

L'UBOVNIANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 12 940 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

ČISTENIE HROBOV

- Čistenie hrobov • Obnova písma
- Dosekávacie písma

AKCIA

JEDNOHROB 90€ **80€**DVOJHROB 140€ **120€**

Obnova písma 1,50€ 1,50€/ZNAK

Impregnácia a doprava ZDARMA

0911 996 087 0949 651 250

www.cistenie-hrobov.sk

VÝBORNÁ STRECHA

- NÁTERY STRIECH
- OPRAVA KOMÍNOV
- DLHÁ ŽIVOTNOSŤ FARIEB
- ZA VÝHODNÉ CENY

0940 151 498

VÝKUP STARŠÍCH VOZIDIEL

FORMALITY VYBAVÍME ZA VÁS

PENIAZE V HOTOVOSTI IHNEĎ

sidlo Sabinov: 0917 722 447

kafejatransport@gmail.com

STAČÍ ZAVOLAŤ
PRÍDEME KEDYKOLVEK
ODŤAHOVÁ SLUŽBADACHMANN
www.dachmann.sk

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

DREVENÉ A HLINÍKOVÉ

OKNÁ

SERVIS A OPRAVA OKIEN

DRETTIX HOME GREDIT Quattro

- EXTERIÉROVÉ ŽALÚZIE, ROLETY
- PREDAJ PARAPETNÝCH DOSIEK
- ZASKLIEVANIE BALKÓNOV
- SIETE PROTI HMYZU, ŽALÚZIE
- GARÁŽOVÉ BRÁNY

Levočská 2, 080 01 Prešov, maxidachmann@gmail.com

051/7718 607, 0903 634 202, 0915 547 169

PREDAJ ŽIVEJ HYDINY
VO VEĽKOM SLAVKOVE

NOSNICE

Termín: od marca cca každé 3 týždne

KURČATÁ BROJLERY

Jednodňové termín: cca 1.4. a 15.4.

Jednokilové termín: koniec apríla, začiatok mája

MORIAKY

termín: máj váha: cca 2,5 kg

Prijímame objednávky na tel. č.

0911 952 229 alebo 052 7767 359

RIZIKOVÉ OREZY a VÝRUBY STROMOV

starostlivosť o záhrady
stromy, kríky, živé ploty

0918 290 314

Vyvýšené záhony na mieru
z bezúdržbových materiálov

- ✓ životnosť a stálosť farby 25 rokov
- ✓ vyrábané z WPC masívnej dosky 133x35mm na akúkoľvek dĺžku a šírku, výška iba násobky 133mm
- ✓ vystužená konštrukcia z hliníka 3mm stena a kotvená nerezovými skrutkami
- ✓ dodávané v rozloženom stave a teda 4 ks stien + kotviace príslušenstvo na adresu zákazníka
- ✓ všetko je predvrtané, samotné zloženie trvá cca 10 minút, k dispozícii je 5 odtieňov s možnosťou kombinácie farieb
- ✓ konštrukcia je pevnostne navrhnutá tak, že sa do záhonu môže rovno sypať zemina, resp. odporúča sa ešte použiť fólia

MAGMAKAM s.r.o.

Továrenská 11 (bývalé LUKO)

064 01 Stará Ľubovňa

info@magmakam.sk | 0948 998 358

Bezplatný týždenník

LUBOVNIANSKO

EV 6208/24

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

Ročník II, rok 2025

Redakcia: Bajkalská 3852/20
POPRAD
lubovniansko@regionpress.sk

INZERCIA

Alena Berithová 0907 877 862

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



Vychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (12.940 domácností)

Každý týždeň:

Stará Ľubovňa, Čiž, Forbasy, Hniezdne, Hromos, Chmelnica, Jakubany, Kamienka, Kolačkov, Kyjov, Ľubotín, Nižné Ružbachy, Nová Ľubovňa, Orlov, Plaveč, Plavnica, Podolíneček, Šamborn, Šarišské Jastrabie, Údol, Veľký Lipník, Vyšné Ružbachy

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

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

Západné Slovensko

BV	97.240	Bratislavsko Východ
BZ	106.540	Bratislavsko Západ
DS	34.320	Dunajskostredsko
GA	34.390	Galantsko+Šaliansko
HC	30.330	Hlohovecko+Sereďsko
KM	16.450	Komárňansko
LV	30.580	Levicko
MA	29.680	Malacko
NR	54.170	Nitriansko
NK	35.050	Novozámocko
PZ	22.970	Pezinskó
PN	41.870	Piešťanskó+NM+MY
SC	35.420	Senecko
SE	36.750	Senicko+Skalitéko
TO	41.930	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59.870	Trenčiansko+DCA+HL
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	Lučenecko+VK+PT
MT	38.570	Martinskó+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	Žiarsko+ZC+BS
ZA	50.780	Žilinskó+BY

Východné Slovensko

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

Podporia štúdium nedostatkových odborov

Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže SR informovalo v uplynulých dňoch, že pokračuje v podpore študentov odborov, v ktorých chýbajú odborníci. Aj tento rok poskytnú 1 500 motivačných štipendií študentom vysokých škôl, ktorí sa rozhodli študovať kľúčové profesie pre rozvoj spoločnosti a domácej ekonomiky.

