

ВОЛИНСЬКІ ОГОЛОШЕННЯ

ГАЗЕТА ОГОЛОШЕНЬ ТА РЕКЛАМИ

ЛУЦЬК + РІВНЕ

Луцьк: (095)157-91-19 Рівне: (0362)433-777
№ 5 (827) День виходу – четвер, 18 лютого 2021р. Ціна договірна



Євро Дизайн
**НАТЯЖНІ
СТЕЛІ**
066-592-28-82
097-680-88-68
eurodesign.navolyni.com

**Компанія
«Жасмін Лінжері»**
запрошує на роботу

**ШВАЧОК
ТА ПОМІЧНИКА
ШВАЧКИ**

**ГРАФІК
РОБОТИ
8.00-17.00
пн-пт
зп - висока**



JASMINE
050 488 77 86

РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКІВ
усіх модифікацій
із виїздом у межах області

**NORD Дніпро
Atlant Snaige**

гарантійний ремонт
вул. Лідавська, 1-А (095) 295-91-19
тел.: 71-04-87, (067) 901-89-66



Блоки від виробника

СТІНОВИЙ БЛОК

з дном – без дна –
20x20x40 20x20x40



**ПЕРЕСТІНОЧНИЙ
БЛОК 20x10x40**



**ОПАЛУБНИЙ
БЛОК 20x30x40**



**(066) 897-96-96
(067) 116-11-44**

**ПРОФЕСІЙНІ
КУРСИ МАСАЖУ**
м. Ковель

Львів № 554912 від 22.07.2010р.

- 1 Класично-лікувальний (базовий) масаж.
- 2 Сегментарно-рефлекторний.
- 3 Дитячий.
- 4 Спортивний.
- 5 Реабілітаційний.
- 6 Целюлітний, медовий та інші види масажу.

Після закінчення курсів ВИДАЄТЬСЯ СЕРТИФІКАТ
МІЖНАРОДНОГО ЗРАЗКА

ЗАНЯТТЯ ПРОХОДЯТЬ ПО СУБОТАХ АБО НЕДІЛЯХ



з 6 березня по 29 травня **(097) 277-19-80, (095) 534-64-38**

**Власне
виробництво**

ЛІЖКА ДЕРЕВ'ЯНІ
дорослі та дитячі



**МАТРАЦИ
ОРТОПЕДИЧНІ**

+38 (050) 373-67-17

**ПОСЛУГИ
МАНІПУЛЯТОРАМИ**

ДОСТАВКА
бруківки, блоків,
цегли,
бетонних кілець,
плит перекриття,
вагончиків, контейнерів.




(066) 359 38 38 (097) 634 41 01

ВолиньСталь
Виробник покрівельних матеріалів

**ВОЛИНЬСТАЛЬ виробник
покрівельних матеріалів**

- Металочерепиця
- Профнастил
- Металевий сайдинг
- Штахетник та ламелі для забору
- Водостічні системи
- Мансардні вікна
- Металопластикові вікна
- Добірні елементи

– Профіль для гіпсокартону та комплектуючі

с. Боголюби, вул. Набережна, 20
050 72 49 777, 097 91 43 605
volynstal.com.ua, volynstal@ukr.net

**заміри та
гоставка**



**ПІДЛОГИ У БУДИНКАХ
У КВАРТИРАХ**

ПРОМИСЛОВІ ПІДЛОГИ
• ГАРАЖІ • СКЛАДИ • ЦЕХИ

**МАШИНА
ПОДІЯЖ ДО
12-ГО
ПОВЕРХУ**

(099) 229-16-56 (068) 138-61-80



**МЕТАЛОПЛАСТИКОВІ
ВІКНА ТА ДВЕРІ**

Вікна Стиль

- металопластикові вікна, москітні сітки
- рулонні штори, балконні та міжкімнатні двері
- РЕГУЛЮВАННЯ ВІКОННОЇ ФУРНІТУРИ
- заміна ручок, ущільнювачі
- вхідні пластикові двері
- ЗАМІНА СКЛОПАКЕТІВ

м. Луцьк, вул. Конякіна, 22
0500266926ds@gmail.com

+38 (050) 026 69 26
+38 (098) 737 25 17
+38 (063) 370 52 25

Каталоги продукції на сайті
WWW.VIKNASTYLE.COM.UA



ШвидкоГроші

**ЖИТТЯ
таке
хороше**

001%

Акція "Кредит 0.01% 2021" діє з 15.01.2021 по 31.03.2021 включно, по всій території України, крім Автономної Республіки Крим та зони проведення ООС. Деталі та умови на сайті: zgrahis.com.ua. ТОВ "Співмичцентр". Максимальна сума кредиту 30000 грн. Реальна річна процентна ставка 912.5%. Максимальний термін надання кредиту 90 днів.

вул. Сенаторки Левчанівської 13
вул. Винниченка 47 вул. Кравчука 44-А

(093) 170 10 35

Вартість доставки згідно графіка роботи оператора за місц.

ТВЕРДЕ ПАЛИВО

**Брикет
Піні Кей**

**Деревне
вугілля**

**Дрова
(граб/дуб)**

050 37 88 122



LINKTRANS

ПЛАНУВАННЯ ЗЕМЕЛЬНИХ ДІЛЯНОК

**ПОСЛУГИ ТА РЕМОНТ
СПЕЦТЕХНІКИ**

ПРОДАЖ
щебеню, піску, суміші ґрунту,
блоків, глини, відсіву

ТОКАРНІ РОБОТИ

(050) 586-36-82, (050) 633-92-77



ГРОШІ ПІД ЗАСТАВУ

**НЕРУХОМОСТІ
І ТРАНСПОРТУ**

м. Рівне, Короленка, 2
2 поверх
т. (095) 449-36-31

ПОСІВНИЙ КАЛЕНДАР 2021 рік

Т.: (066) 430-55-27
(067) 217-29-00

vladimir63041@gmail.com

РЕМОНТ

ВІДНОВЛЕННЯ

- КОЛІНЧАСТИХ ВАЛІВ СОЛОМОТРАСІВ
- ПОСАДОЧНИХ МІСЦЬ ПІД ПІДШИПНИКИ
- СТУПИЦЬ ДО С/Г ТЕХНІКИ, АВТОМОБІЛІВ

СПРІЯТЛИВІ ДНІ ДЛЯ ПОСАДКИ, ПОСІВУ ТА ПЕРЕСАДЖУВАННЯ КУЛЬТУР У 2021 РОЦІ



МІСЯЦЬ / КУЛЬТУРА	ЛЮТИЙ	БЕРЕЗЕНЬ	КВІТЕНЬ	ТРАВЕНЬ	ЧЕРВЕНЬ	ЛИПЕНЬ	СЕРПЕНЬ	ВЕРЕСЕНЬ
	Саме у лютому стартує період вирощування власної розсади, а складання планів має завершитися.	У центрі уваги цього місяця повинна бути розсада. Пора висівати не тільки улюблені однорічні квіти, а й більшість популярних овочів.	Місяць активної підготовки до старту сезону посадок і один з вирішальних місяців у догляді за розсадою.	Вдале чергування періодів за календарем сприятиме наведенню порядку на грядці.	Догляд за рослинами багато в чому залежить від погоди. Але не варто запускати посадки і давати волю бур'янам.	Незважаючи на те, що турбота про рослини – головне завдання, варто вже почати готуватися до другої половини садового сезону.	Саме в цьому місяці починають висаджувати цибулинні і ділити декоративні культури.	Продовження посадок – головне завдання вересня. Це місяць цибулинних всіх видів і розмірів.
КАВУН, ДИНЯ	17-19, 22, 23	17-23	13-14, 18-19, 25-26, 28	12, 15-17, 22-25	11-13, 18-22			
БАКЛАЖАН	17-19, 22, 23	16-18, 21-23	13-14, 18-19, 25-26, 28	12, 15-17, 22-25, 28-29	11-13, 18-22			
ГОРОХ, КВАСОЛЯ	17-23	17-23, 29	3-5, 13-19, 25-26	12-17, 24-27	11-13, 18-22	18-19, 22-23	14-15, 18-19	8-9, 10-11, 14-16, 24-27
КАБАЧОК, ГАРБУЗ	8-9, 12-14, 17-19, 22, 23	16-23	3-5, 8-9, 13-14, 18-19, 25-26	12, 15-17, 22-25, 28-29	11-13, 18-22, 25-26	16-19, 22-23	12-15, 18-19	8-9, 10-11, 14-16
СОНЯШНИК	22, 23	1-2, 7-8, 17-18, 22-23, 29	3-5, 13-14, 18-19, 25-26	15-17, 22-25	11-13, 18-22			
МОРКВА	2-5, 8-9, 17-19	1-4, 7-8, 29-31	3-5, 25-26, 28	1-2, 12, 22-23, 28-29	6-8, 18-20, 25-26	4-5, 31	1, 5-6, 27-29	23-25, 29-30
ШПІНАТ, ЩАВЕЛЬ	8-9, 12-19, 22-24	7-8, 14-18, 22-23	3-5, 8-10, 13-14, 18-19, 25-26	1-2, 5-9, 12, 15-17, 22-25, 28-29	11-13, 18-22, 25-26	16-19, 22-23	12-15, 18-19	8-9, 10-11, 14-16, 19-20
ПЕРЕЦЬ	17-19, 22-23	17-18, 22-23	13-14, 18-19, 25-26	12, 15-17, 22-24, 26, 28-29	11-13, 18-23	16-19, 22-23	12-15, 18-19	8-11, 14-16
ПЕТРУШКА КОРЕНЕВА	8-9, 12-19, 22, 23	7-8, 14-18, 22-23	3-5, 8-10, 13-14, 18-19, 25-26	1-2, 5-9, 12, 15-17, 22-25, 28-29	11-13, 18-22, 25-26	16-19, 22-23	12-15, 18-19, 23-29	8-9, 10-11, 14-16
РЕДИС ТА РЕДЬКА	2-5, 8-9, 12-14, 17-19, 22, 23	1-4, 7-8, 17-18, 22-23, 29-31	1-5, 8-9, 13-14, 18-19, 25-26, 28	1-2, 5-7, 12, 15-17, 22-23, 28-29	2-3, 6-8, 11-13, 18-20, 25-26, 29-30	1-5, 28-31	1, 5-6, 23-24, 27-29	1-3, 23-25, 29-30



РОДЮЧЕ ПОЛЕ
аграрний супермаркет

- насіння (фірми BEJO, SEMINIS, NUNHEMS, Tezier, Vомір, Елітсорт)
- добрива (мінеральні та органічні)
- саджанці плодкових дерев та кущів
- цибулькові квіти

РОЗДРІБНА ТА ГУРТОВА ТОРГІВЛЯ

- засоби захисту рослин (SYNGENTA, BAYER, УКРАВИТ та ін.)
- ґрунти, підживки, горщики
- агроінвентар
- побутова хімія, посуд



м. Луцьк, вул. Рівненська, 76б; тел.: (0332) 281595; вул. Єршова, 11-в, "Новий ринок", р-н Kromberg & Schubert, ряд 14, контейнер №1

ЗМІСТ НОМЕРА

ОГОЛОШЕННЯ ЛУЦЬК

01. НЕРУХОМІСТЬ

01.1	Квартири.....	4
01.2	Будинки, дачі, земельні ділянки.....	7
01.3	Гаражі.....	8
01.4	Приміщення.....	8
01.5	Обмін.....	8

02. ТРАНСПОРТ

02.1	Автомобілі легкові.....	9
02.2	Автомобілі вантажні, мікроавтобуси, автобуси.....	9
02.3	Мото-, велотехніка.....	9
02.4	Спеціальна автотехніка.....	9
02.5	Запчастини.....	9
02.6	Сільгосптехніка.....	9

03. УСЕ ДЛЯ БУДІВНИЦТВА

03.1	Будівельні та оздоблювальні матеріали.....	9
03.2	Опалювальна техніка та сантехніка.....	10

04. ПРЕДМЕТИ СПОЖИВАННЯ

04.1	Меблі.....	10
04.2	Одяг, взуття.....	10
04.3	Все для дітей.....	10
04.4	Продукти.....	11
04.7	Інші товари.....	11

05. РОСЛИНИ, ТВАРИНИ, С/Г

05.1	Кімнатні рослини.....	11
05.2	Домашні улюбленці.....	11
05.3	Сільське господарство.....	11

06. ОБЛАДНАННЯ

06.1	Торгове та харчове обладнання, матеріали.....	11
06.2	Швейне, в'язальне обладнання, матеріали.....	11
06.3	Побутова техніка та електроапаратура.....	11
06.4	Оргтехніка.....	12
06.5	Теле-, відео-, аудіотехніка.....	12
06.6	Різне обладнання та матеріали.....	12
06.7	Будівельне обладнання.....	12

07. ХОБІ ТА ДОЗВИЛЛЯ

07.2	Книги та друкована продукція.....	12
07.3	Музика, музичні інструменти.....	12
07.5	Усе для спорту та туризму.....	12

08. ПОСЛУГИ

08.2	Будівельні послуги.....	12
08.3	Автопослуги.....	13
08.4	Ремонт.....	13
08.4.3	Ремонт побут. техніки.....	13
08.8	Інші послуги.....	13

09. БІРЖА ПРАЦІ

09.1	Роботу пропоную.....	13
09.2	Роботу шукаю.....	14

10. КОНТАКТИ

10.2	Вважати недійсним.....	14
10.4	Подарую.....	14
10.5	Ділові пропозиції.....	14
10.7	Інше.....	14

ОГОЛОШЕННЯ РІВНЕ

01. НЕРУХОМІСТЬ

01.2	Будинки, дачі, земельні ділянки.....	16
01.3	Гаражі.....	16
01.4	Приміщення.....	16

02. ТРАНСПОРТ

02.1	Автомобілі легкові.....	16
02.5	Запчастини.....	16
02.6	Сільгосптехніка.....	16

03. УСЕ ДЛЯ БУДІВНИЦТВА

03.1	Будівельні та оздоблювальні матеріали.....	16
04.6	Медичні препарати та обладнання.....	16

06. ОБЛАДНАННЯ

06.5	Теле-, відео-, аудіотехніка.....	16
06.6	Різне обладнання та матеріали.....	16

07. ХОБІ ТА ДОЗВИЛЛЯ

07.3	Музика, музичні інструменти.....	16
------	----------------------------------	----

08. ПОСЛУГИ

08.2	Будівельні послуги.....	16
------	-------------------------	----

09. БІРЖА ПРАЦІ

09.1	Роботу пропоную.....	16
09.2	Роботу шукаю.....	16

10. КОНТАКТИ

10.2	Вважати недійсним.....	16
------	------------------------	----

Pulsat

pulsat.com.ua

СУПУТНИКОВЕ ТЕЛЕБАЧЕННЯ, Т2
ВІДЕОСПОСТЕРЕЖЕННЯ

ГУРТОВІ ЦІНИ ДЛЯ ІНСТАЛЯТОРІВ

ЛУЦЬК,
ВУЛ. І. ФРАНКА 55info@pulsat.com.ua
(068) 407-16-16

Дорого куплю

БРУХТ
ЧОРНИХ
МЕТАЛІВСТРУЖКУ КОЛЬОРОВИХ МЕТАЛІВ:
МІДЬ, АЛЮМІНІЙ, БРОНЗУ, ЛАТУНЬ,
СВИНЕЦЬ, НІЖ; АКУМУЛЯТОРИ,
МОЖЛИВИЙ ДЕМОТАЖ
ТА САМОВІВІЗ.Львів, МПГУ АВ №611444 від 24.11.2009р.
Львів, АВ №580658 від 22.02.2010р.; Львів, АВ №580677 від 22.02.2010р.
(0332) 200221; (095) 4091285;
(067) 6492168; (095) 1264715;
(068) 6641619

ЛІКАР ЮРЧЕНКО О.В.

ЛІКУЄ:
— Алкоголізм
— виведення з запою
— Наркозалежність
— наркотична детоксикація
— Неврози Анорексія

0 800-500-283

(050) 542-38-34, (067) 191-15-90
www.psychiatry.com.ua

Вікна стиль

МЕТАЛОПЛАСТИКОВІ
ВІКНА ТА ДВЕРІм. Луцьк, вул. Конякіна, 22
0500266926ds@gmail.com+38 (050) 026 69 26
+38 (098) 737 25 17
+38 (063) 370 52 25Каталоги продукції на сайті
WWW.VIKNASTYLE.COM.UA

Євро Дизайн

НАТЯЖНІ
СТЕЛІ066-592-28-82
097-680-88-68

eurodesign.navolyni.com

ВОЛИНСЬКІ
ОГОЛОШЕННЯ

ГАЗЕТА ОГОЛОШЕНЬ ТА РЕКЛАМ

У зв'язку із загальнооголошеним в Україні карантиним
редакція газети "Волинські оголошення"
працюватиме у телефонному режимі

тел.: (095) 157-91-19 (Viber)

e-mail: vogol.lutsk@gmail.com

Перепрошуємо за незручності. Дякуємо за розуміння!

ІНФОРМАЦІЯ ДЛЯ ПОДАВАЧІВ
ОГОЛОШЕНЬ ТА РЕКЛАМ

Пункти прийому оголошень у ЛУЦЬКУ

📍 просп. Грушевського, 30, каб. №207 (2-й поверх)

☎️ моб.: (095) 157-91-19

✉️ електронна адреса: vogol.lutsk@gmail.com

🌐 замовити послугу на сайті: www.vologol.com

📁 реквізити для оплати платних послуг:
ПриватБанк 5169 3305 1388 7742. Отримувач ВД "ОГО".

Пункти прийому оголошень у РІВНОМУ

📍 вул. Шкільна, 2 (вхід з торця, другий поверх), пн-пт: 9.00-18.00

☎️ подати оголошення за телефоном: (0362) 433-777

🌐 на сайті: www.torg.ogo.ua

✉️ електронна адреса: bo@ogo.ua

📁 з питань реклами у Рівному: (097) 891-82-00

ОГОЛОШЕННЯ • ЛУЦЬК

01  НЕРУХОМІСТЬ

01.1  КВАРТИРИ

Продаж

01.1.1  1-кімнатні

1-, 2-, 3-, 4-, 5-кімн. кв., вул. Арцеулова, вул. Кравчука, р-н гіпермаркету «Там-Там», центр міста, 43-83кв.м, середні поверхи, від 7500грн/кв.м. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. 20-02-19, (050)242-53-44.

