



Čítajte nás:

www.cujte.sk

LIPTOVSKO MIKULÁŠSKO-RUŽOMBERSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 37 270 domácností

!!! REKVALIFIKUJTE SA !!!

v perspektívnom odbore

Ministerstvom školstva SR akreditované nadstavbové štúdium pre získanie elektrotechnickej kvalifikácie

ELEKTROTECHNICKÉ MINIMUM +\$21

Určené pre osoby bez elektrotechnickej kvalifikácie, ktoré majú záujem uplatniť sa v oblasti elektrotechniky

Začiatok vzdelávania: 11. apríl 2025

Prednášky cez internet bez nutnosti cestovať do Žiliny. Kurzy preplácajú Úrady práce zamestnaným a aj nezamestnaným. MARKAB s.r.o., A.Rudnaya 21, Žilina, oprávnená vzdel.org. www.markab.sk, 041/5626 188, markab@markab.sk

FAGAN S.R.O. VIDEO SLUŽBY

PREPÍŠEM VAŠE
VIDEOKAZETY NA DVD AJ USB
5.-až 7.-C / kazeta

V cene je DVD s potlačou a obalom
Formáty: VHS, VHS-C, video 8, Hi8, Digital8, miniDV... aj NTSC
...prípadne aj magnetofónové kazety a kotúčové pásky na CD

Jožo FAŠÁNOK
0905 666 303
www.jozofasanok.sk

MP - WOOD

- tatranský obklad (smrek, borovicaj)
- OSB dosky
- zrubový obklad
- palubkový obklad
- dlážkovica
- terasová dlážka č.smrek
- strešné laty
- hranoly

Zaručene slovenský výrobok za dobré ceny

viac ako 15000 m² skladom

0918 634 968, mp.woodlm@gmail.com
Kpt. Nálepku 10, (areál bývalého Liptostavu), smer Háj Nicovô

DOMÁCE OŠÍPANÉ

UŽ V POLOVIČKÁCH

S DOVOZOM V CENE

Volajte 0908 131 199

PONÚKAM STAVEBNÉ PRÁCE

- rekonštrukcie bytov a domov
- hrubé stavby a betonáže
- zameranie a montáž okien, dverí, sieťok, žalúzií
- búracie a zemné práce
- zateplovanie rodinných domov
- dekoratívne omietky

0902 494 945

POKRÝVAČSKÉ PRÁCE STRIECH A MONTÁŽ KLAMPIARSKYCH PRÁC

- Montáž strešných okien
- Predaj odkvapového systému a ohýbanie plechov do dĺžky 4 metrov
- Prerábanie malých staveb. prác

JÁN KLIMO, 0915 746 313, jk.klimo@gmail.com

MONTES COMPANY

STRIKANÁ IZOLÁCIA

LIKVIDÁCIA AZBESTU

www.montescompany.sk
0904 272 887

VIDITEĽNE VIAC PRE VÁŠ DOMOV

- OKNÁ
- OPLOTENIE:
- HLINÍKOVÉ, OCEĽOVÉ GARÁŽOVÉ BRÁNY
- TIENIACA TECHNIKA
- ŽALÚZIE • ROLETY • SCREENY • MARKÍZY • PERGOLY

Levit s.r.o.
UL. 1. Mája 709, PASÁŽ LIPŤÁČIK, Lipt. Mikuláš
info@levit.sk • www.levit.sk • 0917 546 147

ZAMERANIE A CENOVÁ PONUKA
ZDARMA

LIKVIDÁCIA ŠKODLIVÉHO HMYZU (PLOŠTICE, BLCHY, MRAVCE, PAVÚKY, OSY, SRŠNE)

0917 457 889

lyservis.com

ROJA STAVBY LIPTOV

- výstavba rodinných domov
- rekonštrukcie rodinných domov
- rekonštrukcie bytov a bytových jadier
- zateplovanie rodinných domov
- realizácia zámkovej dlažby
- tesárske práce

0904 333 287 / 0904 510 661

MONTÁŽ ŽALÚZIÍ sieťok a roliet všetkých typov

Oprava
Údržba

Zameranie a ponuka **ZDARMA**

0907 823 388
044/ 559 36 80
martin.danaj@gmail.com

STAVEBNÉ PRÁCE
VÝSTAVBA RODINNÝCH DOMOV
REKONŠTRUKCIE

0902 366 714

PREDAJ

JATOČNÝCH OŠÍPANÝCH NA DOCHOV ODSTAVČIAT
BRAVČOVÝCH POLOVIČIEK
AJ NA OBEČNÚ ZABÍJAČKU

0908 885 892

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



XXL
TÝŽDEŇ
KÚPTE VIAC
ZAPLAŤTE MENEJ!

47% ZĽAVA
16.99*
8.95
• (1kg = 8.95)
Jacobs Krönung
3 x 250 g = 750 g
mliečková káva

1 balenie iba
2.99
KRÖNUNG KRÖNUNG KRÖNUNG
SUPE CEN SUPE CEN SUPER CENA

34% ZĽAVA
3.79
2.49
Kuracie stehná
XXL
cena za 1 kg
hond./dotné



34% ZĽAVA
5.35
3.49
Bravčové plecko
cena za 1 kg
v celku, bez kostí



35% ZĽAVA
3.69*
2.39
• (1kg = 9.50)
Rajo maslo
250 g



OD PONDELKA

OD PONDELKA 10. 2. DO NEDELE 16. 2.
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

50% ZĽAVA
9.99***
4.89
Konzumné zemiaky neskoré
30 kg balenie
neprané
varné typ B – prílohové

1 kg iba
0.49

10 kg balenie



Lidl
STANOK
BERNÉ ČIARKE

47% ZĽAVA
2.47
1.29
Mandarínky
cena za 1 kg

vhodné
na šťavu



51% ZĽAVA
2.47
1.19

2+1 ZADARMO
5.11**
3.41*
• (1 = 4.50)
Mojvíno víno
0,75 l
tápmo strážu
*Cena za bal prílohy 3 balení = 3,41 €
**Cena prílohy prílohy 3 balení = 3,7 €
Cena za 1 bal = 10,33 €



37% ZĽAVA
5.94
3.69
• (1 kg = 14,76)
Merci Finest Selection
250 g



**Odpovedaná bežná maloobchodná predajná cena výrobku.

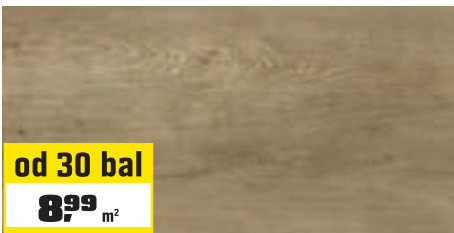
***Cena odporúčanej veľkej predajnej ceny porovnateľného produktu zaradeného do sieteho sortimentu spoločnosti LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri porovnaní s inou cenou produktu z dočasného zľazovania ... a mnoho ďalších výrobkov na www.lidl.sk

Posledná tovar v letáku platí od 10. 2. do 16. 2. 2025 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Filtra LIDL si vyhradzuje právo zmeniť v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.



