REGIONPRESS
45. TÝŽDEŇ / 6. NOVEMBER 2026

GEMERSKO

ROŽŇAVSKO-RIMAVSKOSOBOTSKO-REVÚCKO

Najčítanejší týždenník na Slovensku

Najbližšie k ľuďom

39 titulov do 1 500 000 domácností, každý týždeň **ZADARMO**

Rudolf Huliak je
Strana Vidieka
Strana vidieka
HULIAKOVCI

49-0016

DIEGO
FLOOR&WALL
dni s klubovou kartou
11-14. november
-15% -20%
Akademika Hronca 11, Rožňava
88-0002

MBST Lučenec
www.mbstlucenec.sk
mbstmediclucenec@gmail.com
+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 – Šľachy
Hojenie rán – Pooperačná liečba

77-0098

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA
Redakcia **Gemersko**
0907 887 322
vojta@regionpress.sk

PÔŽIČKY
od 18-80 ROKOV
od 400€ do 30 000€
NONSTOP PÔŽIČKA cez MOBIL aj WEB
0904 031 113
www.okpozicka.sk
Moldava nad Bodvou
66-0013

BELMONT
ŠPECIÁLNE STRECHY
Obnova starých eternitových, plechových a plochých striech rodinných domov i panelákov
BEZ DEMONTÁŽE
ZDARMA: obhliadka, zameranie / cenová ponuka / konzultácia, poradenstvo
ZÁRUKA 15 ROKOV
Výmena odkvapových žľabov
Oprava komínov
Špeciálne lepenie z kvalitných bitumínových pásov rôznej farby, vzorov a druhov
len Index total qualitete

0940 848 027 belmont@centrum.sk
88-0026

+421 907 471 954
Hviezdoslavova 221, Rožňava
salon.comtessa
saloncomtessa
Salón Comtessa
Mgr. Andrea Gajdošová
Váš osobný poradca pre zdravé krásne NEXXO
Milky SPA • Ozonoterapia • Liečebné kúpele • Predaj kozmetiky
Kúpanie • Strihanie • Trimovanie • Dentálna hygiena
88-0003

www.regionpress.sk
REGION PRESS

PÔŽIČKY
0903 279 125
www.pozickammrs.sk
pozickammrs@gmail.com
až do veku 80- rokov
VYBAVÍTE: ONLINE, SMS, MAILOM, OSOBNE
88-0018

NAJ STRECHA s.r.o.
20 ROČNÉ SKÚSENOSTI V PRAXI
OPRAVA eternitových, plechových, šindľových a plochých striech
Bez potreby demontáže
Poradenstvo ZDARMA
Oprava komínov a montáž/oprava odkvapových žľabov
JESENNÁ akcia na červenú 3Dkrytinu
!!! NOVINKA !!!
Fúkaná izolácia
ZA BEZKONKURENČNÚ CENU
www.naj-strechasa.sk Naj-strecha sro 0940 776 203
88-0035

ABEX s.r.o.
POHREBNÉ SLUŽBY
Šafárikova 106, Rožňava
Holubyho 7, Košice
0948 239 029
0940 818 272
Sme tu pre Vás 24/7
88-0049

Súťaž týždňa s Tiposom
Viac na dvojstrane vo vnútri
18+ HRAJ ZODPOVEDNE
TIPOS Vaše výhry, naša radosť

Bezplatný týždenník

GEMERSKO
ROŽŇAVSKO-RIMAVSKOSOBOTSKO-REVÚCKO
Najbližšie k ľuďom
EV 6212/24

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

Ročník III, rok 2026

Redakcia: Gemerská ul. č. 604
ROŽŇAVA
gemersko@regionpress.sk

INZERCIA
Bc. Ján Vojta **0907 887 322**

Distribúcia:
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk

Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (30.830 domácností)

párny týždeň:
Revúca, Jelšava, Tornaľa, Rimavská Sobota, Sobôtka, Bátka, Hnúšťa, Rožňava, Plešivec

nepárny týždeň:
Revúca, Tornaľa, Rimavská Sobota, Sobôtka, Rožňava, Betliar, Brzotín, Dobšiná, Gemerská Hôrka, Gemerská Poloma, Henckovce, Jablonov nad Turňou, Jovice, Krásnohorská Dlhá Lúka, Lipovník, Plešivec, Štítnik, Vlachovo

