



Čítajte nás:

www.cujte.sk

MARTINSKO TURČIANSKOTEPLICKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 38 570 domácností

ČISTENIE HROBOV
JEDNOHROB 50 € DVOJHROB 70 €
Dosekávanie písma
 Do 10 znakov 100 €, 11 a viac 10 €/znak
Obnova písma 1 €/znak
Doprava a impregnácia ZDARMA!!
 Ing. Miroslav Greisiger **AKCIA**
 0940 653 651, 0919 205 521 **do**
 www.greisiger.sk **3.8.2024!!**

ŠTAHOVANIE
 0911 319 509 **MARTIN**
 0918 799 309
SVD
 www.stahovaniesvasnou.sk
 BYTY, KLAVÍRE, KANCELARIE, TREZORY, DOPRAVA

Výkup káblov,
 farebných kovov,
 železa, papiera,
 kartónu
KK NOVOKOV
 Dielenská Kružná 5020, Vrútky
 (smer ŽOS) **0907 300 076**

SKRINE + ŠATNÍKY
NA MIERU AKCIA
**Hliníkové kovanie, komplet korpus, boky, dná,
 police, vešiakové tyče, ABS hrany, posuvné dvere**
AKCIA: zameranie, dovoz, montáž V CENE
0917 346 632 nabytokgabor@gmail.com **výpočet ceny**
 www.nabytokgabor.sk **cez telefón**

ŽALÚZIE, SIEŤKY
OPRAVY ŽALÚZIÍ
DEŇ A NOC, DVEROVÉ SIEŤKY, PLISSÉ
0905 467 323 • vagstav@gmail.com

STAVEBNÉ PRÁCE
 omietky • stierky • fasády
 maľovanie
 rekonštrukcie
 jadrá • obklady • dlažby
 zatepľovanie
 zámkové dlažby
0908 387 373

**palivové
 drevo**
 štiepané / ukladané
 dĺžky od 20 cm do 1m
0907 062 394
0915 804 871

STAVEBNÉ PRÁCE
 MURÁRSKE PRÁCE
 REKONŠTRUKCIE BYT. JADIER
 OPRAVA PLOTOV A KOMÍNOV
 MAĽOVANIE STRIECH
 KLAMPIARSKÉ PRÁCE
0940 857 096

**KLAMPIARSKÉ
 PRÁCE**
 ŽĽABY, ZVODY, KOMÍNY
 NÁTER STRIECH, LEPENKA
 PRÍSTREŠKY, ALTÁNKY,
 MONTÁŽ SNEHOVÝCH ZÁBRAN
0940 235 749

PONÚKAME PBAS s.r.o.

- Stavebné práce
- Realizácia plotov
- Zámková dlažba
- Zateplenie rodinných domov
- Betónové terasové platne

0911 777 009
peter.bras13@gmail.com

RIČI
PAPLÓNY A VANKUŠE
ČISTENIE PERIA
www.rici.sk
TEL.: 0908 838 838

ZATEPĽOVANIE
 - rodinných domov
 - bytových domov
 - pivničných priestorov
OMIETKY
MAĽOVANIE
0911 777 009
peter.bras13@gmail.com

URBÁR MARTIN
PONÚKA ŠTIEPANÉ PALIVOVÉ DREVO
BUK » JASEŇ » SMREK
dovoz ZADARMO
 PRI OBJEDNÁVKE 13,0 PRMS - voľné uloženie
 podmienka vhodný prístup (MT + okolie)
ZĽAVA 15% JASEŇ, ZĽAVA 10% BUK
 Zľava platná do 31.10.2024, pri objednávke 6 ks paliet a viac.
 Objednávky prijímame v čase od 9:00 hod do 14:00 hod.
email: urbarmt@urbarmt.sk • 0917 565 619

STK NA VŠETKY KATEGÓRIE
STK + EK
HORNÁ ŠTUBŇA
0915 765 892
www.stkhornastubna.sk
VYBAVÍME VÁS AJ NA POČKANIE
OTVORENÉ
PONDELOK - PIATOK
od 6.³⁰ - 18.³⁰

Obecný úrad Žabokrek a GLADIOLA MARTIN
 vás pozývajú
na medzinárodnú
VÝSTAVU GLADIOL
 do priestorov Kultúrneho domu v Žabokrekoch, kde môžete vzhliadnuť
 viac ako **1000** exponátov
 domácich a zahraničných noviniek zo
Slovenska, Česka, USA, Holandska
 a krásne kvetinové aranžmány
 Súčasťou výstavy je vernisáž obrazov
 turčianskych maliarov
SLÁVNOSTNÉ OTVORENIE VÝSTAVY
Sobota 10. augusta
9,30 - 19,00 hod.
Nedeľa 11. augusta
10,00 - 15,00 hod.
 Môžete si objednať hľuzy gladiol !
 Po skončení výstavy v nedeľu o 15,00 hod.
 výpredaj vystavovaných exponátov