„Cieľom programu je motivovať maturantov vybrať si odbory potrebné na trhu práce a podporiť študentov, aby v týchto odboroch zostali. Štipendiá sú určené pre najlepších maturantov a talentovaných študentov bakalárskeho štúdia. Tento rok ich získa 500 prvákov, 500 druhákov a 500 tretiačov,“ priblížil rezort školstva.

Podporované oblasti

Medzi podporované oblasti patria elektrotechnika, informatika, kybernetika, ošetrovateľstvo, strojárstvo a prvé tri ročníky štúdia všeobecného a zubného lekárstva. Podpora sa týka aj vybraných špecializovaných odborov, ako sú jadrová fyzika a jadrová chémia, osobná a železničná doprava či študijné programy pripravujúce učiteľov fyziky, chémie, informatiky a matematiky.

Zoznam aktualizujú

„Ministerstvo každoročne aktualizuje zoznam nedostatkových odborov na zá-

lade analýzy trhu práce a konzultácií so zamestnávateľmi. Hlavným kritériom je porovnanie počtu absolventov vysokých škôl s dopytom na trhu práce, pričom dáta čerpá aj z portálu Služby zamestnanosti Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny SR. Výber odborov bol konzultovaný s príslušnými rezortmi a odbornými skupinami v rámci dlhodobého programu zmien v rezorte školstva,“ uviedlo ministerstvo školstva. Doplnilo tiež, že štipendiá sú financované zo štátneho rozpočtu a vysokým školám ich poskytuje ministerstvo školstva. Výška finančnej podpory sa určuje podľa počtu študentov v nedostatkových odboroch na danej škole. Kritériá výberu štipendistov a systém vyplácania štipendií si následne nastavujú samotné vysoké školy podľa vlastných štipendijných poriadkov.



» ren

zdroj foto StockSnap pixabay

FRÉZOVANIE
a VLOŽKOVANIE
komínov

- revízie komínov ku kolaudáciám RD
- frézovanie a vložkovanie komínov
- strojové čistenie zadechtovaných komínov
- fasádne komíny
- čistenie a kontrola komínov

Kontaktujte nás v pracovných dňoch
od 7.00 do 17.00 hod.

obhliadka
ZDARMA

www.kominar-poprad.sk
www.kominyfrezovanie.sk

Erimont s.r.o. Lučivná 315



0905 279 418
Michal Hudáč



Starajme sa o svoj mozog

www.cujte.sk

39-011

zdroj foto gratis pixabay

HĽADÁTE
ZAMESTNANCA?

SKÚSTE TO

INZERCIOU

v našich novinách



0907 877 862

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.

decorem.sk

KOBREC 4959B
CHEAP HNEDÁ

-10%



od 8,19 EUR

decorem.sk

KOBREC CHEAP
K857A BEŽOVÝ

-10%



od 16,20 EUR

Chcete si
podať riadkový
inzerát?

Pošlite SMS na tel. č. 8866
v tvare RP (medzera) SL
(medzera) číslo rubriky
(medzera) Text inzerátu.

Príklad:

RP SL 7 Predám hlboký
modrý kočík. 0987 654 321

Inzerát bude po skontrolovaní spoločne spätnou SMS, ktorú Vám vyúčtuje Váš mobilný operátor.

Cena spätnej SMS (vrátane DPH):

- Text do 50 znakov 1 €
- Text 51 až 100 znakov 2 €
- Text 101 až 150 znakov 3 €

Číslo rubriky:

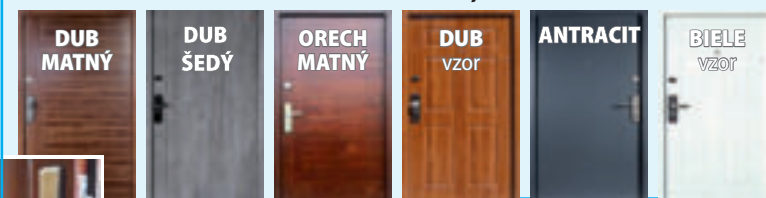
- 1 – Auto-Moto
- 2 – Elektro, technika
- 3 – Domácnosť, nábytok
- 4 – Dom a záhrada
- 5 – Zverinec, drobných
- 6 – Hobby a šport
- 7 – Deťom
- 8 – Darujem
- 9 – Zoznámenie
- 0 – Rôzne

Komerčné inzeráty, pozvánky na akcie, ponuky zamestnania a reality v riadkovej inzercii neuverejňujeme. V prípade záujmu o zverejnenie tohto typu inzerátu kontaktujte našich obchodníkov. SMS je možné podať aj v novinách v iných regiónoch. V takom prípade nahraďte písmena „SL“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tlači.

