

BYSTRICKO BREZNIANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 56 200 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Keď sa povie pôst

... mnohým z nás sa v hlave rozsvieti červená kontrolka. Obmedzovanie. Zákazy. Sebazapieranie. Niečo, čo sa možno hodilo do čias našich starých mám, ale dnes? V dobe plných chladničiek, neobmedzených dát a seriálov na jeden klik? Priznajme si, pôst znie ako zbytočná povinnosť v už aj tak preplnenom živote.

A predsa sa pôstne obdobie každý rok vracia. Cirkev ho ponúka ako dar a priestor. Čas, ktorý má človeku niečo dať, nie zobrať. Lenže aby to mohlo fungovať, treba si priznať jednu nepríjemnú pravdu: že často neovládame my svoje veci, ale ony nás.

Mobil ako prvá vec ráno, posledná večer. Sociálne siete ako nekonečný pás cudzích životov, ktoré sledujeme namiesto toho vlastného. Televízor ako výplň ticha, ktoré by nás možno prinútilo rozmýšľať. Pohodlie a veci, ktoré sme si kúpili, no v skutočnosti si ony kúpili nás.

Ježiš to pomenoval jednoducho: „Nemôžete slúžiť aj Bohu aj mamone.“ Pointa je čitateľná aj pre nekresťanov. Nedá sa žiť naplno, ak nás niečo neustále ťahá za rukávy. Ak sme stále niekomu alebo niečomu k dispozícii: aplikácii, algoritmu, návyku.

Pôst nie je o tom, že si človek na štyridsať dní zakáže čokoládu a potom sa s pocitom víťazstva vráti do starých koľají. Ak

má mať zmysel, musí sa dotknúť niečoho podstatnejšieho. Nie banality, ale toho, o čom vo vnútri vieme, že nám berie slobodu, čas a energiu.

Možno je to práve ten mobil, ktorý máme stále po ruke. Možno seriály, ktoré nás stoja spánok. Možno zvyk byť stále zaneprázdnený, aby sme nemuseli byť sami so sebou. Pôst nás pozýva urobiť experiment: skúsiť sa toho na chvíľu vzdať. Nie zo vzdoru, ale zo zvedavosti. Čo sa stane, keď sa uvoľní čas?

A tu prichádza druhá, menej nápadná, no podstatná časť pôstu. Nestačí len niečo pustiť. Dôležité je, čím vzniknutý priestor naplníme. Pre niekoho to môže byť ticho či modlitba. Pre iného odkladaný rozhovor, alebo súcit k tým, čo potrebujú pomoc. Keď sa oslobodíme od niektorých pripútaností, zrazu máme viac priestoru pre lásku.

Viac na www.postpremie.sk



zdroj foto ACN
» ACN

Veterinárna ambulancia

MVDr. Miroslav Málus **pre psov a mačky**

Švermova 21/A, Fončorda, BB
za výškovým panelákom 21-23, na konci garáží

Prevenia - 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



Zateká Vám strecha?

Spoľahnite sa na odborníkov a budete kludne 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

KÚPIM ORNÚ PÔDU aj podieľy
Rýchle a seriózne jednanie, platba v hotovosti
0950 713 550

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

KURZ SBS
LEN U NÁS ONLINE aj PREZENČNE
VALENTÍNSKA ZĽAVA
Kontakt:
kurzysbs@sbabb.sk
0911 514 328

**TESÁRSKE - POKRÝVAČKÉ
KLAMPIARSKÉ PRÁCE**
strechy - altánky - šalovanie schodov
rekonštrukcie a opravy
0904 820 681

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

Orez stromov
Arboristika
Rez ovocných stromov, živé ploty, výsadba, výrub, odvoz drevnej hmoty
0918545451 www.citytrees.sk

**VÝRUB A OREZ STROMOV
V RIZIKOVÝCH PODMIENKACH
ZDRAVOTNÝ REZ
OVOCNÝCH STROMOV
ÚDRŽBA ŽIVÝCH PLOTOV
KOŠENIE ZÁHRAD**
0902 796 885

EKOKANAL
ČISTENIE A MONITORING
KANALIZAČNÝCH POTRUBÍ
NONSTOP 0910 967 585
0908 967 587
ekokanal.sk

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

18+ HRAJ ZODPOVEDNE

Hrajte až o 300 000 €
so žrebom **Radosť z víťazstva**

TIPOS
Vaše výhry, naša radosť

Bezplatný týždenník

BYSTRICKO
BREZNIANSKO

EV 6221/24

vydáva spoločnosť

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

Ročník III, rok 2026

Redakcia: Družby 14
BANSKÁ BYSTRICA
bystricko@regionpress.sk

INZERCIA

Bc. Jana Žabenská 0907 877 860
Ing. Jozef Mesík 0905 915 034
Tomáš Venderla 0907 727 204www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.skVychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (56.200 domácností)

Každý týždeň:

Banská Bystrica, Badín, Brusno, Čerín,
Dolná Mičína, Dúbravica, Harmanec,
Homé Pršany, Hrochoť, Hronsek, Kyn-
ceľová, Lúbietová, Lucatín, Malachov,
Medzibrod, Nemce, Podkonice, Poniky,
Priehod, Selce, Slovenská Lupča, Tajov,
Vlkanová, Brezno, Čierny Balog, Dolná
Lehota, Nemecká, Podbrezová, Predaj-
ná, ValaskáVydavateľ 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	97240	BRATISLAVSKO východ
BZ	106540	BRATISLAVSKO západ
DS	34320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34390	GALANTSKO-ŠALANSKO
HC	30330	HLOHOVECKO-SEREDSKO
KM	16450	KOMÁRŇANSKO
LV	30580	LEVICKO
MA	29680	MALACKO
NR	54170	NITRIANSKO
NZ	35050	NOVOZÁMOCKO
PK	22970	PEZINSKO
PN	41870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35420	SENECKO
SE	36750	SENIČKO-SKALICKO
TO	41930	TOPOĽČIANSKO-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	LUCIENCKO-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	ZĽARSKO-ZC-BS
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	LUBOVNIANSKO
MI	31260	MICHALOVSKO-TV-SO
PP	41520	POPRADSKO-KK
PO	49940	PREŠOVSKO-SB
SN	32540	SPIŠSKO-LE-GL