**STAVEBNÁ
 ČINNOSŤ**
**Kvalitné služby
 za rozumnú cenu**
VITAGER

- REKONŠTRUKCIE BYTOV A DOMOV
- ZATEPĽOVANIE
- SADROKARTONÁRSKE PRÁCE
- OBKLAD, DLAŽBY, MAĽOVANIE
- VODOINŠTALÁCIE, ELEKTROINŠTALÁCIE
- BÚRACIE PRÁCE
- POKLÁDKA ZÁMKOVEJ DLAŽBY
- REVÍZNE SPRÁVY
- FASÁDY
- MONTÁŽ OPLOTENIA
- MAĽOVANIE STRIECH

0948 415 817
vitager.sro@gmail.com www.vitager.eu

**HODINOVÝ
 manžel**
 Čo sa pokazí, to opravíme !!!
 Pomôžeme Vám s údržbou Vašej domácnosti
 s čimkoľvek a kedykoľvek budete potrebovať.
**KOMPLETNÁ ÚDRŽBA VAŠEJ
 DOMÁCNOSTI A FIRMY**

- maliarske práce
- drobné rekonštrukcie
- pokládka podláh
- montáž dverí, zárubní, batérií,
 nábytku, garníží, obrazov
- výmena a oprava WC,
 svietiel a zásuviek
- tepovanie
- murárske práce
- sadrokartonárske práce

**stačí zavolať
 a spolu nájdeme
 riešenie**
0944 856 009

Bezplatný týždenník

MARTINSKO
TURČIANSKOTEPLICKO

EV 6217/24

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

Ročník I, Vydanie 13, týždeň 30./2024.

Redakcia: A.Kmeťa (St.MC)
MARTIN
martinsko@regionpress.sk

INZERCIA

Alena Špirková 0908 979 477
Ing. Peter Hanakovič 0905 423 331
Nikola Debnárová 0910 503 918

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



Vychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (38.570 domácností)

Každý týždeň:
Martín, Turčianske Teplice, Jahodníky, Košúty, Podháaj, Priekopa, Kolónia Hviezda - mimo ulíc rozšaných v nepárny týždeň, Záturčie, Košťany nad Turcom, Pribovce, Sučany, Turany, Turčianske Kľačany, Vrútky, Žabokreky, Sklené, Sučany, Belá - Duľice, Blatnica, Danová, Dražkovce, Kláštor pod Znievom, Krepelany, Necpaly, Podhradie, Sklabiňa, Šútovo, Turčianska Štiavnička, Valča, Diviaky, Dolná Štubňa, Dubové, Horná Štubňa, Malý Čepčín, Mošovce, Slovenské Pravno, Háj

Nepárny týždeň:
Bystrica, Horný a Dolný Kalník, Tomčany, Košťany nad Turcom, Lipovec, Kolónia Hviezda - H. Gregorovej, Helsínská, J. Kostru, K. Hviezda, Mudrochová, Nerudova

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

Prosba 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	34.320	DUNAJSKOTREDSKO	
GA	34.390	GALANTSKO-ŠALIAANSKO	
HC	30.330	HÍHOVECKO-SEREDSKO	
KM	16.450	KOMÁRĽANSKO	
LV	30.580	LEVICKO	
MA	29.680	MALACKO	
NR	54.170	NITRIANSKO	
NZ	35.050	NOVOZÁMOCKO	
PK	22.970	PEZINSKO	
PN	41.870	PIEŠTANSKO-NM-MY	
SC	35.420	SENECKO	
SE	36.750	SENICKO-SKALICKO	
TO	41.930	TOPOLCIANSKO-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	PRIEVIDSKO	
ZV	38.400	ZVOLENSKO-DT-KA	
ZH	26.880	ŽIARSKO-ZC-B5	
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	LUBOVNIANSKO	
MI	31.260	MICHALOVSKO-TV-SO	
PP	41.520	POPRADESKO-KK	
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB	
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL	

Slovenský satelit GRBBeta na historickej misii

V utorok 9. júla 2024 zažila európska vesmírna agentúra (ESA) významnú udalosť - nová nosná raketa Ariane 6 úspešne odštartovala na svoj prvý let z európskeho kozmodrómu Guiana Space Centre vo Francúzskej Guyane. Tento historický štart priniesol do vesmíru množstvo projektov, vrátane štvrtého slovenského satelitu GRBBeta, čo predstavuje pre Slovensko ďalší významný moment. Do vesmíru totiž poletel už štvrtý slovenský satelit.

