

BYSTRICKO BREZNIANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 56 200 domácností

**VÝKUP
KROJOV**

a ich súčastí, kašmírové,
merinové a tibetové sukné,
zásterky, šatky a mince

0908 627 952
stavaj.peter@gmail.com

Svätá stolica súhlasila s dočasným zrušením sviatku 15. septembra

Ministerstvo zahraničných vecí a európskych záležitostí Slovenskej republiky informuje, že Svätá stolica prostredníctvom Apoštolskej nunciatúry na Slovensku diplomatickou notou potvrdila súhlas s návrhom vlády SR. Ten sa týka dočasného pozastavenia sviatku Sedembolestnej Panny Márie, patrónky Slovenska, ako dňa pracovného pokoja – výlučne na rok 2026. Slovensko si tento sviatok tradične pripomína 15. septembra.

„Rozhodnutie o dočasnom zrušení 15. septembra ako dňa pracovného pokoja je výsledkom neľahkých konsolidačných opatrení, ktoré si vyžaduje aktuálna ekonomická situácia. Nie je to rozhodnutie, ktoré sme prijali ľahko, no prijali sme ho ako súčasť zodpovedného prístupu vlády,“ uviedol minister zahraničných vecí a európskych záležitostí Juraj Blanár s tým, že v danej veci rezort diplomacie viedol sériu diplomatických nôt a konzultácií so Svätou stolicou, a to v súlade s článkom 25 Základnej zmluvy medzi SR a Vatikánom a v zmysle článku 57 Viedenského dohovoru o zmluvnom práve. Ako ďalej zdôraznil J. Blanár, celý proces predstavoval štandardný rámec medzinárodnej komunikácie, ktorým Slovenská republika zabezpečila, aby bol návrh vlády vopred konzultovaný a formálne odsúhlasený Svätou stolicou.

„Slovenská republika si nadovšetko váži princípy medzinárodného práva a zmluvných záväzkov, ku ktorým sa hlási ako suverénny a

zodpovedný štát. Aj v prípade dočasného zrušenia sviatku Sedembolestnej Panny Márie sme postupovali striktné v súlade s ustanoveniami Základnej zmluvy so Svätou stolicou aj s pravidlami medzinárodného práva,“ doplnil šéf slovenskej diplomacie.

„Ministerstvo zahraničných vecí a európskych záležitostí SR bude aj naďalej dôsledne zabezpečovať plnenie medzinárodných záväzkov Slovenskej republiky vrátane tých, ktoré vyplývajú zo Základnej zmluvy so Svätou stolicou,“ uviedlo Ministerstvo zahraničných vecí a európskych záležitostí SR. „Zachovanie dobrých vzťahov s Vatikánom je pre nás dôležité ako súčasť zahraničnej politiky Slovenska, a preto k tomu budeme naďalej pristupovať s plnou vážnosťou a rešpektom. Verím, že aj napriek tejto výnimočnej úprave zostáva duchovný význam sviatku Sedembolestnej Panny Márie ako patrónky Slovenska plne zachovaný – jej úcta je hlboko zakorenená v našej spoločnosti a bude naďalej živo prítomná v duchovnom živote veriacich,“ uzavrel minister J. Blanár.

Svätá stolica prostredníctvom Apoštolskej nunciatúry na Slovensku diplomatickou notou zo dňa 13. októbra 2025 potvrdila súhlas s návrhom vlády SR dočasne pozastaviť vykonávanie článku 9 písm. f) Základnej zmluvy medzi Slovenskou republikou a Svätou stolicou, čím sa umožňuje, aby 15. september 2026 – sviatok Sedembolestnej Panny Márie, patrónky Slovenska – nebol dňom pracovného pokoja. » [ren](#)

**ŽALÚZIE
SIETE, SERVIS v BB**
0907 536 783

71-0001

KACHĽOVÉ PECE- STAVBA, OPRAVA, ČISTENIE
+421 918 508 561 / danocimo@gmail.com

71-0090

KURZ SBS
LEN U NÁS ONLINE aj PREZENČNE

**Cez Úrad práce
pre všetkých
ZDARMA**

Kontakt:
kurzsbs@sbabb.sk
0911 514 328

81-0227

PÔŽIČKY 0918 709 028
od 18-80 ROKOV
od 400€ do 30 000€ www.bestpozicka.sk

66-019

**DOMÁCE
OŠÍPANÉ**
UŽ V POLOVIČKÁCH
S DOVOZOM
V CENE
Volajte
0908 131 199

13-0305


RICI
Martin

**PAPLÓNY A VANKÚŠE
ČISTENIE PERIA**

www.rici.sk
TEL: 0908 838 838

28-021

MINIPOLIS
Spa & Beauty



Infrashape
jedinečný tréning pre ženy

Vyformuj si postavu
Spevni zadok a stehná
Zbav sa celulitídy

Partizánska cesta 3/A | 0948 98 98 96 | www.Minipolis.sk

77-0012

81-0138

Bezplatný týždenník

BYSTRICKO BREZNIANSKO

EV 6221/24

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

Ročník II, rok 2025

Redakcia: Družby 14
BANSKÁ BYSTRICA
bystricko@regionpress.sk

INZERCIA

Bc. Jana Žabenská 0907 877 860
Ivana Beňová 0905 915 034

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



DISTRIBÚCIA (56.200 domácností)

