

MARTINSKO TURČIANSKOTEPLICKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 38 570 domácností

**ŠTIEPANÉ
PALIVO**
ČISTÝ BUK
POLIENKA - 25 cm
POLIENKA - 33 cm
 DOVEZIEM
0908 258 112
**VÝKUP
KÁBLOV**
0903 431 746
 www.zberneteplicka.sk
MEĎ
 až **6,90**
EUR/kg
ŠTAHOVANIE
 0911 319 509 **MARTIN**
 0918 799 309
SVD
 www.stahovaniesvashou.sk
 BYTY, KLAVÍRE, KANCELÁRIE, TREZORY, DOPRAVA

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

**PONÚKA NA PREDAJ
PALIVOVÉ DREVO**
POLIENKA - BUK
 rôzne dĺžky 1 meter **sypaný**
 od 55 €
 1 meter **ukladaný**
 od 85 €
 prac. dni od 7⁰⁰ - 16⁰⁰
0915 928 629
PSÍ SALÓN

- kúpanie a sušenie
- strihanie a úprava srsti
- šteniatkovský balíček
- wellnes balíček

 Štúrovo námestie 112
 Martin
0918 225 841
 Jellybean

**"Získajte s nami
svoj vysnívaný domov."**

 realitná kancelária
 mobil: 0918 540 249
 e-mail: plz@finrea.sk
 www.finrea.sk

Kamenárstvo B+B
 Vojtech Botoš

**VÝPREDAJ
SKLADOVÝCH
ZÁSOB POMNÍKOV**
ZĽAVY až do
 výšky **40%**
 0905 296 197 • kamenarstvobotos@gmail.com
 Dolná Kružná 7, Vrútky
 www.kamenarstvobplusb.sk

 Kúpim 1-2 izb. byt Lokalita Vrútky-Priekopa
 Platba v hotovosti. Nie som RK
 Kontakt: 0950 455 489

 11 rokov s Vami. 15 000
 spokojných zákazníkov.
DOSEKÁVANIE PÍSM
 Rok 60€
 Dátum 70€
 Text 7€/znak
 OBNOVA PÍSM 0,80€/ZNAK
 2HROB 85€
 1HROB 60€
 Ing. Miroslav Greisiger
 cisteniehrobu.sk 0940 653 651, 0919 205 521

STK NA VŠETKY KATEGÓRIE
STK + EK
HORNÁ ŠTUBŇA
0915 765 892
 www.stkhornastubna.sk
**OTVORENÉ
PONDELOK - PIATOK
od 6.30 - 18.30**
VYBAVÍME VÁS AJ NA POČKANIE
IN-HOLZ podlahy
BRÚSENIE PARKIET
**VÝROBA NÁBYTKU
NA MIERU**
VSTAVANÉ SKRINE
 0949 327 800
 in-holz@marticonet.sk

STAVBY

Pavol Kamien
 Stavby rodinných domov a budov, zateplenie
 fasád, brúsenie starých omietok, murárske,
 betonárske a maliarske práce, obklad, dlažby,
 sadrokartóny, omietky a iné stavebné úpravy
 interiérov a exteriérov bytov a rodinných
 domov
 038 42 Příbovce 11 • mobil: 0903 171 066
 palo.kamien@gmail.com • stavby@kamien.sk • www.kamien.sk

 výroba, dovoz a montáž
betónových plotov
 a záhradných nášlapov
 z Martina

0915 274 122
 betonoveplotyststav@gmail.com
 facebook: Betónové Ploty STstav


0911 593 555
 moriak@moriak.sk
FARMA ČREMOŠNÉ
 Dovezieme až k Vám
**GAZDOVSKÉ OČISTENÉ
MORKY A MORIAKY**
4,75 - 5,25 €/kg
 dátum expedície:
 máj-jún 2025
 Zarezerujte si 6+ týždňové moriaky
 na ďalší chov priamo od chovateľa **Cena 15-16 €/ks**




KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY

8+4
ZADARMO
0.88**
0.59*
Trvanlivé mlieko
1 l
1,5 % tuku
*Cena za kus pri kúpe 12 kusov = 0,59 €.
**Cena za kus pri kúpe 1 kus = 0,88 €.
Cena za 12 kusov = 7,04 €.



AKTIVUJ KUPÓN
8+4
ZADARMO
1.47**
0.98*
• (1 l = 1,96)
Pilsner Urquell
0,5 l
svetlý ležiak
+ záloh za obal 0,15 €
Maximálny odber je 24 kusov na nákup.
*Cena za kus pri kúpe 12 kusov = 0,98 €.
**Cena za kus pri kúpe 1 kus = 1,47 €.
Cena za 12 kusov = 11,76 €.



25% ZĽAVA
5.38
3.99
Mleté bravčové
mäso XXL
1 kg balenie
zo stehna



PONDELKOVÁ PONUKA SPOTREBNÉHO TOVARU

OD PONDELKA
19. MÁJA
KÚP 2 BATÉRIE
UŠETRI
S LIDL PLUS
AŽ DO 40 €
cena od
29.99
Smart batérie
rôzne druhy



PARKSIDE



Viac info
v Lidl Plus aplikácii

**CELÚ PONUKU
SPOTREBNÉHO
TOVARU**

V LETÁKU NÁJDETE

Ponuka tovaru platí od 19. 5. do 25. 5. 2025 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 len v obvyklom množstve.