„Štart rakety Ariane 6 bol dôležitým míľnikom pre ESA, pretože išlo o prvý let novej nosnej rakety, ktorá bola vyvíjaná v rámci vesmírneho programu ESA. Začala sa tak nová éra vesmírnych letov. Štartovacie okno bolo otvorené medzi 20.00 a 23.00 letného stredoeurópskeho času,“ informoval rezort školstva, ktorý tento projekt aj finančne podporil.

Úspešný štart - Vedecký tím nadviazal s družicou GRBBeta prvý kontakt o 23.03, čo potvrdilo úspešný štart rakety Ariane 6. Následne začalo preverovanie funkčnosti subsystémov družice, vrátane otvorenia antén, kontroly batérie a jej dobijania, teplôt družice a solárnych panelov, a efektívnosti chladiča kamery. Podarilo sa zapnúť GPS a GRB detektor. Počas nasledujúcich preletov bude pokračovať testovanie systémov a merania na overenie správnej funkcie družice GRBBeta, vrátane merania gama zábleskov

a oživenia UV kamery.

Dôležitý míľnik - Družica GRBBeta vznikla za finančnej podpory Ministerstva školstva, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky. Projekt realizovala Technická univerzita v Košiciach, Letecká fakulta, v spolupráci s rôznymi zahraničnými partnermi. Dodávateľom platformy družice bola spoločnosť SPACEMANIC. „Úspešné vypustenie slovenského satelitu GRBBeta na historickej misii Ariane 6 je nesmierne dôležitým míľnikom pre slovenský vesmírny výskum,“ uviedol minister školstva Tomáš Drucker a dodal, že tento projekt ukazuje, že Slovensko dokáže prispieť k medzinárodnej vedecko-výskumnej spolupráci na najvyššej úrovni. „Veríme, že úspechy našich vedcov a inžinierov budú motiváciou pre mladé talenty a že aj v budúcnosti budeme svedkami podobných úspechov,“ uzavrel Tomáš Drucker.

GRBBeta nadväzuje na úspešnú misiu družice GRBAlpha, ktorá od svojho vypustenia v marci 2021 detegovala viac ako 140 gama zábleskov. V októbri 2022 dokonca pozorovala najväčší záblesk gama žiarenia GRB 221009A. GRBBeta je družica typu CubeSat o veľkosti 2U, so zloženými rozmermi 10 cm x 10 cm x 22,7 cm a maximálnou hmotnosťou 2,66 kg. Obsahuje základné subsystémy potrebné pre získavanie a ukladanie energie, udržiavanie orientácie, komunikáciu a ukladanie dát, a tiež niekoľko nových technológií.

» ren

Silencia *Kompletné pohrebné služby*

SLUŠNOSŤ
SERIOZNOSŤ
PROFESIONALITA

UŽ
23 ROKOV
S VAMI

KVETINÁRSTVO
ROZLÚČKOVÁ MIESTNOSŤ
7 dní v týždni, aj cez sviatky

Sledujte nás na
INSTAGRAME:
@silencia-pohrebne-sluzby

NON-STOP 0907 47 70 70
www.silencia.sk

ADLO NEPREKONATELNE

BEZPEČNOSTNÉ VCHODOVÉ DVERE

PLASTOVÉ, HLINÍKOVÉ OKNÁ, DVERE • EUROOKNÁ

- vonkajšie žalúzie, rolety, žalúzie, siete
- garážové brány

PEMAT GARÁŽOVÉ BRÁNY

AUTORIZOVANÝ PREDAJCA

TICHÉ • BEZPEČNÉ • SPOLAHLIVÉ

HROBY, HROBKY, POMNÍKY

- renovácie starých hrobov
- urny

GARANČIA NAJLEPŠEJ CENY

OKENNÉ A KAMENÁRSKE CENTRUM - A.Kmeťa 17, Martin
0908 912 970 • info@okenne-centrum.sk • www.okenne-centrum.sk

ZBAVTE SA VLHKOSTI

pivnice šachty základy obytné priestory
0907 55 77 78 obhliadka + ponuka ZADARMO

Kamenárstvo B+B
Vojtech Botoš

AKCIOVÉ CENY PLATIA DO VYPREDANIA ZÁSOB

0905 296 197 • kamenarstvobotos@gmail.com
Dolná Kružná 7, Vrútky
www.kamenarstvobplusb.sk

KÚPIM REŠTITUČNÝ NÁROK

Celá SR | 0949 654 973

UPRATOVAČKA

Teplička nad Váhom SSI GROUP

plný úväzok, na dohodu (brigády)