Daňová amnestia - dlhy bez sankcií

Od 1. januára 2026 sa spustila daňová amnestia, ktorá umožní daňovníkom zbaviť sa dlhov voči štátu bez pokút a úrokov z omeškania. „Jej cieľom je pomôcť tým, ktorí majú k 30. septembru 2025 daňové nedoplatky alebo do tohto dátumu nepodali daňové priznanie,“ informuje Finančná správa na svojej webovej stránke a uvádza podrobnosti a príklady, ako amnestia funguje:

Odpoveď:

Nariadenie vlády SR č. 243/2025 Z. z. jednoznačne stanovuje, že daňovému subjektu nebude uložená pokuta ani vyrubený úrok z omeškania (za predpokladu splnenia podmienok), to znamená, že daňovník nemusí žiadať o upustenie od vyrubenia úroku z omeškania, respektíve uloženia pokuty, alebo ich odpísanie.

Príklad 2:

Uplatnenie daňovej amnestie – splnenie podmienok

Otázka:

Акým spôsobom správca dane informuje daňový subjekt o splnení podmienok podľa nariadenia vlády, respektíve o upustení od uloženia pokuty/vyrubenia úroku z omeškania?

Odpoveď:

Nariadenie neupravuje, že by mal byť daňový subjekt nejakým spôsobom informovaný o tom, že sa upustilo od uloženia pokuty, respektíve od vyrubenia úroku z omeškania. Daňovník má k dispozícii saldokonto na svojom osobnom účte na portáli finančnej správy.

Daňovník môže využiť daňovú amnestiu, ak svoj dlh uhradí v období od 1. januára do 30. júna 2026. V tomto čase môže:

- zaplatiť existujúci daňový nedoplatok k 30. 9. 2025, alebo
- podať (dodatočné) daňové priznanie a uhradiť v ňom vypočítanú daň.

Len v takom prípade mu štát odpustí pokuty a úroky z omeškania, ktoré by inak musel zaplatiť.

Platby uskutočnené pred 1. januárom 2026 nie sú súčasťou amnestie – pokuty a úroky sa pri nich neodpúšťajú. Amnestia sa vzťahuje výhradne na úhrady vykonané v období 1. 1. – 30. 6. 2026.

Príklad 1:

Spôsob aplikácie daňovej amnestie

Otázka:

V prípade, ak sú splnené podmienky pre uplatnenie daňovej amnestie, akým spôsobom si ju daňovník uplatní? Je potrebné podať žiadosť správcovi dane?

Finančná správa SR pripravila na svojom portáli komplexný informačný materiál o daňovej amnestii – s podrobnými vysvetleniami, odpoveďami na najčastejšie otázky a praktickými príkladmi. » ren

BEZPEČNÝ VSTUP
DO KAŽDEJ VANE

Montáž do každej vane,
za 6 hodín bez búrania.

od
499€
po celom
Slovensku

0910 998 180
www.DvereDoVane.sk

RÝCHLOČISTIAREN
PERIA
ŠITIE paplónov a vankúšov

AKCIA prizvaní
čistenie+vankúšik, alebo
nákupná taška ZDARMA

ODVOZ A DOVOZ ZDARMA PO CELEJ SR
Tel:0905 267 750 B.Bystrica

INZERCIA
0907 727 204ŠTAHOVANIE
profí
SUVKA

B. Bystrica
Dispečing SK - 0950 333 222
www.stahovanie-profí.sk

Ponúkam
za výhodnú cenu
KOMPLETNÉ
ČISTENIE
KOPANÝCH
STUDNÍ

tel. 0905 764 689

SUCHÉ štiepané palivové drevo
s dovozom
0944 304 589

**VODA - PLYN
KÚRENIE**

Montáž kotlov prípojok, opravy,
rekonštrukcie
0902 377 441
igelbau.s.r.o@gmail.com

MALIARSKÉ PRÁCE

KVALITNÉ, PRECÍZNE, ČISTO 0918 870 344

**PÔŽIČKA PRE PODNIKATEĽOV
BEZ DAŇOVÉHO PRIZNANIA**

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

**NAJVÝHODNEJŠIA
DOSTUPNÁ
PÔŽIČKA**
0905 555 863
www.super-pozicka.eu

ŽALÚZIE
Radovan Matuš

ZASKLIEVANIE BALKÓNŮV

roletky deň a noc
vertikálne žalúzie aj sušičky
sieťky proti hmyzu
zhrňacie lamelové dvere
servis balkónových roliet
www.balkony.net 0905 767 777

ARBORISTIKA
certifikovaná starostlivosť o vaše stromy

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

0917 884 717 info@stromyaz.sk www.stromyaz.sk

**PREDÁVATE DOM, BYT,
POZEMOK A INÉ?**

- Pomôžeme vám s ich predajom alebo prenájomom
- 17 ročné skúsenosti na trhu s nehnuteľnosťami
- Tržné ohodnotenie vašej nehnuteľnosti
- Profesionálne právne, katastrálne a hypotekárne služby

volajte 0903 419 623

**Liaheň
Bzenica**



ponuka:

Predaj bez objednávok od 21. februára:
- vysoko nosivé mladky Dominant hnedé, jarabé, čierne, modré,
sasexovité a Green(Blue)shell 10 a viac týždňové od 7,5 €/ks.
Predaj každú sobotu od 09:00 h do 13:00 h. Znáška už v polovici roka 2026.
Predaj hydiny na objednávku v marci až júni:
- 1 dňové brojlerové kurčatá; 2 týždňové kačky / mularďy / husi
a 6 týždňové MORIAKY na chov.