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

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

Západné Slovensko

BV	97.240	**BRATISLAVSKO** východ
BZ	106.540	**BRATISLAVSKO** západ
DS	34.320	**DUNAJSKOSTREDSKO**
GA	34.390	**GALANTSKO-ŠALIANSKO**
HC	30.330	**HLOHOVECKO**-SEREĎSKO
KM	16.450	**KOMÁRŇANSKO**
LV	30.580	**LEVICKO**
MA	29.680	**MALACKO**
NR	54.170	**NITRIANSKO**
NZ	35.050	**NOVOZÁMOCKO**
PK	22.970	**PEZINSKO**
PN	41.870	**PIEŠŤANSKO**-NM-MY
SC	35.420	**SENECKO**
SE	36.750	**SENICKO-SKALICKO**
TO	41.930	**TOPOĽČIANSKO**-PE-BN
TN	60.750	**TRENČIANSKO**-DCA-IL
TT	49.930	**TRNAVSKO**
ZM	20.930	**ZLATOMORAVSKO**

Stredné Slovensko

BB	56.200	**BANSKOBYSTRICKO**-BR
KY	29.300	**KYSUCKO**-CA-KM
LI	37.270	**LIPTOVSKO**-LM-RK
LC	30.860	**LUČENECKO**-VK-PT
MT	38.570	**MARTINSKO**-TR
OR	34.980	**ORAVSKO**-DK-NO-TS
PB	33.590	**POVAŽSKO**-PB-PU
PD	40.150	**PRIEVIDZSKO**
ZV	38.400	**ZVOLENSKO**-DT-KA
ZH	26.880	**ŽIARSKO**-ZC-BS
ZA	50.780	**ŽILINSKO**-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**-KK
PO	49.940	**PREŠOVSKO**-SB
SN	32.540	**SPIŠSKO**-LE-GL

TEMPUS TRANS s.r.o. ŠAFÁRIKOVA 91, 048 01, mobil. +421 918 957 263, www.tempus.sk
88-0004

AM PLAST s.r.o.
VÝROBA A MONTÁŽ PLASTOVÝCH OKIEN
• Výroba, montáž, predaj:
plastových okien a dverí
interiérových dverí
oceľových bezpečnostných dverí
• Predaj PVC, AL parapiet, žalúzií, sietí - vrátane montáže
• Montáž **garážových brán**
Poskytujeme ZÁRUČNÝ a POZÁRUČNÝ SERVIS
A.M.PLAST s.r.o. Hámošiho 182, Brzotín
058/ 788 61 40, 0915 701 414
88-0019

ICSÓ ÁRPÁD
MONTÁŽ • OPRAVA • REKONŠTRUKCIE
PLYN KÚRENIE VODA
PODLAHOVÉ KÚRENIE
PLASTOVÉ, MEDENÉ, KOVOVÉ ROZVODY
STAVEBNE PRÁCE • PREDAJ A MONTÁŽ KOTLOV NA ÚK
Šafárikova 33
048 01 Rožňava
mobil: 0907 660 214
e-mail: arpad.icso@gmail.com
43-0003

PLECHOVÁ STREŠNÁ KRYTINA
cena za materiál a prácu 26,99 € / m²
0915 470 099 | STRECHUTOP@GMAIL.COM
37-0176

SUDOKU

5		1		6				
7								8
	4				5		6	
				5	8	3		
			2	3				4
			7					1
	7	6	8					
			5	4		8		
	2				3			

SUDOKU

	9				3		4	
4			9	7			1	8
								9
	8							
9	1							
6						9	7	2
		8		1		3		
2		1	8					6
			2	3				7

Riadková inzercia

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 ZOZNÁMENIE
0 RÔZNE

» Kúpim domáce tkané plátno, vrecia, šatky, kroje, sukne, starožitnosti. 0909 101 716

Chcete si podať riadkový inzerát?

