



# MARTINSKO TURČIANSKOTEPLICKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 38 570 domácností

**Výkup** káblov,  
farebných kovov,  
železa, papiera,  
kartónu

**KK NOVOKOV**

Dielenská Kružná 5020, Vrútky  
(smer ŽOS) 0907 300 076

**ŽALÚZIE, SIETKY  
OPRAVY ŽALÚZIÍ**

**DEŇ A NOC, DVEROVÉ SIETKY, PLISSÉ**

0905 467 323 • vagstav@gmail.com

**IN-HOLZ podlahy**  
**BRÚSENIE PARKIET**  
**VÝROBA NÁBYTKU  
NA MIERU**  
**VSTAVANÉ SKRINE**

0949 327 800  
in-holz@marticonet.sk

**ČISTENIE HROBOV**  
1HROB 90€ 50€ 2HROB 140€ 70€

Obnova písma 1,5€ 1€/znak  
Dosekávania písma  
Dátum 100€, text 10€/znak  
Posledná akcia pred Dušičkami!!!  
Ceny platné do 31.8.!!

Ing. Miroslav Greisiger  
0940 653 651, 0919 205 521  
www.cisteniehrobu.sk

**SŤAHOVANIE**

0911 319 509 MARTIN  
0918 799 309

**SVD**

www.stahovaniesvasnou.sk  
BYTY, KLAVIRE, KANCELARIE, TREZORY, DOPRAVA

**PLASTOVÉ OKNÁ**

- 5 a 6 komorové
- GEALAN
- SALAMANDER

**ŽALÚZIE, ROLETY**

- sieťky proti hmyzu
- žalúzie
- textilné rolety

**GARÁŽOVÉ BRÁNY**

- sekčné
- výklopné
- rolovacie

**MARKÍZY**

- manuálne
- pohon

**VARINSKÝ realizácie**

VRÚTKY, 1. Čsl. brigády 53 varinsky@varinsky.eu  
043/4303 474, 0915 10 66 10 www.varinsky.eu

**S.P.O. SERVIS PLASTOVÝCH OKIEN**

- opravy
- údržba
- nastavenie
- pretesnenie

obhliadka a konzultácie ZDARMA

**TR, MT 0918 389 850**

**POKLÁDKA a PREDAJ  
zámkovej dlažby**

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

0908 521 381 • duricaf@gmail.com

**STK NA VŠETKY KATEGÓRIE**

**STK + EK**

**HORNÁ ŠTUBŇA**  
0915 765 892  
www.stkhornastubna.sk

**OTVORENÉ  
PONDELOK - PIATOK  
od 6.<sup>30</sup> - 18.<sup>30</sup>**

**VYBAVÍME VÁS AJ NA POČKANIE**

**KANÁL - servis**

**KRTKOVANIE**

**VYSOKOTLAKÉ ČISTENIE**

0903 737 800

**SPTS** STREDNÁ PRIEMYSELNÁ ŠKOLA TECHNICKÁ  
Novomeského 5/24 Martin

zverejňuje zámer priameho nájmu  
**nebytový priestor (bufet)**  
o celkovej výmere 23 m<sup>2</sup> nachádzajúci sa na prízemí stavby č. 24

Info: www.spsmt.sk a www.zilinskazupa.sk  
Lehota na doručenie cenových ponúk  
do 06.09.2024 do 10:00 hod.

**KUCHYNE**  
na mieru

za cenu ako z Poľska

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

**ZABEZPEČÍME PRE VÁS**

- VÝKUP
- ODDLŽENIE
- ZALOŽENIE

**NEHNUTEL'NOSTI**

- VYROVNANIE
- EXEKÚCIÍ

0950 561 736

**NOVINKA! DREVENÉ PELETY**  
EN PLUS A1

UHOĽNÉ SKLADY  
**PTP**  
PREDAJ TUHÝCH PALIV

Všetko na sklade pod strechou

SUČANY - HRADISKÁ 0917 220 007

**POKOSÍM TRÁVNATÚ PLOCHU,  
PODĽA DOHODY.**

T.č.: 0918 540 249

**KVmont MARTIN, s.r.o.**

**OREZÁVANIE  
A VÝRUB  
DREVIN**

0905 514 652  
www.kvmont.sk



Správna voľba

34% ZĽAVA

3.29\*\*

2.15

(1 kg = 8,60)

Tradičné maslo  
250 g



46% ZĽAVA

2.39\*\*

1.29

Slniečnicový olej  
1 l



1 pranie od  
0.23

52% ZĽAVA

41.99\*

19.99

(pranie = 0,39/  
0,32/0,23)

Ariel tekutý prací  
gél/kapsuly  
52/63/90 praní  
rôzne druhy



OD PONDELKA

OD PONDELKA 19. 8. DO NEDELE 25. 8.  
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL

ŠTEDRÝ PONDELOK

BOBULOVINY

SO ZĽAVOU AŽ DO

-48%

PLATÍ LEN V PONDELOK 19. 8.

