



Čítajte nás:

www.cujte.sk

LUČENECKO VEĽKOKRTÍŠSKO-POLTÁRSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 30 860 domácností

Kam na vysokú? Pomôcť môžu veľtrhy ALMA MATER

Veľtrhy ALMA MATER, ktoré organizuje ministerstvo školstva, štartujú v druhej polovici marca. Nájdete ich v každom regióne a odprezentuje sa na nich vyše 30 verejných, štátnych aj súkromných vysokých škôl. Projekt „ALMA MATER - miesto, kde si nájdeš svoju vysokú školu“ je v poradí druhým ročníkom.

Cieľom veľtrhov je podľa rezortu školstva ukázať maturantom širokú paletu študijných programov vysokých škôl na Slovensku, prepojiť ich s akademickým prostredím a zároveň predstaviť možnosti získania štipendií. „Niekedy nie je ľahké sa rozhodnúť, kam ísť po strednej škole. Práve veľtrhy ALMA MATER, ktoré budú vo všetkých regiónoch, sú dobrou príležitosťou, ako sa zorientovať a vybrať si základ pre svoje budúce povolanie,“ hovorí minister školstva Tomáš Drucker.

Kedy a kde?

V druhej polovici marca sa s ponukou vysokých škôl na Slovensku môžu zoznámiť žiaci a žiačky stredných škôl na veľtrhu v Banskej Bystrici, Poprade, Lučenci, Rožňave, Košiciach a v Prešove. V apríli sa veľtrhy presunú do Komárna, Nitry, Trnavy, Bratislavy, Trenčína a uzavrie ich Žilina. Na veľtrhoch sa môžu zúčastniť okrem maturantov aj žiaci nižších ročníkov, aby sa v ponuke vysokých škôl zorientovali a získali viac času na rozmyslenie. Vstup je len pre tých účastníkov,

ktorí sa registrujú prostredníctvom emailu na adresu almamater@minedu.sk.

Predstavia aj štipendijnú schému

Na veľtrhoch rezort školstva predstaví štipendijnú schému pod názvom Študujem doma, Slovensko ma odmení. „Chceme ďalej motivovať našich šikovných a talentovaných maturantov, aby si vybrali štúdiu doma a zároveň, aby Slovensko, jeho vysoké školy boli lákavé aj pre zahraničné talenty,“ doplnil T. Drucker. Nový eurofondový národný projekt s názvom Poskytovanie štipendií pre talentovaných domácich a zahraničných študentov za účelom ich štúdia na vysokých školách v SR nadväzuje na talentové štipendia z Plánu obnovy a odolnosti SR. Štipendia sú určené pre domácich talentovaných študentov, vrátane študentov zo znevýhodneného prostredia. Rovnako sú cieľovou skupinou aj zahraniční talentovaní študenti, ktorí začnú od septembra študovať na slovenských vysokých školách.

O štipendia sa po novom budú môcť uchádzať aj študenti nastupujúci na II. stupeň vysokoškolského štúdia, ak už talentové štipendia mali na I. stupni. Výška štipendia na jeden akademický rok bude 4-tisíc eur pre domácich a 5-tisíc eur pre zahraničných talentovaných študentov. Podrobnosti o novej štipendijnej schéme zverejní ministerstvo školstva na webstránke <https://stipendia.portalvs.sk/>.

» ren

29. marca 2004

rozšírenie NATO o Bulharsko, Estónsko, Litvu, Lotyšsko, Rumunsko, Slovensko a Slovinsko

Výročia a udalosti

AUTOservis konkurent AUTOdiely

VÝMENA OLEJA A OLEJOVÉHO FILTRA ZADARMO

Otvorené aj v SOBOTU!

Lučenec, Zvolenská cesta 9, 50m od čerpacej stanice OMV
Info a objednávky: 0908 669 629, 047/433 40 12

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

STUDIARSKÉ PRÁCE
KOPANIE STUDNÍ ČISTENIE STUDNÍ
Ján Fungáč
Zemné práce s.r.o.
☎ 0915 822 009
fungacjan9@gmail.com

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

ČISTIAREŇ PERIA
Železničná 44, Lučenec
ZBERNÉ DNI
pondelok, utorok, streda
prípadne po tel. dohovore.
☎ **047/433 34 32**
0905 511 912