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

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

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

Cena spätnej SMS (vrátane DPH):
- Text do 50 znakov 1 €
- Text 51 až 100 znakov 2 €
- Text 101 až 150 znakov 3 €

Čísla rubrík:
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 – Zoznámenie
0 – Rôzne

Komerčné inzeráty, pozvánky na akcie, ponuky zamestnania a reality v riadkovej inzercii neuverejňujeme. V prípade záujmu o zverejnenie tohto typu inzerátu kontaktujte našich obchodníkov. SMS je možné podať aj v novinách v iných regiónoch. V takom prípade nahraďte písmena „GE" v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tiráži.
(Službu platbamobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

REGION PRESS
www.regionpress.sk
sieť 39 regionálnych novín

PRÁVO NA PRAVDU
VSTUP VOĽNÝ
Občerstvenie a malý darček pre každého
Zoroslav Kollár
Zúčastni sa kvízu A VYHRAJ!
50, 100, 200 EUR.
• Verejná diskusia, piatok 13.11.2026, 17:30
• Gemersko-malohontské osvetové stredisko, Jesenského 340/5, RIMAVSKÁ SOBOTA
• Verejná diskusia, sobota 14.11.2026, 17:00
• Mestský úrad, Šafárikova 499/29, ROŽŇAVA
OBYVATELIA OKRESOV RIMAVSKÁ SOBOTA A ROŽŇAVA
PRÍĎTE ZISTIŤ, AKO OPRAVÍME SLOVENSKO.
www.pravonapravdu.sk
Objednávateľ: Politická strana Právo na pravdu, Družstevná 69/2, 83104 Bratislava, IČO 57259526.
Dodávateľ: JobWave s.r.o., Vinohradnícka 1367, 903 01 Senec, IČO: 56612877. Toto je politické reklamné oznámenie. Voľby do NR SR 2027.
14-0217

Darujte moment, ktorý si užijete spolu

Darujte Vianočnú lotériu od TIPOSu

Hlavná výhra až
200 000 €
a navyše môžete
v **Druhej šanci** vyhrať
10x 10 000 €

TIPOS.SK/VIANOCE

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. Fotografia ambasádora bola upravená pomocou umelej inteligencie. Viac informácií na www.tipos.sk.

TIPOS

35-0013

Vianočné žreby TIPOSu prinášajú sviatočnú atmosféru aj Druhú šancu na výhru

Vianoce sú časom obdarovávania, spoločných chvíľ a malých prekvapení. TIPOS vo svojej vianočnej kampani pripomína, že aj drobný darček môže priniesť príležitosť na spoločný zážitok. Súčasťou sviatočnej ponuky je Vianočná lotéria a ďalšie tematické žreby, ktoré môžu spestriť vianočné stretnutia s rodinou či priateľmi.

Hlavným produktom kampane je Vianočná lotéria za 10 eur s hlavnou výhrou 200 000 eur. K nej sa viaže aj súťaž Druhá šanca, v ktorej možno vyhrať až 10 výhier po 10 000 eur. Do súťaže je možné zaregistrovať každý žreb Vianočnej lotérie, výherný aj nevýherný. Registrácia prebieha do 5. januára 2027 a žrebovanie sa uskutoční 6. januára 2027 na tipostv.sk

Vianočnú kolekciu dopĺňa prémiový Adventný kalendár za 20 eur s hlavnou výhrou 250 000 eur. Každý jeho žreb je výherný a hráči si môžu zvoliť, či budú zotierať jednotlivé políčka postupne, alebo odhalia celý kalendár naraz.