1-кімн. кв., 2/9/Ц, 36кв.м, новий елітний будинок, авт. опалення, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч магазин, школа, дитсадок. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., 2/9/Ц, 49кв.м, євроремонт, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч школа, дитсадок. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., 3/9/Ц, 40кв.м, ремонт, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч школа, дитсадок, супермаркет, терміново. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., 3/9/Ц, 46кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч дитсадок, школа. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., 3/9/Ц, 47кв.м, авт. опалення, новий, зовні утеплений будинок, сучасне планування, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, терміново. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., 3/9/Ц, 51кв.м, новобудова, будинок утеплений зовні, сучасне планування, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, терміново. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., вул. Арцеулова, 8/10/Ц, 45кв.м, новобудова, авт. опалення, новий якісний ремонт, підігрів підлоги (кухня, коридор, санвузол). Тел. (095)186-70-90.

1-кімн. кв., вул. Арцеулова, новобудова, ремонт, будинок утеплений. Тел. (066)013-54-88.









ЖК «RIVER HOUSE» Світ Абсолютної Надійності

1-, 2-кімн. квартири
від забудовника

Комерційна
нерухомість



 м. Луцьк, вул. Шевченка, 13
 zh.k.riverhouse@gmail.com
 river-house.lutska.ua

 (099) 227-69-99
 (093) 429-20-00
 (067) 807-27-27

1-кімн. кв., вул. Ветеранів, 3/9/Ц, 40кв.м, косм. ремонт, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, недорого, терміново. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., вул. Винниченка, 51кв.м, новобудова, авт. опалення, сучасне планування, зовні утеплений будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, терміново. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., вул. Єршова, 2/9/Ц, 51кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч школа, дитсадок. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., вул. І. Багряного, новобудова, 2-рівнева, 57кв.м, стяжка, штукатурка, ціна договірна. Тел. (066)013-54-88.

1-кімн. кв., вул. І. Франка, 51кв.м, новобудова, будинок цегляний, зовні утеплений, авт. опалення, сучасне планування, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, терміново. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., вул. Кравчука, 2/9/Ц, 49кв.м, євроремонт, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., вул. Чорновола, 2/9/Ц, 46кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, поруч дитсадок, школа. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., просп. Грушевського, 3/9/Ц, 39кв.м, ремонт, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч школа, дитсадок, супермаркет, недорого, терміново. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., просп. Грушевського, 3/9/Ц, 45кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, ціна договірна. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., просп. Соборності, 2/5/Ц, 50кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч школа, дитсадок. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., просп. Соборності, 2/9/Ц, 40кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч магазин, школа, дитсадок. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., просп. Соборності, 3/5/Ц, 49кв.м, новий елітний будинок, євроремонт, авт. опалення, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч школа, дитсадок. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., просп. Соборності, 3/9/Ц, 46кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч школа, дитсадок. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., р-н 33кв., 4/9/Ц, 40кв.м, косм. ремонт, житловий стан, поруч школа, дитсадок, магазин, зупинка. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., р-н гіпермаркету «Там-Там», 2/9/Ц, 46кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч школа, дитсадок. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., р-н гіпермаркету «Там-Там», 3/5/Ц, 47кв.м, новобудова, євроремонт, будинок утеплений зовні, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, терміново. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., центр міста, 2/9/Ц, 40кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч школа, дитсадок. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., центр міста, 51кв.м, новобудова, авт. опалення, будинок утеплений зовні, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, терміново. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

1-кімн. кв., центр міста, новобудова, 4/10/-, 43кв.м, розводка водопостачання, опалення, стяжка, штукатурка, тепла підлога, утеплений фасад, пласт. вікна, 16000грн/1кв.м. Тел. (099)227-69-99, (067)807-27-27.

1-кімн. кв., центр міста, новобудова, 7/10/-, 39кв.м, розводка водопостачання, опалення, стяжка, штукатурка, тепла підлога, утеплений фасад, пласт. вікна з виглядом на р. Стир. Тел. (099)227-69-99, (067)807-27-27.

01.1.2  2-кімнатні

2-, 3-, 4-, 5-кімн. кв., вул. Арцеулова, вул. Кравчука, р-н гіпермаркету «Там-Там», центр міста, 64-74кв.м, середні поверхи, від 7500грн/кв.м. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. 20-02-19, (050)242-53-44.

2-кімн. кв., 2/9/Ц, 77кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч школа, дитсадок, магазин. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

2-кімн. кв., 4/5/Ц, поліпшене планування. Тел. (063)122-55-39.

2-кімн. кв., 4/9/Ц, 60кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок (зданий), зручне місцерозташування, поруч магазин, школа, дитсадок, недорого. Адр.: www.dom.ria.com. Тел. (050)242-53-44.

ПРОСПЕКТ

Агентство нерухомості просп.Молоді, 14

- оформлення документів
- купівля
- продаж
- оренда

(095) 54 33 555 (063) 407 95 39 (067) 45 18 064

Продаж

1-кімнатні квартири

Володимирська, 3/5/Ц, 30/-/-, житл.стан, балкон заскл..... ціна договірна
 Конякіна, 3/9/П, 35/-/8,5, житл. стан..... 588000грн
 Молоді, 9/9/Ц, 37/-/-, косм. рем., пласт. вікна, вмонт. кухня, меблі у ваннійціна договірна
 Соборності, 6/9/Ц, 38/-/7, косм. рем., ніша..... 672000грн

2-кімнатні квартири

8 Березня, 2/2/Ц, косм. рем., кімн. прохідні, авт. опал., пласт. вікна, підвалціна договірна
 Арцелува, 8/9/Ц, 52/-/7, чеськ. проект, косм. рем., балкон заскл. ціна договірна
 Волі, 2/5/Ц, 43/-/6, рем. ціна договірна
 Володимирська, 2/5/Ц, 42/-/6, пласт. вікна, кімн. розд., потреб. рем..... ціна договірна
 Г.-Артемівського, 3/5/Ц, 48/-/-, рем., меблі ціна договірна
 Грушевського, 4/4/Ц, 44,8/-/6, косм. рем., пласт. вікна, меблі ціна договірна
 Декабристів, 1/5/Ц, 60/-/-, авт. опал., підвал ціна договірна
 Козакова, 5/5/Ц, кімн. розд., балкони ціна договірна
 Писаревського, 4/5/Ц, 46/-/9, рем., підвал, балкон..... ціна договірна

3-кімнатні квартири

Конякіна, 3/9/Ц, 81/-/-, рем., меблі, побутех., ОСББ ціна договірна
 Новочерчицька, 2/3/Ц, 76/-/-, авт. опал., кімн. розд., меблі, балкон, гараж, прибуд. тер.ціна договірна

Новобудови

1-кімн.кв., ЖК «Житлобуд», 2/10/Ц, авт. опал., хор. стан, лоджія..... ціна договірна
 1-кімн.кв., ЖК «Житлобуд», 8/10/Ц, 45/-/-, авт. опал., меблі, побутех., ОСББ.....ціна договірна

Будинки

Боратин, 117кв.м, стяж., шук., усі комунік., 0,07га ціна договірна
 Дубнівська, 45кв.м, 2 кімнати, санузол, авт. опал., надвірн. спор., 0,15га, огорожа..... ціна договірна
 Львівська, 2-пов., авт. опал., пласт. вікна, 0,10га ціна договірна
 Р-н Дубнівського кільця, рем., меблі, усі комунік., 0,30га, садок..... ціна договірна
 Таунхаус (сучасний), с.Рованці, 117кв.м, стяж., шук., всі комун., огорожа, прибуд. терит.ціна договірна
 Таунхаус, с.Боратин, 77кв.м, стяж., шук., тепл. підл., всі комунік.....728000грн

Земельні ділянки

Баїв, 0,12га, комунік. поруч..... ціна договірна
 Боголюби, під забудову. 0,10га, комунік. поруч ціна договірна
 Гараджа, 0,12га ціна договірна
 Гараджа, під комерц. діяльність, 0,15га, комунік. поруч..... ціна договірна
 Забороль, під забуд., 0,10га, комунік. поруч..... ціна договірна
 Конякіна, під комерц. діяльність, 0,05га ціна договірна
 Милуші, під забудову, 0,15га, комунік. поруч ціна договірна
 Р-н ЗОШ №13, під забудову, 0,15га, комунік. поруч ціна договірна
 Рованці, під забуд., 0,10га, світло поруч, є сусіди..... ціна договірна
 Симиренко, 0,09га, комунік. поруч ціна договірна
 Тарасове, комунік. поруч..... ціна договірна

Здам

1-кімн.кв., вул.Г.-Артемівського, косм. рем., меблі, побутех..... 3500грн+комун.платежі
 2-кімн.кв., просп.Грушевського, 2/5/Ц, газ.колонка, меблі, побутех..... 5500грн+комун.платежі
 Квартира, новобуд., р-н гіперм. «Там-Там», авт. опал., єврорем., меблі, побутех..... 6500грн+комун.платежі

Купівля

1-, 2-кімн.кв., м.Луцьк, розгл. усіх варіант. ціна договірна
 1-кімн.кв., р-н 33кв. (просп.Соборності, Молоді, вул.Кравчука, Ветеранів, Конякіна, Гордіук)..... ціна договірна
 2-, 3-кімн.кв., будь-який р-н міста ціна договірна
 Будинок або част. будинку, м.Луцьк ціна договірна
 Зем. ділянка, с.Тарасове, вул.Чернишевського, Ковельська, Володимирська)..... ціна договірна
 Зем. ділянка, м.Луцьк або передмістя..... ціна договірна

Найму

1-кімн.кв., центр міста, для молод. сім'ї..... ціна договірна
 1-, 2-кімн.кв. центр міста ціна договірна
 1-, 2-кімн.кв. або част. будинку, центр міста..... ціна договірна

Приміщення

Продаж

С.Бандери, 30кв.м, рем., комунік. ціна договірна

Оренда

Центр міста, підвальне, вікно, рем., санузол, під офіс або косм. кабінет..... ціна договірна

З повним переліком об'єктів можна ознайомитись за тел. (095)2198511

2-кімн. кв., р-н гіпермаркету «Там-Там», 3/9/Ц, 70кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. (050)242-53-44.

2-кімн. кв., р-н гіпермаркету «Там-Там», 5/9/Ц, 60кв.м, новобудова, сучасне планування, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, терміново. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. (050)242-53-44.

2-кімн. кв., р-н ЖК «Колізей», 2/9/Ц, 75/-/14, новобудова, авт. опалення, ремонт, сучасне планування, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, недорого. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. (050)242-53-44.

2-кімн. кв., р-н просп. Відродження, 3/5/Ц, 48кв.м, косм. ремонт, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч парк, дитсадок, недорого. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. (050)242-53-44.

2-кімн. кв., р-н ПАЦСу, 3/5/Ц, 50кв.м, косм. ремонт, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч парк, дитсадок, недорого. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. (050)242-53-44.

2-кімн. кв., р-н ПАЦСу, 4/9/Ц, 48кв.м, ремонт, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч парк, дитсадок, недорого. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. (050)242-53-44.

2-кімн. кв., р-н РЦ «Промінь», 77кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч школа, дитсадок. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. (050)242-53-44.

2-кімн. кв., р-н ТРЦ «Порт-Сті», 2/9/Ц, 60кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок (зданий), зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, недорого. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. (050)242-53-44.

2-кімн. кв., р-н ТРЦ «Порт-Сті», 3/9/Ц, 65кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, недорого. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. (050)242-53-44.

2-кімн. кв., р-н ТРЦ «Порт-Сті», 4/9/Ц, 77кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок (зданий), зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, недорого. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. (050)242-53-44.

2-кімн. кв., р-н ТРЦ «Порт-Сті», 6/9/Ц, 70кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, недорого. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. (050)242-53-44.

2-кімн. кв., центр міста, 2/9/Ц, 65кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. (050)242-53-44.

2-кімн. кв., центр міста, 3/9/Ц, 77кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. (050)242-53-44.

2-кімн. кв., центр міста, новобудова, 4/10/-, 65кв.м, двостороння, розводка водопостачання, опалення, стяжка, штукатурка, тепла підлога, утеплений фасад, пласт. вікна з виглядом на р. Стир, 16000грн/1кв.м. Тел. (099)227-69-99, (067)807-27-27.

2-кімн. кв., центр міста, новобудова, 6/10/-, 65кв.м, двостороння, розводка водопостачання, опалення, стяжка, штукатурка, тепла підлога, утеплений фасад, пласт. вікна з виглядом на р. Стир, 16000грн/1кв.м. Тел. (099)227-69-99, (067)807-27-27.

01.1.3 3-кімнатні

3-, 4-, 5-кімн. кв., вул. Арцелува, Кравчука, р-н гіпермаркету «Там-Там», центр міста, 75-90кв.м, середні поверхи, від 7500грн/кв.м. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. 20-02-19, (050)242-53-44.

3-кімн. кв., 2/5/Ц, 70кв.м, чеський проект, не кутова, ремонт, поруч школа, магазин, розвинена інфраструктура, терміново, недорого. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. (050)242-53-44.

3-кімн. кв., 2/9/Ц, 100кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч магазин, школа, дитсадок. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. (050)242-53-44.

3-кімн. кв., 2/9/Ц, 80кв.м, авт. опалення, елітний будинок, сонячна сторона, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, недорого. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. (050)242-53-44.

3-кімн. кв., 2/9/Ц, 90кв.м, авт. опалення, новий елітний будинок, зручне місцерозташування, розвинена інфраструктура, поруч магазин, школа, дитсадок. Адр.: www.dom.ria.com. Tel. (050)242-53-44.

02 ТРАНСПОРТ

02.1 АВТОМОБІЛІ ЛЕГКОВІ

Продаж

Ауді-100 (сільодка), синій, кузов седан, 30р., зберігається у дворі, просп. Відродження, 7. Тел. (095)935-79-94, Максим Григорович.

ВАЗ-2104, 1989р. Тел. (066)266-75-72.

Рено-Кенго, хороший стан. Тел. (096)050-10-81.

Рено-Кенгу, 2010р., хороший стан, ціна договірна, терміново. Тел. (096)236-10-77, 24-57-56.

Фольксваген-Гольф, 1990р., 1,6л, бензин, сірий, оригінальний пробіг 113тис. км. Тел. (050)573-15-33.

Фольксваген-Туран, 2006р., 1,4л, бензин, сірий, диски, хороший стан, свіжопрігнаний. Тел. (050)573-15-33.

02.2 АВТОМОБІЛІ ВАНТАЖНІ / МАЙБУСІСА, АВТОБУСИ

Продаж

Мерседес-208, 1994р., 2,3л, дизель, 47000грн або на за частини. Тел. (095)166-21-75.

02.3 МОТО-ВЕЛОТЕХНІКА

Продаж

Велосипед «Trend», дам-ка, б/в, хороший стан. Тел. (095)532-47-37.

Велосипед «Україна». Тел. 71-27-06, (066)409-51-61.

02.4 СПЕЦІАЛЬНА АВТОТЕХНІКА

Продаж

Причіп до ГАЗ-52, трактора, 1-вісний. Тел. (050)573-15-33.

02.5 ЗАПЧАСТИНИ

Продаж

ВАЗ-2101: задній редуктор. Тел. (095)166-21-75.

ГАЗ-24, Волга: лонжерони, капот передній. Тел. (096)236-10-77.

Запчастини до всіх видів м/автобусів та мінівнів у наявності та на замовлення (2-7 днів), нові та б/в, гуртом та вроздріб, відправка по Україні, є свій склад. <https://busik-1.com/ua/>

Тел. (097)152-13-31, (096)446-51-31, (097)726-66-40.

Колесо до тракторного причепа, 240/406. Тел. (050)573-15-33.

Мазда-323, 1987р., 1,7л, інжектор: мотор, КПП та ін. Тел. (095)166-21-75.

Москвич: двері передні, порог. Тел. (096)236-10-77.

Перекидач автомобільний, недорого. Тел. (066)480-37-49.

Фаркопф до а/м, недорого. Тел. (066)480-37-49, 26-94-93.

Шини зимові з дисками, 2шт., R-14, б/в, хороший стан. Тел. (095)532-47-37.

Куплю

А/м ОДА ІЖ-2717: пульт, рульові тяги з накопичувачами та інші деталі. Тел. (099)542-23-64, (068)244-42-10.

Моторолер «Муравей», «Тула», «Ветка»: покривка з камерою. Тел. (099)542-23-64, (068)244-42-10.

02.6 СІЛЬГОСПТЕХНІКА

Продаж

Картоплепідгортач. Тел. (066)480-37-49, 26-94-93.

Каток для вирівнювання землі. Тел. (096)236-10-77.

Комбайни картоплезбиральні «Анна», прес-підбирачі різних марок, трактори Т-25, МТЗ-82, плуги оборотні, інша с/г техніка, Польща. Тел. (097)474-22-11, (097)474-22-72.

Культиватор кінний, б/в. Тел. (096)236-10-77.

Плуг кінний для підгортання картоплі. Тел. (096)236-10-77.

Плуг кінний, б/в. Тел. (050)833-14-41, (097)314-11-39.

КУЗЬМІЧ
Будівельні матеріали

УВАГА!
НОВИНКА!
МОТОБЛОКИ
КУЛЬТИВАТОРИ
(ВЖЕ ЗІБРАНІ)
ВЖЕ У ПРОДАЖУ!

- ▶ клеї, фарби, лаки
- ▶ ручний інструмент
- ▶ гіпсокартон, мінвата
- ▶ системи кріплення
- ▶ шпаклівка, ґрунтовки
- ▶ цемент
- ▶ профіль, ізоляція
- ▶ декор

Електроінструменти
тел.: 095 600 78 88
м. Луцьк,
вул. Дубнівська, 12

РЕМОНТ та ДІАГНОСТИКА
ПАЛІВНОЇ АПАРАТУРИ І ФОРСУНОК

- МТЗ • ЮМЗ
- КАМАЗ • МАЗ
- КИТАЙСЬКІ ТРАКТОРИ ТА ІНШІ

м. Луцьк, вул. Львівська 152
068 856-08-71
066 074-48-13

Прес-підбирачі, комбайни зернозбиральні, бурякозбиральні, картоплезбиральні та ін., можлива доставка, часткове кредитування. Адр.: www.tatt.com.ua, tatt.volyn@gmail.com. Тел. (050)924-26-13, (050)515-85-85, (067)904-00-66, (073)924-26-13.

Куплю

Січкарня ручна: деталі до неї. Тел. (099)542-23-64, (068)244-42-10.

03 УСЕ ДЛЯ БУДІВНИЦТВА

03.1 БУДІВЕЛЬНІ ТА ОЗДОБЛЮВАЛЬНІ МАТЕРІАЛИ

Продаж

Цегла червона, пісок, щебінь, відсів, цемент, камінь бутовий, ґрунт для вимощення, чорнозем, торфокрихта, торфобрикет, дрова, вивіз сміття. Тел. (095)535-56-63, (097)751-64-30.

