

KOŠICKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 92 130 domácností

ŽALÚZIE a SIETE
JESENNÁ AKCIA -30%
KASKO
 STINÍCÍ TECHNIKA
0905 611 093
 www.eurofal.sk | eurofal@gmail.com
EUROFAL
 bezpečnostné dvere, plastové okná
UMÝVANIE OKIEN
SPOJENÉ S PREMAZANÍM
A NASTAVENÍM OKIEN
 Výmena tesnenia 50% zľava
SERVIS OKIEN

BEZPEČNOSTNÉ DVERE
 Naše **OCELOVÉ DVERE** so **ZÁRUBŇOU, CHRÁNIA-ZATEPLIA-ODHLUČNIA** Váš domov



AKCIA 470€
 kovanie **ZDARMA**
 zameranie **ZDARMA**
 v ponuke aj **INTERIÉROVÉ DVERE**

v ponuke aj **hladké dvere** a odteň **Wenge** **všetky dvere SKLADOM**

odborná montáž s licenciou
technickej služby od polície SR

www.ocelovedvere.sk
 ocelovedvere@ocelovedvere.sk

0917 56 36 12
0911 60 20 40

- Sídliisko Terasa, Sokolovská 5 | Po-Pia: 8⁰⁰-17⁰⁰
- Sídliisko Ťahanovce, Americká trieda | Po-Pia: 9⁰⁰-17⁰⁰

obchodný dom KLAS (bývalá MILA) 1. posch.

Drevsting®
 Domov s čarom dreva

AKCIA -30%

Naše okná ŠETRIA Vaše ENERGIE!

DREVENÉ OKNÁ | DVERE

Južná trieda 78, KOŠICE
0905 489 069
 www.drevsting.sk

JAREK čistí čalúnený nábytok a koberce u Vás doma aj u nás
 www.jarekcistikoberce.sk | **0915 937 226**

OPRAVA ŽALÚZIÍ
NOVÉ ŽALÚZIE
NOVÉ SIETE proti hmyzu

- zameranie • dovoz • montáž

0950 41 41 82
 www.ZaluzieKosice.sk

VRK REALITY +421 915 864 533

PREDAJ RODINNÉHO DOMU

MOŽNÁ AJ VÝMENA ZA BYT V KOŠICIACH + DOPLATOK

Hlavné benefity:
 Kompletné inžinierske siete
 Kvalitné stavebné materiály
Moderné vybavenie:
 Tepelné čerpadlo, rekuperácia, alarm + kamerový systém, podlahové vykurovanie, elektrické žalúzie

Cena domu: 314 900,-€

MODERNÁ NOVOSTAVBA
 Lokalita: Čaňa
 Rovinatý pozemok: 370 m²
 Úžitková plocha: 138m²

Oprava eternitovej strechy do pôvodného stavu



www.flexistav.sk
0950 889 209

NACEVA INTERIÉRY
 VÝROBA NÁBYTKU A PREDAJ NÁBYTKOVÉHO KOVANIA

NÁBYTOK NA MIERU

- ♦ Vstavané skrine
- ♦ Kuchynské linky
- ♦ Šatníkové zostavy
- ♦ Kúpeľňové zostavy

ZAMERANIE u Vás doma ZDARMA
 www.nacevainteriery.sk

Mlynská 5, Košice • 0915 285 700 • 0915 238 700

KLINEX s.r.o.

upratovací servis

- ✓ upratovanie administratívnych budov
- ✓ upratovanie škôl
- ✓ upratovanie obchodných centier
- ✓ upratovanie nebytových priestorov (vchodov)

Upratovanie s citom

0905 970 631
 klinexupratovanie@gmail.com



Oprava zatekajúcich a poškodených striech - fasád

PRÁCE Z LANA
 VÝŠKOVÉ A STAVEBNÉ PRÁCE
 www.zlana.sk

Pílenie, zrez rizikových stromov
 Oprava a montáž zľabov, komínov
 Práce vo výškach všetkého druhu

0911 150 447

Pomníky a náhrobné kamene za výhodné ceny

KAMENÁRSTVO



www.kamenarstvostone.sk

Verejný cintorín Košice: 0902 404 515
Výroba a sklad Byster: 0911 056 056

VELKOOBCHOD
(aj pre verejnosť)

Montáž a oprava rôznych ELEKTRICKÝCH rozvodov
služby ELEKTRIKÁRA **0905 719 086**

KOSENIE, STRIHANIE PLOTOV,
OREZ STROMOV, VYKLČOVANIE POZEMKOV
0911 901 330

Kúpim obrazy, známky, knihy
0907 225 216

ABTEX.sk
PRACOVNÉ ODEVY
Predajňa ABTEX-CERVA Rastislavova 68 Košice

PREDAJ MEDU lesný · agátový · kvetový
OD NAŠICH VČIEL medovicový · slnečnicový
VALALIKY pastovaný · propolis · sviečky
0902 932 900

REKONŠTRUKCIE bytových jadier
STAVBY rodinných domov na kľúč
STRIEKANIE PLECHOVÝCH STRIECH
Zabezpečte si dlhú životnosť a elegantný vzhľad!
vodoinštalácie a elektroinštalácie práce, obklady,
dlažby, omietky, maľby, vinylové a PVC podlahy,
sadrokartónové podhládky a priečky, ploty, oporné múry,
zateplenie rodinných domov, základové platne
0949 707 583

TEPOVANIE
KOBERCOV 3.90 €/m²
→ vyzdvihnem,
→ vytepujem,
→ suché priveziem
Upratovacie a tepovacie práce Lenka
0949 358 540

STOLÁRSTVO
Aj v Maďarsku. **0910179258**

KOMPLEXNÉ REKONŠTRUKCIE
domy | byty | jadrá
0907 268 305 | www.rekonstrukcie-košice.sk

Rekonštrukcie kúpeľní
0910 433 877

DACHMANN
www.dachmann.sk
PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE
DREVENÉ A HLINÍKOVÉ
OKNÁ
SERVIS A OPRAVA OKIEN
- EXTERIÉROVÉ ŽALÚZIE, ROLETY
- PREDAJ PARAPETNÝCH DOSIEK
- ZASKLIEVANIE BALKÓNŮV
- SIETE PROTI HMYZU, ŽALÚZIE
- GARÁŽOVÉ BRÁNY
Kováčska 63, 040 01 Košice, kosice@dachmann.sk
0944 047 008, 0903 634 202

Prenájom a predaj elektrických
polohovacích postelí s dovozom

Info: 0903 841 587

Lubotice · e-mail: epostel@epostel.sk



www.epostel.sk

DASON
dason.sk

... sme s vami v každom počasí.

ŽALÚZIE | MARKÍZY
ROLETY

SIETE PROTI HMYZU

japonské zásteny, rolety látkové,
plissé, vertikálne žalúzie látka, drevo,
strings, žalúzie hliník, bambus, drevo

Vzorková predajňa
Staničná 1, Košice
tel: 0915 479 711
055/729 08 68
dason.ke@dason.sk

Jesenná AKCIA!

