

# MARTINSKO TURČIANSKOTEPLICKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 38 570 domácností

**INZERCIA**  
martinsko@regionpress.sk

**DOMÁCE  
OŠÍPANÉ**

UŽ V POLOVIČKÁCH

S DOVOZOM  
V CENE

Volajte  
0908 131 199



## Zmeny v rodičovskom dôchodku

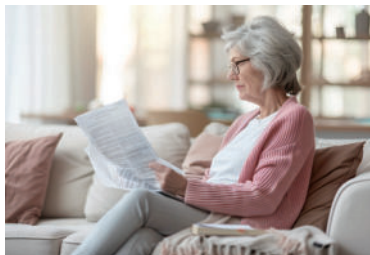
Sociálna poisťovňa končí s vyplácaním rodičovského dôchodku tým poberateľom dôchodku, ktorým už bol priznaný. Znamená to, že Sociálna poisťovňa už nebude rozhodovať o rodičovskom dôchodku za rok 2025 a ani za ďalšie roky. Nahradí ho asignácia podielu zaplatenej dane, ktorú na základe údajov z Finančného riaditeľstva SR prvýkrát vyplatí v roku 2026 na základe údajov z daňových priznaní za rok 2025.

Kompensáciou 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,“ informuje Sociálna poisťovňa, ktorá poukáže podiel zaplatenej dane poberateľom dôchodku na základe oznámenia Finančného riaditeľstva Slovenskej republiky.

Kedy a ako budú poukazovať asignáciu z daní

Podľa novej právnej úpravy ho prvýkrát v roku 2026 poukáže poberateľom

dôchodku ako 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 späťne, 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](#)

zdroj foto GrumpyBeere pixabay

**STK NA VŠETKY KATEGÓRIE**

**STK + EK**  
**HORNÁ ŠTUBŇA**  
**0915 765 892**  
**www.stkhornastubna.sk**

**OTVORENÉ**  
PONDELOK - PIATOK  
od 6,30 - 18,30

**VYBAVÍME VÁS AJ NA POČKANIE**

**ŠTAHOVANIE**

0911 319 509 MARTIN  
0918 799 309

**SVD**  
www.stahovaniesvasnou.sk  
BYTY, KLAVÍRE, KANCELÁRIE, TREZORY, DOPRAVA

**Silencia**  
Kompletne pohrebné služby

SLUŽNOSŤ  
SERIÓZNOSŤ  
PROFESIONALITA

UŽ  
23 ROKOV  
S VAMI

**Pohreby od 890 €**

**KVETINÁRSTVO**  
**ROZLÚČKOVÁ MIESTNOSŤ**  
Pohreby na splátky bez navýšenia

Sledujte nás na  
INSTAGRAM: @silencia\_pohrebne\_sluzby

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

**STAVBY  
TOMAŠÁK**

- stavebné práce
- stavby RD od základu
- prerábky bytov
- pokládka zámkových dlažieb
- zatepľovacie práce
- dovoz sypekých hmôt do 3,5 t
- úprava terénu čelným nakladačom

**PRÍJEM DVOCH MURÁROV**  
**0904 569 227**

**ÚRADNÉ  
PREKLADY**

**NEMČINA**

s pečiatkou súdneho prekladateľa  
beglaubigte Übersetzungen

0907 846 195, antalova.anna@gmail.com

**PLASTOVÉ OKNÁ**

- 5 a 6 komorové
- GEALAN
- SALAMANDER

**ŽALÚZIE, ROLETY**

- sietky proti hmyzu
- žalúzie
- textilné rolety

**GARÁŽOVÉ BRÁNY**

- sekčné
- výklopné
- rolovacie

**MARKÍZY**

- manuálne
- pohon

**V A R I N S K Ý**  
realizácie

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

**ZATEPLOVANIE**

- rodinných domov
- bytových domov
- pivničných priestorov

**STAVBY  
REKONŠTRUKCIE**

0911 777 009 peter.bras13@gmail.com

PBAS s.r.o.  
www.zatepleniemartin.sk

**VYČISTÍME**

- všetko čalúnené
- okná
- autá
- kancelárie, domácnosti, obchodné priestory

0940 848 765 CLEARDAY

**PRENÁJOM  
tepovacieho stroja**

V cene dovoz  
až domov  
/Martin/



**SPOJENÁ ŠKOLA V MARTINE**

Československej armády 24, 036 01 Martin

ponúka do prenájmu:

