

Inzercia
v 39 regionálnych
tituloch, ktoré sú týždenne
vydávané v náklade
1.550.000 kusov
na lukratívnej

ZADNEJ STRANE
v každom okrese!

0905 915 039

haskova@regionpress.sk

LUČENECKO VEĽKOKRTÍŠSKO-POLTÁRSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 30 860 domácností

Neplatí vám zamestnávateľ mzdu?

Zamestnanci, ktorým zamestnávateľ neuhrádza mzdu a iné platové náležitosti, majú po splnení zákonných podmienok nárok na dávku garančného poistenia zo Sociálnej poisťovne (SP). Nárok na dávku im vzniká v prípade, ak sa zamestnávateľ stal platobne neschopným a nemôže uspokojiť ich nároky z pracovnoprávneho vzťahu.

„Na účely nároku na dávku garančného poistenia sa zamestnávateľ považuje za platobne neschopného, ak bol podaný návrh na vyhlásenie konkurzu príslušnému súdu. Znamená to, že odo dňa doručenia tohto návrhu súdu sa považuje zamestnávateľ za platobne neschopného. Ak však súd začne konkurzné konanie aj bez podania návrhu, za deň vzniku platobnej neschopnosti sa v takom prípade považuje deň vydania uznesenia súdu o začatí konkurzného konania. Samotný výsledok konkurzného konania nemá vplyv na vznik nároku na dávku garančného poistenia,“ objasnila Sociálna poisťovňa a priblížila postup pri podávaní žiadosti:

• **Vyplnenie žiadosti:** Žiadosť o dávku garančného poistenia je dostupná na webovej stránke Sociálnej poisťovne v sekcii Formuláre (formulár č. 79 - Formuláre | Sociálna poisťovňa) alebo v ktorejkoľvek pobočke Sociálnej poisťovne. Možno ju vyplniť elektronicky alebo vytlačiť a ručne vyplniť a doručiť pobočke Sociálnej poisťovne príslušnej podľa sídla zamestnávateľa.

• **Priloženie potrebných dokumentov:** Zamestnanec potrebuje k žiadosti priložiť najmä kópiu pracovnej zmluvy, doklad o skončení pracovného pomeru (ak už skončil), výplatné pásky alebo iné doklady preukazujúce výšku neuhradených nárokov. K žiadosti je tiež potrebné pripojiť Potvrdenie zamestnávateľa na účely nároku na dávku garančného poistenia, v ktorom zamestnávateľ alebo správca konkurznej podstaty potvrdí neuhradené mzdové nároky. Kompletný zoznam príloh je uvedený aj na tlačive žiadosti.

• **Podanie žiadosti:** Vyplnenú žiadosť spolu s potrebnými prílohami môže zamestnanec podať rôznymi spôsobmi:
• **Elektronicky** prostredníctvom e-schránky, ak má aktívovaný elektronický občiansky preukaz (eID)
• **Poštou** zaslaním na adresu príslušnej pobočky Sociálnej poisťovne podľa sídla zamestnávateľa
• **Osobne** v ktorejkoľvek pobočke Sociálnej poisťovne

„Žiadosť o dávku odporúčame podať do 60 dní od platobnej neschopnosti zamestnávateľa alebo ukončenia pracovnoprávneho vzťahu; premičacia doba je tri roky. Požadované neuspokojené nároky zamestnanca je možné uspokojiť najviac v rozsahu maximálnej sumy dávky garančného poistenia, ktorá do 30. júna 2025 predstavuje sumu 4 290 eur. Dávka sa vypláca jednorazovo,“ dodala SP. » [ren](#)

KOVOVÝROBA

- ploty a brány
- prístrešky na autá
- prekrytie terás / striešky
- výroba schodov a zábradlia
- oceľové konštrukcie / haly
- aj certifikované konštrukcie



OCEĽ - NEREZ - HLINÍK

Tel.: 0910 171 103

KAMENÁRSTVO OPATOVÁ

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



Prídeme za Vami osobne

Potočná 19A, Lučenec, za bývalým futbalovým štadiónom

0907 042 606

29. mája 1919

Výročia a udalosti

počas zatmenia Slnka **Arthur Eddington** po prvýkrát testoval platnosť všeobecnej teórie relativity