V ponuke sú aj Vianočné zvončeky za 5 eur s hlavnou výhrou 5 000 eur, ktorú možno vyhrať až 200-krát, a Vianoční škriatkovia za 3 eurá s hlavnou výhrou 2 000 eur.

Vianočná kampaň TIPOSu zdôrazňuje najmä hodnotu spoločných chvíľ a radosti z prekvapenia.

Vianočné žreby tak môžu byť drobným darčekom, ktorý spestrí sviatočné stretnutia.

Viac o Vianočnej kolekcii a o súťaži Druhá šanca nájdete na tipos.sk/vianoce. Žreby Vianočnej kolekcie si môžete zakúpiť na predajných miestach TIPOSu.

Spoločnosť TIPOS odvádza 20 % z hernej istiny z číselných a okamžitých lotérií na podporu slovenského športu. 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 informácií na tipos.sk

18+

Súťaž týždňa s TIPOSom

Hráme o 3 balíčky stieracích žrebov od TIPOSu

každý v hodnote 35 €

Otázka týždňa:

Ako sa volá vianočný žreb od TIPOSu s hlavnou výhrou v hodnote až 200 000 €?

A: Vianočná lotéria

B: Vianočná rozprávka

Správnu odpoveď vyplňte zadarmo na stránke súťaže www.tipos.sk/region alebo použite QR kód:

- Súťaž týždňa prebieha od piatku 6. 11. 2026 od 10:00 hod. do piatku 13. 11. 2026 do 10:00 hod.
- Zo správnych odpovedí vyžrebujeme 3 výhercov
- Vyžrebovaných výhercov, podrobné informácie a štatút súťaže nájdete na www.tipos.sk/region

35-0013

Účtovné pravidlá pri eFaktúre

Od 1. januára 2027 sa zmení spôsob odosielania a prijímania faktúr. Základné pravidlá účtovníctva sa meniť nebudú. Podnikatelia budú faktúry naďalej vyhotovovať a spracúvať ako dnes – po novom však budú mať jednotnú elektronickú štruktúru a ich zasielanie zabezpečia digitálni poštári.

Zavedenie povinnej elektronickej fakturácie neznamená zásadné zmeny v pravidlách účtovníctva ani uplatňovania DPH. Zachované zostávajú základné postupy pri vyhotovovaní faktúr, ich opravách či vystavovaní dobropisov. „Zmení sa predovšetkým ich podoba a spôsob zasielania - eFaktúra bude mať predpísaný štruktúrovaný elektronický formát, vďaka ktorému budú môcť počítačové systémy automaticky spracúvať údaje z faktúr bez potreby ich ručného prepisovania," pripomína Finančná správa s tým, že prechod na eFaktúru tiež neznamená automaticky potrebu výmeny účtovného softvéru. „Firmy by si mali u svojho dodávateľa najskôr overiť, či ich program bude elektronickú fakturáciu podporovať a či bude prepojený s digitálnym poštárom. Pre tých, ktorí účtovný softvér doteraz nepoužívali, sú dostupné jednoduché webové aplikácie na vytváranie, odosielanie a prijímanie eFaktúr, s ktorými môžu pracovať podobne jednoducho ako s e-mailom. Živnostníci a menšie podniky môžu využiť tiež bezplatné riešenia," objasňuje Finančná správa a dodáva: „Digitálny poštár sa následne postará o bezpečné doručenie faktúry správnemu príjemcovi a zároveň poskytne potvrdenie o doručení. Podnikatelia tak nebudú musieť zisťovať, aký systém používa ich obchodný partner ani kam majú doklad poslať. Elektronická fakturácia tak prinesie bezpečnejší, spoľahlivejší a prehľadnejší systém práce s faktúrami, ktorý zároveň zníži riziko chýb a zjednoduší ich spracovanie."

Pri príprave na eFaktúru má pomôcť špecializovaný web ***www.info-efaktura.sk*** s prehľadom fakturačných schránok, účtovných softvérov, užitočných rád či možnosťou overiť si vybraného digitálneho poštára. „Samotný výber digitálneho poštára môže vykonať konateľ, štatutár alebo oprávnená osoba, napríklad externý účtovník a uskutočňuje sa prostredníctvom portálu finančnej správa.

