

NANOŠKI OGLASNIK

www.nanoski-oglasnik.eu

Oglasnik za OBALNO-KRAŠKO, GORIŠKO in NOTRANJSKO-KRAŠKO REGIJO
Številka: 194 Letnik XVIII. 3-2026 | Naklada: 53.000 izvodov

DARSEN 
SALON POHIŠTVA



AKCIJA 16.-21.03.2026

SALON POHIŠTVA DARSEN, Polje 21 (PC Ruda), Izola
05 640 13 33 / darsen@siol.net / www.darsen.si
Del. čas.: pon. - pet. 9.30 - 17.00, sob. 9.30 - 12.00



okna in vrata
NAGODE

IOC Zapolje, Logatec
T: 01 75 09 676
info@nagode.si
www.nagode.si



NAJVEČJA IZBIRA NOTRANJNH SENČIL PO MERI
PLISE - SATOVJE - ROLO - DUO ROLO - LAMELNE ZAVESE
- PANELENE ZAVESE KOMARNIKI IN OSTALA SENČILA

RAZSTAVNI SALON V LOGATCU
(Pod Grintovcem 2e - ob Tržaški cesti)
PON-ČET 8-17 in PET 8-13

• SVETOVANJE / MONTAŽA / IZMERA • HITRI ROKI IZDELAVE

www.sm-sencila.com - **info@sm-sencila.com**
tel: 01 7543672 - **gsm: 041 691323**

DEKOR  **SENČILA**

info@dekor-sencila.si | 01 755 47 88 | 051 633 740



PERGOLE | SCREEN ROLOJI | KOMARNIKI | TENDE
ZUNANJE ŽALUZIJE | ROLETE | PLISE ZAVESE | NOTRANJNI ROLOJI

Megaterm

mitja@megaterm.si
041 437 541

Nova Gorica, Postojna, Koper, Sežana

**Velik izbor keramičnih ploščic
v salonu v Novi Gorici**

Panasonic

SISTEMI ZA **OGREVANJE & HLAJENJE**

Panasonic v vašem domu.

Rešitev za ogrevanje, sanitarno
toplo vodo in klimatizacijo.

veto
Group

oblak™



BETON NA KLJUČ

Gradite ali
obnavljate?

Pri nas dobite
beton z vgradnjo
v kompletu.

Tel.: **051 359 741**

www.oblak.si betonarna@oblak.si



TECNOMAR

HLADILNI SISTEMI IN TOPLLOTNE ČRPALKE

VEDNO IN POVSOD PRAVA TEMPERATURA

STORITVE



HLADILNI
SISTEMI



TOPLLOTNE
ČRPALKE



KLIMATSKE
NAPRAVE



SUŠILNICE



SERVIS IN
POPRAVILA



INFO@TECNOMAR.SI



WWW.TECNOMAR.SI



KONTAKT

051-631-299

TECNOMAR D.O.O., OZELJAN 31A, 5261 ŠEMPAS

Postavite svoja garažna vrata sami in prihranite pri montaži

hitra dostava | fleksibilnost | nizki stroški

Enostavna samostojna montaža garažnih vrat: korak za korakom

drsní sistem STO



Širine: 2500, 2750 in 3000 mm

Višine: 2000, 2125, 2250, 2375 in 2500 mm



Možnost krajšanja dimenzij do 50 mm po višini in 70 mm po širini.

Plačilo na obroke: [NLB Buy&Go](#) [leanpay](#) [SPARKASSE](#)

AMS

DIZAJN
OKNA - VRATA - OGRAJE

T: 041 482 063

info@ams-dizajn.eu

www.ams-dizajn.si

Spomladanska osvežitev vašega doma

Marec je čas, ko odpremo okna, spustimo v hišo svež zrak in s kritičnim očesom pogledamo na svoj dom. Zima, burja na Primorskem in mraz na Notranjskem pustijo svoje sledi. Spomladanska obnova ni le vprašanje estetike, temveč predvsem naložba v kakovost bivanja in dolgoročno ohranitev vrednosti vaše nepremičnine.