Termín nástupu: **ihneď, príp. dohodou**
Mzda: **750-1000 EUR/mesiac**
Základ 4,31 - 4,60 EUR /hod.+ príplatky, dochádz. bonus, prisp. strava a doprava

praca@ssigroup.sk, +421 905 168 503

MAĽOVANIE + VAPKOVANIE STRIECH

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

ADAMOVSKÝ

0918 956 201
jozef@adamovsky.sk
www.adamovsky.sk

SADROKARTONÁRSKE PRÁCE
ÚPRAVA PODKROVÍ
SYSTÉMY - RIGIPS - KNAUF
MONTÁŽ KAZETOVÝCH STROPOV
MAĽOVANIE - STIERKOVANIE
ZATEPLENIE RD A BUDOV
KOMPLETNÉ REKONŠTRUKCIE RD A BYTOV
MURÁRSKE PRÁCE, OBKLADY, DLAŽBY



Správna voľba

1+1 ZADARMO



1.98**

0.99*
(100 ml - 1.16/
1.10/0.90)

Magnum nanuk

85/90/110 ml

*Cena od 1 kg pri kúpe 2 kusov = 0.99 €

**Cena za 1 kg pri kúpe 1 kusov = 1.98 €

Cena za 2 kusy = 1.98 €



57% ZĽAVA

3.94***

1.69

Cherry paradajky
datľové
450 g balenie



LIDL STANOK
KURACE

28% ZĽAVA

2.99**

2.15

Tradičné maslo
250 g



35% ZĽAVA

1.69

1.09

Banány
cena za 1 kg
Mädský odber
od 3 kg na nákup.

AKTIVUJ KUPÓN
47% ZĽAVA



1.69

0.89

PLATÍ DO 31. 7.



SUPERCENA

0.68

Trvanlivé mlieko
1 l
3.5 % tuku



SUPER LIDL
CENY
značkových
výrobkov

38% ZĽAVA

6.99

4.29

Kuracie stehná XXL
cena za 1 kg
bez kostí a kože



XXL



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

**Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akčných cien, zistených na základe porovnania cien dňa 9. 7. 2024.

***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávateľného produktu parareálneho do istého sortimentu spoločnosti.

LIDL Slovenská republika, s. r. o. pri prepisoch na kinotvorbu produktov z akčového 120%.

Ponuka tovaru platí od 29. 7. do 4. 8. 2024 alebo do vyčerpania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

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

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

»Výkup mot. vozidiel, všetky značky, nepojazd., staré, havarované. T.č.: 0905 505 129

»Kúpim murovanú garáž. T.č.: 0905 505 129

»Kúpim nahradné diely na stare auta:aero,skoda,tatara,fiat,lada,warburg,atd. tel.0907/687634

»KÚPIM BABETU PIONIER SIMSON STADION STARU VZDUCHOVKU AJ POKAZENE SOM ZBERATEL 0915215406

08 STAVBA

»Predám sklolaminátové žumpy o objeme 5.000, 8.000 a 10.000 litrov a vodomerné šachty. Cena 650 €. Dovož, osadenie, tlaková skúška. T.č.: 0905 925 991

»Kúpim pozemok, ornú pôdu, trávnaté porasty, zadĺženú aj nezadĺženú nehnuteľnosť. T.č.: 0905 925 991

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

»Kúpim Vzduchovky, flobertky, pistole ponúknite. 0949 505 827

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

»Hľadám brigádnika na pomoc do záhrady. Môže byť štud. Sučany. 0907228741

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

»SYMPATICKA 58 R HLADA PRIATELA NA ZOZNAMENIE 0907277466



Pošlite SMS na číslo **8866** v tvare: **RP**medzera **MT** medzera **číslo** rubriky medzera **Text** Cena **0,60 €** s DPH za každých začiatých 30 znakov

FRÉZOVANIE
VLOŽKOVANIE
VÝROBA
KONTROLA
REVÍZIA
KONZULTÁCIA
MERANIE SPALÍN
STAVBA A MONTÁŽ

+421 905 742 808
JKABAC@ORAVA.SK
NOVÁ 169, LIESEK

MUROVANÉ KOMÍNY S NEREZOVOU VLOŽKOU

- Trojvrstvový nerezovo betónový komínový systém na obvod spalín zo spotrebičov na tuhé, plyné a kvapalné palivá
- Dobré tepelnoizolačné vlastnosti
- Jednoduchá montáž
- Vysoká požiarne bezpečnosť