Naša aktuálna ponuka viď web:
www.liahenbzenica.wbl.sk

Blíže informácie a objednávky:
v Bzenici č. d. 127 (smer Vyhně) - okr. Žiar nad Hronom;
tel.: 045 / 676 91 18, 677 32 25, e-mail: liahenbzenica@gmail.com



Sa oplatí.

XXXL

Nutella
1 kg

UŠETRITE!
-37%

7.99

*Úspora na jednotkovej cene v porovnaní s predcennou v štandardne ponúkanej veľkosti.



1 kg

Kúpíť viac
zaplatiť menej

Kofola Original

4 x 2 l = 8 l
+ záloh za
obaly 0,60 €
(1 l = 0,63)



UŠETRITE!
-38%

4.99

*Úspora k odporúčanej bežnej nádobnoobdobnej predajnej cene výrobcu.



1 kus iba
1,25 €

4 kusy

/// PARKSIDE

Parkside Aku vítačí skrutkovač
s príslušenstvom 20 V
súprava

aj online

CENOVÝ
HIT

POZNÁTE
TV 8

49.99



od pondelka 9. 2. do 15. 2.

CENOVÝ
LÍDER*

NA SLOVENSKU.
Nakupovať inde nemá cenu.

1

Biele hrozno bezjadierkové
500 g balenie, (1 kg = 3,78)

500 g

-42%

1.89
3.29

-10%
s apkou
Plus

na celý nákup
ovocia a
zeleniny



-35% 3.99
2.59

-38%
Plus

2.45
3.99

Konzumné
zemiaky

10 kg balenie, varný typ B-prílohoové, neprané
(1 kg = 0,26/LP: 1 kg = 0,25)



10 kg

1 kg od
0,25 €



Bravčové
karé XXL
cena za 1 kg
v celku, bez kostí

-42%

2.99
5.19



Kuracie prsné
rezne XXL
cena za 1 kg

-37%

4.69
7.49



*Potvrďuje to výskum agentúry NMS Market Research Slovakia vykonaný v dňoch 8. 12.-14. 12. 2025 na reprezentatívnej vzorke 2 012 respondentov.

Ponúka tovaru v letáku platí od 9. 2. do 15. 2. 2026 alebo do vyčerpania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch pomikarého tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

Viac na www.lidl.sk

VÝPREDAJ predlžujeme

ELEKTRICKÝ PLOTOSTRIH HECHT 603

**hmotnosť
iba 1,9 kg**

príkon 550 W
max. Ø strihu 16 mm
celková dĺžka lišty 50 cm



~~39,99 €**~~
29,99 €*

HORNÁ FRÉZKA HECHT 1795

príkon 1200 W
otáčky bez zataženia 1000-30000/min
rezná hĺbka 55 mm



**nastavenie
rýchlosti**

~~54,99 €**~~
44,99 €*

VŔTACIE KLADIVO HECHT 1082

**sila úderu
2,4 J**

príkon 800 W
otáčky bez zataženia 0-1470 min⁻¹
príklep 0-5100 min⁻¹
max. Ø vrtania - betón 24 mm



~~57,99 €**~~
44,99 €*

1278
ACCU
PROGRAM
20/40V

AKU MIEŠADLO HECHT 1142

**hliníková
rukoväť**

accu Li-ion 20 V
batéria 1x 2/4/6/8 Ah
otáčky bez zataženia 0-710 ot./min.
priemer nástroja 100 mm
výška nástroja 590 mm



Batéria a nabíjačka nie sú súčasťou balenia
**dvojestupňová
prevodovka**
~~74,99 €**~~
59,99 €*

DRVIČ VETIEV HECHT 625

príkon 2500 W
drví vetvy až do priemeru 4,5 cm
zberný vak 50 l



**hmotnosť
10,5 kg**



~~89,99 €**~~
69,99 €*

BENZÍNOVÝ VYŽINAČ HECHT 126R

objem 25,4 cm³
záber 40 cm



**veľmi ľahký
5,1 kg**

~~99,99 €**~~
79,99 €*

1278
ACCU
PROGRAM
20/40V

AKU SPONKOVAČKA/ KLINCOVAČKA HECHT 1515



Accu Li-ion 20 V
batéria DC 20 V /
1x 2/4/6/8 Ah
U-sponky / T-klince
19-40 / 20-50 mm

**2 režimy
nastrel'ovania**

~~109,99 €**~~
84,99 €*

VYSOKOTLAKOVÁ UMÝVAČKA HECHT 333

príkon 2000 W
max. tlak 160 bar
max. prietok 450 l/h



**variotryska, nádržka
na čistiaci prostriedok
s penovou tryskou**

~~119,99 €**~~
89,99 €*

MULTIFUNKČNÝ PLOTOSTRIH HECHT 690

3in1

príkon 900 W
dĺžka lišty - píla 26 cm
dĺžka lišty - plotostrih 41 cm
záber - vyžinač 36 cm



