

LUČENECKO VEĽKOKRTÍŠSKO-POLTÁRSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 30 860 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Ku kaplnke i gejzíru po novom chodníku

V Národnej prírodnej rezervácii (NPR) Sivá Brada zrealizovali rekonštrukciu dreveného chodníka, ktorý spolu s prísľušenstvom zabezpečí dlhodobú ochranu cenných biotopov a celej NPR Sivá brada.

„Vzhľadom k tomu, že Štátna ochrana prírody SR (ŠOP SR) je dlhodobým správcom pozemkov v NPR Sivá Brada, ktorej súčasťou sú citlivé travinné biotopy, ale aj travertíny závislé na vode je dôležité, aby verejnosti prístupný chodník bol v plnej miere funkčný a nepoškodzoval okolité biotopy, ktoré sú predmetom ochrany,“ informovala ŠOP SR.

Pozornosť púta gejzír aj kaplnka

V NPR Sivá Brada sa pozornosť návštevníkov tradične sústreďuje na gejzír - výver vrtu z 50. tých rokov minulého storočia a kaplnku, ku ktorej po svahu odvrátenom od parkoviska vedie krížová cesta v rámci takzvaného Spišského Jeruzalema. „Vyznačený turistický chodník viedol málo atraktívnym a nezaujímavým okrajom územia preto sa v území voľne pohybovali návštevníci v chránenom území so 4. stupňom ochrany. Prechodom po krehkých travertínových sintroch pod vývermi prameňov a gejzíra sa sintre poškodzovali a zároveň bola poškodzovaná vzácna halofytná vegetácia viazaná na podmáčané travertíny. Pohybom na suchých častiach svahu travertínovej kopy vznikala erózia a následne boli poškodzované vzácne xerothermné spoločenstvá, charakteristické pre travertínové

lokality v okolí Spišského Podhradia,“ priblížila ŠOP SR.

Chodník aj zábradlie

Obnovou chodníka a vybudovaním zábradlia sa obmedzí pohyb návštevníkov mimo citlivých plôch travertínov a tak sa zabráni rozširovaniu erózie. „Cieľom je usmerniť návštevníkov pri pohybe po povrchu kopy tak, aby boli dovedení k najzaujímavejším miestam a vyhli sa plochám s najcennejšími biotopmi v území. Zábradlie je zároveň dostatočne dimenzované na to, aby poskytlo oporu starším alebo menej zdatným návštevníkom pri pohybe na vlhkom alebo strmšom teréne. Na rovných častiach v okolí kaplnky nie je pohyb usmerňovaný, je tam možnosť voľného pohybu, návštevníci budú usmernení len turistickou značkou a značkou náučného chodníka, ktoré budú do týchto častí chráneného územia presmerované a dôjde tak k prepojeniu s trasou krížovej cesty,“ objasnila ŠOP SR.

Informácie poskytol Odbor komunikácie a propagácie ŠOP SR



» **ren**
zdroj foto: ŠOP SR

Cukráreň Molnár
Po – So: 7.00 – 18.00
Ne: 9.00 – 18.00

Objednávky na Vianočné sviatky prijímame do stredy 18. 12. 2024.
Výdaj v pondelok 23. 12. 2024.

047/433 4777, 0905 198 723
LUČENEC, Karmána 12/20
www.kolac.sk

Cafe & Wellness Molnár

Wellness: 15.00 – 21.00
St – Ne: do 22.00

Sauny, vírivky, soľná jaskyňa

0911 220 979
LUČENEC, Jokáiho 1274/2a
www.wellnessmolnar.sk

ADAM KRŤKO

- čistenie kanalizácie,
- lapačov tukov
- kamerovanie lokalizácia potrubia

NONSTOP 0948 948 606

VÝKUP KOŽÍ
a PREDAJ KRMÍV

PREDAJ MLÁDOK DOMINANT
od 3.3. 2025

Viac info **str. 2**

NÁBYTOK VAMARK AKCIA

Haličská cesta 71, Lučenec (býv. Hypernova)
0918 948 190

KURZ SBS
LEN U NÁS ONLINE aj PREZENČNE

Cez Úrad práce pre všetkých ZDARMA

Kontakt:
kurzysbs@sabb.sk
0911 514 328

SLOVEXPRES 33ROKOV
AUTOSLUŽBY **sme tu pre vás**

Peter Kucej • Nejedlého 17, Lučenec • www.slovexpres.sk

PRÍJEM OPRÁV 0918 892 002

AKCIA NA PNEU

nokian TYRES

3+1 ZDARMA

Predpredaj zimných pneumatík

Sailun 215/65 R16C	69,00 €
Radar 165/70 R14	42,50 €
Radar 185/60 R14	48,30 €
Nokian 195/65 R15	66,40 €
Nokian 195/50 R16	45,00 €
Nokian 205/55 R16	78,80 €
Nokian 215/60 R16	113,00 €
Nokian 205/50 R17	115,00 €
Leao 215/55 R17	59,00 €
Radar 225/45 R17	67,80 €
Fortune 225/45 R17	52,50 €
Fortune 225/50 R17	62,60 €
Radar 225/50 R17	87,00 €
Nokian 225/50 R17	110,00 €
Kumho 225/45 R18	84,00 €
Hankook 235/45 R18	96,00 €
Radar 235/55 R18	102,00 €
Nexen 255/35 R19	73,00 €

