



Čítajte nás:

www.cujte.sk

# LUČENECKO VEĽKOKRTÍŠSKO-POLTÁRSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 30 860 domácností

## Nové študijné odbory aj modernizácia

Žilinský samosprávny kraj má v zriaďovateľskej pôsobnosti 56 stredných škôl a 1 jazykovú školu. V kraji pôsobí 84 stredných škôl a tie môžu do 1. ročníka v školskom roku 2025/26 prijať celkovo 7 065 žiakov.

„Najvyšší záujem je o štúdium na gymnáziách, obchodných akadémiách, stredných zdravotníckych školách a stredných priemyselných a odborných školách so zameraním na informačné technológie, stavebníctvo, elektrotechniku. Zo škôl, ktoré nie sú v zriaďovateľskej pôsobnosti žilinskej župy, je najvyšší záujem o štúdium na bilingválnych gymnáziách,“ informoval Žilinský samosprávny kraj.

### Nové študijné odbory

Nové študijné odbory, ktoré kraj v novom školskom roku ponúkne, reflektujú súčasné požiadavky trhu práce. Spomenúť môžeme možnosť štúdia v učebnom odbore barbier, barbierka, ktorý počíta aj s duálnym systémom vzdelávania so zameraním na starostlivosť o telo. Rovnako ide o štúdium v novom študijnom odbore s maturitou pedagogický asistent, pedagogická asistentka, ktorí v školských podporných tímoch chýbajú a sú žiadaní. Žiadaný je aj študijný odbor s maturitou z oblasti IT informačné a digitálne technológie, ktorý ponúknem v školskom roku 2025/26.

### 10 - ročné skúsenosti s duálnym vzdelávaním

Žilinský samosprávny kraj patrí medzi lídrov v systéme duálneho vzdelávania na Slovensku. Aktuálne je do neho zapojených 1351 žiakov, 201 zamestnávateľov a 30 stredných škôl. „Skúsenosti potvrdzujú, že žiaci, ktorí absolvovali takúto stredoškolské vzdelávanie, sú nielen lepšie odborne a prakticky pripravení, ale nadobudli požadovanú úroveň zamestnaneckých a pracovných návykov, ktoré tak chýbajú absolventom,“ uviedla žilinská župa.

### Modernizácia odborného vzdelávania

V minulom roku prebiehali viaceré investičné akcie. Rekonštrukcia Konzervatória v Žiline za 2 mil. eur, komplexná rekonštrukcia strediska praktického vyučovania SOŠ obchodu a služieb v Martine pre odbor cukrár, tiež debarierizácia na 8 stredných školách.

**Moja stredná** - S výberom strednej školy pomáha študentom stránka www.mojustredna.sk, kde nájdu žiaci aj ich rodičia komplexné informácie o školách, študijných a učebných odboroch na všetkých 84 stredných školách v Žilinskom kraji.

» ren

**KÚPIM  
BYT, DOM**  
Po dohode môžete  
ostať v podnájme  
**0907 833 771**

**Cukráreň Molnár**  
Po - So: 7.00 - 18.00  
Ne: 9.00 - 18.00  
Každý deň  
čerstvé zákusky  
047/433 4777, 0905 198 723  
LUČENEC, Karmána 12/20  
www.kolac.sk

**Cafe & Wellness Molnár**  
Wellness: 15.00 - 21.00  
St - Ne: do 22.00  
Sauny, vírivky, soľná jaskyňa  
0911 220 979  
LUČENEC, Jokáiho 1274/2a  
www.wellnessmolnar.sk

**OBNOVA STRIECH**  
ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH,  
KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH  
BITUMÉNOVOU LEPENKOU  
bez demontáže pôvodnej krytiny  
zameranie odborné poradenstvo  
cenová kalkulácia ZDARMA!!!  
**NON STOP - 0944 720 932**  
VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽĽABOV

**21. februára 2018**  
v obci Veľká Mača došlo k vražde investigatívneho novinára **Jána Kuciaka a jeho priateľky Martynty Kušnírovej**