BOBRIA SILA V AKCII

VÝHODNÉ FEBRUÁROVÉ PONUKY

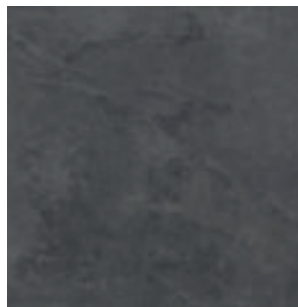


od 30 bal
8,99 m²
od 60 bal
7,99 m²

Aktuálna cena: 10,99 €/m²

DLAŽBA „METROPOLIS“ BEIGE 30 × 60 CM

Hrúbka 7,5 mm, trieda oteru 4. Protišmyková úprava R9. Mrazuvzdorná, rektifikovaná. Vhodná do interiéru aj exteriéru. Matný povrch, vzhľad dreva. 1,620 m²/balenie (9 ks). OBI č. 2325454 a i.



od 27 bal
9,99 m²
od 54 bal
9,49 m²

Aktuálna cena: 10,79 €/m²

DLAŽBA „ANTRACIT“

Rozmer 60 × 60 cm. Mrazuvzdorná a rektifikovaná. Do interiéru aj exteriéru. Vzhľad betónu, matný povrch. Hrúbka: 8 mm. Trieda oteruvzdornosti: PEI4 (vysoké zaťaženie). Trieda protišmykovosti: R10. Vhodná pre podlahové vykurovanie. Obsah balenia: 1,8 m² (5 ks). OBI č. 2425148



od 30 bal
7,99 m²
od 60 bal
7,19 m²

Aktuálna cena: 9,99 €/m²

DLAŽBA „GRANIT“

Rozmery: 30 × 30 cm, protišmykovosť R10, spekaná, farba tmavohnedá. Obsah balenia 1,62 m². Vhodná do interiéru aj exteriéru. OBI č. 1951920



od 40 bal.
6,95 m²
od 80 bal.
5,99 m²

Aktuálna cena: 8,15 €/m²

OBKLAD „BARBADOS“

Rozmery: 9,2 × 37 cm, 1. trieda, farba béžová. Obsah balenia 0,48 m². OBI č. 1216555



od 4 ks
56,99 ks
od 10 ks
52,00 ks

Aktuálna cena: 69,99 €

INTERIÉROVÉ DVERE „METRIX“¹

Dostupné veľkosti 60, 70, 80 a 90 cm, pravé/lavé prevedenie, biela, rám z MDF dosky, stabilizačná vyplň voššina. OBI č. 2129526 a i.



od 4 ks
89,99 ks
od 10 ks
80,00 ks

Aktuálna cena: 99,99 €

RÁMOVÉ FALCOVÉ INTERIÉROVÉ DVERE „VANILLA 10“¹

Prevedenie: 60, 70, 80 a 90 cm, rámová konštrukcia bez voštiny, 3D fólia, orech taliansky. OBI č. 1539584 a i.

Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

¹Cena bez zárubne a kovania.
Platí od 7. 2. do 20. 2. 2025 alebo do vypredania zásob.



OBI

DOKÁŽETE ČOKOLVEK

Bezplatný týždenník

LIPTOVSKO
MIKULÁŠKO-RUŽOMBERSKO

EV 6219/24

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

Ročník II, rok 2025

Redakcia: Garbiarska 905
LIPTOVSKÝ MIKULÁŠ
liptovsko@regionpress.sk

INZERCIA

Andrea Guzyová 0907 673 928
Lucia Nosická 0911 196 170
Lucia Stupková Galicová 0908 792 859www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.skVychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (32720 domácností)

pámy týždeň:

Liptovský Mikuláš, Ružomberok, Švošov, Liptovský Hrádok, Liptovská Ondrašová, Okolíčné, Patúdzka, Černová, Hrboltová, Bešeňová, Ivachnová, Kalameny, Komjatná, Likavka, Liptovská Osada, Liptovská Teplá, Liptovské Revice, Liptovské Sliacce, Lisková, Lúčky, Ludrová, Štiavnička, Valaská Dubová

nepámy týždeň:

Liptovský Mikuláš, Ružomberok, Liptovský Hrádok, Liptovská Ondrašová, Okolíčné, Patúdzka, Ilanovo, Ploštín, Bobrovec, Dúbrava, Hybe, Jakubovany, Jamník, Kráľova Lehota, Kvačany, Lazisko, Liptovská Kokava, Liptovská Sielnica, Dovalovo, Liptovský Ján, Liptovský Ondrej, Lubeľa, Partizánska Lúпча, Podtureň, Pribylina, Svätý Kríž, Trstené, Uhorská Ves, Vavrišovo, Veterná Poruba, Vlachy, Vlachy-Krmeš, Vlašky, Závažná Poruba, Východná, Liptovská Porúbka

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-ŠALIANSKO |
| HC | 30330 | HLOHOVECKO-SEREĎSKO |
| KM | 16450 | KOMÁRŇANSKO |
| LV | 30580 | LEVICKO |
| MA | 29680 | MALACKO |
| NR | 54170 | NITRIANSKO |
| NZ | 35050 | NOVOZÁMCKO |
| PK | 22970 | PEZINSKO |
| PN | 41870 | PIEŠŤANSKO-NM-MY |
| SC | 35420 | SENECKO |
| SE | 36750 | SENIČKO-SKALICKO |
| TO | 41930 | TOPOLČIANSKO-PE-BN |
| TN | 60750 | TRENČIANSKO-DCA-IL |
| TT | 49930 | TRNAVSKO |
| ZM | 20930 | ZLATOMORAVSKO |

Stredné Slovensko

| | | |
|----|-------|-----------------------|
| BB | 56200 | BANSKOBYSTRICKO-SK-SP |
| KY | 29300 | KYSUCKO-CA-KM |
| LI | 37270 | LIPTOVSKO-LM-RK |
| LC | 30860 | LUCIENECCKO-VK-PT |
| MT | 38570 | MARTINSKO-TR |
| OR | 34980 | ORAVSKO-DIK-NO-TS |
| PB | 33590 | POVAŽSKO-PB-PU |
| PD | 40150 | PRIEVIDSKO |
| ZV | 38400 | ZVOLENSKO-DI-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-VI-SV-ML |
| KE | 92130 | KOŠICKO |
| KS | 24900 | KOŠICKO okolie |
| SL | 12940 | LUBOVNIANSKO |
| MI | 31260 | MICHALOVSKO-TV-SO |
| PP | 41520 | POPRADESKO-KK |
| PD | 49940 | PREŠOVSKO-SB |
| SN | 32540 | SPIŠSKO-LE-GL |

Ako chlieb a syr pomáhajú na ceste k Bohu

Keď pred 54 rokmi prišiel salezian Antonio Polo z Talianska do ekvádorskej dediny Salinas de Guaranda, ohromili ho dve veci. Nádherna andských hôr a nesmierne ťažké životné podmienky miestnych. Spomína: „Neboli tu cesty, elektrina, a ľudia ťažko pracovali v solných baniach.“ Drina počas ťažby soli si vyberala svoju daň na zdraví a pokožke robotníkov.

Don Antonio prišiel do Salinas slúžiť ako kňaz. Rýchlo pochopil, že je dôležitý pomocť ľuďom samostatne hospodáriť, aby sa zbavili namáhavej a zle platennej práce v baniach. „Nechcel som, aby boli závislí od almužien, chcel som, aby boli sebestační. Samotná práca so solou nestačila. Napadlo mi vyrábanie syra,“ hovorí.

Zručnosť miestnych farmárov, ideálne podnebie a dostatok dobytky sa ukázali ako výborný základ pre tento nápad. To bol začiatok príbehu syru Salinerito, ktorý je dnes celosťatne známy a obľúbenou značkou s predajňami v najväčších mestách Ekvádoru.

Don Antonio zdôrazňuje dôležitosť prepojenia duchovného a ľudského rozvoja: „Pre mňa existujú tri základné druhy chleba: chlieb Slova a evanjelizácie, chlieb Eucharistie a každodenný chlieb, naša obživa. Bez tohto chleba

mladí ľudia zanechávajú svoje domovy a odchádzajú preč. Ak im neponúkne prácu, stratíme aj možnosť poskytnúť im ostatné „chleby“. Bez práce nie je život“.