PREDAJ NA SPLÁTKY HOME CREDIT

Nakúp za 50 € a dostaneš KUPÓN -16 €

AUTOSÚČIASTKY AUTOSERVIS UMYVÁRKA
0907 870 299 0911 870 299 0915 834 386

čujte.sk
Čítajte nás:

www.cujte.sk

KOVOVÝROBA

- ploty a brány
- prístrešky na autá
- prekrytie terás /striešky
- výroba schodov a zábradlia
- ocel'ové konštrukcie / haly
- aj certifikované konštrukcie

OCEĽ - NEREZ - HLINÍK
Tel.: 0910 171 103

PROFIDEMONT

- REALIZÁCIA HRUBEJ STAVBY
- ZÁKLADOVÉ DOSKY

www.profidemont.sk 0919 175 335

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%
- chemická injektáž
- 100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

NEODTEKÁ !!!

KRTKOVANIE - MONITORING KANALIZÁCIE
LIKVIDÁCIA AZBESTU!!!

www.profidemont.sk 0919 175 335

Bezplatný týždenník

LUČENCKO
VELKOKRTIŠSKO-POLTÁRSKO

EV 6218/24

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

Ročník I, Vydanie 31, týždeň 48/2024.

Redakcia:

lucencko@regionpress.sk

INZERCIA

Miriám Hašková 0905 915 039
Mgr. Tomáš Truben 0907 727 204

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



Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (30860 domácností)

párny týždeň:
Lučenec, Malá Ves, Opatová, Boľkovec, Divín, Dobroč, Filákovce, Lovinobaňa, Mýtina, Panické Dravce, Ružina, Tomášovce, Vidiná, Poltár, Málinec, Veľký Kríť, Bušince, Dolná Strehová, Malý Kríť, Modrý Kameň, Pôtor, Sklabiňa, Želovce
nepárny týždeň:
Lučenec, Malá Ves, Opatová, Boľkovec, Filákovce, Halič, Panické Dravce, Rapovce, Veľká nad Ipľom, Vidiná, Poltár, Cinobaňa, Hrnčiariska Ves, Hrnčiarске Zalužany, Kalinovo, Kokava nad Rimavicou, Málinec, Veľký Kríť, Kalinovo, Kokava nad Rimavicou



Vydavateľ 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	34.320	Dunajskostredsko
GA	34.390	Galantsko+Šaliansko
HC	30.330	Hlohovecko+Sereďsko
KM	16.450	Komárňansko
LV	30.580	Levicko
MA	29.680	Malacko
NR	54.170	Nitriansko
NZ	35.050	Novozámocko
PK	22.970	Pezinskó
PN	41.870	Piešťansko+NM+MY
SC	35.420	Senecko
SE	36.750	Senicko+Skalicko
TD	41.930	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59.870	Trenčiansko+DCA+HL
TT	49.930	Tmavsko
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+VJK+PT
MT	38.570	Martinskó+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	Zlarsko+ZC+BS
ZA	50.780	Žilinskó+BY

Východné Slovensko

BE	37.210	Bardejovsko+SK+SP
GJ	30.830	Gemersko = RV+RS+RA
HU	27.190	Humensko=VT+SV+ML
KE	92.130	Košicko
KS	24.900	Košicko okolie
SL	12.940	Ľubovniansko
MI	31.260	Michalovsko+TV+SO
PP	41.520	Popradsko+HK
PO	49.940	Prešovsko+SB
SN	32.540	Špišsko+LE+GL

Ako si vybrať strednú školu?

Zvoliť si tú správnu strednú školu nie je vôbec ľahké a pritom ide o jeden z najdôležitejších milníkov v živote. Nezabúdajme tiež, že zväziť treba viacero faktorov.

„Vyber si takú školu, aby si v budúcnosti pracoval tam, kde ňa to bude baviť,“ radia odborníci z Centra poradenstva a prevencie v Čadci a ponúkajú budúcim stredoškólakom nasledovné užitočné rady:

Pri výbere povolania si polož nasledujúce otázky:

Aké mám schopnosti a predpoklady? Čo ma baví? Aký som osobnostný typ? Čo hovorí realita?