OD PONDELKA

OD PONDELKA 19. 5. DO NEDELE 25. 5.
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

44% ZĽAVA
0.88
0.49
Šalátové uhorky
kus

50% ZĽAVA
7.48
3.69
• (1 kg = 7,38)
Čučoriedky
500 g balenie



LIDL
STÁNOK
DENNE CESTY

500 g

33% ZĽAVA
4.49
2.99
• (100 g = 2,34)
Mochi
128 g
rôzne druhy



Pochútky inšpirované
JAPONSKOM

VITASIA
JAPANESE STYLE



ŠTVRTKOVÁ PONUKA SPOTREBNÉHO TOVARU

OD ŠTVRTKA
22. MÁJA
Objavte
širokú ponuku
športových
produktov

CRIVIT
FIND YOUR MOVE



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

KiNEKUS

JILEMNICKÉHO 8851/65 KOŠÚTY

JE SPÄŤ

V MARTINE!

TOP CENA

skveler

Letná zmes
do ostrekovačov, na
omývanie skiel aj
svetlometov,
odstraňuje nečistoty a
zvyšky hmyzu, objem 5 l,
vôňa citrón, nie je
mrazuvzdorná
692170225



1,69

5 l 1l - 0,34 €

TOP CENA

skveler

Sieť na sušenie
na sušenie húb a bylín,
kruhový tvar, priemer
58 cm, celková plocha viac
ako 1 m², sieť obsahuje
4 poschodia, zložiteľná do
praktického púzdra
Ø25 x 6 cm
15900426



10,95

ZAVESÍTE A SUŠÍ
SA TO SAMO!

TOP CENA

**Substrát NATURE
GARDEN**

univerzálny substrát na
pestovanie zeleniny,
kvetín, okrasných
i ovocných drevín,
objem 75 l
9110275



Cena substrátu platí
len do 18.5.2025

5,99

75 l 1l - 0,08 €



NÁRADIE



DOMÁCNOSŤ



ZÁHRADA



VYKUROVANIE

UPOZORNENIE: Dostupnosť niektorých tovarov u jednotlivých predajcov môže byť na objednávku. Prosíme, informujte sa v predajni.

Ceny v tomto letáku sú uvedené v eurách, vrátane platnej sadzby DPH. Sú garantované počas akcie v trvaní **od 2. 5. do 31. 5. 2025** alebo do vypredania skladových zásob. Použité obrázky môžu mať ilustračný charakter. Dekorácie nie sú súčasťou výrobku. Za tlačové chyby predajca nezodpovedá. Tovar do tejto akcie zabezpečuje KINEKUS VO s.r.o. Ak ste nedostali niektorý z akciových tovarov u predajcov, dajte nám to, prosíme, vedieť – vo@kinekus.sk alebo 041/555 55 09.



Veľkoobchod s potravinami

VÝHODNÝ NÁKUP pre všetkých

**Chcete ušetriť na bežných nákupoch potravín
bez klubových bodov či vernostných aplikácií ?**

V diskonte Libex nakúpите výhodne aj bez registrácie
– jednoducho pridáte a vyberáte zo širokého
sortimentu potravín, nápojov a drogerie.

Sme tu pre všetkých, ktorí hľadajú **dobré ceny bez viazanosti**,
ale aj pre živnostníkov a podnikateľov, ktorí po registrácii získajú
ešte výhodnejšie nákupné podmienky.

Obchodné centrum
Turiec 4
Martin - Záturčie



PO – PI: **7:00 – 19:00**
SOBOTA: **7:00 – 17:00**
NEDEĽA: **ZATVORENÉ**

Bezplatný týždenník

MARTINSKO
TURČIANSKOTEPLICKO

EV 6217/24

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

Ročník II, rok 2025

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 918www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.skVychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (38.570 domácností)

Každý týždeň:

Martin, Turčianske Teplice, Jahodníky,
Košíuty, Podhája, Priekopa, Kolónia
Hviezda - mimo ulíc roznašaných v
nepárny týždeň, Záturcie, Košťany
nad Turcom, Pribovce, Sučany, Turany,
Turčianske Kľačany, Vrútky, Žabokre-
ky, Sklené, Sučany, Belá - Dulice,
Blatnica, Danová, Dražkovce, Kláštor
pod Znievom, Krpelany, Necpaly, Pod-
hradie, Sklabíňa, Sútovo, Turčianska
Štiavnička, Valča, Diviaky, Dolná Štub-
ňa, Dubové, Horná Štubňa, Malý Čep-
čín, Mošovce, Slovenské Pravno, Háj

Nepárny týždeň:

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

Vydavateľ nezodpovedá za obsah a
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazy-
kovou úpravou.Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípa-
de, že viete o mieste, kam naše noviny
nechodia, dajte nám, vedieť. Ďakujeme.