Dnes sa v Salinas vyrába nielen syr, ale aj čokoláda, prírodná kozmetika a ďalšie lokálne výrobky. Ľudia majú zabezpečený každodenný chlieb a veľký hlad po chlebe Slova a Eucharistie. Do farnosti Salinas patrí aj odľahlá filiálka San Miguel de Cañitas, kde žije 70 domorodých rodín. Veľmi túžili mať kaplnku, aby sa na bohoslužby nemuseli stretávať v škole. S podporou nadácie ACN budujú svoj vlastný kostolík, kde budú oslavovať Boha a prijímať eucharistický chlieb. „Neustále sa modlíme za ACN a za štedrých dobrodinco, ktorí to umožňujú,“ ďakuje don Antonio. „Na túto misiu som bol povolaný pred 54 rokmi, môj čas sa chýli ku koncu. Silu čerpám z nádeje, že dobré dielo bude pokračovať.“

www.acnslovensko.sk



» acn

zdroj foto ACN

BE-PROSTAV...

- DREVO 1,8m ukladané 180€
- PELETY 220€/t
- EKOHRÁŠOK PREMIUM 28MJ 320€/t
- BUKOVÉ BRIKETY RUF 220€/t
- UHOĽNÉ BRIKETY 320€/t
- VALCOVÉ BRIKETY 240€/t

dovoz zdarma

tel: 0905 783 360 • www.be-prostav.eu

NÁTERY a ČISTENIE STRIECH

výskové práce 0947 102 999

STRIEKANÉ IZOLÁCIE

12,50 €/m² pur penou, hrúbka 20 cm

0,58 €/m² hrúbka 1 cm

• najlepší pomer kvalita/cena

• predĺžená záruka na 60 mesiacov

• diagnostika zatepľovaných konštrukcií v cene

Partner firmy Stavpoč Jendrol'

STAVEBNÉ PRÁCE

tel: 0915 363 983

POTERY a STROJOVÉ OMIETKY

IZOLÁCIA PODKROVIA

tel: +48 665 719 051

BEZPEČNOSTNÉ DVERE

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

DUB MATNÝ **DUB ŠEDÝ** **ORECH MATNÝ** **DUB VZOR** **ANTRACIT** **BIELE VZOR**

AKCIA 430€

kovanie ZDARMA

zameranie ZDARMA

v ponuke aj **INTERIÉROVÉ DVERE**

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

odborná montáž s licenciou technickej služby od polície SR

www.ocelovedvere.sk

ocelovedvere@ocelovedvere.sk

0905 468 802 **KEŽMAROK, Hlavné námestie 78** Otvorené: Po-Pia: 9⁰⁰-17⁰⁰

RIZIKOVÉ PÍLENIE STROMOV

• opílenie konárov

• redukcia stromov

www.altitudo.sk 0917 578 839

KÚPEĽNE BYTOVÉ JADRÁ

- prestavba bytových jadier
- rekonštrukcie kúpeľní v rod. domoch a bytoch
- realizácia bezbariérových kúpeľní - ZTP
- rekonštrukcie rodinných domov a bytov (obklady a dlažby, omietky, sádrokartón, maliarske práce, plávajúce podlahy)

www.kupelne-bytove-jadra.webnode.sk, tel: 0911 699 577

Realizujeme

- Strojové omietky
- Sádrokartóny
- Prerábky kúpeľní
- Hrubé stavby

tel. 0904 194 814

strojoveomietky@gmail.com

ADAM KRTKO

- čistenie kanalizácie,
- lapačov tukov
- kamerovanie lokalizácia potrubia

NONSTOP 0948 948 606

ŠTIEPANÉ PALIVOVÉ DREVO 33cm DLHÉ

43€/PRM **SMREK**

64€/PRM **BUK**

0918 561 609

DOVOZ NA ADRESU

18 týž. mládky, brojlerové a nosnicové kuriatka

husí, kačky, husokačky, morky

www.hydinashop.sk

0944 842 953

VYSOKOZNÁŠKOVÉ MLÁDKY DOMINANT

rôzne farby

Vek 14 týždňov (prvý marcový týždeň)

Cena od 7,80 eur za 1ks od 10ks doprava zdarma

0915 988 336

ZEMIAKY

sadbové aj konzumné

ružnové aj žlté

Cena 0,58 eur za 1kg

0915 988 336

Doprava ZDARMA od 100kg

Potrebujete
pomocť?

Hasičská a záchranná
služba, polícia:

112

Hasičská služba:

150, 112

Záchranná služba:

155, 112

Polícia:

158, 112

Mestská polícia:

159

Havarijná služba:

0123

Letecká záchranná

služba:

18 155

Horská záchranná

služba:

18 300

Odstraňovanie

následkov

dopravných nehôd:

154

Havarijná a núdzová

služba pre motoristov:

18 128, 18 154

**FRÉZOVANIE
VLOŽKOVANIE**

FRÉZOVANIE
od 15€/bm

REKONŠTRUKCIA
KOMINOV

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA
na materiál 40%

• PRESTAVBY
NADSTREŠNÝCH
ČASŤÍ KOMINOV
• ZATEPLOVANIE
A SIETKOVANIE
KOMINOV
• OBHĽIADKA KOMINOV
ZDARMA

0948 012 507 • www.profikominy.sk

OLEA DOOR
www.oleadoor.sk

GARÁŽOVÉ BRÁNY
SEKČNÉ / KRÍDLOVÉ / VÝKLOPNÉ

0907 265 361

VÝROBA • MONTÁŽ • SERVIS

**Frézovanie a vložkovanie
KOMINOV**

frézovanie
od 15€/m

- Frézovanie 1 m - 15 €
- Certifikovaný žiaruvzdorný materiál
- Akcia 10m komin vyfrézovanie,
vyvložkovanie komplet 900€
- Obhliadka zdarma, dohoda istá

ZĽAVA
na materiál
40%

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

FÚKANÉ IZOLÁCIE

STARŠIE RODINNÉ DOMY, NOVOSTAVBY

Tel: 0951 387 690

SLOVEKON

OKNÁ - DVERE - BALKÓNY

interiérové dvere
žalúzie - rolety
siete proti hmyzu
izolačné sklá

okenné fólie
parapety



Kancelárie a výroba: Vlchy 283, okr. LM
044/55 935 90, 0903 500 643, 0915 817 777
slovekon@slovekon.sk, www.slovekon.sk

**FRÉZOVANIE
A VLOŽKOVANIE KOMINOV**

Fasádne 3-vrstvé kominy
Rekonštrukcie kominov

Oplechovanie Frézovanie Obhliadka
kominov od 15€/m zdarma

**MONTÁŽ
V CELEJ SR**

tel: 0907 265 361

- Frézovanie kominov
- Vložkovanie kominov
- Revízie kominov na kolaudáciu
- Výstavba nerezových
a betónovo-nerezových
kominov

Všetko pre Vaš komin

www.kominy-kabac.sk

☎ 0908 591 216 ☎ 0905 742 808

STAVEBNÉ PRÁCE

KÚPEĽNE, OBKLADY, DLAŽBY

Bytové jadrá, stierkovanie,
maľovanie, bezbariérové kúpeľne,
plávajúce podlahy, dvere+montáž.

Tel: 0951 387 690

**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
• nedehtujú
• pre všetky typy pecí,
sporákov a krbov

NONSTOP SLUŽBA
0915 113 102
Rozvoz aj v sobotu

**BRIKETY - UHLIE
EKOHRÁŠOK**

PALETOVANÉ DREVO
BRIKETY AJ NA PALETE

Uhoľné sklady Ružomberok
Bystrická cesta - oproti Shell

UHLIE JE POD STRECHOU

OBJEDNÁVKY: 0907 674 081

NEREZOVÉ KOMINOVÉ VLOŽKY
OCEĽOVÉ DYMOVODY
FASÁDNE 3-VRSTVÉ KOMINY

komín s.r.o.