MBST Lučenec
www.mbstlucenec.sk
info@mbstlucenec.sk
+421 917 113 199
Haličská cesta 4345, Lučenec

POZOR ! Unikátna liečebná metóda
Artróza - Polyartróza - Chondropatia - Koksatróza
kolená - ramená - členky
Osteoporóza - porucha látkovej výmeny v kostiach
Chrbtica - Platničky - Svaly - Väzy - Šľachy
Hojenie rán - Pooperačná liečba

PREDAJ A DOVOZ PALIVOVÉHO DREVA
Pripravujeme palivové drevo namiešané z listnatých drevín - dub, buk, agát, breza, lipa, cerešňa, vrbica, osika, dodávané v naplnených a naštiepaných dĺžkach 20, 25 cm a 33, 40, 50 cm resp. dĺžkach podľa želania

1 PRMS	(priestorový meter sypaný od dĺžky 33 cm) (Odber u nás v Ábelovej)	49 €
8 PRMS	Veľké auto Mercedes Atego (S dovozom do 60 km od Ábelovej)	480 €
4 PRMS	Terénne auto ISUZU (S dovozom do 60 km od Ábelovej) • Ideálne pre ťažko prístupové chaty a usadlosti Môžeme pripraviť a dovieŕť aj palivové drevo smrekové suché	277 €
1 PRMS	(priestorový meter sypaný od dĺžky 33 cm) (Odber u nás v Ábelovej)	44 €
12 PRMS	Veľké auto Mercedes Atego (S dovozom do 60 km od Ábelovej)	584 € 496 €
4 PRMS	Terénne auto ISUZU (S dovozom do 60 km od Ábelovej) • Ideálne pre ťažko prístupové chaty a usadlosti	232 € 196 €
1 PRMS	(priestorový meter sypaný od dĺžky 33 cm) (Odber u nás v Ábelovej)	32 €
12 PRMS	Veľké auto Mercedes Atego (S dovozom do 60 km od Ábelovej)	430 € 366 €
4 PRMS	Terénne auto ISUZU (S dovozom do 60 km od Ábelovej) • Ideálne pre ťažko prístupové chaty a usadlosti	184 € 156 €
LIPOVÉ TRIESKY vrecko 30x60 cm		3,00 €/vrecko

Môžeme pripraviť a dovieŕť aj lacné palivové drevo zo suchých odpadových (použitých), dosiek, hranolov a paliet naplnených cca na 33cm.

Mercedes Atego Isuzu 4x4

☎ **0907 884 162**

Dostaň každý koláčik DO PRÉMIOVEJ FORMY!

Skenuj Lidl Plus a získaj **prémiové formy a príslušenstvo na pečenie** od holandskej značky **RoyalVKB**

Veronika Bušová
odporúča **royalvkb**



Nazbieraj 5 virtuálnych nálepiek v aplikácii Lidl Plus a vyber si z kvalitných foriem a príslušenstva na pečenie **RoyalVKB so zľavou až 75 %**. Nálepku získaš po naskenovaní Lidl Plus za každých 15 € nákupu.

Viac na: lidl.sk/velkanoc

Akcia prebieha od 3. 3. 2025 do vyčerpania zásob.



Návykové látky medzi mladými

Fajčenie klasických cigariet klesá, alkohol stále dominuje a marihuana už nie je „trendom“ medzi mladými. Vapovanie a užívanie e-cigariet však stúpa. Nové zistenia školského prieskumu ESPAD 2024 ukazujú, ako sa menia návyky slovenských tínedžerov.

Najnovší prieskum ESPAD 2024, ktorý skúmal užívanie alkoholu, tabaku a nelegálnych drog medzi mladými ľuďmi vo veku 14 až 19 rokov, prináša prekvapivé zistenia. Klasické fajčenie medzi slovenskými tínedžermi klesá. Zatiaľ čo v roku 2007 si prvú cigaretu pred 13. rokom života zapálilo takmer 45 % opýtaných, v roku 2024 to už nebola ani štvrtina. Naopak, e-cigarety a vapovanie sú na vzostupe. Až tri štvrtiny respondentov nikdy nezačalo pravidelne fajčiť klasické cigarety, no pri e-cigaretách a vapovaní je situácia iná. Najväčší nárast pravidelného používania e-cigariet je viditeľný medzi 16- až 18-ročnými, pričom v tejto skupine ich denne užíva už takmer 15 % mladých.