Podrobné návody, manuály, odpovede na najčastejšie otázky aj zoznam certifikovaných digitálnych poštárov sú dostupné na portáli finančnej správy v sekcii eFaktúra. K dispozícii je tiež call centrum finančnej správy na čísle ***048/4317 222.***

» ren

Ilustračné foto.
zdroj foto erwinbosman pixabay

43-0012

13. novembra 2019 — **Výročia a udalosti**

Pri **zrážke linkového autobusu a nákladného auta** medzi Nitrou a Zlatými Moravcami zahynulo 12 ľudí, išlo o jednu z najtragickejších nehôd v histórii Slovenska

Ako môžeme zvyšovať imunitu u detí

V období zvýšeného počtu respiračných ochorení odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR neustále zdôrazňujú, že v tomto prípade zohráva dôležitú úlohu aj dobrá imunita. Zároveň na sociálnej sieti radia, ako môžeme zvyšovať imunitu u detí. Kľúčový je podľa nich:

Každodenný pobyt vonku

• Pravidelné prechádzky vonku prekrvujú sliznice dýchacích ciest, očí a uší, čo podporuje ich funkciu.

• Slnečné žiarenie ovplyvňuje tvorbu vitamínu D, ktorý je dôležitý pre správne fungovanie imunitného systému.

Pravidelné umývanie rúk

• Umývanie rúk pred jedlom, po použití toalety, po ceste v hromadných dopravných prostriedkoch, pobyte na ihriskách a po príchode domov by sa pre deti malo stať samozrejmosťou.

• Nevyhnutnosťou je naučiť deti používať vreckovky.

Zdravá strava s vitamínmi

• Najväčší význam pre rozvoj imunity majú vitamíny C, D, E a minerál zinok.

• Deťom chýbajú predovšetkým omega 3 kyseliny obsiahnuté napríklad v rybom tuku, oleji z trescej pečene či rakytníkovom a chia oleji.

Odpočinok

• Odpočinok detské telo výdatne zregeneruje a dodá mu energiu na boj s vírusmi a baktériami.

Ochrana pred pasívnym fajčením

• Cigaretový dym obsahuje toxické látky, ktoré dráždia alebo poškodzujú bunky v tele a znižujú obranyschopnosť.

» ren

Ilustračné foto.

zdroj foto season-v pixabay

Mak – drobné zrniečka plné zdravia

V ľudovom liečiteľstve má mak hlbokú tradíciu a cenený je ako vôbec najbohatší rastlinný zdroj vápnika. Naše staré mamy odporúčali jeho konzumáciu ako prevenciu rednutia kostí, ale aj na lámavé nechty či vlasy. Čo však o tejto obľúbenej potravine hovoria odborníci?

Účinky na zdravie

„Z najväčších benefitov maku je vysoký obsah vápnika, ktorý je dôležitý pre zdravé kosti a zuby. Mak obsahuje horčík, železo, zinok, vitamíny skupiny B, ktoré napomáhajú správnemu fungovaniu organizmu," približuje Mgr. Klinčáková z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava. Mak je podľa nej aj vynikajúcim zdrojom rastlinných bielkovín a vlákniny, ktorá podporuje trávenie a pomáha k pocitu sýtosti. Priaznivo tiež vplýva na správnu činnosť mozgu a má upokojujúci účinok, čím môže byť nápomocný pri nadmernom strese. „Obsahuje aj zdravé tuky, ktoré sú dôležité pre energiu a správnu činnosť tela," dopĺňa odborníčka na životosprávu.