50% ZĽAVA

4.98\*\*\*

2.49

Biele hrozno  
bezjadierkové  
1 kg balenie



Lidl  
STANOK  
DENNE ČERSTVE

33% ZĽAVA

0.89\*\*\*

0.59

Šalátové uhorky  
kus



35% ZĽAVA

6.99

4.49

Kuracie stehná XXL  
cena za 1 kg  
bez kostí a kože



XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

\*Odporičáni botní maloobchodná predajná cena výrobcu.  
\*\*Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania cien dňa 30. 7. 2024.  
\*\*\*Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávaného produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti Lidl Slovenská republika, s. r. o. pri prepočte na hmotnosť produktu z akciového týždňa.

Ponuka tovaru platí od 19. 8. do 25. 8. 2024 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

... a mnoho ďalších výrobkov na [www.lidl.sk](http://www.lidl.sk)

# BOBRIA SILA V AKCII

NAŠA **AUGUSTOVÁ** PONUKA

vhodná na podlahové vykurovanie



Top cena

**6,49** m<sup>2</sup>

**LAMINÁTOVÁ PODLAHA  
„COMFORT“ BOROVICA MORSKÁ**

Rozmery: š 19,3 × d 138,3 cm, hrúbka 7 mm.  
Obsah balenia 2,135 m<sup>2</sup>. OBI č. 5325204

vhodná na podlahové vykurovanie



Top cena

**6,99** m<sup>2</sup>

**LAMINÁTOVÁ PODLAHA  
„COMFORT“ JEDLOVEC RUSTIK**

Rozmery: š 19,3 × d 138,3 cm, hrúbka 8 mm.  
Obsah balenia 1,868 m<sup>2</sup>. OBI č. 5325196

vhodná do vlhkých priestorov

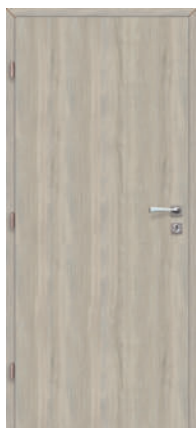


Top cena

**13,99** m<sup>2</sup>

**VINYLOVÁ PODLAHA DUB  
„PADUA“**

Rozmery: š 18 × d 122 cm, celková hrúbka 3,5 mm.  
Obsah balenia 2,635 m<sup>2</sup>. OBI č. 1298397



Top cena

**39,99**

**DVERE INTERIÉROVÉ „ARUBA“<sup>1</sup>**

Interiérové dvere plné, lakované, dekor dub škandinávsky, pravé/lavé, šírka: 60, 70, 80 a 90 cm.  
OBI č. 1006808 a i.



Top cena

**59,99**

**DVERE „METRIX“<sup>1</sup>**

Interiérové dvere presklené. MDF rám opláštený HDF doskami. Lakované. Pravé/lavé, šírka: 60, 70, 80 a 90 cm. Dub bielený. OBI č. 1006881 a i.



Top cena

**79,99**

**DVERE INTERIÉROVÉ „PALLMER“<sup>1</sup>**

Interiérové dvere plné, 3D fólie, taliansky orech, pravé/lavé, šírka: 60, 70, 80 a 90 cm.  
OBI č. 2179877 a i.

**Len vo vašej OBI predajni**

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na [obi.sk](https://obi.sk)

<sup>1</sup>Cena je bez kovania a zárubne.  
Platí od 16. 8. do 29. 8. 2024 alebo do vypredania zásob.



**OBI**

**DOKÁŽETE ČOKOL'VEK**

**Bezplatný týždenník**

**MARTINSKO**  
TURČIANSKOTEPLICKO

EV 6217/24

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

Ročník I, Vydanie 16, týždeň 33/2024.

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:**  
Martin, Turčianske Teplice, Jahodníky, Košúty, Podháj, Priekopa, Kolónia Hviezda - mimo ulíc roznašaných v nepárny týždeň, Záturčie, Košťany nad Turcom, Pribovce, Sučany, Turany, Turčianske Kľačany, Vrútky, Žabokreky, Sklené, Sučany, Belá - Dulice, Blatnica, Danová, Dražkovce, Kláštor pod Znievom, Krpelany, Necpaly, Podhradie, Sklabiňa, Šútovo, Turčianska Štiavnica, 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

Ydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovú úpravu.