**Výročia a udalosti**

**SLOVEXPRES 34 ROKOV**  
AUTOSLUŽBY sme tu pre vás  
Peter Kucej • Nejedlého 17, Lučenec • www.slovexpres.sk

**PRÍJEM OPRÁV 0918 892 002**

**AKCIA NA ZIMNÉ PNEUMATIKY**

Sailun 215/65 R16C	72,50 €
Radar 165/70 R14	46,00 €
Radar 185/60 R14	52,00 €
Nokian 195/60 R15	80,00 €
Nokian 195/65 R15	59,00 €
Nokian 195/50 R16	49,00 €
RoadX 205/55 R16	54,50 €
Nokian 205/55 R16	86,90 €
Nokian 215/60 R16	116,00 €
Radar 215/65 R16	74,00 €
Nokian 215/65 R16	105,00 €
Nokian 205/45 R17	124,00 €
Nokian 205/50 R17	119,00 €
Leao 215/55 R17	64,00 €
Radar 225/50 R17	89,00 €
Nokian 225/50 R17	118,00 €
Kumho 225/45 R18	89,00 €
Hankook 235/45 R18	99,00 €
Radar 235/55 R18	108,00 €
Nexen 255/35 R19	76,00 €

**od 22,-€**

**Nakúp za 50 € a dostaneš KUPÓN -16 €**

**PREDAJ NA SPLÁTKY HOME CREDIT**

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

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

**OCEĽ - NEREZ - HLINÍK**  
Tel.: 0910 171 103

**NÁBYTOK VAMARK AKCIA**  
Nábytok všetkého druhu  
Haličská cesta 71, Lučenec (býv. Hypernova)  
**0918 948 190**

**INZERCIA**  
0905 915 039

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

**KURZ SBS**  
LEN U NÁS ONLINE aj PREZENČNE  
Cez Úrad práce pre všetkých ZDARMA  
Kontakt: kurzysbs@sbabb.sk  
0911 514 328

Bezplatný týždenník

**LUČENEC**  
VELKOKRTÍŠSKO-POLTÁRSKO

EV 6218/24

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

Ročník II, rok 2025

Redakcia:

luceneco@regionpress.sk

**INZERCIA**

Miriám Hašková 0905 915 039

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



Vychádzame na recyklovanom papieri

**DISTRIBÚCIA** (30.860 domácností)

**páry týždeň:**

Lučenec, Malá Ves, Opatová, Boľkovec, Filákovce, Halič, Panické Dravce, Rapovce, Veľká nad Ipľom, Vidiná, Poltár, Činobaňa, Hrnčiarska Ves, Hrnčiarske Zalužany, Kalinovo, Kokava nad Rimavicou, Málincec, Veľký Krτίš, Kalinovo, Kokava nad Rimavicou

**ne páry týždeň:**

Lučenec, Malá Ves, Opatová, Boľkovec, Filákovce, Halič, Panické Dravce, Rapovce, Veľká nad Ipľom, Vidiná, Poltár, Činobaňa, Hrnčiarska Ves, Hrnčiarske Zalužany, Kalinovo, Kokava nad Rimavicou, Málincec, Veľký Krτίš, Kalinovo, Kokava nad Rimavicou



Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovou úpravou.

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade, že viete o mieste, kam naše noviny nechodja, dajte nám, vedieť. Ďakujeme.

**Západné Slovensko**

BV	97.240	Bratislavsko Východ
BZ	106.540	Bratislavsko Západ
DS	34.320	Dunajskostredsko
GA	34.390	Galantsko+Šaliansko
HC	30.330	Hlohovsko+Sereďsko
KM	16.450	Komárňansko
LV	30.580	Levicko
MA	29.680	Malacko
NR	54.170	Nitrňansko
NZ	35.050	Novozámocko
PK	22.970	Pezňansko
PN	41.870	Piešťansko+NM+MY
SC	35.420	Senecsko
SE	36.750	Senicko+Skalicko
TD	41.930	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59.870	Trenčiansko+DCA+HL
TM	49.930	Trnavsko
ZT	20.930	Zlatomoravsko

**Stredné Slovensko**

BB	56.200	Banskobystricko+BR
KY	29.300	Kysucko=CA+KM
LI	37.270	Liptovsko=LM+RK
LC	30.860	Lučenecko+VK+PT
MT	38.570	Martinskoko+TR
OR	34.980	Oravsko=DK+NO+TS
PB	33.590	Považsko=PB+PU
PD	40.150	Prievidňsko
ZV	38.400	Zvolensko+DT+KA
ZH	26.880	Ziarisko+ZC+BS
ZA	50.780	Žilinskoko+BY

**Východné Slovensko**

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

## Sirotský dôchodok a štúdium v zahraničí



Väčšina študentov, ktorí poberajú sirotský dôchodok a pokračujú v štúdiu, nemajú voči Sociálnej poisťovni (SP) žiadne oznamovacie povinnosti. „Osobitnou skupinou sú však sirotky, ktoré študujú v zahraničí. K tomu, aby im Sociálna poisťovňa vyplácala sirotský dôchodok, potrebujú v týchto dňoch predložiť spolu s neformálnou žiadosťou o uvoľnenie výplaty dôchodku aj potvrdenie o štúdiu v zahraničí v letnom semestri,“ informovala SP.