NÁBYTOK VAMARK AKCIA

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

ADAM KRTKO

- čistenie kanalizácie,
- lapačov tukov
- kamerovanie lokalizácia potrubia

NONSTOP 0948 948 606

JAPONSKÉ PREPELICE

Ponúkam:
- vajcia konzumné/násadové
- vajcia zavárané
- mladé prepelice na chov
- krmivo/zmes 25kg



0940 870 613

OBNOVA NÁPISOV a DOSEKÁVANIE DÁTUMOV na POMNÍKoch

PRIAMO NA CINTORÍNE

čistenie dvojhrobu 100€
0944 229 001

NEODTEKÁ !!!
KRTKOVANIE - MONITORING KANALIZÁCIE LIKVIDÁCIA AZBESTU!!!
www.profidemont.sk 0919 175 335

Realizujeme
STROJOVÉ POTERY A OMIETKY
0948 300 988

Cukráreň Molnár
Po - So: 7.00 - 18.00, Ne: 9.00 - 18.00
Každý deň **čerstvé zákusky**
047/433 4777, 0905 198 723, LUČENEC, Karmána 12/20
www.kolac.sk

MBST Lučenec
www.mbstlucenec.sk
info@mbstlucenec.sk
+421 917 113 199
Haličská cesta 4345, Lučenec

POZOR ! Unikátna liečebná metóda
Artróza - Polyartróza - Chondropatia - Koksatróza
kolená - ramená - členky
Osteoporóza - porucha látkovej výmeny v kostiach
Chrbtica - Platničky - Svaly - Väzy - Štachy
Hojenie rán - Pooperačná liečba

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 ŽĽABOV

Bezplatný týždenník

LUČENCKO
VELKOKRTÍŠKO-POLTÁRSKO

EV 6218/24

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

Ročník II, rok 2025

Redakcia:

lucenecko@regionpress.sk

INZERCIA

Miriám Hašková 0905 915 039

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



DISTRIBÚCIA (30.860 domácností)

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

nepáry týždeň:
Lučenec, Malá Ves, Opatová, Boľkove, Filákové, Halič, Panické Dravce, Rapovce, Veľká nad Ipľom, Vidiná, Poltár, Činobaňa, Hrnčiarska Ves, Hrnčiarske Zalužany, Kalinovo, Kokava nad Rimavicou, Málinec, Veľký Kríť, Kalinovo, Kokava nad Rimavicou



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

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

Západné Slovensko

BV	97240	Bratislavsko Východ
BZ	106540	Bratislavsko Západ
DS	34.320	Dunajskostredsko
GA	34.390	Galantsko+Šaliansko
HC	30.330	Hlohovsko+Sereďsko
KM	16.450	Komárňansko
LV	30.580	Levicko
MA	29.680	Malacko
NR	54.170	Nitriansko
NZ	35.050	Novozámocko
PK	22.970	Pezínsko
PN	41.870	Piešťansko+NM+MY
SC	35.420	Senecko
SE	36.750	Senicko+Skalicko
TO	41.930	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59.870	Trenčiansko+DCA+HL
TT	49.930	Tmavsko
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	Martínsko+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	Žitňansko+BY

Východné Slovensko

BJ	37.210	Bardejovsko+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	Ľubovniansko
MI	31.260	Michalovsko+TV+SO
PP	41.520	Popradsko+HK
PO	49.940	Prešovsko+SB
SN	32.540	Spišsko+LE+GL

TEPELNÉ ČERPADLÁ

odborná montáž - garantovaný servis

DOTÁCIU VÁM OKAMŽITE ODRÁTAME

5-ročná záruka na celé dielo
5-ročný bezplatný servis

www.ime.sk 0948 106 722

Google hodnotenie 5/5
viac ako 100 recenzií

KAMENÁRSTVO LÍŠKA

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

ZA VÝHODNÉ CENY

Zavolajte a my
prídeme za Vami

HROBY KOMPLET
ZA CENU PRIAMO OD VÝROBCU

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

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

DACIA BIGSTER

TEMPUS

Šafárikova 91, 048 01 Rožňava

Riadková inzercia

2 ELEKTRO, TECHNIKA

»Kupim diely na stare auta Skoda, Fiat, Tatra, Lada, - Volga, Trabant, Jawa atd. Tel.0907 687634

Chcete si podať riadkový inzerát?