Цегла, піноблоки, газоблоки, щебінь, пісок, відсів, дрова, гній, чорнозем, торфокрихта; доставка, послуги маніпулятором, вивіз будівельного сміття. Тел. (050)609-77-14, (097)839-42-39.

Пісок, щебінь, відсів, цегла, піноблоки, газоблоки, гній, чорнозем, земля, торфобрикет, дрова, торфокрихта, доставка; послуги маніпулятором, вивіз будівельного сміття. Тел. (050)569-48-13, (096)504-52-31.

Цегла, щебінь, відсів, пісок, піноблоки, газоблоки, чорнозем, гній, торфокрихта, земля, дрова, торфобрикет; доставка, послуги маніпулятором, вивіз будівельного сміття. Тел. (066)329-71-55, (097)318-08-89.

Пісок, цегла, щебінь, відсів, чорнозем, камінь бутовий, торфобрикет, торфокрихта, гній, земля для засипання. Тел. (050)660-54-53, (096)423-16-53.

Блоки від виробника

СТІНОВИЙ БЛОК

з дном – 20x20x40 без дна – 20x20x40

ПЕРЕСТІНОЧНИЙ БЛОК 20x10x40

ОПАЛУБНИЙ БЛОК 20x30x40

(066) 897-96-96
(067) 116-11-44

Дрова, цегла, щебінь, чорнозем, торфобрикет, керамзит, глина, гній, камінь, земля для засипання, жом; вивіз будівельного сміття; послуги «Бобкатом». Тел. (050)941-48-24, (096)601-27-82.

Виробництво блоків під рваний камінь з фаскою (фрезую) та будівельних блоків.
Тел.: (050)877-03-81, (098)924-84-76, (099)635-75-00

ПОЛСАН
Будівельні матеріали

м. Луцьк, вул. Володимирська, 74-А
(0332) 76-00-32 | (097) 212-40-17
(0332) 76-00-38 | (095) 204-93-05
e-mail: bud008@ukr.net

ШИРОКИЙ АСОРТИМЕНТ

БУДІВЕЛЬНІ МАТЕРІАЛИ

СУМІШІ, ІНСТРУМЕНТИ ДЛЯ БУДІВНИЦТВА, РЕМОНТУ ТА ГОСПОДАРСТВА

ПРИЙМАЄМО ЗАМОВЛЕННЯ ПО ТЕЛЕФОНУ
ДОСТАВКА

ПРОДАЮ:

- ЩЕБІНЬ різних фракцій
- БЛОК-ХАУС
- ПИЛОМАТЕРІАЛИ
- РЕЙКИ, БРУС
- КРОКВИ, БАЛКИ
- ПІСОК
- ВІДСІВ
- ДРОВА

КУПЛЮ:

■ НЕОБІРЗНІ ДОШКИ

АВТОПОСЛУГИ САМОСКИДАМИ
10м, 30м

(050) 378-80-45
(066) 870-45-46
(067) 332-17-76
(0332) 79-30-14

ПІДПРИЄМСТВО КУПУЄ

**ПАЛЕТНУ
ЗАГОТОВКУ**



(03254) 2-41-49; (067) 670-17-81 | www.skify.com.ua
taras.obukhovych@gmail.com

ПІНОПЛАСТ від виробника **140** від грн
(з польської сировини)

- **МЕТАЛОЧЕРЕПИЦЯ** та **МЕТАЛОПРОФІЛЬ** в кольорі або оцинкована (розмір під замовлення) в різній товщині + комплектуючі
 - **КОРОІД** • **БАРАНЕК** • **ДЕКОРАТИВНІ ШТУКАТУРКИ** ТА **ШПАКЛІВКИ**
 - **КЛЕЙ** для поклейки, для армування сітки • **СІТКА** щільності 145, 160 (Польща)
 - **ГПСОКАРТОН RIGIPS**, **ПРОФІЛЬ** та комплектуючі (Польща)
 - **ДЮБЕЛІ** • **ОСЬ-ПЛИТА** • **СУХІ БУДІВЕЛЬНІ СУМІШІ**
 - **МІНЕРАЛЬНА ВАТА** **KNAUF** **ROCKWOOL** **Master** **IZOVAT**
 - **ВОДОСТОКИ** **RAINWAY** **BRUYA**
- БЕЗКОШТОВНА ДОСТАВКА**
- 095 46 53 794**
096 49 777 17

Відсів, щебінь, пісок, цемент, цегла червона, камінь бутовий, ґрунт для вимощення, торфобрикет, дрова, чорнозем, вивіз сміття. Тел. (095)535-56-63, (097)751-64-30.

Двері дерев'яні, без коробок, б/в. Тел. (066)060-40-08.

Відсів, пісок, щебінь, цемент, цегла червона, біла, піноблоки, чорнозем, торфокрихта, ґрунт для вимощування, вивіз будівельних матеріалів. Тел. (050)510-01-34, (097)187-90-50.

Ми так боїмося бути нав'язливими, що можемо здатися байдужими.
Е.М. Ремарк

Щебінь, відсів, цегла, камінь бутовий, дрова, торфобрикет, торфокрихта, можлива доставка, вивезення будівельного сміття. Тел. (050)660-54-53, (066)367-02-90.

Двері міжкімнатні дерев'яні та металопластикові. Тел. (050)488-84-54.
Двері міжкімнатні, дерев'яні, без коробок, відмінний стан. Тел. (099)701-00-49.
Двері міжкімнатні, дерев'яні, шир. 60см, б/в. Тел. (050)833-14-41, (097)314-11-39.

Двері та решітки у підвал, під'їзд, міжповерхові кладовки та тамбури, виходи на горіща та інші технічно-складські приміщення, доставка, монтаж та сервіс по м. Луцьку, району. Тел. (099)775-35-65, Володимир.

Драбина металева, вис. 2,90м. Тел. (095)614-36-74.

Лінолеум, 140x190см, новий, недорого. Тел. (050)990-07-33.
Паркет новий (1 упаковка), 1,8кв.м, 150x50см, ціна договірна. Тел. (050)243-17-03.

Пісок, цегла, відсів, цемент, цегла червона, біла, піноблоки, чорнозем, торфокрихта, ґрунт для вимощування, вивіз будівельного сміття. Тел. (050)510-01-34, (097)187-90-50.

Склопакет 50x135см. Тел. (050)488-84-54.

Цегла червона, біла, цемент, щебінь, відсів, піноблоки, чорнозем, торфокрихта, ґрунт для вимощування, вивіз будівельного сміття. Тел. (050)510-01-34, (097)187-90-50.

Цегла червона, щебінь, пісок, відсів, цемент, камінь бутовий, чорнозем, торфокрихта, торфобрикет, ґрунт для вимощення, дрова, вивіз сміття. Тел. (095)535-56-63, (097)751-64-30.

03.2 **ОПАЛЮВАЛЬНА ТЕХНІКА ТА САНТЕХНІКА**

- Продаж**
- Ванна** алюмінієва. Тел. (067)289-24-20.
 - Котел** для опалення. Тел. (067)289-24-20.
 - Мийка** кухонна, 86x46см. Тел. (066)480-37-49.
 - Радіатори** чавунні. Тел. (063)122-55-39.
 - Умивальник** керамічний «Тюльпан», білий. Тел. (050)974-41-78.
 - Умивальник** керамічний, голубий. Тел. (050)974-41-78.

04 **ПРЕДМЕТИ СПОЖИВАННЯ**

04.1 **МЕБЛІ**

Продаж

- Вішак** з тумбою для взуття у прихожу. Тел. 24-91-74.
 - Куточок** кухонний, 1,15x1,65м, б/в, недорого. Тел. (066)480-37-49.
 - Кухня**, 4м, б/в. Тел. (066)480-37-49.
 - Кухня**, довж. 2,55м, можливий продаж частинами; стінка «Волінь». Тел. (063)122-55-39.
 - Ліжко** 1-спальне. Тел. (096)522-52-82.
 - Ліжко** дерев'яне, 2-спальне. Тел. (098)577-35-34, (099)489-98-78.
 - М'які** крісла, б/в. Тел. (095)614-36-74.
 - Меблі:** м'яка частина, стінка «Байкал», хороший стан, недорого. Тел. (050)974-41-78.
 - Поліці** скляні та дзеркала для меблів. Тел. (098)577-35-34, (099)489-98-78.
 - Сервант**, тумбочка, б/в, хороший стан, недорого. Тел. (095)128-53-52.
 - Спальня** «Альбіна», б/в: 2 шафи з антресолями, 2 тумбочки, трюмо, ліжко, 1,6x2м. Тел. (095)413-99-50.
 - Стіл** розкладний, б/в. Тел. (095)614-36-74.
 - Стіл-тумба** розкладний; матраци ватні на односпальні ліжка, 2шт. Тел. 24-91-74.
 - Стіл.** Тел. (066)795-36-79.
 - Стільці** з м'якими сидіннями, бшт., нові, ціна договірна. Тел. (098)577-35-34, (099)489-98-78.
 - Стінка** «Ігліка», Венгрія, 3,80x2,50x0,60м, б/в. Тел. (066)060-40-08.
 - Стінка** «Рубін», б/в, хороший стан. Тел. (050)635-19-70.
 - Трельяж**, люстри, б/в, хороший стан. Тел. (050)833-14-41, (097)314-11-39.
 - Тумбочки** приліжкові. Тел. (068)271-56-84.
 - Шафа** 2-дверна. Тел. (068)271-56-84.
 - Шафа** книжкова, б/в. Тел. (095)614-36-74.
- Купівля**
- Ліжко** дерев'яне з матрацем. Тел. (050)968-63-08.

Спальня «Гербер», в хорошому стані, недорого. Тел. (066)155-89-08.

04.2 **ОДЯГ, ВЗУТТЯ**

Продаж

- Блузка** жіноча, р. L. Тел. (098)128-04-92.
 - Валянки** біті, р. 41. Тел. (099)329-98-95.
 - Дублянка** жіноча, чорна, р. 46-48. Тел. (050)833-14-41, (097)314-11-39.
 - Дублянка** штучна, р. 52. Тел. (099)329-98-95.
 - Колготи** жіночі, чорні, 40 ден, нові. Тел. (098)128-04-92.
 - Костюм** та білизна чоловіча; постільна білизна, біла. Тел. (098)577-35-34, (099)489-98-78.
 - Куртка** жіноча, р. 48-50, осінь-весна, відмінний стан, 250грн. Тел. (050)990-07-33, (097)467-15-40.
 - Куртка** чоловіча, р. 52-54, натуральна шкіра, утеплена, відмінний стан, недорого. Тел. (050)990-07-33, (097)467-15-40.
 - Напівшуби** штучні, нові, недорого. Тел. (098)577-35-34, (099)489-98-78.
 - Одяг** та взуття. Тел. (063)122-55-39.
 - Півчобітки** жіночі, р. 36, темно-сірі. Тел. (098)128-04-92.
 - Плавки** жіночі, р. XL. Тел. (098)128-04-92.
 - Плаття**, зеленого кольору, р. 40. Тел. (098)128-04-92.
 - Рукавички** весільні (довж. до лікта). Тел. 25-31-81, (098)128-04-92.
 - Спідниця** жіноча, р. L. Тел. (098)128-04-92.
 - Сукня** весільна, оригінальна, малий розмір, дуже дешево. Тел. (099)701-00-49.
 - Сукня** весільна, р. 38-40, недорого. Тел. (066)480-37-49, 26-94-93.
 - Чоботи** військові (берці) шкіряні. Тел. (096)522-52-82.
 - Чоботи** зимові жіночі, р. 37. Тел. (099)329-98-95.
 - Чоботи** зимові жіночі, шкіряні, чорні, р. 39, р. 40, нові. Тел. 71-27-06, (066)409-51-61.
 - Шапка** норкова, чоловіча, нова. Тел. (096)522-52-82.
 - Шапка** норкова, чоловіча; комір з чорнобурки. Тел. (095)409-40-77.
 - Шуба** нова, зі штучного хутра, Білорусь, р. 182-104-92, ціна договірна. Тел. (095)559-01-42.
 - Шуба** норкова, нова, Швеція, 50-52р., норкова шапка. Тел. (095)473-78-40.
- 04.3** **ВСЕ ДЛЯ ДІТЕЙ**
- Продаж**
- А/крісло.** Тел. (095)614-36-74.
 - Гойдалка;** а/крісло; коник-гойдалка. Тел. (095)614-36-74.

УВАГА! **ЛІДЕР**
Гуртківні будівельні матеріали

ПОСТІЙНО ДЮЧІ АКЦІЇ

ЦЕМЕНТ (25кг, 50кг)
МІНЕРАЛЬНІ УТЕПЛЮВАЧІ
ПІНОПЛАСТ
ШПАКЛІВКИ, ГРУНТІВКИ,
КЛЕЙ, ФАРБИ, ШТУКАТУРКИ
ГПСОКАРТОН ТА КОМПЛЕКТУЮЧІ
БУДІВЕЛЬНИЙ ІНСТРУМЕНТ
КАНАЛІЗАЦІЙНІ ТРУБИ
ПВХ внутрішні і зовнішні **КОМПЛЕКТУЮЧІ до каналізації**
ЕЛЕКТРОТОВАРИ ДОСТАВКА

- м. Луцьк, вул. Ковельська, 150А (біля з-ду «Руна»), ГУРТІВНЯ «ЛІДЕР +», тел. 095 153 33 27, 099 369 44 46
- м. Луцьк, вул. Дубнівська, 12 (р-н Київський майдан), МАГАЗИН «КУЗЬМІЧ», тел. 095 600 78 88, 050 682 22 08
- ОФІС: тел. 066 310 81 92, 068 138 52 27



ВИРОБИ З ДЕРЕВА

- бесідки
- вольєри
- блок-хаус
- фальш-брус
- дошки для підлоги
- дошки обрізні
- вагонка
- дитячі майданчики

☎ (066) 192-20-29, (067) 476-39-99

Коляска 2-в-1 (прогулянкові та люлька), салатова, в-во Польща, повна комплектація, б/в, хороший стан, 1000грн. Тел. (095)559-01-42.

Коляска зимово-літня, 2-в-1, блакитна, б/в, хороший стан, ціна договірна. Тел. (095)456-80-66.

Коляска літня. Тел. (098)128-04-92.

Ліжко дерев'яне. Тел. (067)289-24-20.

Ліжко для новонародженої дитини. Тел. (099)701-00-49.

Одяг, б/в. Тел. (098)128-04-92, 25-31-81.

Форма шкільна, сорочки, куртки, джинси, светри, 8-12р. Тел. (068)271-56-84.

Шкарпетки дитячі (3-4 роки), макрові, нові. Тел. (098)128-04-92.

04.4 ПРОДУКТИ

Продаж

Яблука з власного саду, сухофрукти. Тел. (050)513-64-03.

Купівля

Цукор. Тел. (099)356-80-32.

04.7 ІНШІ ТОВАРИ

Продаж

Карнізи алюмінієві, різних розмірів, б/в, відмінний стан. Тел. (098)577-35-34, (099)489-98-78.

Картини різні. Тел. (095)409-40-77.

Килим пісочного кольору з малюнком, 2х3м, хороший стан, 1500грн, терміново. Тел. (050)243-17-03.

Килим, 2х3м, б/в. Тел. (050)833-14-41, (097)314-11-39.

Килим, в-во Бельгія, вовна, 2х3м, новий. Тел. (098)577-35-34, (099)489-98-78.

Ковдри пухові, пологорні. Тел. (096)522-52-82.

Лампа настільна. Тел. (050)804-89-30.

Ліхтар «літочка миша», недорого. Тел. (098)577-35-34, (099)489-98-78.

Перина, 2х2м (2-спальна), хороший стан, недорого. Тел. (050)990-07-33, (097)467-15-40.

Розібрані: меблі, полиці, столи, рами та ін., безкоштовно, самовивіз. Тел. (099)706-26-18.

Розкладачка, б/в, хороший стан. Тел. (099)329-98-95.

Тюль, б/в, хороший стан: 4,5х1,3м - 25грн; 1,4х1,2м - 25грн; 3х2,7м - 60грн; 2х2,5м - 50грн. Тел. (050)243-17-03.

Шкатулка дерев'яна з українським орнаментом. Тел. (050)804-89-30.

05  **РОСЛИНИ, ТВАРИНИ, С/Г**

05.2  **ДОМАШНІ УЛЮБЛЕНЦІ**

Подарую

Кішка не стерилізована у добрі руки. Тел. (063)227-62-20.

05.3  **СІЛЬСЬКЕ ГОСПОДАРСТВО**

Продаж

Брикет, дрова твердих порід, торфокрихта, чорнозем, ґрунт для вимощення, камінь бутовий, глина, гній. Тел. (095)535-56-63, (097)751-64-30.

Дрова з дуба, граба, ясеня, доставка. Тел. (095)132-69-08, (068)634-46-11.

Дрова фруктових дерев, віддам безкоштовно. Тел. (066)795-36-79.

Дрова, торфобрикет, торфокрихта, чорнозем, глина, гній, ґрунт для вимощення. Тел. (050)510-01-34, (097)187-90-50.

Картоплевиорювач. Тел. (066)480-37-49, 26-94-93.

Клітка металева. Тел. (050)990-07-33.

Плуг кінний, недорого. Тел. (066)480-37-49.

Плуг кінний. Тел. (099)701-00-49.

Січкаря. Тел. (096)236-10-77.

Упряж кінна. Тел. (096)236-10-77.

Купівля

ДОРОГО, ВРХ: коні, бики, корови, дорізи. Тел. (093)446-65-39, (098)587-66-53, (095)555-98-87, (096)82-66-16-06.

Меляся (бурякова паточка) 10л. Тел. (097)043-00-05.

06  **ОБЛАДНАННЯ**

06.1  **ТОРГОВЕ ТА ХАРЧОВЕ ОБЛАДНАННЯ, МАТЕРІАЛИ**

Продаж

Банки скляні: 1л, 3л, 10л. Тел. (099)329-98-95.

ПАЛИВНІ БРИКЕТИ
"Нестро" ДІАМЕТР 50 мм
МІШКИ
35 кг Доставка
Тел.: (050) 444-85-39
(098) 925-13-88

Банки, 0,5л, 1л, 3л. Тел. (068)271-56-84.

Бідон алюмінієвий, 25л, б/в. Тел. (050)990-07-33.

Бідон, 40л. Тел. (095)614-36-74.

Вага, 2кг. Тел. (067)289-24-20.

Витяжні зонти, 1200x600x400см, 2шт., 3920грн. Тел. (050)269-72-98, Людмила.

Ложки та виделки столові, мельхіорові, по бшт. Тел. (050)804-89-30.

Рисоварка, 4200грн. Тел. (050)269-72-98, Людмила.

Стіл з мийкою, нержавійка, 1200x600x850см, 3680грн. Тел. (050)269-72-98, Людмила.