www.kominykabac.sk
www.kominy-kabac.sk

KOMÍNY KABÁČ

AKCIA na JÚL

PELETY ANI PLUS

CENA 29 0€

0915 212 021

NOVINKA! DREVENÉ PELETY EN PLUS AT

UHOĽNÉ SKLADY PTP
PREDAJ TUHCH PALIV

- UHLIE
- BRIKETY
- KOKS
- EKOHRÁŠOK

Všetko na sklade pod strechou

SUČANY - HRADISKÁ **0917 220 007**

DOVOZ NA ADRESU

18 týž. mládky, 8 týždňové morky, brojlerové kuriatka

www.hydinashop.sk
0944 842 953

OBNOVA NÁPISOV a DOSEKÁVANIE DÁTUMOV na POMNÍKOKH

PRIAMO NA CINTORÍNE

čistenie dvojhrobu 100€

0944 229 001

GLAZÚROVANIE VANÍ

„Už 29 rokov od firmy MOLNAR“

0903 405 588
0905 983 602

KASĀX
SERVIS OKIEN

OPRAVY A ÚDRŽBA
OKNÁ ■ DVERE ■ TESNENIA ■ SKLÁ

0949 119 535 | www.servisokien.com

Advent
Pohrebne služby

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

PALIVOVÉ DREVO ČISTÝ BUK

ŠTIEPANÉ

POLIENKA - 25 cm
POLIENKA - 33 cm
POLIENKA - 50 cm

POKOSÍM TRÁVNATÚ PLOCHU, PODĽA DOHODY.

T.č.: 0918 540 249

KANÁL - servis

KRTKOVANIE

VYSOKOTLAKÉ ČISTENIE

0903 737 800

DOPRAVA ZADARMO

0908 258 112

tu mohla byť
VAŠA REKLAMA

- Frézovanie komínov
- Vložkovanie komínov
- Revízie komínov na kolaudáciu
- Výstavba nerezových a betónovo-nerezových komínov

Všetko pre Váš komín

www.kominy-kabac.sk

0908 591 216 **0905 742 808**

NÁTERY STRIECH

0905 826 420

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

EKOKANAL 0908 967 587, 0911 967 587

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 bezvýchopové opravy

ZENIT

AKCIA NA POLYKARBONÁT

REZANIE MATERIÁLU ZDARMA

eshop.zenitsk.sk/akcia

-30%

Ultralight 2/10 číra
9,50 €/m² s DPH

-30%

Exolon 7/16 BF bronz
16,51 €/m² s DPH

ROZVOZ PO CELOM SLOVENSKU

KOŠ - 046/5430 771, zenit@zenitsk.sk
KOŠICE - 055/6254 006, kosice@zenitsk.sk

48. Podroháčske folklórne slávnosti

2. - 4. 8. 2024
Zuberec - Brestová

SLUK

uvádza program

SLOVENSKO



4. 8. / nedeľa / 16.30

pestrá mozaika ľudových tancov
a piesni z rozmanitej umeleckej tvorby SLUK-u
pfs.zuberec.sk / #festivalzuberec

OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH,
KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

☞ slovenská
firma

**BITUMÉNOVOU LEPENKOU
bez demontáže pôvodnej krytiny**

⇒ zameranie ⇒ odborné poradenstvo
⇒ cenová kalkulácia ZDARMA!!!

NON STOP - 0944 720 932

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽLABOV

Pila Vasil'ov s.r.o.

Pelety A1
certifikované

VŠETKO
SKLADOM



**AKCIA BRIKETY
220 € / 1000 kg**

PELETY BRIKETY

ROZVOZ PRIAMO AŽ K VÁM
DOMOV, AJ V SOBOTU

www.pilavasilov.sk
Kontakt 0907 105 008



ZBAVTE SA PLESNE A BÝVAJTE ZDRAVO

zdravé bývanie žiadne plesne a huby
lokalizácia závad kvalitné materiály ZERO
dlhodobá záruka

☎ +421 907 851 973 ✉ www.skales.sk 📧 infoskales@gmail.com

OBNOVA A DOSEKÁVANIE PÍSMSA

DOSEKÁVANIE PÍSMSA NA CINTORÍNE **znak - 9€**

OBNOVA PÍSMSA - zlatá, strieborná,
čierna farba **znak - 0,80€**
do 48 hodín

stoneco@centrum.sk
0940 705 434

NÁTERY STRIECH

práce vo výškach

0917 578 839 www.altitudo.sk

REKONŠTRUKCIE RÍŇ

**POKLÁDKA a PREDAJ
zámkovej dlažby**

STAVBA PLOTŮV NA MIERU
(pletivo, tehla, betón, tvárnice)

0908 521 381 • duricaf@gmail.com

NEREZOVÉ KOMÍNOVÉ VLOŽKY
OCELOVÉ DYMOVODY
FASÁDNE 3-VRSTVOVÉ KOMÍNY

komín s.r.o.

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

☎ 0948 267 814

✉ kaminsro@kaminsro.sk
🌐 kaminsro.sk

Slovenský certifikovaný výrobca nerezových komínov

KAMENÁRSTVO JANTÁR

- náhrobné pomníky
- žulové zakrytia hrobov
- urny a urnové schránky
- lampáše, vázy, kríže...