Markízy, Pergoly -30%

Vonkajšie žalúzie -38%

Vonkajšie rolety AL -38%

Záručná doba

4 ROKY

Akcia platí

do 11.12.2024

NATRHU
UŽ 26
ROKOV

Po, Ut | 8:30-16:30 • Str | 8:00-17:30 • Št | zatvorené • Pia | 8:30-15:00

služby **TLAČE**
kosicko@regionpress.sk

PÔŽIČKY
od 20 do 80 rokov | do 30 000€
CENTRÁLNA POBOČKA
Fejova 1, Košice
(oproti OD Dargov / pri reštaurácii Stará Sýpka)
INFOLINKA
0918 709 028
ONLINE ŽIADOSŤ
www.bestpozicka.sk
zinc EURO ahoj HOME CREDIT
Nové, lepšie pôžičky

STK Po - Pia: 7.00 - 17.00
JAZERO So: 7.00 - 13.00
STK + EK
BEZ ČAKANIA ZA PRIAZNIVÉ CENY
Objednávky 055-304 57 27
Napájadlá 7 A, Košice
www.stkkosice.sk

AUTOKLÚČE NA VÄČŠINU ÁUT
VÝROBA | SERVIS | KÓDOVANIE
• AUTOKLÚČE, KLASICKÉ KLÚČE
• BEZPEČNOSTNÉ KLÚČE, ZÁMKY
• SYSTÉM GENERÁLNEHO KLÚČA
• PRÍSTUPOVÉ ČIPY
• OPRAVA OBUVI
• BRÚSENIE NOŽOV A NOŽNÍC
2x v KOŠICIACH
DENNE 9:00-20:00
ATRUM OPTIMA aupark
otvárame autá | kódujeme diaľkové | servisujeme kľúče
0918 549 903
www.obuvkluce.sk www.autokluc Kosice.sk

VIANOCE, KTORÉ MILUJETE



OBI č. 1002633



OBI č. 1002641



OBI č. 1002658



VIANOČNÝ STROMČEK

Symetrický rast, rovný kmeň. Obľúbená jedľa, nepichá, dlho vydrží, ideálna vianočná ozdoba.

O jednotlivých cenách a dostupnosti rezaných stromčekov sa prosím informujte vo vašej predajni OBI.

VIANOČNÝ STROMČEK ZA SKVELÚ CENU!



3,49 ks

VIANOČNÁ HVIEZDA (POINSETTIA)

Izbový kvet, priemer kvetináča cca 11 cm.
OBI č. 3834546 a i.



8,29 ks

ANJELSKÉ ZVONENIE

Zvonkohra vianočná s anjelmi 130 x 270 mm, zlatá.
OBI č. 4414694



2,99 ks

LED VIANOČNÁ DEKORÁCIA DOMČEK

Z polyresínu. LED diódy s teplým bielym svetlom, do interiéru - na postavenie. Napájanie na 2x LR44 batérie (nie sú súčasťou). Rôzne druhy. OBI č. 2464840



Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

Platí od 22. 11. do 5. 12. 2024 alebo do vypredania zásob.



OBI®

DOKÁŽETE ČOKOLVEK

PRIJMEME vodičov

na traktory + vodičov skupiny C
za účelom zemetania
a polievania ciest **v Košiciach**

Práca vhodná aj pre dôchodcov a invalidov
Bližšie info: **0905 449 843**

**Občianska
riadková
inzercia****01 AUTO-MOTO / predaj****02 AUTO-MOTO / iné**

» Kúpim starý traktor aj
pokazený 0905 675 749

08 STAVBA

» Kúpim hakí lešenie
0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ**10 ZÁHRADA A ZVERINEC****11 HOBBY A ŠPORT****12 DEŤOM****13 RÔZNE / predaj****14 RÔZNE / iné****15 HĽADÁM PRÁCU****16 ZOZNAMKA**

» 53 ročný muž hľadá ženu
diskrétnu t.č. 0911 240 989

**Chcete si podať
inzerát?**

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

Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

Bezplatný týždenník**KOŠICKO**

EV 6210/24

vydáva spoločnosť

REGIONPRESS

so sídlom Pekárska 7489/40A,

917 01 Trnava, IČO: 36252417.

Ročník I, Vydanie 30, týždeň 47/2024.

Redakcia:

Némcovej 30

KOŠICE

kosicko@regionpress.sk

INZERCIA

Ing. Renáta Sakslová **0907 779 017**
Mgr. Monika Nigutová **0907 779 011**

www.regionpress.sk

www.facebook.com/regionpress.sk



Vychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (92.130 domácností)

Každý týždeň:

Košice I, Džungľa, Košice I, Sever, Košice I, Sídlisko Ťahanovce, Košice I, Staré Mesto, Košice I, Ťahanovce, Košice II, Myslava, Košice II, Peres, Košice II, Sídlisko KVP, Košice II, Saca, Košice II, Západ, Košice III, Dargovských hrdinov, Košice III, Košická Nová Ves, Košice IV, Barca, Košice IV, Juh, Košice IV, Nad Jazerom, Košice IV, Vyšné Opátske

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.

HĽADÁME VODIČOV**ZIMNEJ ÚDRŽBY KOMUNIKÁCIÍ****V KOŠICIACH****KOSIT****Hrubá mzda:**

od 1.000 €

Zamestnanecké benefity:

- práca s možnosťou získania trvalého pracovného pomeru po zimnom období;
- adekvátne ohodnotenie, ktoré je dohodnuté individuálne na pohovore (na základe praxe, skúseností a referencií);
- moderné vozidlá, pravidelná obnova vozového parku;
- mesačné odmeny navyše na základe výkonov;
- kvalitné pracovné oblečenie vrátane servisu a prania;
- preplácanie preškoľovacích kurzov.

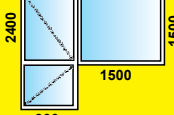
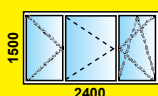
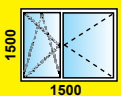
Miesto výkonu práce:

Košice a Košice okolie

Požiadavky:

vodičský preukaz skupiny
C, B

KOSIT a.s. | www.kosit.sk | Kontakt: personalne@kosit.sk | +421 917 505 369

PLASTOVÉ OKNÁ**DÔCHODCOVIA**

a ZŤP **ZĽAVY do 35%**

Zlava sa vypočíta podľa odberu a množstva, uplatnenie zľavy je potrebné nahlásiť vopred pri zameraní technikovi

SAMOplus

www.samoplus.sk

SKLADNÁ 1 / ČAŇA

1. POSCHODIE, STARÉ NÁKUPNÉ STREDISKO NAD TESCOM

0919 204 754

samoplussro@gmail.com

ŽALÚZIE

**SIETE PROTI HMYZU,
SERVIS, MONTÁŽ,
DODANIE, OPRAVA**

Dôchodcovia a ZŤP

ZĽAVY do 35%

Zlava sa vypočíta podľa odberu a množstva, uplatnenie zľavy je potrebné nahlásiť vopred pri zameraní technikovi

0919 204 754

samoplussro@gmail.com

www.samoplus.sk

ako získať prvé miesto vo vyhľadávaní?