Столи, нержавійка, 1200x600x850см, 2шт., 2780грн. Тел. (050)269-72-98, Людмила.

Столи, нержавійка, 900x600x850см, 2шт., 2190грн. Тел. (050)269-72-98, Людмила.

Фритюрниця Goodfood EF6x6, 3906грн. Тел. (050)269-72-98, Людмила.

06.2  **ШВЕЙНЕ В'ЯЗАЛЬНЕ ОБЛАДНАННЯ, МАТЕРІАЛИ**

Продаж

В'язальна машина «Нева-4», побутова, нова, в упаковці. Тел. 26-41-32.

Машина швейна, ручна, б/в. Тел. (095)456-80-66.

Тканина для військових костюмів, офіцерська, колір електрик. Тел. (099)329-98-95.

Тканина: для напінників, для костюмів, пальт (чоловічих). Тел. (098)577-35-34, (099)489-98-78.

Швейна машина «Чайка», б/в. Тел. (096)236-10-77.

Швейна машина «Чайка», з тумбою. Тел. (095)409-40-77.

Швейна машина, ножна. Тел. (067)289-24-20.

06.3  **ПОБУТОВА ТЕХНІКА ТА ЕЛЕКТРОАПАРАТУРА**

Продаж

Духова шафа газова «Гест-ДГЕ 621-01-Б», розмір: 59,8x59,5x56,5см, об'єм 52л, габарити для монтажу: 55x54x57см, 7000грн, терміново. Тел. (099)370-88-18.

ПОБУТОВИЙ ДОВІДНИЧОК

РЕМОНТ АВТОМАТИЧНИХ ПРАЛЬНИХ І ПОСУДОМИЙНИХ МАШИН, СУШАРОК, МІКРОХВИЛЬОВИХ І ХЛІБОПЕКАРНИХ ПЕЧЕЙ
Гарантійне обслуговування, консультації
ВІЗД МАЙСТРА ДОДОМУ
Тел.: 25-54-28, (050) 725-78-08, (098) 657-73-77

сервісний центр СОФТ \$ ЛАЙН сервісний центр
Гарантійне та післягарантійне обслуговування торгових марок "Indesit", "Ariston", "Gefest", "Atlant", "Whirlpool", "Snaike", "Liebherr" та ін.
Підключення побутової техніки
Візд майстра на дім • ШВИДКО ТА ЯКІСНО
(0332) 77-10-23, (050) 438-06-19

РЕМОНТ ПОБУТОВОЇ ТЕХНІКИ
Сервісне обслуговування брендів:
SNAIGÉ BRÄUNIGERje Whirlpool
ZANUSSI SIEMENS Electrolux Tefal
BOSCH Rowenta Moulinex
Продаж, встановлення та сервіс кондиціонерів. Заправка автомобільних кондиціонерів, транспортне забезпечення
м. Луцьк, просп. Перемоги, 24
Розпорядок роботи: 9:00 - 18:00
тел.: 78-56-25, 093-795-49-94, 095-643-22-02, 097-728-04-98
вихідні: субота, неділя

NORD ПАТ «СЕРВІСНИЙ ЦЕНТР НОРД»
м. Луцьк, вул. Лідавська, 1 а
т./ф.: (0332) 71-04-87
(067) 901-89-66
(095) 29-59-119
Гарантійне обслуговування холодильників «Норд», «Днепр», «Атлант», «Снайге»
Післягарантійне обслуговування всіх модифікацій з віздом до клієнта в межах області
ЗРУЧНО! ЯКІСНО! ШВИДКО!

Е/вафельниця. Тел. (099)329-98-95.

Кавоварка. Тел. 71-27-06, (066)409-51-61.

Морозильна камера «Вестфрост», об'єм 280л, 11000грн. Тел. (050)269-72-98, Людмила.

Морозильна камера, плита газова, 6/в. Тел. (096)236-10-77.

Пилосос «Ракета-12А», в-во СРСР, 6/в, робочий стан, 1200грн, терміново. Тел. 25-84-17, (050)243-17-03.

Плита газова, 2-конфоркова, без духовки, настільна, 6/в, в хорошому стані. Тел. (050)974-41-78.

Плита газова, 4-х камфорна, 6/в, хороший стан. Тел. (096)236-10-77.

Пральна машина «Ariston», 6/в, робочий стан, ціна договірна. Тел. (097)763-00-23.


Пральна машинка «Самсунг», 3,5кг, напівавтомат «Урал-10», 10кг, все в робочому стані. Тел. (095)473-78-40.

Скороварка, 3,5л, н/ж. Тел. (050)990-07-33, (097)467-15-40.

Холодильник Вестфрост, об'єм 380л, 14000грн. Тел. (050)269-72-98, Людмила.

Купівля

Плита газова, 3-конфоркова; пральна машина напівавтомат, нова, або автомат, малих розмірів. Тел. (098)478-57-97.

06.4  **ОРГТЕХНІКА**

Продаж


WI-FI роутер для Укртелекому, 6/в, хороший стан. Тел. (050)990-07-33.

Мобільний телефон «Нокія-6500», кнопочний, слайдер, металевий корпус, відмінний стан, недорого. Тел. (050)990-07-33, (097)467-15-40.

Монітор, 6/в, 300грн. Тел. (050)635-19-70.

Смартфон «Asus ZenFone 520TL», відмінний стан, недорого. Тел. (050)990-07-33, (097)467-15-40.

Телефон «Нокія-C5002» із озвучуванням (для людей із вадами зору), кнопочний, відмінний стан. Тел. (050)990-07-33, (097)467-15-40.

06.5  **ТЕЛЕ- ВІДЕО- АУДІОТЕХНІКА**

Продаж

Відеоманітофон «Соні», 6/в, недорого. Тел. (050)990-07-33, (097)467-15-40.

Музичний центр «Айва», 5 комп. дисків, пульт, недорого. Тел. (050)990-07-33.

Телевізор «Вітязь», діаг. 54см, металік-срібло, 6/в, в хорошому стані. Тел. (050)243-17-03.

Телевізор «Панасонік». Тел. (096)522-52-82.

Телевізор «Телефункен», діаг. 70см. Тел. (095)473-78-40.

Телевізор кольоровий «Оріон» для кухні. Тел. 71-27-06, (066)409-51-61.

ВОЛИНСЬКІ ОГОЛОШЕННЯ

ГАЗЕТА ОГОЛОШЕНЬ ТА РЕКЛАМИ

У зв'язку із загальнооголошенням в Україні карантинном редакція газети «Волинські оголошення» працюватиме у телефонному режимі

тел.: **(095) 157-91-19** (Viber)

e-mail: **vogol.lutsk@gmail.com**

Перепрошуємо за незручності. Дякуємо за розуміння!

Телевізори LG, 2шт., 6/в, в хорошому стані. Тел. (050)488-84-54.

06.6  **РІЗНЕ ОБЛАДНАННЯ ТА МАТЕРІАЛИ**

Продаж

Балон газовий, недорого. Тел. (066)480-37-49.

Бочка для варіння смоли. Тел. (067)289-24-20.

ДОРОГО ПРИДБАЄМО! Радіодеталі, плати, вимірвальні прилади СРСР. Тел. (067)478-12-57.

Е/прилад-тестер. Тел. (099)329-98-95.

Ключ розвідний, гайковий 46мм. Тел. (099)329-98-95.

Коток ручний. Тел. (096)236-10-77.

Насос БСМ-2. Тел. (067)289-24-20.

Тельфер, в/п 500кг. Тел. (067)289-24-20.

Циркулярка. Тел. (067)289-24-20.

Купівля

Бензопила «Дружба», в-ва СРСР, деталі до неї. Тел. (099)542-23-64, (068)244-42-10.

06.7  **БУДІВЕЛЬНЕ ОБЛАДНАННЯ**

Продаж

Риштування металеве, 6/в. Тел. (096)236-10-77.

07  **ХОБІ ТА ДОЗВІЛЛЯ**

07.2  **КНИГИ ТА ДРУКОВАНА ПРОДУКЦІЯ**

Продаж

Видання рецептів «Готуємо в мультіварці», 12т. Тел. 26-41-32.

Енциклопедія благодійних фондів світу. Тел. (098)669-40-45.

Книги (різні), по 20грн. Тел. (098)669-40-45.

Повне зібрання творів К. Паустовського. Тел. 26-41-32.

07.3  **МУЗИКА**

Продаж

Акордеон, баян, гармошка, духові інструменти, бандура. Тел. (098)812-00-80.

Баян «Кремінне», хороший стан. Тел. (098)128-04-92.

Купівля

Бандура, акордеон, баян, саксофон «Альт», труба. Тел. (097)856-75-00.

Бандура, акордеон, віолончель, гармошка, домбра. Тел. (066)842-60-07.

07.5  **ВСЕ ДЛЯ СПОРТУ ТА ТУРИЗМУ**

Продаж

Будівництво дахів, мурування стін із блоків, цегли, монтаж, підшивання водостоків, огорож з металу. Тел. (098)390-55-59.

Тренажер-орбітрек, новий, недорого. Тел. (050)974-41-78.

08  **ПОСЛУГИ**

08.2  **БУДІВЕЛЬНІ ПОСЛУГИ**

Циклювання, шпаклювання, лакування паркету, фарбованих дощок барабаними та плоскошліфувальними машинами, без пилу, ДР більше 10р. Тел. (099)642-72-74.

LINKTRANS

ПОСЛУГИ ТА РЕМОНТ СПЕЦТЕХНІКИ

планування земельних ділянок

ПРОДАЖ

щобено, піску, суміші ґрунту, блоків, глини, відсіву

ТОКАРНІ РОБОТИ

(050) 586-36-82, (050) 633-92-77



Бригада будівельників недорого та якісно виконує всі види будівельних робіт: стяжка, мурування, фундаменти; перекриття дахів, металочерепиця, шифер; плитка, ламінат, вагонка, гіпсокартон; електрика, опалення. Тел. (067)332-54-47, Микола.

Будівельні роботи: мурування огорож цеглою, блоками, облицювання будинків цеглою, заливання фундаментів, власні щити, риштування, бетонозмішувач. Тел. (096)059-37-26, (050)102-04-41.

Ви отримуєте від життя лише те, що наважуєтесь попросити. Не бійтеся підвищувати планку.
Опра Уїнфрі

БУРІННЯ ВОДЯНИХ СВЕРДЛОВИН (труби 50мм під міні-башні та 125мм під глибинний насос), можливо у приміщенні та в місцях без електроенергії, встановлення ручних колонок. Тел. (050)692-55-02, (096)650-31-69.

Внутрішні ремонтні роботи: монтаж гіпсокартону, шпаклювання, фарбування стін; утеплення фасадів. Тел. (095)149-10-20.

Всі види зовнішніх та внутрішніх робіт: мурування, дахи, утеплення фасадів, штукатурення, облицювання плиткою, стяжка, сантехніка, опалення. Тел. (099)726-77-67, (063)370-51-91, (097)802-24-28, Андрій.

ТОВ «ВОЛИНЬПРЕСТИЖБУД»

- **будівництво;**
- **реконструкція;**
- **оздоблювальні роботи;**
- **фасадні роботи;**
- **проектно-кошторисна документація;**
- **штукатурні роботи машинним способом;**
- **дизайн інтер'єрів;**

ПРОДАЖ БУДІВЕЛЬНИХ МАТЕРІАЛІВ



(050) 555-00-34, (095) 924-55-44, (097) 777-08-57

ЦЕМЕНТ

ПІСОК

ЩЕБІНЬ

С. МИЛУШІ
ТЕЛ.: (096)667-36-40
(095)123-12-21



Послуги "Бобкатом" та евакуатором. Прибирання та планування території. Розгортання щебеню та піску. Розвантаження піддонів.
Тел.: (095)769-23-59, (067)702-62-50.

Зварювальні роботи будь-якої складності із виїздом по м. Луцьк та району, монтаж-демонтаж, швидко, якісно, поступно. Тел. (099)775-35-65.

Мурування огорож, заливання фундаментів під огорожі, власні щити на опалубку, ліси та бетонозмішувач, облицювання будинків цеглою. Тел. (050)616-72-69.

Ремонт квартир: наклеювання шпалер, від 35грн/кв.м; шпаклювання, від 45грн/кв.м; фарбування стін, стель, 25грн/кв.м; відновлення відкосів, монтаж багетів, від 25грн. Тел. (050)888-50-76, (098)303-59-13.



Послуги потужними колісними та гусеничними навантажувачами «Бобкат» та екскаватором, рівняння території.
Тел. (050)848-39-94.
Сайт: bobcat-s250.lutsk.ua.

Ремонтні роботи: облицювання плиткою, шпаклювання, штукатурення, монтаж гіпсокартону, наклеювання шпалер, настилення ламінату та ін. Тел. (050)802-66-26.

Ремонтні роботи: усі види штукатурення, облицювання плиткою, шпаклювання, монтаж гіпсокартонних конструкцій та ін. Тел. (063)620-76-94, (099)139-69-20.

08.3 АВТОПОСЛУГИ

Вантажні перевезення а/м Вольво (фургон бортовий, довж. причепа - 14м), самоскидами (в/п 1-35т), фурами, а/м ЗІЛ; послуги з розвантаження та завантаження піддонів.
Тел. (095)535-56-63, (097)751-64-30.

ВАНТАЖНІ ПЕРЕВЕЗЕННЯ по Луцьку та Україні

ПЕРЕЇЗДИ: ВИВЕЗЕННЯ - КВАРТИРНІ - ОФІСІ **БУДІВЕЛЬНОГО СМІТТА**

050 3378473
096 7768686



ПОСЛУГИ МАНІПУЛЯТОРАМИ

ДОСТАВКА бруківки, блоків, цегли, бетонних кілець, плит переkritтя, вагончиків, контейнерів.

(066) 359 38 38 (097) 634 41 01




08.4  **РЕМОНТ**

08.43  **Ремонт побутової техніки**

Ремонт побутової техніки: телевізорів, пральних машин, мікрохвильових печей, холодильників та ін., доставка, гарантія, виїзд за місто. Тел. (099)118-62-80, (063)267-68-03, (096)059-38-10.

Ніколи не сперечайтесь з дітьми. Ви опуститеся до їхнього рівня, де вони вас задавлять своїм досвідом.
Марк Твен

Ремонт холодильників вдома у замовника. Тел. (050)631-34-13.

08.8  **ІНШІ ПОСЛУГИ**

Встановлення твердопаливних котлів усіх типів, ремонт систем опалення, водопостачання, каналізації, якісно, швидко, ціни помірні. Тел. (095)577-78-31.

Ремонт, перетягування усіх видів м'яких меблів. Тел. (050)944-32-99, (068)811-94-50.

Чищення каналізацій, каналізаційних труб, видалення жиру та нальоту, професійне обладнання, гарантія. Тел. (050)736-08-05, (096)499-61-32.

09 БІРЖА ПРАЦІ

Пропоную

А/слюсар на СТО, з/п висока. Тел. (095)440-91-80.

Кафе «Манго» запрошує на роботу кухаря, піцайоло, сушіста. Тел. (050)610-79-40.

Менеджер з продажу автозапчастин, зручний графік, гідна з/п. Тел. (050)378-43-12.

Охоронці в м. Київ, вахта 30/15, 20/10, 15/15, з/п 9000грн, старші зміни, з/п 500 грн/день, харчування, проживання за рахунок підприємства, консультації з працевлаштування надаються цілодобово. Тел. (073)406-99-18, (095)285-81-19.

Постійна робота для сімейної пари або жінки на замській садибі в Київській області - обслуговування будинку і території, саду, городу (0,30га), надається окреме житло, з/п+бонуси. Тел. (068)238-53-73.

Працівники (чоловіки та жінки) на завод з виготовлення морозива, терміново, з/п 18000грн, іногороднім безкоштовно надаємо житло, робота в передмісті Києва. Тел. (067)855-01-61, (095)678-91-09.

Працівники на підприємство: різноробочий та водій автовантажувача. Тел. (067)332-83-73.

Продавець на ринок «Пасаж», графік роботи: з 8.00 до 16.30. Тел. (095)640-16-19.

Продавець у будівельний магазин. Тел. (066)594-35-54.

МІЖНАРОДНІ ПАСАЖИРСЬКІ ПЕРЕВЕЗЕННЯ

на Варшаву **на Рівне**

Рівне АС - 05:30
Луцьк АС - 07:00
В.-Волинський АС - 08:15
Нововолинський АС - 08:45

Варшава АС - 08:20
Люблін АС - 11:30

КУПІВЛЯ КВИТКІВ:
infobus.eu; busfor.ua



ТЕЛЕФОНИ ДЛЯ ДОВІДОК: +38 099 286 16 00, +38 067 911 20 04, +48 787 296 500, +48 727 826 100

ПАМ'ЯТНИКИ з КАР'ЄРУ

Сайт: memorial.lutsk.ua

якісні портрети
доступні ціни

м. Луцьк, вул. Ковельська, 9 (приміщення Укрпошти)
066) 073-90-88
098) 232-16-82



ВИГОТОВЛЯЄМО ПАМ'ЯТНИКИ

- ЯКІСНІ ПОРТРЕТИ
- ЦІНИ ВИРОБНИКА
- РОЗСТРОЧКА

м. Луцьк, вул. Львівська, 63 (біля колишніх спортоварів)
(066) 892-98-18
(0332) 26-50-27
Сайт: memoarh.com

ПАМ'ЯТНИКИ з габро, граніту, базальту

Високоякісне художнє оформлення, заглиблені написи, кольорове фото

ДОСТАВКА ТА ВСТАНОВЛЕННЯ
(093)45-33-449, (097)68-79-131

м. Луцьк, просп. Соборності (Північний ринок, навпроти бутіка №30)
вул. Кравчука, Варшавський ринок, кіоск №35
e-mail: chabanchuk@mail.ua http://atribut.ub.ua



ПОТРІБНІ НА РОБОТУ

ВОДИЇ

для поїздок за кордон та по Україні

категорії С, Е, наявність закордонного паспорта

(050) 581 33 15

На склад-магазин будматеріалів у м. Луцьку потрібен

ПРОДАВЕЦЬ-КОНСУЛЬТАНТ

(099)228-15-52
(096)877-53-05

Продавщиці у продуктивному магазині, з/п 10500грн/21 робочий день «чистими», нічні зміни, офіційне працевлаштування, зручний графік роботи. Тел. **(066)517-17-46.**

Ресторан «Манго» запрошує на роботу різноробочого-господарника, ДР в експлуатації, технічному обслуговуванні приміщень, проведенні дрібних ремонтних робіт, графік роботи: 8.00 - 17.00, з/п від 7000 - 10000грн. Тел. **(050)610-79-40.**

СТОРОЖ

с. Княгининок (Мояка) | **066 797 19 94**

ПІДПРИЄМСТВО ЗАПРОШУЄ НА РОБОТУ

БУДІВЕЛЬНИКІВ РІЗНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ:

- мулярі
- інженер-кошторисник
- бетонярі
- виконавець робіт
- покрівельники
- та ін. будівельні спеціальності
- електрозварники
- водії

(050) 555-00-34, (095) 924-55-44, (097) 777-08-57

ЗАПРОШУЄМО НА РОБОТУ:

в с. Вербівка Сарненського району

- **ТРАКТОРИСТА**
- **РІЗНОРОБОЧОГО**

Проживання, харчування за рахунок фірми

Довідки за телефоном **(068) 209 26 86** (Пн-Пт 09.00-17.00)

Шукаю

Роботу будь-яку, чоловік, 47р. Тел. **(050)514-07-28.**

Роботу електрика, чоловік, 35р. Тел. **(067)792-55-53.**

Роботу з догляду за хворою людиною або людиною похилого віку, освіта медична. Тел. **(099)230-95-01.**

Роботу комірника, комплектувальника товарів, різноробочого. Тел. **(050)968-63-08.**

Роботу після 17.00, можливо прибиральниці, жінка, 55р. Тел. **(066)131-01-12.**

Роботу посудомийниці, прибиральниці, неповний або повний робочий день, ДР в офісі. Тел. **(095)886-93-76.**

Роботу прибиральниці, неповний робочий день. Тел. **(050)140-39-41.**

Роботу різноробочим, охоронником. Тел. **(095)117-31-14, (099)212-49-74.**

Роботу різноробочим, охоронником. Тел. **(099)729-34-65.**

Роботу різноробочим. Тел. **(068)678-96-38.**

Роботу різноробочим. Тел. **(099)754-67-80.**

Надто часто люди використовують комфортні думки, ігноруючи мислення, що викликає дискомфорт. Джон Кеннеді

10 **КОНТАКТИ, ЗНАЙОМСТВА**

10.2 **ВВАЖАТИ НЕДІЙСИМ**

Втрачений студентський квиток, виданий ЛНТУ на ім'я Заєць Максим Миколайович, вважати недійсним.