\* nebytový priestor (kancelária)

s rozlohou 13 m<sup>2</sup>,

s.č. 4549, parc. KN-C 3500/12, LV 3947 v Martine

\* nebytový priestor

(priestor občerstvovacieho automatu)  
s rozlohou 1 m<sup>2</sup>,

parc. KN-C 3500/10, LV 3947 v Martine

\* 2x nebytový priestor

(v budove domova mládeže)

s rozlohou 22 m<sup>2</sup> a 52 m<sup>2</sup>,

s.č. 4549, parc. KN-C 3500/12, LV 3947 v Martine

Bližšie informácie na tel.: 043/400 1112



KAŽDÝ DEŇ  
NÍZKE CENY

%

# OD PONDELKA

OD PONDELKA 13. 1. DO NEDELE 19. 1.  
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

1 kg iba  
**1.00**

3 kg  
balenie

**49%  
ZĽAVA**

~~5.94\*\*\*~~  
**2.99**

Pomaranče  
3 kg balenie

**XXL**



*Lidl*  
**STÁNOK**  
DENNE ČERSTVÉ

**33%  
ZĽAVA**

~~1.13~~  
**0.75**

Červené jablká  
cena za 1 kg



**28%  
ZĽAVA**

~~3.46\*\*\*~~  
**2.49**

Edam  
350 g  
bloček



**33%  
ZĽAVA**

~~2.24\*\*\*~~  
**1.49**

Kofola  
2,25 l  
rôzne druhy  
+ záloh za obal 0,15 €  
v ponuke aj Kofola  
citronová 2,25 l za 1,49 €

**2,25 l**



**47%  
ZĽAVA**

~~4.75~~  
**2.49**

Celá kačica  
cena za 100 g  
s drobní

GMO FREE  
VYROBENÉ  
BEZ POUŽITIA  
GMO



0,5 l iba  
**0.95**

**36%  
ZĽAVA**

~~11.92\*\*\*~~  
**7.59**

Pilsner Urquell  
8 x 0,5 l = 4 l  
svetlý ležlak  
+ záloh za obaly 1,20 €



**34%  
ZĽAVA**

~~3.79~~  
**2.49**

Kuracie stehná  
**XXL**  
cena za 1 kg  
horné/dolné



**XXL** **XXL** **XXL** **XXL** **XXL** **XXL** **XXL** **XXL** **XXL** **XXL** **XXL** **XXL** **XXL** **XXL** **XXL**

\*\*\*Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnaného produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti Lidl Slovenská republika, s.r.o. pri prepočte na hmotnosť produktu z akčiového týždňa. Ponuka tovaru platí od 13. 1. do 19. 1. 2025 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)

## SERVIS OKIEN

- opravy
- údržba
- nastavenie
- pretesnenie

obhliadka ZDARMA



**S.P.O. 0918 389 850**

URBAR MARTIN 1985

## PONÚKA ŠTIEPANÉ PALIVOVÉ DREVO BUK » JASEŇ » SMREK

**dovoz ZADARMO** MT a okolie  
PRI OBJEDNÁVKE 13,0 PRMS - voľné uloženie

**ZĽAVA 15% JASEŇ, ZĽAVA 10% BUK**  
Zľava platná do 31.6.2025, pri objednávke 6 ks paliet a viac.  
**ZĽAVA 20% pre stálych zákazníkov**

Objednávky prijímame v čase od 9.00 hod do 14.00 hod.  
email: [urbarmt@urbarmt.sk](mailto:urbarmt@urbarmt.sk) • 0917 565 619

## KANÁL - servis



# KRTKOVANIE

## VYSOKOTLAKÉ ČISTENIE

**0903 737 800**

## AUTOŠKOLA

LUBOMÍR LIŠKA



Martin, Kuzmányho č. 36  
043/4133 534

[www.autoskola-liska.sk](http://www.autoskola-liska.sk)  
[info@autoskola-liska.sk](mailto:info@autoskola-liska.sk)

## IN-HOLZ podlahy


### BRÚSENIE PARKIET

### VÝROBA NÁBYTKU NA MIERU

### VSTAVANÉ SKRINE

0949 327 800  
[in-holz@marticonet.sk](mailto:in-holz@marticonet.sk)

## ADAMOVSKÝ



0918 956 201  
[jozef@adamovskysk](mailto:jozef@adamovskysk)  
[www.adamovskysk](http://www.adamovskysk)

# RI OKNA®



PLASTOVÉ - HLINÍKOVÉ - DREVENÉ  
**OKNÁ - DVERE - HST portály**

RIPLAST s.r.o., Kollárova 73, 036 01 Martin  
0918 64 93 84, [martin@riplast.sk](mailto:martin@riplast.sk)  
[www.riplast.sk](http://www.riplast.sk)