**MY**

**VÁS tam
dostaneme!**

kosicko@regionpress.sk

RichSport**SELVO**
PREDAJ - SERVIS

Doporučuje
Jirka Krampol



**Elektro Seniorské
a invalidné vozíky**
Pohyb v každom veku

www.richsport.sk

**Ideálny darček
pre Vášho SENIORA**

11 modelov v ponuke

Načo TAXI,
načo MHD,
SELVO Vás
všade dovezie.

KE, Osloboditeľov 42, Košice - Barca

0907 933 499**Oplatísa.sk**

ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE!



BLACK WEEK V LIDL

VIAC AKO
750 PRODUKTOV
SO ZĽAVAMI AŽ DO

70%

OD PONDELKA 25. 11. DO NEDELE 1. 12.
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

1+1 ZADARMO

3.99**

2.00* (1 kg = 257)

Bravčové párky
750 g

*Cena za kus pri kúpe 2 kusov = 2,00 €.
**Cena za kus pri kúpe 1 kusa = 3,99 €.
Cena za 2 kusy = 1,99 €.

**83%
PODIEL
MASA**



**44%
ZĽAVA**

~~4.49~~

2.49

Pomaranče
2 kg balenie

1 kg iba
1.25



**49%
ZĽAVA**

~~2.97~~

1.49

Guľatozrná ryža
1 kg
lúpaná



**59%
ZĽAVA**

~~2.46~~

0.99 (1 kg = 1,98)

Paradajky slivkové
500 g balenie



Lidl
STANOK
HENKE CESTITVE

**47%
ZĽAVA**

~~1.89~~

0.99 (1l = 0,99)

**Sprite/Coca-Cola
Zero/Fanta/
Coca-Cola**
2l
+ záloh za obal 0,15 €



**23%
ZĽAVA**

~~5.10~~

3.89

**Mleté bravčové
mäso XXL**
1 kg balenie
z plečka
30 % tuku



**44%
ZĽAVA**

~~7.49~~

4.19 (1l = 5,59)

Hubert de Luxe
0,75 l
doux/rosé



**24%
ZĽAVA**

~~6.05~~

4.99

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



*Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

Ponuka tovaru platí od 25. 11. do 1. 12. 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

Táto bylinková masť vás raz a navždy zbaví bolesti!

Česká bylinková masť obsadila prvé miesto na švajčiarskom veľtrhu „Zdravie v prírode 2022“. Tento výnimočný recept – objavený po 100 rokoch! – zbaví vás najnepríjemnejších bolestí kolien, zápästí a chrbta. Aj keď roky bojujete s bolesťami a žiadne prášky ani mastičky vám natrvalo nepomohli.

Rok 1922. Jan Nosek býva na chate v Novohradských horách. Venuje sa vareniu piva a bylinkárstvu. Dokáže liečiť aj zvieratá. Miestni obyvatelia majú najväčší záujem o jeho prvé povolanie. **Noskovo pivo je také obľúbené, že jeho tvorcu prezývajú „Nosek pivárnik“.** Menej obľúbené sú bylinné zmesi, ktoré pripravuje pri bolestiach hlavy a tráviacich ťažkostiach.

Jan Nosek vedie do 2. septembra 1922 pokojný život. Podrobne to opísal vo svojom denníku:

„Vyšiel som zbierať bylinky. Bol už súmrak. Zrazu som počul krik prichádzajúci z hôr. Muž volal o pomoc. Zhodil som všetko, čo som nambieral, a išiel som hore. Stúpal som pol hodiny, šmykalo sa. Na svahu ležal starý muž s dlhou sivou bradou, z nohy mu trčala kosť, zlomenina bola otvorená. Niečo hovoril, no ja som mu nerozumel ani slovo. Jazyk bol pre mňa neznámy. Nevedel chodiť, tak som si ho dal na chrbát a nejakú sme sa dostali dole, hoci to trvalo pár hodín. Liečim zvieratá, nie ľudí, ale túto nohu bolo treba operovať. Veľmi trpel. Nemal som nič na narkózu, tak som mu dal vodku, ale keď som začal operovať, aj tak omdlel od bolesti.

„Po operácii ležal u mňa. Dal som mu svoje bylinky proti bolesti, aby ho menej bolela noha. Nepomohli. Možno boli dobré na opicu alebo miernu bolesť hlavy, ale nie na bolesť po veľkých operáciách. Stále neviem, akým jazykom tento muž hovoril, ničomu som nerozumel. Ale mal so sebou veľa bylín a nejaké poznámky o bylinkách a kresbách.

V týchto horách zrejme zbieral aj bylinky. V znakoch mi ukazoval, čo mám zbierať a aké bylinky. Išiel som to všetko pozbierať a doniesol na chatu. On, krivajúc po chate, to všetko zmiešal s

Jan Nosek, fotografia z roku 1939

10 prírodných rastlinných zložiek dalo začiatok bylinnej masťi, ktorá lieči bolesti kĺbov.



vodou a urobil nejakú mastičku. Hneď si to natrel na nohu a na druhý deň už chodil lepšie. O tri dni neskôr, keď som ráno vstal, bol starý pán preč. Ako poďakovanie mi nechal poznámky o tom, ako vyrobiť túto masť, a zložil si z prsta zlatý pečatný prsteň.“

Jan Nosek vďaka poznámkam, ktoré zanechal tajomný hosť, zbiera 10 bylín a kombinuje ich v správnom pomere. **Vytvára rovnakú bylinnú masť.** Chce to čo najskôr vyskúšať. Ide k najstaršiemu obyvateľovi obce. Jitka Navarová má 91 rokov a dlhé roky nemôže opustiť posteľ pre silné reumatické bolesti. Nosek dáva jej vnúčať bylinkovú masť a nariaďuje im, aby ju každý deň natierali žene na nohy. Presne po 5 dňoch... Za bylinkovú masť mu príde na chatu poďakovať aj samotná Jitka Navarová! O masťi „Noska pivárnik“ už hovorí celá dedina.

Miestny ľudia nazývajú bylinkovú masť zázračnou

„Je to zázrak“ – opakujú, keď neznesiteľná bolesť nôh, chrbta či rúk zmizne do niekoľkých dní. **Jan Nosek sa už nespája s pivom!** Každý si k nemu chodí po bylinkovú masť, ktorá odstráni všetky bolesti. Sláva bylinnej medicíny siaha za hranice Novo-



Radka D. (79 r.), Pardubice

Niečo neskutočné!

„Od dávna ma boleli kolena. Takýchto dní, keď som nemohla vstať z postele, pribúdalo. Moja susedka mi chodila nakupovať. Často som plakala, veď aký život má človek pripútaný na lôžko? Jedného dňa mi susedka priniesla túto bylinkovú masť. Nanišla som si ju na nohy a po chvíli som sa cítila trochu lepšie. A na druhý deň som normálne vstala z postele! Za pár dní som išla nakupovať a trochu sa poprechádzať! Teraz to už neboli, je to naozaj úžasná vec!“

hradských hôr. K Noskovi prichádzajú aj ľudia z ďalekých krajín. Počas 2. svetovej vojny bylinková masť zachránila veľa vojakov zranených na fronte. Na konci vojny Jan Nosek náhle zmizne. Zostáva len prázdna chata. Čo sa stalo s bylinkárom nie je známe. Jeho bylinná medicína bola na dlhé roky zabudnutá.