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	34320	DUNAJSKOSTREDSKO	
GA	34390	GALANTSKO-ŠALANSKO	
HC	30330	HÍHOVECKO-SEREDSKO	
KM	16450	KOMÁRŇANSKO	
LV	30580	LEVICKO	
MA	29680	MALACKO	
NR	54170	NITRIANSKO	
NZ	35050	NOVOZÁMOKCO	
PK	22970	PEZINSKO	
PN	41870	PIEŠŤANSKO-NM-MY	
SC	35420	SENECKO	
SE	36750	SENIČKO-SKALICKO	
TO	41930	TOPOLCIANSKO-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	LUČENCKO-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	ŽILINSKO-ZC-BS	
ZA	50780	ŽILINSKO-BY	

**Východné Slovensko**

BJ	37210	BARDEJOVSKO-SK-SP	
GE	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	POPRADESKO-KK	
PO	49940	PREŠOVSKO-SB	
SN	32540	SPIŠSKO-LE-GL	

**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**

**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**

**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

**KASÁK**  
SERVIS OKIEN

OPRAVY A ÚDRŽBA

**OKNÁ - DVERE - TESNENIA - SKLÁ**

0949 119 535 | www.servisokien.com

**POKLÁDKA ZÁMKOVEJ DLAŽBY, PALISÁD A OBRUBNÍKOV MURÁRSKE PRÁCE**

**0908 425 380** www.pokladka-zamkovej-dlazby.sk  
e-mail: nbdlazby@gmail.com

**PALIVOVÉ DREVO ČISTÝ BUK**

**ŠTIEPANÉ**

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

**DOPRAVA ZADARMO**

**0908 258 112**

**palivové drevo**

štiepané / ukladané  
dĺžky od 20 cm do 1 m  
možný DOVOZ

**0907 062 394**  
**0915 804 871**

**HYDROIZOLÁCIE**

- balkóny
- terasy
- ploché strechy
- altánky

**0907 103 755**

**Advent**  
Pohrebne služby

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

**OravaKrb**

**NAJVÄČŠÍ VÝBER SPORÁKOV NA DREVO**

**DOPRAVA AŽ K VÁM DOMOV**

- SPORÁKY A KACHLE S TEPOVODNÝM VÝMENNÍKOM
- PELETOVÉ KACHLE
- radiátory BOSCH
- KRBY - NEREZOVÉ TROJPLÁŠŤOVÉ KOMINY S MONTÁŽOU od 652 €

**www.oravakrb.sk**

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

**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 STARY PIONIER Babetu SIMSONA STELU AJ POKAZENE 0915215406

**08 STAVBA**

»Kúpim haki lešenie. tel. 0908 532 682

»Predám sklolaminátové žumpy o objeme 5.000, 8.000 a 10.000 litrov a vodomerne šachty. Cena 650 €. Dovoz, 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**

**12 DEŤOM**

**13 RÔZNE / predaj**

**14 RÔZNE / iné**

»Kúpim staré plechové hračky. T.č.: 0905 505 129

**15 HĽADÁM PRÁCU**

**16 ZOZNAMKA**

**Chcete si podať inzerát?**

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare: RP medzera XX medzera číslo rubriky medzera Text inzerátu

Príklad:  
RP MT 12 Predám kočík, 0987 654 321.

Riadková inzercia realit je od 26.10.2023 zrušená, inzerát si môžete podať len cez www.mojinzerat.sk

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor. Cena je 0,60 € s DPH za každých začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme. **Upozornenie!** Služba nefunguje u operátorov O2 a 4ka. **TIP 1:** Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v ktorých týždňoch chcete inzerovať. **TIP 2:** Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, **MT** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete v tíraži. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

*Silencia*  
kompletne pohrebné služby

# S nami zvládnete komplexný pohreb už od 890€

## STAVEBNÉ PRÁCE

omietky · stierky · fasády  
maľovanie  
rekonštrukcie  
jadrá · obklady · dlažby  
zatepľovanie  
zámkové dlažby

0908 387 373

26-005

## KLAMPIARSKÉ PRÁCE

ŽLABY, ZVODY, KOMÍNY  
NÁTER STRIECH, LEPENKA  
PRÍSTREŠKY, ALTÁNKY,  
MONTÁŽ SNEHOVÝCH ZÁBRAN

0940 235 749

26-064

## STAVEBNÉ PRÁCE

MURÁRSKE PRÁCE  
REKONŠTRUKCIE BYT. JADIER  
OPRAVA PLOTOV A KOMÍNOV  
MAĽOVANIE STRIECH  
KLAMPIARSKÉ PRÁCE

0940 857 096

26-040

## NÁTERY STRIECH

CERTIFIKOVANÝMI FARBAMI

PRÍJEMNÉ CENY

Volajte: 0944 813 531

75-036

## ADAM KRTKO

• čistenie  
kanalizácie,  
• lapačov tukov  
• kamerovanie  
• lokalizácia  
potrubia

NONSTOP 0948 948 606

8-00015

## 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

26-0002

tu mohla byť  
VAŠA REKLAMA

Čistenie a kontrola  
**komína**  
s revíznou  
správou

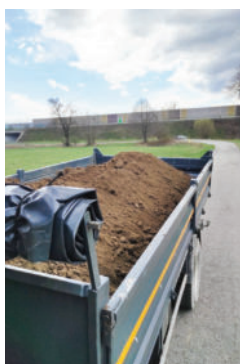
29 €  
s DPH

FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE  
ČISTENIE - KONTROLA

Rekonštrukcia a  
oddechtovanie komínov

0914 276 111  
0915 483 234  
kominarstvo-mitasi@centrum.sk

66-017



DOVOZ A PREDAJ OSIEVANEJ  
ZÁHRADNÍCKEJ ZEMINY-ORNICE  
A PREDAJ NASTIELACEJ KÔRY

Doprava od 1 tony do 20 ton

- ☎ doprava sklápačom do 3,5 t,
- ☎ doprava sklápačom s hyd. rukou do 12 ton
- ☎ doprava sklápačom do 20 ton