(Službu platbarnobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

BEZPEČNOSTNÉ DVERE

Naše OCEĽOVÉ DVERE so ZÁRUBŇOU, CHRÁNIA-ZATEPLIA-ODHLUČNIA Váš domov



AKCIA 430€

kovanie ZDARMA

zameranie ZDARMA

v ponuke aj
INTERIÉROVÉ
DVERE

v ponuke aj hladké dvere a odtieň Wenge všetky dvere SKLADOM



odborná montáž s licenciou
technickej služby od polície SR

www.ocelovedvere.sk

ocelovedvere@ocelovedvere.sk

0905 468 802

KEŽMAROK, Hlavné námestie 78

Otvorené:
Po-Pia: 9⁰⁰-17⁰⁰

66-011



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY

Veľkonočné
PEČENIE
začína tu

**43%
ZĽAVA**

2.99*
1.69
• (1 kg = 4,30)

Salko
397 g
a pohárček Salko karamel
397 g za 1,69 €



**38%
ZĽAVA**

3.89*
2.39
• (1 kg = 0,90)

Rajo maslo
250 g

AKTIVNÝ KUPÓN

**51%
ZĽAVA**

3.89*
1.89
• (1 kg = 0,90)

MAXIMÁLNY ODSEK
SÚ 4 KUSY NA NÁKUP



rajo

Tradičné
Maslo
250 g

Cena platí
pri nákupe
nad 30 €

OD PONDELKA

OD PONDELKA 24. 3. DO NEDELE 30. 3.
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

**54%
ZĽAVA**

4.95**
2.29
• (1 kg = 4,50)

Jahody
500 g balenie



**29%
ZĽAVA**

2.39
1.69

Konzumné zemiaky
2 kg balenie
niektoré vonné typy - 8



1 kg iba
0.85

2 kg
balenie



LIDL
STÁNOK
Dobrá cena

**37%
ZĽAVA**

4.59
2.89
• (1 l = 1,00)

Prosecco DOC
Frizzante
0,75 l
tuhé, suché



**24%
ZĽAVA**

19.99*
14.99

Lavazza
zrnková káva
1 kg
rôzne druhy



SUPERCENA

2.99
• (1 kg = 4,27)

Mleté bravčové
mäso
700 g balenie



**24%
ZĽAVA**

6.59
4.99

Kuracie prsia
cena za 1 kg

AKTIVNÝ KUPÓN

**33%
ZĽAVA**

6.59
4.39

MAXIMÁLNY ODSEK
SÚ 3 kg NA NÁKUP



Cena platí
pri nákupe
nad 30 €

*Odpovedaná bežná maloobchodná predajná cena výrobku.

**Cena určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t.j. mimo akčných cien, stanovených na základe porovnania cien dňa 4. 3. 2025.

***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávateľného produktu zaradeného do sčítania sčítaním spoločnosti.

LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri prepisoch na Internetovú stránku a elektronické zariadenia.

Ponuka tovaru v letáku platí od 24. 3. do 30. 3. 2025 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlačí vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmeniť balenia a varianty ponúkaného tovaru. Odberom trvá voľba kľúčom množstva.

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

LEVOČSKÁ 31, 064 01 STARÁ ĽUBOVŇA

KUPÓN 10% z nákupu pri preukázaní na predajni

ČIMO OUTLET

PREDAJŇA S AKCIOVÝM TOVARAM
NOVÝ TOVAR KAŽDÝ DEŇ

Po./Pi. 9:00-17:00 Sob. 8:00-12:00

27. marca 1983

orgány Štb pozatýkali množstvo príslušníkov **františkánskej rehole** v rámci „akcie Vír“

Výročia a udalosti

BITUFLEX s.r.o. OBNOVA PLECHOVEJ A ETERNITOVEJ STRECHY

PRACUJEME VÝHRADNE NA ZÁKLADE ZMLUVY

- odstránenie nečistôt
- penetrácia
- vynikajúca nepriepustnosť vody
- vzhľad škridle
- vysoká životnosť

- ZAMERANIE ZDARMA
- BEZ ZÁLOHY
- prvotriedny materiál zn. Index mineral design
- záruka 25 rokov a dlhoročné skúsenosti

ZABEPEČUJEME REALIZÁCIU ŠKRIDLOVÝCH STRECH na KĽÚC

0950 266 604

www.bituflex.sk
Bituflexroznava@gmail.com

Autorizované organizácie zodpovednosti výrobcov
E-cycling s. r. o. a SLOVMAS, a. s. týmto informujú:



