

ZVOLENSKO DETVIANSKO-KRUPINSKO

Najčítanejšie regionálne noviny Týždenne do 38 400 domácností a firiem



Čítajte nás:

www.cujte.sk

ZBER STARÝCH VOZIDIEL
a trvalé vyradenie z evidencie
možnosť odvozu.



Po-Pia: **0944 530 853**
7,00 - 15,30 **045/ 533 36 44**

77-0006

STAVEBNÉ A MONTÁŽNE PRÁCE

Rekonštrukcie domov a bytov

0919 175 335 www.profidemont.sk



77-0013

**VÝRUB A OREZ STROMOV
V RIZIKOVÝCH PODMIENKACH
ZDRAVOTNÝ REZ
OVOCNÝCH STROMOV
ÚDRŽBA ŽIVÝCH PLOTOV
KOSENIE ZÁHRAD
☎ 0902 796 885**

77-0016

REVÍZNY TECHNIK
ELEKTRICKÉ REVÍZIE
DOMOV A BYTOV
☎ 0915 833 649

77-0005

ŠIMUNEK Kompletne rekonštrukcie domov a bytov

www.stavbysimunek.sk **0904 525 084**

77-0002

NEODTEKÁ !!!
KRTKOVANIE - MONITORING
KANALIZÁCIE
LIKVIDÁCIA AZBESTU!!!
www.profidemont.sk **0919 175 335**

77-0013

DOMÁCE OŠÍPANÉ
UŽ V POLOVIČKÁCH
S DOVOZOM V CENE
Volajte **0908 131 199**

13-0021

ŽALÚZIE
Radovan Maltús
ZASKLIEVANIE BALKÓNOV
roletky deň a noc
vertikálne žalúzie aj sušiaci
sieťky proti hmyzu
zhŕňacie lamelové dvere
servis balkónových roliet
www.balkony.net
0905 767 777

71-0014

VODA - PLYN KÚRENIE
montáž kotlov, prípojok, opravy rekonštrukcie
0902 051 781
igelbau.s.r.o@gmail.com

77-0193

SUCHÉ štiepané palivové drevo s dovozom
0940 870 613 ☎ **0944 304 589**

77-0014

Prepis z VHS na USB
• prepis z miniDV, DS, atď. • foto-video služby
☎ **0903 841 072** ☎ **0907 544 521**

71-0027

Novootvorená lekáreň v Krupine

Lekáreň
Váš Lekár

Pozývame vás
na **bezplatné meranie**
hladiny cukru v krvi

Lekáreň a diagnostické centrum

Pon - Ned: 9:00 - 19:00

Lipapark - Železničná 3111/4, 963 01 Krupina



Nasnímajte
navigačnú
mapu
cez QR kód



91-0016

Bezplatný týždenník

ZVOLENSKO
DETVAŇSKO-KRUPINSKO

EV 6201/24

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

Ročník II, rok 2025

Redakcia: Hronská 1
ZVOLEN
zvolensko@regionpress.sk

INZERCIA

Mariana Kučerová 0907 727 201
Mgr. Tomáš Truben 0907 727 204Distribúcia:
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.skVychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (38.400 domácností)

Každý týždeň:
Zvolen, Detva, Hirňová, Korytárky, Kriváň,
Stožok, Viglaš, Krupina, Bzovík, Dudince,
Hontianske Nemce, Sebechleby, Babiná,
Budča, Dobrá Níva, Hronská Breznica,
Kováčová, Lieskovec, Očová, Plišovce,
Podzámčok, Sása, Sielnica, Sliach, Zvolenská
Slatina, Kováčová, Očová, Zvolenská
SlatinaVydavateľ nezodpovedá za obsah a
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazy-
kovou úpravou.Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade,
že viete o mieste, kam naše noviny
nechodia, dajte nám, vedieť. Ďakujeme.

Západné Slovensko

BV	97240	BRATISLAVSKO	východ
BZ	106540	BRATISLAVSKO	západ
DS	34320	DUNAJSKOSTREDSKO	
GA	34390	GALANTSKO-SÁLIANSKO	
HC	30330	HLOHOVECKO-SEREDSKO	
KM	16450	KOMÁRŇANSKO	
LV	30580	LEVICKO	
MA	29680	MALACKO	
NR	54170	NITRIANSKO	
NZ	35050	NOVOZÁMOKCO	
PK	22970	PEZINSKO	
PN	41870	PIEŠŤANSKO-NM-MY	
SC	35420	SENECKO	
SE	36750	SENIČKO-SKALICKO	
TD	41930	TOPOĽČIANSKO-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	LUČEŇENCKO-VK-PT	
MT	38570	MARTINSKO-TR	
OR	34980	ORAVSKO-DK-NO-TS	
PB	33590	POVAŽSKO-PB-PU	
PD	40150	PRIEVIDSKO	
ZH	38400	ZVOLENSKO-DT-KA	
ZV	26880	ZIARSKO-ZC-BS	
ZA	50780	ZILINSKO-BY	