ESPAD 2024 ukázal, že 93 % mladých aspoň raz v živote pilo alkohol, pričom viac ako 58 % sa už aspoň raz opilo. Priemerná spotreba alkoholu mierne klesla, a to najmä pri pive a víne. Napriek tomu destiláty zostávajú obľúbené, pričom chlapi vypili v priemere 32,1 g čistého alkoholu, dievčatá 26,9 g, čo sú približne 2-3 poháre piva, vína alebo destilátov.

Pokles zaznamenalo aj užívanie marihuany a podobný trend je viditeľný aj pri

iných nelegálnych drogách, ako sú extáza či pervitín. V predchádzajúcich rokoch boli na Slovensku dostupné syntetické kanabinoidy vo voľne prístupných automatoch, čo zvýšilo prevalenciu ich užívania na takmer 15 %.

Podľa odborníkov z Výskumného ústavu detskej psychológie a patopsychológie (VÚDPAp) sú výsledky dôkazom toho, že legislatívne opatrenia a preventívne osvetové kampane majú svoj význam, najmä v oblasti fajčenia a užívania nelegálnych drog. Zároveň však upozorňujú na rastúcu popularitu vapovania a e-cigariet, ktoré sa medzi mladými stávajú novým fenoménom. Naopak, napriek vekovému zákonnému limitu rizikové pitie alkoholu zostáva výzvou, najmä medzi chlapcami, ktorí častejšie prekračujú bezpečné limity konzumácie. „Mladí dnes čelia nástrahám, ako sú e-cigarety či syntetické látky. Experimentovanie patrí do fázy dospievania, preto je dôležitá regulácia, ale musíme mladých viesť najmä k tomu, aby rozumeli rizikám a vedeli sa správne rozhodovať,“ hovorí riaditeľka VÚDPAp Alena Kopányiová. Škola a rodina zohrávajú kľúčovú úlohu v tom, ako zvládať tlak okolia a náročné situácie bez úniku k návykovým látkam. „Ak chceme zdravšiu generáciu, musíme sa sústrediť na systematickú a zmysluplnú prevenciu, nestačia len jednorazové preventívne aktivity,“ dodáva A. Kopányiová.

Informácie poskytl Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže SR
» ren

Výpis z neverejnej časti živnostenského registra

Ministerstvo vnútra na klientských centrách zaznamenalo v posledných dňoch zvýšený dopyt po výpisoch z neverejnej časti živnostenského registra, ktoré sú nevyhnutné na zriadenie transakčného účtu. To výrazne zahŕtlo stránky, znížilo komfort vybavovania občanov a predĺžilo čakacie doby.

„Z tohto dôvodu upozorňujeme, že povinným podkladom na zriadenie podnikateľského účtu v banke nie je len samotný výpis z neverejnej časti živnostenského registra, ale aj osvedčenie o živnostenskom oprávnení, prípadne rovnopis ohlásenia živnosti,“ uviedol rezort vnútra a zároveň informoval aj o možnosti získať predmetný výpis pohodlne a bezplatne prostredníctvom portálu www.slovensko.sk.

Postup ako získať výpis online:

- Navštívte portál slovensko.sk.
- Prihláste sa do svojej elektronickej schránky pomocou eID karty.
- Vyhľadajte a vyplňte formulár „Žiadosť o výpis z neverejnej časti živnostenského registra“.

Odkaz priamo na portál MV SR: <https://www.minv.sk/?ziadost-o-vypis-zo-zr-neverejny-vypis-a-ziadost-o-vydanie-prehladu-udajov-zapisanych-v-zivnostenskom-registri>

• Odošlite vyplnenú žiadosť elektronicke.

„Po spracovaní žiadosti obdržíte výpis priamo do svojej elektronickej schránky, a to bez akýchkoľvek poplatkov. V prípade otázok alebo potreby asistencie kontaktujte Callcentrum MV SR na telefóne číslom 0800 222 222 alebo e-mailom na callcentrum@minv.sk,“ dodáva MV SR.

Pripomíname

V súvislosti so zákonom č. 279/2024 Z. z. o dani z finančných transakcií účinným od 1. januára 2025 vznikla podnikateľským subjektom povinnosť zriadiť si takzvaný transakčný účet v banke, a to do 31. marca 2025. Tento účet slúži na evidenciu a správu finančných transakcií v súlade s novou legislatívou. Ide pritom o štandardný podnikateľský účet.