Odpovedz si aj na otázky:

Aký mám vzťah k učeníu? Som študijný typ? Ako mi ide učenie? Aké mám známky? Robím radšej niečo praktické alebo mám radšej knihy a vedomosti? Akú úroveň kvalifikácie chcem dosiahnuť? Ako ma vidia učelia a rodičia? Čo mi povedal psychológ na konzultácii počas DVP? Ako dlho sa budem pripravovať na povolanie? Mám šancu dostať sa na školu? Bude ma škola baviť? Má škola perspektívu? Mám šancu zvládnuť štúdium? Ktoré sú profilové predmety? Nemám s nimi problémy? Bude štúdium finančne náročné? Mám šance sa po škole uplatniť? Chcem ísť po skončení strednej školy na vysokú školu?

Rozhoduj sa za seba:

Niekedy sa stáva, že nerozlučné kama-

rátka sa rozhodnú ísť na tú istú školu. Neškôr jedna z nich zistí, že ju škola nebaví a štúdium zvláda s veľkými ťažkosťami. Treba si uvedomiť, že to, čo sa páči tvojim kamarátom a spolužiakom, nemusí byť vhodné pre teba.

Výhody štúdia v mieste bydliska:

- najväčšou výhodou sú nižšie finančné náklady na štúdium, nie sú poplatky za internát, celodennú stravu
- máš istotu svojho rodinného zázemia
- nemusíš sa prispôbovať toľkým zmenám, máš stabilný okruh priateľov, známych a prostredia
- môžeš venovať štúdiu toľko času, koľko potrebuješ a na tom mieste, ktoré ti vyhovuje
- odbornú prax môžeš vykonávať v mieste svojho bydliska alebo v jeho okolí

Výhody štúdia mimo bydliska:

- máš možnosť oveľa väčšieho výberu škôl a študijných odborov ako doma
- internát býva väčšinou blízko školy, takže nemusíš denne cestovať
- máš možnosť naučiť sa väčšej samostatnosti a zodpovednosti za seba
- získaš nové skúsenosti, nové obzory, nových priateľov

Najviac informácií o škole budúci stredoškólaci získajú, keď ju osobne navštívia.
Zdroj informácií: Centrum poradenstva a prevencie v Čadci / camp.sk

Nakúpte výhodne vo vybraných E-shopoch

decorem.sk

109€ 98,10€

PÍSAČÍ STŮL SO ZÁSUVKOU A DVOMI POLICAMI

-10%

decorem.sk

95€ 85,50€

VIANOČNÝ STROMČEK PE ŠKANDINÁVSKY SMREK

-10%

Využite kód: OPLATISA10

Pre získanie zľavy zadajte kód OPLATISA10 do poľa pre zľavový kupón v nákupnom košíku e-shopu.

» ren

VÝKUP KOŽÍ 0,80€ za kus

Aktuálne ceny na www.slovakiaskins.sk a PREDAJ KRMÍV

Kože vykupujeme vysušené, bez hláv a nožičiek. Cena koží sa môže meniť.

Výkup sa opakuje každé 3 týždne

PREDAJ MLÁDOK DOMINANT od 3.3. 2025

králik s liečivom, nosnice, brojlery a kačice, bažant, ovce, kozy, ošípané, husi, morky, psy

vždy v ŠTVRTOK v týchto termínoch: 19.12. 2024, 9.1., 30.1., 20.2., 13.3. 2025

Podkriváň	9,00 hod.	Veľká Ves	12,40 hod.
Mýtina	9,25 hod.	Kalinovo	13,00 hod.
Dobroč	9,50 hod.	Breznička	13,15 hod.
Kotmanová-CBA	10,05 hod.	Poltár-Zelené-host.	13,40 hod.
Divín	10,20 hod.	Hrnčiar. Ves-pošta	14,20 hod.
Tuhár-host. Eva	10,50 hod.	Hrn. Zalužany-pošta	14,40 hod.
Ružina-kostol	11,05 hod.	Vidiná-Coop	15,00 hod.
Lovinobaňa	11,20 hod.	Tomášovce	15,20 hod.
Cinobaňa	11,40 hod.	Halič-CBA	15,40 hod.
Točnica-zvonica	12,05 hod.		
Podrečany-kostol	12,20 hod.		

>> Auto bude stáť na stanovišti alebo pred Obecným úradom 10 minút <<

VOLAJTE 0907 893 351 • 0907 684 441 0915 252 372 • 0905 345 352

www.slovakiaskins.sk

Slovakia Skins s.r.o. • 913 24 Svinná 466

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

INZERCIA 0905 915 039

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

» ČZ 150 125 JAWA PERAK MARNET 90 JAWA 90 KUPIM DIELY NA TIETO MOTORKY PRIPADNE NEKOMPLETNE A UPRAVENE MOTORKY SOM ZBERATEL 0915 215 406

» Predám 4ks zim. pneu.Michelin Alpin5,205/60,R16,5roč.dezén 7mm.č.t.0918120042.