Tel.: 0948 929 162 / E-mail: info@vykopmt.sk / Web: www.vykopmt.sk

www.facebook.com/vykopmt www.instagram.com/vykop\_mt

47-086

Potláčajú nepokoj a zlepšujú náladu

# Doprajme si šťavnaté broskyne

Broskyne patria vďaka svojej výbornej a osviežujúcej chuti medzi obľúbené druhy ovocia. Vďaka obsahu vitamínov, minerálov a rôznych iných látok, majú veľmi blahodárne účinky aj na naše zdravie.

## Pestovanie

Hoci broskyne pochádzajú z Číny, dokážeme ich pestovať aj v našich záhradách. Treba mať však na pamäti, že vyžadujú úrodné, stredne ťažké pôdy s dostatočnou vlhkosťou. Keďže sú broskyne náročné na teplo a svetlo, mali by sme im nájsť slnečné miesto chránené pred vetrom. Aj u broskýň platí, že ak sa chystáte vysadiť rastliny pestované v kontajneri, môžete tak urobiť počas ve-

lej doby vegetácie. Pokiaľ ste si zakúpili voľnokorenné stromčeky, teda rastliny predávané s holými koreňmi, bez črepníka, je možné ich vysadiť do záhrady výlučne na jar, alebo na jeseň.

## Účinky na zdravie

Broskyne obsahujú veľké množstvo draslíka, vápnika, sodíka, železa, horčíka, zinku a niacínu, ktoré pozitívne vplývajú na duševnú pohodu človeka. „Vďaka vysokému podielu niacínu spolu s horčíkom, selénom a zinkom potláčajú vnútorný nepokoj, nervozitu a zlepšujú náladu,“ približuje na sociálnej sieti Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava odborníčka na zdravú výživu Mgr. Klinčáková. Broskyne sú bohaté na vitamín C, A, B1 a B2, karotény a xantofyli, ktoré zlepšujú imunitný systém. Majú močopudné účinky, čím čistia naše obličky a močový mechúr a tiež odstraňujú červy z čriev.

## Použitie

Broskyne najlepšie chutia čerstvé. Pridávať si ich môžeme do ovocných šalátov, nápojov či drení. Konzervované broskyne majú podobné využitie ako tie čerstvé a rovnako si z nich môžeme pripraviť rôzne koláče, dezerty či zmrz-



Ilustračné foto.

zdroj foto Kathas\_Fotos pixabay

liny. Džem z týchto chutných plodov poslúži ako nátierka na chlieb s maslom či ako lahodná plnka do palacinek.

## Náš tip:

**Tvarohové rezy s broskyňami**  
(plech rozmer cca 30x40 cm)

**Suroviny:** na cesto: 340 g polohrubá múka, 220 g kryštálový cukor, 4 vajcia, 100 ml vlažná voda, 130 ml rastlinný olej, 1 prášok do pečiva, 2 PL kakao

**na plnku:** 750 g jemný tvaroh, 130 g práškový cukor, 1 vanilkový cukor, 1 vanilkový puding v prášku, 2 vajcia, 740 ml broskyňový kompót

**Postup:** V miske vyšľaháme 4 vajcia

s cukrom, pridáme olej, vodu, múku zmiešanú s práškom do pečiva a 2 lyžice kakaa. Hlboký plech vystelieme papierom na pečenie a vylejeme naň polovicu cesta.

V druhej miske vyšľaháme vajcia s cukrom a vanilkovým cukrom, jemne zamiešame tvaroh a vanilkový pudingový prášok. Plnku opatrne vylejeme na cesto a následne na ňu poukladáme scedené na menšie kúsky pokrúpané broskyne. Potom na tvarohovú plnku nalejeme zvyšok cesta a upečieme.

Múčnik podávame pokrúpaný na kocky a posypaný práškovým cukrom.

» [ren](#)



Ilustračné foto.