» ren

zdroj foto hamonazaryan1 pixabay

DREVENÉ ROLETY

- výmena popruhu
- náter roliet
- generálne opravy aj tých najstarších roliet
- nové drevené rolety

mobil: 0903 349 274 | mail: info@eslinger.sk | www.eslinger.sk

Ponúkam za výhodnú cenu

KOMPLETNÉ ČISTENIE KOPANÝCH STUDNÍ

tel. 0905 764 689

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

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

Dacia DUSTER

Dacia Duster
50% teraz a 50% za rok

Šafárikova 91, 048 01 Rožňava

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

Prinášame rady odborníkov na lepšie zapamätávanie Starajme sa o svoj mozog

Pri príležitosti celosvetovej kampane **Týždeň povedomia o mozgu, upriamujú odborníci pozornosť verejnosti na ľudský mozog, jeho činnosť a na význam zdravého životného štýlu a mozgových cvičení na podporu jeho fungovania.**

„Zdravý mozog je zásadný pre prežitie plnohodnotného života. Mozog patrí k našim najdôležitejším orgánom - umožňuje nám myslieť, hýbať sa a komunikovať s okolím. Dáva nám schopnosť vnímať svet naokolo, cítiť emócie, pamätať si, učiť sa a sústrediť sa,“ približujú odborníci na sociálnej sieti Úradu verejného zdravotníctva SR a uvádzajú tiež, že významnú úlohu v tom, ako bude mozog pracovať počas života, zohráva jeho štruktúrálny vývin v období pred, okolo a krátko po narodení. „V tom čase je mozog najtvárnejší

a najcitlivejší voči stimulácii, rané zážitky preto môžu významne ovplyvniť ďalší život jednotlivca. Funkčný vývin mozgu však prebieha ešte roky po narodení - odhaduje sa, že asi do 25. roku života. Počas dospievania dozrievajú mozgové funkcie ako myslenie, pamäť, priestorová orientácia, pozornosť či predstavivosť,“ objasňujú odborníci a hovoria, že u detí je preto potrebné stimulovať mozgové funkcie postupne, s ohľadom na ich vek a čo najpestrejším spektrom činností. Treba si pritom dať pozor, aby sme ich nepreťažovali.

„Aj v dospelom veku stále máme potenciál rozvíjať svoje mozgové funkcie vďaka plasticite, teda prispôsobivosti mozgu, a to prostredníctvom ich stimulácie a pravidelného tréningu.“

Čo prospieva mozgu?

Mozgu podľa odborníkov prospieva akákoľvek aktivita, či už to je komunikácia, udržiavanie sociálnych vzťahov, literatúra, nové podnety, kultúra, umenie, pestovanie koníčkov, spoločenské hry, učenie cudzích jazykov. Skúste svoj mozog priebežne stimulovať napríklad vedomostnými súťažami, rébusmi, krížovkami, sudoku, alebo šachom.

Odborníci z Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava po-



Ilustračné foto.

zdroj foto geralt pixabay

pisujú na sociálnej sieti dôvody, pre ktoré je potrebné sa o mozog starať:

- Žijeme život preplnený informáciami – väčšie nároky na pamäť.
- Naš mozog musí čeliť zvyšujúcemu sa stresu a tlaku.
- Mozgová plasticita vekom klesá.
- Menej namáhame mozog, spoliehame sa na mobily, počítače.
- Vyžaduje sa od nás zvyšovanie kvalifikácie, lepšia schopnosť pamätať si staré a prijímať nové informácie.
- Netréňovaná pamäť zlyháva podobne ako svaly.

a pripájajú tiež zopár tipov na lepšie zapamätávanie:

- Vizualizujte a zapojte všetky zmysly.
- Učte sa podľa toho, aký ste učebný typ.

- Urobte materiál zaujímavým, ak nás niečo nudí, nezapamätáme si to.
- Naše sebahodnotenie a presvedčenia pôsobia na naše myšlienky, pocity, správanie aj pamäť.
- Zmeňte svoj postoj k chybám.
- Urobte všetko preto, aby ste sa vedeli sústrediť.
- Asociujte si nový učebný materiál s tým, čo ste už predtým vedeli.
- Materiál, ktorý si potrebujete zapamätať si aspoň 3x zopakujte.
- Uvoľnite sa, využite pritom napríklad dychové cvičenia, či počúvanie hudby.
- Rešpektujte svoj biorytmus.
- Naučené sa ukladá počas spánku.
- Trénujte svoju pamäť a pomôžte si mnemotechnickými pomôckami.