Použitie

Mak má v našej kuchyni všestranné využitie. Môžeme ho pridať do kaše, palaciniek, jogurtu alebo domácich koláčov. Najlepšie je podľa odborníčky používať čerstvo pomletý mak, mletím sa totiž uvoľňujú éterické oleje, ktoré dodávajú koláčom a plnkám tú správnu makovú arómu a chuť. Rovnako môžeme do jedál pridať aj makový olej, ktorý je nielen zdravý, ale aj veľmi chutný, predovšetkým v studenej kuchyni.

Pozor!

Tehotným a dojčiacim ženám sa konzumácia maku neodporúča.

Náš tip: Makový jogurt

Suroviny: 150 g bieleho gréckeho jogurtu, 2 PL mletého maku, 1 čl medu, hrsť čerstvého ovocia - napríklad maliny, čučoriedky alebo na drobné kocky pokrájané jablko

Postup:

V miske zmiešajte biely jogurt s mletým makom a medom. Nechajte 5–10 minút odstáť, aby mak zmäkol, doplňte ovocím.

» ren

zdroj foto domeckopol pixabay

Dokedy a ako si doplniť chýbajúce doklady

Kto dostane dôchodkovú prognózu

Sociálna poisťovňa bude na budúci rok v máji zasielať dôchodkové prognózy klientom vo veku nad 50 rokov. Ak v nej chcú mať zohľadnené aj obdobi a dôchodkového poistenia, ktoré Sociálna poisťovňa zatiaľ neeviduje, mali by jej predložiť potrebné chýbajúce doklady. Dôchodkovú prognózu Sociálna poisťovňa doručí v roku 2027 tiež poistencom, ktorí dovŕšili 18 rokov a prvýkrát získali dôchodkové poistenie.

Kto dostane dôchodkovú prognózu v roku 2027

Periodicita zasielania dôchodkovej prognózy závisí od veku konkrétneho poistenca. Zatiaľ čo prvú prognózu zasielala Sociálna poisťovňa do 31. mája 2026 všetkým poistencom (okrem zákonom stanovených výnimiek), v ďalších rokoch ju poistencom starším ako 50 rokov posiela raz ročne a mladším poistencom každých päť rokov. „V roku 2027 tak dôchodkovú prognózu dostanú najneskôr do 31. mája 2027 poistenci starší ako 50 rokov a poistenci, ktorí dovŕšili 18 rokov a prvýkrát získali dôchodkové poistenie," informuje Sociálna poisťovňa.

Treba predložiť chýbajúce doklady

Na to, aby sa stanovená suma predpokladaného starobného dôchodku čo najviac priblížila reálnej sume budúceho dôchodku, je potrebné vychádzať z čo najpresnejších údajov. „Keďže prognóza zasielaná v roku 2027 bude vychádzať zo stavu evidovaných údajov k 31. decembru 2026, poistenci, ktorí si želajú mať v prognóze na rok 2027 zohľadnené aj doteraz neevidované obdobia, by mali príslušné doklady predložiť Sociálnej poisťovni do 31. decembra 2026," radí Sociálna poisťovňa a odporúča pritom predkladať len také doklady, z ktorých jednoznačne vyplýva začiatok a koniec dôchodkového poistenia, napríklad:

• **doba zamestnania:** pracovné zmluvy, potvrdenia zamestnávateľov, zápočtové listy

• **doba štúdia:** výučné listy, maturitné vysvedčenia, vysokoškolské diplomy, potvrdenie školy odkedy-dokedy štúdium trvalo, resp. bolo štúdium prerušené. V niektorých prípadoch je potrebné aj potvrdenie o ukončení povinnej školskej dochádzky. Ak vysokoškolské štúdium bezprostredne nenadväzovalo na ukončenie stredoškolského štúdia, je potrebné potvrdenie o zápise na vysokú školu

• **vojenská základná služba (VZS):** vojenská knižka (strany s identifikačnými údajmi, nástupom a ukončením) alebo potvrdenie Vojenského archívu v Trnave odkedy-dokedy VZS trvala

• **doba evidencie na Úrade práce:** do 31. decembra 2000 potvrdenie odkedy-dokedy bol poistenec evidovaný na úrade práce. Od 1. januára 2001 do 31. decembra 2003 potvrdenie odkedy-dokedy bola vyplácaná podpora v nezamestnanosti.