Každý týždeň:
Banská Bystrica, Badín, Brusno, Čerín, Dolná Mlčaná, Dúbravica, Harmanec, Homé Pršany, Hrochoť, Hronsek, Kynčelová, Lúbitová, Lučatín, Malachov, Medzibrod, Nemce, Podkonice, Poniky, Priečhod, Selce, Slovenská Ľupča, Tajov, Vlkanová, Brezno, Ľierny Balog, Dolná Lehota, Nemecká, Podbrezová, Predajná, Valaská



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

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

Západné Slovensko

BV	97240	BRATISLAVSKO	východ
BZ	106540	BRATISLAVSKO	západ
DS	34320	DUNAJSKOSTREDSKO	
GA	34390	GALANTSKO-ŠALIAŇSKO	
HC	30330	HLOHOVECKO-SEREDSKO	
KM	16450	KOMÁRŇANSKO	
LV	30580	LEVICKO	
MA	29680	MALACKO	
NR	54170	NITRIANSKO	
NZ	35050	NOVOZÁMOKO	
PK	22970	PEZINSKO	
PN	41870	PIEŠŤANSKO-NM-MY	
SC	35420	SENECKO	
SE	36750	SENIČKO-SKALICKO	
TO	41930	TOPOĽCIANSKO-PE-BN	
TN	60750	TRENČIANSKO-DCA-IL	
TT	49930	TRNAVSKO	
ZM	20930	ZLATOMORAVSKO	

Stredné Slovensko

BB	56200	BANSKOBYSTRICKO-BR	
KY	29300	KYSUCKO-CA-KM	
LI	37270	LIPTOVSKO-LM-RK	
LC	30860	LUČEŇECKO-VK-PT	
MT	38570	MARTINSKO-TR	
OR	34980	ORAVSKO-DK-NO-TS	
PB	33590	POVAŽSKO-PB-PU	
PD	40150	PRIEVIDSKO	
ZV	38400	ZVOLENSKO-DT-KA	
ZH	26880	ŽIARSKO-ZC-BŠ	
ZA	50780	ŽILINSKO-BY	

Východné Slovensko

BE	37210	BARDEJOVSKO-SK-SP	
GJ	30830	GEMERSKO-RV-RS-RA	
HU	27190	HUMENSKO-VT-SV-ML	
KE	92130	KOŠICKO	
KS	24900	KOŠICKO okolie	
SL	12940	ĽUBOVNIANSKO	
MI	31260	MICHALOVSKO-TV-SO	
PP	41520	POPRADESKO-KK	
PO	49940	PREŠOVSKO-SB	
SN	32540	SPÍŠSKO-LE-GL	

Očkovanie proti chrípke u ktoréhokoľvek lekára

„Očkovanie proti chrípke je jednoduchá, bezpečná a účinná prevencia,“ uvádza na sociálnej sieti Štátny ústav pre kontrolu liečiv (ŠÚKL) a tiež dodáva, že vakcináciu proti chrípke vám môže predpísať a podať ktorýkoľvek lekár, ktorého navštívate.

Chrípka je podľa odborníkov vysoko infekčné vírusové ochorenie, ktoré sa šíri najmä kvapôčkami pri kašli, kýchaní, rozprávaní, ale aj prostredníctvom kontaminovaných povrchov. Sezónna chrípka (október – máj) je spôsobená vírusmi, ktoré neustále mutujú a menia svoje vlastnosti. „Preto sa odporúča očkovať každý rok – aktuálna vakcína chráni pred kmeňmi vírusu, ktoré v danom období najviac cirkulujú v populácii,“ objasňuje ŠÚKL.

Chrípka môže postihnúť kohokoľvek a viesť k závažným zdravotným komplikáciám. „Zvýšené riziko majú najmä seniori, tehotné ženy a ľudia s oslabenou imunitou. Očkovanie sa preto odporúča každému, kto chce minimalizovať riziko ochorenia a chrániť nielen seba, ale aj svoje okolie,“ dodávajú odborníci.

Prečo sa dať zaočkovať proti chrípke?

- znížite riziko komplikácií (napríklad zápal pľúc, priedušiek, uší či prínosových dutín),
- ak sa nakazíte aj napriek očkovaniu, priebeh ochorenia bude miernejší,
- chránite nielen seba, ale aj svoje okolie, najmä zraniteľné osoby.