» ren



Ilustračné foto. zdroj foto TungArt7 pixabay

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

NAJ NAJLEPŠIA oprava strechy

STRECHA S.R.O.

KONTAKT
0940 776 203

OPRAVA eternitových, plechových, šindlových a plochých striech

- bez potreby demontáže starej strechy
- zameranie, poradenstvo **ZDARMA**
- pre dôchodcov **ŠPECIÁLNA ZĽAVA**
- oprava komínov, oprava a montáž odkvapových žlabov

UŽ 14 ROKOV NA TRHU

NOVINKA - Fúkaná izolácia za bezkonkurenčnú cenu

www.naj-strecha.sk • facebook: Naj-strecha sro

lawservice
RECOVERY

LawService Recovery, k.s., so sídlom správcovskej kancelárie
Stráž 223, 960 01 Zvolen, zapísaná v zozname
správcov vedenom Ministerstvom spravodlivosti SR pod č. S1731,
správca úpadcu HYDREX, s.r.o. „v konkurze“,
Partizánska ul. č. 1877, 962 05 Hriňová, IČO: 31 633 072,

OZNAMUJE,

že dňa 17.04.2025 o 09:00 hod. sa na adrese: Stráž 223, 960 01 Zvolen – prízemie – zasadacia miestnosť, bude konať 1. kolo dobrovoľnej dražby (celkovo 1. kolo), predmetom ktorej bude nehnuteľný majetok zapísaný na LV č. 2485 vedenom Okresným úradom Lučenec, katastrálny odbor pre okres Lučenec, obec Divín, katastrálne územie Divín, a to:

- parcela registra „C“, parcelné číslo 1636/17, druh pozemku: zastavaná plocha a nádvorie, výmera 52 m²,
- parcela registra „C“, parcelné číslo 1636/125, druh pozemku: zastavaná plocha a nádvorie, výmera 9 m²,
- parcela registra „C“, parcelné číslo 1636/126, druh pozemku: zastavaná plocha a nádvorie, výmera 18 m²,

Najnižšie podanie: 6 600,00 EUR

Bližšie informácie poskytujte dražobník telefonicky na čísle: tel. +421 45 5240 200

KRMIVÁ
bez GMO

TOMAS

Slovenský výrobca s tradíciou ponúka kvalitné sypké a granulované krmné zmesi bez GMO pre všetky druhy hospodárskych zvierat: hydinu, ošípané, hovädzí dobytok, ovce králiky, kone.

Dolná Ždaňa 142, č.t. 045/6761020, 0905 716 015

MÁME SIETĚ PREDAJCOV PO SLOVENSKU.

www.tomassro.sk

Farebná bezdymová alternatíva lil SOLID Ez

Cigarety nielen zhoršujú dýchanie, ale aj obťažujú nepríjemným cigaretovým dymom. Pre tých, ktorí hľadajú alternatívu a inak by pokračovali vo fajčení, je k dispozícii vylepšené zariadenie na nahrievaný tabak lil SOLID Ez.

Ide o kompaktné zariadenie v štýle "všetko v jednom", ľahko sa ovláda, prináša tri po sebe idúce použitia a vydrží dlho nabité. Lil SOLID Ez tabak nespája, ale nahrieva a tým nevzniká žiadny dym. Zároveň produkuje výrazne menej škodlivých látok v porovnaní s cigaretami*, vďaka tomu predstavuje lepšiu alternatívu oproti klasickým cigaretám.

Zariadenie je dostupné v predajniach IQOS v piatich farebných prevedeniach za doporučenú maloobchodnú cenu 19 eur.

MÝTUS O NIKOTÍNE, PRAVDA O DECHTE

Nikotín a decht sú dve rozdielne veci. Cigarety ľudia fajčia kvôli nikotínu.

Ten je síce návykový, ale nie je hlavnou príčinou ochorení spojených s fajčením. Skutočným vinníkom, ktorý je zodpovedný za najväčšie škody na zdraví dospelých fajčiarov, je práve decht. Vzniká pri horení cigarety a obsahuje karcinogénne a toxické látky nebezpečné pre zdravie.