» KUPIM NAHRADNE DIELY NA STARE AUTA-SKODA,FIATRA,AERO,LADA,TRABANT,FIATATD.0907687634

08 STAVBA

» Kúpim haki lešenie. tel: 0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

» KÚPIM VZDUCHOVKY,FLOBERTKY,PISTOLE PONUKNITE.0949505827

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare: RPmedzera LC medzera Číslo rubrikymedzera Text inzerátu

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

Riadková inzercia reálna 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 vylúčujeme 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 operátora 02 a 4ka.**

TIP 1: Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať.

TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, LC zameňte za skratku novin, ktorú nájdete v tiráži Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.



KAŽDÝ DEŇ
NÍZKE CENY



BOHATÁ MIKULÁŠKA NÁDIELKA

1 kg iba
1.17

48% ZĽAVA

~~6.73***~~
3.49

Pomaranče
3 kg balenie



AKTIVUJ KUPÓN

2+2 ZADARMO

1.39**
0.70*

Kinder vajíčko
s prekvapením
20 g
rôzne druhy

*Cena za kus pri kúpe 4 kusov = 0,70 €
**Cena za kus pri kúpe 1 kus = 1,39 €
***Cena za kus pri kúpe 2 kusov = 2,78 €
Množstvá súber je 8 kusov na nákup.



2+2 ZADARMO

1.99**
1.00*

Milka Mliečna
čokoláda
87,5/90/100 g
rôzne druhy

*Cena za kus pri kúpe 4 kusov = 1,00 €
**Cena za kus pri kúpe 1 kus = 1,99 €
***Cena za kus pri kúpe 2 kusov = 3,98 €



OD PONDELKA

OD PONDELKA 2. 12. DO NEDELE 8. 12.
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

50% ZĽAVA

~~5.99~~
2.99

Čučoriedky
400 g balenie



LIDL
STANOK
DENNE CERSTVE

36% ZĽAVA

~~1.41~~
0.89

Ľadový šalát
kus



XXL

32% ZĽAVA

~~6.65~~
4.49

Kuracie stehenné
rezne XXL
cena za 1 kg
bez kosti a kože



32% ZĽAVA

~~6.65~~
4.49

Bravčové karé
cena za 1 kg
v celku
bez kosti



***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávateľného produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri porovnaní sa berie do úvahy aj veľkosť balenia a skutočnosť, či ide o rovnaký produkt. Pomôcka tovaru platí od 2. 12. do 8. 12. 2024 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v balení, sk. a množstevných pomôckach ponákaného tovaru. Odber možný v obvyklom rozsahu.

Vedci a hygienici zvýšili bezpečnosť pacientov

Infekcia západonílskym vírusom

Biomedicínske centrum SAV, v. v. i. (BMC SAV) spolu s pracovníkmi 36 regionálnych úradov verejného zdravotníctva SR v rámci prvého celoslovenského monitoringu zachytili západonílsky vírus (West Nile virus) a vírus Usutu v komároch vo viacerých okresoch Slovenska. Vďaka tomu sa podarilo správne diagnostikovať pacientov infikovaných týmito vírusmi a začalo sa testovanie darovanej krvi.

„Najviac pozitívnych komárov sme v prípade oboch spomínaných vírusov zachytili v auguste a v septembri, preto treba rátať s prípadmi ochorenia najmä v tomto období,“ vysvetľuje doktorka Viktória Čabanová z Virologického ústavu BMC SAV, ktorá projekt vedie. „Väčšina infekcií je však bezpríznaková a vážnejšie formy sa vyskytujú len u malého percenta infikovaných,“ dodáva. Vírus Usutu identifikovali vedci a odborní pracovníci regionálnych úradov verejného zdravotníctva v komároch v okresoch Košice, Dunajská Streda, Levice, Svidník, Prievidza, Nové Zámky, Veľký Krtíš, Senica a Humenné a vírus západonílskej horúčky v okresoch Nové Zámky a Košice.

Umožnila to nová metóda

Celoslovenský monitoring spomínaných vírusov v komároch umožnila nová me-

tóda odchyty, ktorá šetrí čas aj financie. Zachytávali sa pri nej sliny komárov na špeciálnych kartách. Na Slovensku a tiež v takom veľkom meradle sa táto metóda využila prvýkrát. „Regionálne úrady verejného zdravotníctva prostredníctvom monitorovania získali informáciu, či sa v ich územnej pôsobnosti vyskytujú komáre infikované danými vírusmi, ktoré môžu ďalej prenášať na ľudí. Následne upozornili lekárov, aby pri diagnostike mysleli aj na tieto ochorenia. Ochorenie spôsobené vírusom Usutu sme u ľudí na Slovensku diagnostikovali po prvý raz v histórii,“ vysvetlila doktorka Tatiana Červeňová, hlavný hygienik SR.