Východné Slovensko

BJ	37210	BARDEJOVSKO-SK-SP	
GE	30830	GEMERSKO-RV-RS-RA	
HU	27190	HUMENSKO-VT-SV-ML	
KE	92130	KOŠICKO	
KL	24900	KOŠICKO okolie	
KS	12940	ĽUBOVNIANSKO	
MI	31260	MICHALOVSKO-TV-SO	
PP	41520	POPRADESKO-KK	
PO	49940	PREŠOVSKO-SB	
SN	32540	SPIŠSKO-LE-GL	

Rodičia nepodceňujte vplyv sociálnych sietí
a rozprávajte sa so svojimi deťmi

Internet a s tým spojené používanie rôznych sociálnych sietí, nám ponúka mnohé možnosti pri získavaní informácií, zábave, komunikácii s blízkymi, či novými ľuďmi. Široký sociálny kontakt, tak môžeme mať z pohodlia nášho domova. Aj napriek týmto a ďalším pozitívam, toto často anonymné prostredie poskytuje možnosti a priestor pre ľudí, ktorí ho zneužívajú. Je veľkým lákadlom pre deti, ktoré pre nedostatok kontroly, skúseností, pre svoju prirodzenú zvedavosť a dôverčivosť, neodhalia skutočné, skryté záujmy niektorých používateľov, a dovoľia im tak nazrieť do svojho intimného sveta.

Dievča, ktoré sa stalo obeťou
trestného činu malo iba 9 rokov!

Výšetrovateľ odboru kriminálnej polície Okresného riaditeľstva Policajného zboru vo Zvolene začal trestné stíhanie za zločin výroba detskej pornografie a prečin ohrozenie mravnej výchovy mládeže voči páchatelovi, ktorý prostredníctvom elektronickej komunikácie cez sociálnu sieť Snapchat kontaktoval maloleté dievča vo veku iba 9 rokov. Páchatel dievča opakovane navádzal, aby nafotila a natočila svoje obnažené intímne partie,

príčom jej počas komunikácie posielal fotografie, videá s aktivitami so svojim obnaženým pohlavným orgánom. Maloleté dievča na toto zareagovalo a zo svojho užívateľského účtu poslalo páchatelovi niekoľko fotografií a videí svojich obnažených intímnych partii.

Sexuálni predátori si vyberajú deti a mládež, pretože nemajú plne rozvinuté sociálne zručnosti a majú nedostatok životných skúseností. Deti si mnohokrát nevedomou silu a nebezpečenstvo sociálnych sietí. Fotografie a videá, ktoré zverejnia sa šíria veľmi rýchlo a ich zverejnenie im môže spôsobiť veľké psychické problémy, ktoré môžu so sebou niesť až do dospelosti. V jednom prípade to môže vyústiť až do samovražedných pokusov.

Preto apelujeme hlavne na rodičov, nájdite tú správnu chvíľu a správnu hranicu, nepodceňujte vplyv sociálnych sietí, rozprávajte sa so svojimi deťmi a buďte všímaví a ostrážiti voči správaniu Vášho dieťaťa.

Ak sa o niečom takom dozviete, obráťte sa na odborníkov.

» Okresné riaditeľstvo PZ
vo Zvolene

KURZ SBS
LEN U NÁS ONLINE aj PREZENČENÉ

**Cez Úrad práce
pre všetkých
ZDARMA**

Kontakt:
kurzysbs@sbabb.sk
0911 514 328

**SBS
LAMA SK**

prijme bezpečnostného
pracovníka
na obchodné prevádzky
v Detve

4,30€ / hodina netto
POŠ nutný!

0948 356 675

**NAJVÝHODNEJŠIA
DOSTUPNÁ
PÔŽIČKA**

0905 555 863

SŤAHOVANIE
prof. SIVKA
Zvolen

Dispečing SK - 0950 333 222
www.stahovanie-profi.sk

OKNOPLAST
garážové brány, sietky, žalúzie, interiérové dvere

OKNÁ, DVERE

ZIMNÉ ZĽAVY

Ideálna
chvíľka
pre nové
okná

www.oknadetva.sk

Záhradná 4, DETVA
0908 239 451, 0908 265 128

oknoplastdt@centrum.sk, www.oknoplast.com

**TESÁRSKE - POKRÝVAČKÉ
KLAMPIARSKÉ PRÁCE**

strechy - altánky - šalovanie schodov
rekonštrukcie a opravy

0904 820 681

**Frézovanie a vložkovanie
KOMÍNOV**

frézovanie
od 15€/m

Zľava
na materiál
40%

- Frézovanie 1 m - 15 €
- Certifikovaný žiaruvzdorný materiál
- Obhliadka zdarma, dohoda istá
- montáž trojvrstvových fasádnych komínov
- Frézujeme po celý rok - samotná realizácia cca 6 hodín

0911 322 495, 0907 362 202, frezovanievložkovanie@gmail.com

UŽITOČNÉ KONTAKTY
www.mojinzerat.sk

VEDENIE ÚČTOVNÍCTVA
JÚ, PÚ, Dane, Mzdy, Digitálna účtáreň
0907 806 897 bea.uctaren@gmail.com

PLASTOVÉ OKNÁ
výrobca okien a dverí z PVC a hliníka
vonkajšie žalúzie a rolety
garážové brány

Dobré Okno
Zvolen, s.r.o.