## KVMONT MARTIN, s.r.o.



### OREZÁVANIE A VÝRUB DREVÍN

0905 514 652  
[www.kvmont.sk](http://www.kvmont.sk)

## RASTISLAV CHABADA

### PONÚKAME VÁM STAVEBNÉ PRÁCE

- ZATEPLOVANIE DOMOV
- REKONŠTRUKCIE KÚPEĽNÍ
- REKONŠTRUKCIE BYTOV, RD
- OMIETKY A STIERKY
- MONTÁŽ SADROKARTÓNU
- OBKLADY A DLAŽBY
- DEKORATÍVNE OMIETKY
- MALIARSKÉ PRÁCE
- KLADENIE PODLÁH

0949 069 195  
[www.rastislavchabada.sk](http://www.rastislavchabada.sk)



**DOMÁCI MAJSTER ZAVOLAŤE**

0918 378 954

### MÁTE DOMA PROBLÉMY?

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

### 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

tu mohla byť  
**VAŠA REKLAMA**

# Advent

Pohrebné služby

## KOMPLETNÉ POHREBNÉ SLUŽBY

prevozy zosnulých, predaj rakiev, vencov a doplnkového sortimentu, vybavenie úmrtných listov, zabezpečenie cirkevných a občianskych obradov, smútočné oznámenie, výkop hrobu, spopolnenie, smútočná hostina

Ul. Bottova 19, Martin  
[palesovadasa@gmail.com](mailto:palesovadasa@gmail.com)  
0911 043 778  
0903 807 640

043/ 4220 120  
**NON-STOP**



otváracie hodiny: po – pi: 07.00 – 16.00 h • so: 08.00 – 12.00 h

[www.pohrebnictvo-martin.sk](http://www.pohrebnictvo-martin.sk)

## kamstav

kompletné kamenárske služby  
[www.kamenarstvo-kamstav.sk](http://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 2025 ZA MINULOROČNÉ CENY**

**-50% na všetky pomníky**

**Bezplatný týždenník**

**MARTINSKO  
TURČIANSKOTEPLICKO**

EV 6217/24

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

Rokník II, rok 2025

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

**INZERCIA**

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

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

**Vychádzame na recyklovanom papieri**

**DISTRIBÚCIA (38.570 domácností)**

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

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

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	34320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34390	GALANTSKO-SALIANSKO
HC	30330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16450	KOMÁRŇANSKO
LV	30580	LEVICKO
MA	29680	MALACKO
NR	54170	NITRIANSKO
NZ	35050	NOVOZÁMOCKO
PK	22970	PEZINSKO
PN	41870	PIEŠTANSKO-NM-MY
SC	35420	SENECKO
SE	36750	SENICKO-SKALICKO
TO	41930	TOPOĽCIANSKO-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	LUČENECKO-VIK-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	ŽIARSKO-ZC-BŠ
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	ĽUBOVNIANSKO
MI	31260	MICHALOVSKO-TV-SO
PP	41520	POPRAĎSKO-KK
PO	49940	PREŠOVSKO-SB
SN	32540	SPIŠSKO-LE-GL

**Talentové skúšky budú skôr**

Prihlášku na vzdelávanie na strednej škole v budúcom školskom roku bude potrebné podať riaditeľovi základnej školy už do 20. februára 2025. Prvý termín konania talentových prijímacích skúšok na stredné školy bude už 24. marca 2025. Cieľom je podľa rezortu školstva poskytnúť žiakom dostatočný priestor medzi jednotlivými skúškami a zvýšiť ich šancu na úspech.

V praxi sa doteraz stávalo, že sa žiaci museli zúčastniť aj štyroch prijímacích konaní v priebehu niekoľkých dní, čo si vyžadovalo enormné nasadenie. Preto sa termíny konania talentových skúšok posúvajú do skorších mesiacov na všetkých druhoch stredných škôl, ktorých sa to týka. „Aj v tomto prípade sa snažíme reagovať na podnety od škôl a rodičov. Cieľom je dať žiakom potrebný čas zúčastniť sa viacerých prijímacích skúšok a lepšie si rozložiť sily pri príprave. Chápem, že zmena je pre žiakov a rodičov novinkou, ale verím, že skorší termín v konečnom dôsledku zníži mieru stresu a zvýši šancu na úspech,“ povedal minister školstva, výskumu, vývoja a mládeže SR Tomáš Drucker.