Lepšia diagnostika

Vyšší počet prípadov infekcií západonílskym vírusom na Slovensku automaticky neznamená, že rastie počet nakazených v populácii. „Vieme však, že sú lepšie diagnostikovaní. Tento vírus tu cirkuluje už od 60. rokov minulého storočia, ale lekári potrebujú vedieť, že sa vyskytuje v ich okrese, aby s ním počítali pri výbere diagnostiky,“ vysvetľuje doktorka Čabanová.

Prenos transfúziou

Oba vírusy sa prenášajú transfúziou, a keďže príjemcovia krvi majú oslabenú imunitu, najmä infekcia závažnejším západonílskym vírusom má u nich často horší prie-

beh ako u bežnej populácie. V septembri začala Národná transfúzna služba SR práve na základe údajov z monitoringu testovať krv darcov na prítomnosť západonílskeho vírusu v okrese Nové Zámky. „Testovanie sme následne rozšírili na celý Nitriansky, Trnavský a Bratislavský kraj, hneď ako sme dostali informácie o prvom lokálnom prenose západonílskeho vírusu z komára na človeka v Nitrianskom kraji a v okrese Dunajská Streda. Vďaka monitoringu máme čas na zaobstaranie testov a vieme sa lepšie pripraviť na prenos vírusu z komára na človeka,“ uviedla medicínska riaditeľka Národnej transfúznej služby SR doktorka Jana Rosochová.

Západonílsky vírus - približne 80 percent nakazených má asymptomatický priebeh, väčšina ostatných má príznaky podobné chrípke. Jedno až desať percent infikovaných má vážnejšie príznaky, ktoré môžu pripomínať encefalitídu alebo meningitídu. Problémy postihujú najmä starších ľudí, deti alebo ľudí s poruchou imunity.

Usutu vírus - infekcia je vo väčšine prípadov asymptomatická alebo spojená s miernymi symptómami, napríklad horúčkou. U pacientov s oslabeným imunitným systémom a starších pacientov sa môže zriedka objaviť zápal mozgu alebo zápal



Ilustračné foto.

zdroj foto [WikiImages pixabay](#)

mozgových blán.

Úrad verejného zdravotníctva SR doteraz na Slovensku laboratórne potvrdil osem prípadov ochorenia na západonílsku horúčku (2019, 2022, 2024). V piatich z nich bol potvrdený lokálny prenos na území SR, v ostatných import zo zahraničia. Čo sa týka ochorení spôsobených vírusom Usutu, laboratórne boli v roku 2024 potvrdené dva prípady, pričom prenos sa uskutočnil na území SR.

Informácie poskytli: Biomedicínske centrum SAV, v. v. i., Úrad verejného zdravotníctva SR, regionálne úrady verejného zdravotníctva v SR

» [ren](#)



Spojená škola
Banská Bystrica

www.spojenaskolabb.edupage.org
Školská 7, 974 01 Banská Bystrica



BANSKOBYSŤRICKÝ
SAMOSPRÁVNÝ KRAJ

STREDNÁ ODBORNÁ ŠKOLA AUTOMOBILOVÁ

Študijné odbory: 4 ročné
2493 K autotronik

Učebné odbory: 3 ročné

2487 H 03 puškár

2487 H 01 autoopravár - mechanik

2487 H 03 autoopravár - karosár

2487 H 04 autoopravár - lakovník

Nadstavbové etúdium: 2 ročné

2414 L 01 strojárstvo

3757 L dopravná prevádzka

STREDNÁ ODBORNÁ ŠKOLA ELEKTROTECHNICKÁ

Študijné odbory: 4 ročné

2679 K mechanik - mechatronik

2682 K mechanik počítačových sietí

2697 K mechanik elektrotechnik

- informačných tech.

2697 K mechanik elektrotechnik

- silnoprádová tech.

2697 K mechanik elektrotechnik

- servisný technik pre

elektrospotrebiče

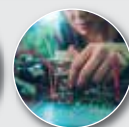
2426 K technik programátor obrábacích

a zvracacích strojov a zariadení

STREDNÁ ODBORNÁ ŠKOLA PODNIKANIA

Študijný odbor: 4 ročné

2840 M biotechnológia a farmakológia



**Získaj vodičské oprávnenie skupiny B a C1
v našej autoškole za zvýhodnených podmienok.**

Ako zvyšovať obranyschopnosť u detí?

Najmä v jesennom a zimnom období, kedy sa respiračné ochorenia hlásia o slovo predsa len častejšie, si mnohí rodičia kladú otázku, ako u svojich detí podporiť či zvyšovať obranyschopnosť. Odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR prinášajú nasledovné rady:

Každodenný pobyt vonku - S deťmi je vhodné chodiť každý deň von, bez ohľadu na počasie, ale v primeranom oblečení. Pravidelné prechádzky vonku prekrvujú sliznice dýchacích ciest, očí a uší, čo podporuje ich funkciu. Slniečne žiarenie ovplyvňuje tvorbu vitamínu D, ktorý je dôležitý pre správne fungovanie imunitného systému.