EUROCOLOR

**ZIMNÉ
ZĽAVY**

REHAU

Zvolen, ul. JESENSKÉHO 4707, (bývalý areál ZDROJ)
tel.: 0905 967 427
dobreaknozvolen@gmail.com
Po - Pia 9.00 - 17.00 hod.
www.dobre-okno.sk

**VEDENIE
ÚČTOVNÍCTVA
V KRUPINE**

✓ JU, PU,
✓ DANE, MZDY

0915 516 361

ZASKLENIE

- balkóny
- terasy
- pergoly
- prestrešenia
- zimné záhrady

rámový a bezrámový systém

NOVINKA
VONKAJŠIE ŽALÚZIE
NA OKNÁ

SLOVREKLA s.r.o. - Zvolen, Trhová 6 (Tržnica)
www.slovrekla.sk, info@slovrekla.sk
045/540 20 71, 0905 298 160

**FRÉZOVANIE
VLOŽKOVANIE**

FRÉZOVANIE
od 15€/bm

REKONŠTRUKCIA
KOMÍNOV

SLOVSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
**ZĽAVA
na materiál
40%**

OBHĽIADKA KOMÍNOV
ZDARMA

0948 012 507 • www.profikominy.sk



RETRO
týždeň

35% ZĽAVA
1.79**
1.15 (1l = 4,60)
Smotana na šľahanie
250 ml



49% ZĽAVA
2.97*
1.49
Guľatozrná ryža
1 kg lupaná



33% ZĽAVA
3.40***
2.25 (1kg = 9,00)
Horalky
5 x 50 g = 250 g



37% ZĽAVA
1.99*
1.19 (1l = 0,79)
Vinea
1,5 l
biela/červená
+ záloh za obal 0,15 €



OD PONDELKA

OD PONDELKA 27. 1. DO NEDELE 2. 2.
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

51% ZĽAVA
~~2.47~~
1.19
Mandarínky
cena za 1 kg



veľký kaliber

vhodné na šťavu

LIDL
STÁNOK
DENNE ČERSTVE

50% ZĽAVA
~~9.90***~~
4.89
Konzumné zemiaky neskoré
10 kg balenie
neprané
varný typ B - prílohové



1 kg iba
0.49

10 kg balenie

32% ZĽAVA
~~6.35~~
4.29
Bravčové karé
cena za 1 kg
v celku, bez kostí



SUPERCENA
2.49 (100 g = 1,71)
Halloumi
225 g
syr na grilovanie z Cypru
rôzne druhy



ERIDANOUS
SPECIALLY
INSPIROVANÉ
GRÉCKOM



*Odpovedajúca bežná maloobchodná predajná cena výrobku.
**Zlva uhraná z malého/veľkého množstva.
***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávacieho produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri prepočte na hmotnosť produktu z akčiového týždňa.
Ponuka tovaru platí od 27. 1. do 2. 2. 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

Objavujeme krásy a zaujímavosti slovenských miest

Spoznajte čaro Košíc – metropoly východu

Košice sa nachádzajú vo východnej časti našej vlasti, v Košickej kotline. Sú druhým najväčším mestom na Slovensku, sídlom Ústavného súdu Slovenskej republiky a tiež Košického samosprávneho kraja. Historicky a architektonicky úchvatné budovy lemujú skvostné centrum mesta, ktoré svojim dokonalým tvarom pripomína veľkú šošovku. Nahliadnite cez ňu do histórie mesta aj vy a spoznajte jeho krásy.

Mesto Košice už v minulosti patrilo medzi najdôležitejšie obchodné križovatky vtedajšej Európy. Od nepamäti bolo centrom východného Slovenska, ktoré zohrávalo významnú rolu vo vtedajšom Uhorsku aj Rakúsko-Uhorsku. Prvá písomná zmienka o Košiciach je z roku 1230. Vďaka obchodnej i strategicky výhodnej polohe a udeľovaniu privilégií zažilo mesto

števnička. Vystúpte na vrch severnej veže po točitom schodisku, obdivujte oltáre, alebo si všimajte príbehov plné detaily na vonkajšej fasáde. Vďaka zázraku, ktorý sa v roku 1352 udial počas obradu v dome, sa navyše Košice stali vyhľadávaným pútnickým miestom medzinárodného stredovekého významu. Nadchnite sa pre krásy interiéru počas všedných dní či svätých omší alebo sa zatúlajte do tajomných kútov katedrály so sprievodcom.