*Lil SOLID Ez produkuje o 95 % menej škodlivín v porovnaní s cigaretami.**

** To nevyhnutne nepredstavuje zníženie rizika o 95 %. Lil SOLID Ez nie je bez rizika. Obsahuje nikotín, ktorý je návykový. Je určený výhradne pre dospelých. ##Zníženie hladiny 9 škodlivých chemických látok, ktorých obsah Svetová zdravotnícka organizácia odporúča znížiť v cigaretovom dyme a ktoré nezahŕňajú nikotín. Pozri sa na dôležité informácie na www.IQOS.com.



ZDROJ foto: PMI

Je voda z vašej studne v poriadku?

Dajte si bezplatne skontrolovať vodu

Pri príležitosti Svetového dňa vody Úrad verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) a niektoré regionálne úrady verejného zdravotníctva (RÚVZ) aj tento rok poskytnú záujemcom z radov občanov bezplatné orientačné analýzy vzoriek vody zo studní v ukazovateľoch dusičnany a dusitany.

„O kvalitu vody v domových studniach sa musia starať ich majitelia, ktorí by si ju v prípade jej používania na pitné účely mali nechať skontrolovať aspoň dvakrát do roka v akreditovanom laboratóriu, ktoré poskytuje analýzy kvality pitnej vody,“ informuje ÚVZ SR a dodáva, že kvalitu pitnej vody z verejných vodovodov pravidelne kontrolujú jej dodávatelia i úrady verejného zdravotníctva. Pitná voda musí byť podľa odborníkov zdravotne bezpečná, to znamená, že jej krátkodobé ani dlhodobé a opakované používanie nesmie ohroziť zdravie ľudí. Jej kvalita sa posudzuje z hľadiska fyzikálneho, chemického, mikrobiologického a biologického.

Vedeli ste, že...

Dusičnany a dusitany sú chemické ukazovatele, ktorých limitné hodnoty sú najčastejšie prekračované v pitnej vode z individuálnych vodných zdrojov - domových studní a zo zdravotného hľadiska ich

nadlimitné koncentrácie nie sú bezpečné najmä pre malé deti.

Bezplatné orientačné vyšetrenie

Ak máte záujem v rámci Svetového dňa vody 2025 o bezplatné orientačné vyšetrenie vzoriek vôd z domovej studne v ukazovateľoch dusičnany a dusitany, postupujte nasledovne:

- voda – minimálne 0,2 litra – musí byť odobratá do čistej PET fľaše od neochutenej minerálnej vody, v ktorej nebolo nič skladované,
- pred odobratím vzorky vodu dostatočne odpustíte aspoň na dve – tri minúty, aby sa prepláchno vodovodné potrubie a odpustila voda, ktorá sa nachádzala v potrubí,
- fľašu dostatočne prepláchnite odobieranou vodou, naplňte ju vzorkou doplna, bez vzduchovej bubliny, a uzavrite,
- fľašu označte štítkom s údajmi o odbernom mieste – uveďte adresu, na ktorej sa studňa nachádza,
- prineste vzorku vody na orientačné vyšetrenie čo najskôr po odbere (najvhodnejšie do 24 hodín od odberu) vody do bu-



Ilustračné foto.

zdroj foto Pezibear pixabay

dovy ÚVZ SR alebo na RÚVZ, ktorý bude poskytovať orientačné analýzy.

Kedy a kde?

Akcia pre verejnosť sa bude konať v priestoroch ÚVZ SR v Bratislave vo štvrtok 27. marca 2025 a v stanovených dátumoch aj v priestoroch regionálnych úradov verejného zdravotníctva (RÚVZ). Aktivity úradov verejného zdravotníctva počas Svetového dňa vody 2025 nájdete na stránke ÚVZ SR a stránkach jednotlivých RÚVZ. „Vo vymedzených časoch budú

pracovníci všetkých RÚVZ v SR verejnosti poskytovať odborné poradenstvo v oblasti zdravotnej bezpečnosti pitnej vody z verejných vodovodov a individuálnych vodných zdrojov, ochrany vlastných vodných zdrojov, ako i ďalších problémov týkajúcich sa pitnej vody a jej významu pre zdravie človeka,“ uvádza ÚVZ SR a dodáva, že väčšina RÚVZ v SR ponúkne aj orientačné vyšetrenie vzoriek vody z domových studní, pričom analýza bude cieľená na dva ukazovatele - dusičnany a dusitany.