Pravidelné umývanie rúk - Potrebne je vstúpiť do základov hygieny deťom trpezlivo a neúnavne už od predškolského veku. Umývanie rúk pred jedlom, po použití toalety, po ceste v hromadných dopravných prostriedkoch, pobyte na ihriskách a po príchode domov by sa pre deti malo stať samozrejmosťou. Nevyhnutnosťou je naučiť deti používať vreckovky.

Zdravá strava s vitamínmi - Najväčší význam pre rozvoj imunity majú vitamíny C, D, E a minerál zinok. Detský organizmus oslabuje aj nedostatok nenasýtených mastných kyselín, ktoré si telo nevie vyrobiť. Deťom chýbajú predovšetkým omega 3 kyseliny, ktoré sú obsah-

nuté v rybom tuku, oleji z tresčej pečene či rakytníkovom a chia oleji.

Odpčinok - Odpčinok detské telo výdatne zregeneruje a dodá mu energiu na boj s vírusmi a baktériami. Deti do troch rokov veku by mali ideálne spať 12 hodín denne. Mladšie batolátá (deti do 24 mesiacov veku), ako aj deti slabšie, rýchlo unaviteľné, by okrem nočného spánku mali spať ešte dvakrát denne počas dňa. Staršie batolátá (2-3 r.) spia okrem noci ešte raz denne. U detí školského veku už potrebu spánku dostatočne kryje nočný spánok. Jeho dĺžka by mala byť u detí do 6 rokov veku najmenej 11 hodín denne, u detí mladšieho školského veku (do 12 rokov veku) 10 až 11 hodín spánku, u detí staršieho školského veku a dospievajúcich 9 až 10 hodín spánku. Potreba spánku u detí je vysoko závislá od stupňa vývoja a zrelosti organizmu dieťaťa. Čím je dieťa mladšie, tým sú nároky na dĺžku spánku vyššie. Potreba spánku však vyžaduje veľké individuálne rozdiely.

Ochrana pred pasívnym fajčením - Rôzne ochorenia, ako sú zápal priedušiek, bronchitída, alergia, astma alebo aj zápal ucha, môžu tkvieť aj v pasívnom prijímaní cigaretového dymu. Ten totiž obsahuje toxické látky, ktoré dráždia alebo poškodzujú bunky v tele a znižujú obranyschopnosť.

Informuje ÚVZ SR na sociálnych sieťach » ren

CHROPYNSKA

Robotik Simulant Junior

Platové podmienky: od 1400 - do 1700 Eur/Brutto

Junior elektro projektant

Platové podmienky: od 1300 - do 1600 Eur/Brutto

Junior konštruktér strojných zariadení

Platové podmienky: od 1300 - do 1600 Eur/Brutto

Technológ strojárkej výroby - Junior

Platové podmienky: od 1200 - do 1500 Eur/Brutto

Obrábač kovov:

Sústružník univerzálny: Platové podmienky: od 1200 - do 1500 Eur/Brutto

Horizontkár NC: Platové podmienky: od 1250 - do 1600 Eur/Brutto

Ďalej ponúkame:

- pracovný pomer v perspektívnej medzinárodnej spoločnosti, ktorá je súčasťou Chropynska Group, a.s.
- možnosť osobného rozvoja a ďalšieho odborného rastu
- ročné príspevky zo sociálneho fondu ako napr. na rekreáciu a regeneráciu 165 €, kultúrne podujatia, šport a športové aktivity 135€, na detskú rekreáciu 110 €/ dieťa, pri prvej svadbe 250€, pri narodení dieťaťa 110€ atď.
- príspevok zamestnávateľa do III. piliera DDS
- obеды a večere 1,00€ / porcia

Viac informácií na www.chropynska.sk a tel: 045/520 32 06, 0911 126 536

V prípade záujmu zašlite svoj profesijný životopis na adresu firmy: Dúbravy, Areal PPS 48, 962 12 Detva alebo na e-mail: personalne@chropynska.sk

VIAM dražobná spoločnosť, s.r.o.

VYHLASUJE DOBROVOĽNÚ 2.OPAKOVANÚ DRAŽBU NEHNUTEĽNOSTI

Miesto konania 2.opak. dražby: Radnica - Mestské múzeum Lučenec, Doktora Herza 240/1, 984 01 Lučenec
priebeh dražby overí **Notársky úrad JUDr. Jána Prazňáka, ul. Námestie slobody č. 1735, 066 01 Humenné.**

Dátum a čas konania 2.opak. dražby: 06.decembra 2024 o 10 hod.

Predmet 2.opak. dražby: Bytový dom + pozemky, ul. Maxima Gorkého 18, Lučenec, LV č. 6186, LV č. 11937, k.ú. Lučenec.