Všetky vakcíny sú plne hradené zdravotnými poisťovňami. Ochrana sa vytvára približne do 10–14 dní po očkovaní a trvá okolo 6 mesiacov – teda počas celej chrípkovej sezóny. Vakcináciu proti chrípke vám môže predpísať a podať ktorýkoľvek lekár, ktorého navštívate.

Všetky vakcíny sú plne hradené zdravotnými poisťovňami. Ochrana sa vytvára približne do 10–14 dní po očkovaní a trvá okolo 6 mesiacov – teda počas celej chrípkovej sezóny. Vakcináciu proti chrípke vám môže predpísať a podať ktorýkoľvek lekár, ktorého navštívate.



Ilustračné foto. zdroj foto MasterTux pixabay

SUCHÉ štiepané palivové drevo
s dovozom
☎ 0944 304 589

www.ubytovanieBA.sk
+421 915 717 358 Bratislava

VODA - PLYN KÚRENIE Montáž kotlov prípojok, opravy, rekonštrukcie
0902 051 781
igelbau.s.r.o@gmail.com

PLECHOVÁ STREŠNÁ KRYTINA
cena za materiál a prácu 26,99 € / m²
0915 470 099 | SME MAĎARSKÁ FIRMA

ŽALÚZIE Radovan Matuš
ZASKLIEVANIE BALKÓNOV
roletky deň a noc vertikálne žalúzie aj sušiaci sieťky proti hmyzu zhrňacie lamelové dvere servis balkónových roliet
www.balkony.net 0905 767 777

ecopap HARMONY
VYMEŇTE STARÝ PAPIER ZA NOVÝ
Vymeníme Vám všetky druhy papiera, aj kartón od firm, aj občanov. V prípade väčšieho množstva papiera, papier od Vás vykupíme. Zabezpečujeme komplexný servis zberu a recyklácie papierového odpadu, vrátane skartácie dokumentov a likvidácie archívov.
Kostivarska cesta 51 (bývalý areál Pepsi Cola) Kontakt: 0903 277 001

Serod s.r.o.
VÝROBA HLINÍKOVÝCH A PLASTOVÝCH OKIEN A DVERÍ
zimné záhrady, žalúzie, rolety, zábradlia
www.serod.sk | e-mail: serod@serod.sk | tel.: 0908 530 793
Prevádzka: Čačín 67, Čerín-Čačín
Office: Tr. SNP 75, Banská Bystrica /budova štatistiky/

VENCE NA HROBY
NAJVÄČŠÍ VÝBER hotových vencov v BB
Horná 8 od 1. 10. do 1. 11. 2025 (oproti hlavnej pošte v podchode vedľa hodinárstva)
v Tesco od 17. 10. do 31. 10. 2025 (oproti pokladniám)
Stará tržnica od 27. 10. do 1. 11. 2025 (oproti soche Cyrila a Metoda)
Europa SC od 17. 10. do 31. 10. 2025
☎ 0918 465 586 Aranžujeme aj na pohreby podľa Vašich predstáv

Veterinárna ambulancia
MVDr. Miroslav Málus pre psov a mačky
Švermova 21/A, Fončorda, BB za výškovým panelákom 21-23, na konci garáží
Prevencia - liečba - operácie - lab. dg. zuby ultrazvuk - čipovanie - pet pasy
PRACUJEME NA OBJEDNÁVKU
PO - PIA 8:00 - 18:00 hod.; SO 8:00 - 12:00 hod.
Objednávajte sa vopred na tel.: **0905 421 576**
najneskôr pol dňa dopredu, na SO najneskôr v PIA do 19:00 hod.
www.mvdrmalus.zzz.sk

KOĤÚTIK KRMKO S.R.O.
0915 454 828
0915 807 072
Podhrádok 369/59
Predajná, 976 63
www.krmko.sk

ZEMIAKY konzumné, sadbové
NA ZIMNÉ USKLADNENIE.

MAK MODRÝ ručne zbieraný

OBILIE pšenica, jačmeň, ovos, šrot...

KRÉMNE ZMESI pre hospodárske zvieratá, králiky, nosnice, hydinu, pštrosy...



Sa oplatí.



UŠETRITE -40 %
s Lidl Plus UŠETRITE' -45 %
Lidl Plus

Čučoriedky
125 g balenie
(100 g = 0,95)
(LP: 100 g = 0,87)
1.09

*Úroveň jedlých látok, zere a potravín v produktom v štandardnej porúčanej veľkosti.

Zrelé avokádo
kus

-37 %
0.99
1.59



Hubert de Luxe
blanc/rosé
(1 l = 5,72)

UŠETRITE' -42 %
4.29



*Úroveň i odporúčanej behnej množstvom predajnej cene výrobu.