Spomienka na „Noska pivárnik“ sa vrátila v marci 2022

Turisti cestujúci Novohradským pohorím našli truhlicu s Noskovým denníkom a poznámkami. Darovali ich miestnemu múzeu. O jeho príbeh sa zaujímali novinári (dokonca sa im podarilo získať Noskovu fotografiu, mal ju jeden z dedičanov; pozrite vľavo), historici a prof. Miroslav Vojtík – botanik, naturopat. S pomocou kolegov z univerzity, kde pracuje, znovu vytvoril 100-ročný recept, aby zistil, že... **bylinková masť funguje lepšie ako moderné metódy proti bolesti!** Navyše, prirodzene. Bez škodlivých chemikálií, ktoré ničia obličky, pečeň, pankreas a žalúdok.

Bylinný prípravok prináša viditeľnú úľavu od bolesti už počas prvých 3 minút.

DO 7 DNÍ ÚPLNE ODSTRÁNUJE:

- ✓ Akútnu a chronickú bolesť kĺbov (kolená, lakte, zápästia, členky, bedrá);
- ✓ Zápal;
- ✓ Opuch, aj dlhodobý;
- ✓ Bolesť spôsobenú ťažkými a chronickými ochoreniami (osteoartrída, artróza, reumatizmus, lymfická borelióza, vírusové a bakteriálne infekcie);
- ✓ Bolesť spôsobenú nadváhou, starobou, únavou alebo úrazmi.

Bylinná masť prináša úľavu bolestivým kĺbom, príjemne chladí a podporuje hojenie rán.

Česká bylinná masť sa tento rok umiestnila na prvom mieste na švajčiarskom veľtrhu „Zdravie v prírode 2022“, aj keď je u nás zatiaľ málo známa. Miroslav Vojtík sa rozhodol splniť vôľu Jana Noska zaznamenanú v jeho denníku a sprístupniť bylinkovú masť čo najväčšiemu počtu ľudí bojujúcich s bolesťou.

Našiel farmaceutickú spoločnosť, ktorá sa zhostila tejto úlohy a začal vo veľkom vyrábať bylinné masťi. Podporuje ho množstvo darcov. Uskutočnila sa zbierka, vďaka ktorej bude prvá várka prípravku, 100 balení bylinnej masťi, distribuovaná **ÚPLNE ZADARMO!** Len pre ľudí, ktorí to najviac potrebujú a chcú úľavu od bolesti.

Prirodzená úľava od bolesti

Zavolaním teraz získate balíček bylinkovej masťi **úplne ZADARMO.** Neváhajte zavolať, pretože počet **bezplatných balíčkov je len 100 kusov. Akcia platí do 29.11.2024.** Dôležité je poradie volajúcich.

tel. 031/321 79 09

Pondelok-piatok od 8:00-20:00 a v sobotu a v nedeľu od 9:00-18:00 (Bežný miestny hovor bez ďalších poplatkov)



Popisovaný prípravok nie je liek ani zdravotnícka pomôcka. Neslúži na určenie diagnózy, obnovenie, zlepšenie alebo modifikáciu fyziologických funkcií organizmu prostredníctvom farmakologického, imunologického alebo metabolického účinku. INZERENT: TWT GROUP



SPOLU PRE SLOVENSKO

ZMEŇ SEBA, ZMEŇ SLOVENSKO!

Zapoj sa aj TY do špeciálnej 25-dňovej výzvy za lepšiu životosť v našej krajine



www.spolupreslovensko.sk

Všetko si overte u svojich príbuzných alebo známych Seniori dajte si pozor na podvodníkov

„Osoby vyššieho veku sa môžu stať potenciálnou obeťou trestného činu pre svoju dôverčivosť, dobrosrdečnosť a nepočiteľnosť,“ informuje Okresné riaditeľstvo Policajného zboru v Pezinku a snaží sa opätovne upozorniť na páchanie podvodov a krádeží pod vymyslenými legendami s rôznymi emotívnymi príbehmi, ktorými sa podvodníci snažia získať dôveru seniorov, dostať sa do ich príbytkov, lokalizovať miesto ich úspor a v nepozorovanej chvíli ich od nich podvodne vylákať alebo ich okradnúť o celoživotné úspory.

Podvodníci najčastejšie kontaktujú seniorov telefonicky, predstavujú sa ako ich príbuzní alebo známi - napríklad vnuk, syn... a súrne žiadajú požičať peniaze na rôzne účely - napríklad kúpa auta. Predstavujú sa ako lekári a oznámia seniorom, že ich príbuzný spôsobil vážnu dopravnú nehodu, leží v nemocnici, nemôže komunikovať a súrne potrebuje peniaze na vyplatenie škody, ošetrovanie a neoznámenie prípadu polícii. V niektorých prípadoch sa páchatelia predstavujú v telefóne ako pracovníci elektrární, plynární alebo vodární a pre svoj zámer zneužívajú situáciu pri odpise spotreby elektrickej energie, vody alebo plynu.

Úmyselne volajú viackrát

Pri telefonických podvodoch páchatelia seniorov vždy dôrazne žiadajú, aby nikoho z príbuzných nekontaktovali, s ním túto záležitosť nepreberali a striktné dodržiavali ich pokyny. Úmyselne telefonujú viackrát za sebou, aby seniorom znemožnili preveriť uvádzané skutočnosti a kontaktovať svojich príbuzných alebo iné osoby, ktorým dôverujú. Pre peniaze páchatelia chodia osobne k seniorom alebo ich žiadajú, aby peniaze vložili na účty v banke. Ponúkaný tovar páchatelia prinášajú seniorom priamo do ich príbytkov.

Ponúkajú rôzne služby aj tovar

Podvodníci môžu seniorov kontaktovať aj osobne, priamo v ich príbytkoch s ponukou rôznych služieb - napríklad nákup potravín, kontrola vody, plynu alebo elektriny, rôzne opravy alebo ponukou predaja.

Seniorom a ich rodinným príslušníkom polícia odporúča:

- aby boli obozretní voči neznámym osobám, ktoré ich telefonicky kontaktujú z rôznych príčin a žiadajú od nich peniaze,
- aby si skutočnosti uvádzané v telefonickom rozhovore s neznámou osobou ihneď overili u svojich príbuzných alebo



Ilustračné foto.

zdroj foto congerdesign pixabay

iných osôb, ktorým dôverujú,

- aby nevyberali svoje finančné úspory pre cudzie osoby zo svojich účtov a nedávali peniaze osobám, ktoré nepoznajú,
- aby nevpúšťali cudzie osoby na svoj pozemok, do svojich príbytkov,
- aby v prípadoch, kedy majú podozrenie z podvodného konania, ihneď kontaktovali Policajný zbor na bezplatnom čísle 158.

Komunikujte s príbuznými

Polícia zároveň žiada občanov, aby intenzívne komunikovali so svojimi príbuznými vyššieho veku a upozorňovali ich na nástrahy, ktoré im hrozia v súvislosti s nekalými praktikami podvodníkov, aby sa nestali ich obeťou.