0908 252 071 Doživotná záruka na prácu

www.kamenarstvojantar.sk

Obhliadka, zameranie a graficky návrh ZDARMA

OravaKrb

NAJVÄČŠÍ VÝBER SPORÁKOV NA DREVO



DOPRAVA
AŽ K VÁM
DOMOV

- SPORÁKY A KACHLE
S TEPLOVODNÝM VÝMENNÍKOM
- PALETOVÉ KACHLE
- radiátory BOSCH
- KRBY - NEREZOVÉ TROJPLÁŠTOVÉ
KOMÍNY S MONTÁŽOU od 652 €

www.oravakrb.sk

Oravakrb - Žilina 0918 364 633
Matice slovenskej 3723, ŽILINA - Vlčince 3

Sociálne vzťahy, pozitívne myslenie aj fyzická aktivita

Dbajme o svoje duševné zdravie

Súčasná doba prináša neraz do našich životov veľa zhonu a stresu. Podľa odborníkov z Ligy za duševné zdravie je preto dôležité, pestovať si rezilienciu, alebo inak povedané psychickú odolnosť. Ide vlastne o schopnosť zvládať stres, prekonávať prekážky a rýchlo sa zotaviť z neúspechov. Táto vlastnosť je základným pilierom pre udržanie dobrého duševného zdravia a celkovej pohody.

„Reziliencia nie je len vrodená danosť, ale aj zručnosť, ktorú môžeme rozvíjať a posilňovať počas celého života a môžeme ju teda vedome rozvíjať prostredníctvom osvojovania mikro-reziliентných návykov. Zároveň je základným kameňom pevného duševného

zdravia a jej posilňovaním môžeme lepšie zvládať životné výzvy, zlepšiť svoju celkovú pohodu a viesť šťastnejší a plnší život,“ približujú odborníci.

Reziliencia zahŕňa

- Schopnosť zvládať stres.
- Flexibilitu a prispôsobivosť.
- Optimistický pohľad a vieru v svoje schopnosti.

Reziliencia a duševné zdravie

Reziliencia je dôležitá pre duševné zdravie, pretože:

Znižuje riziko duševných ochorení:

Reziliентní ľudia sú menej náchylní k depresii, úzkosti a iným duševným chorobám. Vedia lepšie zvládať stresové situácie, čo znižuje riziko vzniku týchto problémov.

Podporuje fyzické zdravie:

Duševné a fyzické zdravie sú úzko prepojené. Reziliencia prispieva k nižšiemu krvnému tlaku, lepšiemu imunitnému systému a celkovej fyzickej pohode.

Zlepšuje kvalitu života:

Ľudia s vysokou mierou reziliencie sú šťastnejší, spokojnejší so svojim živo-



Ilustračné foto.

zdroj foto AndrzejRembowski pixabay

tom a majú lepšie medziludské vzťahy.

tu. Zamerajte sa na pozitívne aspekty a úspechy, aj keď sú malé. Tento postoj pomáha prekonať ťažkosti s väčšou ľahkosťou.

Rozvíjanie reziliencie

Rezilienciu môžeme rozvíjať viacerými spôsobmi:

Budovanie silných vzťahov

Sociálna podpora je kľúčom k odolnosti. Investujte do kvalitných vzťahov s rodinou, priateľmi a kolegami. Silné vzťahy poskytujú emocionálnu podporu v ťažkých časoch.

Fyzická aktivita a zdravý životný štýl

Pravidelný pohyb, vyvážená strava a dostatok spánku posilňujú fyzickú aj duševnú odolnosť.

Informácie poskytla
Liga za duševné zdravie



Ilustračné foto.

zdroj foto Surprising_SnapShots pixabay

Optimistické myslenie

Pestujte optimistický prístup k živo-

» ren

KUCHYNE
na mieru

za cenu ako z Poľska

MARTIN
Robotnícka 18 A kontakt:
(bývalý hutný závod) **0902 828 109**

BUKOVÉ brikety

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

AKCIA 229€

ROZMER BRIKETY 155 x 90 x 60mm

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

nízka popolnatosť nedehtujú pre všetky typy pecok, sporákov a krbov

NONSTOP SLUŽBA
0915 113 102
Rozvoz aj v sobotu

KVmont MARTIN, s.r.o.

OREZÁVANIE A VÝRUB DREVÍN

0905 514 652
www.kvmont.sk

Dovoľujeme si Vás pozvať do nášho krásneho čučoriedkového sadu pod Babou horou s výhľadom na Vysoké Tatry.

SAMOZBER KANADSKÝCH ČUČORIEDOK ZAČINA

Samozber bude prebiehať bez akejkoľvek registrácie od 7:00 – 15:00 hod. každý kalendárny deň, vrátane soboty.

Začiatok samozberu od štvrtka 25.7. 2024
Cena čučoriedok 4 €/kg

Bližšie a podrobné informácie sa dozviete na našej Fb stránke
www.facebook.com/berry.bobrov

Tešíme sa na stretnutie s Vami v sade čučoriedok.