zdroj foto MrGajowy3 pixabay

**Kamenárstvo B+B**  
Vojtech Botoš

**AKCIOVÉ CENY  
PLATIA  
DO VYPREDANIA  
ZÁSOB**

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

**SPOJENÁ ŠKOLA V MARTINE**  
Československej armády 24, 036 01 Martin

**ponúka do nájmu:**

**Nebytový priestor (ambulancia)** o výmere 65 m<sup>2</sup>,  
na parc. KN-C 3500/11, LV 3947 v Martine

Blížšie informácie na tel.: **043/400 1112**

**AUTOŠKOLA**  
LUBOMÍR LIŠKA

Martin, Kuzmányho č. 36  
043/4133 534

www.autoskola-liska.sk  
info@autoskola-liska.sk

**Píla Vasil'ov s.r.o.** Pelety A1 certifikované

**PELETY  
BRIKETY**

**VŠETKO  
SKLADOM**

**AKCIA BRIKETY  
220 € / 1000 kg**

**ROZVOZ PRIAMO AŽ K VÁM  
DOMOV, AJ V SOBOTU**

**www.pilavasilov.sk**  
Kontakt **0907 105 008**

**OBNOVA NÁPISOV  
a DOSEKÁVANIE  
DÁTUMOV na  
POMNÍKOCH**

**PRIAMO NA CINTORÍNE**

**čistenie dvojhrobu 100€**

**0944 229 001**

**DOVOZ NA ADRESU**

**18 týž. mládky,  
8 týždňové morky,  
brojlerové kuriatka**

**www.hydinashop.sk**  
**0944 842 953**

**OBNOVA STRIECH**  
ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH,  
KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

**BITUMÉNOVOU LEPENKOU  
bez demontáže pôvodnej krytiny**

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

**NON STOP - 0944 720 932**

**VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽLABOV**

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

**Horáčková pasáž  
MARTIN**

**0905 875 689**

**VŔTANIE  
STUDNÍ**

**0908 943 835  
0918 570 286**



*Koleso šťastia*

# VYTOČ SI VÝHRU

Zakúp si darčekovú poukážku v stánku OC a vyhraj skvelé ceny

**GALÉRIA MARTIN**

WWW.GALERIAMARTIN.SK

f Galéria Martin  
Instagram @ocgaleriamartin

**H HONDA**



**Teraz ušetríte až 8 000,- € !!!**

**Len u nás !!!**

**na vybrané modely - výpredaj zásob**

LUNA MOTOR spol. s r. o., Revolučná 3, Liptovský Mikuláš  
tel.: 0914 335 990, 044 / 54 74 983, e-mail: honda-lm@honda-lm.sk

# Zvýšte pozornosť v období tehotenstva Toxoplazmóza - parazitárne ochorenie

Vedci zo Slovenskej akadémie vied (SAV) priniesli v uplynulých dňoch informácie o ochorení, ktoré sa častokrát spája s mačkami. Toxoplazmózu spôsobuje mikroskopický parazit *Toxoplasma gondii*. Uvádza sa, že v závislosti od hygieny a stravovacích návykov je vo svete nakazených 10 % až 60 % ľudí. Podľa prieskumov parazitológov zo Slovenskej akadémie vied je na Slovensku infikovaných v priemere 21 % dospelých ľudí.

„Mačka je definitívnym hosťom parazita, ktorý u nej žije v čreve. Počas akútnej fázy infekcie vylučuje v truse do prostredia obrovské množstvo oocýst (vajíčok), ktoré sú infekčné pre človeka, pre mačky, ale aj pre všetky druhy teplokrvných živočíchov. Táto fáza vylučovania oocýst trvá v priemere dva týždne. Po tomto období toxoplazma zamigruje do svalov a orgánov mačky, kde sa opuzdrí a mačka prestáva byť pre človeka nebezpečná. Preto nie je dôvod na paniku,“ vysvetľuje parazitologička.

### Pozor na tehotenstvo a oslabenú imunitu

„Infekcia sa u človeka najčastejšie

neprejavuje vôbec, prípadne prebehne vo forme mierneho, chrípku pripomínajúceho ochorenia. Problémy môže spôsobiť v prípade, že sa žena nakazí počas tehotenstva, keď môže dôjsť k poškodeniu plodu alebo až k potratu. Ďalšou rizikovou skupinou sú ľudia s oslabenou imunitou, u ktorých sa môže rozvinúť závažné, niekedy až fatálne ochorenie,“ tvrdí parazitologička Daniela Antolová z Parazitologického ústavu SAV, v. v. i.

### Ako sa môžeme nakaziť?

Toxoplazmózou sa môžeme nakaziť pri konzumácii jedla, pití vody alebo náhodným požitím pôdy, ktoré boli kontaminované mačacím trusom. Podobne je to aj pri konzumácii surového alebo tepelne nedostatočne upraveného mäsa zvierat, ktoré boli nakazené *Toxoplasma gondii*. Vedci ale zdôrazňujú, že zdraví imunokompetentní ľudia aj tehotné ženy, ktorí už boli v minulosti vystavení infekcii a majú pozitívne protilátky proti *Toxoplasma gondii*, sa nemôžu znova nakaziť.

### Nie všetky sú rizikové

Štúdia vo Švajčiarsku ukázala, že len menej ako 1 % mačiek vylučuje oocysty do prostredia. Potvrdzujú to aj výsledky parazitológov SAV - zo 750 mačiek



Ilustračné foto.

zdroj foto IlonaBurschl pixabay

vyšetrených v roku 2022 boli oocysty *T. gondii* potvrdené len u šiestich zvierat. „Mačky, ktoré sú chované výlučne vo vnútri a nie sú kŕmené surovým mäsom, nepredstavujú pre ľudí prakticky žiadne riziko. Je nepravdepodobné, že sa nakazíte dotýkaním sa nakazenej mačky, pretože oocysty sa zvyčajne nenachádzajú na srsti mačky a po opustení tela v truse trvá minimálne 2 až 4 dni, kým sa stanú infekčnými,“ dodala vedkyňa.