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

Príklad:
RP LC 7 Predám hlboký modrý kočík. 0987 654 321

Inzerát bude po skontrolovaní sponpatnený spätnou SMS, ktorú Vám vyúčtuje váš mobilný operátor.

- Cena spätnej SMS (vrátane DPH):**
- Text do 50 znakov 1 €
 - Text do 100 znakov 2 €
 - Text nad 100 znakov 3 €

- Čísla rubrik:**
- 1 - Auto-Moto
 - 2 - Elektro, technika
 - 3 - Domácnosť, nábytok
 - 4 - Dom a záhrada
 - 5 - Zverinec, drobnochov
 - 6 - Hobby a šport
 - 7 - Deťom
 - 8 - Darujem
 - 9 - Zoznamenie
 - 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 „LC“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tiráži. (Službu platbamiomom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

INZERÁT,
KTORÝ
PREDÁVA

REGION
PRESS



KAŽDÝ DEŇ

NÍZKE CENY

CHUŤ SLOVENSKA
JE HNEĎ ZA ROHOM

AKTIVUJ KUPÓN



**2+1
ZADARMO**

2.98**

1.99*

Tatranské maslo
250 g

*Cena za liter pri kúpe 2 literov = 1,99 €
**Cena za liter pri kúpe 1 litera = 2,98 €
Cena za liter = 2,98 €
Maximálny počet pri 8 literoch na rok up.



**NAJNIŽŠIA!
CENA V LIDLÍ
TENTO ROK**

**1+1
ZADARMO**

0.66**

0.33*

Smotanový
Mňam jogurt
145 g
rôzne druhy

*Cena za liter pri kúpe 2 literov = 0,33 €
**Cena za liter pri kúpe 1 litera = 0,66 €
Cena za liter = 0,66 €



**NAJNIŽŠIA!
CENA V LIDLÍ
TENTO ROK**

**KOMBINUJTE
ĽUBOVOLNE**

**10+10
ZADARMO**

0.76**

0.38*

Zlatý Bažant 10°
0,5
svetlé výčapné pivo
+ záloh za obal 0,13 €

*Cena za liter pri kúpe 20 literov = 0,38 €
**Cena za liter pri kúpe 1 litera = 0,76 €
Cena za liter = 0,76 €



**RODINNÉ
BALENIE**

1 kotúčik iba
0.19

**CENOVÝ
HIT**

5.99

Toaletný papier
32 kotúčikov
3-veštvový



**NAJNIŽŠIA!
CENA V LIDLÍ**

OD PONDELKA

OD PONDELKA 26. 5. DO NEDELE 1. 6.
ALEBO DO VYPREDANIA ZASOB

**60%
ZĽAVA**

2.99

1.19

Paradajky
strapcové
cena za 1 kg

**66%
ZĽAVA**

2.99

0.99



**63%
ZĽAVA**

2.69

0.99

Červená dynia
cena za 1 kg

**LIDL
STANOK**
DEKOR. ČIERNE



**24%
ZĽAVA**

5.59

4.99

Kuracie stehenné
rezné XXL
cena za 1 kg
bez kostí a kože



OD PONDELKA
26. MAJA

**CENOVÝ
HIT**

19.99

Vákuovačka



POZNÁTE Z TV

aj online

OD ŠTVRTKA
29. MAJA

**CENOVÝ
HIT**

9.99

Tenisky
pár



CRIVIT
FIND YOUR MOVE

POZNÁTE Z TV

aj online

Viac na www.lidl.sk

Ponuka tovaru platí od 26. 5. do 1. 6. 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.

Štúdium zubného lekárstva sa skrúti

Štúdium zubného lekárstva sa skrúti zo šiestich na päť rokov. Informovalo o tom v uplynulých dňoch ministerstvo školstva s tým, že upravený študijný program bude zavedený od akademického roka 2025/2026.

Martinská Jesseniova lekárska fakulta Univerzity Komenského v Bratislave a Lekárska fakulta Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach zavádzajú od akademického roka 2025/2026 upravený študijný program zubné lekárstvo. Budúci zubári budú na týchto fakultách študovať o jeden rok menej. Podobné úpravy čakajú v budúcnosti aj Lekársku fakultu Univerzity Komenského v Bratislave a Lekársku fakultu Slovenskej zdravotníckej univerzity v Bratislave. „Nové študijné programy odrážajú aktuálne trendy v zubnom lekárstve a požiadavky na absolventov. Touto zmenou zároveň zvyšujeme konkurencieschopnosť našich lekárske fakult v Európe,“ uviedol minister školstva Tomáš Drucker.