Informácie poskytl Okresné riaditeľstvo Policajného zboru v Pezinku

» [en](#)

Voňavé dobroty, horúce nápoje a pestrý kultúrny program

Vychutnajte si vianočné trhy na Slovensku

Blížia sa Vianoce a k nim už akosi neodmysliteľne patria aj vianočné trhy. Zvyčajne sú čarovné, trblietavé a plné chuti a voní. Ak aj vy patríte k milovníkom vianočných trhov, zažiť ich neopakovateľnú atmosféru môžete v mnohých mestách po celom Slovensku. Prinášame Vám zopár tipov.

TRNAVA

V piatok 29. novembra sa rozsvietením stromčeka oficiálne začne Advent v Trnave. V deň otvorenia adventu čaká na Trnavčanov aj návštevníkov mesta o 17.00 h na pešej zóne nezvyčajný anjelský sprievod, ktorý prejde po Hlavnej ulici a symbolicky prinesie do Trnavy vianočné svetlo. Na čele sprievodu bude slávnostne pochodovať Dychový orchester Brezno, ktorý udá sviatočnej atmosfére rytmus. Zo sprievodu budú

pribudnú aj nové girlandy na Hlavnej ulici a obmotajú stromovú alej. Na Adventných trhoch, ktoré potrvajú do 22. decembra, sa na Trojičnom námestí a Hlavnej ulici rozloží 80 stánkov. Nebudú chýbať horúce dobroty či voňavé nápoje.

Mestská veža s lampášom

Počas adventných utorok sa môžete prihlásiť na rozprávkovú prehliadku Mestskej veže o 17.30 h alebo 19.00 h. Na 143. schode, po otvorení dverí na balkón, sa vám v tme rozžiari celá adventná Trnava. K tomu výhľadu si môžete zahryznúť do čerstvého medovníka a ohriať sa teplým punčom.

Informácie poskytl/a Zaží v Trnave

KOŠICE

Rozprávkové vianočné trhy sľubujú aj v Košiciach. V srdci mesta si na po-



Vianočné trhy v Trnave.

zdroj foto: Zaží v Trnave

trhy potrvajú až do 31. decembra.

Korčuľovanie na ľade v centre

Ak sa vám bude chcieť, môžete si skrášliť deň na ľade. Piruety či otočky v rytme hudby si môžete nacvičovať na klzisku v malebnom prostredí Mestského parku, do ktorého vás uvedie svetelná výzdoba.

Informácie poskytl/a Visit Košice

NITRA

Na Svätoplukovom námestí v Nitre opäť otvárajú tradičné vianočné mestiečko. Jeho slávnostné otvorenie je plánované na prvú adventnú nedeľu, ktorá prípadne na 1. decembra. Program tu v tento deň začne o 17. hodine a jeho súčasťou bude rozsvietenie hviezdy na vrchole vianočného stromčeka. Centrálny vianočný stromček meria 14 metrov a ide

ceptu vianočného mestiečka v kruhu, predajné stánky teda budú rozmiestnené okolo fontány a bude ich celkovo tridsať. V jednom z nich budú predávať nápoje rôzne charitatívne organizácie. Osem stánkov bude na občerstvenie, sedem bude nápojových a trinásť bude predávať predmety a produkty spájané s Vianocami. Posledný stánok bude preberať naspäť vratné poháre.

Informácie poskytl/a Tomáš Holúbek, hovorca Nitry

PIEŠŤANY

Koncepcia vianočných trhov sa v Piešťanoch tento rok nesie v lokálnom a komunitnom štýle. Ich hlavným cieľom je vytvoriť v srdci mesta priestor na priateľské stretnutia naplnené čarovnou atmosférou tohto kúpeľného mesta v čase



Vianočné trhy v Trnave.

zdroj foto: Zaží v Trnave

vyčnievať nadrozmerne bábky – až päťmetrové anjelské postavy „poletujúce“ nad davom, ktoré vyčarujú rozprávkovú atmosféru. Najmenší si do sprievodu môžu priniesť lampáše alebo iné vianočné svetielka.

Nové ozdoby a bohatšia svetelná alej

Vianočný stromček na Trojičnom námestí nemôže počas adventu chýbať. Ihličnatý fešák po rokoch úplne zmení svoju vizáž. Skrášľi ho 170 nových ozdôb. Voňavé konáre mu oživia modré a zlaté gule, 65-centimetrové snehové vločky a na vrchole sa bude vynímať takmer metrový ligotavý špic. Po okrajoch sa budú okolo neho ťahať svetielka, ktoré vytvoria v noci tajomné svetelné šapitó. K svetelnému divadlu v meste

zadí s čarokrásnym vianočným stromčekom užijete slávnostné koncerty, bohatý kultúrny program na pódium pred Immaculatou, čarovný Betlehem a adventný program pri Dolnej bráne, výzdobu v Mestskom parku i zábavné aktivity pre deti. Vianočné trhy prinesú od 1. decembra na Hlavnú ulicu desiatky stánkov s fantastickým občerstvením, vareným punčom i remeselnými výrobkami. Ochutnávať budete môcť sviatočné delikatesy, obdivovať výhľady na rozsvietené mesto z 32 metrov vysokého kolotoča alebo nakupovať originálne darčeky pre svojich blízkych. Zablúdiť môžete aj do okolitých dvorov a na námestia v širšom centre mesta, ktoré ožívajú hudbou, vôňami chutných špeciálov a vianočnými svetlami. Vianočné



Vianočné trhy v Nitre.

autor foto Roman Oravec

o smrek pichlavý, ktorý má približne 35 rokov. Do mesta zide z hradu sprievod svetiel, ktorý sa priamo na námestí pripojí k ďalšiemu programu. Počas celého trvania vianočného mestiečka bude postarané o umelecké zážitky. V pondelky zaznejú koledy, utorky budú rockové, stredy komunitné, štvrtky školské, nasledovať budú párty piatky, zimné soboty a slávnostné nedele. Na všetkých návštevníkov čaká bohatá ponuka vianočných dobrôt, nápojov a darčiek. Novinkou bude vianočné vyhliadkové kolo.

Novinky v predajných stánkoch

Vianočné trhy potrvajú od 29. novembra do 31. decembra, zavreté bude iba priamo na Vianoce, teda od 24. do 26. decembra. V Nitre sa vracajú ku kon-

adventného obdobia. Epicentrom vianočných trhov bude tradične Námestie slobody, avšak očakávanie Vianoc bude zrejme na celej pešej zóne. Návštevníci sa môžu tešiť na svetelnú a vianočnú výzdobu, chýbať nebude vianočný stromček, drevený betlehem, vianočný les či čečinová výzdoba. Otvorenie Vianočných trhov je naplánované na piatok 29. novembra 2024 o 16.00 h, kedy sa po prvýkrát na pešej zóne rozžiari vianočný stromček. V adventnom období sa návštevníci trhov môžu tešiť na koncerty a vystúpenia vždy od piatku do nedele. Vo vianočnom mestiečku budú umiestnené štyri predajné stánky. Vianočné trhy v Piešťanoch potrvajú do 31. decembra.