Втрачений студентський квиток, виданий Технічним коледжем Луцького НТУ у вересні 2011р., на ім'я Ясюк Володимир Романович, факультет обслуговування комп'ютерних систем і мереж, вважати недійсним.

Втрачений військовий квиток, виданий на ім'я Косов Дмитро Миколайович, вважати недійсним.

10.4 **ПОДАРУЮ**

Розібрані: меблі, полиці, столи, рами та ін., безкоштовно, самовивіз. Тел. **(099)706-26-18.**

10.5 **ДІЛОВІ ПРОПОЗИЦІЇ**

Готовий бізнес під ключ, р-н Порт-Сіті, сфера харчової діяльності, повне комплектування. Тел. **(050)269-72-98, Людмила.**

10.7 **ІНШЕ**

Догляну людину похилого віку або хвору. Тел. **(050)140-39-41.**

Недорого! Допомога у виготовленні польських віз, польські запрошення: піврічні, сезонні на 9міс. та річні, чеські запрошення: 90/90+, допомога у працевлаштуванні! Документальний супровід (страхування + анкета)! Тел. **(067)332-54-47, Микола.**

ПЕРШИЙ УКРАЇНСЬКИЙ ЛОМБАРД

вул. Лесі Українки, 32
тел.: 200-444, моб.: **(095) 465-57-55, (098) 920-77-02**

ПОЗИКИ ПІД ЗАСТАВУ

- ✓ дорогоцінних металів
- ✓ автотранспорту
- ✓ побутової техніки

Від 5 до 15% на міс.
з 20.01.2021 до 31.12.2021

позика під заставу 1000 грн (на 1 тиждень) 35 грн за користування

На офіційному веб-сайті Підгайцівської сільської ради <https://pidgayci-gromada.gov.ua/> розміщено Заяву про визначення обсягу стратегічної екологічної оцінки детального плану території для будівництва і обслуговування багатоквартирного житлового будинку на земельній ділянці площею 0,3400 га, кадастровий номер 0722883400:01:001:0105, в селі Липини Луцького району.

ВОЛИНСЬКІ ОГОЛОШЕННЯ

ГАЗЕТА ОГОЛОШЕНЬ ТА РЕКЛАМИ

У зв'язку із загальнооголошеним в Україні карантинном редакція газети "Волинські оголошення" працюватиме у телефонному режимі

тел.: **(095) 157-91-19 (Viber)**
e-mail: **vogol.lutsk@gmail.com**

Перепрошуємо за незручності. Дякуємо за розуміння!

ДП «СЕТАМ» оголошує про проведення електронних торгів з продажу предмета іпотеки:

- Зем. діл. пл. 0,5000 га, К№ 0722883200:01:001:0551, за адресою: Волинська обл., Луцький р-н, с.Лаврів. Дата торгів: 15.03.2021 09.00 год. Дод. інформація: <https://setam.net.ua>. Лот №465758;
- Прим. магазину (А-1), з/п 150,6 кв.м., за адресою: Волинська обл., м.Луцьк, вул.Ранкова, 2. Дата торгів: 17.03.2021 09.00 год. Дод. інформація: <https://setam.net.ua>. Лот №467041 (уцінено лот № 459649);
- Житл. будинок з/п 324,20 м.кв. з господ. будівлями і спорудами та зем. діл. пл. 0,15га, К№ 0724255100:01:004:0149, за адресою: Волинська обл., смт. Ратне, вул. Шкільна, 80. Дата торгів: 17.03.2021 09.00 год. Дод. інформація: <https://setam.net.ua>. Лот №467040 (уцінено лот № 462848).

AB 10-49-64-6 Мін. Фін. Укр. від 28.12.2020

СТАТИ БАГАТИМ... НЕЗДІЙСНЕННА МРІЯ ЧИ РЕАЛЬНІСТЬ?

Напередодні Нового 2021 року в Україні стало на одного багатію більше. Ця новина не викликала б ніякого резонансу, якби йшлося про бізнесмена. Але подія визначна тим, що багатішою на 175 000 гривень стала проста мешканка України, пенсіонерка з Волинської області **Бондарук Галина Андріївна**. Тепер **Галина Андріївна на 100% упевнена в завтрашньому дні, оскільки всі фінансові труднощі для неї залишилися в минулому.**

Погодьтеся, іноді життя робить несподівані подарунки. Хоча називати це подарунком не зовсім правильно. Адже наші призери просто зробили правильний вибір. Вони взяли участь у маркетинговій акції і, здійснивши покупки для дому та сім'ї, отримали призи!

Купуючи книжки, прикраси, косметику, товари для здоров'я та дому, Ви отримуєте можливість розбагатіти. Один простий дзвінок, і вже незабаром Ви можете стати тим щасливчиком, який отримує 277 000 гривень. Погодьтеся, це не так складно. Можливо, наступного разу Ви ввійдете до переліку переможців.

За період з 2018 по 2020 роки було вручено грошових призов на загальну суму 755 000 гривень.

Головний переможець маркетингової акції – **Бондарук**

Уже стартувала нова маркетингова акція 2021 року

Кожен охочий повнолітній житель України може взяти участь та отримати грошові та заохочувальні призи на загальну суму 277 000 гривень. Організатор потурбувався про те, щоби всі учасники маркетингової акції мали рівні права і могли обрати будь-який із призов.

Не змарнуйте і Ви свій шанс, можливо, наступного разу одним із власників призов буде ВИ!

Галина Андріївна з Волинської області, отримала 175 000 гривень.

Суперприз розміром 28 000 гривень дістався **Остапенку Володимирі Ігоровичу** з Харківської області.

20 000 гривень прямують на Одещину **Седойкіній Людмилі Федорівні**.

Призи по 15 000 гривень отримали: **Чапук Ростислав Степанович** (Волинська обл.), **Забула Євген Миколайович** (Харківська обл.) та 12 000 гривень отримала **Глушко Світлана Володимирівна** з Київщини.

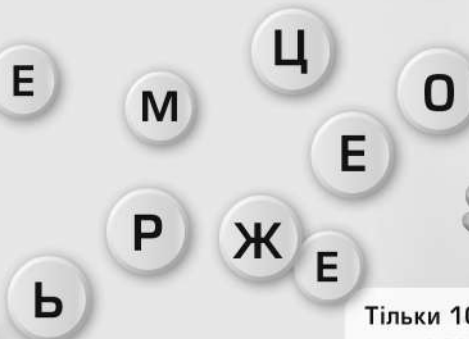
Ми щиро вітаємо переможців і повідомляємо, що нова маркетингова акція з призовим фондом 277 000 гривень стартувала 17 грудня 2020 року. Не змарнуйте і Ви свій шанс!

Зареєструватися для участі в новій маркетинговій акції та отримати більш детальну консультацію щодо умов маркетингової акції Ви можете за телефоном **0-800-50-55-41**.

Дзвінки БЕЗКОШТОВНІ зі стаціонарних і мобільних телефонів у межах України (понеділок – субота з 08:00 до 19:00, неділя з 09:00 до 19:00)

СЛОВО ВІДГАДАЙТЕ – 277 000 € ОТРИМАЙТЕ НА НОВИЙ ГРОШІ ЗАБИРАЙТЕ: 277 000 € ГРИВЕНЬ АВТОМОБІЛЬ!*

ЯКЕ СЛОВО ЗАШИФРОВАНО НА МАЛЮНКУ?



Тільки 10% людей можуть вирішити це завдання. Перевірте себе!

Моє слово: **П** ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ **Б** КОД УЧАСТІ: 341961

ЗНАЄТЕ ВІДПОВІДЬ? ТЕЛЕФОНУЙТЕ ПРЯМО ЗАРАЗ! ** 0-800-50-55-41

Дзвінки БЕЗКОШТОВНІ зі стаціонарних та мобільних телефонів у межах України (понеділок – субота з 08:00 до 19:00, неділя з 09:00 до 19:00)

*Маркетингова акція проводиться з 17.12.2020 р. по 28.12.2021 р. на всій території України, окрім тимчасово окупованих територій. Результат маркетингової акції буде визначений 28.12.2021 р. Детально про умови маркетингової акції та місце її проведення Ви дізнаєтеся з окремого листа. Призовий фонд маркетингової акції складає 277 000 гривень (у даному макеті представлений у вигляді автомобіля, організатор залишає за собою право вибору між врученням грошового і речового приза). Дана маркетингова акція не є розіграшем, лотереєю, грою (в тому числі азартним або іншим заходом, заснованим на ризику), конкурсом або публічною обіцяркою винагороди без оголошення конкурсу у розумінні Глави 78 Цивільного кодексу України. За телефонування клієнт дає згоду на подальше використання компанією та партнерами його персональної інформації, таку згоду можливо відкликати будь-якої миті. Телефон для довідок: (044) 299-55-83 (вартість послуги згідно з тарифами Вашого оператора). ТІЛЬКИ ДЛЯ ПОВНОЛІТНІХ. **Мається на увазі реєстрація участі в маркетинговій акції.

© ТОВ «ГІПЕР ТОРГ», а/с 84 м. Київ, 03300, 2021 р. GMS_CC_WIN_VOUNOGOL_180221

Від усього серця хочу подякувати Вам за ту турботу й увагу, якими Ви огортаєте людей. Я зворушена до глибини душі, а щаслива...
Бондарук Г. А.

ОГОЛОШЕННЯ • РІВНЕ

01 НЕРУХОМІСТЬ

01.2 БУДИНКИ

Продаж

Будинок, с. Михайлівка, Радивилівського р-ну, електрогазофікований, центральне водопостачання, 0,29га, сад, господарські будівлі, поруч озеро, ліс, ціна договірна. Тел. (067)699-55-61, (050)189-35-87.

Будинок, с. Острожець, 18км від м. Луцьк, 71,9кв.м/44,3кв.м, 4 кімнати, веранда, туал. та ванна суміжні, газові конвектори та пічне опалення, новий бойлер, надвірні споруди, 0,12га, поряд зупинка транспорту та школа (100м), недалеко озеро. Тел. (050)227-89-76, (068)648-47-90.

01.3 ГАРАЖІ

Продаж

Гараж на вул. Курчатова, 2 поверх. Тел. (067)151-61-18.

01.4 ПРИМІЩЕННЯ

Здам

ВАО здає в оренду: складські (65-130 кв.м), офісні (9-60 кв.м), гаражні (16-17 кв.м), виробничі (10-350 кв.м) приміщення по вул. Млинівська, 25. Аукціон 26.02.2021 р. Тел. 64-05-49, 64-03-58.

02 ТРАНСПОРТ

02.1 АВТОМОБІЛІ ЛЕГКОВІ

Купівля

Автовипук: будь-яких марок; в будь-якому стані; після ДТП; нерозмитнені; проблемні; дорого. Тел. (098)483-32-32, (063)016-22-55.

Нам ніщо так не хочеться змінити, як звички інших.
Марк Твен

02.5 ЗАПЧАСТИНИ

Продаж

Запчастини до всіх видів м/автобусів та мінівенів у наявності та на замовлення (2-7 днів), нові та б/в, гуртом та вроздріб, відправка по Україні, є свій склад. <https://busik-1.com/ua/> Тел. (097)152-13-31, (096)446-51-31, (097)726-66-40.

02.6 СІЛЬГОСПТЕХНІКА

Продаж

Комбайни картоплезбиральні «Анна», прес-підбирачі різних марок, трактори Т-25, МТЗ-82, пилги оборотні, інша с/г техніка, Польща. Тел. (097)474-22-11, (097)474-22-72.

03 УСЕ ДЛЯ БУДІВНИЦТВА

03.1 БУДІВЕЛЬНІ ТА ОЗДОБЛЮВАЛЬНІ МАТЕРІАЛИ

Продаж

Дошки, балки, крокви, рейки усіх розмірів, сухі та свіжоспилені. Дошка для підлоги шпунтована, вагонка. Доставка. Тел. (096)242-26-61, (068)016-60-98.

04 ПРЕДМЕТІ СПОЖИВАННЯ

04.6 МЕДИЧНІ ПРЕПАРАТИ ТА ОБЛАДНАННЯ

Продаж

Інвалідний візок, ціна 2000грн. Тел. (098)555-35-25.

06 ОБЛАДНАННЯ

06.5 ТЕЛЕ-, ВІДЕО-, АУДИОТЕХНІКА

Продаж

Телевізор SAMSUNG в хорошому стані, ціна 650 грн. Домовленість. Тел. (067)528-69-67.

06.6 РІЗНЕ ОБЛАДНАННЯ ТА МАТЕРІАЛИ

Продаж

ДОРОГО ПРИДБАЄМО! Радіодеталі, плати, вимірювальні прилади СРСР. Тел. (067)478-12-57.

07 ХОБІ ТА ДОЗВИЛЛЯ

07.3 МУЗИКА

Продаж

Піаніно, б/в, у відмінному стані, колір: світлий горіх. Тел. (067)151-61-18.

08 ПОСЛУГИ

08.2 БУДІВЕЛЬНІ ПОСЛУГИ

Виконую: заміну сантехніки, електромонтажні роботи. Лицювання плиткою, монтаж гіпсокартону, шпаклювання, реставрація відкосів, поклейка шпалер, встановлення ламінаату, декоративна штукатурка та інше. Тел. (098)954-73-02.

Всі види внутрішніх та зовнішніх робіт, виконує будівельна бригада. Тел. (096)031-62-62.

Плитка, шпалери, шпаклівка, ламінат, сантехніка, електрика, паркетна дошка, гіпсокартон. Тел. (096)753-59-06, (093)353-65-46.

09 БІРЖА ПРАЦІ

Пропоную

ДУ «Рівненський слідчий ізолятор» запрошує на роботу, зарплата від 9000грн, графік роботи доба через три, освіта: повна загальна середня (11 класів), наявність служби в ЗСУ. Довідки за адресою: м. Рівне, вул. Дворецька, 116. Тел. (097)694-02-92.

Охоронці в м. Київ, вахта 30/15, 20/10, 15/15, з/п 9000грн, старші зміни, з/п 500 грн/день, харчування, проживання за рахунок підприємства, консультації з працевлаштування надаються цілодобово. Тел. (073)406-99-18, (095)285-81-19.

Постійна робота для сімейної пари або жінки на замиській садибі в Київській області - обслуговування будинку і території, саду, городу (0,30га), надається окреме житло, з/п+бонуси. Тел. (068)238-53-73.

Працевлаштую автомеханіка на СТО. З/П навіпіл від чистого доходу. Тел. (096)811-00-63.

Мудра людина вимоглива лише до себе, нікчемна - тільки до інших.
Л. Толстой

Працівники (чоловіки та жінки) на завод з виготовлення морозива, терміново, з/п 18000грн, іногороднім безкоштовно надаємо житло, робота в передмісті Києва. Тел. (067)855-01-61, (095)678-91-09.

Пропоную роботу кухарю, покоївці в готель, охоронникам, різноробочим, житло надаємо. Тел. (067)762-15-59, (067)362-01-67.

Стоматолог або зубний лікар. Вимоги: лікування та протезування зубів. З/П навіпіл від чистого доходу. Тел. (096)811-00-63.

Шукаю

Шукаю роботу помічника бухгалтера на частковий, повний, дистанційний робочий графік. Робота у середовище 1С. 8. Тел. (066)353-04-83, (096)586-76-25, (095)443-62-45.

10 КОНТАКТИ, ЗНАЙОМСТВА

10.2 ВВАЖАТИ НЕДІЙСИМ

Втрачений договір дарування, посвідчений Млинівською ДНК від 04.11.1998 р., за р. № 1430, виданий на ім'я Тарновська Людмила Сергіївна, вважати недійсним.

Найважча робота - та, яку ми не наважуємося почати.
Ш. Болдлер

МІЖНАРОДНІ ПАСАЖИРСЬКІ ПЕРЕВЕЗЕННЯ

на Варшаву

Рівне АС - 05:30
Луцьк АС - 07:00
В.-Волинський АС - 08:15
Нововолинськ АС - 08:45

на Рівне

Варшава АС - 08:20
Люблін АС - 11:30

КУПІВЛЯ КВИТКІВ:
infobus.eu; busfor.ua



ТЕЛЕФОНИ ДЛЯ ДОВІДОК: +38 099 286 16 00, +38 067 911 20 04, +48 787 296 500, +48 727 826 100

Як наша шкіра реагує на стрес



Останнім часом ми дуже часто чуємо і помічаємо, як стрес впливає на наш зовнішній вигляд, на організм в цілому, і на шкіру зокрема – наприклад, з'являються висипання або тіло виділяє більше поту.