Ide o výsledok dlhodobých procesov

Zmena dĺžky štúdia je podľa rezortu školstva nevyhnutná a vyplýva zo smernice Komisie Európskej únie 2024/782 zo 4. marca 2024, konkrétne jej pravidiel o minimálnych požiadavkách na odbornú prípravu povolani sestry, zubného lekára a farmaceuta. Tímy oboch vysokých škôl na potrebných zmenách pracovali dlhé mesiace a schválili ich prostredníctvom vnútorných systémov kvality. „Skrátenie dĺžky študijného

programu zubné lekárstvo je výsledkom dlhodobých procesov, či už na európskej, ale aj domácej pôde. Veľmi ma teší, že lekárske fakulty slovenských vysokých škôl reagovali flexibilne a skrátene štúdium ponúknu budúcim študentom už od najbližšieho akademického roka,“ doplnil štátny tajomník pre vysoké školstvo a akademický výskum Róbert Zsembera.

Nové technológie aj digitalizácia

Redukciu rozsahu niektorých predmetov všeobecného lekárstva a posilnením profilových predmetov zameraných na zubnú klinickú prax, nové technológie a digitalizáciu sa zmodernizovalo a zefektívnilo vzdelávanie budúcich zubných lekárov. „Novinkou je napríklad aj zaradenie predmetu športové zubné lekárstvo, ktorý reflektuje rozširujúce sa spektrum stomatologickej starostlivosti. Verím, že študenti ocenia modernejšiu a viac na prax orientovanú výučbu,“ uviedla hlavná odborníčka pre zubné lekárstvo Ministerstva zdravotníctva SR a členka tímu, ktorý pripravoval túto zmenu, Silvia Timková.



» ren

zdroj foto bruno141990 pixabay

Pozor na krvný tlak

Neliečený vysoký krvný tlak môže vyústiť do závažných komplikácií, uvádza na sociálnej sieti Ministerstvo zdravotníctva Slovenskej republiky. Zároveň upozorňuje, že vysoký krvný tlak (>140/90 mmHg) patrí medzi najčastejšie diagnózy liečené v ambulanciách všeobecných lekárov, internistov či kardiológov. Tento takzvaný tichý zabijak dlhodobo poškodzuje srdce, cievy, obličky, mozog, zrak, sexuálne funkcie, a to často bez akýchkoľvek príznakov.

Na Slovensku je diagnostikovaných a liečených na vysoký krvný tlak 1,35 milióna pacientov. Odborníci však odhadujú, že hypertenziou trpí oveľa viac obyvateľov. Zvýšený krvný tlak má podľa nich každý druhý Slovák. „Neliečený vysoký krvný tlak pritom môže vyústiť do závažných komplikácií - infarktu myokardu, cievnej mozgovej príhody, poškodenia zraku, obličiek či zlyhania srdca,“ približuje MZ SR.

Dôležitá je prevencia

„Aj v tomto prípade platí, že prevencia je menej nákladná ako liečba zdravotných komplikácií súvisiacich s neliečenou hypertenziou. Napríklad hospitalizácia pacienta po infarkte myokardu stojí štát približne 8-tisíc eur,“ prízvukuje MZ SR a do-

dáva: „Dobrou správou je, že mnohým komplikáciám možno predísť:

- pravidelným meraním tlaku,
- zdravou stravou,
- pohybom
- a v prípade potreby aj pravidelným užívaním liečby predpísanej lekárom.“

„V spolupráci s kľúčovými medicínskymi odborníkmi sme vypracovali plán aktivít pre roky 2025 a 2026, ktorých cieľom je zlepšiť manažment tohto civilizačného ochorenia v slovenskej populácii,“ uzatvára MZ SR.



» ren

zdroj foto geraldoswald62 pixabay



VYSOKÁ ŠKOLA EKONÓMIE A MANAŽMENTU

98%
zamestnanosť
absolventov

Vytvor si
svoju budúcnosť.