Zmena sa týka prijímacích skúšok na športových školách, ale aj na školách umeleckého priemyslu, v bilingválnych študijných odboroch, konzervatóriách, alebo umeleckých odboroch stredných odborných škôl. V nich sa vyžaduje ove-

renie špeciálnych schopností, zručností a nadania. Uchádzači môžu využiť štyri možnosti, kam podať prihlášku. Dve na školy, ktoré vyžadujú overenie špeciálnych schopností a dve na školy s bežnými prijímacími skúškami.

V minulom školskom roku boli prvé termíny skúšok na stredné školy, ktoré vyžadujú talentové skúšky, na konci apríla. „Na základe množstva podnetov zo škôl, pedagogickej aj nepedagogickej verejnosti samosprávne kraje oslovili ministerstvo s návrhom na úpravu termínov prijímacieho konania na stredné školy. Prax ukázala, že určenie termínov prijímacieho konania pre odbory, v ktorých sa vyžaduje overenie špeciálnych schopností, zručností a nadania na koniec apríla komplikuje prijímací proces na tie odbory, ktoré nevyžadujú talentové skúšky,“ objasnil rezort školstva a doplnil, že zmeny termínov prijímacieho konania na stredné školy boli komunikované v júni 2024 so zástupcami stredných škôl, teda Asociáciou stredných odborných škôl SR, Úniou konzervatórií SR, Asociáciou riaditeľov štátnych gymnázií SR, Zväzom školských asociácií a združením SR a Asociáciou riaditeľov škôl umeleckého priemyslu i so zriaďovateľmi stredných škôl. Možnosť realizovať zmeny už v prijímacom konaní v školskom roku 2024/2025 uvítali s tým, že sa vedľa prispôbiť novým termínom.

**HODINOVÝ manžel**  
Čo sa pokazí, to opravíme !!!

Pomôžeme Vám s údržbou Vašej domácnosti s čimkoľvek a kedykoľvek budete potrebovať.

**KOMPLETNÁ ÚDRŽBA VAŠEJ DOMÁCNOSTI A FIRMY**

- maliarske práce
- drobné rekonštrukcie
- pokládka podláh
- montáž dverí, zárubní, batérií, nábytku, garníž, obrazov
- výmena a oprava WC, svetiel a zásuviek
- čistenie upchatých odpadov
- murárske práce
- sadrokartonárske práce

stačí zavolať a spolu nájdeme riešenie

**0944 856 009**

**BUKOVÉ brikety**

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

AKCIA OD 209€

ROZMER BRIKETY 155 x 90 x 60mm

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

• nízka popolnatosť  
• nedechujú  
• pre všetky typy piecok, sporákov a krbov

**NONSTOP SLUŽBA**  
**0915 113 102**  
Rozvoz aj v sobotu

**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)

DOPRAVA K VÁM DOMOV

**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

**EKOKANAL 0908 967 587, 0911 967 587**

**NON-STOP**

- Čistenie kanalizácií a odtokov
- Inšpekcia potrubia kamerou
- Čistenie lapačov tukov
- Tlakové skúšky potrubia
- Bezvýkopové opravy -výkopové opravy kanalizácií
- Frézovanie kanalizačných potrubí
- Vyhľadávanie kanalizač. trás detektormi
- Lokálne bezvýkopové opravy

**FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE**

**FRÉZOVANIE od 15€/bm**

**REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV**

**ZDARMA**

• PRESTAVBY NADSTREŠŇNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV  
• ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV  
• OBHLIADKA KOMÍNOV

**ZĽAVA na materiál 40%**

**0948 012 507 • www.profikominy.sk**

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

**VŠETKO SKLADOM**

**PELETY BRIKETY**

ROZVOZ PRIAMO AŽ K VÁM DOMOV, AJ V SOBOTU

**www.pilavasilov.sk**  
Kontakt 0907105 008

**19. januára 1976** Výročia a udalosti

členovia štvorice **Beatles odmietli ponuku 30 miliónov dolárov za obnovenie skupiny.**

# STOP utrpeniu!

## Staročínska metóda na boj s bolesťami nôh a kĺbov, migrénami nespavosťou a hypertenziou

Ledva chodíte z dôvodu stuhnutých kĺbov? Každý krok Vám spôsobuje bolesť v päťach? Alebo Vám možno opúchajú nohy, trápia Vás haluxy alebo kurie oká? Ak áno, tak určite čítajte ďalej!

Prvá zmienka o turmalínovej metóde proti bolesti bola nájdená v poznámkach Cai Shinju, veľkého lekára prvého čínskeho cisára. Vládca trpel silnými bolesťami kĺbov a nespavosťou. Cai Shinju odporučil svojmu vznešenému pacientovi, aby mal nohy vo vrecúškach naplnených himalájskym turmalínom. Kúra priniesla okamžité výsledky a vďačný vládca zasypal Shinju drahokamami a poctami.