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMINOV

☎ 0948 267 814
✉ kominsro@kominsro.sk
🌐 kominsro.sk

Slovenský certifikovaný výrobca nerezových kominov

KAMENÁRSTVO

IVAN ŠNAUKO LIKAVKA 73
PONÚKAME
VÝROBA, MONTÁŽ POMNÍKOV
ŠIROKÝ VÝBER POMNÍKOV A TVAROV
Z PŘÍRODNÉHO KAMEŇA

VÝHODNÉ CENY

AK NEMÔŽETE PRÍŠŤ RADI VÁS NAVŠTÍVIME
www.kamenarstvo-snauko.sk 0902 264 540

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

**PELETY
BRIKETY**

VŠETKO
SKLADOM

ROZVOZ PRIAMO AŽ K VÁM
DOMOV, AJ V SOBOTU

www.pilavasilov.sk
Kontakt 0907105 008

Daňový bonus a zahraničná pracovná cesta

Finančná správa vydala nové usmernenie k uplatneniu daňového bonusu na vyživované dieťa u zamestnávateľa v priebehu roka 2025. Zamestnanci sa tak nemusia obávať pozastavenia jeho vyplácania, ak absolvovali pracovnú cestu v zahraničí.

V rámci konsolidácie verejných financií dochádza k úprave pravidiel pri priznávaní a vyplácaní daňového bonusu na vyživované dieťa. „Novinkou je, že nárok na daňový bonus si môže uplatniť len daňovník, ktorého úhrn zdaniteľných príjmov zo zdrojov na území SR v príslušnom zdaňovacom období, tvorí najmenej 90% zo všetkých príjmov tohto daňovníka,“ približuje Finančná správa.

Zamestnanec, ktorý je zároveň na Slovensku daňovým rezidentom, si môže nárok na daňový bonus u zamestnávateľa uplatniť aj v priebehu roka, ak má zdaniteľné príjmy len zo zdrojov v SR. Pri uplatnení daňového bonusu tento zamestnanec nebude sledovať úhrn všetkých príjmov zo zdrojov v zahraničí, ale iba úhrn zdaniteľných príjmov v zahraničí. „Ak teda daňovníkove príjmy nie sú zdaniteľnými príjmami v zahraničí, uvedené nebude mať vplyv na priznanie daňového bonusu. Zamestnávateľ teda nepozastaví priznanie a výplatu daňového bonusu, ak pôjde napríklad o príjem zamestnanca, ktorý je na pracovnej ceste

v zahraničí, alebo vodiča kamiónu, ktorý má uzatvorenú pracovnú zmluvu so slovenským zamestnávateľom, ktorý je platiteľom dane a vodič jazdí v rámci celej Európy,“ objasňuje Finančná správa a zároveň pripomína, že zamestnávateľ môže prihladiť na daňový bonus v priebehu roka len vtedy, ak zamestnanec podpíše nový vzor vyhlásenia na uplatnenie nezdaniteľnej časti základu dane na daňovníka a daňového bonusu. „Zamestnanec, ktorý nie je daňovým rezidentom, si v prípade splnenia všetkých podmienok môže nárok na daňový bonus uplatniť až po skončení zdaňovacieho obdobia v daňovom priznaní,“ uzatvára Finančná správa.

Usmernenie je k dispozícii v dokumente 8/DZPaU/2025/MU [pdf; 123 kB; nové okno] - Usmernenie k uplatneniu daňového bonusu na vyživované dieťa u zamestnávateľa v priebehu roka 2025.

Viac informácií môže verejnosť získať na call centre finančnej správy: **048/4317 222**.



» ren

zdroj foto stevepb pixabay

Ako požiadať o dávku ošetrovné

Počet ochorení na chrípku a ďalšie respiračné ochorenia v niektorých regiónoch Slovenska stúpa a zatvára aj viaceré triedy či školy a predškolské zariadenia. Nemocensky poistení rodičia detí si v takýchto životných situáciách môžu uplatniť v Sociálnej poisťovni nárok na dávku ošetrovné.

„V týchto prípadoch nie je potrebné kvôli žiadosti o dávku navštevovať ošetrojúceho lekára. Žiadosť vyplní rodič a následne ju potvrdzuje uzavreté zariadenie a v prípade zamestnanca aj jeho zamestnávateľ,“ približuje Sociálna poisťovňa a pripomína, že príslušné tlačivo Žiadosť o ošetrovné z dôvodu uzavretia školy, predškolského zariadenia alebo zariadenia sociálnych služieb je k dispozícii na jej webovej stránke v časti Formuláre ako formulár s poradovým číslom 278.

Postup podania žiadosti

„Poistenec na žiadosti uvedie odkedy - dokedy si uplatňuje nárok na dávku, meno a priezvisko dieťaťa, vypíše a podpíše vyhlásenie na zadnej strane. Žiadosť je potrebné predložiť na potvrdenie predškolskému/školskému zariadeniu, respektíve zariadeniu sociálnych služieb. Následne tlačivo klient predloží na potvrdenie aj svojmu zamestnávateľovi (ak ide o zamestnanca) a potom ho doručí príslušnej pobočke Sociálnej poisťovne, ktorá vykonáva nemocenské

poistenie (teda pobočke podľa sídla zamestnávateľa),“ radí Sociálna poisťovňa.

Jedno dieťa, jeden rodič, maximálne dva týždne

Nárok na ošetrovné má poistenec/rodič v rozsahu najviac 14 kalendárnych dní – a z toho istého dôvodu vzniká iba raz a z jednému poistencovi. „To znamená, že rodič si môže uplatniť nárok na ošetrovné na dieťa uplatniť počas jedného uzatvorenia škôlky/školy/zariadenia sociálnych služieb, a to iba raz. V prípade zamestnanca je okrem osobnej a celodennej starostlivosti podmienkou nároku na ošetrovné aj nedosahovanie príjmu, ktorý sa považuje za vymeriavací základ za obdobie trvania dôvodu na poskytovanie ošetrovného,“ objasňuje Sociálna poisťovňa.

Čo robiť, ak ochorie dieťa

Rodičia chorých detí majú po splnení zákonných podmienok tiež možnosť využiť nárok na ošetrovné – a to z dôvodu ochorenia dieťaťa, ak si zdravotný stav dieťaťa vyžaduje celodenné osobné ošetrovanie. „V takom prípade tlačivo Žiadosť o ošetrovné vystavuje pediater a následne ho poistenec podpíše a potvrdí zamestnávateľ (ak ide o zamestnanca). Nárok na dávku ošetrovné je aj v tomto prípade možný najviac na obdobie 14 kalendárnych dní,“ uzatvára Sociálna poisťovňa.

» ren

Výber študijných odborov je pestrý

Župné školy v Bratislavskom kraji ponúkajú širokú škálu odborov, moderné prostredie či centrá excelentnosti. S blížiacim sa termínom podávania prihlášok na stredné školy, ktorý je 20. 2. 2025, sa deviataci základných škôl rozhodujú, kam povedú ich kroky ďalej.

Zo škôl v pôsobnosti Bratislavského samosprávneho kraja (BSK) si môžu vyberať z 13 gymnázií (z nich 8 má aj bilingválne triedy), jednej športovej školy, 6 priemysloviek, 9 technických odborných škôl, 3 obchodných a 1 hotelovej akadémie, 8 odborných škôl zameraných na služby, 3 umeleckých škôl, 2 konzervatórií, 2 zdravotníckych a 2 pedagogických škôl.