Informácie poskytl/a Mesto Piešťany

» ren



Vianočné trhy v Košiciach.

zdroj foto Visit Košice

Používanie mobilov v školách bude regulované

Usmernenie o regulácii používania mobilných telefónov, informačné materiály pre školy a rodičov, vzdelávanie pre učiteľov, ako aj návod a ukážka zapracovania nových pravidiel do školského poriadku – to sú nástroje, ktorými chce ministerstvo školstva pomôcť školám a rodičom pri zavádzaní nových pravidiel pri používaní mobilov v školách. Parlamentom schválená novela školského zákona priniesla reguláciu od 1. januára 2025.

„Rozumieme tomu, že schválenie zákona nestačí. Chceme pomôcť školám, aby bezproblémovo zvládli zmenu pravidiel o používaní mobilov, preto vydávame sériu podporných nástrojov. Záleží nám na tom, aby školy vytvárali pre žiakov bezpečné a pokojné prostredie na vyučovanie,“ uviedol minister školstva Tomáš Drucker. Usmernenie pre školy o regulácii používania mobilných telefónov a podobných zariadení odporúča, aby školy zakomponovali pravidlá do školského poriadku a zvolili najvhodnejší spôsob regulácie podľa vlastných potrieb, ako napríklad odkladanie mobilov v skrinkách alebo ich odovzdanie učiteľovi.

Nové pravidlá pre základné školy:

- V 1. až 3. ročníku základnej školy bude platiť úplný zákaz používania mobilných telefónov počas vyučovania, prestávok a

v priestore školy,

- od 4. ročníka (1. až 4. ročníka osemročného vzdelávacieho programu strednej školy) bude mať zákaz výnimkou v prípade, ak to vyžaduje štátny vzdelávací program, alebo o výnimke rozhodne učiteľ pre potreby vzdelávania.

Dokument obsahuje päť možných prístupov k regulácii mobilov, pričom každý má popísané výhody a nevýhody. Vysvetľuje aj výnimky pre zdravotne znevýhodnených žiakov a obsahuje tipy, ako by si školy mali nastaviť digitálne vybavenie s ohľadom na bezpečné používanie technológií.

Školám sa odporúča, aby o pravidlách komunikovali s rodičmi a žiakmi a podporili ich diskusiou o výhodách prostredia bez mobilov, rizikách kyberšikany a o pozitívnom vplyve regulácie na duševné zdravie a sociálne zručnosti žiakov. Dokument taktiež zdôrazňuje dôležitú úlohu rodičov pri podpore týchto pravidiel.

Okrem toho rezort školstva pripravil pre školy a rodičov informačné materiály. Tie vysvetľujú benefity regulácie mobilných telefónov, ako aj samotný zákon.

„V priebehu decembra pribudne na webovej stránke ministerstva školstva návod a ukážka zapracovania nových pravidiel do školského poriadku,“ doplnil rezort školstva.

» ren

Ako si vybrať povolanie?

Žiaci končiaci základnú školu sa práve v týchto dňoch rozhodujú o svojom budúcom povolani, čo je veľmi dôležitá a náročná úloha. Pomocnú ruku v podobe mnohých rád im podávajú aj odborníci z Centra poradenstva a prevencie v Čadci, pričom mladým ľuďom odporúčajú:

„Pri výbere povolania si polož nasledujúcu otázku:“

Aké mám schopnosti a predpoklady?

Schopnosti sú jedným z najdôležitejších kritérií, ktoré musíš vziať do úvahy pri výbere svojho budúceho povolania. Pri rozhodovaní by si mal začať otázkou, akú úroveň kvalifikácie by si chcel dosiahnuť. Pamätaj však na to, že, čím kvalifikovanejšie povolanie si vyberieš, tým náročnejšie a dlhšie štúdium musíš absolvovať. Vodítkom môže byť tvoj školský prospech. Ten môže byť jedným z ukazovateľov tvojej dlhodobej výkonnosti.

Každý človek sa líši nielen svojimi vlastnosťami ale aj schopnosťami. Každý je šikovný v niečom inom. Dano má veľmi dobré manuálne zručnosti, Katka je zase veľmi výrečná a má dar presvedčovať iných. Podobné je to aj pri povolaniach. Každé si vyžaduje iné schopnosti a predpoklady. Jedno povolanie vyžaduje presnosť a vnímanie detailov, iné zase schopnosť komunikovať s ľuďmi. A to je dobre. Teraz už len treba prísť na to, ktoré bude najlepšie zodpovedať tvojim danostiam a predpokladom. Lebo len tak budeš môcť

byť úspešný a spokojný vo svojom budúcom povolaní.

Pracovné predpoklady: sústredenosť, tvorivosť, schopnosť organizovať si prácu, schopnosť učiť sa, samostatnosť, vytrvalosť, precíznosť, špeciálne schopnosti

Osobnostné predpoklady: schopnosť zaobchádzať s ľuďmi, (pedagogickí, sociálni a zdravotní pracovníci...), schopnosť empatie, vcítania sa do pocitov iných ľudí (psychológ, psychiater,...), schopnosť komunikovať a riešiť problémy (advokát, učiteľ, ...), schopnosť pracovať v tíme (režisér, architekt, ...), kultivovaný prejav a vystupovanie (moderátor, predajca,...), schopnosť zaistiť si autoritu a rešpekt (učiteľ, policajt), trpezlivosť (opatrovateľ, vychovávateľ,...), spoľahlivosť (sekretárka, účtovníčka, ...), taktosť a ohľaduplnosť (zdravotná sestra, sociálny pracovník,...), psychická odolnosť (záchrannár, požiarny technik).

Pri rozhodovaní môžeš požiadať o pomoc výchovného poradcu na vašej škole, je to učiteľ, ktorý má na starosti profesionálnu orientáciu žiakov a tiež sa porozpráva s rodičmi, majú oveľa viacej životných skúseností ako ty, poznajú ťa od malička a určite im záleží na tom, aby si bol v živote šťastný.

Zdroj informácií: Centrum poradenstva a prevencie v Čadci / camp.sk

» ren

Zmena životného štýlu je dôležitá

Riziká a možnosti prevencie cukrovky

Pri príležitosti Svetového dňa diabetu, priniesol Úrad verejného zdravotníctva (ÚVZ) SR informácie o tomto chronickom ochorení a jeho vplyve na zdravie ľudí.

Čo je to diabetes?

Diabetes (cukrovka) je chronické ochorenie, ktoré sa vyskytuje buď vtedy, keď pankreas neprodukuje dostatok inzulínu, alebo keď telo nedokáže efektívne využiť inzulín, ktorý produkuje. Inzulín je hormón, ktorý reguluje hladinu glukózy v krvi. Hyperglykémia, nazývaná aj zvýšená hladina glukózy v krvi alebo zvýšená hladina cukru v krvi, je bežným javom nekontrolovaného diabetu a časom vedie k vážnemu poškodeniu mnohých systémov tela, najmä nervov a ciev.

Fakty o diabete:

- Cukrovke 1. typu sa nedá predchádzať.
- Diabetu 2. typu sa často dá predchádzať zdravou stravou, pravidelnou pohybovou aktivitou, udržiavaním normálnej telesnej hmotnosti a vyhýbaním sa užívaniu tabaku.
- Je hlavnou príčinou postihnutia zraku, zlyhania obličiek, infarktu, mŕtvice a amputácie dolných končatín.
- Dá sa liečiť a jeho komplikáciám sa dá

vyhnúť alebo ho oddialiť pravidelným skríningom a liečbou.