Staroveká metóda sa dodnes používa v celej Ázii. Nedávno sa o ňu začali zaujímať vedci zo Švajčiarskeho Inštitútu Zdravia v Luzerne. Počas výskumu kúry Shinju sa potvrdili tepelné a magnetické vlastnosti turmalínu. Je to jediný minerál na zemi, ktorý má konštantné piezoelektrické pole bez akýchkoľvek zdrojov energie.

Nezáleží na tom, či sú problémom bolesti kĺbov, zlý krvný obeh, haluxy, kĺčové žily, nespavosť alebo migrény. Klinické testy vykonané na 343 dobrovoľníkoch dokázali, že táto metóda boja proti chronickým bolestiam a ochoreniam nôh je účinná v každom prípade. Bolesti a zápalové stavy sa podarilo odstrániť u každého z účastníkov testov bez ohľadu na vek,

„Všetci si zaslúžime žiť bez bolesti“ – hovorí profesor z Inštitútu v Luzerne. „Preto sme, inšpirovaní staročínskou prírodnou medicínou, vyvinuli bezpečnú domácu formu termoterapie. Teraz sa každý môže veľmi jednoduchým spôsobom zbaviť chronických bolesti.“

Tajomstvom účinnosti metódy Shinju je spojenie terapeutického pôsobenia turmalínu, akupresúry a termoterapie. Vďaka tomu stačí 15 minút denne na zbavenie sa bolesti a ťažkých nôh, relaxáciu a zníženie stresu.“

Opísané produkty finie sú zdravotníckymi pomôckami alebo liekmi a neslúžia na určenie diagnózy, obnovenie, zlepšenie alebo modifikáciu fyziologických funkcií organizmu prostredníctvom farmakologického, imunologického alebo metabolického účinku. Produkty nie sú zdravotnými pomôckami a nenahrádzajú zdravotnú starostlivosť. Pri zdravotných problémoch a dysfunkciách je vždy potrebné navštíviť lekára. INZERENT: TWT GROUP

pohlavie, závažnosť ochorenia alebo užívané lieky.

### Zdravý od hlavy po päty

Tím profesora s využitím najmodernejších technológií získal ako prvý na svete nanokrystály turmalínu. Boli umiestnené vo výstupkoch na spodnej časti terapeutických ponožiek. Stimulujú 2800 reflexných bodov nachádzajúcich sa na Vašich chodidlách. Tieto body sú nervové zakončenia, ktoré vedú do každého orgánu a tkaniva vo Vašom tele. Stimuláciou týchto bodov vznikajú zdravie prospešné mikroprúdy, ktoré prenikajú hlboko do tkanív a vypínajú pociťovanie bolesti.

Vďaka mikroprúdom dostáva organizmus impulzy na rýchlu samoopravu a regeneráciu kĺbov, svalov a nervov. Zdraviu prospešná vlna prechádza celým telom ako tsunami. Čistí tkanivá od usadených toxínov, a spriechodňuje tok energie. To spôsobuje správnu cirkuláciu kyslíčnej krvi, miznú zápalové stavy a degenerácie.

Originálna metóda Shinju odstraňuje symptómy artrózy, poruchy spojené so zlým krvným obehom a spomaleným metabolizmom. Vďaka tomu sa rýchlo zbavíte bolesti kĺbov a chrčtice. Oslobodíte sa tiež od nespavosti, stresu, hypertenzie, migrén, problémov s pamäťou a koncentráciou. Vďaka terapeutickým turmalínovým ponožkám prekonáte problémy, ktoré Vás trápia úplne bezpečne a 100%ne prírodne.

### Terapia za pár chvíľ!

Ihneď po nasadení ponožiek začínajú turmalínové nanokrystály vyžarovať bezpečné infračervené žiarenie a blahodarné záporné ióny. Zdravot-

Samozahrievajúce sa

Nanokrystály turmalínu

Priedušné bambusové vlákno

Univerzálna veľkosť

Na deň aj na noc!

ná energia preniká do hlbokých vrstiev pokožky, ničí voľné radikály a iné škodlivé látky. Behom pár chvíľ aj Vy začnete pociťovať príjemné, upokojujúce teplo, ktoré zohrieva Vaše studené nohy. Bolesti nôh a zápal kĺbov miznú, svaly sa uvoľňujú a stres jednoducho mizne!