1. Zunanji oklep: Okna, vrata in streha

Začnimo pri osnovah. Ste pozimi opazili prepih ali morda previsoke stroške ogrevanja?

• Okna in vrata: Sodobna okna in vrata niso le izolacijski element, ampak tudi varnostni in estetski poudarek. Menjava stavbnega pohištva v marcu je idealna, saj so temperature že dovolj visoke za montažo, hkrati pa boste pripravljeni na poletno vročino.

• Pregled strehe: Po zimskih viharjih je nujno preveriti stanje kritine. Majhna razpoka lahko ob spomladanskih nevihtah povzroči veliko škodo. Pravočasna sanacija ali zamenjava strehe vam bo prihranila skrbi za naslednjih nekaj desetletij.

2. Podaljšana dnevna soba: Nadstreški, pergole in ograje

Na našem območju, kjer radi bivamo zunaj, je terasa srce doma.

• Nadstreški in pergole: Da bi na terasi uživali tudi ob močnem primorskem soncu ali nenadni plohi, so nadstreški in bioklimatske pergole postali nepogreš-

jivi. Omogočajo nam, da sezono bivanja na prostem podaljšamo od zgodnje pomladi do pozne jeseni.

• Ograje: Te niso le ločnica, ampak okvir vašega vrta. Moderne aluminijaste ali brezčasne kamnite ograje dajo piko na i celostni podobi hiše in poskrbijo za vašo zasebnost.

3. Svežina v notranjosti: Tla in stene

Ko je zunanost urejena, je čas, da osvežimo prostore, v katerih preživimo največ časa.

• Tla, ki dihalo: Menjava talnih oblog v marcu omogoča hitro sušenje in zračenje. Od toplega lesa do modernih vinilov – nova tla popolnoma spremenijo energijo prostora.

• Barve in poslikave: Nič ne osveži doma hitreje kot nova barva na stenah. Letošnji trendi se vračajo k naravnim, zemeljskim tonom, ki v prostor prinesejo mir. Za tiste drznejše pa so tu dekorativne poslikave in tapete, ki steno spremenijo v unikatno umetnino.

Zakaj se prenove lotiti ravno zdaj?

1. Idealne temperature: Ni premrzlo za zunanja dela in ne prevroče za delo v notranjosti.

2. Razpoložljivost mojstrov: Če pohitite z rezervacijo v marcu, se boste izognili največji gneči, ki nastane maja in junija.

3. Priprava na poletje: Ko bo pritisnila prava vročina, bo vaš dom že urejen, vi pa boste sproščeno uživali v senci svoje nove pergole.

Uredništvo

Zunti

Kazlje 12A, 6210 Sežana

VAS VSAKO LETO NADLEGUJEJO KOMARJI?
Komarniki Zunti - hitra izvedba, ugodno, kakovostno!

Naj bosta brenčanje in piki preteklost. Uživate v svežem zraku brez nepovabljenih gostov! Naši komarniki so skoraj nevidni, a nepremagljivi.

Ko poskrbite za mir pred mrčesom, pa preverite še naše rešitve za popolno senco in zasebnost:

• plise zavese • zunanji screen roloji • tende • pergole



info@zunti.si | www.zunti.si | 031 377 583



LUKA LESKOVEC

kmetijska mehanizacija

Zalog 7

6230 Postojna

postojna@luka-leskovec.si

T: 070 532 554

TRGOVINA V POSTOJNI

pon. - pet. 7:30-16:00

sreda 13:00-18:00

sobota zaprto



**NUDIMO MOŽNOST
HITREGA KREDITA
DO 10.000 €**



AVTOMOBILSKA PRIKOLICA
že od 850€ z ddv



SIP



F.lli Cum srl



kmetijska mehanizacija | vrtni program | rezervni deli
kmetijska oprema | servis kmetijske in vrtno opreme

LUKA LESKOVEC S.P., Goriška cesta 75, 5270 Ajdovščina

KEMO PLAST

Svet talnih oblog

Zvami že
35
LET

Popolne rešitve za vsak prostor.