Viac informácií o štúdiu:

+421 905 604 736

lucenec@vsemba.sk

Gemerská cesta 1, Lučenec

www.vsemba.sk

EKOKANAL 0908 967 587, 0910 967 585

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

DOBROVOĽNÁ DRAŽBA
Administratívno bytový komplex
Lučenec
Najnižšie podanie: 179 200,00 EUR



Termín konania dražby:
dňa 17.06.2025 o 10:00 hod.
Miesto konania dražby:
Hotel Pelikán, Banquet Hall,
Vajanského 2928/13, 984 01 Lučenec,
okres Lučenec, Banskobystrický kraj
Dražobná zábezpeka:
15 000,00 EUR

Predmet dražby:

Admin.-bytový komplex 1.E50-Penzión H, na ulici P. Rádayho v meste Lučenec. Predmetom dražby je tiež pozemok, parcelné č. 430/7 o veľkosti 116 m². Predmet dražby je evidovaný na LV č. 10395, k.ú. Lučenec.

Kontakt: 0903 404 713, dražby@heypay.sk, www.heypay.sk

HeyPay

dobrovoľné
dražby

čujte.sk

Čítajte nás:



www.cujte.sk

LUČENECKO
VEĽKOKRTÍŠKO-POLTÁRSKO

Aktuálne aj staršie vydania regionálneho týždenníka Lučenecko nájdete vždy na internete www.regionpress.sk

Pohodlné sedenie, pekné dekorácie a príjemné osvetlenie

Balkón ako oáza pokoja

Balkón pre mnohých predstavuje akési útočisko kde si môžu po náročnom dni oddýchnuť a zrelaxovať. Chystáte sa aj vy, vytvoríte si na svojom balkóne príjemnú oázu pokoja? Poradíme, ako na to.

Posedieť si na balkóne pri šálke čaju či kávy, začítať sa pritom do dobrej knihy, či len tak sedieť a meditovať. To všetko sa stane oveľa príjemnejším ak si na svoj balkón zadovážite skutočne pohodlné sedenie. Doplňte ho peknými vankúšmi, mäkkou dekou a nezapadnite ani na drobné doplnky v podobe lampášov či solárnych svetelných reťazí. Všetko to na záver umocnite zeleňou. Okrem okrasných rastlín či kvitnúcich kvetov, môžete vysadiť aj bylinky, ktoré spestria váš jedálnyček, prospejú vášmu zdraviu a dodajú vašim



Ilustračné foto.

zdroj foto: Gerhard_Romero pixabay

pokrmom výbornú chuť. Daríť sa bude dokonca aj niektorým druhom ovocia.

Budete potrebovať:

- kvetináče, kontajnery, hranty, prípadne debničky - ak nájdete doma nejaké staršie, ktoré ste predtým používali, najskôr ich dobre umyte v horúcej vode,
- zeminu – teda výsevový substrát,
- semená prípadne priesady bylín, kvetov a okrasných rastlín,
- záhradnícke náradie, rukavice, krhlu na polievanie.

Výsadba - Všetky nádoby vyplňte substrátom. Zasadíte do nich potom môžete okrasné kvitnúce rastliny, dekoratívne trávy, paprade a bylinky. Pokojne si zasadiť aj jahody, či bobulové ovocie.

Ovocie z vlastnej úrody

Ak túžite po vlastnej úrode ovocia, máme pre vás dobrú správu. Ak zvolíte vhodnú nádobu a správny druh substrátu, dopestovať si na balkóne môžete čučoriedky, brusnice, černice, ríbezle, egreše aj maliny. Pri nákupe sadeníc sa však nezapadnite poradiť o odrode, ktorá sa na pestovanie na balkóne najviac hodí. Daríť sa tam bude aj jahodám. Vyniknú najmä v závesných kvetináčoch ale aj vo vertikálnej stene.



Ilustračné foto.

zdroj foto: tuanarch87 pixabay

Najvhodnejšie odrody na balkón sú Camara, Elan alebo Toscana.

Výber kvetov je pestrý – Medzi najpestovanejšie balkónové rastliny patria muškáty a petúnie. Zvolíť si však môžete aj pakosty, chryzantémy, aksamietnice, klinčeky, fuksie či begónie.

Týmto bylinkám sa bude daríť - Na priamy výsev do kvetináčov sa hodí pažítka, žerucha, bazalka, mäta, tymian aj kôpor. Zo zakúpených sadeníc sú na pestovanie na balkóne vhodné rozmarín, oregano, majorán či šalvia.