- Ľudia s diabetom by mali vyhľadávať pravidelný skríning komplikácií, aby pomohli pri včasnom odhalení. To zahŕňa skríning ochorenia obličiek, pravidelné očné vyšetrenia a hodnotenie nôh.
- Odvykanie od fajčenia znižuje riziko vzniku diabetu 2. typu o 30 - 40 %.

Diabetes 2. typu

„Cukrovka 2. typu ovplyvňuje to, ako vaše telo využíva cukor (glukózu) na energiu. Bráni telu správne využívať inzulín, čo môže viesť k vysokej hladine cukru v krvi, ak sa nelieči. Časom môže spôsobiť vážne poškodenie tela, najmä nervov a ciev. Dá sa jej predchádzať,“ približujú odborníci a dodávajú: „Medzi faktory, ktoré prispievajú k rozvoju diabetu 2. typu, patria nadváha, nedostaččný pohyb a genetika. Včasná diagnóza je dôležitá, aby sa zabránilo najhorším účinkom. Najlepší spôsob, ako včas odhaliť diabetes, je absolvovať pravidelné kontroly a krvné testy u poskytovateľa zdravotnej starostlivosti.“ prízvukujú.

Prízvuky

Viac ako 95 % ľudí s diabetom má ochorenie 2. typu. Vyskytuje sa nielen u dospelých, ale aj u detí. Pri diabete 2.

typu môžu byť príznaky mierne a môže trvať mnoho rokov, kým si ich všimnete. Patria medzi ne: pocit veľkého smädu, potreba močiť častejšie ako zvyčajne, rozmazané videnie, pocit únavy, neúmyselné chudnutie.

Ako mu predísť?

Zmena životného štýlu je najlepší spôsob, ako zabrániť alebo oddialiť nástup cukrovky 2. typu. Ako na to?

- dosiahnuť a udržať si zdravú telesnú hmotnosť,
- zostať pohybovo aktívni aspoň 30 minút každý deň,
- jesť zdravo a vyhýbať sa cukru a nasýteným tukom,
- nefajčiť tabak.

S prevenciou vám pomôžu poradne zdravia

Na každom regionálnom úrade verejného zdravotníctva (RÚVZ) sa nachádzajú poradne zdravia. V rámci prevencie môžete bezplatne navštíviť niektorú z nich. „Poradenstvo pozostáva z vyšetrenia hlavných rizikových faktorov. Ide o meranie krvného tlaku, tepovej frekvencie, biochemické vyšetrenie krvi - odber z prsta, výsledky sú hotové do 10 minút, vyšetrenie cholesterolu, glukózy, meranie telesnej výšky a hmotnosti. V po-



Ilustračné foto.

zdroj foto Engin_Akyurt pixabay

radni u návštevníkov zisťujú aj rodinnú anamnézu - srdcovo-cievne ochorenia často postihujú pokrvných príbuzných, osobnú anamnézu - pri ochoreniach tepien je riziko cievnych príhod zvýšené, či stravovacie zvyklosti a sklon k pravidelnému pohybu.

Informácie, ako sa objednať do poradne zdravia, nájdete na každej stránke príslušného regionálneho úradu verejného zdravotníctva.

Informácie poskytol Odbor podpory zdravia a výchovy k zdraviu ÚVZ SR

» ren

Rodičovský dôchodok sa mení

Sociálna poisťovňa prestane od budúceho roka vyplácať rodičovský dôchodok tým poberateľom dôchodku, ktorým už bol priznaný. Vyplýva to zo schváleného konsolidačného balíka, ktorý schválil parlament a po podpise prezidentom vyšiel v Zbierke zákonov.

S účinnosťou od 1. januára 2025 sa tak mení právna úprava rodičovského dôchodku, ktorá bola zakotvená v zákone o sociálnom poistení. Znamená to, že Sociálna poisťovňa už nebude rozhodovať o rodičovskom dôchodku za rok 2025 a ani za ďalšie roky. Nahradí ho asignácia podielu zaplatenej dane, ktorú Sociálna poisťovňa na základe údajov z Finančného riaditeľstva SR prvýkrát vyplatí v roku 2026 na základe údajov z daňových priznaní za rok 2025.

Rodičovský dôchodok nahradí asignácia z daní

Kompenzáciou rodičovského dôchodku je asignácia podielu zaplatenej dane. Deti budú môcť každému rodičovi, ktorý je poberateľom dôchodku (starobného dôchodku, invalidného dôchodku vyplácaného po dovŕšení dôchodkového veku, výsluhového dôchodku vyplácaného po dovŕšení dôchodkového veku a invalidného výsluhového dôchodku vyplácaného po dovŕšení dôchodkového veku), poukázať podiel zaplatenej dane vo výške 2 % na každého rodiča (napríklad 2 % na

matku a ďalšie 2 % pre otca).

Kedy a ako budú poukazovať asignáciu z daní

Sociálna poisťovňa bude poukazovať podiel zaplatenej dane poberateľom dôchodku na základe oznámenia Finančného riaditeľstva Slovenskej republiky. Podľa novej právnej úpravy Sociálna poisťovňa prvýkrát v roku 2026 poukáže poberateľom dôchodku podiel zaplatenej dane za rok 2025. „Keďže právna úprava rodičovského dôchodku sa od 1. januára 2025 mení, nie je potrebné Sociálnej poisťovni doručovať vyhlásenia na účely nároku na rodičovský dôchodok - nesúhlas s vyplatením rodičovského dôchodku rodičovi, respektíve jeho presmerovanie,“ informuje Sociálna poisťovňa a dodáva, že ak nárok na rodičovský dôchodok vznikol do 31. decembra 2024, Sociálna poisťovňa ho posúdi podľa zákona o sociálnom poistení v znení účinnom do 31. decembra 2024. „To znamená, ak Sociálna poisťovňa prizná poistencovi relevantný dôchodok spätne, spolu s priznaním dôchodku posúdi nárok na rodičovský dôchodok. Napríklad v roku 2025 Sociálna poisťovňa prizná poistencovi starobný dôchodok od roku 2023. Spolu s priznaním starobného dôchodku posúdi nárok na rodičovský dôchodok aj za rok 2023 a 2024,“ objasnila inštitúcia.

» ren

V ohrození života

„Našou najväčšou túžbou je, aby sme v našej provincii a v celej Burkine Faso opäť žili v pokoji a lepšie ako predtým,“ hovorí Bise, ktorá musela s deťmi utekať pred teroristami. Je jednou z viac ako dvoch miliónov Burkinčanov s prívlastkom IDP – vnútorne vysídlených osôb.

Bise pochádza z Pamy na juhovýchode krajiny. „Džihádisti útočia v našej oblasti takmer každý deň, žili sme v strašnom strachu. Vzala som sestrične deti a utiekli sme z nášho rodného mesta, aby mohli pokračovať v škole.“ Pama bola pokojným miestom, kde rodiny žili zo svojej pôdy, tešili sa bohatšej úrode a silnej spolupatričnosti. Christophe, ďalší vysídlenec, spomína: „Naša rodina pracovala na vyše desiatich hektároch pôdy, úroda bola výborná a nič nám nechýbalo.“

Džihádisti tu však začali útočiť na civilistov, v prvom rade na kresťanov. Zanechali po sebe množstvo mŕtvych a ranených vrátane starých a detí, pozabíjali pastierov a zmocnili sa množstva hospodárskych zvierat. Kto mohol, utiekol skôr ako sa mesto dostalo pod blokádu teroristov.