Západné Slovensko

BV	97.240	BRATISLAVSKO východ
BZ	106.540	BRATISLAVSKO západ
DS	34.320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34.390	GALANTSKO-SÁLIANSKO
HC	30.330	HÍHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO
LV	30.580	LEVICKO
MA	29.680	MALACKO
NR	54.170	NITRIANSKO
NK	35.050	NOVOZÁMCKO
PZ	22.970	PEZINSKO
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35.420	SENECKO
SE	36.750	SENICKO-SKALICKO
TO	41.930	TOPOLCIANSKO-PE-BN
TN	60.750	TREŇCIANSKO-DCA-IL
TT	49.930	TRNAVSKO
ZM	20.930	ZLATOMORAVSKO

Stredné Slovensko

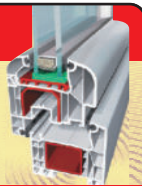
BB	56.200	BANSKOBYSTRICKO-BR
KY	29.300	KYSUCKO-CA-KM
LI	37.270	LIPTOVSKO-LM-RK
LC	30.860	LUČENEC-KV-PT
MT	38.570	MARTINSKO-TR
OR	34.980	ORAVSKO-DK-NO-TS
PB	33.590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40.150	PRIEVIDSKO
ZV	38.400	ZVOLENSKO-DT-KA
ZH	26.880	ŽIAŤSKO-ZC-BŠ
ZI	50.780	ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

BJ	37.210	BARDEJOVSKE-SK-SP
GE	30.830	HUMENSKO-RV-RS-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	SPIŠSKO-LE-GL

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. Čsl. brigády 53 varinsky@varinsky.eu
043/4303 474, 0915 10 66 10 www.varinsky.euHODINOVÝ
manžel
Čo sa pokazí, to opravíme !!!Pomôžeme Vám s údržbou Vašej domácnosti
s čímkoľvek a kedykoľvek budete potrebovať.KOMPLETNÁ ÚDRŽBA VAŠEJ
DOMÁCNOSTI A FIRMY

- maliarske práce
- drobné rekonštrukcie
- pokládka podláh
- montáž dverí, zárubní, batérií,
nábytku, garníží, obrazov
- výmena a oprava WC,
svetiel a zásuviek
- čistenie upchatých odpadov
- murárske práce
- sadrokartonárske práce

stačí zavolať
a spolu nájdeme
riešenie

0944 856 009

MESTO TURANY
vyhlasujeII. kolo výberového
konania na obsadenie funkcie
riaditeľa/riaditeľky školy:Základná škola,
Ul. Komenského 10, Turany
s predpokladaným
nástupom od 1. júla 2025Prihlášku s dokladmi je potrebné doručiť
v obálke označenej „Výberové konanie
Základná škola, Ul. Komenského 10,
Turany - NEOTVÁRAŤ“
najneskôr do 27.05.2025Záujemcovia nájdu kompletné
informácie na www.turany.sk

RI OKNA®

PLASTOVÉ - HLINÍKOVÉ - DREVENÉ
OKNÁ - DVERE - HST portály
RIPLAST s.r.o., Kollárova 73, 036 01 Martin
0918 64 93 84, martin@riplast.sk
www.riplast.sk

Slovenské komorné divadlo Martin

podľa § 9a ods. 9 zákona č. 446/2001 Z. z. o majetku vyšších územných celkov v znení
neskorších predpisov zverejňuje ZÁMER č. 2-SKD/2025 prenajať dočasne nevyužívaný
nehnutelný majetok formou priameho nájmu, a to:

- nebytové priestory s výmerou 144,60 m², ktoré sa nachádzajú na prízemí budovy
/východná časť / tzv. Gašparíkov dom, s.č. 650, postavená na parcele KN-C č. 681
v k.ú. Martin, evidovanej na LV č. 1115 a pozemok o celkovej výmere 313,75 m².

Podmienky nájmu pre uchádzačov sú uverejnené na úradnej tabuli v sídle vyhlasovateľa,
na www.zilinskazupa.sk a www.skdmartin.sk.

Ponuky je potrebné doručiť na adresu:

Slovenské komorné divadlo Martin, Divadelná č. 1, 036 80 Martin
v lehote do 23.5. 2025 do 13.00 hod.Riadková
inzercia

1 AUTO-MOTO

»Kúpim staré, havarova-
né a nepojazdné autá.
T.č.: 0905 505 129

2 ELEKTRO, TECHNIKA

3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK

4 DOM A ZÁHRADA

»KÚPIM HAKY LEŠENIE 0908
532 682

5 ZVERINEC, DROBNOCHOV

6 HOBBY A ŠPORT

»KÚPIM VZDUCHOVKY,FLO-
BERTKY,PISTOLE PONUKNI-
TE.0949505827

7 DEŤOM

8 DARUJEM

9 ZOZNÁMENIE

»68r s domom hľadá part-
nerku. 0909105842

0 RÔZNE

»Kúpim plechové hračky.
T.č.: 0905 505 129Chcete si
podať riadkový
inzerát?Pošlite SMS na tel. č. 8866
v tvare RP (medzera) MT
(medzera) číslo rubriky
(medzera) Text inzerátu.