„**Rozhodnutie kam** na strednú školu je jedno z najdôležitejších našich detí. Rád by som preto apeloval na rodičov: venujte dostatočnú pozornosť výberu strednej školy. Zohľadňujte, či je dieťa skôr teoreticky alebo odborne zdatné, čo ho baví a na čo má predpoklady. Nie vždy musí byť gymnázium tou jedinou voľbou. Bratislavský kraj má množstvo špičkových stredných odborných škôl, kam smerujú aj jednotkari. Tí sa buď rovno po škole uplatnia v praxi alebo môžu pokračovať na vysokej škole. Benefitom bude remeslo v ruke. Považujem za dôležité, aby sa mladí ľudia vedeli po škole nielen za-

mestnať, ale aby ich profesia aj bavila,“ povedal bratislavský župan Juraj Droba. Odborov, ktoré môžu žiaci študovať na stredných župných školách, je veľké množstvo – technické, elektrotechnické, umelecké, zdravotnícke, pedagogické, ekonomické, športové, kadernícke, gastronomické, poľnohospodárske, chemické, polygrafické a tak ďalej.

„**Krok za krokom** investujeme do našich stredných škôl. Prepájame teóriu s praxou a budujeme odborné centrá, ktoré sú porovnateľné s prostredím zamestnávateľov. Stavaf ideme aj centrá excelentnosti. Tie budú prepájať vzdelávanie, prax a aplikovaný výskum. Župa okrem priestorov na vzdelávanie modernizuje aj materiálovo-technické vybavenie i športoviská,“ doplnil predseda BSK Juraj Droba.

Pomôže aj brožúra - Veľkou pomôckou pri výbere tej správnej strednej školy môžu byť aj dni otvorených dverí na školách. Tam získajú záujemcovia o štúdium osobnú skúsenosť, potrebné informácie, navnímajú atmosféru školy a spoznajú prostredie.

Zoznam všetkých župných stredných škôl v Bratislavskom kraji nájdete na webe www.strednapremna.sk. Na tomto webe si môžete stiahnuť aj brožúru Končíš základku? Výber si strednú podľa seba!

» ren

Goralská komunita je novou národnostnou menšinou

Goralská komunita sa stala najnovšou, v poradí 15-tou národnostnou menšinou na Slovensku. Posilnenie jej štatútu umožní lepšiu podporu zachovania goralskej kultúry na Slovensku, čo prispeje k rozmanitosti našej krajiny. Rozhodnutie vlády umožní poskytnutie štátnej podpory pre jej zachovanie či posilnenie používania a výučby goralsčiny v obciach s výrazným zastúpením tejto komunity.

„**Uznanie goralskej** národnostnej menšiny otvára nové možnosti pre zachovanie a rozvoj jej kultúry, jazyka a tradícií. Ministerstvo školstva je pripravené komunikovať so zástupcami goralskej menšiny a podporiť iniciatívy na zapojenie goralského kultúrneho dedičstva do vzdelávacích programov,“ povedal minister školstva Tomáš Drucker.

Vyučovanie goralských dialektov

Vďaka uznaniu goralskej menšiny bude podľa rezortu školstva možné vyučovanie goralských dialektov ako voliteľného jazyka v prípade škôl v obciach, kde je výrazné zastúpenie tejto komunity. Postupne môže dôjsť aj k posilneniu dvojazyčnosti v obciach a školách.

Dlhoročná história

Gorali sú národnostná menšina s dlhoročnou históriou a potrebami. Údaje z terénnych výskumov ukazujú, že Gorali žijú vo vyše 80 obciach najmä na severe krajiny. Kvôli ich doterajšiemu neuznaniu však nemali možnosť využiť ich vlastný jazyk vo vzdelávacom systéme. Napriek vysokej zachovalosti goralských dialektov medzi dospelými je jazyk na ústupe v prípade mladších generácií. „Dnešné rozhodnutie vlády to môže zmeniť. Za ministerstvo urobíme všetko preto, aby sme tento potenciál pretavili aj do praktických krokov v oblasti podpory menšinového školstva,“ vysvetlil poradca ministra školstva pre národnostné menšiny Ábel Ravasz.

Podľa výskumov sa výraznejšie osídlenie Gorarov nachádza najmä na Spiši a Zamagurí, Hornej Orave či Horných Kysuciach. Menšie enklávy sú aj na Horehroní, Liptove, Gemeri či Šariši. Celkový odhadovaný počet Gorarov na Slovensku je 57-tisíc. Vyše 5-tisíc z nich si túto národnosť vybralo aj v sčítaní obyvateľov v roku 2021 napriek tomu, že si slovo „goralská“ museli na hárok dopísať. Gorali sa tak radia medzi stredne veľké národnostné komunity na Slovensku.

» ren

ŠTUDUJ NA ZDRAVOTKE V LIPTOVSKOM MIKULÁŠI



ZUBNÝ ASISTENT ZUBNÁ ASISTENTKA

4-ročné denné štúdium

UPLATNENIE: v zdravotníckych zariadeniach
(v nemocnici na zubnom oddelení,
v zubných ambulanciách)



MASÉR MASÉRKA

4-ročné denné štúdium

2-ročné večerné pomaturitné štúdium

UPLATNENIE: v zdravotníckych, kúpeľných,
rehabilitačných zariadeniach a klinikách,
vo wellness cantrách



PRAKTICKÁ SESTRA

4-ročné denné štúdium

2-ročné večerné pomaturitné štúdium

UPLATNENIE: v zdravotníckych zariadeniach
(v nemocnici na oddelení, v ambulanciách,
v sociálnych zariadeniach, DSS)



SANITÁR

1-ročné večerné štúdium

UPLATNENIE: v zdravotníckych zariadeniach
(v nemocnici na oddeleniach, v ambulanciách,
v kúpeľných a sociálnych zariadeniach, DSS)

Stredná zdravotnícka škola, Vrbocká 632, 031 01 Liptovský Mikuláš
e-mail: sekretariatszslm@vuczilina.sk, tel: +421 (0) 44 5522 497

Viac informácií o štúdiu nájdete na našej webovej stránke: www.szslm.sk



STREDNÁ ODBORNÁ ŠKOLA
STAVEBNÁ
Školská 8, 031 45 Lipt. Mikuláš

Ponuka odborov pre školský rok 2025/2026

4 - ročné študijné odbory

- 3650 M STAVITEĽSTVO - maturitné vysvedčenie
- 3658 K MECHANIK STAVEBNOINŠTALAČNÝCH ZARIADENÍ
- maturitné vysvedčenie + výučný list
- 2413 K MECHANIK STROJOV A ZARIADENÍ
- maturitné vysvedčenie + výučný list

3 - ročné Učebné odbory - ukončené záverečnou skúškou

- 3661 H MURÁR - výučný list
- 3678 H INŠTALATÉR - výučný list
- 3684 H STRECHÁR - výučný list
- 2464 H STROJNÝ MECHANIK - výučný list (DUÁL)
- 2487 H 01 AUTOOPRAVÁR - MECHANIK - výučný list

2 - ročné Nadstavbové štúdium - ukončené maturitnou skúškou

- 3659 L STAVEBNÍCTVO - maturitné vysvedčenie
- 2414 L 01 STROJÁRSTVO - výroba, montáž a oprava
prístrojov, strojov a zariadení - maturitné vysvedčenie

Tel.: 044/55 229 63 | E-mail: sosslm@sosslm.sk
| www.sosslm.edupage.org | FB: [facebook.com/sosslm](https://www.facebook.com/sosslm)



„OČAMI TRADÍCIÍ VIDÍME DO BUDÚCNOSTI“

Ctíme si svoju 300-ročnú históriu a zároveň budujeme status modernej školy 21. storočia.