- Do skupiny vyhradených výrobkov patria elektrozariadenia, batérie a akumulátory, obaly, neobalové výrobky, vozidlá a pneumatiky.
- Na vyhradené výrobky sa vzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov, t. z., že výrobca takéhoto výrobku je povinný plniť súbor povinností pre vyhradený výrobok uvedený na trh SR. Tým je zabezpečené, že o vyhradený výrobok, resp. vyhradený prúd odpadu bude postarané vo všetkých fázach jeho životného cyklu.
- Financovanie triedeného zberu vyhradeného prúdu odpadu, vrátane triedeného zberu zložiek komunálneho odpadu patriacich do vyhradeného prúdu, znášajú výrobcovia v rámci systému rozšírenej zodpovednosti výrobcov. V prípade nedôsledného triedenia oddelene zbieraných zložiek komunálneho odpadu, na ktoré sa vzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov, náklady na triedený zber vyhradeného prúdu odpadu znáša obec.
- Každý môže predchádzať vzniku odpadu už pri rozhodovaní o kúpe nového výrobku. Pre ochranu životného prostredia je dôležité, aby sme kupovali výrobky, ktoré majú čo najmenší obalov, pokiaľ možno z rozložiteľných materiálov, aby sme kupovali elektrozariadenia s najvyššou energetickou triedou, pretože šetríme prírodné zdroje potrebné na výrobu elektrickej energie. V prípade batérií a akumulátorov sa snažíme o používanie batérií s dlhou životnosťou alebo využívame nabíjateľné akumulátory.
- Zakazuje sa do voľnej prírody ukladať akýkoľvek odpad. Batérie a akumulátory, elektrozariadenia a odpadové pneumatiky sa nesmú vyhadzovať do komunálneho odpadu.
- Konečný používateľ môže odovzdať elektrozariadenia, batérie a akumulátory na miestach spätného zberu a odpadové pneumatiky u distribútorov pneumatík. Nakladanie s odpadom z obalov a neobalových výrobkov je určené vo všeobecne záväznom nariadení obce.

Viac informácií nájdete na webových sídlach
www.e-cycling.sk a www.slovmas.sk.

**NÁTERY STRIECH
OPRAVA KOMINOV**

NOVÁ STRECHA.

Za rozumnú cenu

0908 152 485

PROFI STRECHA

RÝCHLO A KVALITNE

- NÁTERY STRIECH
- NÁTERY VO VÝSKACH
- NÁTERY KOSTOLOV
- OPRAVA A MUROVANIE KOMINOV

0940 366 431

FARBY KTORÉ ŽIJÚ ZA VÝHODNÚ CENU

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk



Uzávierka ďalšieho vydania regionálnych novín je **26. marca 2025**

Podajte daňové priznanie elektronicky

Na podanie daňového priznania k dani z príjmu zostávajú posledné dni. „Aby daňovníci ušetrili čas a zároveň mali istotu, že daňové priznanie budú mať vyplnené správne, odporúčame podať ho elektronicky cez portál finančnej správy. Ak má daňový subjekt občiansky preukaz s čipom, vie tak urobiť z pohodlia domova bez návštevy daňového úradu,“ radí Finančná správa (FS).

Firmy a fyzické osoby podnikatelia musia s finančnou správou komunikovať elektronicky už niekoľko rokov. Pre ostatných je však elektronické podávanie daňových priznaní tiež možnosťou ako si celý proces zjednodušiť a ušetriť čas. Stačí na to len občiansky preukaz s čipom, pomocou ktorého sa dá zaregistrovať na portáli finančnej správy. Tým sa daňovníkom sprístupní ich osobná internetová zóna, ktorú následne môžu využiť aj na vyplnenie a podanie daňového priznania.

Systém formulár priebežne kontroluje

„Medzi výhody elektronického podávania jednoznačne patrí systémová logická kontrola dokumentu. V prípade vyplňania na portáli finančnej správy systém priebežne kontroluje formulár a farebne zvýrazňuje riadky, v ktorých nájde nezrovnalosť. Okrem toho, množstvo údajov zároveň na pozadí sám počíta a preto dokáže automaticky do-

plniť do týchto zvýraznených riadkov správne hodnoty. Daňovník je tak potom odbremený od hľadania nesprávnych údajov a ich prácneho prepočítavania,“ uvádza FS.

Poštou aj osobne

Ak daňovník nemá občiansky preukaz s čipom, alebo nechce podať daňové priznanie elektronicky, aj tak môže využiť možnosť vyplnenia formuláru na portáli finančnej správy. „V takom prípade si otvorí katalóg formulárov mimo osobnej internetovej zóny, nájde si správny formulár v zozname, vyplní ho, nechá si ho skontrolovať a na konci ho miesto odoslania vytlačí, pričom takto vyplnené tlačivo buď pošle poštou, alebo osobne prinesie na daňový úrad,“ približuje FS.

Všetky informácie k elektronickej komunikácii nájdete na portáli FS.



» ren

zdroj foto hamonazaryan1 pixabay

Spustili výzvu na obnovu domov

Slovenská agentúra životného prostredia spustila prijímanie žiadostí tretieho kola výzvy Obnov dom MINI 2 za 10 miliónov eur. Výzva na obnovu starších rodinných domov má byť dostupnejšia, adresnejšia a príležitosť získať 10-tisíc eur budú mať nízkopriemerné domácnosti na celom Slovensku, ktoré sú ohrozené energetickou chudobou.