Samozahrievacie turmalínové ponožky Shinju odstraňujú nielen príznaky problémov, ale predovšetkým ich príčiny. Ich vplyv sa neobmedzuje výhradne len na chodidlá. Blahodarné účinky turmalínu pokrývajú celé telo: výrazne zvyšuje odolnosť voči infekciám, znižuje stres, zlepšuje spánok, znižuje opotrebovanie kĺbov, odstraňuje svalové napätie, posil-

ňuje a dodáva energiu Vašmu organizmu.

### Dokonale prispôbené Vašim chodidlám

Patentovaná väzba z bambusového vlákna s časticami turmalínu má antibakteriálne, hypoalergénne a absorpčné vlastnosti. Medzi vláknami sa vytvárajú mikromedzery, ktoré sú zodpovedné za zvýšenú savosť tkaniny. Ponožky Shinju sú veľmi vzdušné a zabraňujú nadmernému poteniu. Materiál je mäkký a netlačí.

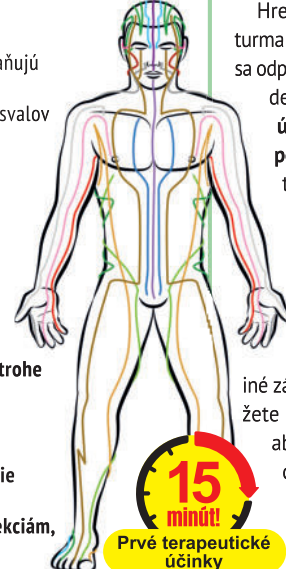
Turmalínové ponožky sa dokonale prispôbia tvaru a veľkosti Vašich chodidiel. Sú neskutočne elasticke, takže ich môžu nosiť ženy aj muži. Keďže zabraňujú bolestiam a opúchaniu nôh, sú nenahraditeľné počas cestovania alebo pri niekoľkohodinovom sedení.

Hrejivé a bolest' tlmiace turmalínové ponožky Shinju sa odporúča nosiť 8-10 hodín denne, ale terapeutický účinok dosiahnete už po 15 minútach. Vďaka tomu je možné jednoduchým spôsobom dosiahnuť dlhodobé zdravie prospešné účinky bez toho, aby ste miňali stovky eur na tabletky, injekcie či iné zákroky. Ponožky si môžete nasadzovať aj večer, aby ste si rýchlo ohriali chodidlá a pokojne prespali celú noc.

### Samozahrievacie turmalínové ponožky Shinju pôsobia na celý organizmus!

Vďaka spojeniu terapeutického pôsobenia turmalínu, akupresúry a termoterapie:

- ✓ Zlepšujú krvný obeh
- ✓ zohrievajú chodidlá a zabraňujú kĺčom nôh
- ✓ odstraňujú bolesti kĺbov a svalov
- ✓ odstraňujú pocit únavy a ťažkých nôh
- ✓ obmedzujú trpnutie a opuchy nôh
- ✓ zabraňujú vzniku kĺčových a pavúčich žíl
- ✓ znižujú sklony k haluxom a kurím okám
- ✓ zvyšujú elasticitu fascie a predchádzajú päťovej ostrohe
- ✓ relaxujú a uvoľňujú
- ✓ bojujú proti nespavosti a migrénam
- ✓ eliminujú nadmerné potenie a neprijemný zápach nôh
- ✓ zvyšujú odolnosť proti infekciám, zjemňujú alergie



15 minút!

Prvé terapeutické účinky

### SAMOHREJIVÉ TURMALÍNÓVÉ PONOŽKY SHINJU!

Využite SUPER AKCIU ešte dnes!

Keď zavoláte TERAZ, máte zaručenú 100% zľavu, čo znamená, že dostanete 1 pár samozahrievacích turmalínových ponožiek úplne ZADARMO! Ponuka sa vzťahuje len na 20 párov ponožiek.

Zavolajte: 036/321 79 08

Pon-Pia: 8:00-20:00 So-Ne: 9:00-18:00 (Bežný hovor na pevnú linku)

Akcia platí len do 17.01.2025.

BEZPLATNÝ PÁR PONOŽIEK za 0 €!

# Nechcela som si dávať za rok zase to isté predsavzatie.

Helena (60)

Pridajte sa aj vy medzi viac ako 270 000 bývalých fajčiarov, ktorí odložili cigarety a urobili zmenu.

**vasdovod.sk**

Aký bude váš dôvod?

Najlepším spôsobom, ako znížiť zdravotné riziká spojené s užívaním tabakových a nikotínových výrobkov, je úplne prestať tabakové výrobky a výrobky s obsahom nikotínu užívať.