Ponúkame:

- štúdium: **štvorročné a osemročné**
- kvalitná príprava na VŠ
- odborné učebne, laboratóriá, telocvična, ...
- výber **seminárov** podľa záujmov
- jazyky: angličtina, francúzština a nemčina
- spolupráca s Francúzskym inštitútom v Bratislave, francúzsky lektor v škole, jazykový diplom DELF
- **projekty** (Erasmus+, DofE, Vráťme šport do škôl, Aktívna škola,...), napr. vďaka Erasmus+ sme navštívili exotický ostrov Réunion v Indickom oceáne
- rôzne akcie (Gymnastický deň, Zacvičte si s Mikulášom, English week, Týždeň finančnej gramotnosti, Deň bez batohov, Deň GYMRK, ...)
- **exkurzie**: Slovensko, Londýn, Viedeň, Salzburg, Paríž, Provencálsko,...
- spolupráca so športovými klubmi (futbalový, basketbalový)
- nový **DIGI HUB**: zrekonštruované priestory so špičkovou digitálnou technikou
- inovatívny prístup na hodinách: využívanie Digi Hubu na všetkých predmetoch, nielen na informatike
- rozvoj **talentov** - aktivity v DIGI HUBE v popoludňajších hodinách
- **krúžky**: športové, prírodovedné, robotika, zdravotnícky, 3D modelovanie, grafický dizajn, medicínska biológia, foto-video, programovanie, ...
- **foto-video** štúdio s potrebným hardvérom a softvérmi
- školská jedáleň
- chillout zóny vybudované podľa návrhov žiakov



Gymnázium Ružomberok, Š. Moyzesa 21, 034 13 Ružomberok
<https://gymrk.edupage.org/>



+421 44 432 31 04
+421 905 66 90 14

Objavujeme krásy a zaujímavosti slovenských miest

Banská Bystrica – „Mesto pod Urpínom“

Banská Bystrica či „Mesto pod Urpínom“, ako ju zvykneme neraz nazývať, je krajským mestom ležiacim vo Zvolenskej kotline. Jej historické jadro zdobia mnohé architektonické skvosty a novodobá história mesta je zasa spojená najmä so Slovenským národným povstaním v roku 1944, svedectvom čoho je Pamätník SNP s Múzeom SNP.

História Banskej Bystrice je nerozlučne spätá s ťažbou drahých kovov – striebra a medi. Vďaka nerastnému bohatstvu význam osady Bystrica v minulosti rýchlo stúpala a v roku 1255 ju uhorský kráľ Belo IV. udelením rozsiahlych privilégií povýšil na mesto. Práve v tomto roku oslavuje mesto 770. výročie udelenia mestských práv. Zlatou érou v histórii Banskej Bystrice bolo obdobie 15. a 16. storočia, keď tu pôsobila úspešná Thurzovsko-Fuggerovská me-

najznámejšou dominantou Námestia SNP v Banskej Bystrici. V minulosti mala viaceré názvy: Hodinová – z čias jej výstavby, Vážnicová – lebo stála vedľa budovy mestskej váhy, Zelená – kvôli sfarbeniu jej medenej strechy a od konca 19. storočia Šikmá - vďaka jej vychýleniu. S jej stavbou sa začalo v roku 1552, ale dnešná podoba veže je z čias barokovej prestavby po ničivom požiari v roku 1761. Spolu s obnovou historického námestia v rokoch 1993 – 96 došlo aj k jej komplexnej rekonštrukcii a odvtedy môžu návštevníci vystúpiť po 117 drevených schodoch na ochodzu veže, odkiaľ sa im naskytne nádherný výhľad nielen do hĺbky Námestia SNP, Kapitulskej ulice či na Mestský hrad, ale aj na okolité kopce Veľkej Fatry, Nízkych Tatier, Kremnických a Starohorských vrchov, v ktorých boli ukryté ložiská medi tak významné pri rozvoji mesta.



Kostol Nanebovzatia Panny Márie. zdroj foto Turistické informačné centrum B. Bystrica

diarska spoločnosť. Historické jadro Banskej Bystrice dnes zdobia mnohé stavby z tohto významného obdobia, ktoré dalo Bystrici prívlastok „medená“.

Námestie SNP

Banskobystrické Námestie SNP patrí k najkrajším námestiam na Slovensku. Vzniklo poniže Mestského hradu a v reči Starobystričanov bolo označované ako rínek, pretože plnilo hlavne funkciu trhového miesta. Historický ráz získalo už koncom 14. storočia, hoci tu ešte nebola súvislá radová zástavba. K spájaniu domov do celku, tak ako ich vidíme dnes, došlo až na začiatku 16. storočia. Od roku 1955 je Námestie SNP spolu s areálom Mestského hradu vyhlásené za Mestskú pamiatkovú rezerváciu.

Hodinová veža

Hodinová veža je najviditeľnejšou a

Mestský hrad

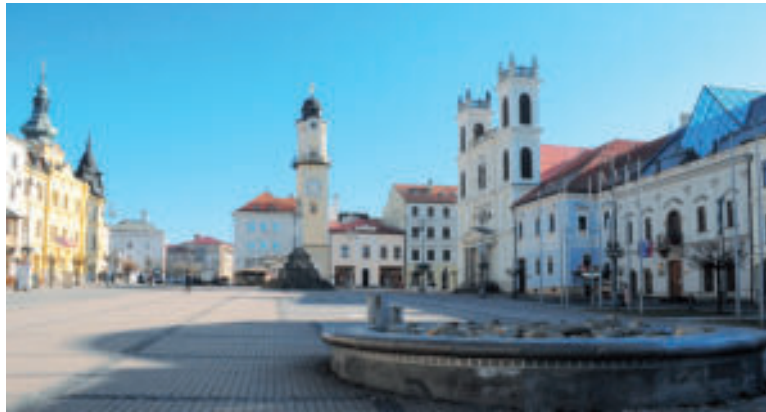
Mestský hrad vznikol na návrší, kde sa križovali významné obchodné cesty „Via Magna“. V hrade sídlili vysokí mestskí úradníci, richtár a zástupcovia cirkvi. Boli tu uložené najcennejšie poklady mesta.

Základ neskoršieho Mestského hradu tvoril farský **Kostol Nanebovzatia Panny Márie**, okolo ktorého v priebehu času pribudli ďalšie sakrálne a svetské stavby. Na rozdiel od kráľovských alebo šľachtických hradov Mestský hrad neplnil obytnú, ale len obrannú funkciu.