Z výzvy Obnov dom MINI 2 môžu majitelia starších rodinných domov realizovať okrem zateplenia domu, výmeny okien a dverí aj výmenu zdroja tepla - starého kotla za kotol na biomasu. Nemusia pritom použiť energetický certifikát, čo je administratívne aj finančne menej náročné a zrýchľuje samotný vplyv opatrenia na pozitívne zmeny zdrojov vykurovania domácností. Rodiny sa tiež môžu rozhodnúť pre solárne panely a tepelné čerpadlo typu vzduch-vzduch.

Navyšuje sa ročný čistý príjem

Získať dotáciu v rámci tretieho kola Obnov dom MINI 2 bude jednoduchšie. Podľa generálneho riaditeľa Slovenskej agentúry životného prostredia Juraja Moravčíka sa navyšuje ročný čistý príjem na jedného člena domácnosti z 8 165,30 eur na 8 718,60 eur. „Po prepočítaní na mesačný príjem ide o sumu 726,55 eur, namiesto pôvodných 556,73 eur z pilotnej výzvy. Tým bude dotácia

pre nízkopriemerné domácnosti na obnovu domov dostupnejšia a efektívnejšia,“ dodal Juraj Moravčík.

Termín je do 22. apríla

Podmienky výzvy sú zverejnené na webovom portáli obnovdom.sk. Stačí vyplniť elektronický formulár na www.obnovdom.sk a vytlačenú žiadosť s povinnými prílohami predložiť poštou v období od 17. marca do 22. apríla 2025. „Žiadatelia, ktorí nemajú prístup k internetu, sa môžu obrátiť so žiadosťou o pomoc na zamestnancov regionálnych kancelárií SAŽP, alebo na odborných pracovníkov počas výjazdov vo vybraných obciach, o ktorých budemečas informovať na webovom portáli obnovdom.sk a priamo v obciach,“ uviedla Slovenská agentúra životného prostredia.



» ren

zdroj foto Leonhard_Niederwimmer pixabay



BOBRIA SILA V AKCII

NAŠA MARCOVÁ PONUKA



79,99

RIWALL AKU VYŽÍŇAČ „PRO RALT 2320 SET“

Teleskopické nastavenie výšky.
Vodiace koliesko na prácu okolo
obrúbnikov. 2 Ah batéria a nabíjačka.
Pracovná šírka 23 cm. OBI č. 1517044



94,99

NAREX ELEKTRICKÁ REŤAZOVÁ PÍLA „EPR 35-23“

OBI č. 1525872



119,99

AL-KO ELEKTRICKÝ VERTIKUTÁTOR „COMFORT 38 E COMBI CARE“

Výkon motora: 1 300 W. Vhodná plocha do: 800 m².
Nastavenie výšky kosenia: centrálné 5 polôh. Pracovná
šírka frézy: 38 cm. Max. hĺbka rezu: 16 mm. Min. hĺbka
rezu: 3 mm. Pracovná šírka valca: 37 cm. Max. hĺbka
vertikutácie: 16 mm. Min. hĺbka vertikutácie: 3 mm.
Možnosť prevzdušňovania: áno. OBI č. 4493508



129,99

LAVOR VYSOKOTLAKOVÝ ČISTIČ „STARGATE“

Zabezpečuje rýchle a pohodlné čistenie, najmä vonku.
Čistič má 2 500 W motor s medeným vinutím a krytom,
čo výrazne zvyšuje životnosť zariadenia. Maximálny tlak
TURBO: 270 barov. OBI č. 2418952



139,99

ELEKTRICKÁ ROTAČNÁ KOSAČKA AL-KO „COMFORT 34 E“

Príkon 1 200 W, pracovná šírka 34 cm, nastavenie výšky
strihu: centrálné 6 polôh, výška strihu: 2,8–6,8 cm,
zberný kôš 37 l. Veľké XL zadné kolesá pre optimálny
jazdný komfort. OBI č. 4493656



299,99

RIWALL PRO BENZÍNOVÁ KOSAČKA „RPM 5135“

Funkcia 4v1: zber, mulčovanie, zadný výsyp, bočný
výsyp. Gulôčkové ložiská pre minimálny odpor. Výkonný
a tichý motor OHV s objemom 146 cm³. OBI č. 1046788

Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

Platí od 21. 3 do 27. 3. 2025 alebo do vypredania zásob.



OBI®

DOKÁŽETE ČOKOLVEK

Vykonávajú údržbu bocianích hniezd

Ochrana bocianov bielych je na Slovensku uskutočňovaná aj podporou ich hniezdnych stanovišť. V minulosti si bociany stavali hniezda na komínoch. Pokles týchto možností donútil bociany budovať si hniezda na iných vyvýšených miestach, väčšinou na stĺpoch elektrického vedenia, čo pre nich môže predstavovať nebezpečenstvo poranenia eklektickým prúdom.