Historická radnica

Pri prehliadke historickej časti Starého mesta si nezapodíajte obzrieť budovu na Hlavnej 59 – ide o klasicistickú stavbu Historickú radnicu z konca 18. storočia, navrhnutú Jánom Langerom. Na prednej fasáde sa v tympanóne nachádza slávny košický erb. Do popredia tiež vystupuje podobenstvo o kráľovi Šalamúnovi a spo-



Národné divadlo Košice.

zdroj foto Visit Košice

rychly vzostup. Z roku 1307 sa zachovali najstaršie cechové stanovy v krajine a v roku 1369 dostali Košice ako prvé mesto v Európe vlastný mestský erb. Od roku 1347 až do začiatku 18. storočia si po Budíne – v súčasnosti súčasť Budapešti – zachovali postavenie druhého mesta Uhorska. Centrum mesta dnes tvorí takmer kilometer dlhá pešia zóna obkolesená skvostnými historickými budovami, ktoré obývali stredovekí králi, grófi a významní predstavitelia šľachty. Pôvodné stredoveké námestie je dominantou vytvárajúcou najväčšiu mestskú pamiatkovú rezerváciu na Slovensku.

Dóm sv. Alžbety

Najslávnejšia stavba v meste, najväčšia katedrála na Slovensku, najvýchodnejšia katedrála v Európe a v neposlednom rade aj povinná zastávka každého náv-

re medzi dvoma matkami. Dnes je budova sídlom kancelárie primátora a miestom konania mnohých slávnostných ceremoniálov.

Dolná brána – Múzeum archeológie

Archeologický podzemný komplex, ktorý bol náhodne objavený počas rekonštrukcie dlažby na Hlavnej ulici koncom 90. rokov, je zachovaným pôvodným vstupom do mesta. Do dnešných čias sa zachovalo v rôznych častiach centra mesta celkom 26 fragmentov hradieb. Areál Dolnej brány je z nich najväčší a najzaujímavejší. Dnes sú tajomné katakomby sprístupnené predovšetkým v letných mesiacoch v rámci prehliadok Archeologického múzea.

Národné divadlo Košice

Ak zatúžite po noblesnej noci plnej



Spievajúca fontána so zvonkohrou.

zdroj foto Visit Košice



Dóm sv. Alžbety.

zdroj foto Visit Košice

hudby, ktorá povznesie vaše kroky do výšin, môžete si rezervovať večer v týždni pre nádherný čas v Národnom divadle Košice, ktoré vás opantá secesným interiérom Historickú budovu i Malej scény priamo v centre Košíc na Hlavnej ulici. Na výber máte slávne opery, operety, činohry, balet i známu košickú talkshow Bez šepkára.

Ulička remesiel

Ak dostanete chuť zacestovať si v čase, vydajte sa na spoznávanie miestnych remeselníkov v Uličke Remesiel na Hrnčiarskej ulici. Ulička je domovom viacerých umelcov a prevádzok – prídte na šalku voňavej kávy, debatujte o čare habánskej keramiky s tunajším hrnčiarom, nasávajte vôňu rastlín v bylinkárstve.

Jakobov palác

Vstup do mesta zo železničnej a autobusovej stanice krásli impozantná bu-

hlásená za národnú kultúrnu pamiatku.

Miklušova väznica

Chceli by ste v Košiciach objaviť skryté tajomstvá dávnej minulosti? Zastavte sa v Miklušovej väznici, v komplexe gotických obytných domov, ktoré boli v minulosti využívané ako väznica a skutočná mučiareň. Dnes sú tieto priestory súčasťou Východoslovenského múzea. V rámci prehliadky Miklušovej väznice odhalíte tajomné príbehy histórie Košíc a navštívite aj priestor, kde býval skutočný košický kat.

Spievajúca fontána so zvonkohrou

Ak vás potulky Košicami už trochu unavia, príjemné poseedenie a oddych si môžete užiť poniže Národného divadla Košice, kde sa nachádza mimoriadne obľúbená Spievajúca fontána s parkom pre oddych. Fontána počas letných dní reaguje nielen na vlastnú hudbu, no každú hodinu sa rozozvučí do rytmu neďalekej



Ulička remesiel.

zdroj foto Visit Košice

dova Jakobovho paláca. Jej autormi sú Jakobovci, významná rodina staviteľov a architektov z Košíc, ktorí sa etablovali koncom 19. storočia viacerými ikonickými budovami v meste. Neogotický palác v minulosti slúžil aj ako sídlo československého prezidenta Edvarda Beneša. Dnes patrí medzi národné kultúrne pamiatky.

Urbanova veža

Urbanova veža je gotická stavba zo 16. storočia, ktorá bola v minulosti zvonnicou pre vedľajšiu katedrálu. Obdivujte zreštaurovaný pôvodný zvon pred vežou, alebo sa vydajte až na samotný vrch obdivovať jeho funkčný odliatok. Urbanova veža je venovaná pamiatke svätého Urbana, patróna vinohradníkov, a spolu s Dómom svätej Alžbety a vtedajšou Kaplnkou svätého Michala bola v roku 1970 vy-

zvonkohry. V repertoári má takmer sto piesní od populárnych zahraničných evergreenov až po slovenské klasiky. Zvonkohra pozostáva z 22 zvonov, ktoré symbolizujú 22 mestských častí Košíc.