**laserom
rezaná lišta**

~~169,99 €**~~
134,99 €*

PREVZDUŠNOVAČ HECHT 1999

2in1

príkon 2000 W
pracovná šírka 38 cm
nastavenie hĺbky -10 až 5 mm
zberný kôš 45 l



**16
ocel'ových
nožov**

~~179,99 €**~~
139,99 €*

ČERPADLO DO VRTU HECHT 3520

príkon 1000 W
max. výtlak 55 m
max. prietok 5200 l/h



Ø vrtu 110 mm

čistá voda

~~209,99 €**~~
169,99 €*

CIRKULÁRKA HECHT 8220

príkon 2200 W
max. priemer dreva 135 mm
pilový kotúč ø 405 mm



**otvárací
bezpečnostný kryt**

~~279,99 €**~~
229,99 €*

JEDNOFÁZOVÝ GENERÁTOR HECHT GG 3300

**zásuvky
1x 12 V DC,
2x 230 V**

motor 208 cm³
prúd 12/230 V 9 / 13 A
max. el. výkon 3000 W
nádrž 15 l



~~329,99 €**~~
299,99 €*

BENZÍNOVÝ KULTIVÁTOR HECHT 7970

212 cm³

max. krútiaci moment 12 Nm
max. záber 1100 mm
hmotnosť 78 kg



Možnosť dokoupení bohatého príslušenství

**2 rýchlosti vpred
a 1 vzad**

~~745,99 €**~~
479,99 €*

ZÁHRADNÝ TRAKTOR HECHT 5198

záber 98 cm

objem 452 cm³
výška zdvihu 30-90 mm
kôš 250 l
kapacita palivovej nádrže 6 l



2 899,99 €**
2 599,99 €*

**EASY
ELECTRIC START
- JUST TURN THE KEY -**

Powered By
Loncin



a ďalšie produkty za skvelé ceny nájdete v predajniach HECHT - špecialista na záhradu

Najlepšie ceny pre všetkých. S nami ušetríte na čokoľvek, napríklad aj na dovolenku, bez podmienok...

HECHT®

špecialista na záhradu

NAVIGOVAŤ DO

PREDAJNE



BANSKÁ BYSTRICA

ZVOLENSKÁ CESTA 30F/15664, 97405

FEROVÉ CENY



platnosť akcie
11.–24. 2. 2026

BENZÍNOVÁ KOSAČKA S POJAZDOM

HECHT 54666 SX

- + centrálne nastavenie výšky kosenia - 8 pozícií
- + predné kolesá 8 palcov, zadné kolesá 10 palcov
- + kosačka s pojazdom
- + komfortné rukoväte
- + textilný kôš 55 l
- + výkonný motor

~~369,99**~~

179,99*

záber
46 cm

141 cm³

BENZÍNOVÁ PÍLA

HECHT 513

- + Výkon Motoru: 2,1 kW
- + Objem Motoru: 51 cm³
- + Hmotnosť bez príslušenstva: 5,5 kg
- + Rýchlosť Retáže: 23,1 m/s

lišta
40 cm

objem
51 cm³

~~169,99**~~

74,99*

* Akciové ceny platia pre držiteľov VIP kariet vo všetkých predajniach HECHT – špecialista na záhradu v dňoch 11.–24. 2. 2026. Do akcie je určených 200 ks 54666SX, 300 ks HECHT 513 (max. 1 ks na osobu) alebo do vypredania zásob. Uvedené ceny sú v € s DPH. Tlačové chyby vyhradené. **Najnižšia cena za posledných 30 dní

www.hecht.sk



Vaše výhry, naša radosť



18+ HRAJ
ZODPOVEDNE

Zákaz hrania hazardných hier osobám mladším ako 18 rokov.
Hazardné hry predstavujú riziko vysokých finančných strát.
Nadmerné hranie prináša so sebou možné zdravotné riziká.
Viac info na www.tipos.sk

Hrajte až o

300 000 €

so žrebom

Radost' z víťazstva

Nevyhrali ste? **Zaregistruje**
nevýherný žreb do predĺženia
na tipos.sk a hrajte o výlet
do Montrealu!

WWW.TIPOS.SK

Riadková inzercia

1 AUTO-MOTO

2 ELEKTRO, TECHNIKA

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 39ROČNÝ 173/66 BEZ ZÁVÁZKOV PRACUJÚCI NEALKOHOLIK NEFAJČIAR SI HĽADÁ V LEKÁRNI PRACUJÚCU ŽENU PRIATEĽKU BEZ ZÁVÁZKOV 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 poplatný 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 rubrik:

- 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 neuvěřujeme. 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 platbamiobtom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

ALMA MATER spája stredoškôľakov s vysokými školami

Štartuje tretí ročník veľtrhov ALMA MATER – miesto, kde si môžu stredoškôľáci nájsť svoju vysokú školu. Rezort školstva aj v roku 2026 prináša stredoškôľakom možnosť stretnúť sa so zástupcami slovenských vysokých škôl a získať praktické informácie o štúdiu, prijímacích konaniach či štipendiách až vo výške 4 000 eur ročne. Veľtrhy sa uskutočnia vo februári a marci vo vybraných mestách po celom Slovensku. Stačí sa zaregistrovať, vstup je bezplatný.

Rozhodovanie o tom, čo ďalej po strednej škole, patrí medzi najdôležitejšie kroky mladých ľudí. Veľtrhy ALMA MATER preto opäť prichádzajú do regiónov Slovenska, aby žiakom stredných škôl pomohli zorientovať sa v možnostiach vysokoškolského štúdia. Podujatie približuje ponuku slovenských vysokých škôl priamo k žiakom a umožňuje im osobne sa stretnúť so zástupcami škôl, pýtať sa na študijné programy, prijímacie konania či študentský život a získať praktické informácie, ktoré im pomôžu rozhodnúť sa o ďalšej vzdelávacej ceste.

Súčasťou veľtrhov je aj predstavenie štipendijnej schémy „Študujem doma, Slovensko ma odmení“, ktorá podporuje talentovaných študentov pri pokračovaní vo vysokoškolskom štúdiu. Domáci študenti môžu získať podporu až 4 000 eur ročne, zahraniční až 5 000 eur ročne. Novinkou je,

že o štipendium sa môžu uchádzať aj študenti nastupujúci na druhý stupeň vysokoškolského štúdia. „Veľtrh ALMA MATER na jednom mieste nielen informuje o podmienkach získania štipendií, ale prináša aj komplexný prehľad o zaujímavých možnostiach štúdia na slovenských vysokých školách. Podporuje tak rozvoj vzdelávania a udržanie talentov na Slovensku,“ uviedol štátny tajomník pre vysoké školstvo a akademický výskum Róbert Zsembera. Dodal, že za ostatné dva ročníky navštívilo veľtrh takmer 21-tisíc návštevníkov.