Od roku 1986 sa preto na Slovensku začali umiestňovať umelé hniezdne podložky (UHP) na elektrické stĺpy alebo na náhradné betónové stĺpy. V poslednom období je čoraz viac preferované ich umiestnenie mimo elektrických stĺpov. Podľa generálneho riaditeľa Štátnej ochrany prírody Slovenskej republiky (ŠOP SR) Romana Fajtha pri prekládke hniezd zo stĺpov elektrického vedenia, je potrebná spolupráca Štátnej ochrany prírody Slovenskej republiky s distribučnými spoločnosťami, ktorá má už dlhoročnú tradíciu. V tomto roku bolo za dva a pol mesiaca preložených 28 hniezd. Uviedol tiež, že stabilné hniezdo je významným prvkom úspešnej reprodukcie bociana bieleho. „Nakoľko niektoré hniezda sú už staré, veľké a nestabilné, prípadne hniezdne podložky sú už v zlom stave, z tohto dôvodu Štátna ochrana prírody SR pristúpila k ich údržbe,“ doplnil generálny riaditeľ.

Údržbu realizovali vo viacerých obciach

V priebehu minulého týždňa zamestnanci ŠOP SR vykonali údržbu 17 umelých

hniezdnych podložiek, umiestnených na náhradných betónových stĺpoch v obciach Kurov, Sveržov, Tarnov, Chmelová, Stebník, Bardejov, Dubinné, Šašová, Kurima, Kožany, Nemcovce, Oľšavce, Kochanovce, Brezov, Demjata, Bartošovce a Lužany pri Topli. „Z preťažených hniezdnych podložiek sme pomocou vysokozdvížnej plošiny odstránili hniezdny materiál a na hniezdnu podložku sme pripevnili nový výplet. V prípade zlého technického stavu sme vymenili aj hniezdne podložky. Hniezda tak môžu bocianom slúžiť aj naďalej a nehrozí ich zrušenie,“ uviedla Ivana Havranová - vedúca oddelenia zoológie ŠOP SR. Spomenula tiež, že v uvedených aktivitách plánujú pokračovať v závislosti od počasia a začiatku hniezdnej sezóny bocianov.

**Informácie poskytol
Odbor komunikácie
a propagácie ŠOP SR**



» ren
zdroj foto ŠOP SR

S výberom základnej či materskej školy pomôže nový on-line portál

Každý rodič chce pre svoje dieťa vybrať tú najlepšiu školu, no zorientovať sa v širokej ponuke možností môže byť zložité. Ktorá materská alebo základná škola je najbližšie? Ako sa dostanem k elektronickej prihláške? Aké aktivity a vybavenie škola ponúka? Odpovede na tieto otázky prináša nový online portál - **eprihlasky.ieu.sk**, ktorý na jednom mieste zhromažďuje zoznam všetkých materských a základných škôl na Slovensku.

„Výber správnej školy je pre rodičov jedno z najdôležitejších rozhodnutí. Nový online portál im poskytne všetky potrebné informácie na jednom mieste. Veríme, že digitálne riešenie zjednoduší v budúcnosti nielen prihlášky, ale aj celú komunikáciu medzi školami a rodičmi,“ povedal minister školstva Tomáš Drucker.

Všetky na jednom mieste - Na jednom mieste nájdú záujemcovia verejné, súkromné i špeciálne vzdelávacie zariadenia, vrátane odkazov na ich webové stránky, kde nájdú viac informácií o aktivitách a vybavení škôl. Portál umožňuje rýchle a jednoduché vyhľadanie škôl podľa lokality a ďalších kritérií. Ak ste si vybrali niekoľko škôl, môžete ich označiť ako obľúbené a pohodlne poslať odkaz partnerovi, kamarátom alebo rodine na posúdenie. Rodičia tu nájdú aj dôležité informácie o prijímacom konaní. Portál v sekcii Pomoc a podpora a Často kladené otázky

radí, aké dokumenty je potrebné poslať do školy, aj aké termíny je nevyhnutné dodržať.

Plánujú ďalšie funkcionality - „Ide o pilotnú fázu webového portálu, ktorá je súčasťou projektov Budovania prioritných životných situácií: materská a základná škola. Neskôr pribudne aj stredná škola a ďalšie funkcionality,“ priblížil rezort školstva, podľa ktorého je víziou cieľového stavu naplnenia týchto životných situácií napríklad jednotná elektronická prihláška. V budúcnosti má portál umožniť podanie prihlášky do viacerých vzdelávacích zariadení jedným formulárom. Vyplnenie prihlášky na jednotlivé školy by malo byť vďaka využívaniu dostupných údajov v štátnych registroch pre rodičov oveľa jednoduchšie. Odbremeniť by nový systém mal aj riaditeľov škôl, pretože kontrola a vyhodnotenie prihlášok budú automatizované. „Elektronickú formu bude mať v budúcnosti aj odvolanie voči rozhodnutiu. Bez papiera sa zaobídu aj prílohy, ktoré je nutné pripájať k prihláškam. V rámci plánovaných funkcionalít je napríklad aj elektronická výmena údajov medzi pediatrom, rodičom a školou,“ uzavrel rezort školstva.