„Ak chcú mať študenti aj naďalej vyplácaný sirotský dôchodok - samozrejme, za predpokladu, že spĺňajú podmienku nezaopatrenosti a pripravujú sa na budúce povolanie štúdiom, mali by vo vlastnom záujme v čo najkratšom čase zaslať Sociálnej poisťovni vlastnoručne podpísanú neformálnu žiadosť o pokračovanie vo výplate sirotského dôchodku

a k nej priložiť potvrdenie o štúdiu v letnom semestri,“ uvádza SP a dodáva, že aj na tomto potvrdení musí byť uvedený predpokladaný termín ukončenia letného semestra. O uvoľnení výplaty dôchodku zašle následne Sociálna poisťovňa písomné rozhodnutie.

„Ostatní študenti, ktorí poberajú sirotský dôchodok a pokračujú v štúdiu, potvrdenie o štúdiu zasielať nemusia. Informácie o štúdiu poskytuje Sociálnej poisťovni cez elektronický informačný systém Ministerstvo školstva, vedy, výskumu, vývoja a mládeže Slovenskej republiky,“ objasňuje SP a dodáva, že výnimkou sú študenti, ktorí študujú na školách silových rezortov - rezortu obrany a vnútra, tí k výplate sirotského dôchodku predkladajú potvrdenie o štúdiu, avšak vždy je to na začiatku školského roka.

» ren

zdroj foto Yamu\_Jay pixabay

## Žerucha spestrí náš jedáľniček

V období, kedy naše telo potrebuje dostatok vitamínov, môže byť vhodnou voľbou na ich doplnenie aj žerucha. Túto nenáročnú rastlinku s drobnými zelenými lístočkami a mierne korenistou chuťou môžeme pokojne pestovať aj za oknom a mať ju tak k dispozícii počas celého roka.

Žerucha je veľmi rýchlo rastúca bylinka a v jej prípade rozhodne platí, že rastie ako z vody. K jej pestovaniu nepotrebuje záhradu, ani balkón, celkom postačí slnečný okenný parapet. V kuchyni má žerucha mnohoraké využitie, vďaka čomu spestrí náš jedáľniček.

**Liečivé účinky** - Žerucha obsahuje rastlinné zlúčeniny nazývané antioxidanty, ktoré chránia bunky nášho tela pred poškodením spôsobeným voľnými radikálmi. Je prospešná pre srdce, udržuje zdravé kosti, podporuje imunitu, chráni oči, podporuje trávenie a pomáha aj pri kožných ťažkostiach. Žerucha obsahuje vitamíny A, B, C, E a K, ďalej tiež cholín a betaín, z minerálnych látok sú to draslík, vápnik, fosfor, horčík, sodík, železo, selén, mangán, meď a zinok.

**Pestovanie**

**Budeme potrebovať:**

- rozličné misky – dobre poslúžia väčšia zo zaváracích pohárov
- semiačka žeruchy – zakúpíte bežne v

- predajni pre záhradkárov
- vatu alebo gázu, prípadne viacvrstvovú papierovú kuchynskú utierku
- vodu

**Postup:**

Do misky vložte v tenkej vrstve vatu alebo gázu. Použiť však pokojne môžete aj viacvrstvovú papierovú kuchynskú utierku preloženú na polovicu. Túto vrstvu pokropte vodou tak, aby bol podklad dostatočne vlhký. Následne rovnomerne nasypete semienka a každý deň ich polievajte tak, aby neplávali vo vode. Po pár dňoch začnú zo semiačok vyrastať zelené rastlinky. Keď dosiahnu výšku asi 3 až 4 cm, postupne ich zostrhávejte nožnicami a konzumujte.