Veľtrhy sa uskutočnia vo februári a marci 2026 v mestách po celom Slovensku – v Michalovciach, Košiciach, Prešove, Poprade, Dolnom Kubíne, Žiline, Komárne, Nitre, Banskej Bystrici, Bratislave, Trnave a Trenčíne. Pre verejnosť budú otvorené denne od 8.30 do 13.30 h, pričom aktuálny prehľad miest a termínov je dostupný tu: <https://www.minedu.sk/veltrh-vysokych-skol-alma-mater/>.

Vstup na veľtrhy je bezplatný. Školské skupiny sa prihlasujú na konkrétny čas prostredníctvom registračného formulára, jednotlivci a verejnosť môžu svoju účasť potvrdiť e-mailom na adrese almamater@minedu.sk. „Odporúčame registráciu vopred, aby bol zabezpečený plynulý priebeh podujatia,“ radí rezort školstva.

» ren

HĽADÁTE ĽUDÍ?

INZERUJTE V RUBRIKE ZAMESTNANIE

0907 727 204
venderla@regionpress.sk



SLOVREKLA VŠETKO PRE VÁŠ DOM
PORADENSTVO - ZAMERANIE - MONTÁŽ

AKCIA - FEBRUÁR

Doprajte si nové žalúzie, roletky - **dostanete montáž zadarmo plus servis okien od nás**
Pri objednaní interiérových dverí v tomto roku, **zľava na dvere 15% a na montáž 20%**
Pri objednaní vchodových dverí v tomto roku - **bezplatné zameranie, doprava a montáž iba 150€**



www.slovrekla.sk

Slovrekla s.r.o., Bernolákova 2, pod Novamed-om, BB
pon-pia 8:00 - 16:00
slovreklab@slovrekla.sk
tel.: 048/416 2568, 0918 933 914

Okná Parapety | **Žalúzie** interiérové, exteriérové Sietky | **Vchodové dvere** drevené, ocelové, plastové, hliníkové | **Interiérové dvere** obložkové zárubne pevné zárubne | **Zasklievanie** balkóny, terasy, zimné záhrady

DOVOZ NA ADRESU

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



INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA

0905 915 034
mesik@regionpress.sk

PERGOLY A PRÍSTREŠKY

ZASKLENIE
rámový a bezrámový systém

- balkóny
- terasy
- pergoly
- prestrešenia
- zimné záhrady

NOVINKA
VONKAJŠIE ŽALÚZIE NA OKNA

SLOVREKLA s.r.o. - Zvolen, Trhová 6 (Tržnica) B. Bystrica, Bernolákova 2 (Pod Novamedom)
www.slovrekla.sk, info@slovrekla.sk
045/540 20 71, 0905 298 160



PENZIÓN PRE SENIOROV
Marek Šara - ŠARA
Slovenská Ľupča
- voľné miesta **Úhrada od 850€**
Tel. 0917 123 307
DENNÝ STACIONÁR
ráno donesieš, večer vyzdvihneš **50€/deň**

UBYTOVANIE PRE ROBOTNÍKOV
Slovenská Ľupča
10€ / osoba / noc
Info 0917 123 307

čujte.sk

Čítajte nás!

www.cujte.sk



Oplatí sa!

Inzercia v 39 regionálnych tituloch na zadnej strane.

0905 915 034
0907 727 204

Mokrade ako útočisko vzácných druhov

Objavili dva vzácné druhy pavúkov

Vedci z Ústavu krajinskej ekológie SAV, v. v. i. v spolupráci so Západoslovenským múzeom v Trnave a Českou zemědělskou univerzitou v Prahe zaznamenali výskyt dvoch vzácných druhov pavúkov, ktoré doteraz neboli známe z územia Slovenska. Ide o druhy *Larinia elegans* a *Tetragnatha reimoseri*, ktoré sú viazané na mokradové biotopy s hustou pobrežnou vegetáciou. Ich nález rozširuje poznatky o rozšírení týchto druhov v strednej Európe a zároveň potvrdzuje význam mokradí ako útočísk pre biologickú rozmanitosť.

„Mokrade patria medzi najohrozenejšie biotopy na svete, no zároveň sú jednými z najbohatších ekosystémov z hľadiska biodiverzity. Nálezy nových druhov pavúkov ukazujú, že aj v relatívne dobre preskúmaných oblastiach môže cieľený výskum priniesť nové a dôležité poznatky,“ uvádza Pavol Purgat, prvý autor štúdie publikovanej vo vedeckom časopise Check List.

Mokrade ako útočisko vzácných druhov

Oba zistené druhy sú úzko viazané na špecifické mokradové biotopy, predovšetkým na porasty trstiny a pobrežnú vegetá-

ciu stojatých alebo pomaly tečúcich vôd.

Larinia elegans je nočný križiak, ktorý si buduje sieť v trstinových porastoch, často priamo nad vodnou hladinou. Počas dňa sa ukrýva v stonkách alebo listoch trstiny, kde aj prezimuje.

Čelustnatka Reimoserova (Tetragnatha reimoseri) patrí medzi mimoriadne vzácné a málo známe druhy. „Ide o vlhkomilného pavúka s typickým pretiahnutým telom a výbežkom, ktorý tvorí na konci tela „chvostík“, vďaka ktorému vyzerá na pavúka pomerne netradične,“ hovorí Purgat. Vyskytuje sa na husto zarastených okrajoch mokradí. Tento druh je viazaný na stabilné, málo narušené prostredie s vysokou vlhkosťou, čo z neho robí citlivý indikátor zachovalosti biotopu.

Výskyt oboch druhov bol potvrdený na dvoch lokalitách – pri štrkovom jazere Rudava na Záhorí a v Národnej prírodnej rezervácii Parížske močiare na južnom Slovensku.