### Dôležitá je prevencia

Parazitológovia odporúčajú ako prevenciu umývanie ovocia a zeleniny, ktoré by mohli byť kontaminované pôdou, a teda potenciálne aj mačacím trusom. Pri tepelnej úprave by teplota vo vnútri mäsa mala dosiahnuť min. 70 °C po dobu 3 minút. Toxoplazmu ničí aj zmrazenie na -20 °C po dobu minimálne 3 dní.

Informácie poskytla SAV

» ren

**VCHODOVÉ DVERE**  
DO BYTOV

15-bodové bezpečnostné zamykanie  
zvukovotesniaca a tepelná izolácia  
oceľová zosilnená konštrukcia

cena od **409 €**  
+ montáž

**záručný a pozáručný servis**

**DOPRAVA ZDARMA**

☎ **0917 678 746**  
[www.vchodove-dvere.sk](http://www.vchodove-dvere.sk)

**DRAŽBA - POZEMKY V KATASTRÁLNOM ÚZEMÍ  
BLAŽOVCE, OKRES TURČIANSKE TEPLICE (LV č. 205)**

5090624 Výmera pozemku: 33618,39 m<sup>2</sup>

Vyvolávacia cena:	38.880,- €
Dražobná zábezpeka:	5.000,- €
Dátum konania dražby:	10.09.2024
Čas konania dražby:	10:00 hod.
Obhliadky:	21.08.2024 o 14:00 hod. 05.09.2024 o 14:00 hod.
Miesto konania dražby:	sídlo dražobníka – Sládkovičova 181/6, 010 01 Žilina (dražobná miestnosť – v suteréne)

**LICITATOR** info: 0918 834 834, 041/763 22 34, [www.licitor.sk](http://www.licitor.sk)

*Nekupujte, dražte!*

**SAMOZBER MALÍN SLIVIEK JABÁK** **PREBIEHA**

Samozber hrušiek začína 17. augusta

**BLIŽŠIE INFO 0902 982 120, 0903 767 190**

**PREDAJ JABÁK A SLIVIEK NA KVAS**

0903 426 217,  
0911 153 041

**V OSTRATICIACH PRI PARTIZÁNSKOM**

PRED PRÍCHODOM SI OVERTE DOSTUPNOSŤ A POVETERNOSTNÉ PODMIENKY

[www.samozberjablk.sk](http://www.samozberjablk.sk), [www.samozbersliviek.sk](http://www.samozbersliviek.sk)

**FRUCTOP** OSTRATICE

**Opakovaná DRAŽBA skladovacej haly s prislúchajúcimi pozemkami v Martine**

Hala je zapísaná na LV č. 6886, pozemky sú evidované na LV č. 6870. Nehnuteľnosti sa nachádzajú na adrese: Robotnícka 38, 036 01 Martin.

Dátum a čas dražby: 11.09.2024 o 11:30 hod  
Miesto dražby: Hotel Galileo, Hlinská 25, 010 01 Žilina.  
Obhliadka: 04.09.2024 o 09:30 hod na mieste samom.  
Najnižšie podanie: 992.126,64 EUR s možnosťou ZNÍŽENIA!

Pre viac informácií nás prosím kontaktujte na tel. č. 0915 850 667, emailom: [info@licify.sk](mailto:info@licify.sk) alebo navštívte našu stránku [www.licify.sk](http://www.licify.sk).  
Organizátor dražby: Licify s.r.o., IČO: 54 314 585





**ZAČIATOK  
KURZU  
4.septembra  
o 15:00**

*Život je cesta...  
...my Vás na cestu pripravíme*



## Zahájenie základného kurzu na skupiny B, T

Rozširujúce výcviky **C, D, T, E** otvárame podľa vzájomnej dohody

### U NÁS SI NÁJDE KAŽDÝ TO SVOJE!

**B osobné auto**

AM, A1, A2, A motorky

**B individuálny výcvik**

rozšírenie z B na BE

**T traktor**

B+T

rozšírenie z B na C nákladné auto

rozšírenie z B+T na C

rozšírenie z D na C

rozšírenie z C na D autobus

rozšírenie z B na D

rozšírenie z B na C+D

rozšírenie z C na CE



**Kuzmányho 525/36, Martin  
0908 118 551, 043/413 35 34  
www.autoskola-liska.sk**

Firma **IMKROV**  
prijme muža na pracovnú pozíciu

# SKLADNÍKA

DO TRVALÉHO PRACOVNÉHO POMERU

### Náplň práce:

- Nakladanie -vykladanie tovarov
- Fyzické preberanie tovarov a výdaj tovarov
- Predaj a poradenstvo
- Práca s vysokozdvížným vozíkom