Košický hrad

No ak budete mať chuť, pozrieť si Košice z výšky, vyberte sa na púť za pozostatkami Košického hradu, ktorý sa nachádza pod Vyhliadkovou vežou Hradová. Jeho vznik sa datuje k roku 1301, no zachovali sa z neho iba zrúcaniny. Zreteľné sú trojuholníková bašta a okrúhla veža. Blízko hradu sa nachádza drevený amfiteáter a 21,5 metra vysoká vyhliadková veža či stupienok pod vyhliadkou, odkiaľ sa vám naskytne nádherný pohľad na celé mesto.

Informácie poskytla OOCR Visit Košice

» ren

Ako na daň z nehnuteľností

Ludia ktorí v minulom roku nadobudli nehnuteľnosť, musia do konca januára podať daňové priznanie k dani z nehnuteľností. Keďže správcom tejto dane sú obce a mestá, práve oni následne na základe tohto daňového priznania daňovníkovi vyrubia daň.

„Daň z nehnuteľnosti je na rozdiel od napríklad dane z príjmu miestnou daňou, ktorú ukladá mesto alebo obec. Príslušnosť sa stanovuje podľa miesta, kde sa nehnuteľnosť nachádza. Podrobnosti o výške dane, znížení alebo oslobodení od dane si určí obec všeobecne záväzným nariadením,“ približuje Finančná správa (FS) a dodáva, že daňová povinnosť vzniká daňovníkovi, ktorý sa v priebehu predchádzajúceho roka stal vlastníkom, správcom, nájomcom alebo užívateľom nehnuteľnosti. Táto vzniká 1. januára zdaňovacieho obdobia nasledujúceho po zdaňovacom období, v ktorom daňovníkovi vznikla táto povinnosť.

Daňové priznanie

„Daňové priznanie musí daňovník následne podať do 31. januára roku, v ktorom mu vznikla daňová povinnosť. Uvádzajú sa tu informácie rozhodujúce pre výpočet dane ako napríklad rozloha pozemku, počet podlaží a podobne. Až na základe týchto údajov mesto, či obec vyrubí daň. Tú daňovník zaplatí až keď mu správca dane pošle výmer, s uvedením výšky dane. Zvyčajne sa tak stane do 15. mája. Daň je následne splatná do 15 dní odo dňa

nadobudnutia právoplatnosti rozhodnutia,“ popisuje FS, podľa ktorej k daňovému priznaniu nie je potrebné dokladať dokumenty ako list vlastníctva a podobne. Tie by si úrady mali overiť sami v katastri nehnuteľností. „V súvislosti s problémami, ktoré aktuálne eviduje kataster, môžu mať niektorí daňovníci problém zistiť, či ich vlastníctvo bolo alebo nebolo zapísané do katastra nehnuteľností v minulom roku, a teda či im vznikla povinnosť podať daňové priznanie k dani z nehnuteľnosti,“ uvádza Finančná správa a v týchto prípadoch dáva do pozornosti ustanovenie daňového poriadku, ktoré hovorí, že správca dane zo závažných dôvodov odpustí zmeškanie lehoty, ak o to daňový subjekt požiadajú najneskôr do 30 dní odo dňa, keď odpadli dôvody zmeškania, a ak v tej istej lehote urobí zmeškaný úkon. „Z toho vyplýva, že v tomto prípade, môže správca dane odpustiť zmeškanie lehoty na žiadosť daňového subjektu, v dôsledku čoho nebude daňovému subjektu uložená pokuta za správny delikt nepodania daňového priznania v zákonom stanovenej lehote,“ uzatvára FS.



» ren

zdroj foto dimitrivetsikas1969 pixabay

PREDAJ ŠTIEPANÉHO DREVA

Tvrdé

60€/prms

Mäkké

40€/prms

0948 158 922



81-0035

BUKOVÉ brikety

- nízka popolnosť
- nedehtujú
- pre všetky typy pecí, sporákov a krbov

NONSTOP SLUŽBA

0915 113 102

Rozvoz aj v sobotu

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

**AKCIA
OD 229€**

**ROZMER BRIKETY
155 x 90 x 60mm**

výhrevnosť: 19 MJ/kg
popolnosť: 1,3%

86-0003

NOVÁ ZUBNÁ AMBULANCIA

PRIJÍMAME
NOVÝCH
PACIENTOV

+421 277 270 107
WWW.29DENT.SK

51-0012

HĽADÁME ŤA!



**OPERÁTOR
ÚDRŽBÁR-MECHANIK
ÚDRŽBÁR-ELEKTRIKÁR**



HĽADÁME POSILU DO VÝROBY!