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



SÚŤAŽ

O DOVOLENKU ZA
10 000 €



Natankuj 30 l
a vyhraj

Súťaž trvá od 10. 3. do 4. 5. 2025.
Viac na sutazorlen.sk

KARTAGO tours

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

**-10%
Z CENY PRÁCE
DO 31.03.2025**

POKRÝVAČ TESÁR

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

- ✓ RENOVÁCIA STRIECH
- ✓ KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH
- ✓ RENOVÁCIA GARÁŽÍ
- ✓ OPRAVA ŽLABOV
- ✓ ZATEPLENIE
- ✓ RENOVÁCIA ŽLABOV

JANEK - 0919 495 628



**UŽ OD
499 €**

**DARČEK
ZADARMO
4L HNOJIVA**

galerica

ODOLNÉ SKLENÍKY Z POLYKARBONÁTU

	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

POKRÝVAČ- TESÁR

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

**OKAMŽITÉ
ZAČATIE
PRÁCE**

-10% Z CENY PRÁCE DO 31.03.2025

ZDARMA
doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

Kontakt: +421 949 623 050

REGIONPRESS

ONLINE MARKETING

PREČO REKLAMNÁ INZERCIU U NÁS ???

MY VIEME AKO A VY VIETE PREČO

- Patríme medzi najčítanejšie týždenníky na Slovensku
- Pomôžeme Vám získať nových zákazníkov
- Poradíme Vám ako byť krok pred Vašou konkurenciou

Kontaktujte nás: ☎ 0905 915 039 ✉ haskova@regionpress.sk

V našej redakcii si môžete zadať inzerciu do ľubovoľného okresu

Oplatí sa.sk

ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE!



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

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



KOBEREC 4959B CHEAP HNEDÁ

-10%

decorem

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




KOBEREC D663M ASTHANE BIELA

-10%

decorem

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



KOBEREC CHEAP K857A BÉŽOVÝ

-10%

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU



**BEZ
WAPKY**

**BEZPLATNÁ
UKÁŽKA**

**BOMBA
FASÁDA**

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

Nekonečné ďakujem stoličkovým výťahom Stannah

Darček v
hodnote až
do 200,- €*

Ponuka

Zavolajte zadarmo
0800 162 162
www.stannah.sk

Váš partner pre stoličkové
výťahy na Slovensku.
Pretože Stannah
mení váš život.

Stannah



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

*Kampaň platí pre každú objednávku do 28.03.25, nie je retroaktívna ani kumulovateľná s inými ponukami alebo kampaňami.

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 elektráreň 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 elektráreň

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 teplým 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**

OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH,
KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

BITUMÉNOVOU LEPENKOU bez demontáže pôvodnej krytiny

⇒ zameranie ⇒ odborné poradenstvo
⇒ cenová kalkulácia ZDARMA!!!

slovenská
firma

!!! NOVINKA !!!

BITUMÉNOVÁ LEPENKA určená pod solárne panely.
Veľmi výhodná aj na bežné prekrytie strechy
- znižuje teplotu strechy na 40 až 50 stupňov.

NON STOP - 0944 720 932

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽĽABOV

POKRÝVAČ - TESÁR



STRECHY / STREŠNÉ KRYTINY

15% zľava z ceny práce
od 15.3 - 15.4. 2025

Opavy rekonštrukcie
Renovácie striech

- Alpská technika
- Výhodné ceny
- Šikovní odborníci

Výroba plechových striech
Klamiarske práce
Izolácie plochých striech

Štefan Jambor: 0918 137 631

OBNOVA A ZATEPLENIE PLOCHÝCH STRIECH

Ponúkame Vám profesionálne služby:

- ⇒ hydroizoláciu strechy bituménovými pásmi
- ⇒ zateplenie strechy
- ⇒ cenová kalkulácia zadarmo
- ⇒ zľava pre dôchodcov
- ⇒ záruka 20 rokov
- ⇒ rodinné domy, bytovky
- ⇒ skladové priestory, firmy ...

!!! NOVINKA !!!

Bituménová lepenka určená
pod solárne panely.
Veľmi výhodná aj na bežné
prekrytie strechy - znižuje teplotu
strechy na 40 až 50 stupňov.

0918 773 790

COPERNIT
VÝROBNÉ PRONÁVA