### Požadujeme:

- Vodičský preukaz typu B
- Základné znalosti s PC

Ďalšie informácie na tel.čísle **0907482738**



## Vyberáme ČAŠNÍČKU/KA do reštaurácie



Mzdové podmienky (brutto)  
**1650 EUR/mesiac**

email: grillpubsro@gmail.com **0903 900 915**  
FB: stranske.medvede.grill.pub



## UPRATOVAČKA

Teplička nad Váhom



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, prís. strava a doprava

praca@ssigroup.sk, +421 905 168 503

INZERÁT,  
KTORÝ  
PREDÁVA

[martinsko@regionpress.sk](mailto:martinsko@regionpress.sk)



## BUKOVÉ brikety

Čistý 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

MAĽOVANIE + VAPKOVANIE STRIECH  
od 4,50 €/m<sup>2</sup> - v cene je farba + práca  
tel: **0905 129 718**

## 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](mailto:nabytokgabor@gmail.com) výpočet ceny cez telefón  
[www.nabytokgabor.sk](http://www.nabytokgabor.sk)

## NÁTERY STRIECH

0905 826 420

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

## NÁTERY STRIECH

0917 578 839 [www.altitudo.sk](http://www.altitudo.sk)

REKONŠTRUKCIE RÍŇ

EKOKANAL 0908 967 587, 0911 967 587

- Čistenie kanalizácií a odtokov
- Inšpekcia potrubia kamerou
- Čistenie lapačov tukov
- Tlakové skúšky potrubia
- Bezvýkopové opravy -výkopové opravy kanalizácií

## NON-STOP

- Frézovanie kanalizačných potrubí
- Vyhľadávanie kanalizač. trás detektorom
- Lokálne bezvýkopové opravy

## OBNOVA A DOSEKÁVANIE PÍSM

DOSEKÁVANIE PÍSM NA CINTORÍNE znak - 9€  
OBNOVA PÍSM - zlatá, strieborná, čierna farba znak - 0,80€  
do 48 hodín

[stoneco@centrum.sk](mailto:stoneco@centrum.sk)  
0940 705 434

## BRIKETY - PELETY EKOHRÁŠOK - PALIVOVÉ DREVO ŠKÁROVKY A STUPNICE NA SCHODY

AUTODOPRAVA NAJNIŽŠIE CENY S HYDRAULICKOU RUKOU ALEBO ČELOM  
0948 153 799 [www.drevoza.sk](http://www.drevoza.sk)

## FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE

FRÉZOVANIE od 15€/bm  
- PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASŤÍ KOMÍNOV  
- ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV  
- OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA  
SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL ZĽAVA na materiál 40%  
0948 012 507 • [www.profikominy.sk](http://www.profikominy.sk)

NEREZOVÉ KOMÍNOVÉ VLOŽKY OCELOVÉ DYMOVODY FASÁDNE 3-VRSTVOVÉ KOMÍNY



FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

0948 267 814  
[kominsro@kominsro.sk](mailto:kominsro@kominsro.sk)  
[kominsro.sk](http://kominsro.sk)

Slovenský certifikovaný výrobca nerezových komínov

## KAMENÁRSTVO JANTÁR

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

0908 252 071 Doživotná záruka na prácu  
[www.kamenarstvojantar.sk](http://www.kamenarstvojantar.sk)  
Obhliadka, zameranie a graficky návrh ZDARMA

## KVALITNÉ ČIERNE UHLIE Záruka kvality



0908 944 618  
RAŠELINOVÉ BRIKETY

KANEX s.r.o.  
BOBROV - Obchodná 73  
TRSTENÁ - Oravická 758  
Balené v BIG-BAG (1000 kg)



## KOMINÁRSTVO

- FRÉZOVANIE OBHLIADKY ZDARMA
- VLOŽKOVANIE
- ODDECHTOVANIE
- STAVBY KOMÍNOV

[www.krbyakominy.sk](http://www.krbyakominy.sk) 0904 947 422

**Oplatí sa!**

**TOP**  
PONUKY  
TÝŽDŇA

**MONTTER**

**ZIMNÉ ZÁHRADY  
PERGOLY • ZASKLENIE**

11  
ROČNÉ  
SKUSEBNOSŤ!

**NAKUPUJTE OD VÝROBCU!**

**HLINÍK VO FARBE K MONTÁŽI**

ANTRACIT	7016
HNEDÁ	8003
HNEDÁ	8017
BIELA	9016

OVERENÁ FIRMA

**Drevo**

**LETO SA BLÍŽI!**

**POZOR!**  
na podvodné firmy  
U nás si viete objednať  
zimnú záhradu aj  
**bez ZÁLOHY!**

Akcia sa vzťahuje len na skladové farby RAL.