Do areálu Mestského hradu sa pôvodne vstupovalo cez Petermannovu vežu – donjon, opevnenú obytnú vežu, v ktorej bola vstupná brána s padacím mostom. Po veľkom požiari v roku 1500, kedy bol značne zničený aj hrad, pristavali k veži **Barbakán** – predsunutý opevnený vstup. Dokončený bol v roku 1512 a stal sa najdô-



Expozícia v exteriéri – Múzeum SNP. zdroj foto Turistické informačné centrum B. Bystrica



Námestie SNP a Hodinová veža. zdroj foto Turistické informačné centrum B. Bystrica

ležitejšou časťou mestského opevnenia. Dnes je v jeho priestoroch na 1. poschodí umiestnená stála **Thurzo – Fugger zážitková expozícia** o histórii baníctva v Banskej Bystrici a okolí. Zábavným spôsobom a pomocou moderných technológií preniesie návštevníkov o vyše 500 rokov naspäť do čias, kedy malo mediárstvo, najmä v období najväčšieho rozkvetu mesta, v časoch Thurzovsko-Fuggerovskej spoločnosti a Medeneho hámra, obrovský význam pre vtedajší svet. Pečať histórie na budove Barbakánu dotvára **banický orloj**. Dielo je symbolom baníctva v dávnej minulosti a tiež remeselníckej zručnosti obyvateľov mesta. Orloj je zhotovený z pozinkovanej ocele, ošetrenej polyuretánovým lakom po viacerých farebných vrstvách a má podobu „výkladnej skrinky“. Kompozícia orloja je vytvorená tromi samostatnými celkami, rozdelenými do troch políc. V pohybe je ho možné vidieť každú celú hodinu a večer je

obetia a stratách, ktoré spôsobil ľudstvu nacizmus v rokoch druhej svetovej vojny, viedli v roku 1955 k vzniku Múzea Slovenského národného povstania (Múzeum SNP). V priestoroch Pamätníka SNP si môžu návštevníci prezrieť stálu expozíciu „Slovensko v protifašistickom hnutí odporu Európy v rokoch 1939-1945“, ktorá je rozdelená do trinástich tematických celkov. Jej súčasťou je rozsiahla kolekcia autentických fotografií, krátke dokumentárne filmy, ktoré si môžu návštevníci prezrieť na plazmových obrazovkách a množstvo predmetov, rozmiestnených v jednotlivých vitrínach.

Expozícia v exteriéri, v parku pred Pamätníkom SNP predstavuje zbrane česko-slovenskej, nemeckej a sovietskej výroby, ale aj vozne improvizovaného pancierového vlaku Štefánik. Pri vstupe do areálu Múzea SNP upúta dopravné a bombardovacie lietadlo typu Li-2.



Banický orloj.

zdroj foto Turistické informačné centrum B. Bystrica

i osvetlený.

Do areálu Mestského hradu bolo tiež začlenené **Pretórium**, kde mal svoje kancelárie richtár, a nachádzali sa tu dve miestnosti mestskej rady. Od roku 1969 patrí Pretórium Stredoslovenskej galérii. Moderný výstavný priestor na troch podlažiach a v piatich sálach, je v súčasnosti využívaný na prezentáciu krátkodobých výstav aktuálnych foriem súčasného domáceho a zahraničného umenia. Súčasťou Mestského hradu bol tiež **Matejev dom** a **Kostol sv. Kríža**.

Múzeum Slovenského národného povstania

Vplyv Slovenského národného povstania na povojnový vývoj na Slovensku a potreba dokladovať a predovšetkým zachovať dokumentáciu o aktívnej účasti Slovákov v boji proti fašizmu a o utrpení,

Zaujímajú aj ďalšie múzeá

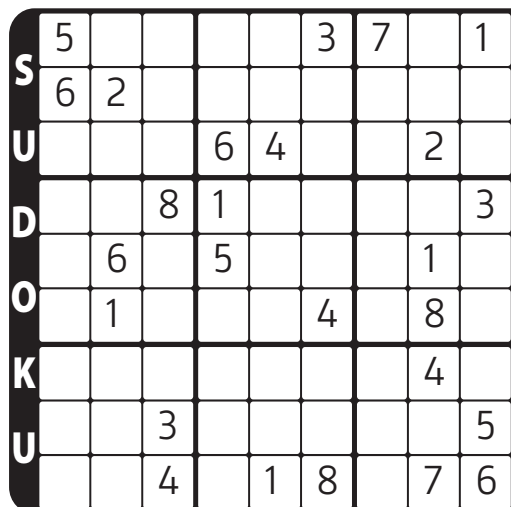
Ak sa vydáte na potulky Banskou Bystricou, navštívíte aj ďalšie múzeá. Spomenúť môžeme **Stredoslovenské múzeum**, ktorého expozície sa nachádzajú v priestoroch Thurzovho domu, tiež v Matejevom dome a Tihányiovskom kaštieli.

V mestskej časti Banskej Bystrice – Kynceľová nájdete zasa unikátne **Múzeum máp**. Ide o jediné zážitkové múzeum máp na Slovensku, ktoré vám predstaví svet kartografie, mapovania, maľovaných máp a rôznych zaujímavostí neuviednou a atraktívnou, zážitkovou formou.

Históriu dejín pošty a poštovníctva na Slovensku záujemcom poodhalí **Poštové múzeum**.

Informácie poskytna Oblasťná organizácia cestovného ruchu Stredné Slovensko a Víšit Banská Bystrica.

» ren



Začal sa zber liekového odpadu

Jarný turnus zberu liekového odpadu začína vo februári 2025. Všetci pacienti môžu nespotrebované lieky odniesť do ktorejkoľvek lekárne. Informoval o tom Štátny ústav pre kontrolu liečiv.

Nespotrebované lieky a lieky po expirácii môžu pacienti odniesť do ktorejkoľvek lekárne. Štátny ústav pre kontrolu liečiv upozorňuje, že nespotrebované lieky predstavujú ekologickú aj finančnú záťaž. „Lieky nikdy nevychádzajú do komunálneho odpadu ani nesplachujú do toaliet,“ zdôrazňuje riaditeľ štátneho ústavu Roman Dorčík. Môžu kontaminovať pôdu a podzemné vody, čím ohrozujú životné prostredie aj verejné zdravie.

Ako lieky odovzdať

Lieky je potrebné odovzdať iba vo vnútornom obale, ako je blister, sklenená alebo plastová nádoba, hliníková tuba a podobne. Vonkajší obal a príbalový leták patria do komunálneho odpadu a môžu sa recyklovať.

Medzi liekový odpad nepatria:

- výživové a potravinové doplnky (vrátane vitamínov a čajov),
- homeopatiká,
- zdravotnícke pomôcky,
- kozmetika,
- ihly (okrem tých, ktoré sú súčasťou pôvodného balenia lieku),
- vonkajšie obaly liekov a príbalové letáky.

Tento druh odpadu lekáreň nie je povinná prevziať.

„Všetkým lekárniam aj pacientom ďakujeme za spoluprácu pri tomto dôležitom procese. Spoločne prispievame k ochrane životného prostredia a tiež šetreniu verejných financií,“ uzavrel Dorčík.

Fakty a čísla za rok 2024:

Za rok 2024 sa vyzbieralo viac ako 291 ton liekového odpadu z lekární. Prostriedky vynaložené na zber predstavujú viac ako 970 tisíc eur s DPH.

Počas jarného zberu sa vyzbieralo 237 ton odpadu, kým počas jesenného zberu to bolo približne 54 ton. Uvedené množstvo predstavuje kumulovaný odpad z jesenného turnusu v roku 2023 a jarného zberu tohto roka, ktoré sa z technických príčin uskutočnili spoločne. V roku 2023 sa jesenný zber neuskutočnil kvôli dočasnému uzavretiu spaľovni určených na likvidáciu nebezpečného liekového odpadu.



» ren zdroj foto Pexels pixabay

Kolagén, ktorý si podmaňuje zdravie aj krásu naraz!