**V PRÍPADE ZÁJMU NAPIŠ NA:
PRACA@ZVOLENSKAMLIEKAREN.SK**



Technológ strojárkej výroby - Junior

Platové podmienky: od 1 200 do 1 500 €/Brutto

Robotik Simulant Junior

Platové podmienky: od 1 400 do 1 700 €/Brutto

Junior konštruktér strojných zariadení

Platové podmienky: od 1 300 do 1 600 €/Brutto

Junior elektro projektant

Platové podmienky: od 1 300 do 1 600 €/Brutto

Ďalej ponúkame

- pracovný pomer v perspektívnej medzinárodnej spoločnosti, ktorá je súčasťou skupiny Chropynská Group a. s.
- možnosť osobného rozvoja a ďalšieho odborného rastu
- ročné príspevky zo sociálneho fondu ako napr. na rekreáciu a regeneráciu 165 €, na 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
- chutný obed a večera 1,00 €/porcia

Podrobnejšie informácie na www.chropynska.sk a na tel. čísle:
+421 45 520 32 06, +421 911 126 536

V prípade záujmu o uvedené pracovné pozície zašlite svoj
profesijný životopis s motivačným listom na adresu firmy:

Dúbravy, Areál PPS 48, 962 12 DETVA

resp. na e-mail: personalne@chropynska.sk

77-0018

77-0018

Echinacea purpurová pre naše zdravie

Echinacea purpurová je trvalka a v našich záhradách ju zvykneme pestovať ako okrasnú rastlinu. Jej kvety ale aj koreň či listy majú však tiež mnoho priaznivých účinkov na naše zdravie. Odporúča sa užívať najmä v období chrípok, viróz a prechladnutí.

Zber a sušenie koreňa

Koreň echinacey sa zberá na jeseň. Po tom ako korene vyberiete z pôdy, poriadne ich očistíte od zeminy a nečistôt, umyte pod tečúcou vodou a následne ich na utierke dôkladne osušte. Potom ich nakrájajte na menšie kúsky. Tie poukladajte na sito a sušte na suchom a vzdušnom mieste. Korene priebežne kontrolujte, či náhodou neplesnivujú. Po usušení, čo môže trvať aj niekoľko týždňov, ich vložte do uzatvárateľnej nádoby a odložte na tmavé miesto.

Účinky na zdravie

Echinacea obsahuje množstvo antioxidantov, najmä flavonoidy, echinakozid, glykozidy, alkylamidy, pyrrolizidinové alkaloidy, éterické oleje a polyacetylény. „Flavonoidy ochraňujú naše bunky pred voľnými radikálmi, bránia rastu rakovinových buniek a posilňujú imunitu, niektoré z nich dokonca pôsobia na spevnenie cievnej steny,“ popisuje na sociálnej sieti Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava Mgr. Blažová z tamojšej

Poradne zdravia. Echinakozid vie veľmi dobre aktivovať náš imunitný systém, dokáže ničiť baktérie, vírusy a tiež plesne. Látky obsiahnuté v echinacei pôsobia synergicky, vzájomne sa podporujú a výsledný efekt je preto silný.

Použitie

Echinaceu môžeme využiť vo forme tinktúry, čaju, či kapsúl.

Pozor!

„Keďže ide o silnú bylinku odporúča sa jej užívanie len krátkodobo. Pozor však aj na odporúčané dávky, nakoľko môže u niektorých vzniknúť alergická reakcia či tráviace ťažkosti,“ upozorňujú odborníci na sociálnej sieti Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava.



» ren
zdroj foto Geof08 pixabay

Spomienka

Odišla výnimočná žena - šoférka rodiny, ktorá priviedla na svet tri zdravé deti a s láskou im poskytla riadnu kresťanskú výchovu. Bola im oporou pri štúdiu a pomohla im získať vysokoškolské vzdelanie. Všetky tri deti si vybudovali svoje tradičné rodiny a vlastné bývanie, ku ktorým aj ona významne prispela. Odišla šéfkou firmy, ktorú s odhodlaním založila a v najlepších časoch zamestnávala až sedem žien. So všetkým, čo jej život priniesol, si vždy vedela poradiť. Taká bola naša drahá mama, babka a manželka,



Angelika Balková zo Sliacha - silná, obetavá a láskavá.

Dnes nám zostáva len utierať slzy, s kvetmi k jej hrobu chodiť, zapáliť sviečku a modliť sa. Prosíme Ťa, prepáč nám všetko a ďakujeme Ti za všetko, čo si pre nás urobila. Dňa 30. januára 2025 si pripomenieme 1. smutné výročie jej odchodu.

Ďakujeme všetkým, ktorí ju prišli odprevadiť na jej poslednej ceste a naďalej na ňu s láskou spomínajú.