Skutočný spotrebiteľ, ktorý bol za svoju účasť v kampani odmenený.

**UNSMOKE**  
YOUR WORLD

PHILIP MORRIS  
SLOVAKIA

# Štipendiá pre vysokoškolákov

Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže SR spustí v priebehu budúceho roka novú štipendijnú schému. O štipendium sa budú môcť uchádzať študenti, ktorí začnú denné štúdium na vysokej škole od septembra 2025. Výška štipendia pre I. a II. stupeň štúdia domácich študentov bude celkovo 4-tisíc eur za jeden akademický rok, zahraniční talentovaní študenti môžu získať 5-tisíc eur. Poskytovanie štipendií je zabezpečené do konca roka 2029.

Ministerstvo školstva informovalo, že úspešne obhájilo národný projekt pred Komisiou pri Monitorovacom výbore pre Program Slovensko 2021 – 2027, ktorá dohliada na realizáciu projektov z Európskych štrukturálnych a investičných fondov v cieľi politiky Konkurencieschopnejšia a inteligentnejšia Európa. Rezort školstva získal na poskytovanie štipendií a ďalších podporných aktivít na zlepšenie slovenského vysokého školstva vyše 38 miliónov eur.

### Schéma podpory pokračuje

„Som rád, že táto schéma podpory pokračuje, pretože záujem zo strany študentov je veľký. Verím, že pomôže udržať talentovaných študentov na Slovensku a priláka inšpiratívnych mladých ľudí zo zahraničia,“ povedal minister školstva Tomáš Drucker. „Výhodou novej štipendijnej schémy – na

ktorej sme začali pracovať krátko po nástupe na rezort – je, že štipendiá budú poskytované aj študentom na II. stupni štúdia. To je veľkou zmenou a inováciou oproti štipendijnej schéme z Plánu obnovy a odolnosti SR,“ povedal štátny tajomník pre vysoké školstvo a akademický výskum Róbert Zsembera.

### Spolupracujú s vysokými školami

Rezort na projekte úzko spolupracuje so slovenskými vysokými školami. „Ide o jedno z opatrení na udržanie talentovaných študentov na Slovensku, zmiernenie ich odlivu a prilákanie takýchto študentov zo zahraničia. O štipendium sa budú môcť naďalej uchádzať aj talentovaní študenti zo znevýhodneného prostredia,“ uviedol rezort školstva a dodal, že bude zároveň pokračovať v udeľovaní štipendia aj tým študentom, ktorí sa zapíšu na študijný odbor pripravujúci na vybrané nedostatkové povolania. Konkrétne podmienky a kritériá získania štipendia odprezentuje rezort školstva v úvode roka.

Národný projekt okrem poskytovania štipendií počíta aj s viacerými ďalšími aktivitami. Unikátnym je napríklad projekt ALMA MATER, kde sa žiaci stredných škôl budú môcť v 12 slovenských mestách stretnúť so zástupcami ich budúcej vysokej školy.

» [ren](#)

# VOĽNÉ PRACOVNÉ POZÍCIE

HYUNDAI  
**MOBIS**

## PRE AUTOMOBILOVÝ PRIEMYSEL

- Operátor výroby
- Práca v trojzmennej prevádzke
- Odmeny a bonusy (mesačné, štvrťročné, polročné, ročné)
- Doprava do zamestnania firemnými autobusmi
- Možný príspevok na ubytovanie



Plat: 7,48 € - 8,11 €/hod  
Príplatky za zmenovosť:  
0,35 €/hod - poobedná zmena  
2,20 €/hod - nočná zmena

Miesto práce: **Žilina – Gbelany**  
kontakt: [praca@mobis.sk](mailto:praca@mobis.sk)  
041 515 8158, 041 515 8169

## PALIVO ČISTÝ BUK

POLIENKA - 25 cm  
POLIENKA - 33 cm

DOVEZIEM  
0908 258 112

## PRIJMEME POMOCNÚ KUCHÁRKU/RA

0908 934 688, 0903 040 956

## ADAM KRTKO

- čistenie kanalizácie,
- lapačov tukov
- kamerovanie lokalizácia potrubia

NONSTOP 0948 948 606

### Výročia a udalosti

21. januára 1976  
prvý komerčný let nadzvukového Concordu.

22. januára - 1905  
krváva nedeľa v Petrohrade.



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

Spoločnosť M-TEC s.r.o.

Hľadáme pozíciu  
na plný úväzok:

## Obsluha CNC horizontky

Mzda: od 8,50 Eur/ hod.