Príklad:

RP MT 7 Predám hlboký
modrý kočík. 0987 654 321Inzerát bude po skontrolovaní spo-
platnený spätnou SMS, ktorú Vám
vyšle pošle 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 inzerácii neu-
verejňujeme. V prípade záujmu
o zverejnenie tohto typu inzerátu
kontaktujte našich obchodníkov.
SMS je možné podať aj v novinách
v iných regiónoch. V takom prípade
nahradíte písma „MT“ v texte
Vašej SMS kódom novín, ktorý ná-
jdete v tlači.(Službu platbarnobilom.sk
technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)




BRÁNY **SCREEN**
ŽALÚZIE **ROLETY**

www.lomax-co.sk



Regionálny predajca LOMAX

Červenej armády 8, Martin
www.koki-zaluzie.eu

043/41 314 14
0905 333 221



Želáte si

**nakupovať
ostošesť?**

Raifkujte.

**K novému Parádnemu účtu
získajte až 106 €.**

Platíte za nákupy kartou
a my vás odmeníme.



Viac informácií o účte a podmienkach akcie získate v pobočke banky
alebo na www.raiffeisen.sk/paradnyucet.

Infolinka: 0850 850 555 | www.raiffeisen.sk

Raiffeisen banka: Tatra banka, a.s., organizačná zložka podniku – Raiffeisen banka.



Dotyky a spojenia
divadelný festival

16. — 21. jún 2025
v Martine

20. ročník

Budeme
tam

● Vstupenky si môžete zakúpiť od **16. mája** 2025 online na **www.dotykyaspojenia.sk** a v pokladnici SKD Martin.

ORGANIZÁTOR



ZRIAĐOVATEĽ

ŽILINSKÝ
SAMOSPRÁVNÝ
KRAJ

HLAVNÝ PARTNER

Z verejných zdrojov podporil
fond
na podporu
umenia



PARTNER



PARTNER



JÁNOS MARGITTAI

NA MEDVEĎOV!!!

RÉŽIA LUKÁŠ BRUTOVSKÝ
OD 23. 5.
V SLOVENSKOM KOMORNOM DIVADLE MARTIN



ŽILINSKÝ
SAMOSPRÁVNÝ
KRAJ

Z verejných zdrojov podporil
fond
na podporu
umenia



hlavný mediálny partner



MT25-20 strana6



0918 378 954

MÁTE DOMA PROBLÉMY?

elektrika, voda, odpady
opravy, montáže
rekonštrukcie
(interiér - exteriér)
zváranie
orezávanie stromov

26-006



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

26-007



75-036

tu mohla byť
VAŠA **REKLAMA**

Silencia
kompletne pohrebné služby

S nami zvládnete komplexný pohreb už od 890€

26-008

**POKLÁDKA ZÁMKOVEJ DLAŽBY,
PALISÁD A OBRUBNÍKOV
MURÁRSKE PRÁCE**

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

26-034

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

0908 521 381 • duricaf@gmail.com

18-037

SERVIS OKIEN

- opravy
- údržba
- nastavenie
- pretesnenie

NOVINKA:
▪ ŽALÚZIE
▪ SIEŤKY

S.P.O. 0918 389 850

18-004

**ŽALÚZIE, SIEŤKY
OPRAVY ŽALÚZIÍ**

DEŇ A NOC, DVEROVÉ SIEŤKY, PLISSÉ

0905 467 323 • vagstav@gmail.com

18-008

BRIKETY - PELETY

0915 21 20 21
www.prikur.sk

18-062

**PONÚKA ŠTIEPANÉ PALIVOVÉ DREVO
BUK » JASEŇ » SMREK**

dovoz ZADARMO MT a okolie
PRI OBJEDNÁVKE 13,0 PRMS - volné uložené

ZĽAVA 15% JASEŇ, ZĽAVA 10% BUK
Zľava platná do 31.6.2025, pri objednávke 6 ks paliet a viac.

ZĽAVA 20% pre stálych zákazníkov
Objednávky prijímame v čase od 9.00 hod do 14.00 hod.

email: urbarmt@urbarmt.sk • 0917 565 619

26-012

Chystajú zmeny v odbornom vzdelávaní

Slovenské odborné školstvo čakajú podľa rezortu školstva najväčšie zmeny za posledné desaťročia. Minister školstva predstavil ďalšie riešenia, ktoré majú zlepšiť kvalitu odborného vzdelávania, posilniť jeho prepojenie s praxou, zaviesť nové formy výučby a zapojiť viac zamestnávateľov. Reaguje tým aj na zistenia revízie výdavkov a situáciu na trhu práce, kde mnohí absolventi odborných škôl len ťažko nachádzajú uplatnenie.

Medzi kľúčové zmeny patrí vznik centier excelentnosti odborného vzdelávania a prípravy. „Budú to špičkové školy, ktoré nebudú len učiť. Budú tvoriť štandardy pre ostatné školy, testovať nové vyučovanie, budú sa tu pripravovať učitelia a zapájať zamestnávateľia. Spája v sebe technológiu, digitálne nástroje, umelú inteligenciu, prepojenie na vysoké školy a trh práce, ako aj vzdelávanie dospelých,“ uviedol rezort školstva a doplnil, že v rámci pilotného overovania funguje 16 Centier excelentnosti odborného vzdelávania a prípravy so zapojením 18 stredných odborných škôl. V júni 2027 budú vyhodnotené, či spĺňajú kritériá pre udelenie tohto označenia v zmysle pripravovanej legislatívy.