2 rolky
1 rolka od **2.00**
CENOVÝ HIT s Lidl Plus kupónom pri nákupe nad 20 €
6.99 -42 %
Lidl Plus

Floralys
Kuchynské utierky
2-vrstvové, extra dlhé
(1 rolka = 3,50/2,00)
3.99

od pondelka 27. 10. do 2. 11.

XXL balenie sa oplatí.

100 g iba **0.71**

Eidam
bloček
(1 kg = 7,11)

CENOVÝ HIT
2.49



Kešu natural
(1 kg = 10,90)

UŠETRITE' -26 %
5.45



*Úroveň jedlých látok, zere a potravín v produktom v štandardnej porúčanej veľkosti.

1 kg balenie



Mleté bravčové mäso
XXL
1 kg balenie z pliecka

CENOVÝ HIT
3.49



-21 % 7.49 s Lidl Plus UŠETRITE' -25 %
5.89 Lidl Plus

Kuracie prsné rezne
XXL
cena za 1 kg **5.59** 7.49

PARKSIDE
Tepovač PWS 20 E4
súprava

UŠETRITE' -30 %
69.99

aj online

*V porovnaní s cenou 99,99 platnou 14. 10. 2025 na lidl.sk



NAJLACNEJŠÍ TEPOVAČ vo svojej kategórii

*porovnanie podľa stránky tarasba.sk, dňa 15. 10. 2025 medzi tepovačmi

Riadková inzercia

1 AUTO-MOTO

2 ELEKTRO, TECHNIKA

»Kúpim motocykle Jawa/ČZ/Babetta/Simson/Pionier/Stadion aj iné... 0949 371 361

3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK

4 DOM A ZÁHRADA

»KÚPIM HAKY LEŠENIE 0908 532 682

5 ZVERINEC, DROBNOCHOV

6 HOBBY A ŠPORT

7 DEŤOM

8 DARUJEM

9 ZOZNÁMENIE

»SYMPATICKÝ, 39 ROČNÝ BEZ ZÁVZÁKOV. SI HĽADÁ V LEKÁRNI PRACUJÚCU ŽENU, PRIATELKU KTORÁ VIE PRIJAŤ DAŤ LÁSKU. INTELIGENCIA VYHOVUJE 0917067654

0 RÔZNE

Chcete si podať riadkový inzerát?

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

Príklad:
RP BB 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 do 100 znakov 2 €
- Text nad 100 znakov 3 €

Číslo rubriky:

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

Komerčné inzeráty, pozvánky na akcie, ponuky zamestnania a reality v riadkovej inzerácii 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 „BB“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tiráži.

(Službu platbami mobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

NÁBYTOK JAME
Čierny Balog
ponúka slovenské
SEDACIE SÚPRAVY
od firmy FINES
0905 631 594
www.jame.sk

ADAM KRŤKO
• čistenie kanalizácií,
• lapačov tukov
• kamerovanie
• lokalizácia potrubia
NONSTOP 0948 948 606

ZBER STARÝCH VOZIDIEL
a trvalé vyradenie z evidencie, možnosť odvozu.
Po-Pia: 7,00 - 15,30
ALUEX 0944 530 853
045/53 33 644

Realizujeme
STROJOVÉ POTERY
0948 300 988

Orez stromov
Arboristika
Ruka & Hore
Rez ovocných stromov, živé ploty, výsadba, výrub, odvoz drevnej hmoty
0918545451 www.citytrees.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
výkopové opravy kanalizácií
Frézovanie kanalizačných potrubí
Vyhľadávanie kanalizač. trás detektorom
Lokálne bežvýchopové opravy

NEODTEKÁ? ORIGINAL
TOALETA, DREZ, STREŠNÝ ZVOD?
KRŤKOVANIE - MONITORING
www.krťkovanie.sk
mobil: 0905 803 100, 0911 897 464
SME TU PRE VÁS 26 rokov OD ROKU 1999

predaj KOMPOSTU
spoločnosti **Marius Pedersen**
voľne sypaný kompost dostupný pre fyzické aj právnické osoby
vhodný na základné hnojenie poľnohospodárskych pozemkov, záhrad, ovocných sádov, okrasných záhradníckych plôch, pri výsadbe stromov, okrasných drevín a trvaliek, na rekultiváciu plôch, zúrodňovanie pôdy, pri zakladaní a pestovaní trávnikov
CENA: 1 tona (~2 m³) / 20 € bez DPH minimálny odber 1 tona
MIESTO: Kompostáreň BRO Marius Pedersen a.s. areál skládky Šalková
Pri príchode do areálu skládky je potrebné pred odberom kompostu odvaziť dopravný prostriedok a riadiť sa inštrukciami zamestnancov na váhe.
Presný deň a čas odberu je potrebné vopred dohodnúť s obchodným zástupcom: 0914 387 320