Odhalili ich v noci

Vedci upozorňujú, že oba druhy boli na Slovensku pravdepodobne dlhodobo prehliadané. Dôvodom je ich skrytý spôsob života, nízka početnosť a najmä nočná aktivita. „Tradičné denné metódy zberu



Križiak *Larinia elegans* (vľavo) a čelustnatka *Tetragnatha reimoseri* (vpravo).

zdroj foto Pavol Purgat a kol.

nemusia byť pri takýchto druhoch dostatočne účinné. Naše výsledky jasne ukazujú, že nočný zber je pri výskume pavúkov mokradí kľúčový,“ vysvetľuje Purgat. Výskum prebiehal v niekoľkých etapách počas viacerých rokov a kombinoval denné aj nočné metódy zberu. Práve zapojenie nočného terénneho výskumu umožnilo zachytiť druhy, ktoré by inak zostali nepovšimnuté. Tieto zistenia naznačujú, že podobné mokradové biotopy na Slovensku môžu hostiť aj ďalšie vzácné alebo dosiaľ nezistené druhy pavúkov.

Malé živočíchy s veľkým významom

„Hoci sa ľudia pavúkov často boja, tieto drobné živočíchy zohrávajú v prírode nezastupiteľnú úlohu. Ako predátory regulujú populácie hmyzu a prispievajú k udržaniu ekologickej rovnováhy. Zároveň sú dôležitými bioindikátormi – ich druhové zloženie a početnosť dokážu odrážať stav životného prostredia,“ dodáva Purgat.

Objav dvoch nových druhov pavúkov pre Slovensko preto nepredstavuje len rozšírenie druhového zoznamu, ale aj ďalší dôkaz vysokej prírodnej hodnoty mokradových ekosystémov.

» ren

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 nechto.

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

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 „hydroxyprolin“, 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 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

Objednávajte
teraz:
www.medikaexpert.sk

Alebo volajte:
0904 552 345

Pripravte si netradičný chutný koláčik alebo voňavý punč

Doprajme si šťavnaté zdravé pomaranče

Pomaranče sú výborným zdrojom vitamínu C a zvyšujú tak našu odolnosť voči infekciám. Vedeli ste, že stačí, ak denne skonzumujeme jeden väčší pomaranč, približne 200g a máme pokrytú odporúčanú dennú dávku tohto vitamínu? Využiť ich môžeme na veľa spôsobov a pripraviť si napríklad netradičný koláčik či voňavý punč.

ÚČINKY NA ZDRAVIE

Pomaranče sú jedným z najvýdatnejších zdrojov stopového prvku selénu, ktorý sa tiež účastní na zachovaní prirodzenej imunity. Obsiahnutý je v nich aj vitamín A, B1, B2, B6 a E a minerály – horčík, fosfor, mangán a draslík, ktorý prispieva k prevencii srdcových infarktov a vzniku krvných zrazenín. Konzumáciou pomarančov môžeme predchádzať tvorbe obličkových kameňov, podporíme naše trávenie, vstrebávanie živín, najmä železa. „Chránia tiež naše cievy, udržiavajú ich pružné a priechodné, pôsobia ako prevencia rakoviny a mnohých

so zápchou. „Vôňa týchto šťavnatých plodov má vplyv aj na naše duševné zdravie, zmiernujú stres a podráždenosť, pôsobia antidepresívne,“ doplnia odborníčka.

Pozor!

Aj v prípade pomarančov by sme však mali byť opatrní. Ako hovorí odborníčka, pri konzumácii nadmerného množstva tohto ovocia môže dôjsť k podráždeniu sliznice žalúdka, nakoľko obsahujú vyšší obsah kyselín. Spôsobí by nám tak mohli viaceré negatívne reakcie, ako je napríklad pálenie záhy či tráviace problémy.

PESTOVANIE

Keďže citrusy sú teplomilné rastliny, darí sa im najmä v teplejších klimatických podmienkach. Pokúsiť sa však o pestovanie pomarančovníka môžeme aj u nás na Slovensku. Bude to však vyžadovať väčšiu starostlivosť a úroda bude tiež oveľa skromnejšia.



V našich podmienkach môžeme pomarančovníky pestovať v nádobách.

zdroj foto dimitrisvetsikas1969 pixabay

alebo limonádu. Tiež ich môžeme použiť pri príprave dezertov, šalátov či ako prísadu k mäsovým pokrmom. Veď kačka či losos na pomarančoch chutia naozaj skvele.

NÁŠ TIP:

Pomarančový koláčik

Budete potrebovať: 380 g polohrubej múky, 180 g práškového cukru, 150 g kyslej smotany, 100 g masla, 2 vajcia, 1/2 kypriaci prášok do pečiva, šťavu z 1 pomaranča

Postup:

- Do misky vložíme zmäknuté maslo a polovicu cukru a vymiešame do peny. Postupne za stáleho miešania pridáme vajcia, kyslú smotanu a na záver ešte múku zmiešanú s kypriacim práškom. Vznikne nám hutné cesto.
- Plech vyložíme papierom na pečenie, cesto doň vylejeme a pečieme v rúre vyhriatej na 180 °C približne 45-50 minút.
- Kým sa koláčik pečie, pripravíme pomarančovú zálievku tak, že v nádobe zmiešame pomarančovú šťavu so zvyškom cukru.

ml jablkový džús, 500 ml voda, a k tomu ešte jedno jablko, dva pomaranče, 4 klinčeky, 2 badiány a celá škorica

Postup: Do hrnca nalejeme pomarančový a jablkový džús alebo šťavu, pridáme na kúsky nakrájané jablko a plátky pomarančov. Dolejeme vodou. Vložíme klinčeky, badián a škoricu a varíme 25 minút. Podávame v pohároch či šálkach zdobené ovocím.

Vedeli ste, že...