parketi, laminati, vinilne talne obloge, preproge in tekači

Barstavno-prodajna salona

Koper

Ljubljanska cesta 5

6000 Koper

t. 05 / 639 76 10

Nova Gorica

Industrijska cesta 5

5000 Nova Gorica

t. 05 / 393 57 00

www.kemoplast.si | info@kemoplast.si

Dizajn, ki navduši. Varnost, ki pomiri.

ograje | drsna ograjna vrata | vrata

Ograja, ki vašo hišo spremeni v dom

Ekološki otok je nujen, a ni nujno, da kviri videz vašega doma. Z našimi namenskimi ograjami in vrati elegantno zakrijte posode za smeti in poskrbite za popoln prvi vtis vašega dvorišča



Samonosna dvoriščna vrata vam zagotavljajo hiter in enostaven dostop do vašega doma, brez nepotrebne čakanja.

Plačilo na obroke:

NLB Buy&Go



leanpay

SPARKASSE

AMS
DIZAJN
OKNA - VRATA - OGRAJE

T: 041 482 063

info@ams-dizajn.eu

www.ams-dizajn.si



Že dolgo časa hrepenite po obnovi kopalnice?

Ponujamo vam profesionalno montažo stare kadi v enem dnevu. Vašo staro kad odstranimo, na njeno mesto položimo tuš postavke in tuš kabino. **PO PRENOVI vaša kopalnica vzbuja eleganten videz in udobja.**

NUDIMO TUDI PLESKANJE!



oblak.tus@gmail.com

www.oblaktus.si

041 788 306



SUZUKI By Your Side **ALLGRIP SELECT**

Prodaja novih in rabljenih Suzuki vozil z garancijo

Avto Vuga d.o.o. Partizanska 55, 5000 Nova Gorica

Prodaja vozil: 05/33 33 444
Servis vozil: 05/33 33 440

lipbled Posnem gozda v vašem domu!
FRANSIZNI PRODAJNI SALON PE NOVA GORICA

T: 05/33 03 800
040-979-058
poslovalnica_go@lip-bled.si

Ekos-RFD d.o.o. Ajséevica 11
5000 Nova Gorica.

GARANTIRAMO NAJUGODNEJŠI NAKUP IZDELKOV LIP BLED

Nudimo vam notranja vrata, vhodna vrata, vse vrste talnih oblog. Vsak mesec posebna ponudba vratnih kril in podbojev ter popusti na ostalo blago in storitve.

KRIŽANKA

NASELJE V OBČINI BITOLA V SEVERNI MAKEDONIJI	SLOVENSKI PESNIK JOŽE	PREDSTOJNIK OBČINE	AZIJSKA PALMA	KEMIJSKI ZNAK ZA RUTENIJ	NAJVEČJE PRISTANIŠKO MESTO V DALMACIJI, HRVAŠKA, POD UNESCOVO ZAŠČITO	KRAJ NA OBROBJU KOZIJSKEGA	SLOVENSKA PISATELJICA ELA	SREDNJEŠ. DUHOVNA PESEM V NEMŠKEM JEZIKU	GORA NA KRETI	TEA SENICA	NEKDANJI SLOVENSKI SMUČAR JURE	RISALNO PERO ZA OKROGLO PISAVO	UČITELJ MORALE, MORALIST	IME AMERIŠKEGA RISARJA STRIPOV BROWNA	HRVAŠKA NAFTNA DRUŽBA
SLOVENSKI PESNIK TOM											SLOVENSKI PEVEC MILER				
MESTO V INDIJI					MESTO V ANGLIJI SLOVENSKI SKLADATELJ RISTO						REKA V J. SPANJI KLEŠČE ZA MERJENJE LESA				
BOLEZEN PRI GOVEDU, VNUTJE KOŽE				AVSTRIJSKO-SLOVENSKI ARHEOLOG BALDUIN						RASTLINA ZA SAJENJE IZRAELSKI PREROK					
GRŠKI HEROJ, SIN ZEVS				ZDRAVILO PERUNIKA (BOT.)				IME PREBIVALCA PO KRAJU NAJVIŠJI VZOR					REKA V AFRIKI	NEVARNA BOLEZEN, KANCER, KARCINOM	
SESTAVIL BORIS K	GRŠKI PIVSKI LONČEK	SLIKAR SAMOUK PRISTAŠ FAŠIZMA				PREPISNI PAPIR (POG.) DOLGOREPA PAPIGA		BODIKA, BOŽJI LES NINO MANFREDI					NINO ROBIČ NEVARNA BOLEZEN		
SMANTHA FOX			MESTO NA JAPONSKEM	RAFKO IRGOLIČ PRIPADNIK TAOIZMA			ČRTA, KI LOČUJE ZEMLJO ŠVED. TEKAČ GUNDE					ZNAMKA KOREJSKIH AVTOMOBILOV SL. PSIHOLOG JANEK			
PRODAJALNA ZA VOJAKE ALI DELAVCE											MOLČANJE, TIŠINA, MIR AMERIŠKI PODJETNIK ŠTEVE				
VNUTJE ŽIVCA V KRIŽU, ISHIAS					RADO SIMONITI CIMA, KLIKA, POGANJEK			ANTON AŠKERC ALEKSANDER SRBSKO			PRAOČE ROMULA IN REMA SLO. IGRALKA ZEMLJIČ			UŽITNI DEL RASTLINE, SADEŽ, PLOD	SPODNJI DEL PROSTORA, POD
PREDPONA V TUJKAH				KARTA PRI TAROKU ŠTEFAN SEME						ZEMLIŠČE V LASTI LIDIJA KODRIČ					
PRIPADNIK ANTIČNEGA PLEMENA V SREDNJI ITALIJI			SLOVENSKI PEVEC MIKI						LIBERALEC (KNIŽ.)						
GLAVNI ŠTEVNIK			SLOVENSKI SLIKAR FRANCE						STOPNIČAST SLAP, POGOSTO UMETEN						