OBNOVA NÁPISOV a DOSEKÁVANIE DÁTUMOV na POMNÍKCH
PRIAMO NA CINTORINE
čistenie dvojhrabu 100€
0944 229 001

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

KOVOVÝROBA
- ploty a brány
- prístrešky na autá
- prekrytie terás /strišky
- výroba schodov a zábradlia
- oceľové konštrukcie / haly
- aj certifikované konštrukcie
- betonárska oceľ, výroba armatúr a armovaných košov
OCEĽ - NEREZ - HLINÍK
Tel.: 0910 171 103

PREDÁVATE DOM, BYT, POZEMOK A INÉ?
• Pomôžeme vám s ich predajom alebo prenájmom
• 16 ročné skúsenosti na trhu s nehnuteľnosťami
• Tržné ohodnotenie vašej nehnuteľnosti
• Profesionálne právne, katastrálne a hypotekárne služby
volajte 0903 419 623

ZASKLENIE TERÁS A BALKÓNOV
rámový a bezrámový systém
NOVINKA
VONKAJŠIE ŽALÚZIE NA OKNÁ
• balkóny • terasy
• pergoly • prestrešenia
• zimné záhrady
SLOVREKLA s.r.o. - Zvolen, Trhová 6 (Tržnica)
B. Bystrica, Bernoláková 2 (Pod Novamedom)
www.slovrekla.sk, info@slovrekla.sk
045/540 20 71, 0905 298 160

BELSPOL, s.r.o.
Hronská 27, Sliač
tel./fax: 045/5442 561
0907 825 776, 0907 696 666
PONÚKA:
KAPUSTU ZIMNÚ hlávkovú aj rezanú
TRADIČNÁ KVASENÁ KAPUSTA - možnosť preložiť aj do vlastných súdkov
ZEMIAKY - konzumné na zimné uskladnenie CIBULU...
REŽEME NA POČKANIE
Dlhoročná tradícia vo výrobe kvasenej kapusty.
Len u nás dostanete zaručenú kvalitu.

kamstav
kompletné kamenárske služby
www.kamenarstvo-kamstav.sk
B. BYSTRICA, J. KRÁĽA 4, CENTRUM, PRI POTOKU
Radi Vás navštívime: 0917 216 390, 0907 840 778

-50%
na všetky pomníky

SERIÓZNOSŤ • FLEXIBILITA • TRADÍCIA od r. 1989

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

tmavý obklad hrôbu
Verde Bahia akcia -50%

CINTORÍN RADVAŇ NOVÉ URNOVÉ MIESTA ZAKÚPITE U NÁS

SUPER CENA

ZEETEX 225/45 R17 94V WH1000
59,90 €

V PNEUSERVISOCH
MIKONA
www.mikona.sk

PALIVOVÉ DREVO
metrovina
BUK, DUB, HRAB
0948 902 721

ARBORISTIKA
certifikovaná starostlivosť o vaše stromy

- Ošetrovanie stromov
- Výsadba a výrub stromov
- Istenie korún stromov
- Záhradnícke práce
- Orezávanie živých plotov

stromy AZ
STAROSTLIVOSŤ O STROMY
0917 884 717 info@stromyaz.sk www.stromyaz.sk

DOVOZ NA ADRESU

18 týž. mládky, brojerové kuriatka
www.hydinashop.sk
0905 207 059

Rozvoz po celej SR

SKLENÍKOV

Nečakaj! Priprav sa na jar 2026 už teraz!