- z pomarančov môžeme použiť aj ich kôru? Pridáva sa najmä do koláčov, perníkov či sušienok. Ochutiť ňou môžeme tiež čaje, punč, omáčky či rozličné marinády.
- Skvelou ingredienciou na pečenie či varenie je aj kandizovaná pomarančová kôra, ktorá vzniká varením pomarančovej kôry v cukrovom sirupe. Rovnako ako tá sušená nám prekrásne ochutí a prevonia dezerty či nápoje. Neodolateľnú dvojicu tvorí tiež v spojení s čokoládou.
- Mnohoraké využitie však nájde pomarančová kôra aj v našej domácnosti. Prevo-



Pomaranče prevoňajú a ochutia aj čaj alebo punč. *zdroj foto MGoldi pixabay*

chronických ochorení,“ hovorí odborníčka na zdravé stravovanie Mgr. Blažová z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva (RÚVZ) Bratislava a vymenúva aj ďalšie benefity tohto chutného voňavého ovocia. Pomaranče pomôžu udržať našu pokožku sviežu a znižujú príznaky starnutia. Dostatok vitamínu C v tele tiež napomáha k hojeniu rán. Vďaka vysokému obsahu draslíka majú pomaranče odvodňujúce a lypolytické účinky – teda rozkladajú naše tukové „vankúšiky“. Nakoľko sú pomaranče z veľkej časti tvorené vodou, doplnia nášmu telu aj tekutiny, keďže nedostatok tekutín môže viesť k problémom

Ako na to:

• Ak nevlastníme skleník, je možné pomarančovníky v našich podmienkach pestovať v nádobách. Pomarančovníkom sa bude dariť v mierne kyslej pôde s dobrým odtokom. Preto nezabudnite na dne nádoby vytvoriť drenážnu vrstvu, ktorá umožní odvádzanie prebytočnej vody od koreňov. Vytvoríť ju môžeme z keramiky, alebo hlinených črepov, ktoré získame z rozbitých starších kvetníc, prípadne zo štrku či okrúhlych kameňov.

• Cez leto črepníky umiestnime na slnečné miesto na terasu, na balkón alebo do záhrady. V zime ich však musíme preniesť dovnútra. Miestnosť, v ktorej prezimujú by mala byť svetlá a teplota v nej by mala dosahovať 8 až 12 °C. Vhodná na tento účel je zasklená terasa, či chladná, menej vykurovaná chodba.

• V zimnom období pomarančovníky zalievame menej, na jar opäť zálievku zvýšime a môžeme začať aj s prihnojovaním a po prvých mrazoch aj s postupným privýkaním na vonkajšie prostredie.

POUŽITIE

Pomaranče majú v našej kuchyni bohaté využitie. Konzumovať ich môžeme čerstvé, prípadne si z nich pripraviť šťavu, smoothie



Pomaranče môžeme využiť pri príprave dezertov.

zdroj foto peaceileave pixabay

- Upečený koláčik po celej ploche poprepichujeme špajľou a následne prelejeme zálievkou. Tá celý koláčik zvláčni.
- Po vychladnutí môžeme koláčik poliať polevou z bielej alebo horkej čokolády a posypať sekanými pistáciami.

Nealkoholický punč

Suroviny: 250 ml pomarančový džús alebo šťava z čerstvých pomarančov, 250

ml náš príbytok, ale aj šatník či chladničku a dokonca vraj odpudzuje mravce.

Pozor!

Nezabúdajme však, že ak chceme pomarančovú kôru použiť pri príprave pokrmov, musí pochádzať len chemicky neošetrených pomarančov najlepšie v bio kvalite.



Pomaranče sa hodia aj do rozličných šalátov. *zdroj foto zuzyusa pixabay*

Vedci SAV ožívujú regeneratívne agrolesníctvo

Regeneratívne poľnohospodárstvo predstavuje moderný a udržateľný spôsob hospodárenia, ktorého cieľom nie je len zmierňovať negatívne dopady konvenčného farmárčenia na prírodu, ale aj aktívne zlepšovať stav pôdy, vody a biodiverzity. Stavia na dlhodobej udržateľnosti, prirodzených procesoch a princípe živej pôdy ako základu zdravej krajiny.

Účinky týchto prístupov môže ešte znásobiť prítomnosť stromov na poľnohospodárskej pôde – agrolesníctvo. Práve tieto princípy dnes prenášajú do praxe experti z Ústavu ekológie lesa Slovenskej akadémie vied (SAV) v rámci projektu Living Labs of Regenerative Agriculture and Agroforestry (Živé laboratória regeneratívneho poľnohospodárstva a agrolesníctva) na pôde Arboréta Mlyňany.

V Mlyňanoch vznikol jedinečný priestor, kde sa v reálnych podmienkach testujú, porovnávajú a demonštrujú nové prístupy k hospodáreniu s pôdou a krajinou. Prvé výsledky sú mimoriadne povzbudzujúce. „Na polhektárovom pozemku rastú v radoch agáty, levandule a byliny a medzi nimi poľnohospodárske plodiny. Nepoužívame žiadne pesticídy (okrem predsejbovej prípravy), ani organické či anorganické hnojivá. Ide o návrat od priemyselného poľnohospodárstva k prírodnému hospodáreniu, ktoré má významný efekt pre biodiverzitu,“ vysvetľuje Peter Ferus z Oddelenia dendrobiológie Ústavu ekológie lesa SAV.

Na Slovensku ide o stále ojedinelý prístup v hospodárení, hoci aj vďaka úsiliu neziskových organizácií sa osвета v tejto oblasti postupne dostáva k čoraz väčšiemu počtu farmárov. „Pestovanie plodín bez hlbokého obrábania pôdy prispieva k akumulácii uhlíka, čo zlepšuje vododržnú schopnosť pôdy. Permanentný rastlinný kryt ju zároveň chráni pred eróziou. Je to praktický príklad toho, ako môže poľnohospodárstvo fungovať v súlade s prírodou, podporovať živú pôdu, zvyšovať odolnosť krajiny voči klimatickým zmenám a zároveň zostať produktívne,“ dodáva Peter Ferus.