Presídľenci žijú v neustále sa zväčšujúcich táboroch a chýbajú im základné životné potreby i zdroje príjmu. Nemajú prostriedky na zaplata-

jedla, liekov, oblečenia, školy. Pomáha im Cirkev. Misionári z Kongregácie bratov misionárov vidieka v spolupráci s nadáciou ACN – Pomoc trpiacej Cirkvi nakupujú potraviny a zabezpečujú vzdelávanie pre deti z 350 vysídlených rodín z Pamy.

Západoafrická krajina Burkina Faso bola príkladom harmonického spolunažívania medzi etnikami a náboženstvami. Moslimovia tvorili asi 64 percent z vyše 22 miliónov obyvateľov, kresťania približne 26 percent. Od roku 2015 sa však sever a východ krajiny stali ohniskami extrémistického násillia. Viac ako 2 milióny Burkinčanov utieklo do miest a spoliehajú sa na ochranu polície a armády. Brutálne útoky pokračujú a strach pred džihádistami ovládol dve tretiny krajiny.

www.acnslovensko.sk



» acn
zdroj foto ACN

S	5	3			4	7				
		4	7	6	2					
U				1		3				
D	9									
			2					6	1	
O	6	1								4
K		5	6					9	7	
U	1	9					3			
							1	4		

S		2							9	
		4			9	7		1	8	
U	1				2		4			
D			6		4	5				
				1						
O										
K	8			5			6	7		
U									9	
		9	4	6	8					2

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

Nakúpte výhodne
vo vybraných E-shopoch

Využite kód:

OPLATISA

Pre získanie zľavy zadajte kód **OPLATISA** do poľa pre zľavový kupón v nákupnom košíku e-shopu.

decoreum

109,00 EUR **98,10 EUR**



PÍSAČÍ STŮL SO ZÁSUVKOU A DVĚMI POLICAMI

-10%

decoreum

85,50 EUR ~~95,00 EUR~~



VIANOČNÝ STROMČEK PE ŠKANDINÁVSKÝ SMREK

-10%

decoreum

49,00 EUR **44,10 EUR**



KRESLO VEIRA ČALUNENÉ HORČICOVÝM ZAMATOM

-10%

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TYŽDŇA

MONTER

ZIMNÉ ZÁHRADY PERGOLY ZASKLENIE

ROČNÉ
11
SKÚŠENOSTÍ

Hliník

Drevo

Kvalita ktorú si môžete dovoliť!

ZĽAVY AŽ DO **42%** AKCIA PLATÍ DO 24.12.2024

0919 365 022 • www.MONTER.sk

MONTÁŽ
po celom Slovensku

OBJEDNAVKY@MONTER.SK



tvorba www | e commerce | google reklama | facebook reklama | www.regionpress.sk

PONUKA letáky | vizitky | plagáty | etikety | katalógy | kalendáre | spravodaje | časopisy

TLAČE



www.regionpress.sk

REGION
PRESS

Oplatí sa.sk

NAJLEPŠIE PONUKY



112,00€

Chloé Love Story
Parfumovaná voda 75 ml

Demro.sk



229,00€

Pánske hodinky police
polych pewjk0006204

ZlatnictvoLion.sk



1.199,00€

Americká chladnička Haier
HFW7720ENMB

ZlavneneSpotrebice.sk



179,00€

Elektrické autíčko Jamara
Jeep Willys MB Army 12 V

Lidl.sk



13,90€

Musetti zrnková káva
Decaf - bezkofeinová 500g

Domkavy.sk



19,50€
~~21,50€~~

3D nástenné hodiny
WELLHOX BAST čierne

Wellhox



53,99€

Akumulátorový plotostrih
HECHT 6020

trtechnic.sk



369,00€

Kärcher - K 4 Power
Control Car and Home

karcher-store-karimtech.sk

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%**



Vianočná ponuka

**Darček v
hodnote až
do 200,- €***

Ponuka

Váš domov, vaša sloboda

Spoločnosť Stannah má ideálne riešenie, s ktorým sa dostanete do každej časti svojho domu. Naše stoličkové výťahy ponúkajú bezpečie a istotu. Spoločnosť Stannah zmenila životy 99 % našich klientov. Zverte nám návrat pohodlia do vášho domova.

Zavolajte nám už dnes a získajte
bezplatnú cenovú ponuku.

0800 162 162

Zavolajte zadarmo | www.stannah.sk

Stannah Vám zmení život.

*Táto ponuka platí pri kúpe schodiskového výťahu Stannah do 31.12.2024 a nie je platná s inými akciami alebo ponukami.

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

Kúpim porožie

Zhody, trofeje i celé poľovnícke zbierky.

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

Výkup mincí do roku 1945

Celá SR

0940 723 073
trofejeeu@gmail.com

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podpilovanie muriva
- chemická injektáž

ZĽAVY 20%

STOP
vlhkým múrom

0918 671 541

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

POKRÝVAČ- TESÁR

-10% Z CENY PRÁCE DO 31.12.2024

RENOVÁCIA STRIECH, RENOVÁCIA GARÁŽÍ, ZATEPLENIE, OPRAVA A RENOVÁCIA ŽLABOV KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

Kontakt: Janek - 0919 495 628

!!! POZOR OD 1.1.2025 ZDRAŽUJEME, POSLEDNÁ ŠANCA VYUŽIŤ VÝHODNÉ CENY !!!

ECO Energy www.ecoenergy.sk
energetické poradenstvo info@ecoenergy.sk

VOLAJTE: 0909 131 131

Fotovoltaická elektráreň 4550 Wp

- základná zostava 10 panelov o výkone 4550Wp
- inštalovaný výkon 4550Wp
- návratnosť 4-5 rokov
- 25 rokov záruka
- inštalácia na kľúč
- kvalitné produkty

Zaplatíte len 360€

POZOR!!! PO REALIZÁCIÍ PLATÍTE IBA 10% Z CELKOVEJ CENY

300L Bojler 3ks
Solárna zostava
Zaplatíte IBA **400€**

10kw Menič 15ks
Fotovoltaická zostava
Zaplatíte IBA **580€**

Dotácia až do 90% nákladov

*ak objednáte do 31.12.2024 cena platí aj v roku 2025

V rámci tohto projektu domácnosti s nízkym príjmom budú môcť požiadať o podporu až do výšky 90 % oprávnených nákladov.

Tepelné čerpadlo Galmet Prima

- s našim tepelným čerpadlom zabudnete na uhlie a drevo
- užite si komfort, pohodlie a teplo domova bez námahy
- dostupné verzie 10kw, 12kw, 14kw a 16kw
- vhodné aj pre radiátory
- pracuje aj pri teplote -25°C
- 10kw verzia vykúri 200m²

Zaplatíte len 3990€

Možnosť kúpy aj na SPLÁTKY