ELURU: ind. mesto SARIA: avst.-slo. arheolog MUSEK: slo. psiholog LEIS: duhovna pesem REDIS: risalno pero OSK: pripadnik antičnega plemena

Kako zaščititi vrt pred muhastim marcem?

Konec marca je čas velikih nasprotij. Medtem ko se na Obali in Goriškem v zraku že čuti pravi vonj po pomladi, lahko Notranjska in Kras še vedno presenetita z jutranjo slano ali ostrim mrazom. Za vrtničarje v teh krajih marec ni le čas sejanja, temveč predvsem čas modre zaščite.

Izzivi specifičnega podnebja

Naš konec Slovenije zaznamujeta dva velika dejavnika: sončna pripeka, ki hitro ogreje tla, in burja, ki lahko v nekaj urah izsuši zemljo ter poškoduje mlade rastline. Ko se temperature čez dan dvignejo nad 15 °C, ponoči pa spustijo blizu ledišča, rastline doživijo velik stres.

Tople grede – mini rastlinjaki za hitri štart

Tople grede so v tem obdobju nepogrešljive, predvsem za vzgojo solatnic, radiča in sadik kapusnic.

• Izolacija tal: Na Notranjskem, kjer so tla še hladna, je priporočljivo pod zemljo v topli gredi položiti plast hlevskega gnoja ali komposta, ki ob razkrajanju odd-

aja toploto.

• Prezračevanje: To je ključna točka za Primorsko in Goriško. Ob močnem marčevskem soncu se temperatura pod steklom ali polikarbonatom hitro dvigne nad 30 °C, kar lahko dobesedno skuha mlade rastline. Zjutraj grede odprite, pred sončnim zahodom pa jih skrbno zaprite.

Zaščita pred burjo in izsuševanjem

Na Krasu in v Vipavski dolini je največji sovražnik marca veter. Tudi če so temperature ugodne, burja povzroča t.i. fiziološko sušo.

• Zastirka: Tla pokrijte s slamnato zastirkom ali ovčjo volno. To bo zadržalo vlago, ki jo rastline v vetrovnih dneh nujno potrebujejo.

• Vetrne zaščite: Uporabite nizke ograje, tkanine ali celo naravne meje, da razbijete moč vetra nad gredicami.