☎ **0915 516 672**
www.sklenikovo.sk

skleníky
predmontáž
montáž

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

FORNOX BEZPEČNOSTNÉ DVERE

Svetové bezpečnostné DVERE ZO SLOVENSKA

3. Bezpečnostná trieda 17 istiacích bodov

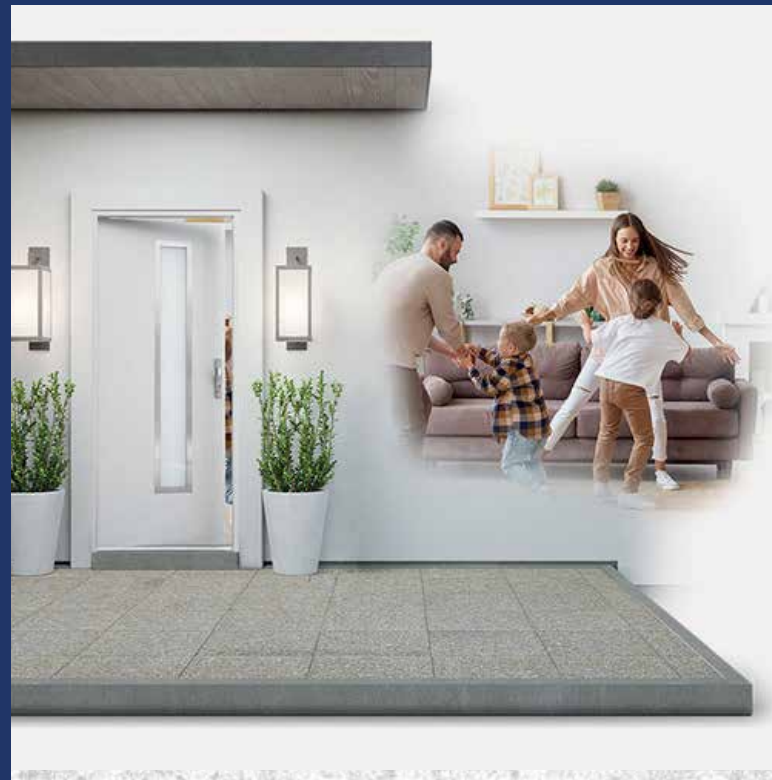
Banská Bystrica 0905 564 710
Zvolen 0905 564 710
Žiar nad Hronom 0905 564 710
Brezno 0903 536 068

Lučenec 917 106 382
Rožňava 0917 461 470
Liptovský Mikuláš 0918 494 341
Poprad 0905 250 436

AKCIA -200€

6 rokov záruka na rozvorový mechanizmus

www.fornox.sk



Výroba do troch týždňov

Do bytu aj do domu

Dôležitá je prevencia aj včasné odhalovanie rizikových faktorov Starajme sa o svoje srdce

Ochorenia srdca sú hlavnou príčinou predčasnej smrti na celom svete. Každoročne spôsobujú viac ako 18 miliónov úmrtí. Pri príležitosti Svetového dňa srdca zdôrazňujú odborníci dôležitosť pozornosti venovanej srdcovým ochoreniam.

Cieľom je podporiť prevenciu, teda zdravý spôsob života, kam patrí vyvážená strava, aktívny životný štýl, zodpovedný prístup k zdraviu a životu, ale potrebné je aj včasné odhalovanie rizikových faktorov a lepší prístup k starostlivosti o srdce.

Odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR pripravili pri tejto príležitosti zopár tipov pre zdravšie srdce:

- Prestaňte fajčiť. Okamžite môžete zlepšiť zdravie svojho srdca.
- Poznajete svoju zdravú hmotnosť. Udržujte si ju.
- Obmedzte príjem soli, cukru, spracovaných tukov a alkoholu.
- Jedzte rôzne druhy ovocia a zeleniny.
- Jedzte viac kuracieho mäsa a rýb, celozrnných potravín, strukovín, nesolených a nesladených orechov.
- Obmedzte červené mäso na raz týždenne alebo menej.
- Jedzte viac rozpustnej vlákniny (ovos,

ovsené otruby, jačmeň, fazuľa, šošovica, jablká, hrušky, citrusy, mrkva, špargľa, batáty, brokolica).

- Udržujte sa fit a doprajte si dostatok pohybu, pričom ideálne je aspoň 30 minút denne miernej až stredne intenzívnej aktivity.
- Doprajte si dostatočný spánok a naučte sa redukovať stres – pomôcť môže meditácia či relaxačné techniky.

Nezabúdajte si dávať skontrolovať základné zdravotné parametre:

- hladinu krvného tlaku
- hodnoty tuku v krvi (cholesterol – LDL, HDL, triacylglyceroly)
- obvod pásu, BMI
- hladinu cukru v krvi

Vybrané parametre vám môžu zmerať aj poradne zdravia zriadené pri regionálnych úradoch verejného zdravotníctva.

Viete, ako si správne merať krvný tlak?

- Aspoň hodinu pred meraním nepite alkohol, kávu, nefajčite.
- Pred každým meraním treba sedieť aspoň päť minút v pokoji.
- Manžeta tlakomeru sa upevní na ruku tak, aby bola niekoľko centimetrov nad lakťom (približne 2 až 3 cm alebo na dva prsty) – vo výške srdca. Predlaktie je voľne polo-



Ilustračné foto.

zdroj foto geraldoswald62 pixabay

žené na stole a lakeť mierne ohnúť.
• Počas celého merania ruku nedvíhajte, opierajte dolné končatiny o zem, nestláčajte brucho a nerozprávajte. Celé meranie by malo prebehnúť bez prítomnosti vonkajších rušivých vplyvov.
• Mali by ste uskutočniť 2 až 3 merania v odstupe 1 až 2 minúty. Zaznamenáva sa hodnota, ktorá je priemerom z posledných dvoch meraní alebo najnižšie nameraná hodnota.