**Použitie** - Žeruchou si môžete posypať chlieb s maslom či syrom, alebo varené zemiaky, pridávať ju však môžete aj do nátierok, zeleninových šalátov či do polievok.



zdroj foto beauty\_of\_nature pixabay

» ren

## KAMENÁRSTVO OPATOVÁ

- POMNÍKY Z PRÍRODNÉHO A UMELEHO KAMEŇA
- POKLOP AJ SAMOSTATNE
- DVÍHANIE, ČISTENIE A REŠTAUROVANIE HROBOV
- DOSEKÁVANIE PÍSMEN A OBNOVA



Prídeme za Vami osobne

Potočná 19A, Lučenec, za bývalým futbalovým štadiónom

0907 042 606

**ADAM KRŤKO** 816-0012

- čistenie kanalizácií,
- lapačov tukov
- kamerovanie lokalizácia potrubia

NONSTOP 0948 948 606

**ŠTAHOVANIE** profi

**SUVKA** Lučenec

Dispečing SK - 0950 333 222  
www.stahovanie-profi.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 detektorom
- Lokálne bezvýkopové opravy

**DOVOZ NA ADRESU**

18 týž. mládky, brojterové a nosnicové kuriatka husí, kačky, husokačky, morky

www.hydinashop.sk  
0944 842 953

**GLAZÚROVANIE VANÍ**

„Už 30 rokov od firmy MOLNÁR“

0903 405 588  
0905 983 602

**HÁLOREALITY**  
CELOSLOVENSKÁ REALITNÁ KANCELÁRIA

Profesionálny servis pre bezpečný predaj / kúpu nehnuteľností.  
**HEADÁME DOMY A BYTY PRE KLIENTOV!**

Ján SVINČIAK | 0948 128 501  
www.haloreality.sk/svinciak

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



# OD PONDELKA

OD PONDELKA 17. 2. DO NEDELE 23. 2.  
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

• TO NAJLEPŠIE • ZO SLOVENSKA •  
A ČESKA

**50% ZĽAVA**

1.59\*\*\*

**0.79**

• (100 g = 0,98)

Mini Horalky  
3 x 27 g = 81 g



1 kus iba

**0.27**

**40% ZĽAVA**

1.49\*\*\*

**0.89**

• (100 g = 0,80)

Encián  
110 g  
v ponuke aj Encián  
ochutený, rôzne druhy  
110 g za 0,99 €



1 kg iba

**0.68**

**43% ZĽAVA**

5.97\*\*\*

**3.39**

Konzumné zemiaky  
ružové neskoré  
prané  
varný typ B – prílohové



5 kg  
balenie

VIAC AKO  
**30 PÍV**  
ZO SLOVENSKA  
A ČESKA

**4+2**  
ZADARMO

LIDL Plus AKTIVUJ KUPÓN



KOMBINUJTE  
LUBOVOLNE

**20% ZĽAVA**

2.15

**1.69**

• (1 kg = 6,76)

Mascarpone  
250 g  
41 % tuku



**25% ZĽAVA**

6.05

**4.49**

Bravčová  
krkovička  
cena za 1 kg  
v celku, bez kostí

MÁSIAROVA  
ČERSTVÁ PORKA



**29% ZĽAVA**

11.28\*\*\*

**7.99**

Nutella  
1 kg



**24% ZĽAVA**

6.35

**4.79**

Kuracie prsné  
rezne  
cena za 1 kg



\*\*\*Zľava udaná z najvyššej bežnej predajnej ceny (t.j. mimo akčných cien, zistených na základe porovnania cien dňa 7. 1. 2025).  
\*\*Cena zľavovaná bežnej predajnej ceny porovnávacieho produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri prepočte na hmotnosť produktu z akčiového rytého. ... a mnoho ďalších výrobkov na [www.lidl.sk](http://www.lidl.sk)  
Pomůcka tovaru v letáku platí od 17. 2. do 23. 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.

## Svetový deň boja proti rakovine

# Nevynechávajte preventívne vyšetrenia

Nádorové ochorenia sú v Slovenskej republike druhou najčastejšou príčinou hospitalizácií a druhou najčastejšou príčinou úmrtí. Na rakovinu u nás každý rok zomrie približne 13 000 ľudí, pričom v roku 2022 to bolo 12 773. Pri príležitosti Svetového dňa boja proti rakovine, ktorý si vo februári pripomíname, o tom informovalo Ministerstvo zdravotníctva SR.