Ne pozabite na agrokopreno

Bela vrtna tkanina (agrokoprena) je najpreprostejši in najučinkovitejši pripomoček. Rastlinam nudi tistih nekaj stopinj razlike, ki ločijo uspeh od propada ob nenadni pozebi.

Na Notranjskem jo konec marca uporabljajte dvojno, na Obali pa bo zadostovala ena plast za zaščito najbolj nežnih sadik.

Nasvet: Konec marca ne hitite s plodovkami (paradižnik, paprika). Čeprav vas sonce morda zavede, so tla še vedno premrzla. Raje se posvetite pripravi tal in utrjevanju sadik v zaščiteneh prostorih.

Uredništvo

SUDOKU

	2	3	4	9	7		8	5
5	8			2		7		4
7		6	5		3			
	9		7	6			5	1
			3	5			2	
	6				9			
4	7	2		3				
				4	5		9	7
9	5				8			2

S pomočjo že vpisanih številke zapolnite lik tako, da bodo v vsaki vodoravni vrstici, v vsaki navpični koloni ter v vsakem kvadratu 3x3 vpisane vse številke od 1 do 9. To pomeni, da se v omejenih sektorjih nobena številka ne sme ponoviti!



Zaščitite svoje rastline.

UPORABITE JO KOT
TUNEL NA VRTU
ALI KOT POKROV
NA VISOKI GREDI.

M: 051/359 834
E: boris@mimo-grede.si
W: www.mimo-grede.si

POLKROŽNA TOPLA GREDA "MIMO"

Naredimo tudi po vaših merah

NEPREMIČNINE

ODDAM

- * **Cerknica:** 1-sobno stanovanje, opremljeno, s teraso in parkiriščem. T: **051 225 955**
- * **Izola - Nožed:** ravno njivo površine 3.000 m² s kvalitetno zemljo (možnost namakanja) in oljčnik površine 1.000 m². T: **031 003 531**
- * **Izola - Center:** ravno ograjeno kmetijsko parcelo z osmimi oljkami ob južni cesti, površine 300 m². T: **041 342 182**

RAZNO

PRODAM

- * **Fiat 750**, registriran, 10.000 €; Herdulo 40€, Clio 50€. T: **051 352 775**
- * **Fiat Balilla**, l. 1934, menjalnik, maska, hladilnik, 500 €. T: **041 250 422**
- * **Yugo 45**, l. 1991, 68.000 km, T.P. 11/11/26. T: **041 376 082**
- * **Harley Davidson**, 1.000 cm³, l. 1984, registriran. T: **041 376 082**
- * **Alu platišča**, 17 7,5U razmak 120 mm, ET37 z gumo 20255017 Dunlop T: **040 218 404**
- * **Gume 4 Kleber**, celoletne, rabljene 1 leto, 195x60x16, 100 €, Portorož T: **041 567 502**
- * **Strešna nosilca za Peugeot**, letnik 2008, znamka Thule. T: **041 545 490**
- * **Elektro motor**, 2,2KW enofazni in 1,5KW enofazni. T: **041 545 490**
- * **Kosilnica Olimpija 110cm**, plug za krompir. T: **041 268 190**
- * **Jesenove deske 5cm T: 041 268 190**
- * **Hrastova drva**, metrska ali po želji rezana, dostava.T: **068 927 153**
- * **Kitara Rampazzo**, elektroakustična z ekvilajzorjem, španska, ugodno. T: **040 800 243**
- * **Mali petelini**, beli. T: **041 972 219**
- * **Moški gojarzji, št. 42**, Alpina, novi. T: **041 972 219**
- * **Moški gojarzji, št. 45/46**, češke izdelave, novi, ugodno. T: **070 296 820**
- * **Vojaška čelada iz JNA**, nova. T: **070 296 820**
- * **Samostrel Choper 125**, lovski dodatki, kotliček za kuho. T: **070 116 832**
- * **Ženski plašč iz krzna**, visone, nov, malo rabljenT: **0039 331 54 65 468**
- * **Kajak**, knjige. T: **070 116 832**
- * **Predalnik star 100 let** in druge starine, kolesa. T: **031 729 539**
- * **Meso pašnih govejih ekoloških živali**. T: **031 729 539**
- * **Krompir**, jedilni, domači, mešana drva in sadjevec. T: **031 010 769**
- * **Krompir**, domači, jedilni in semenski Dezire. T: **031 494 832**