Про взаємозв'язок висипань і стресу говорять вже довгий час, але дослідження і докази з цього питання з'явилися відносно недавно. Нервові ситуації відгукуються безліччю змін в людському організмі. Одне з них – вироблення гормону кортизолу, який відповідає за регуляцію вуглеводного обміну. У кортизолу також є друга назва – гормон стресу, з якого випливає ще одна його функція: він утворюється в наднирниках і покликаний допомогти організму впоратися зі стресом, але його надлишок негативно позначається на шкірі та веде до появи акне.

Стрес сприяє розвитку запальних, інфекційних й алергічних захворювань шкіри, спричиняє випадіння волосся, з'являється сивина, уповільнюється загоєння ран.

Одним словом, стрес украй негативно позначається на стані шкіри та на самопочутті в цілому. Понервувавши, на наступний день, ймовірно, ти виявиш і тьмяний колір обличчя, і набряклість. А це може дати додатково стресу.

ЯК НЕ ДАТИ СТРЕСУ ВІДБИТИСЯ НА СТАНІ ШКІРИ

Такі процедури, як масаж, маски, обгортання, мезотерапія допоможуть зміцнити судини, оздоровитися й поліпшити обмінні процеси в організмі. Косметолог допоможе зберегти твій час і кошти, якщо не будеш тягнути до останнього.

МАСАЖ ПРОТИ СТРЕСУ

Про користь масажу можна написати безліч книг. Адже масаж – це максимально атравматична і корисна процедура як для шкіри обличчя, так і для здоров'я в цілому. І ця процедура – номер один для

усунення наслідків стресу. Масаж покращить відтік лімфи, поліпшить колір твого обличчя, а також гармонізує твій психо-емоційний стан.

АНТИСТРЕСОВІ МАСКИ ДЛЯ ОБЛИЧЧЯ ТА ОБГОРТАННЯ

Безумовно, сьогодні можна придбати продукт на будь-який смак і від будь-якої проблеми й застосовувати його самостійно вдома. Але є категорія б'юті-продуктів, якими краще користуватися під наглядом фахівця.

Наприклад, всіма улюблені альгінатні маски, які буквально оновлюють та освіжають обличчя за лічені хвилини, а ефект від них тримається тривалий час, рекомендується наносити в горизонтальному і повністю розслабленому положенні. Тільки так ця чудо-масочка дасть належний ефект. У разі домашнього використання на швидку руку, такий продукт може тільки нашкодити і через деякий час відбитися на твоєму обличчі небажаними зморшками і овалом обличчя, що "поплив".

МЕЗОТЕРАПІЯ

Нині мезотерапія – це просто палочка-виручалочка. Мезотерапія – це курс підшкірних ін'єкцій спеціальними корисними препаратами, ефект від яких ти зможеш спостерігати буквально після першої процедури. А ефект від цієї диво-процедури буде радувати тебе кілька місяців.

А найголовніше – намагайся максимально уникати стресових ситуацій. Адже все в твоїх руках. Займайся улюбленими справами, намагайся уникати токсичних людей, які приносять моральний дискомфорт, безмежно люби себе та доглядай за своєю шкірою :)

Шакшука: рецепт східної яєчні з помідорами

Шакшука – популярна на Сході страва з яєць і овочів. Її вважають своєю національною стравою в Ізраїлі й арабських країнах, куди ця яєчня потрапила з країн Магрибу. Існує багато рецептів шакшуки, tochka.net пропонує спробувати один з них. При бажанні можна додавати в шакшуку інші продукти: м'ясний фарш, йогурт, сир, картоплю, боби, кабачки, цукіні, артишоки, гриби.

Інгредієнти:

яйця – 3 шт.,
помідори – 2 шт.,
консервовані томати пелата (мелені помідори, томатна паста) – 200 мл,
цибуля ріпчаста – 1/2 головки,
перець червоний солодкий – 1 шт.,
часник – 1 зубчик,
паприка солодка мелена – щіпка,
перець чорний мелений – щіпка,
зіра – щіпка,
сіль за смаком,
цукор – щіпка,
оливкова олія – 1 ст.л.,
йогурт (вершки) – 15 г,
петрушка – кілька гілочок.



Поріжте великими кубиками помідори й перець. Дрібно поріжте цибулю, перетріть часник.

Змішайте з овочами томати пелата (томатну пасту), додайте солі та цукру.

Розігрійте на сковороді оливкове масло, висипайте овочі і тушуйте 5-7 хвилин. Потім додайте щіпку зіри та перцю.

Зробіть ложкою виїмки для яєць і акуратно влийте їх туди. Посоліть за смаком. Додайте йогурт або вершки.

Тушуйте ще 7-10 хвилин на великому вогні.

Перед подачею на стіл посипте нарізаною петрушкою.

Як смажити їжу без шкоди для здоров'я: корисні поради



Існує думка, що смажені страви не належать до здорового харчування. Дієтологи і адепти правильного харчування із цим не погоджуються. Дійсно, смажена їжа не може бути основою харчування, але і відмовлятися від неї повністю не варто. tochka.net розповість, як правильно смажити страви, щоби в них збереглися вітаміни. Дізнайся, на якій олії необхідно смажити і який посуд при цьому використовувати.

ЩО СОБОЮ ЯВЛЯЄ ПРОЦЕС СМАЖЕННЯ

У процесі смаження їжу занурюють у гарячу олію, температура кипіння якої становить 107-200°C. Водночас, їжа вкривається скоринкою, а рідина всередині їжі перетворюється у пар. Саме пар готує їжу зсередини і не дає олії просочитися всередину. Але, якщо температура занадто низька, олія таки потрапляє всередину і їжа стає жирною. І, навпаки, при надто високій температурі відбувається окислення олії.

Олія перешкоджає прилипанню продукту до сковороди. Крім того, смаження пом'якшує грубі волокна їжі та робить більшість мікроелементів легко засвоюваними для організму. І, головне, неповторний апетитний аромат утворюється лише при смаженні, оскільки під дією високої температури речовини в олії повністю розчиняються.

ЯК ПРАВИЛЬНО СМАЖИТИ ПРОДУКТИ

Відомо, що не всі олії можна нагрівати, деякі в процесі розжарювання виробляють токсичні речовини, полімери жирних кислот і вільні радикали. Саме тому такі олії підходять для заправки виключно холодних страв. Відповідно, для смаження слід обирати олію, яка витримує високу температуру – точка задимлення становить:

- звичайне смаження на сковороді – максимально 160°C;
- випікання в духовій шафі – максимум 200°C;
- смаження в киплячій олії (фритюр, вок) – 180°C.

ТЕХНОЛОГІЯ СМАЖЕННЯ

Під час смаження не можна допускати появи скоринки. Чим темніша скоринка, тим більше токсичних речовин у страві. Якщо ви все ж не можете відмовитися від скоринки, обов'язково зажарювати їжу. Наприклад, смажений хрусткіт виходить за допомогою панірувальних сухарів.

Під час смаження необхідно частіше перемішувати їжу, не допускаючи пригорання. Чим частіше розмішувати, тим більше корисних речовин збережеться в продуктах.

Ідеальне смаження – у фритюрі. Оскільки продукти повністю занурюються у розпечену олію, відбуваються незначні втрати харчових елементів, за винятком вітамінів. Важливо вчасно вийняти їжу з олії, щоби вона не пересушилася. Оптимальний час – 1-5 хвилин. Пам'ятайте – фритюр використовують одноразово! Олія, використана багаторазово, накопичує шкідливі канцерогени, і їжа, смажена в ній, стає небезпечною для здоров'я. Зайвий жир після обсмажування необхідно зняти. Для цього можна промокнути сер-

веткою або перекласти на сито, щоби зайва олія стекла.

Смаження із підкиданням дозволяє розкрити аромат інгредієнтів. Може проводитися на звичайній пательні, але такий метод підходить виключно для страв, які готуються на малому вогні.

ПОСУД

Смажити продукти необхідно на відповідному посуді, а саме – пательні з антипригарним покриттям, пательні з круглим дном або воку. Готуючи в якісній пательні, тобі не доведеться навіть використовувати олію, адже посуд здатен правильно розподіляти температуру.

НАЙКОРИСНІШІ ОЛІЇ ДЛЯ СМАЖЕННЯ

Для смаження підходять олії насичені й мононенасичені, а уникати треба тих, у складі яких велика кількість поліненасичених жирів.

До корисних олій належать: рафінована соняшникова олія, кокосова олія, олія авокадо, оливкова олія, арахісова олія і масло ГХІ.

Кокосова олія. Ідеальна для смаження олія, температура димлення у нерафінованій – 232°C. Навіть при 8-годинному безперервному використанні, її якість не погіршується. Варто відзначити, що в кокосовій олії 90% насичених жирних кислот, тому вона стійка до нагрівання. Використовуючи кокосову олію для смаження, знайте, що вона може наділити страву характерним кокосовим смаком, що не завжди добре відображається на смаку.

Оливкова олія. У її складі високий відсоток мононенасичених жирних кислот, які мають високу термостійкість. У нерафінованій оливковій олії (virgin, extravirgin) точка димлення – 160°-210°C. Рафінована оливкова олія – 242°C.

Олія авокадо. За смаком мало відрізняється від оливкової, а в її складі в основному мононенасичені змішані насичені й поліненасичені жири. Точка димлення олії авокадо – 270°C, завдяки чому вона підходить як для смаження на сковороді, так і для смаження у фритюрі й для смаження на відкритому вогні.

Олія виноградної кісточки. Температуру димлення олії – 216°C, тому вона може використовуватися для смаження або запікання у духовці. Має специфічний смак.

Арахісова олія. Має нейтральний смак, тому ідеально підходить для смаження у фритюрі. Температуру димлення – від 160°C до 232°C. Арахісова олія не вибирає смак їжі, тому підходить навіть для багаторазового використання.

Масло Гхі. Не горить при смаженні, що робить її ідеальною для приготування їжі. Масло Гхі (очищене топлене коров'яче масло) захищає організм від згубного впливу вільних радикалів і є джерелом жирних кислот.

Як вилікувати нежить без ліків: рецепти народної медицини



Нежить – виділення з носа, які більшість з нас, заклопотані роботою, навіть захворюванням не вважають і переносять на ногах. Адже в аптеках величезний вибір судинозвужувальних спреїв, які на деякий час дозволяють забути про нього.

Однак, лікування такими спреями не лише не призводить до видужання, а й, навпаки, після використання понад п'ять днів (й у більшості це зазначено в інструкції) маємо ще більші набряки й катастрофічну закладеність носа, коли ні дихати, ні думати про щось інше просто неможливо.

Ми не закликаємо вас відмовитися від судинозвужувальних спреїв. Навпаки, лікарі при великому закладенні радять ними користуватися, адже ваше здоров'я та самопочуття важливіші понад усе. Проте зловживати ними не варто, а щоб лікування спреями не перевищувало п'яти днів, можна допомогти нежитю залишити ваш ніс традиційними перевіреними засобами. І, що найголовніше, всі поради – ефективні та ощадні, а це дуже важливо у час, коли ціни в аптеках зростають.

Насамперед, нежить – це запалення слизової оболонки носа, спричинена різними мікробами й вірусами, а також переохолодженням. Цю недугу супроводжують закладеність носа та постійне виділенням носового слизу. Якщо вчасно не почати лікування або не знайти потрібний засіб, то прояви хвороби можуть посилитися й перейти у хронічну форму.

ПРОМИВАННЯ НОСА

При перших ознаках нежитю необхідно промивати ніс соляною водою. Ця процедура очистить ніс від пилу, слизу та мікробів. Можна купити спеціальні спреї в аптеках. Але більшість з них – це або очищена

морська вода, або всім знайомий і дешевий хлорид натрію – розчин для ін'єкцій.

У домашніх умовах можна зробити розчин з морською сіллю. Одну чайну ложку морської солі розчинити в 200 мл теплої води. Також можна промивати ніс трав'яними настоями (евкаліпт, календула). Таке промивання допомагає боротися з хронічним ринітом. Варто лише в миску налити зварений теплий настій, який потрібно втягувати носом і випускати через ротову порожнину (повторювати тричі на добу).

А промивання зранку та ввечері такими розчинами слизових оболонок носа – найкраща профілактика вірусних інфекцій, адже ваші слизові будуть завжди чистими. Якщо втягувати носом воду вам не дуже комфортно, можна взяти звичайний шприц (без голки) та, набравши в нього розчину, закинувши голову, промивати носа.

А на роботі варто постійно зволожувати носову порожнину сольовим розчином. Для цього у порожню пляшечку від спрею налейте сольовий чи трав'яний розчин і прискайте у ніс протягом дня. Віруси там довго не затримаються.

Обов'язково зволожуйте повітря. Адже пересихання слизових оболонок ще небезпечніше, ніж її надмірне зволоження.

ПАРОВІ ІНГАЛЯЦІЇ

Їх рекомендують при застуді та переохолодженні для прогрівання носа. Мож-

на скористатися інгаляторами, але, якщо їх немає, робимо інгаляції самі. Для цього спочатку розчин для інгаляції доводять до кипіння і виливають в широку ємність, потім хворий нахилиється над розчином і накриває голову рушником.

Необхідно дихати паром на тій висоті, на якій інгаляція не викликати болю від високої температури. Тоді прогрівання буде проходити ефективно та безпечно. Ефективним розчином є звичайна вода "Боржомі", яку лікарі радять чи не всім для інгаляцій, та олійки хвойних.

Але, якщо ви крапаєте ефірну олію на воду, треба бути обережним, адже вона швидко випаровується й одразу може бути дуже насиченою, тому капайте її потрохи декілька разів.

ЕВКАЛІПТ ТА АЛОЕ

Масло евкаліпта й алое виліковує та дезінфікує, а також знімає запалення. Відвар цих рослин проварюється на маленькому вогні, а потім настоюється близько двох годин. Ніс можна промивати до 6 разів на день для надійного лікування.

МАЗЬ ІЗ МЕДУ ТА АЛОЕ

Третина чайної ложки меду змішується з соком алое. Кількість крапель соку в суміші повина відповідати віку хворого. Розчин необхідно нагріти та розмішати до однорідності, потім трохи охолодити та змазати ніс. Ця мазь полегшить дихання, заспокоїть набряк в носі та зволожить слизову оболонку.

СМАЧНІ ТЕПЛІ НАПОЇ

Коли ви почали відчувати, що з'являється нежить, необхідно почати пити багато теплих напоїв. Для цього рекомендують компоти зі смородини та малини, тепле молоко, відвар з липи, чай з медом або чай з лимоном.

Взимку радять випивати відвар з гілочок червоної смородини (порічки). Ці теплі напої багаті на вітаміни, які корисні для здоров'я. Тепле пиття прогриває організм та дозволяє носу дихати.

ТРАВ'ЯНІ КРАПЛІ

Для лікування нежитю можна приготувати трав'яні краплі на основі ромашки та звіробою. Такі краплі використовують для боротьби з бактеріальною інфекцією і для зняття запалення. Наприклад, ромашка має антисептичні властивості, а звіробої є антибактеріальним компонентом.

Ці засоби безпечні та перевірені, однак існує ще безліч народних засобів, ефективність яких не доведена. А намагання всунути до носа будь-що у деяких хворих переважає за здоровий глузд.

Тож не займайтеся самолікуванням, будьте обачними та використовуйте лише перевірені методики.

Симптоми COVID-19 у дітей, на які варто звернути увагу



Маски, соціальна дистанція і миття рук стали нашим повсякденням. Більшість з нас вже навіть перестали на цьому акцентувати увагу. Але спитайте у будь-якого батька чи матері, як важко втримати дистанцію з дітьми: майже неможливо. Так само з маскою: дітям важко слідкувати за тим, чи правильно вона одягнута, пише "УП".

На щастя, дослідження показують, що діти рідше заражаються COVID-19 і значно рідше переносять його у важкій формі.

Минулого року дослідження Лондонського університету підтвердило, що підлітки у віці з 12 до 14 років "значно рідше" заражаються COVID-19 від інфікованої людини, ніж дорослі.

За даними Гарвардської медичної школи, у багатьох дітей, якщо вони справді підхоплюють вірус, навіть не буде ніяких симптомів. Також вірогідність легкого перебігу значно вища, ніж в дорослих.

Хоча випадки серйозного захворювання дітей стаються не часто, все ж не можна сказати, що вірус абсолютно безпечний для дітей.

За даними міністра охорони здоров'я Максима Степанова, станом на початок 2021 року за весь час пандемії в Україні захворювало 62 333 дитини.

"В листопаді цей показник становив 3,1% від загальної кількості тих, хто захворів. А от у грудні відсоток дітей, які захворіли на коронавірус, підскочив аж до 5,9% від загальної кількості. Це тенденція, яка спостерігається у всьому світі. Тобто коронавірус почав частіше уражати дітей, вони стали частіше хворіти", – сказав Степанов.

За цей час в Україні померли шестеро дітей у віці до 9 років, ще 18 – в віці від 10 до 19 років.

Три класичні симптоми COVID-19

Як і дорослі, діти можуть мати три найбільш поширених симптоми коронавірусу – високу температуру, постійний кашель та втрату смаку і нюху.

Основні рекомендації Міністерства охорони здоров'я та міжнародних медичних інституцій – якщо у ваших дітей є якийсь із цих симптомів, вам варто пройти тестування, а всім контактним особам залишатися вдома до негативних результатів тесту.

Однак, дослідження, яке проводилося додатком Covid Symptom Study, показує, що кашель, втрата смаку і нюху в дитячій трапляються дуже рідко. Натомість частіше діти мають гарячку, і саме це майже у половини дітей фіксували як симптом.

Втома

Відповідно до даних з додатку Covid Symptom Study, втома є найчастішим симптомом у дітей, які підхоплюють коронавірус. Додаток зібрав дані про симптоми у 16 тисяч людей, з них 198 були діти. Втому, як симптом коронавірусу, відчували 55 відсотків дітей хворих на коронавірус.

Професор з Королівського коледжу Лондона, керівник дослідження Тім Спектор пояснює: "Нам слід розповідати людям про те, які бувають ключові симптоми в людей різного віку, а не цю єдину версію про температуру, кашель і відсутність нюху".

Головний біль

Згідно з даними з додатку Covid Symptom Study, головний біль мали 54 відсотків із 198 дітей. Це був другий за частотою симптом серед дітей.

У дорослих коронавірус викликає проблеми з центральною нервовою системою, тому і в них COVID-19 часто супроводжується головним болем.

Розлад шлунка

Те ж дослідження серед дітей медиків, опубліковане в BMJ, показує, що шлунково-кишкові симптоми, такі як діарея, блювота та спазми в животі, були поширені серед дітей з COVID-19. Із 68 дітей з позитивним результатом тесту на коронавірус, 21 (31%) мали розлад шлунка. Додаток, який вивчав симптоми COVID-19, також пов'язує діарею з вірусом у дітей. 13% із 198 дітей, зареєстрованих в додатку, повідомили про це.