U mužov sú najčastejšími nádorovými ochoreniami karcinóm prostaty, karcinóm hrubého čreva a konečníka a karcinóm pľúc. U žien vedie karcinóm prsníka, karcinóm hrubého čreva a konečníka a karcinóm tela matrice. Medzi najčastejšie onkologické ochorenia u detí patria leukémie, zhubné nádory mozgu a lymfómy. „30 až 50 percentám nádorových ochorení pritom môžeme predísť. Skrining onkologických chorôb, takzvaná onkokontrola, je jedným z najúčinnějších nástrojov na boj proti rakovine. Služi na zachytenie onkologickej choroby vo včasnom štádiu u zdanlivo bezpríznakovej populácie. Včasné odhalenie rakoviny zvyšuje šance na úspešnú liečbu a zároveň je menej nákladné na zdravotnú starostlivosť,“ uviedol rezort zdravotníctva.

### Hradené sú tri druhy onkokontroly

V Slovenskej republike sa v súčasnosti vykonávajú tri druhy onkokontroly plne hrazené z verejného zdravotného poistenia: skrining rakoviny krčka maternice, rakoviny hrubého čreva a konečníka a rakoviny prsníka. V štádiu prípravy sú podľa ministerstva zdravotníctva momentálne programy skriningu rakoviny pľúc a skrining rakoviny prostaty.

### Obmedzenie rizikových faktorov

Dôležitou súčasťou primárnej prevencie je podľa odborníkov aj obmedzenie rizikových faktorov, ktoré prispievajú k vzniku nádorových ochorení. Ide najmä o fajčenie, konzumáciu alkoholu, obezitu, nedostatok fyzickej aktivity či infekciu vírusmi, akým je napríklad ľudský papilomavírus (HPV). „Infekcia HPV môže spôsobiť rakovinu krčka maternice, vagíny, vulvy, konečníka, penisu, hlavy a krku. Najúčinnjšou prevenciou proti HPV infekcii, akú má svet v súčasnosti k dispozícii, je očkovanie. V Slovenskej republike je hrazené z verejného zdravotného poistenia dievčatám a aj chlapcom vo veku od 12 až do dovŕšenia 15 rokov,“ uzavrel rezort zdravotníctva.



Ilustračné foto. zdroj foto AlarconAudiovisual pixabay

nice v štádiách, kedy je liečiteľná. U žien v reprodukčnom a produktívnom veku je to druhý najčastejší druh rakoviny, pričom najvyšší výskyt je zaznamenaný u žien vo veku okolo 45 rokov. Na Slovensku na rakovinu krčka maternice ochorie ročne približne 600 žien a zomrie približne 200 žien,“ približujú odborníci a dodávajú, že vyšetrenie je určené ženám vo veku 23 - 64 rokov.

### Prečo ísť na vyšetrenie prsníkov?

Pravidelné mamografické vyšetrenia prsníkov - nazývané skriningové mamografické vyšetrenia - odhalujú rakovinu prsníka v štádiách, kedy je vysoká pravdepodobnosť na vyliečenie. „Ide o najčastejšiu rakovinu žien, pričom ročne sa na Slovensku zaeviduje viac ako 3 000 novozistených prípadov,“ upozorňujú odborníci a pripomínajú, že mamografické vyšetrenie prsníkov je určené ženám vo veku 50 - 69 rokov. „Vyšetrenie trvá maximálne 5 minút. Pred vyšetrením je potrebné si spraviť základnú/bežnú hygienu, nenanášať si žiadne krémy, antiperspiranty ani voňavky v oblasti dekolty, prsníka a podpazušia,“ uzatvárajú odborníci z ÚVZ SR.

» ren

			9				5	
S	1				3		6	
U			9	6	8	1	3	
D	6		8	1			3	9
O			7	8			5	4
K	4							
U	3				7			
			6					
					3			8

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

**čujte.sk**

Začal sa zber liekového odpadu

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

REGIONPRESS

## LUČENECKO VEĽKOKRTÍŠKO-POLTÁRSKO

Najčítanejšie regionálne noviny Týždenne do 30 000 domácností a firiem

Aktuálne aj staršie vydania regionálneho týždenníka Lučenecko nájdete vždy na internete [www.regionpress.sk](http://www.regionpress.sk)

<http://regionpress.sk/vydavatelstvo/aktualne-cislo/stred/lucenecko-velkokrtissko-poltarsko>