DOM KAVY

DOMKAVY.SK
TRNAVA

BIGBEAN10

ZLAVOVÝ KÓD - 10% ZLAVA PLATÍ PRI NÁKUPE ŠIESTICH 250G KÁV BIGBEAN ZO STRÁNKY WWW.DOMKAVY.SK ALE AJ PRI NÁKUPE NA PREDAJNI.

Chystáme netradičné dezerty

Upečte si chutné mrkvové koláče

Jablkové či slivkové koláče pečieme bežne. Avšak napríklad taký mrkvový koláčik sa neobjavuje na našich stoloch až tak často a je to možno škoda, pretože skutočne výborne chutí. Mrkvu kúpime v našej obchodnej sieti počas celého roka, tak prečo ho nevyskúšať?

Mrkvová hrnčeková torta či koláč

Suroviny:

Cesto: 2 hrnčeky hladká múka, 1 hrnček cukor, 1/2 hrnčeka mleté orechy, 1/2 hrnčeka olej, 3 ks vajce, 3 ks mrkva (väčšia), 1 balíček prášok do pečiva, 1 PL med, 1 KL škoricca mletá

Krém: 400g čerstvý krémový smotanový syr, 1/3 hrnčeka práškového trstinového cukru

Na ozdobenie: posekané orechy alebo mandle či pistácie, sušené jahody alebo maliny, kokosové lupienky a podobne



Ilustračné foto.

» zdroj fotokreativekama pixabay

(výber je na vás, podľa vašej chute)

Postup:

Mrkvu umyjeme, očistíme a nastrúhame na jemno.

V miske vyšľaháme vajíčka s cukrom do peny. Pridáme med a škoricu. Následne primiešame olej, mleté orechy a mrkvu. Na záver jemne primiešame múku, do ktorej sme si vopred pridali prášok do pečiva.

Cesto vylejeme na plech, ktorý sme si vystlali papierom na pečenie. Pečieme pri 170°C približne 30 až 40 minút – podľa rúry.

Kým sa koláč pečie, pripravíme si krém tak, že v miske vyšľaháme čerstvý krémový smotanový syr s práškovým cukrom.

Upečený mrkvový koláč necháme vychladnúť a potom potrieme krémom. Následne ho necháme chvíľu stuhnúť, potom nakrájame a ozdobíme napríklad nasekanými orechmi, sušenými ovocím alebo kokosovými lupienkami.

Mrkvové brownies

Suroviny:

150 g tmavá čokoláda, 180 g maslo, 170 g hnedý cukor, 4 ks vajcia, 250 g nastrúhaná mrkva, 100 g hladká špaldová múka, 100 g mleté orechy, 2 ČL prášok



Ilustračné foto.

» zdroj foto eatde pixabay

do pečiva, 25 g kakao, vanilková aróma

kakaom, práškom do pečiva a nastrúhanou mrkvou.

Postup:

Mrkvu umyjeme, očistíme a nastrúhame na jemno.

Čokoládu a maslo rozpustíme vo vodnom kúpeli a necháme trochu vychladnúť. Celé vajíčka vyšľaháme s cukrom do penista, pridáme vanilkovú arómu a prilejeme rozpustenú čokoládu. Následne pridáme múku, ktorú sme si v druhej miske zmiešali s mletými orechmi,

Vzniknuté cesto nalejeme na plech, ktorý sme si vystlali papierom na pečenie. Pečieme pri 160 - 170°C približne 30 až 40 minút – podľa rúry.

Upečený mrkvový brownies necháme vychladnúť, potom nakrájame na kocky a môžeme ozdobiť napríklad nasekanými orechmi alebo sušenými ovocím, prípadne čokoládou.

» ren

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

POKRÝVAČ- TESÁR

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

OKAMŽITÉ
ZAČATIE
PRÁČ

-10% Z CENY PRÁČE DO 31.03.2025

ZDARMA
doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁČU RUČÍME!

Kontakt: +421 949 623 050

Oplatí sa.sk

ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE!

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

www.moriak.sk
MORKY PETRÁNEK s.r.o.

0911 593 555
moriak@moriak.sk

FARMA
ČREMOŠNÉ
Dovezieme až k Vám

**POZOR
AKCIA JANUÁR**

**GAZDOVSKÉ
OČISTENÉ
MORKY A MORIAKY** 4,70 - 5,20 €/kg

Akcia platí
do vypredania zásob

DOVOZ NA ADRESU

18 týž. mládky,
brojlerové kuriatka

www.hydinashop.sk
0944 842 953

ADAM KRTKO

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

NONSTOP 0948 948 606

**PRIJMEME
upratovačku**

na 1,5 hod. denne

KRUPINA - centrum

Mzda: 180 €/mesiac v čistom

0948 70 70 76

**BITUFLEX s.r.o. OBNOVA PLECHOVEJ
A ETERNITOVEJ STRECHY**

PRACUJEME VÝHRADNE
NA ZÁKLADE ZMLUVY

- odstránenie nečistôt
- penetrácia
- vynikajúca nepriepustnosť vody
- vzhľad škridle
- vysoká životnosť
- ZAMERANIE ZDARMA
- BEZ ZÁLOHY
- prvotriedny materiál zn. Index mineral design
- záruka 25 rokov a dlhoročné skúsenosti

ZĽAVA pre seniorov

www.bituflex.sk
Bituflexroznava@gmail.com

Oprava komínu **GRÁTIS**

0950 266 604

EURO-MONT

BRÚSENIE DREVENÝCH PARKIET

Odborne a kvalitne!

