Obsluha
CNC horizontky**

Mzda: od **8,50 Eur/ hod.**

Ponúkame:

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

Kontakt: **Peter Pták**
+421 905 466 458, vyroba1@famis.sk
www.mtec.sk

UPRATOVAČKA

Teplička nad Váhom

plný úväzok, na dohodu (brigády)



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

Mzda: **750-1000 EUR/mesiac**

Základ 4,31 - 4,60 EUR /hod.+ príplatky,
dochádz. bonus, príspev. strava a doprava

praca@ssigroup.sk, +421 905 168 503

HĽADÁME ĽUDÍ, STROJNÍKOV

(báger, nakladač), šofér (sk.T).

Práca v kameňolome pri Párnici

dopravex@dopravex.sk

0915 870 839
0917 399 777

FRÉZOVANIE
VLOŽKOVANIE
VÝROBA
KONTROLA
REVÍZIA
KONZULTÁCIA
MERANIE SPALÍN
STAVBA A MONTÁŽ

www.kominykabac.sk

www.kominy-kabac.sk



+421 905 742 808
JKABAC@ORAVA.SK
NOVÁ 169, LIESEK

**MUROVANÉ
KOMÍNY
S NEREZOVOU
VLOŽKOU**

- Trojvrstvový nerezovo betónový komínový systém na obvod spalín zo spotrebičov na tuhé, plyné a kvapalné palivá
- Dobré tepelnoizolačné vlastnosti
- Jednoduchá montáž
- Vysoká požiarne bezpečnosť

S	8								
U	7		4		5		3		
D				2			8	3	
O			8				4	9	
K		5	7			2			
U	4			7		8	9		
			3			6			

S			9				3	5	1
U				2	1		8		
D					6		9	4	
O							5		
K	2		3	1					8
U					9			1	
	4	8		9		3	1		
				8					
					5	6			4

EKOKANAL 0908 967 587, 0911 967 587

- Čistenie kanalizácií a odtokov
- Inšpekcia potrubia kamerou
- Čistenie lapačov tukov
- Tlakové skúšky potrubia
- Bezvýkopové opravy
- -výkopové opravy kanalizácií

NON-STOP

- Frézovanie kanalizačných potrubí
- Vyhľadávanie kanalizač. trás detektorom
- Lokálne bezvýkopové opravy

KÚPEĽNE BYTOVÉ JADRÁ

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

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

Oplatí sa!

**TOP
PONUKY
TÝŽDŇA**



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

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**

Zdravie z Oravskej horárne



Pobyty so štátnou účelovou dotáciou
1 nepracujúci dôchodca aj v roku 2024

Dovolenkujte iba za 230 EUR

1 dôchodca/6 dní/5 nocí

VOĽNÉ TERMÍNY: 14. 10. – 19. 10. • 21. 10. – 26. 10.,
28. 10. – 2. 11. • 4. 11. – 9. 11. • 11. 11. – 16. 11. • 18. 11. – 23. 11. 2024.

Cena zahŕňa:

> 5 x ubytovanie, 5 x plnú penziu,
> 1 x celodenný autobusový zájazd za krásami Oravy

Bonus:

1 x folklórne vystúpenie, bezplatné WIFI,
vstup do herní, parkovanie v areáli, požičanie bicyklov
a darček Oravskej horárne na pamiatku

Penzión * Oravská horáreň, Oravský Podzámok č. 396, lokalita Hruštín Zábava**
Informácie nájdete na www.oravskahoraren.sk • Rezervácie: **0918 591 942, info@oravskahoraren.sk**

MONTTER

ZIMNÉ ZÁHRADY PERGOLY ZASKLENIE



Hliník



Drevo

Kvalita ktorú si môžete dovoliť!

ZOSTÁVA MENEJ AKO 100 DNÍ DO VIANOČ

0919 383 881 • www.MONTTER.sk

**Montujeme
po celom Slovensku**

OBJEDNAVKY@MONTTER.SK

POKRÝVAČ- TESÁR



renovácia striech,
renovácia garáží,
zateplenie,
oprava a renovácia
žlabov kompletná
výmena striech

OKAMŽITÉ ZAČATIE PRÁČ

ZDARMA

doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

Kontakt: +421 949 623 050

Oplatí sa!

**ZAČNITE PREDÁVAŤ
ONLINE!**



**DOM
KAVY**

**DOMKAVY.SK
TRNAVA**

KAVOVA5

ZĽAVOVÝ KÓD - 5% ZĽAVA NA NÁKUP ZO STRÁNKY WWW.DOMKAVY.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%**

NORWIT

**VYSKÚŠAJTE SI
ŠPIČKOVÉ
JAPONSKÉ
MINIBAGRE
KUBOTA**

Každý návštevník
od nás dostane
**ZĽAVOVÝ
VOUCHER**
na nákup až do výšky
1000 €

KEDY A KDE?

15.10 Prešov, Petroviarska ul. (pri ČS Shell), viac info: 0903 610 809
16.10 Banská Bystrica, Zvolenská cesta 37, viac info: 0903 723 690
17.10 Bratislava, Staviteľská 9, viac info: 0903 903 320

Stannah

**Darček v
hodnote až
do 100,- €***
Ponuka

**Toto hovoria naši zákazníci.
Neni k tomu čo dodať**

**Služby
Špičkovej
Kvality**

Už po prvom kontakte sme boli veľmi milo prekvapení
ochotou, ústretovosťou a profesionálnym prístupom
tejto spoločnosti. Stoličkový výťah mi zmenil kvalitu
môjho života a umožnil mi stráviť zvyšok môjho života
v našom rodinnom dome. Moje poďakovanie patrí
celému tímu spoločnosti Stannah.

Helena Sotáková

Trustpilot

Zavolajte zadarmo
0800 162 162 • www.stannah.sk

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

*Kampaň platí pre každú objednávku do 31.10.24, nie je retroaktívna ani
kumulovateľná s inými ponukami alebo kampaňami.

KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje i celé
poľovnícke zbierky.

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

Výkup mincí
do roku 1945

Celá SR

0940 723 073
trofejeeu@gmail.com

POKRÝVAČ- TESÁR

**RENOVÁCIA STRIECH, RENOVÁCIA GARÁŽÍ,
ZATEPLENIE, OPRAVA A RENOVÁCIA
ŽLABOV KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH**

**ZA NAŠU PRÁCU
RUČÍME!**

Kontakt: Janek - 0919 495 628

Vypestujte si to svoje domáce! :)

SKLENÍKOV

Jesenný výpredaj!

Skleníky %
Sudy na vodu %
Kompostéry %
Krycie plachty %
Udiarne %

Môžete nám aj zavolať!

0915 516 672

www.sklenikovo.sk

Navštívte náš e-shop!