Ďalšou novinkou - je podľa ministerstva školstva zavedenie agentúrneho systému duálneho vzdelávania, ktoré má zapojiť viac malých a stredných podnikov. Umožní im využívať služby zamestnáva-

teľa, ktorý už má skúsenosti v duálnom vzdelávaní, má certifikované pracovisko a zabezpečuje administratívu aj zmluvy so školou a žiakmi. Praktické vyučovanie pritom budú môcť žiaci počas štúdia absolvovať vo viacerých podnikoch a kvalita bude garantovaná profesijnou organizáciou. „V spolupráci s ministerstvom zdravotníctva otvárame zároveň možnosť vstúpiť do duálneho systému aj pre zdravotnícke školy, ktorý bude zohľadňovať špecifiká tohto citlivého a náročného odboru,“ doplnil minister školstva Tomáš Drucker. Rezort školstva zavedie aj úplne novú formu praxe - digitálnu prax, ktorá sa stane súčasťou výučby vo všetkých školách, ktoré pripravujú žiakov na prácu v oblasti technológií a IT.

Zmeny sa dotknú aj stredných priemyselných škôl, ktoré od roku 2026 získajú samostatné postavenie a budú pripravovať žiakov nielen na technické povolania, ale aj na pokračovanie na technických univerzitách. Ich súčasťou bude odborná stáž, ktorá žiakom umožní časť výučby absolvovať na vysokých školách či špecializovaných pracoviskách. Od roku 2028 by sa mali niektoré pretransformovať na vyššie priemyselné školy a budú priamo prepojené s prvým ročníkom vysokých škôl, uznávané ako ich súčasť. Žiaci po ukončení vyššieho odborného vzdelávania budú môcť pokračovať priamo na vysokej škole, často do druhého ročníka.

» **ren**


kamstav
 kompletne kamenárske služby
www.kamenarstvo-kamstav.sk
MARTIN Kollárova 79 (pri SAD Martin)
 Radi Vás navštívime: 0908 965 976, 0907 840 778

SERIÓZNOSŤ • FLEXIBILITA • TRADÍCIA od r. 1989



Výroba kuchynských pracovných dosiek, krbov, schodov, parapiet z materiálov mramor, žula, travertíny, quartzit, umelý kameň, onyx



-50% na všetky pomníky


KONTAJNERY MARTIN
 NÁKLADNÁ DOPRAVA

0908 456 247
www.kontajnerymartin.sk
PRENÁJOM A DOVOZ KONTAJNEROV



4m³ 10m³ 17m³

MAĽOVANIE + VAPKOVANIE STRIECH
 od 4,50 €/m² - v cene je farba + práca
 tel: **0905 129 718**


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


RASTISLAV CHABADA
PONÚKAME VÁM STAVEBNÉ PRÁCE

- ZATEPLOVANIE DOMOV
- REKONŠTRUKCIE KÚPEĽNÍ
- REKONŠTRUKCIE BYTOV, RD
- OMIETKY A STIERKY
- MONTÁŽ SADROKARTÓNU
- OBKLADY A DLAŽBY
- DEKORATÍVNE OMIETKY
- MALIARSKÉ PRÁCE
- KLADENIE PODLÁH

0949 069 195
www.rastislavchabada.sk

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

KUCHYNE
 na mieru
 za cenu ako z Poľska
MARTIN
 Robotnícka 18 A kontakt:
 (bývalý hutný závod) **0902 828 109**

STAVBY TOMAŠÁK

- stavebné práce
- stavby RD od základu
- prerábky bytov
- pokládka zámkových dlažieb
- zateplovacie práce
- dovoz sypkých hmôt do 3,5 t
- úprava terénu čelným nakladačom

0904 569 227

KLAMPIARSKÉ PRÁCE
 VÝMENA ŽLABOV ZVODOV
NÁTERY STRIECH
MURÁRSKE PRÁCE
 OPRAVA KOMÍNOV A PLOTOV
0940 857 096

Kúpim 1 a viac izb. byt
0908 539 571

Stavebné práce

- Rekonštrukcie rodinných domov a bytov, jadier
- Kúpeľne na kľúč
- 3D vizual. kúpeľní

JOPA-JP, s.r.o.
jopastavebneprace@gmail.com
 Stavebné práce Jopa

0951 892 265



CENA OD 4,80 €

NÁTER A ČISTENIE STRIECH A FASÁD

OPRAVA KOMÍNOV

VÝMENA DAŽDOVÝCH ŽLABOV

0905 111 637 • www.axvertical.sk

BALZAB

BALKÓNY DELIACE STENY SCHODY Z HLINÍKA

0904 688 142
www.balzab.sk
balkonovezabradlia@eub.sk

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

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

40% ZĽAVA na materiál

0948 012 507 • www.profikominy.sk

KANÁL - servis

KRTKOVANIE

VYSOKOTLAKÉ ČISTENIE

0903 737 800

NÁTERY STRIECH

0905 826 420

Facebook.com/Výškové práce, nátery striech - Martin Mlynarčík

EKOKANAL 0908 967 587, 0910 967 585

NON-STOP

Čistenie kanalizácií a odtokov
Inšpekcia potrubia kamerou
Čistenie lapačov tukov
Tlakové skúšky potrubia
Bezvýkopové opravy
Frézovanie kanalizačných potrubí
Vyhľadávanie kanalizač. trás detektorom
Lokálne bezvýkopové opravy

VÝPREDAJ

OTANI

KC2000

205/55 R16 94Y | 205/60 R16 92V

39,90 € | 54,90 €

V PNEUSERVISOCH MIKONA

www.mikona.sk

NEREZOVÉ KOMÍNOVÉ VLOŽKY

OCELOVÉ DYMOVODY

FASÁDNE 3-VRSTVOVÉ KOMÍNY

komín s.r.o.