Projekt je financovaný z Plánu obnovy a odolnosti. Jeho vykonávateľom je Ministerstvo investícií, regionálneho rozvoja a informatizácie SR a realizátorom je Ministerstvo školstva, vedy, výskumu a mládeže SR.

» ren

Doprajme si čučoriedky, ryby, orechy, avokádo aj čokoládu

Potraviny prospešné pre náš mozog

O tom, že mozog je jedným z najdôležitejších orgánov v ľudskom tele, isto niet pochyb. Pre svoje správne fungovanie potrebuje prijímať určité živiny. Podľa odborníkov však nemusíme hneď siahať po vitamínových tabletkách, pretože to, čo mu prospieva, môžeme nájsť aj v bežne dostupných potravinách.

Pravidelnou konzumáciou nasledujúcich potravín môžeme podľa odborníkov z Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava zlepšiť fungovanie svojho mozgu:

Čučoriedky

Vekom náš mozog stráca schopnosť adekvátne si poradiť s toxínmi. Rôzne



Ilustračné foto.

zdroj foto AlexanderStein pixabay

výskumy a literatúra naznačujú, že látky obsiahnuté v čučoriedkach a aj jahodách dokážu tieto toxíny „upratať“, čím môžu znížiť úpadok našej pamäte a nástup mozgovej demencie.

Ryby a omega-3 mastné kyseliny

Losos, tuniak, makrela a iné druhy mastnejších rýb sú bohaté na omega-3 mastné kyseliny. Tie majú blahodarný vplyv na fungovanie nervových mozgových buniek, zlepšujú sústredenie a našu pamäť. Zmierňujú aj prejavy duševných chorôb, ako napríklad depresie či pocitov úzkosti.

Orechy a slnečnicové semienka

Vlašské orechy, či slnečnicové semienka obsahujú vitamín E, ktorý chráni bunky pred pôsobením voľných radikálov a pomáha predchádzať demencii.

Avokádo

Avokádo patrí síce medzi ovocie s vysokým kalorickým indexom, jeho tuky však patria medzi tie „zdravé“. Konzumovanie avokáda má pre naše zdravie celkovo veľa pozitív, pre mozog je ale dôležité to, že avokádo kombinuje omega-3 mastné kyseliny, ale aj antioxidanty, čo má vplyv na tok krvi



Ilustračné foto.

zdroj foto congerdesign pixabay

a na správne fungovanie mozgových buniek.

Tmavá čokoláda

Tmavá čokoláda je bohatá na flavonoidy, ktoré zlepšujú kognitívne a pamäťové funkcie. Pri jej konzumovaní sa uvoľňujú aj hormóny šťastia - endorfíny. V obchode by sme mali podľa odborníkov siahnuť po kvalitných druhoch čokolády, ktoré obsahujú viac ako 70% kakaá.

Okrem týchto potravín sú pre náš mozog dôležité vitamíny A, B, C a K a takisto dostatok železa a zinku.

Nezabúdajme:

Mozog udržíme v kondícii nielen správnou stravou a výživou, ale aj tým, že ho budeme neustále precvičovať a to v každom veku. Dôležité je, aby sme mu neustále dávali nové impulzy, nápady a podnety, ktorých riešenie nás bude stáť aspoň nejaké úsilie.

Náš tip:

Na záver odborníci radia: „Začnite napríklad lúštiť krížovky, sudoku či si zahrajte s priateľmi spoločenské hry alebo karty.“

» ren

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



pred po

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANÁ TECHNOLÓGIA

BOMBA FASÁDA

BEZ WAPKY

BEZPLATNÁ UKÁZKA

www.bombafasada.sk +421 905 148 393 info@bombafasada.sk

ROČNÉ
12
SKÚSENOSTI

MONTTER

ZIMNÉ ZÁHRADY PERGOLY ZASKLENIE

NOVINKA
DREVOHLINÍKOVÁ
zimná záhrada

0919 365 022
www.montter.sk

objednavky@montter.sk

Ste KUTIL, FACHMAN alebo si chcete len dobre zarobiť?

My Vás **ZAŠKOLÍME**,

predáme ZASKLENIE, PERGOLU, ZIMNÚ ZÁHRADU ale aj HLINÍKOVÝ PLOT z LAMIEL.

Staň sa našim partnerom. Garantujeme ti rýchle dodanie a výhodné ceny.

www.tophlinik.sk alebo volaj
0919 491 220

Kto zavolá, získa zľavový kód.

POKRÝVAČ- TESÁR

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

OKAMŽITÉ
ZAČATIE
PRÁČ

-10% Z CENY PRÁCE DO 31.03.2025

ZDARMA
doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁCU RUČIME!