Najnižšie podanie: 323.200€ **Minimálne prihodenie:** 1.000€

Výška dražobnej zábezpeky: 10.000€

VIAM - dražobná spoločnosť, s.r.o., so sídlom Tr. SNP č. 39, 040 11 Košice, tel.: 0907 337 779, 0908 896 625

www.viamdrazobnaspolocnost.eu, viamdrazobna@gmail.com

INZERCIA
0905 915 039



4. decembra 1996

Výročia a udalosti

**František Gaulieder bol protiústavne zba-
vený poslaneckého mandátu**

PRIJMEME vodičov

na traktory za účelom zametania
a polievania ciest v Bratislave
Ubytovanie zabezpečené.

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

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 detektormi
Lokálne bezvýkopové opravy

Realizujeme
**STROJOVÉ POTERY
A OMIETKY**

0948 300 988

ŽP EKO DELET
PREDVIANOČNÝ
ČAS
S MIMORIADNYMI
CENAMI

LUČENEC

MALÝ KRŤIŠ

POLTÁR

0911 102 658 0911 570 045 0911 101 376

SOLART

NAJVÝHODNEJŠIE KÚRENIE KLIMATIZÁCIOU
OD 164€ ZA CELÚ ZIMNÚ SEZÓNU

KLIMATIZÁCIE

cena s montážou

od 999€

Až do
vonkajšej teploty

-27°C



štátna
dotácia
-4500€



TEPELNÉ ČERPADLÁ

OBHLIADKA A KONZULTÁCIA **ZDARMA**



0908 450 787



www.solart.sk
solart@solart.sk



SOLART ONE s.r.o.
 Adyho 14, Lučenec

Priatelia mi pomohli, aby som sa cítil lepšie



Martin (35)

„Používateľom zariadenia na nahrievanie tabaku som pol roka a môj prechod z klasických cigariet na nahrievaný tabak ovplyvnili viaceré dôvody. Moja priateľka prestala fajčiť cigarety približne pred dvoma rokmi a napriek jej tolerancii, čo sa týka môjho fajčenia, jej prekážal neustály zápach cigariet. Keďže som však ako aktívny fajčiar nechcel prestať s užívaním nikotínu, hľadal som spôsob, ako to riešiť. Mnoho kamarátov, bývalých fajčiarov, mi preto poradilo prechod na nahrievaný tabak, ktorý teraz užívajú. Po prechode na toto zariadenie sa hneď začali cítiť lepšie, ustúpil im takzvaný fajčiarsky kašeľ, ale zachovali si sociálny aspekt fajčenia a nepocítovali potrebu návratu ku klasickým cigaretám. Pri návšteve predajne, keď som ešte nevedel, či naozaj prejdem na tento produkt, ma potom v prvom rade presvedčilo testovanie oxidu uhoľnatého v dychu fajčiara a všeobecné zdravotné hľadisko.“

Fajčiari, pozor!

Prečítajte si nasledujúce riadky a cigaretu navždy uhaste

Najlepšie je nefajčiť vôbec, ideálne ani nikdy nezačať. To si uvedomuje azda každý fajčiar. Preto ak fajčíte, tak s tým skončujte! Pre tých, ktorí by inak pokračovali vo fajčení, sú určite lepšou voľbou bezdymové alternatívy.

To, že cigarety nie sú tým najlepším životným spoločníkom, si uvedomujú aj fajčiari. Veľmi dobre vedú o rizikách tejto neresti. Väčšina z nich dokonca skúsila s fajčením skončiť, a to opakovane. Či už to bolo kvôli strachu o vlastné zdravie, zlepšeniu kvality života pre seba aj okolie, alebo pre peniaze.

1 Poznáte to? Chceme skončiť s fajčením, ale...

Skončiť s fajčením nie je jednoduché. Pevná vôľa nám vydrží týždeň či pár mesiacov, v mnohých prípadoch sa zlovyk vracia späť. „Na pomoc“ mu príde celý rad výhovoriek a prekážok. Fajčenie cigariet si ospravedľujeme tým, že nám pomáhajú zvládať stresové situácie alebo nepríbrať, a nakoniec začneme zľahčovať vplyvy na naše zdravie. Nemenej osvedčené sú výhovorky, že bez cigariet sa cítime divne medzi priateľmi. Veď je to len jedna cigareta ku káve alebo dve pri pive. Alebo že fajčenie k nám skrátka patrí. A celé to obvykle uzavrie povzdych, že skrátka nemáme dostatočne pevnú vôľu skončiť.

2 Problémy spôsobuje horenie cigarety

Najlepším riešením je s fajčením skončiť úplne. Mnohí fajčiari však potvrdia, že prestať fajčiť zo dňa na deň je pre nich mimoriadne náročné, a to práve kvôli závislosti od nikotínu.