Odborníci pripomínajú:

„O chorobe vysokom krvnom tlaku hovoríme, ak si opakovane nameriate tlak vyšší ako 140/90 mmHg. Optimálny tlak je

120/80 mmHg, vtedy sú srdce a cievy najmenej zatažené. Normálny tlak je nižší ako 130/80 mmHg.“

Tlak si síce môžete zmerať sami doma, no viete, že v Poradniach zdravia vám odborníci môžu bezplatne: zmerať tlak, pulz, cholesterol a glukózu, vyhodnotiť výsledky a rizikové faktory pre hypertenziu, poradiť, ako znížiť riziko hypertenzie a žiť zdravšie? Informácie o poradniach zdravia a kontakty, prostredníctvom ktorých si môžete dohodnúť termín na najbližšom regionálnom úrade verejného zdravotníctva, nájdete tu: <https://www.uvzsr.sk/web/uvz/kontakty-na-poradne-zdravia> » **re**

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

AKCIA
nizka popolnosť nedehtujú pre všetky typy pecok, sporákov a krbov

BUKOVÉ UKLADANÉ DREVO
AKCIA: 170€/1,8M

ROZMER BRIKETY
155 x 90 x 60mm

NONSTOP SLUŽBA
0915 113 102
Rozvoz aj v sobotu

výhrevnosť: 19 MJ/kg
popolnosť: 1,3%

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE
od 15€/bm

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL

ZĽAVA na materiál 45%

- PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASŤÍ KOMÍNOV
- ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV

OBHLIADKA KOMÍNOV **ZDARMA**

0948 012 507 • www.profikominy.sk

Pálenica Krásno

POTREBUJETE PRAVÝ OVOCNÝ PÁLENKU BEZ NÁROČNEJ PRÍPRAVY KVASU?

JABLKOVÝ, SLIVKOVÝ, HRUŠKOVÝ, VIŠŇOVÝ A ČEREŠŇOVÝ KVAS

VYPÁLIME A VY SI SO SEBOU ODNAŠATE PRAVÝ OVOCNÝ DESTILÁT VO VÝBORNEJ KVALITE

PRE VIAC INFO: 0948 955 559

www.palenicakrasno.sk

Kúrenie drevom vždy bola a je **ISTOTA!** Krby, kachle, sporáky a lacné komíny u nás - **tuma**

Elegantné **kachle** v najvyššej kvalite: Najkvalitnejšie sporáky na trhu!

Pece na pizzu, mäso, chlieb, koláče od 612,-€

Komfortné pece na pelety teplovzdušné teplovodné

Kvalitné záhradné grily

Krbové vložky

ceny s DPH	pre plyn	Murované šamotové jednodominy - pre tuhé palivá													
		TUMA THERM + pevný plášť							TUMA FOLK - najlacnejší!						
výška		140/90st.	160/90st.	160/45st.	180/90st.	180/45st.	200/90st.	200/45st.	160/90st.	160/45st.	180/90st.	180/45st.	200/90st.	200/45st.	
5m	667	594	604	665	676	675	686	524	534	543	554	548	559		
6m	731	655	665	737	748	748	759	604	614	687	635	630	641		
7m	796	716	726	810	820	822	833	666	676	746	698	693	704		
8m	861	777	787	882	892	895	906	723	733	818	756	752	763		

Dvojkomíny - možno kombinovať - cena je súčet dvoch jednodomínov. V ponuke kvalitné nerezové systémy TECNOVIS.

Banská Bystrica
Zvolenská 3747/19
tel: 0915 905 112
www.krby-tuma.sk
email: krbytumabb@gmail.com

Dovoz do 5 prac.dni

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

POKRÝVAČ- TESÁR

profesionálne strešné práce



**-10%
Z CENY
PRÁCE**

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

- › renovácia striech, renovácia garáží <
- › pokládka plechovej strešnej krytiny <
- › oprava a renovácia žlabov <
- › kompletná výmena striech <
- › zatepovacie práce <

ZDARMA DOPRAVA, CENOVÁ PONUKA

Kontakt: +421 949 623 050

Hľadáme šikovného kolegu/kolegynku do tímu

ŠPECIALISTA PRE PREDAJ A KONTAKT SO ZÁKAZNÍKMI pre Bystricko-Brezniansko

Mzdové podmienky (brutto): 1 000 - 1 200 EUR/mesiac + odmeny za výsledky

Svoju žiadosť spolu so životopisom pošlite na e-mailovú adresu: job@regionpress.sk



REGION
PRESS

**NAJVÝHODNEJŠIA
DOSTUPNÁ
PÔŽIČKA**
0905 555 863

**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 B.Bystrica

REGION
PRESS

WWW.REGIONPRESS.SK

PRIJMEM ĽUDÍ - poradenstvo
Tel.: 0907 417 179

Zateká Vám strecha?