### Ponúkame:

- práca v stabilnej spoločnosti
- nástup ihneď
- výška mzdy sa odvíja od skúsenosti a praxe

Kontakt: **Ing. Peter Šulan**  
+421 917 391 577  
[sulan@mtec.sk](mailto:sulan@mtec.sk)  
[www.mtec.sk](http://www.mtec.sk)

16. január 1547

Ivan Hrozný sa stal cárom Ruska.

### Výročia a udalosti

**UNistavMT**, s.r.o.  
PRIJME  
**STAVEBNÉHO PRACOVNÍKA**  
plat: 1500 €/brutto, dohodou  
**0918 561 283**

**KAPPY**

Váš dobrý partner  
Predaj a distribúcia náhradných dielov



Najširší  
soriment  
autobaterií

EXIDE,  
VARTA,  
BOSCH...

Autobaterie  
v cene  
už od  
37 eur

Adresa: Na Bystričku 14, Martin  
Naša Predajňa v MT je nabitá energiou!!!

	9	8	5	1		3		2	7
S			7						
U		2		8			9		
D	3		9				5		
O			1					7	3
K						5	6		2
U	7	9						8	5
									1
			8				7		

			1	7		2			
S	8			5		4			
U	5	2				3	7		
D		7		3			2	4	
O							5		
K						1			9
U						8	3	1	
									5
	3			9			8		

# Oplatí sa!



KULTÚRA  
HOTEL  
\*\*\*\*\*

## Historický poklad v centre Ružomberka, takmer 100-ročný Hotel Kultúra\*\*\*\*\*

Kongresový hotel s výbornou dostupnosťou  
autom aj peši, ponúka moderné priestory:

- ✓ 84 lôžok a 6 konferenčných miestností s kapacitou 200+ osôb
- ✓ najväčšie wellness v meste (adult friendly)
- ✓ parkovanie hneď pri hoteli
- ✓ átrium siahajúce do výšky 5 poschodí
- ✓ ideálny na rodinné aj firemné podujatia

Naskenujte QR kód  
a zistíte viac:



+421 918 913 016    [repcia@hotelkultura.sk](mailto:repcia@hotelkultura.sk)    [www.hotelkultura.sk](http://www.hotelkultura.sk)

## Stannah

### Nový rok, nové príležitosti!

Spoločnosť Stannah ponúka  
**DARČEKOVÚ KARTU v**  
**hodnote 500 €** za objednávky  
uskutočnené do 2.2.2025. \*



Toto hovoria naši zákazníci.  
Neni k tomu čo dodať



Už po prvom kontakte sme boli veľmi milo prekvapení  
ochotou, ústretovosťou a profesionálnym prístupom  
tejto spoločnosti. Stoličkový výtah mi zmenil kvalitu  
môjho života a umožnil mi stráviť zvyšok môjho života  
v našom rodinnom dome. Moje poďakovanie patrí  
celému tímu spoločnosti Stannah.

♥ Helena Soťáková    ★ Trustpilot

Zavolajte zadarmo  
**0800 162 162** • [www.stannah.sk](http://www.stannah.sk)

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



\*Táto ponuka platí pri kúpe schodiskového výtahu Stannah do 2.2.2025  
a nie je platná s inými akciami alebo ponukami.

## CHCETE CHOVAŤ HYDINU? PREDAJ VO VAŠOM OKRESE



100%  
ZÁRUKA  
KVALITY

NOSNICE, BROJLERY, MORKY, KAČKY, HUSI, HUSOKAČKY  
ROZVOZ: MAREC - SEPTEMBER 2025

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

0902 692 290 • 0902 606 436

Volajte prosím od 9.00 do 12.00 hod.

PRVÉ VAJČKA UŽ KONCOM APRÍLA!

## 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](http://www.BombaFasada.sk)  
0905 148 393

## POKRÝVAČ- TESÁR



-10% Z CENY PRÁCE  
DO 31.03.2025

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

ZA NAŠU PRÁCU  
RUČÍME!

Kontakt: Janek - 0919 495 628

## KÚPIM PAROŽIE

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  
[trofej.eu@gmail.com](mailto:trofej.eu@gmail.com)

## DOM KAVY

DOMKAVY.SK  
TRNAVA



## BIGBEAN10

ZĽAVOVÝ KÓD - 10% ZĽAVA PLATÍ PRI NÁKUPE ŠIESTICH  
250G KÁV BIGBEAN ZO STRÁNKY [WWW.DOMKAVY.SK](http://WWW.DOMKAVY.SK)  
ALE AJ PRI NÁKUPE NA PREDAJNI.