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

0948 267 814
kominsro@kominsro.sk
kominsro.sk

Slovenský certifikovaný výrobca nerezových komínov

BUKOVÉ brikety

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

AKCIA

ROZMER BRIKETY 155 x 90 x 60mm

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

NONSTOP SLUŽBA
0915 113 102
Rozvoz aj v sobotu

KVALITNÉ ČIERNE UHLIE

Záruka kvality

0908 944 618

RAŠELINOVÉ BRIKETY

DOPRAVA K VÁM DOMOV

KANEX

KANEX s.r.o.
BOBROV - Obchodná 73
TRSTENÁ - Oravická 758
Balené v BIG-BAG (1000 kg)

Samotex

+421 940 835 444
predaj@samotex.sk
www.samotex.sk

ČELNÝ NAKLADAČ A PRÍSLUŠENSTVO NA KAŽDÝ TRAKTOR

MONTÁŽ ZABEZPEČENÁ - AŽ 50% ZĽAVA NA DOVOZ



OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH, KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

BITUMÉNOVOU LEPENKOU bez demontáže pôvodnej krytiny

zameranie odborné poradenstvo cenová kalkulácia ZDARMA!!!

!!! NOVINKA !!!

BITUMÉNOVÁ LEPENKA určená pod solárne panely.

Veľmi výhodná aj na bežné prekrytie strechy - znižuje teplotu strechy na 40 až 50 stupňov.

NON STOP - 0944 720 932

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽLABOV

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

0950 266 604

www.bituflex.sk
Bituflexroznava@gmail.com

PÍLA VASILOV S.R.O.

PELETY BRIKETY

ROZVOZ PRIAMO AŽ K VÁM DOMOV, AJ V SOBOTU

www.pilavaslov.sk
Kontakt: 0907 105 008

Cigaretový zápach mi prekážal v práci



Marek (46)

„Celý svoj profesijný život som zasvätil práci v službách a osobný kontakt so zákazníkom bol pre mňa na každodennom poriadku. Uvedomoval som si síce, že zo mňa ako fajčiara musí byť cítiť dym, ale nikdy som to príliš neriešil. Neskôr som sa však dostal na dôležitejšie pracovné pozície a vtedy mi začalo dochádzať, že práve cigaretový zápach môže byť prekážkou pri obchodných rokovaníach. Snažil som sa ho maskovať parfumom, to však nepomáhalo, a tak som premýšľal, ako to vyriešiť. Prelomový moment prišiel vo chvíli, keď som na spoločenskej akcii stretol kamaráta, ktorý v ruke držal pre mňa dovtedy neznámu vec. Prezradil mi, že ide o zariadenie na nahrievanie tabaku, ktoré je alternatívou ku klasickým cigaretám, ale bez cigaretového zápachu. To ma hneď zaujalo. Bez váhania som sa obrátil na obchodnú manažérku, ktorá mi prišla osobne vysvetliť, ako toto zariadenie funguje a teraz je to už šesť rokov, čo som si nezapálil cigaretu.“

Fajčiari, pozor!

Prečítajte si nasledujúce riadky a cigaretu navždy uhaste

Najlepšie je nefajčiť vôbec, ideálne ani nikdy nezačať. To si uvedomuje azda každý fajčiari. Preto ak fajčíte, tak s tým skončujte! Pre tých, ktorí by inak pokračovali vo fajčení, sú určite lepšou voľbou bezdymové alternatívy.

To, že cigarety nie sú tým najlepším životným spoločníkom, si uvedomujú aj fajčiari. Veľmi dobre vedia o rizikách tejto neresti. Väčšina z nich dokonca skúsila s fajčením skončiť, a to opakovane. Či už to bolo kvôli strachu o vlastné zdravie, zlepšeniu kvality života pre seba aj okolie, alebo pre peniaze.

1 Poznáte to? Chceme skončiť s fajčením, ale...

Skončiť s fajčením nie je jednoduché. Pevná vôľa nám vydrží týždeň či pár mesiacov, v mnohých prípadoch sa zlovyk vracia späť. „Na pomoc“ mu pride celý rad výhovoriek a prekážok. Fajčenie cigariet si ospravedľujeme tým, že nám pomáhajú zvládať stresové situácie alebo nepribrať, a nakoniec začneme zľahčovať vplyvy na naše zdravie. Nemenej osvedčené sú výhovorky, že bez cigariet sa cítíme divne medzi priateľmi. Veď je to len jedna cigareta ku káve alebo dve pri pive. Alebo že fajčenie k nám skrátka patrí. A celé to obvykle uzavrie povzdych, že skrátka nemáme dostatočne pevnú vôľu skončiť.