Kontakt: +421 949 623 050



Big bean

PRENÁJOM KÁVOVAROV

Model	1000	1500	2000	2500	3000	3500	4000	4500	5000
SANREMO D8	80 €	90 €	100 €	110 €	120 €	130 €	140 €	150 €	160 €
JURA X10	25 €	35 €	40 €	45 €	50 €	55 €	60 €	65 €	70 €

BIG BEAN, Logistická 6, 917 01 Trnava
+421 910 315 415, info@domkavy.sk
Pondelok - Piatok: 08:00 - 16:30
Jedná sa o nezáväznú B2B ponuku.

AJ V MARCI BUĎTE NA OČIACH

Vyskúšajte čím skôr ÚČINNÚ REKLAMU

v najčítanejšom týždenníku na Slovensku

ĽUBOVNIANSKO

Týždenne až v **12 940**
domácnostiach

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 nechtov.

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



JARNÁ AKCIA

KOLAGÉN FORTE 2 V 1
31,91 EUR
30,00 EUR

HOVÄDZÍ KOLAGÉN FORTE
39,98 EUR
47,05 EUR

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

Rybí kolagén tvorí kolagén typu I, tento druh kolagénu obsahuje podobné množstvo aminokyselín ako hovädzí kolagén a však v menšom množstve. Zdrojom 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 antioxidanty organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známk 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.

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%**

Darček v
hodnote až
do 200,- €*
Ponuka

Stannah

*Kampaň platí pre každú
objednávku do 04.04.25, nie je
retroaktívna ani kumulovateľná s
inými ponukami alebo kampaňami.

Je pravda, že musím ísť do domova dôchodcov

Tisíce ľudí sa obávajú, že budú musieť opustiť svoj milovaný domov,
pretože sa na schodoch necítia bezpečne.
To preto, že ešte nepoznajú Stannah! So stoličkovým výťahom od
spoločnosti Stannah sa môžete presúvať hore a dole po schodoch
pohodlne a bez rizika pádu. Ostaňte doma v bezpečí!

- ★ Dodanie do dvoch dní, inštalácia za 4 hodiny
- ★ Pre rovné, točité, vnútorné i vonkajšie schody
- ★ Zákaznícky servis 24/7

Zavolajte zadarmo
0800 162 162
www.stannah.sk

Pre ŤŽP 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
trofejeeu@gmail.com

**-10%
Z CENY PRÁCE
DO 31.03.2025**

**POKRÝVAČ
TESÁR**

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

- ✓ RENOVÁCIA STRIECH
- ✓ KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH
- ✓ RENOVÁCIA GARÁŽI
- ✓ OPRAVA ŽLABOV
- ✓ ZATEPLENIE
- ✓ RENOVÁCIA ŽLABOV

JANEK - 0919 495 628



**UŽ OD
499 €**

**DARČEK
ZADARMO
4L HNOJIVA**

galerica
**ODOLNÉ SKLENÍKY
Z POLYKARBONÁTU**

	Š x V x D	
GRETA TIP	2 x 2 x 4 m	499 €
GLORIA	2,58 x 2 x 4 m	599 €
GALA	3 x 2 x 4 m	469 €
GENIO	3 x 2,07 x 4 m	499 €
GARANT	3 x 2,07 x 4 m	599 €
GULLIVER	3 x 2,07 x 4 m	669 €
GOLIÁŠ	3 x 2,1 x 4 m	749 €
GORAL	3 x 2,3 x 4 m	749 €
GALINA	3 x 2,27 x 4 m	899 €

Všetky modely je možné predlžovať o 2m.

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 galerica.sk

HISTORICKY NAJVÝHODNEJŠIE CENY A NAJVYŠŠIE DOTÁCIE, NEČAKAJTE KÝM ZDRAŽÍEME !!!

ECO Energy www.ecoenergy.sk
info@ecoenergy.sk

VOLAJTE: 0909 131 131

Fotovoltaická elektrárňa 3,18 kW

- základná zostava 7 panelov o výkone 455Wp
- inštalovaný výkon 3185Wp
- návratnosť 4-5 rokov
- zariadenie na kľúč
- kvalita na prvom mieste
- zdražovanie energií sa Vás týkať nebude

**Záruka
25 ROKOV**

Zaplatíte len
2190€*

*Cena vrátane montáže

JARNÁ AKCIA

Zavolajte do 1.4.2025



9ks

5kw Menič

Objednajte
fotovoltaickú
elektrárňu o
výkone minimálne
4kW a dostanete
od nás 2 panely
ZADARMO

Distribúciu a vybavenie
dotácie nechajte na Nás

Tepelné čerpadlo Galmet Prima

- s našim tepelným čerpadlom zabudnete na uhlie a drevo
- užite si komfort, pohodlie a teplo domova bez námahy
- dostupné verzie 6kw, 8kw, 10kw, 12kw a 16kw
- vhodné aj pre radiátory
- pracuje aj pri teplote -25°C
- 10kw verzia vykúri 200m²

Zaplatíte len
4290€*

*Cena vrátane montáže



**Záručný servis
zabezpečuje
výrobca**