# DACIA JOGGER

Dacia pokryje rozdiel DPH za vás

Obdobná akcia je platná od 1.1.2025 do 28.2.2025 a predstavuje pre klienta benefit vo forme zvýhodnenia ceníčkovej ceny vozidla (vrátane opcií) vo výške rozdielu vzniknutého zmenou DPH k 1.1.2025. Platí pre všetky osobné modely značky Dacia, okrem Springu, pre meplatcov DPH. Dacia Jogger: spotreba 4,7-7,8 l/100 km, emisie CO<sub>2</sub> 105-138 g/km. Uvedené spotreby paliva a emisie CO<sub>2</sub> sú zmerané metódou stanovenou podľa platných predpisov vyžadovaných pre homologáciu vozidla. Táto ponuka je iba indikatívna, nie je návrhom na uzavretie zmlúvy a nemožno z nej preto dovozovať povinnosť spoločnosti uskutočniť akékoľvek transakcie. Vyobrazenie vozidla je iba ilustratívne. Dacia odporúča Castrol

TEMPUS Car s.r.o.,  
Safárikova 91, Rožňava

# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA

## POKRÝVAČ- TESÁR



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

OKAMŽITÉ  
ZACATIE  
PRÁČ

-10% Z CENY PRÁČE DO 31.03.2025

**ZDARMA**  
doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁČU RUČÍME!

Kontakt: +421 949 623 050

pred po

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD  
PATENTOVANOU TECHNOLÓGIU

# BOMBA FASÁDA

BEZPLATNÁ  
UKÁZKA

www.bombafasada.sk +421 905 148 393 info@bombafasada.sk

BEZ WAPKY

DOM  
KAVY

DOMKAVY.SK  
TRNAVA

## KAVOVARYS

ZĽAVOVÝ KÓD - 5% ZĽAVA PLATÍ PRI NÁKUPE KÁVOVAROV  
ZNAČKY LELIT ZO STRÁNKY WWW.DOMKAVY.SK  
ALE AJ PRI NÁKUPE NA PREDAJNI.

# 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.

decorem

od 9,10 EUR od **8,19 EUR**

KOBEREC 4959B CHEAP HNEDÁ

**-10%**

decorem

od 37,00 EUR od **33,30 EUR**

KOBEREC D663M ASTHANE BIELA

**-10%**

decorem

od 18,00 EUR od **16,20 EUR**

KOBEREC CHEAP K857A BÉŽOVÝ

**-10%**

## 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 nechto.

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 **95,76 EUR**

**112,92 EUR** HOVÄDZÍ KOLAGÉN FORTE

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 hydrolizácie 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 antioxidantáciu organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známok 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.

# Oplatí sa!

**TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA**



**GS**  
EUROTHERM  
MONT

ZIMNÉ ZÁHRADY  
ZASKLENIA BALKÓNOV  
A TERÁS • PRÍSTREŠKY  
PREKRYTIA BAZÉNOV  
HLNÍKOVÉ A NEREZOVÉ  
ZÁBRADLIA A BRÁNY  
**gszasklenie.sk**  
**0800 333 223**

ZAMERANIE A  
3D VIZUALIZÁCIA  
**ZDARMA**

**ZĽAVY AŽ  
DO 50%**

**Stannah**

**-10%  
ZĽAVA**

**Stoličkové výťahy Stannah,  
žiť doma nezávisle**

Stoličkové výťahy sú naším rodinným podnikom. Sme hrdí na to, že môžeme slovenským domácnostiam dodávať najbezpečnejšie a najodolnejšie schodiskové výťahy v odvetví.

- ✓ Vynikajúca kvalita výrobkov
- ✓ Zákaznícka podpora 24h/7d
- ✓ 158 rokov výrobcu

Na celom Slovensku

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

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

\*Ponuka sa nekumuluje s inými zľavami a kampaňami. Platí do 28.02.2025

**REYMONT**

Reymont zimné záhrady - investícia do pohodlia za skvelé ceny!

- Zimné záhrady
- Zasklenia terás, balkónov
- Prístrešky a Pergoly
- Zábradlia

**Profesionálna montáž.  
Doprava ZADARMO  
po celom Slovensku!**

+421 944 333 818  
info@reymont.eu  
www.reymont.eu

**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**  
trofejeee@gmail.com

**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**

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

**!!!NEPREMEŠKAJTE!!!**

**Spoločnosť ECO Energy** energetické poradenstvo  
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

**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**

**Spoločnosť Galmet** Zelené domácnosti  
Práca vytvára zmysluplnú budúcnosť  
ENERGIA

**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**