2 Problémy spôsobuje horenie cigarety

Najlepším riešením je s fajčením skončiť úplne. Mnohí fajčiari však potvrdia, že prestať fajčiť zo dňa na deň je pre nich mimoriadne náročné, a to práve kvôli závislosti od nikotínu.

Čo robiť v takom prípade? Vyhľadajte odbornú pomoc alebo skúste niektorý z dostupných prostriedkov pre odvykanie od fajčenia, ako sú pastilky alebo náplasti. A ak sa nechcete z akéhokoľvek dôvodu nikotínu vzdať, zvážte prechod na bezdymové alternatívy. Medzi ne patria aj zariadenia na nahrievanie tabaku, e-cigarety alebo nikotínové vrecúška.

Klasická cigareta



Obsahuje nikotín



Vytvára škodlivý cigaretový dym, decht a popol



Tabak sa spaľuje



Zanecháva cigaretový zápach na oblečení, vlasoch a pokožke



Produkuje 6 000 chemikálií/100 z nich je klasifikovaných ako škodlivé alebo potenciálne škodlivé

Mýtus o nikotíne, pravda o dechte

Mnoho fajčiarov si myslí, že pôvodcom ochorení spojených s fajčením je nikotín. Ako je to však naozaj? Nikotín a decht sú dve rozdielne veci. Cigarety ľudia fajčia kvôli nikotínu. Ten je síce návykový, nie je však hlavnou príčinou ochorení spojených s fajčením. Skutočným vinníkom, ktorý je zodpovedný za najväčšie škody na zdraví dospelých fajčiarov, je tabakový dym, resp. tabakový decht – zmes chemických látok, ktorá vzniká počas horenia cigarety a obsahuje karcinogénne a toxické látky nebezpečné pre zdravie.

Zariadenia na nahrievanie tabaku alebo e-cigarety



Obsahujú nikotín



Tabak alebo kvapalina sa nahrievajú



Produkujú o 95 % menej škodlivín v porovnaní s cigaretami*



Vytvárajú aerosól



Nezanechávajú cigaretový zápach na pokožke, vo vlasoch a na oblečení

Bez dymové zariadenia nie sú bez rizika. Obsahujú nikotín, ktorý je návykový. Sú určené výhradne pre dospelých fajčiarov, ktorí by inak pokračovali vo fajčení cigariet alebo užívaní iných nikotínových výrobkov. Bez dymové zariadenia nie sú prostriedkom na odvykanie od fajčenia. Najlepším spôsobom, ako znížiť zdravotné riziká spojené s užívaním výrobkov s obsahom tabaku alebo nikotínu, je prestať ich celkom užívať.

* Platí pre bezdymové zariadenie na nahrievanie IQOS. „O 95 % menej“ predstavuje priemerné zníženie hladiny 9 škodlivých chemických látok, ktorých obsah odporúča Svetová zdravotnícka organizácia znížiť v cigaretovom dyme a ktoré nezahŕňajú nikotín. To nevyhnutne nepredstavuje zníženie rizika o 95 %.

Pohybom ku zdraviu

Svetová zdravotnícka organizácia (WHO) v roku 2002 vyhlásila 10. máj za Svetový deň Pohybom ku zdraviu, pričom cieľom je upozorniť na súčasný sedavý spôsob života a nedostatočnú pohybovú aktivitu.

„Nedostatočná fyzická aktivita v kombinácii s nesprávnou výživou sa spolupodieľa na vzniku chronických neinfekčných ochorení akými sú srdcovocievne ochorenia, cukrovka, vysoký krvný tlak, obezita, ochorenia pohybového aparátu a podobne,“ uviedol pri tejto príležitosti na sociálnej sieti Regionálny úrad verejného zdravotníctva Bratislava. Čím je človek starší, tým je podľa odborníkov viac dôležitá primeraná a pravidelná fyzická aktivita. „Šport oddaluje príznaky starnutia, pomáha zvládať choroby a bolesť, dodáva chuť do života, energiu a pozitívnu náladu,“ argumentujú a radia:

- S pohybovou aktivitou možno začať v každom veku a ideálne už od detstva. Zvoľte si taký druh pohybu, ktorý vám vyhovuje a ktorý vás baví. Ideálna je rýchla chôdza, turistika, plávanie, bicyklovanie, beh, korčuľovanie, posilňovanie a podobne.

- Pohybová aktivita vykonávaná pravidelne, dlhodobo a realizovaná s dostatočnou intenzitou má priaznivý vplyv na zdravie človeka, a to konkrétne:

- zvyšuje výkon srdcovo-cievneho systému,
- znižuje sa pokojová frekvencia,
- pozitívne ovplyvňuje krvný tlak,
- udržiava chrbticu a kĺby v zdatnosti,
- posilňuje svalstvo,
- pomáha vyrovnať sa so stresom,
- prináša pokojnejší spánok,
- pomáha pri prevencii nadváhy a obezity,
- posilňuje imunitný systém.