Гімнастика від остеопорозу

Для профілактики переломів важливо стежити не тільки за щільністю костей, але й за тонусом м'язів. Підвищити його й при цьому уникнути травм допомагають нескладні вправи.

Робити цю гімнастику людям похилого віку треба щодня, у повільному темпі, не затримуючи подих. Кожну вправу виконувати 5-6 разів.

Лежачи на животі

- Поочергово піднімайте праву й ліву ноги.

- Піднімайте обидві прямі ноги, затримайтеся на 5 секунд, потім опускайте.

- Підніміть обидві руки, потім підніміть обидві ноги, затримайтеся в такому положенні на 3-5 секунд.

Лежачи на боці

- Махи правою ногою. Кругові рухи ногою, зігнутою у коліні. Потім – іншою ногою.

- Обидві ноги підніміть і опустіть, потім підніміть праву ногу, приєднайте до неї ліву, затримайтеся на 3-5 секунд, опустіть обидві ноги. Потім змініть ноги.

Лежачи на спині

- Кругові рухи кистями рук і стопами (на себе).

- Ноги зігніть у колінах, руки витягніть догори. Погойдуйте корпусом вліво й вправо.

- Ноги зігнуті в колінах, праве коліно обхопіть руками й підтягніть до живота, потім ліве коліно (8-10 разів).

- Ноги зігнуті в колінах, піднімайте таз на вдиху, опускайте на видиху.

Сидячи

- Руки догори, потягніться руками в стелю на вдиху, руками вниз – на видиху.

- Руки назад, прогніться, з'єднайте лопатки – на вдиху, вихідне положення – на видиху.

Довідка

Остеопороз – витончення кісткової тканини й підвищена ламкість кісток. Хвороба не лише призводить до інвалідності, але й стоїть на третьому місці з причин смерті (після серцево-судинних хвороб і онкології).

Фактори ризику. Неправильне харчування, зловживання алкоголем, гіподинамія, тривале лікування глюкокортикостероїдами.

Ранні симптоми. Ниючі болі в спині, нічні судороги м'язів гомілок і стоп, тендітні нігті, прискорене серцебиття. Більш виражені симптоми: зниження росту, сутулість (так званий "вдовиний горб") і, нарешті, часті переломи кісток без серйозних травм.

Діагностика. Достатньо простого й безпечного рентгенівського дослідження щільності кісток – денситометрії.

Профілактика. Більше рухатися, не курити, не зловживати кавою, алкоголем, газованими напоями.

Простий рецепт тонкого дріжджового коржа



Піца – вже давно не лише національна італійська страва, її обожнюють на всіх континентах. Історія не зберегла ім'я людини, яка вигадала піцу, але відомо, що прісні коржі випікали на вугіллі ще стародавні греки. Згодом почали додавати до них оливкову олію і м'ясо. Секрет смачної піци полягає у тісті, адже начинка для основи може бути якою завгодно. Правильно приготоване тонке дріжджове тісто для піци – це половина успіху майбутньої вечері.

Тісто для піци:

300-400 г борошна, 10 г сухих дріжджів, 2 ст. ложки оливкової олії, щіпка цукру, щіпка солі, 200 г води.

У просіяне борошно додай сіль, цукор, сухі дріжджі і перемішай. Трохи підігрій воду і вли в борошно. Додай оливкову олію і, акуратно помішуючи, заміси тісто з однорідною консистенцією.

Накрій тісто вологою серветкою і дай йому відпочити близько 1 години, щоб воно підійшло. Тісто для піци має збільшитися в об'ємі приблизно вдвічі.

Розділи тісто на 4-5 частин, залежно від кількості порцій, і кожну частину розкачай у тонкий корж. Якщо коржі вийдуть занадто тонкими, не переживай – дріжджове

тісто все одно трохи підійде.

Далі тісто для піци слід викласти на змащене олією деко або сковороду. Не поспішай відразу ж випікати піцу, дай тісту трохи піднятися, а вже потім його можна змащувати соусом і викладати на нього обрану начинку, посипати сиром і відправляти в духовку.

Оскільки в цьому рецепті тісто для піци тонке, то для нього краще вибрати варіант начинки в невеликій кількості, більш сухо, щоб піца не розкисла і випікалася недовго.

Піца з тонкого дріжджового тіста випікається при температурі 200-250°C приблизно 20 хвилин.

Як приготувати запечену пасту з сиром фета



Інгредієнти:

макарони,
томати чері,
сир фета,
кілька зубчиків часнику,
базилік,
сіль,
червоний мелений перець,
оливкова олія.

Перш ніж почати приготування, розігрій духовку до 200°C.

Виклади помідори чері в форму для запікання, додай туди невелику кількість олії, солі та перцю. Перемішай все руками або лопаткою.

У центр форми поклади сир фета (можна залишити цілий брусок, а можна порізати на великі шматочки) і знову дай трохи олії, солі та перцю.

Відправ форму в духовку на 30 хвилин, а після того збільш температуру до 230° ще на 5 хвилин.

Поки готуються помідори з сиром, дрібно наріж часник і звари пасту до стану "альденте", відповідно до інструкції на упаковці.

Залиш 1 склянку води, в якій варилися макарони, а решту злий.

У форму з помідорами додай часник і базилік. Ретельно перемішай масу до однорідного стану.

Всип пасту та змішай усе ще раз. Якщо страва виходить трохи сухою, дай до неї воду, в якій варилися макарони.

Прикрась блюдо кількома листочками базиліка й насолоджуйся ідеальним рецептом пасти!

Круасан з Нутеллою

Не кожен день їсти яєчню та бутерброди на сніданок, іноді хочеться чогось солодкого.

Інгредієнти:

тісто листкове – 2 листи;
шоколадно-горіхова паста (Нутелла);
1 яйце;
борошно для розкочування тіста.

Як приготувати круасан з Нутеллою:

Розкачай листкове тісто. Наріж пласт тіста трикутниками. На широку частину трикутника виклади 0,5 чайної ложки Нутелли та загорни у вигляді рогаликів. Збий яйце і змасти рогалики з листкового тіста. Відправ домашні круасани в розігріту до 180 градусів духовку. Випікай слойки з Нутеллою 20-25 хвилин.



Як і коли правильно приймати ліки



Кожній таблетці визначений свій час – година та порядок прийому. Тож якщо почали приймати ліки, необхідно врахувати всі тонкощі!

Ліки, прийняті у невизначену годину, можуть навіть завдати шкоди. На думку вчених, той самий препарат діє неоднаково у різний час доби.

Тричі на день – не завжди правильно. Виявляється, рецептори нашого організму, що сприймають ліки, активні не завжди. Якщо приймати ліки в той час, коли рецептори не готові, попросту “сплять”, користі не буде. А ось якщо прийняти таблетку в той правильний момент, коли рецептори активні, навіть менша доза препарату дасть потрібний ефект.

Для того, щоб правильно вибрати годину прийому, необхідно враховувати також час дії самих ліків, тобто через скільки хвилин після введення вони потраплять у кров.

Окрім того, необхідно розрахувати час так, щоб препарат опинився в організмі до очікуваного погіршення самопочуття або нападу хвороби. Зазвичай це час активізації того органа або системи, для яких призначена таблетка.

Якщо врахувати ці умови при призначенні ліків, то можна скоротити і кількість прийомів, і дози, а от лікування буде більш ефективним. Якщо ж ці умови не враховувати, то ліки можуть і нашкідати, що доведено численними експериментами.

Наприклад, коли мишам вводили дозу строфантину вдень (препарат для кардіологічних хворих), тварини спокійно жили. Якщо ж ця доза була уведена ввечері, як тварини гинули. Цей випадок доводить, як небезпечно пити ліки у неналежний час. Як це працює?

БРОНХІАЛЬНА АСТМА

При цій хворобі напади найчастіше бувають увечері або вночі. Тому, знаючи час можливого погіршення самопочуття та час дії ліків після введення, можна розрахувати годину прийому. Встановлено, що протиалергійні (антигістамінні) засоби теж необхідно приймати близько 23-ї години, коли в організмі максимальна концентрація гістаміну.

ВИРАЗКОВА ХВОРОБА

Напевно, багато хто знає, що у здорових людей травний сік вночі практично не ви-

діляється, а у хворих з виразкою шлунка або 12-палої кишки соляна кислота максимально виробляється саме вночі – тому й виникають різкі болі. Якщо препарати, що зменшують кількість соляної кислоти (так звані інгібітори протонної помпи), приймати ввечері, то легко можна обійтися однією таблеткою на день. А раніше такі хворі ліки приймали жменями.

ГІПЕРТОНІЯ, ІШЕМІЧНА ХВОРОБА СЕРЦЯ

Відомо, що артеріальний тиск є нестабільним протягом дня, існують так звані добові ритми. У здорової людини тиск вдень трохи вищий, ніж уночі. Хворі гіпертонією діляться на тих, у кого тиск максимально підвищується в денні години, і на тих, у кого пік підвищення тиску навпаки припадає на ніч.

У першому випадку логічно призначити препарат вранці, щоб він захищав хворих від підвищення тиску в період неспання у денні години.

Другий випадок є більш небезпечним, тому що вдень у людини тиск нормальний, а вночі або рано вранці він різко підвищується. Зазвичай такі пацієнти вранці прокидаються з головним болем, тому їм, щоб запобігти цим ускладненням, ліки для зниження тиску необхідно прийняти на ніч. Установлено, що пік інсультів та інфарктів припадає саме на 3-5 годину ранку.

Хворим з ішемічною хворобою серця основні препарати необхідно приймати в ранкові години, тому що напади стенокардії, зазвичай найчастіше, провокуються фізичним навантаженням. Багато сучасних кардіологічних препаратів можна приймати один раз на добу.

ТЕМПЕРАТУРА ТА БІЛЬ

Встановлено, що нестероїдні протизапальні препарати (аспірин, індометацин та інші) швидше знімають біль і нормалізують температуру тіла, якщо приймати їх у другій половині дня. Тому, якщо біль, наприклад при ревматоїдному артриті сильніший ввечері, ліки призначають в обід, якщо вночі – близько 19-ї години.

Аспірин або аскофен (аспірин з кофе-

їном) приймають після їжі, коли шлунок вже почав виробляти соляну кислоту. Завдяки цьому будуть пригнічені кислотні властивості ацетилсаліцилової кислоти (вона провокує подразнення слизової оболонки шлунка).

РІЗНІ ЛІКИ ПРИЙМАЮТЬ ПО-РІЗНОМУ

До їжі. Більшість препаратів приймають за 30-40 хвилин перед їжею, коли вони найкраще всмоктуються. Іноді – за 15 хвилин до прийому їжі, аж ніяк не раніше.

Під час їжі. Під час їжі кислотність шлункового соку дуже висока, а тому значно впливає на стабільність ліків та поглинання їх у кров.

Разом з їжею потрібно приймати препарати шлункового соку або травні ферменти, бо вони допомагають шлунку перетравлювати їжу. Також разом з їжею бажано приймати проносні засоби, що підлягають перетравлюванню.

Деякі сечогінні засоби приймаються разом з їжею.

Під час їжі рекомендується приймати також хінідин (антиаритмічний та протималярійний засіб), еуфілін (протиастматичний засіб), левоміцетин (антибіотик широкого спектра дії).

Після їжі. Якщо ліки призначені після їжі, то для одержання найкращого терапевтичного ефекту почекайте не менше двох годин.

Незалежно від їжі приймають бронхолітики, засоби, що поліпшують мозковий кровообіг.

Натще. Прийом ліків натще – це зазвичай вранці за 20-40 хвилин до сніданку.

Засоби екстреної допомоги приймають поза залежністю від часу доби – якщо підвищилася температура або почалися кольки. У таких випадках дотримання графіка не є принциповим.

Якщо ви пропустили час прийому ліків і минуло 1-2 години, то препарат можна прийняти, як завжди. Якщо ж перерва більша, – рекомендується пропустити прийом ліків до наступного, щоб уникнути передозування. Після цього графік прийому ліків бажано відновити.

Якщо ви приймаєте кілька видів ліків, то їх за можливістю намагайтеся приймати по черзі, тому що багато ліків взаємодіють між собою. Коли призначені відразу кілька препаратів, необхідний інтервал в 10-15 хвилин між прийомом кожного з них.

Дуже часто несумісними бувають антибіотики. Їх не треба без необхідності сполучати з жарознижувальними, снодійними, антигістамінними препаратами.

І, звичайно ж, у жодному разі – з алкоголем. Ліки й алкоголь у будь-якому вигляді не поєднуються. На час лікування не можна приймати горілку, коньяк, вино, пиво, коктейлі. Це також стосується і стану похмільного синдрому: у цей час категорично протипоказаний прийом звичайних знеболювальних препаратів, що знімають головний біль. Краще скористатися народними методами боротьби з похміллям, які не викликають побічних явищ.

Обережно, схуднення: топ-6 найнебезпечніших дієт



Якщо у твоєму планері був пункт “схуднути до Нового року”, то зараз настав саме час ставити собі нову мету – схуднути до літа. І на цьому моменті приходить думка “О! Сяду я на дієту”. А на яку? Адже їх так багато, і здається, щодня з’являється все нова і нова дієта, яка обіцяє тобі швидко, просто й надовго позбутися зайвих кілограмів. Але як би не так. Є перелік дієт, яких дотримуватися вкрай не рекомендується. Щоб ти випадково не вибрала “не ту саму” дієту, tochka.net зробила для тебе добірку найнебезпечніших дієт.

КАРНІВОР-ДІЄТА

Дієта для справжніх хижачок. Ця дієта зараз на піку популярності в США та Європі і впевненими кроками йде до нас. Принцип цієї дієти – веганам тут не місце. Або будеш їсти м’ясо на перше, друге і на десерт. Ну здорово ж, особливо якщо ти любителька м’яса.

Карнівор-дієта обіцяє тобі швидко розправитися зі зловісним зайвими кілограмами, оскільки в умовах дефіциту вуглеводів організм перебудовується й отримує енергію з жирів – все дуже просто.

У раціон допускається абсолютно будь-яке м’ясо, і чим жирніше – тим краще. Необхідно виключити овочі, фрукти, злаки, гриби, бобові та горіхи. Що стосується порцій, то можна не соромитися – допустимі будь-які обсяги їжі тричі на день. Ну а якщо тобі захочеться перекусити протягом дня, то ти можеш з’їсти невеликий шматочок м’яса, риби і все в такому дусі. Ну і вода. Води треба пити чим більше, тим краще.

І все. Це прямо якийсь рай на землі для м’ясоїдів – їж скільки хочеш і худни. Але як би не так.

Чому варто відмовитися. Сама подумай – в якому стані буде твій організм через кілька тижнів, якщо будеш начиняти його виключно тваринною їжею. Так, ти схуднеш, адже ти виключиш з раціону вуглеводи. Але бонусом до схуднення ти отримаєш проблеми шлунково-кишкового тракту, жажливий стан шкіри та підвищений рівень холестерину.

WHOLE30

Чергова трендова система харчування. І на перший погляд, продукти, які пропонує до вживання Whole30, досить безневинні й дуже навіть корисні – свіжі фрукти-овочі й жодної шкідливої їжі. Дієта обіцяє, що

якщо ти перейдеш на свіжі продукти, замість оброблених, ти не тільки скинеш невисні кілограми, а й поліпшиш свій сон і все твоє здоров’я скаже тобі “велике спасибі”.

Але крім “корисної” їжі, ця дієта виключає ще цукор, алкоголь, бобові, молочні продукти і злаки. Whole30, про що свідчить її назва, розрахована на 30 днів.

Чому варто відмовитися. Якщо тобі немає необхідності дотримуватися цієї дієти більше 30 днів, то навіщо на неї сідати взагалі? Адже гарантія того, що через місяць страждань все повернеться на круги своя (включаючи вагу) дуже велика. Небезпека цієї дієти полягає в її циклічності – 30 днів правильно харчувалася, потім вийшла з режиму, повернула свої улюблені зайві кілограми і знову на Whole30. Грубо кажучи, система харчування перетворюється в цикл обмеженого переїдання, коли спершу ти обмежуєш себе в споживанні певних продуктів, а потім з подвоєним ентузіазмом накидаєшся на них.

КЕТО-ДІЄТА

По-перше, це модно. По-друге, напевно ти все-таки не в курсі, що ця дієта насамперед була розроблена дослідниками для контролю епілепсії у дітей. Немає жодних доказів і досліджень, що кетодієта безпечна й ефективна у довгостроковій перспективі. Єдине, що відомо, що ця дієта з високим вмістом жирів, зменшенням вмістом білка і дуже низьким вмістом вуглеводів. І коли ти вирішиш що “все, вистачить з мене дієт”, твоя колишня вага дуже швидко скаже тобі “привіт, дорога, нарешті ми знову разом”.

Чому варто відмовитися. Так, ти схуднеш дуже швидко. Але ти будеш не одна. Твої вірні друзі на час кетодієти – це: моторошний запах з рота, який не залишить

нікого байдужим, навантаження на нирки і, звичайно ж, проблеми шлунково-кишкового тракту.

ДІЄТА АТКІНСА

Дієту Аткинса можна назвати ветераном серед дієт. Звичайно, дієта Аткинса була оригінальною низьковуглеводною дієтою, що стала популярною кілька десятиліть тому. Тепер, коли на сцену вийшли кето, канівор і Whole30, а також масова фобія вуглеводів, ти, можливо, знову замислишся про те, щоб сісти на низьковуглеводну дієту, як Аткинс. (Аткинс і кето відрізняються тим, що Аткинс допускає більше білка, тоді як кето обмежує білок.)

Чому варто відмовитися. Як і в багатьох дієтах, за допомогою дієти Аткинса ти дуже швидко схуднеш. Але довго, як відомо, це не працює. І так, до речі, у рейтингу найкращих дієт США, дієта Аткинса знаходиться майже в самому низу списку через ризик виникнення серцево-судинних захворювань.

ПЕГАНСЬКА ДІЄТА

Ні, це не помилка. Це наступна трендова дієта Пеган. Поєднує популярну палеодієту і деякі веганські принципи. Сидячи на пеганській дієті, ти їстимеш дуже багато овочів, фруктів, горіхів та насіння. А ось молочні продукти, бобові та злаки у тебе будуть під забороною. Так, і не бійся, м’ясо в цій дієті допускається – це ж тепер пеганка, а не веганка :)

Все супер, але ця дієта не досліджувалася на предмет втрати ваги та інших “булочок”, і є величезна ймовірність, що ця дієта знизить рівень цукру в крові та тригліцериди. А ще в цій дієті дуже багато пунктів з серії: що не можна, коли не можна і т.д.