S.P.O. SERVIS PLASTOVÝCH OKIEN

- opravy
- údržba
- nastavenie
- pretesnenie

obhliadka a konzultácie ZDARMA

TR, MT **0918 389 850**

DOMÁCI MAJSTER ZAVOLAJTE!

MÁTE DOMA PROBLÉMY?

elektrika, voda, odpady
opravy, montáže
rekonštrukcie (interier - exteriér)
zváranie
orezávanie stromov
striekanie radiátorov

0918 378 954

IN-HOLZ podlahy

BRÚSENIE PARKIET
VÝROBA NÁBYTKU NA MIERU
VSTAVANÉ SKRINE

0949 327 800
in-holz@marticonet.sk

BRIKETY - PELETY

EKOHRÁŠOK - PALIVOVÉ DREVO
ŠKÁROVKY A STUPNICE NA SCHODY

AUTODOPRAVA NAJNIŽŠIE CENY
S HYDRAULICKOU RUKOU ALEBO ČELOM

0948 153 799 www.drevoza.sk

NÁTERY STRIECH

CERTIFIKOVANÝMI FARBAMI

PRÍJEMNÉ CENY
Volajte: 0944 813 531

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE

FRÉZOVANIE od 15€/bm

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZLAVA na materiál 40%

PRESTAVBY NADSTREŠŇŇCH ČASTÍ KOMÍNOV
ZATEPKOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV
OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA

0948 012 507 • www.profikominy.sk



Hľadáme spolupracovníka alebo spolupracovníčku



KONTAKT: danovska@schwer.com 0911 176 617

Informácie o pracovnom mieste

- pracovné miesto obsluhy CNC v zrekonštruovanej výrobné hale v areáli ZTS, v stabilnej nemeckej dcérskej spoločnosti pôsobiacej v Martine už od roku 2001, špecialistom na výrobu spojovacej techniky z nehrdzavejúcej ocele,
- 3-zmenná prevádzka



Náplň práce

- obsluha pracoviska skupiny 3 CNC strojov,
- čítanie výkresovej dokumentácie,
- samostatná korekcia nástrojov,
- meranie a evidencie kontrolných meraní,
- triedenie vyrobených odchyľok.

Naše požiadavky

- pracovné miesto je vhodné rovnako pre muža aj ženu, pre absolventa, prax v odbore je samozrejme výhodou,
- technické, resp. logické myslenie, zodpovednosť a samostatnosť, zručnosť, spoľahlivosť, ochota spolupracovať a učiť sa.

My ponúkame

- stabilné pracovné miesto s pracovnou zmluvou od začiatku na dobu neurčitú,
- nástupnú základnú hrubú hodinovú mzdu 7,0 EUR/hod.
- prvé navýšenie mzdy už po uplynutí skúšobnej doby,
- dovolenkový bonus vo výške 50 % zo mzdy,
- vianočnú odmenu až do výšky 50 % zo mzdy,
- 25 % odmenu za nadčasovú prácu,
- odmenu za odpracované roky (už po 5-tich rokoch),
- možnosť kariérneho rastu v perspektíve rozširovania pobočky a plánovanej výstavby novej haly,
- 25 dní dovolenky v roku bez rozdielu veku,

a ďalšie výhody, ktoré radi odprezentujeme osobne.

DOVEZIEME AJ SUCHÉ 1 - 2 r. BUK-SMREK ŠTIEPAME (25, 30-33, 40, 50 cm) KUBIKOVANÉ, ŠTIEPANÉ, UKLADANÉ POLIENKA, METROVICA

STÁLYM ZÁKAZNÍKOM PRIPRAVUJEME DREVO UŽ POČAS 9.-12. MESIACA - VYSKLADŇUJEME V 4.-6. MESIACI SUCHÉ 1 r.

ĎAKUJEME VÁM ZA ZAVOLANIE. PRACUJEME CELOROČNE.

0948 510 710

ADAM KRTKO s.r.o.

- čistenie kanalizácie,
- lapačov tukov
- kamerovanie lokalizácia potrubia

NONSTOP **0948 948 606**

tu mohla byť
VAŠA REKLAMA

Miesto na prednášky, školenia, kurzy, výučby, rokovania, pohovory, porady, dočasnú kanceláriu **na krátkodobý** a flexibilný prenájom **za prijateľnú cenu**



PRIJMEME PRACOVNÍČKU

na čistiace a upratovacie práce objektu v Martine, Priekopa

Práca je na TPP, v čase od 16.00 do 21.00 hod., s nástupom ihneď.