Vedci z Ústavu ekológie lesa SAV už výsledky svojich zistení prezentovali aj na medzinárodných fórach, kde zaujali dôkazmi, že poľnohospodárska krajina môže byť zároveň produkčná aj ekologicky šetrnejšia. Projekt tak predstavuje konkrétny príklad aplikovaného výskumu a dôležitý krok k udržateľnej budúcnosti poľnohospodárstva na Slovensku aj v širšom európskom kontexte. » [ren](#)



Ilustračné foto.

zdroj foto fiefzofos pixabay

LEPŠIA PRÁCA^{SK}

NÁJDITE NOVÝCH ZAMESTNANCOV EFEKTÍVNE

NA LEPSIAPRACA.SK

BOLT TAXI VODIČ

Len pre ŤZP a invalidných dôchodcov
Individuálny prístup:
 Rozumieme vašim špecifickým potrebám a vieme podmienky spolupráce nastaviť na mieru. Vozidlo s automatickou prevodovkou.
Mzda: 1 000 € v čistom (netto).
Práca v Banskej Bystrici.
Pracovný pomer: Riadna pracovná zmluva (TPP)
Administratíva: Pomôžeme vám s vybavením preukazu vodiča taxislužby a ďalších povolení.
Tel.: +421 905 753 983

	7	9			1	2		6	
S				3		6			
U		8		7					5
D			2			1			
O	1			8	5	3			7
K	6				2	7		3	
U									8
	8		5					9	

REGION PRESS

WWW.REGIONPRESS.SK



PEČIVÁRNE LIPT. HRÁDOK s.r.o. LIPT. PORÚBKA 347, 03301

Stabilná spoločnosť hľadá zodpovedného pracovníka na pozíciu:

Elektromechanik, Strojár a Údržbár - zvärač

Miesto výkonu práce: Liptovská Porúbka

Zmennosť: Dvozmenná (37,5 hod. týždenne) ranná zmena od 6:00 do 14:00, poobedná zmena od 14:00 do 22:00

Termín nástupu: Podľa dohody

Mzdové podmienky (brutto): od 11,48 €/hod. príplatky za prácu nadčas, príležitostne prácu v sobotu podľa potreby výroby

Náplň práce, právomoci a zodpovednosti:

- nastavovanie strojov podľa potrieb produkcie
- oprava a údržba strojov a zariadení

Zamestnanecké výhody, benefity:

- práca v stabilnej spoločnosti na trvalý pracovný pomer
- možnosť pridelenia služobného 2 a 3- izbového bytu, cena nájmu 250€/mesiac + voda, električka
- možnosť zamestnať rodinného príslušníka vo výrobe

Požadované vzdelanie:

Elektrotechnické - výučný list, stredoškolské

Strojárske - výučný list, stredoškolské

Osobnostné predpoklady a zručnosti:

- znalosti elektrotechniky, strojariny
- technické myslenie, manuálna zručnosť, spoľahlivosť a zodpovednosť
- odborná spôsobilosť v elektrotechnike- osvedčenie podľa § 22 Vyhlášky č.508/2009 Z.z. výhodou, zabezpečíme preškolenie
- zväračské oprávnenie

e-mail: dopater@plh.sk,

Tel. kontakt: 0905 985829

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

Stannah



Ponuka
Darček v
hodnote až
200,- €

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

*Táto ponuka je k dispozícii do 27.02.2026 a nie je platná s inými kampaňami alebo ponukami.

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

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU



BEZ
WAPKY

BEZPLATNÁ
UKÁZKA

**BOMBA
FASÁDA**

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

**EXPERTI NA STRECHY
POKRÝVAČSKÉ / TESÁRSKE PRÁCE**

» POKLÁDKA PLECHOVEJ STREŠNEJ KRYTINY
» RENOVÁCIA STRIECH / GARÁŽÍ
» ZATEPLENIE, OPRAVA ŽABOV
» KOMPLETNÁ VYMENA STRIECH

**-10%
Z CENY PRÁCE**

**OBHLIADKA
A PONUKA
ZDARMA**



ZA KVALITU PRÁCE RUČÍME!

Kontakt: Janek - 0919 495 628



UŽ OD
499 €

DARČEK
ZADARMO
4L HNOJIVA

	Š x V x D	
GRETA <small>TIP</small>	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.

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 galerica.sk

SOS STREŠNÉ PRÁCE

Tesár, klampiár, pokrývač

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

Obhliadka a cenová ponuka ZDARMA

Zľava 15%
na objednávky
prac do 31.3.

KONTAKT: +421 918 081 699

Oplatí sa!.sk

**ZAČNITE PREDÁVAŤ
ONLINE!**



**Revolúcia vo svete
fitness dorazila
do Nového Mesta
nad Váhom**

- Viac ako 500 cvikov so záťažou do 100 kg na všetky časti tela v jednom stroji
- Futuristický dizajn s minimálnym nárokom na priestor
- Cvičenia si môžete nastaviť sami alebo sa necháte viesť umelou inteligenciou
- Na veľkom displeji uvidíte ukážky ako cvičiť a potom priebeh vášho výkonu
- Stroj je prepojený s mobilnou aplikáciou, ktorá zaznamenáva Vaše cvičenia a umožní plánovať ďalšie

**VŠESTRANNÉ
VYUŽITIE**

FITNESS CENTRÁ
DO DOMU A BYTU
REHABILITÁCIA
ŠPORTOVÉ KLUBY
HOTELY & WELLNESS



Príďte si vyskúšať

MATRIX
FITNESS - WELLNESS

Odborárska 1367/1,
Nové Mesto nad Váhom
Tel.: +421 948 287 336

**LEPŠIA
PRÁCA** SK

PERSONÁLNA AGENTÚRA

NÁJDITE NOVÝCH ZAMESTNANCOV

EFEKTÍVNEJŠIE

IMBODY SPORT

www.imbodysport.sk

INFORMÁCIE: +421 904 896 262
+421 905 333 832