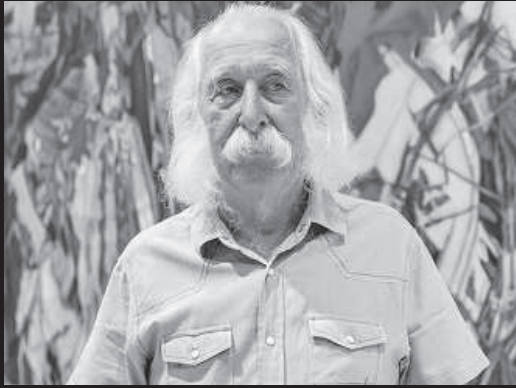


Чому варто відмовитися. Та тому, що це чергова дієта з довгим списком обмежень та безліччю правил. Можливо, ти трохи схуднеш і тимчасово будеш почуватися краще, але швидше за все ти не зможеш дотримуватися цієї незбалансованості режиму харчування.

ДЕТОКС-ДІЄТИ

Детокс-дієт безліч. Вони завзято обіцяють, що ти одночасно і схуднеш, і очистиш свій організм від всякого нехорошого. І хорошого, теж. Але про це чомусь мовчок. Цю дієту ще можна назвати по-іншому – розвантажувальний день довжиною в місяць (або скільки ти вибираєш сама)

Чому варто відмовитися. Очищувальні соки або інші принципи очищувальних дієт неефективні для тривалого схуднення. Немає жодних доказів користі для здоров’я завдяки цій дієті. І тобі нічого не потрібно, щоб очистити свій організм – для цього у тебе є печінка та нирки. Більше того, такі типи дієт вимагають придбання дорогих бутильованих соків та харчових добавок.

... конституції	▼	Частина суші, оточена океанами	У неї вмер чоловік	▼	Особливий стіл у магазині	Безглуздий працівник у попа	▼	Бархатиста шкіра	Маленький жвавий хлопчисько
Любовний застрільник	▶				Риба, сімейство окуневих	▼			▼
Прихильник рішучих заходів	▶							Ледь помітний купальник	
Острів, побудований коралами	▶				Група Расторгуєва	▶		▼	
Ріка в Питері	▶				Металева нитка	▶			
Перелом, забите місце	▶						Великодній здобний хліб		Футляр для креслень
Архітектурний стиль 18 ст	Різновид пам'ятника		Гриб під березою		Тріо атомів кисню	Рідина від важкої роботи	▼		▼
▶	▼		▼			Ну бо!	▶		
Лінійка для кривих		Сильна отрута індіанців		Спосіб дії	▶				
▶		▼				Застаріле військове звання		Ларьок, кіоск	
Волокниста тканина рослин	▶			Дуже тонкий момент	▶		▼		
Іудейський цариходій	▶			▼	Частина корпусу гітари		Його зіницю березуть		Довгохвостий папуга
Рисова горілка	▶				Крапка із хвостиком	▶	▼		▼
▶			Сорт сухого печива	▶					
Одиниця площі	Момент, початок літочислення	▶			Три зводи солдатів	▶			

		▼	Нічний сутінок	▼	Виконує каскадер	▼	Тара для води
		▶					
			Сума наприкінці		Здивування, незадоволення		Префікс до узбека
Ранкові сльози	▼	Наука про рослинний світ	'Коридор' з арок	▶			
▶			▼	Перська срібна монета		Лаз у танку	▶
Округла посудина		Захищеність, спокій	▶				
▶				Плазуюча риба			
Здатність бачити		Помічник начальника	▶				
▶		▼	Примітивний плуг		Батько, літній чоловік		
Різновид дивана	▶				▼	Грошове відшкодування	Сексуальна насолода
▶			Автомобільний буфер	▶			
Оцінка успішності	Будівельний матеріал	▶					Гроші в гаманці
		▶					
			Шкідлива рідичка коника		Ємність для миття	▶	
		▶					

Овен 21.03 - 20.04

Нові знайомства для Овнів цього тижня можуть виявитися корисними. Ймовірно, від них залежить ваша майбутня професія. Загалом тиждень сприятливий для покупок та вирішення багатьох важливих питань. Всі рішення щодо роботи призведуть до збільшення матеріального стану.

Лев 24.07 - 23.08

Цього тижня особливу увагу приділіть роботі. Вам треба скласти план усіх своїх дій та чітко їх дотримуватися. Проявляйте обережність у своїх словах та діях, коли вам доведеться взятися за незвичну справу. Не переживайте, ви все зробите на високому рівні. Зірки пророчать успіх у зміні зовнішності чи іміджу.

Стрілець 23.11 - 21.12

Тиждень для Стрільців вдалий для масштабних покупок. Це може бути довгоомріяна купівля квартири, автомобілю чи побутової техніки. Документи з банками найкраще підписувати в першій половині дня з понеділка по четвер. Цього тижня доведеться взяти на себе обов'язки, з якими ви раніше не мали справи.

Телець 21.04 - 20.05

Цей тиждень варто присвятити плануванню своїх майбутніх звершень, а от від активних кроків краще утриматись. Перевірте свої ресурси, приведіть до порядку домашні та робочі справи. Якщо маєте незавершені завдання – зосередьтесь саме на них. У вихідні вас чекають хороші новини та цікаві події.

Діва 24.08 - 23.09

Цього тижня від вашої відповідальності залежить ваш успіх. Зорі обіцяють прилив сил і натхнення у творчості. Атмосфера душевного комфорту наштовхне вас на чудові ідеї. Якщо ви втілите їх у життя, то зможете реалізуватися. На цьому тижні ви будете перебувати в гарному настрої.

Козеріг 22.12 - 20.01

Найбільше сюрпризів варто очікувати в особистому житті – ваше нещодавнє знайомство переросте у велике та світле почуття любові. Людина, яка зараз поруч з вами, очікує від вас уваги, чуйності та ніжності. Впевненість в собі дозволить вам ставити перед собою масштабні завдання і успішно їх вирішувати.

Близнюки 21.05 - 21.06

Близнюки цього тижня отримують хорошу зарплатню. Кошти можете сміливо витратити на дорогу техніку, або гаджет. Завдяки вашій доброзичливості, ви зможете допомогти близькій людині. Зроблене вами добро повернеться до вас сторицею. Вдома намагайтесь уникати гострих дискусій на складні теми.

Терезу 24.09 - 23.10

Тиждень для Терезів буде вдалим. Більше спілкуйтесь з друзями та колегами, адже ви зможете таким чином налагодити стосунки та покращити свій власний імідж. Цього тижня варто відмовитися від фізичних навантажень. У спілкуванні з коханою людиною будьте м'якшими, зважайте на її думку.

Водолиї 21.01 - 19.02

Цей тиждень сприятливий для переговорів, роботи з інформацією і документами, навчання і поїздок. Всі ідеї та плани будуть втілені в життя, а інтуїція підкаже, де зараз найвигідніше проявити свої здібності. Задоволення принесе також заняття танцями чи спортом. На вихідних час сприятливий для далекострогового планування.

Рак 22.06 - 23.07

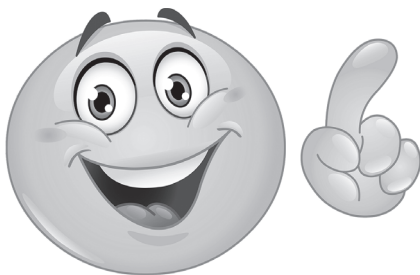
Зі всіма справами ви впораєтесь дуже легко. Раки будуть почувати себе комфортно у всіх сферах життя. Проблем зі здоров'ям бути не повинно, а фінансове становище буде стабільним. Приймайте все з вдячністю та не відмовляйте собі у задоволенні відсвяткувати власні досягнення.

Скорпіон 24.10 - 22.11

Новий тиждень для Скорпіонів виявиться дуже романтичним, тож використайте цей час по максимуму. Проводьте більше часу з коханою людиною. Від активного відпочинку варто відмовитися, краще надайте перевагу спокійним розмовам та вечорам, де ви будете багато говорити наодинці.

Риби 20.02 - 20.03

Постарайтесь до кожної справи, яку ви робите – підходити з позитивом. Зорі радять вирішити за вихідні всі незавершені справи. У неділю змініть трохи обстановку. Зустріньтесь з друзями чи просто вирушіть на прогулянку зі своєю сім'єю. Підтримка та допомога, можливо, прийде з найнесподіванішого боку.



анекдоти

– Петренко, Ви знову спізнилися на лекцію!
– Пробачте, професоре! Я проспав!
– Ви що, ще й вдома спите?

Найголовніше в суперечці з дружиною – переманити на свою сторону тещу.

У магазині:
– У вас фанера є?
– Вам для господарства?
– Ні... над Парижем політати!

Дружина встала на ваги. Чоловік заглядає на шкалу і мерзенно сміється. Вона йому спокійно каже:
– Яша! А як ти думав? Таки люди із золотим серцем, залізним здоров'ям і сталевими нервами легкими не бувають!

Дружина купила кілька лотерейних квитків.
– Якщо я виграю, - сказала вона чоловікові, - то куплю собі нове пальто з коміром з норки!
– А якщо не виграєш? - глузливо промовив чоловік.
– Тоді ти мені його купиш!

– Знаєш, чому чоловіки так часто дурять нас своїми обіцянками?
– Знаю! Вони нам мстяться за те, що ми їх дуримо своєю косметикою.

– Виходь за мене заміж?
– Чоловік, за якого я вийду, повинен бути відважний і кмітливий!
– А ти вже не пам'ятаєш, як я врятував тебе, коли ти тонула?
– Ну так, ти відважний, але це ще не означає, що ти кмітливий.

– А як ти думаєш, хто човен перевернув?
– Лікар запропонував мені пропити залізо.
– Тепер у мене немає машини й гаража...

Приходить чоловік до лікаря-дієтолога. Той питає:
– Солодке полюблюєте?
– Ні!
– Випічку їсте?
– Ні!
– Ну хоч що-небудь Ви любите?
– Баклажани.
– Так от, вам їх не можна!

– Сказала чоловікові, що коли він вийде з душою, ми поговоримо про те, що я знайшла у нього в телефоні! Четверту годину миється ...

Дружина ввечері дивиться телевизор і їсть одну каняпку за іншою. Чоловік не витримує:
– Ти ж казала, що не будеш їсти після шостої.
– Угу. Так це ж тільки п'ята.

Маленькі хитрощі. Якщо туалет зайнятий, а вам сильно прикортіло, посмикайте за ручку і голосно скажіть:
– Він тут, стріляй по дверях!

ПОСІВНИЙ КАЛЕНДАР 2021 рік



Е КОНОМНО
Е КОЛОГІЧНО
Е ФЕКТІВНО

- підвищує урожайність до 40%
- поліпшує структуру та аерацію ґрунту
- прискорює ріст та розвиток рослин, дозрівання плодів
- знищує фузаріоз та склеротинію
- сприяє відтворенню гумусу
- виготовлений та сертифікований в Європі для органічного землеробства
- заощаджує 60% ваших коштів на добрива та захист рослин

...ЦІ ДОБРИВА - ГАРАНТІЯ ВИСОКОГО ВРОЖАЮ...



Замовляйте за телефоном:

ТзОВ "Азотер Україна", 43010, м. Луцьк, про-т Волі, 50, тел.факс: 0332 72 95 51, (067) 33 222 99, 050 585 27 62, www.azoter-ukraine.com.ua

СПРИЯТЛИВІ ДНІ ДЛЯ ПОСАДКИ, ПОСІВУ ТА ПЕРЕСАДЖУВАННЯ КУЛЬТУР У 2021 РОЦІ



МІСЯЦЬ / КУЛЬТУРА	ЛЮТИЙ	БЕРЕЗЕНЬ	КВІТЕНЬ	ТРАВЕНЬ	ЧЕРВЕНЬ	ЛИПЕНЬ	СЕРПЕНЬ	ВЕРЕСЕНЬ
	Саме у лютому стартує період вирощування власної россади, а складання планів має завершитися.	У центрі уваги цього місяця повинна бути россада. Пора висіяти не тільки улюблені однорічні квіти, а й більшість популярних овочів.	Місяць активної підготовки до старту сезону посадок і один з вирішальних місяців у догляді за россадою.	Вдале чергування періодів за календарем сприятиме наведеному порядку на грядці.	Догляд за рослинами багато в чому залежить від погоди. Але не варто запускати посадки і давати волю бур'янам.	Незважаючи на те, що турбота про рослини – головне завдання, варто вже почати готуватися до другої половини садового сезону.	Саме в цьому місяці починають висаджувати цибулинні і ділити декоративні культури.	Продовження посадок – головне завдання вересня. Це місяць цибулинних всіх видів і розмірів.
КАРТОПЛЯ	2-5, 8-9	1-4, 7-8, 29-31	1-5, 28-30	1, 2, 27-29	6-8, 25-26	4, 5, 31	1, 5, 6, 27-29	
ЦИБУЛЯ ГОРОДНЯ	4-5, 8-9, 22-24	1-4, 7-8, 17-18, 29-31	13-14, 18-19, 25-26, 28	1-2, 24-29	11-13, 18-22			24-25
ЦИБУЛЯ НА ЗЕЛЕНЬ	8-9, 12-14, 17-19, 22, 23	7-8, 17-18, 22-23	1-4, 28-30	1-2, 5-7, 12, 15-17, 22-25, 28-29	6-8, 20, 25-26	13-19, 22-23	12-15, 18-19	15-16, 19-20, 22-25
КАПУСТА	2-3, 8-9, 17-19, 22, 23	1-2, 7-8, 17-18, 22-23, 29	13-14, 18-19, 25-26	15-17, 22-25	11-13, 18-22	16-19, 22-23	12-15, 18-19	8-11, 14-16, 19-20
ПОМІДОРИ	15-19, 22-24	14-18, 22-23	13-19, 25-26, 28	12, 15-17, 22-25, 28-29	11-13, 18-22	18-19, 22-23	14-15, 18-19	10-11, 14-15
ОГІРКИ	12-19, 22, 23	14-23	15, 18-19, 25-26, 28	5-7, 12, 15-17, 22-25, 28-29	11-13, 18-22	18-19, 20-21	14-15, 18	10-14

Zoo Vet Agro

МАРКЕТ
АПТЕКА
МАГАЗИН

**НАСІННЯ
МІНДОБРИВА
АГРОХІМІКАТИ**

**КОМБІКОРМИ
ВЕТЕРИНАРНІ ПРЕПАРАТИ
КОРМ ДЛЯ ТВАРИН**

**АМУНІЦІЯ, ІГРАШКИ
ТА ОДЯГ ДЛЯ ТВАРИН**

НАШІ АДРЕСИ:
м. Луцьк
вул. Гордіюк, 8
просп. Перемоги, 20
вул. Потебні, 64

ТЕЛЕФОНИ:
050 593 41 68
067 909 33 40

ТАЛОН НА ЗНИЖКУ

-10%
НА ВЕСЬ АСОРТИМЕНТ

з 01.02 по 01.05.2021р.

ТАЛОН НА ЗНИЖКУ

-10%
НА ВЕСЬ АСОРТИМЕНТ

з 01.02 по 01.05.2021р.



**ВІКНА
БАЛКОНИ
ДВЕРІ**

ЗАВОД МЕТАЛОПЛАСТИКОВИХ КОНСТРУКЦІЙ

**• ГАРАЖНІ ВОРОТА
• ЗАХИСНІ РОЛЕТИ
• РУЛОННІ ШТОРИ**

с. Гірка Полонка, вул. Луцька, 8
068-371-17-17, 095-371-17-17

**• ЖАЛЮЗІ
• ПІДВІКОННЯ**

ВІКНА ДВЕРІ
на будь-який смак та гаманець

- жалюзі
- водовідливи
- москітні сітки
- рулонні штори
- захисні роletи
- підвіконня

Тел.: (0332) 287-528, (097) 623-56-69, (095) 894-44-08
м. Луцьк, вул. Набережна, 4, гот. "Світязь", 2-й пов.

ПАЛИВНІ БРИКЕТИ
"Нестро" діаметр 50 мм

МІШКИ 35 КГ Доставка

Тел.: (050) 444-85-39
(098) 925-13-88

• Мотоцикли, мопеди, скутери
• Мотоблоки, міні-трактори та навісне обладнання до них
• Запчастини в широкому асортименті
• Електроінструмент

**МАГАЗИН
МОДУЛЬ
МОТОЦЕНТР**

м. Сарни, вул. Белгородська, 27Е
(050) 578-58-55, (096) 899-35-02,
(099) 331-07-30, (096) 47-60-747,
(03655) 3-26-55;
moto.modul2@gmail.com

ОФІЦІЙНИЙ ДИЛЕР
STIHL



В ЦЕНТР З ЛІКУВАННЯ БЕЗПЛІДДЯ

ЗАПРОШУЮТЬСЯ ЖІНКИ ДО 38 РОКІВ
ВЗЯТИ УЧАСТЬ У ПРОГРАМАХ:

- СУРОГАТНЕ МАТЕРИНСТВО
винагорода до 700 000 грн
- ДОНАЦІЯ ЯЙЦЕКЛІТИН
винагорода до 35 000 грн

Конфіденційність гарантується!
artemida.ua

Тел.: 068-876-44-74,
093-036-72-26,
050-024-14-22

Ліц. МОСВ/АЕ №01975/5 від 01.07.2013 р.

Продамо
Вашу квартиру чи будинок
за 1 місяць
за максимальною ринковою ціною

Адреса:
пр. Грушевського, 30,
2-й поверх,
м. Луцьк

Моб. телефони:
**(095) 546-10-85
(068) 339-72-10**

www.atlantadim.com.ua

ПРОДАЖ
МЕТАЛОПРОКАТУ

- ТРУБА
- ЛИСТ
- КУТНИК
- АРМАТУРА
- КРУГ

(097) 908-59-96
(095) 874-59-73



ТОВ ПКФ «Свірогстар»
КУПУЄМО

МЕТАЛОБРУХТ

ЧОРНИХ ТА КОЛЬОРОВИХ МЕТАЛІВ,
ВІДПРАЦЬОВАНІ АКУМУЛЯТОРНІ БАТАРЕЇ

Ліц. АВ №491012 вид. МПТУ від 15.09.2009 р. Ліц. АЕ №272348 вид. МЕРПУ від 22.08.2013 р. Ліц. АВ №491006 вид. МПТУ від 15.09.2009

М. Луцьк, просп. Перемоги, 30
(068) 347-4607
(097) 908-59-96, (095) 874-21-73

Можливий самовивіз, порізка та демонтаж

Натяжні стелі від Виробника!

Гарна ХАТА

- * Матові
- * Глянцеві
- * Декоративні
- * Фігурні
- * Двохрівневі
- * Світлові



Монтуємо стелі будь якої складності!
+38 (050) 378-17-32
WWW.GARNAHATA.UA