Spoľahnite sa na odborníkov
a budete kľudne spať

- opravy asfaltových a plechových striech - lokálne aj celoplošne novými elastickými materiálmi so životnosťou min. 30 rokov v cene už od 12,90 € / m²
- Výber z viac druhov materiálov
- obhliadka a vypracovanie cenovej ponuky **zadarmo**

STRECHAFER, s.r.o.
Božík Peter
0948 606 860

INZERCIA

0905 915 034

GLAZÚROVANIE VANÍ

„Už 30 rokov
od firmy
MOLNÁR“

0903 405 588
0905 983 602

**SBS
LAMA SK**

prijme bezpečnostného
pracovníka na obchodné
prevádzky

v Brezne

1 050 € / brutto
POS nutný! Nástup ihneď.

0948 491 167

**Prijmem na TPP
CHYŽNÚ,**

možný aj skrátený TPP
do malého penziónu
v centre Banskej Bystrice.

Hodinová mzda
6-7 Eur netto.

Ponuka platí pre ľudí ZŤP
a aj pre ľudí
na invalidnom dôchodku.

Kontakt: 0918 747 711

Frézovanie a vložkovanie

KOMÍNOV

- Frézovanie 1 m - 15 €
- Certifikovaný žiaruvzdorný materiál
- Akcia 10m komín vyfrézovanie, vyvložkovanie komplet 900€
- Obhliadka zdarma, dohoda istá

frézovanie
od 15€/m

Zľava
na materiál
40%

0911 322 495, 0907 362 202, frézovanievložkovanie@gmail.com

Florian Zeller PRAVDA

SOŇA NORISOVÁ | MAREK MAJESKÝ
HELENA KRAJČIOVÁ | PETER SKLÁR



Brilantná komédia o dvoch manželských pároch

Banská Bystrica 15.11.2025

Robotnícky dom

f 13.opona @ divadlo_13.opona

www.13opona.sk



ticketportal



0911 593 555
moriak@moriak.sk

FARMA ČREMOŠNÉ
Dovezieme až k Vám

**GAZDOVSKÉ OČISTENÉ
MORKY A MORIAKY**
4,90 - 5,45 €/kg

EXPEDÍCIA:
november - december 2025

Rezervujte si vašu čerstvú morku/moriaka priamo
od chovateľa už teraz - naša produkcia je limitovaná.



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



HĽADÁTE ĽUDÍ?
inzerujte v rubrike ZAMESTNANIE
0905 915 034

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



GS
EUROTHERM
MONT

ZIMNÉ ZÁHRADY
ZASKLENIA BALKÓNOV
A TERÁS • PRÍSTREŠKY
PREKRYTIA BAZÉNOV
HLNÍKOVÉ A NEREZOVÉ
ZÁBRADLIA A BRÁNY

gszasklenie.sk
0800 333 223



ZAMERANIE A
3D VIZUALIZÁCIA
ZDARMA

**ZĽAVY AŽ
DO 50%**

KÚPIM 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

EXPERTI NA STRECHY POKRYVAČSKÉ / TESÁRSKE PRÁCE

» POKLÁDKA PLECHOVEJ STREŠNEJ KRYTINY
» RENOVÁCIA STRIECH / GARÁŽÍ
» ZATEPLENIE, OPRAVA ŽĽABOV
» KOMPLETNÁ VÝMENA
STRIECH

-10%
Z CENY PRÁCE

**OBHĽADKA
A PONUKA
ZDARMA**



ZA KVALITU PRÁCE RUČÍME!

Kontakt: Janek - 0919 495 628



Ponuka
Darček v
hodnote až
200,- €

Váš domov, vaša sloboda.

Zostaňte mobilní bez obmedzení tam, kde je najkrajšie.

Stoličkové výťahy od Stannah vám dajú slobodu užívať si
svoj domov kedykoľvek a bez prekážok.



Najvyššia kvalita servisu na celom Slovensku.

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

*Táto ponuka je k dispozícii
do 14.11.2025 a nie je platná
s inými kampaniami alebo
ponukami.

0800 162 162

www.stannah.sk



EKOLÓGICKÉ ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU

**BOMBA
FASÁDA**

BEZPLATNÁ
UKÁŽKA

BEZ
WAPKY

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

SOS STREŠNÉ PRÁCE

Tesár, klampiar, pokrývač

Pokrývačské práce
Nové strešné konštrukcie, Opravy
Izolácia plochých striech
Klmpiarske práce, Zateplenie

Obhľadka a cenová ponuka ZDARMA

Zľava 15%
na objednávky
prac do 31.12.



KONTAKT: +421 918 081 699



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 predĺžovať o 2 m.

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 galerica.sk

POKRYVAČ STRIECH MAJSTER TESÁR

- kompletná montáž nových striech
- kompletná renovácia striech
- renovácia žľabov
- renovácia hospodárskych budov
- pokládka strešnej krytiny • zateplenie

**DO 30.9.
ZĽAVA
-15%**



Kontakt: +421 917 506 871