- Široký výber povrchových úprav lakom alebo olej-voskom
- Bezprašná technológia
- Predaj a montáž drevených parkiet
- Oprava a výmena poškodených parkiet

Kompletná renovácia s 3x lakovaním už od **15,99€/m²**

0917 755 577 | **www.brusenieparkiet.com**

eko max

TEPLO A POHODA S EKOPALIVAMI OD NÁS

Bukové brikety 960 kg / 272 € 600 kg / 212 €	Smrekové brikety 960 kg / 267 € 600 kg / 207 €	Drevo v kletke 1 prm / 172 € 1,7 prm / 222 €	Smrekové peletky A1 1005 kg / 302 € 780 kg / 252 €
--	--	--	--

DOVOZ po celom Slovensku ZDARMA

OBJEDNAJTE: 0918 348 999 info@ekomax.sk

		8	9	3		6	2
S			2			8	
U							1
D	4	5		3	9		
O		1			5		
K	2	3					
U		2					1
	5	3	1				

KOVOVÝROBA

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

OCEĽ - NEREZ - HLINÍK

Tel.: 0910 171 103

**PREDÁVATE DOM, BYT,
POZEMOK A INÉ?**

- Pomôžeme vám s ich predajom alebo prenájomom
- 16 ročné skúsenosti na trhu s nehnuteľnosťami
- Tržné ohodnotenie vašej nehnuteľnosti
- Profesionálne právne, katastrálne a hypotekárne služby

volajte 0903 419 623

1. februára 1913 Výročia a udalosti
otvorili newyorskú železničnú stanicu Grand Central Terminal ako najväčšiu na svete

4. februára 1993 Výročia a udalosti
Slovensko sa stalo členom Svetovej zdravotníckej organizácie

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

**ZLAVY AŽ
DO 50%**

Stannah

Nový rok, nové príležitosti!

Spoločnosť Stannah ponúka
DARČEKOVÚ KARTU v
hodnote 500 € za objednávku
uskutočnenú do 2.2.2025. *

Toto hovoria naši zákazníci.
Neni k tomu čo dodať

Služby
Špičkovej
Kvality

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

Helena Sotáková ★ Trustpilot

Zavolajte zadarmo
0800 162 162 • www.stannah.sk

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

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

KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje i celé
poľovnícke zbierky.

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

Výkup mincí
do roku 1945

Celá SR

0904 474 597

vykupparoziaeu@gmail.com

MON TTER

ROČNÉ
12
SKÚSENOSTÍ

**ZIMNÉ ZÁHRADY
PERGOLY
ZASKLENIE**

AJ BEZ MONTÁŽE
ušetrite takmer **50%**

0919 383 881
www.monter.sk

objednavky@monter.sk

POKRÝVAČ- TESÁR

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

**ZA NAŠU PRÁCU
RUČÍME!**

Kontakt: Janek - 0919 495 628

**EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANOU TECHNOLÓGIU**



**BOMBA
FASÁDA**
www.bombafasada.sk
+421 905 148 393
info@bombafasada.sk

STÁLE VÁHATE ? DOTÁCIE SA MÍŇAJÚ RÝCHLYM TEMPOM. ZAVOLAJTE EŠTE DNES !!!

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

VOLAJTE: 0909 131 131

Fotovoltaická elektrárň 3,18 kW

- základná zostava 7 panelov o výkone 455Wp
- inštalovaný výkon 3185Wp
- návratnosť 4-5 rokov
- zariadenie na kľúč
- kvalita na prvom mieste
- zdražovanie energií sa Vás týkať nebude



**Záruka
25 ROKOV**

Zaplatíte len
2190€*

*Cena vrátane montáže

!!!NEPREMEŠKAJTE!!!

Špeciálna ponuka
Ak si zaobstaráte 5kW elektrárň
DOSTANETE 10kW

menič napätia
namiesto 5kW
v úžasnej
cene

2790€



11ks
10kw Menič

Akcia na 10kW menič
Platí pre prvých 50
zákazníkov

Teplné čerpadlo Galmet Prima

- s našim tepelným čerpadlom zabudnete na uhlie a drevo
- užite si komfort, pohodlie a teplo domova bez námahy
- dostupné verzie 6kw, 8kw, 10kw, 12kw a 16kw
- vhodné aj pre radiátory
- pracuje aj pri teplote -25°C
- 10kw verzia vykúri 200m2

Zaplatíte len
4290€*

*Cena vrátane montáže



**Záručný servis
zabezpečuje
výrobca**