Čo robiť v takom prípade? Vyhladajte odbornú pomoc alebo skúste niektorý z dostupných prostriedkov pre odvykanie od fajčenia, ako sú pastilky alebo náplasti. A ak sa nechcete z akéhokoľvek dôvodu nikotínu vzdať, zvážte prechod na bezdymové alternatívy. Medzi ne patria aj zariadenia na nahrievanie tabaku, e-cigarety alebo nikotínové vrecúška.

Klasická cigareta



Obsahuje nikotín



Vytvára škodlivý cigaretový dym, decht a popol



Tabak sa spaluje



Zanecháva cigaretový zápach na oblečení, vlasoch a pokožke



Produkujú 6 000 chemikálií/100 z nich je klasifikovaných ako škodlivé alebo potenciálne škodlivé

Mýtus o nikotíne, pravda o dechte

Mnoho fajčiarov si myslí, že pôvodcom ochorení spojených s fajčením je nikotín. Ako je to však naozaj? Nikotín a decht sú dve rozdielne veci. Cigarety ľudia fajčia kvôli nikotínu. Ten je síce návykový, nie je však hlavnou príčinou ochorení spojených s fajčením. Skutočným vinníkom, ktorý je zodpovedný za najväčšie škody na zdraví dospelých fajčiarov, je tabakový dym, resp. tabakový decht – zmes chemických látok, ktorá vzniká počas horenia cigarety a obsahuje karcinogénne a toxické látky nebezpečné pre zdravie.

Zariadenia na nahrievanie tabaku alebo e-cigarety



Obsahujú nikotín



Tabak alebo kvapalina sa nahrievajú



Produkujú o 95 % menej škodlivín v porovnaní s cigaretami*



Vytvárajú aerosól



Nezanechávajú cigaretový zápach na pokožke, vo vlasoch a na oblečení

Bezdymové zariadenia nie sú bez rizika. Obsahujú nikotín, ktorý je návykový. Sú určené výhradne pre dospelých fajčiarov, ktorí by inak pokračovali vo fajčení cigariet alebo užívaní iných nikotínových výrobkov. Bezdymové zariadenia nie sú prostriedkom na odvykanie od fajčenia. Najlepším spôsobom, ako znížiť zdravotné riziká spojené s užívaním výrobkov s obsahom tabaku alebo nikotínu, je prestať ich celkom užívať.

* Platí pre bezdymové zariadenie na nahrievanie IQOS. „O 95 % menej“ predstavuje priemerné zníženie hladiny 9 škodlivých chemických látok, ktorých obsah odporúča Svetová zdravotnícka organizácia znížiť v cigaretovom dyme a ktoré nezahŕňujú nikotín. To nevyhnutne nepredstavuje zníženie rizika o 95 %.

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

**VIANOČNÁ
PONUKA
200,-€**

Začínate mať obavy z chodenia po schodoch?

Tisíce ľudí zvažovalo odchod z domu, pretože pri chodení po schodoch doma sa necítili bezpečne alebo mali bolesti. Našťastie sa dozvedeli o spoločnosti Stannah!

Spoločnosť Stannah je lídrom v oblasti stoličkových výťahov, ktorý pomáha ľuďom pohybovať sa slobodnejšie medzi poschodiami a vracia im nezávislosť a pokoj na dušu.

Zavolajte zadarmo
0800 162 162
www.stannah.sk

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

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.

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

**EKOLOGICKÉ
ČISTENIE
FASÁD**

Patentovaná
kontaktná
technológia

BEZPLATNÁ
UKÁŽKA
A KONSULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

Bez vysokotlakových
čističov

f BombaFasada
www.BombaFasada.sk
0905 148 393

**ZĽAVA
50%
rodinné
domy**

**MÁTE
VLHKÝ DOM?**

- **podpilovanie muriva**
- **chemická injektáž**

ZĽAVY 20%

**STOP
vlhkým múrom**

0918 671 541

POKRÝVAČ- TESÁR

renovácia striech,
renovácia garáží,
zateplenie,
oprava a renovácia
žlabov kompletná
výmena striech

**OKAMŽITÉ
ZAČATIE
PRÁCE**

-10% Z CENY PRÁCE DO 31.12.2024

ZDARMA
doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

Kontakt: +421 949 623 050

!!! 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 elektrárňa 4550Wp

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

**POZOR!!! PO
REALIZÁCI
PLATÍTE IBA 10%
Z CELKOVEJ
CENY**

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 mať požiadatú podporu až do výšky 90 % oprávnených nákladov.

Spolufinancované
Európskou úniou
Zelená domácnosť
Náprava rastúceho
energetického nákladu
ENERGIE



**3ks
300L Bojler**

**Solárna zostava
Zaplatíte IBA
400€**



**15ks
10kw Menič**

**Fotovoltaická zostava
Zaplatíte IBA
580€**

Teplné čerpadlo Galmet Prima

- s našim teplým 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



Možnosť kúpy aj na
SPLÁTKY

Zaplatíte len
3990€

Zaplatíte len
360€