Náš tip:

Ak nemáte príliš priestraný balkón, využite každý kúsok tak, že zakúpite aj závesné kvetináče, ktoré upevníte do stropu a voľnú stenu zasa môžete premeniť na vertikálnu záhradu. Ako nosný systém sa u vertikálnych záhrad používajú zhotovené konštrukcie priamo na mieru, prípadne sa dajú vyskladať z variabilných prvkov, ktoré môžete pripevniť na stenu balkóna a pomocou modulov ich kombinovať do rozličných rozmerov a tvarov.

» ren

NÁŠ TÍM HLÁDÁ NOVÝCH KOLEGOV!

📍 LUČENEC

NÁSTUPNÁ
MESAČNÁ MZDA

1650 €

38,75 HOD./TÝŽ.

+ Príplatky

+ Kredit na nákup v Lidli

v hodnote 40 € mesačne

ŠIROKÝ VÝBER

BENEFITOV

V HODNOTE

VIAC AKO **800 €**

ROČNE



**ZÁSTUPCA
MANAŽÉRA
PREDAJNE
(M/Ž)**



Správna voľba



Všetky pracovné príležitosti nájdeš na kariera.lidl.sk

Nález a záchrana Einmannbunkru v Trenčianskych Stankovciach Železobetónový objekt skončil v múzeu

V húštine na nelegálnej skládke v Trenčianskych Stankovciach zaujal pozornosť bádatelky Zlatice Kremeňovej železobetónový objekt, o ktorom sa domnievala, že by mohol pochádzať z obdobia druhej svetovej vojny. O náleze informovala Matúša Sládka z Krajského pamiatkového úradu Trnava, ktorý objekt v teréne ohliadol, potvrdil predpoklad jeho datovania a identifikoval ho ako takzvaný Einmannbunker. Po ohlásení nálezu prejavilo o objekt záujem Trenčianske múzeum v Trenčíne, ktoré zabezpečilo jeho vyzdvihnutie a prepravu do svojej pobočky v Novom Meste nad Váhom.

Einmannbunker, celým oficiálnym názvom Luftschutz – Splitterschutzzelle alebo



Einmannbunker po vyzdvihnutí z miesta nálezu.

autor foto M. Sládok, KPÚ Trnava

Brandwachenstände, čo môžeme preložiť ako letecký kryt na ochranu proti črepinám a požiarne ochranné stanovište, bol primárne pozorovací objekt, ale používal sa aj ako úkryt a strážnica. Ludový názov Einmannbunker, teda bunker pre jedného muža, odkazuje na veľkosť objektu – väčšina podtypov bola projektovaná pre jednu osobu. „Tieto objekty boli počas druhej svetovej vojny rozmiestnené najmä v areáloch či blízkosti závodov, energetických podnikov, banských, hutníckych objektov, železníc, mostov, dôležitých verejných budov, v zajateckých a koncentračných táborech. Ich účelom bolo poskytnutie úkrytu najmä pre príslušníkov stráže alebo zaškolených pracovníkov v čase leteckého poplachu a náletu, ktorí z nich pozorovali následky bombardovania a po ňom označovali miesta nevybuchnutých bômb. Bunkre boli odolné voči tlakovým vlnám, črepinám, menším troskám, ľahkým palným zbraňami, ale nie proti priamym zásahom bômb. Takisto chránili osoby vnútri proti poveternostným vplyvom,“ priblížil Matúš Sládok.

Vyrobené boli tisíce až desaťtisíce Einmannbunkrov

Einmannbunkre sa vyrábali prevažne ako železobetónové prefabrikáty vo viacerých betonárňach na území Tretej ríše, ale



Celkový pohľad na Einmannbunker pred vyzdvihnutím. autor foto M. Sládok, KPÚ Trnava

možno aj na okupovaných územiach a na území európskych spojencov Osi (spolok fašistických štátov). Prefabrikované výrobky tvoril monolit alebo rôzny počet častí. Viacdielne sa prepravovali v rozloženom stave a na mieste osadenia sa poskladali. Menší počet bunkrov sa vyrábala priamo na mieste potreby na celom území kontrolovanom Treťou ríšou a jej európskymi spojencami. „V prípade zachráneného exempláru bola podlaha vyrobená na mieste osadenia a zvyšok je monolitický prefabrikát,“ objasnil odborník a dodal, že boli celkovo vyrobené tisíce až desaťtisíce Einmannbunkrov množstva typov a podtypov. Po vojne bola časť z nich počas studenej vojny využívaná na pôvodné účely, časť sa premiestnila do lomov, kde slúžili ako kryty pri odstreloch,

ale väčšina bola odstránená a zničená.