Montujeme  
po celom Slovensku

**Hliník**

**WWW.MONTTER.SK • 0919 383 881**

**OBJEDNAVKY@MONTTER.SK**



**DOM  
KAVY**

**DOMKAVY.SK  
TRNAVA**

**KAVOVA5**

ZLAVOVÝ KÓD - 5% ZLAVA NA NÁKUP ZO STRÁNKY WWW.DOMKAVY.SK

**NA PODANIE  
SI INZERÁTU  
PÍŠTE NA**

[martinsko@regionpress.sk](mailto:martinsko@regionpress.sk)

**REGION  
PRESS**

**SIMON - Fleisch**

**BRAVČOVÁ  
A HOVÄDZIA  
PORÁŽKA  
V NEMECKU**

**14€ - 20€**

**OBSLUHA UMÝVACEJ**

**LINKY**

**od 13€**

**PODĽA KVALIFIKÁCIE  
Brutto na hodinu**

**20 dní platenej dovolenky  
preplácané sviatky**

**Nemecká pracovná zmluva  
Nemecké sociálne poistenie**

**Vybavíme všetko  
potrebné pre prácu**

**Možnosť turnusov  
Ubytovanie zabezpečené  
Stabilná celoročná práca**

[www.simon-fleisch.de](http://www.simon-fleisch.de) | [job@simon-fleisch.de](mailto:job@simon-fleisch.de)

**+421 944 995 400**

**Kolagén, ktorý si podmaňuje zdravie aj krásu naraz!**

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

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

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

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

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

**AKCIA  
2+1 ZADARMO**

**HOVÄDZÍ  
KOLAGÉN FORTE  
45,90  
EUR  
/1 KS**

**KOLAGÉN  
FORTE 2 V 1  
38,90  
EUR  
/1 KS**

(Akcia platí iba pri nákupe dvoch rovnakých druhov kolagénu.)

užívaní predpísaných dávok dostáva naše telo skrz hovädzí kolagén veľké množstvo aminokyselín potrebných na regeneráciu tkanív. Hovädzí kolagén je pomocníkom pri bolestiach kĺbov, po úrazoch, problémoch s pohybovým aparátom, bolestiach a pri reumatických ťažkostiach.

Rybí kolagén tvorí kolagén typu I, tento druh kolagénu obsahuje podobné množstvo aminokyselín ako hovädzí kolagén a však v menšom množstve. Zdrojom hydrolyzácie kolagénu z rýb sú šupiny a koža. Tento typ kolagénu je bohatý na aminokyselinu „hydroxyprolín“, ktorá je

základným prvkom pokožky, ciev a tkanív. Rybí kolagén má blahodárne účinky v boji proti vráskam, zvyšuje pružnosť a elasticitu pokožky a podporuje antioxidantáciu organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známok starnutia.

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

**MEDIKA  
EXPERT**

**Môžete teraz  
objednať na:**

[www.medikaexpert.sk](http://www.medikaexpert.sk)  
alebo na tel.:

**0904 552 345**

Volajte v pracovné dni:  
**od Pondelka do Piatka,  
od 10:00 do 16:00 hod.**

**Alebo kúpiť  
aj v predajni:**

**Slniečko  
zdravá výživa**

**SLNIEČKO ZDRAVÁ VÝŽIVA**  
Coborího 1, Nitra - OC Polygon

# 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%**



Stannah

**Ahoj, Leto!**  
PONUKA  
**GRIL alebo  
FRITÉZA**

**Aké máte plány na zajtra?  
So spoločnosťou Stannah  
máte nekonečno možností.**

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

Zavolajte zadarmo  
**0800 162 162**

[www.stannah.sk](http://www.stannah.sk)



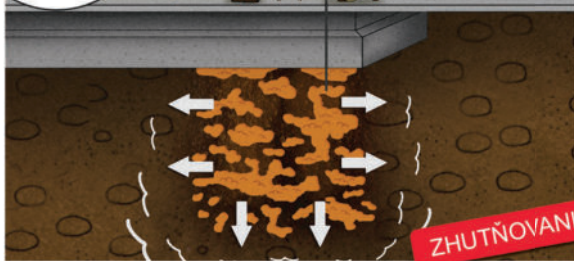
Služby  
**Špičkovej**  
Kvality



Táto ponuka platí pri kúpe schodiskového výťahu Stannah do  
31.8.2024 a nie je platná s inými akciami alebo ponukami.

**TOP INJECT**

**S GARANCIOU**



**ZHUTŇOVANIE**

**ZASTAVENIE SADANIA BUDOV  
SPÄTNÉ ZDVIHNUTIE PODLÁH**

**ČISTO, RÝCHLO a bez BÚRANIA**

stabilizujeme základovú pôdu  
a zastavíme sadanie budov injektážou syntetickej živice



**0918 726 754**

PRACUJEME PO CELOM SLOVENSKU  
**SK.ABAINNOVATOR.COM**

**EKOLOGICKÉ**

**ČISTENIE  
FASÁD**

rodinné  
domy  
**ZĽAVA 50%**

Patentovaná  
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových  
čističov

**BombaFasada**  
[www.BombaFasada.sk](http://www.BombaFasada.sk)

**0905 148 393**

**BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA  
PRIAMO U VÁS DOMA**

**čujte.sk**

**Čítajte nás**

**www.cujte.sk**