Mzda: 478 EUR / mesiac (brutto)

Tel. kontakt: **0905 204 906**

HĽADÁME ĽUDÍ, STROJNÍKOV (báger, nakladač), šofér (sk.T). Práca v kameňolome pri Párnici **dopravex@dopravex.sk**

0915 870 839

0917 399 777

MT-Špeciál, s.r.o.
Langsfeldova 5404/1D Martin

HĽADÁ

SÚSTRUŽNÍKA – OBRÁBAČA KOVOV

s praxou . Plat podľa dohody, výška platu závisí od schopnosti záujemcu
Prac. doba 7,5 hod.,
možnosť aj na čiastočný úväzok

Nástup: **od 1.10.2024**, prípadne dohodou

Viac info na t.č.: **0915 227 648**

KONEČNE JE JOBBEES V NEMECKU A RAKÚSKU

zárobok 3 000 € /mesiac | 12,40 € /hod. a viac

V súčasnosti prebiehajú prvé **nezáväznú registrácie** na prácu na jeseň:
Zber chmeľu / Zber jabĺk / Zber vo vinohradoch
Nástupy 10.8.2024 ale dohodou

S radosťou vám oznamujeme, že naša spoločnosť úspešne rozširila svoje aktivity na **Nemecký a Rakúsky trh**. Spolupracujeme iba s overenými partnermi, kde pracovné a životné podmienky budú odpovedať jasným štandardom. V závislosti od strediska a práce, budú rôzne aj podmienky práce. **Niekde sa pracuje v hodinovej odmene, inde v úkolovej odmene.** Pridelovanie miest bude prebiehať na základe poradovníka. **Práce nie sú ťažké, ale hľadáme prednostne ľudí zvyknutých na fyzickú prácu. Pracuje sa 10 hodín denne, PO – SO.**

Ponúkame aj celoročnú prácu a možnosť získania dôchodku z Nemecka/Rakúska.

Viac na **0948 944 782** (stačí prezvoniť, zavoláme naspäť).
Jobbees – tradičné zárobky u tradičných českých partnerov, už viac ako 30 rokov.

5. augusta 1963

Spojené štáty, Spojené kráľovstvo a Sovietsky zväz **podpisali v Moskve zmluvu zakazujúcu jadrové skúšky vo vesmíre, v atmosfére a pod vodou**

Výročia a udalosti

4. augusta 1863

v Turčianskom Svätom Martine sa uskutočnilo **prvé valné zhromaždenie Matice slovenskej.**

Výročia a udalosti

3. augusta 1708

odohrala sa **bitka pri Trenčíne** stretnutie **armád Františka II. Rákociho s cisárskou armádou** pod vedením generála Siegberta Heistera.

Výročia a udalosti

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
PAROZIE**

Zhody, trofeje i celé
poľovnícke zbierky

Kúpim veci z 1. a 2.
sv. vojny, vzduchovky

Výkup mincí
do roku 1945

KONTAKT

0940 723 073
trofejeeu@gmail.com

Celá SR

**EKOLOGICKÉ
ČISTENIE
FASÁD**

Patentovaná
kontaktná
technológia

BEZPLATNÁ
UKÁŽKA
A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

Bez vysokotlakových
čističov

ZĽAVA
50%
rodinné
domy

f BombaFasada
www.BombaFasada.sk
0905 148 393

Oravská Horáreň
★★★

**REKREAČNÉ POBYTY s DOTÁCIOU
pre dôchodcov SR**
260,- EUR za pobyt
1 nepracujúci dôchodca / 6 dní / 5 nocí
(pondelok - sobota, každý týždeň)

Cena zahŕňa:

5 x ubytovanie s vlastným sociálnym zariadením
5 x plnú penziu, folklórne vystúpenie

1 x celodenný fakultatívny výlet za krásami Oravy

Rezervácie: 0918 591 942
info@oravskahoraren.sk, www.oravskahoraren.sk

Penzión *** Oravská Horáreň, Oravský Podzámok 396, lokalita Hruštín Zábava

Oplatisa.sk

**ZAČNITE PREDÁVAŤ
ONLINE!**



kamstav
kompletné kamenárske služby

www.kamenarstvo-kamstav.sk

MARTIN Kollárova 79 (pri SAD Martin)
Radi Vás navštívime: 0908 965 976

SERIÓZNOSŤ • FLEXIBILITA • TRADÍCIA od r. 1989

**SPISUJEME OBJEDNÁVKY PRE ROK 2024
ZA MINULOROČNÉ CENY**

-50%
na všetky pomníky

NÁBYTOK JUKO
nábytok všetkých generácií...



**Letný výpredaj,
zľavy na vystavené
produkty.**



MOŽNOSŤ DOVOZU
A VÝNOSU ZAKÚPENÉHO
TOVARU



MOŽNOSŤ MONTÁŽE
TOVARU



U NÁS AJ
NA SPLÁTKY



SEDACIE SÚPRAVY NA MIERU

MARTIN - SEVER
Jilemnického 4003/47

+421 947 903 407
martin@nabytokjuko.sk