Ilustračné foto. ***zdroj foto kaboompics pixabay***

Ako doručiť chýbajúce doklady

Doklady o získanom období dôchodkového poistenia môže poistenec doručiť Sociálnej poisťovni rôznymi spôsobmi: osobne, poštou, prostredníctvom elektronickej schránky na ***www.slovensko.sk*** alebo prostredníctvom EUP.

Ak poistenec predkladá doklady prostredníctvom svojho EUP, postup je nasledovný:

V prostredí EUP si vyberie časť „Životné situácie" a v nej „Dôchodok". Následne medzi najčastejšími službami si zvolí „Všeobecné podanie pre Sociálnu poisťovňu" (Elektronické všeobecné podanie na dokladovanie chýbajúcich období dôchodkového poistenia). Vyplní základné údaje, priloží zvolené doklady v elektronickej podobe (sken, fotografia a podobne) a následne odošle.

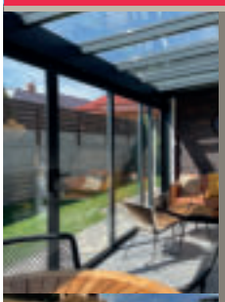
„Doklady o chýbajúcich obdobiach môžu poistenci Sociálnej poisťovni doručiť aj kedykoľvek neskôr – doplnené údaje sa im následne zohľadnia v ďalších dôchodkových prognózach a zároveň budú v predstihu k dispozícii v čase, keď bude poistenec žiadať o dôchodok," objasňuje inštitúcia.

» ren

Oplatí sa !

TOP
NAJLEPŠIE PONUKY
NAJBLIŽŠIE K ĽUĎOM

GS
EUROTHERM MONT



INVESTIČNÉ ZIMNÉ ZÁHRADY
ZASKLENIA TERÁS A BALKÓNOV
PRÍSTREŠKY NAJVYŠŠEJ KVALITY
NAJLACNEJŠIE PREKRYTIA BAZÉNOV
ZÁBRADLIA A BRÁNY NA MIERU
gszasklenie.sk
0800 333 223
DAJTE PREDNOSŤ SLOVENSKEJ KVALITE
S NAMI SA VŽDY VIETE DOHODNÚŤ
ODOLNÉ ZVÁRANÉ KONŠTRUKCIE
SME VEĽKÁ SPOLOČNOSŤ, VIAC NEŽ 90 ĽUDÍ
MENÍME VAŠE SNY NA REALITU UŽ 25 ROKOV

HLINÍK, DREVO
ČI NEREZ?
S TÝM SI HRAVO
PORADÍME !
ZAMERANIE A
3D VIZUALIZÁCIA
ZDARMA

98-0005

Stannah

Ponuka
Darček
v hodnote
až 200,- €

Sloboda nepozná vek.

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

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

Pretože Stannah
zmení Váš život.

0800 162 162
www.stannah.sk

91-0002

66-001

Revolúcia vo svete
fitness dorazila
na Slovensko

- Viac ako 500 cvikov so záťažou do 100 kg na všetky časti tela v jedinom 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

IMBODY SPORT
www.imbodysport.sk

INFORMÁCIE:
+421 907 895 865
info@imbodysport.sk

SOS STREŠNÉ PRÁCE
Tesár, klampiar, pokrývač

- Pokrývačské práce
- Nové strešné konštrukcie
- Opravy
- Izolácia plochých striech
- Klampiarske práce
- Zateplenie

ZĽAVA 15%
na objednávky
prác do 30.11.

Obhliadka a cenová ponuka ZDARMA
Kontakt: +421 918 081 699

91-0103

KÚPIME
obrazy, grafiky
a sochy
slovenských
a českých
maliarov a sochárov

KONTAKTUJTE:
0903 846 800
groma@groma.sk

47-0086