Na Slovensku ich bolo minimálne päťdesiat

„Na Slovensku bolo minimálne 50 Einmannbunkrov. Doposiaľ sa zachovalo 28 kusov. Zachované identické podtypy sa nachádzajú vo Vojenskom obvode Záhorie a v Dubnici nad Váhom v priemyselnom areáli bývalých Závodov ťažkého strojárstva,“ uzavrel Matúš Sládok.

Einmannbunker z Trenčianskych Stankoviec je druhým železobetónovým objektom zachráneným spoločným úsilím pamiatkarov a Trenčianskeho múzea. V roku 2023 bolo do múzea premiestnené guľometné hniezdo, takzvaný Kugelstand alebo Kugelbunker.

» ren

IQOS ILUMA i ONE prináša nové farby a vylepšené funkcie

Bezdytmové zariadenie prináša opäť skvelé inovácie. Novinka IQOS ILUMA i ONE v piatich štýlových farebných prevedeniach s funkciou autoštart ponúka dospelým užívateľom ešte väčší komfort.

Vďaka svojmu tvaru a hladkej hliníkovej povrchovej úprave sa zariadenie príjemne drží v ruke, čím je naozaj bezproblémovým spoločníkom na cestách a kamkoľvek sa jeho dospelý užívateľ vyberie.

Nová funkcia autoštart pre lepší komfort

K dispozícii je nová funkcia autoštart, ktorá zabezpečuje intuitívne ovládanie, pričom predhrievanie sa začne automaticky po prvej vibrácii a po druhej je už zariadenie pripravené na používanie. Zariadenie navyše nevyžaduje žiadne čistenie a umožňuje tri po sebe idúce užitia. Plne nabitá vrecková nabíjačka po tom vydrží na 20 užití.

Prečo je IQOS lepšia voľba ako klasické cigarety?

Cigaretový dym je neželaný spoločník a dospelí fajčiari ho veľmi dobre poznajú. Vďaka IQOS však naň môžu na cigaretový zápach zabudnúť – nielen na končekoch prstov, ale aj vo vlasoch či na oblečení. Prelomová technológia indukčného nahrievania tabak nespája, ale nahrieva ho zvnútra. Pri používaní zariadenia tak vzniká aerosól a nie škodlivý cigaretový dym. Taktiež nevzniká decht – zvyšok dymu po zhorení cigarety, ktorý je zmesou chemických zlúčenín s obsahom karcinogénnych a toxických látok.



MÝTUS O NIKOTÍNE, PRAVDA O DECHTE

Nikotín a decht sú dve rozdielne veci. Cigarety ľudia fajčia kvôli nikotínu. Ten je síce návykový, ale nie je hlavnou príčinou ochorení spojených s fajčením. Skutočným vinníkom, ktorý je zodpovedný za najväčšie škody na zdraví dospelých fajčiarov, je práve decht. Vzniká pri horení cigarety a obsahuje karcinogénne a toxické látky nebezpečné pre zdravie.

Bezdytmové zariadenia nie sú bez rizika. Dodávajú nikotín, ktorý je návykový a sú určené výhradne pre dospelých, ktorí by inak pokračovali vo fajčení alebo užívaní iných nikotínových výrobkov.

ZDROJ foto: PMI

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

POKRÝVAČ- TESÁR

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

OKAMŽITÉ
ZACATIE
PRÁCE

-10% Z CENY PRÁCE DO 31.05.2025

ZDARMA
doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

Kontakt: +421 949 623 050

Oplatí sa!.sk

**ZAČNITE PREDÁVAŤ
ONLINE!**



Stannah

Ponuka
Darček v
hodnote až
200,- €

**Môj domov. Môj život.
Môj Stannah výťah.**

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

Pretože Stannah zmení Váš život.

*Táto ponuka je k dispozícii do 13.06.2025 a nie je platná s inými kampaňami alebo ponukami.