„Pohyb by pre každého z nás mal byť dennou samozrejmosťou, pretože pre naše telo predstavuje rovnako dôležitú nevyhnutnosť ako strava alebo spánok. Dostatočná pohybová aktivita je jedna z najjednoduchších ciest k zlepšeniu a udržiavaniu vlastného zdravia. Podľa Svetovej zdravotníckej organizácie je odporúčaná dávka pohybu, ktorá prináša zdravotné benefity 10 000 krokov, 30 minút fyzickej aktivity strednej intenzity počas 5 dní v týždni, alebo 1 hodina intenzívnej vytrvalostnej aktivity 3-krát týždenne,“ uzatvárajú odborníci.



» **ren**
zdroj foto jirkamane pixabay

Vieš pracovať s týmto náradím?

Máš chuť pracovať a zarábať?

2800 - 3500 €

Tak pod' k nám do tímu
PRÁCA V NEMECKU

Pre viac info: **0904 487 852** **aj brigádne**

UPRATOVAČKA

Teplička nad Váhom SSI
Plný úväzok, na dohodu (brigády) GROUP

Termín nástupu: **ihneď, príp. dohodou**
Mzda: **820-1000 EUR** / mesiac / 7,5 hod.
(Základ 4,70 - 5,01 EUR /hod.+ príplatky, dochádz. bonus) prís. strava a doprava

praca@ssigroup.sk, +421 905 168 503

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

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

ÚRADNÉ PREKLADY
NEMČINA
s pečiatkou súdneho prekladateľa
beglaubigte Übersetzungen
0907 846 195, antalova.anna@gmail.com

Realizujeme STROJOVÉ POTERY A OMIETKY

0948 300 988

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



SKLENÍK VO

www.sklenikovo.sk

- skleníky
- krycie plachty
- záhradkárské potreby

+421 915 516 672

DOPRAVA ZADARMO

PRIJMEME PRACOVNÍKOV SBS - MARTIN
Práca v stabilnej spoločnosti
Nutný preukaz odbornej spôsobilosti, zdravotná spôsobilosť, bezúhonnosť
corado@corado.sk
0901 770 125

ZATEPLOVANIE
- rodinných domov
- bytových domov
- pivničných priestorov
STAVBY REKONŠTRUKCIE
0911 777 009 peter.bras13@gmail.com
PBAS s.r.o.
www.zatepleniemartin.sk

ČISTENIE A KONTROLA KOMÍNA **35 €** s DPH
s revíznou správou
FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE ČISTENIE - KONTROLA
Rekonštrukcia a oddechtovanie komínov
0914 276 111 - 0915 483 234
kominarstvo-mitas@centrum.sk

RÝCHLOČISTIAREN 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

OBNOVA NÁPISOV A DOSEKÁVANIE NA POMNÍKOCH
písmo farbené **0,80 €/ks**
dosekanie písma **9 €/ks**
0940 705 434
stoneco@centrum.sk

DOVOZ NA ADRESU
8 týž. morky, brojlerové a nosnicové kuriatka, husi, kačky, husokačky, 18. týž. mládky
www.hydinashop.sk
0944 842 953

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

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



UŽ OD
499 €

DARČEK
ZADARMO
4L HNOJIVA

	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 predĺžovať o 2m.

- o DOPRAVA ZADARMO
- o JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 galerica.sk

galerica

ODOLNÉ SKLENÍKY
Z POLYKARBONÁTU

46-0022

Stannah



Ponuka
Darček v
hodnote až
200,- €

Sloboda nepozná vek.

Keď sa zhorší mobilita a každý krok je náročný, schodisková stolička Stannah môže byť riešením, ktoré vám pomôže zostať nezávislý a žiť naplno vo vlastnom domove.

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

➕ Pretože Stannah zmení Váš život.

☎ 0800 162 162 www.stannah.sk

*Táto ponuka je k dispozícii do 06.06.2025 a nie je platná s inými kampaňami alebo ponukami.

91-0001

pred po

BOMBA FASÁDA

BEZ WAPKY

BEZPLATNÁ UKÁŽKA

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

68-0022

ODKÚPIME

mince do roku 1945
vojnové predmety
z 1. a 2. svetovej vojny

výkup **hodiniek**
výkup **nožíkov**
poľovnícke trofeje a celé zbierky

☎ 0940 723 073
trofejeeu@gmail.com

46-0068

POKRÝVAČ- TESÁR

-100% Z CENY PRÁCE DO 31.05.2025

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

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

Kontakt: Janek - 0919 495 628

91-0084

NA PODANIE
SI INZERÁTU
PÍŠTE NA

martinsko@regionpress.sk

REGION PRESS

Oplatí sa .sk

ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE!

Nezmeškajte možnosť využiť štátne dotácie. POZOR miznú sa rýchlym tempom!!!

ECOEnergy www.ecoenergy.sk
energetické poradenstvo 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

Pokračuje pre veľký záujem aj v máji

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

9ks 5kw Menič

Zaplatíte len 4290€*

*Cena vrátane montáže

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

Záručný servis zabezpečuje výrobca

Distribúciu a vybavenie dotácie nechajte na Nás

Spolufinancované Európskou úniou
Zelená domácnosť
Podpora využívania obnoviteľných zdrojov ENERGIE

24-0073