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

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

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

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

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

3-MESAČNÝ BALÍČEK ZA ZVÝHODNENÚ CENU

KOLAGÉN FORTE 2 v 1

112,92 EUR

HOVÄDZÍ KOLAGÉN FORTE

95,76 EUR

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

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

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

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

text: Medika Expert

MEDIKA
EXPERT

Môžete teraz
objednať na:

www.medikaexpert.sk
alebo na tel.:

0904 552 345

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

Prijmeme
do zamestnania
AUTOMECHANIKA
plat dohodou
0905 501 318

Prijmeme
do zamestnania
**OBSLUHU
STAVEB. STROJOV**
plat dohodou
0905 501 318

0907 673 928
sme tu pre Vás



Prijmeme
do zamestnania
SKLADNÍKA
plat dohodou
0905 501 318

Prijmeme
do zamestnania
**VODIČA sk. C
na sklápač**
plat dohodou
0905 501 318

Prijmeme
do zamestnania
ŽERIAVNÍKA
plat dohodou
0905 501 318

FN Motol Praha
prijme



LÉKAŘE

pro oddělení primární péče

Požadavek specializovaná způsobilost v oboru
Všeobecné praktické lékařství pro dospělé

Nájemní byt zajištěn

Kontakt: +420 22 44 33 683
mmmikulecka@seznam.cz

čujte.sk

Čítajte nás!

www.cujte.sk

13. februára 1992

v Česko-Slovensku bol oficiálne spustený internet, ako prvé bolo pripojené České vysoké učení technické v Praze

Výročia a udalosti

**PONÚKAME NA PREDAJ
DVE JEDNODLAŽNÉ BUDOVY
A JEDNU DVOJPODLAŽNÚ**

Jednopodlažné: vhodné ako dielne,
skladové priestory

- Väčšia má **1455 m²** vrátane uzamykateľných prístreškov
- Menšia budova má **684 m²**

Sú napojené na vodu a elektrinu a majú sociálne miestnosti aj miestnosti, ktoré môžu slúžiť ako kancelárske priestory

Dvojpodlažná: administratívna budova

- rozloha **2x96 m²**
- kancelárske priestory s wc

CENA DOHODOU

Obec **Liptovská Štiavnica**,
hneď za obcou Štiavnička, blízko Ružomberka

0915 595 701

Poľnohospodárske družstvo, Ludrová
prijme do zamestnania:

- **AGRÓNÓM** Mzda: 1 800€ + prémie
- **TRAKTORISTA** Mzda: 1 500€
- **TECHNIK V ŽIVOČÍŠNEJ VÝROBE** Mzda: 1 300€ + prémie
- **TECHNIK V LOME** Mzda: 1 700€ (aj pre absolventa SŠ bez praxe)
- **TECHNIK NA ÚSEKU BIOPLYNOVEJ STANICE** Mzda: 1 600€
- **DOJIČ/DOJIČKA** Mzda: 1 200€ + prémie
- **OŠETROVATEĽ HD** Mzda: 1 300€ + prémie
- **FINANČNÁ ÚČTOVNÍČKA** Mzda: 1 200€ + prémie
- **MZDOVÁ ÚČTOVNÍČKA** Mzda: 1 200€ + prémie
- **MECHANIZÁTOR V RASTLINNEJ VÝROBE** Mzda: 1 600€ + prémie
- **ZOOTECHNIK** Mzda: 1 700€ + prémie

Bližšie informácie **0915 595 701**

**ASISTENT
MANAŽÉRA
PREDAJNE (M/Ž)**

LIPTOVSKÝ HRÁDOK

www.lidl.sk
SEKCIA KARIÉRA

NÁSTUPNÁ
MESAČNÁ MZDA

1 470 €

38,75 HOD./TÝŽ.
+ PRÍPLATKY

ŠIROKÝ VÝBER
BENEFITOV
V HODNOTE
VIAC AKO
800 € ROČNE



Správna voľba



Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

UŽ OD
499 €

DARČEK
ZADARMO
4L HNOJIVA

| | Š x V x D | |
|------------------|----------------|-------|
| GRETA TIP | 2 x 2 x 4 m | 499 € |
| GLORIA | 2,58 x 2 x 4 m | 599 € |
| GALA | 3 x 2 x 4 m | 469 € |
| GENIO | 3 x 2,07 x 4 m | 499 € |
| GARANT | 3 x 2,07 x 4 m | 599 € |
| GULLIVER | 3 x 2,07 x 4 m | 669 € |
| GOLIÁŠ | 3 x 2,1 x 4 m | 749 € |
| GORAL | 3 x 2,3 x 4 m | 749 € |
| GALINA | 3 x 2,27 x 4 m | 899 € |

Všetky modely je možné predĺžovať o 2m.

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 galerica.sk

 galerica
ODOLNÉ SKLENÍKY
Z POLYKARBONÁTU



PREDAJ, NÁVRH A REALIZÁCIA

- krbov, pecí a kachlí
- komínové systémy
- oprava interiérov a exteriérov

Garbiarska 2343, Liptovský Mikuláš
044/552 4748 • 0903 545 970 • 0905 622 071
luptak@krbyliptov.sk • ziak@krbyliptov.sk

www.krbyliptov.sk

46-0022

14-0012

Oplatí sa.sk

NAJLEPŠIE PONUKY



79,05€

Gucci Guilty
Parfumovaná voda 50 ml

notino.sk



42,49€

Zastrihávač Philips OneBlade
na tvár QP2724/20

4home.sk



999,00€

Kávovar JURA E6
Piano Black (EC)

Domkavy.sk



44,99€

Digitálna teplovzdušná fritéza
Silvercrest® Kitchen Tools

Lidl.sk



14,78€
0,00€

Musetti zrnková káva
Gentile - 500g

Domkavy.sk



352,00€

Umývačky Whirlpool
WIC 3C26F

ZlavneneSpotrebice.sk



49,00€

Krycia plachta na traktorovú
kosačku (logo STIGA)

trtechnic.sk



34,99€

Akumulátor Parkside®
20V/4Ah PAP 20 B3

Lidl.sk

Nakúpte výhodne

vo vybraných E-shopoch

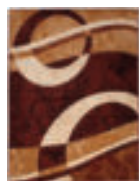
Využite kód:

OPLATISA

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

decoreum

~~9,10~~ EUR OD **8,19** EUR



KOBEREC 4959B CHEAP HNEDÁ

-10%

decoreum

~~37,00~~ EUR OD **33,30** EUR



KOBEREC D663M ASTHANE BIELA

-10%

decoreum

~~18,00~~ EUR OD **16,20** EUR



KOBEREC CHEAP K857A BÉŽOVÝ

-10%

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

MONITER

ROČNÉ
12
SKÚŠENOSTÍ

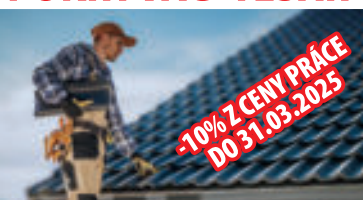
ZIMNÉ ZÁHRADY
PERGOLY
ZASKLENIE

AJ BEZ MONTÁŽE
ušetrite takmer **50%**

0919 383 881
www.moniter.sk

objednavky@moniter.sk

POKRÝVAČ- TESÁR



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

ZA NAŠU PRÁCU
RUČÍME!

Kontakt: Janek - 0919 495 628

Stannah

**-10%
ZĽAVA**



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

Ponuka sa nekumuluje s inými zľavami a kampaňami. Platí do 21.02.2025

KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje i celé polovnícke zbierky.

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

Výkup mincí do roku 1945

Celá SR

0940 723 073
trofejeeu@gmail.com

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU



BEZ WAPKY
BEZPLATNÁ UKÁŽKA
BOMBA FASÁDA
www.bombafasada.sk
+421 905 148 393
info@bombafasada.sk

POKRÝVAČ- TESÁR



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

OKAMŽITÉ
ZACATIE
PRÁČ

-10% Z CENY PRÁCE DO 31.03.2025

ZDARMA

doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

Kontakt: +421 949 623 050

SKLENÍKOV

- SKLENÍKY
- KRYCIE PLACHTY

NAJNIŽŠIE CENY!!

+421 915 516 672

www.sklenikovo.sk

DOPRAVA ZADARMO

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

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

ECO Energy

www.ecoenergy.sk
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

Tepelné čerpadlo Galmet Prima

- s našim tepelným čerpadlom zabudnete na uhlie a drevo
- užijete 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