0800 162 162 www.stannah.sk

Big bean

PRENÁJOM KÁVOVAROV

SANREMO D8 Profesionálny pákový kávovar		JURA X10 Veľký automatický kávovar	
1 DEN	VÝKEND	2-30 DNI	31-60 DNI
60 €	90 €	40 €	20 €
9 €			

JURA E6 Rýbly automatický kávovar		FIORENTINO F64 Mlýniček	
1 DEN	VÝKEND	2-30 DNI	31-60 DNI
20 €	30 €	15 €	10 €
5 €			

BIGBEAN.SK

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.

Kolagén, ktorý si podmaňuje zdravie aj krásu naraz!

V posledných rokoch sa o kolagéne hovorí stále častejšie. Celosvetové štúdie preukázali, že správne užívanie kolagénu pomáha pri súvislosti so starnutím a pohybovými problémami.

Kolagén je bielkovina, ktorú tvorí skladba 19 aminokyselín prospešných pre ľudský metabolizmus a jeho správne fungovanie. Tieto bielkoviny sú dôležitým stavebným prvkom.

Ľudské telo si už od útleho veku dokáže kolagén vytvárať samo a však pribúdaním veku je tvorba tejto bielkoviny v našom tele stále slabšia a slabšia. Bolo preukázané, že už pri dosiahnutí 18 roka života je vo väčšine prípadov tvorba vlastného kolagénu takmer nulová. Každý metabolizmus si dokáže robiť zásoby kolagénu, ktoré sa však vstrebávajú u každého jedinca rôzne a podľa toho sa odvíja zásoba kolagénu a s tým spojené vyživovanie pohybového aparátu a pokožky. V dnešnej dobe existujú formy kolagénu, ktoré si vieme načerpať užívaním rôznych výživových doplnkov s obsahom kolagénu.

Rybí a hovädzí kolagén sú veľmi dôležitým stavebným prvkom v oblasti zdravej kĺbovej výživy, podpory správneho fungovania pohybového aparátu, zdravej pokožky, krásnych vlasov a silných nechťov.

Hovädzí kolagén tvoria 2 typy kolagénu a to I a II, tieto kolagény sú neoddeliteľnou súčasťou v raste, obnove a rekonvalescencii kostí, šliach, väzov a kože. Pri dennom

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 hydrolyzácie 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 antioxidantáciu organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známok starnutia.

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

text: Medika Expert

**MEDIKA
EXPERT**

**Môžete teraz
objednať na:**

www.medikaexpert.sk
alebo na tel.:

0904 552 345

Volajte v pracovné dni:

**od Pondelka do Piatka,
od 10:00 do 16:00 hod.**

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

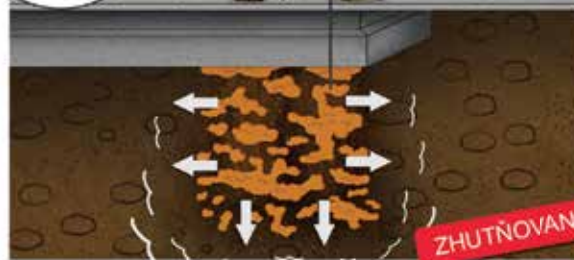


ZAMERANIE A
3D VIZUALIZÁCIA
ZDARMA

**ZĽAVY AŽ
DO 50%**



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



EKOLÓGICKÉ ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU

**BOMBA
FASÁDA**



BEZPLATNÁ
UKÁŽKA

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

ODKÚPIME

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

výkup **hodiniek**
výkup **nožíkov**

**poľovnícke
trofeje** a celé zbierky



0940 723 073

trofejeeu@gmail.com

POKRÝVAČ- TESÁR



**-10% 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

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

ECO Energy
energetické poradenstvo

www.ecoenergy.sk
info@ecoenergy.sk

DOTÁCIU ODPOČÍTAME IHNEĎ

Distribúciu a vybavenie
dotácie nechajte na Nás



VOLAJTE: 0909 131 131

Fotovoltaická elektráreň 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

JARNÁ AKCIA

Pokračuje pre veľký záujem aj v máji

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

9ks

5kw Menič

Zaplatíte len
2190€*

*Cena vrátane montáže

Teplné 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

Záruka
25 ROKOV