- * **Oljčno olje**, iz nešpricanih oljk, letnik 2025, OSP, 15 € / l . T: **041 969 424**
- * **Gozdni in hojini med**, ekološki, dostava Obala, 12 € . T: **031 536 090**
- * **Med v rinfuzi:** akacija, cvetlični, divja češnja, bršljan. T: **041 778 225**
- * **Med in več avtoprikolic s čebelami** . T: **041 872 177**
- * **Brinjevec**, tropinovec, domači Jegermeister in slivovka. T: **041 830 844**
- * **Žganje sadjevec**, malinov sirup in vinski kis. Vipava. T: **064 237 099**
- * **Seno**, okrogle bale in deske, smreka in bor, naravno suho, Brkini, Ilirska Bistrica. T: **041 662 677**
- * **Peč na drva** za centralno kurjavo, nerabljena. T: **041 964 334**
- * **Cisterna za nafto** 2.000 litrov, kot nova. T: **031 477 983**
- * **Glasbeni stolp Marantz** z 2 zvočnikoma po 300W. Odlična kvaliteta. T: **070 495 344**
- * **Jogi** in letev za jogi, 190x90 cm, originalno zapakirano. T: **031 296 530**
- * **Ležišče za 1 osebo** s predalnikom in jogijem, 100 €. T: **040 744 390**
- * **Nov kavč** za simbolično ceno, dolžina 180 cm. T: **051 257 601**
- * **2 radiatorja**. T: **051 257 601**
- * **Sušilni stroj L9** sensor dry, 7kg. T: **040 744 390**
- * **Hladilnik Gorenje**, nov, 50x50x80 cm, 90 €. T: **041 925 057**
- * **Rezervno kolo** za počitniško hiško Hobi, 50 €. T: **041 925 057**
- * **Paviljon**, 3x3 m, 60 €. T: **041 925 057**
- * **Radiator Airelec**, konvekcijski, stenska montaža, moč 2.000 W, deluje tiho in varčno. T: **031 814 561**
- * **Mali mlinček**, za gospodinjstvo z navodili, melje žita in semena, skoraj nov, ugodno T: **051 335 861**
- * **Ročna stiskalnica za jabolka**, 90 l, 50 €. T: **05 714 40 64**
- * **Ročna črpalka Fontana NP75**, za vodnjak, zelena, litoželezna, nova. T: **041 321 523**
- * **Ročna kosilnica Alpi**, na baterije, 2 bateriji (1 rezervna) . T: **031 672 867**
- * **Inox cisterna**, 80 litrov in poceni Orbitrek. T: **031 672 867**
- * **Inox cisterna**, plavajoče dno. T: **031 629 272**
- * **Cisterna za vino**, 600 litrov, ugodno. T: **041 354 730**
- * **Kotel za žganjekuho**, 80 litrov. T: **041 838 359**
- * **Inox sodi**, 120, 140, 170, 300, 400 litrov. T: **041 838 359**
- * **Zidan štedilnik**, Furlan Vrhnika, razstavljen, z 30 litrskim bojlerjem, 2 pekača. T: **068 600 431**
- * **Oprema za starejše**, hojca na kolesih, WC na kolesih, stojalo pri WC, stol za tuš kabino. T: **041 376 278**
- + **Otroško kolo** za začetnike, nahrbtnik za nošnjo malčkov. T: **041 724 031**
- * **Pomivalni stroj**, vgradni, brezhiben. T: **041 667 865**
- * **Motorna kosilnica**, motorna škropilnica. T: **041 667 865**
- * **Atomizer 300 l pokončna črpalka**, starejši letnik, obnovljena, jermeni novi, ugodno, T: **051 815 793**
- * **Bencinski skiro**, zložljiv za v prtljžnik, T: **051 815 793**
- * **Dvobrazdni plug za traktor**, italijanske izdelave. T: **031 585 676**
- * **Motokultivator** IMT 507D, 5,7KW, prikolica in kosilnica Greben.

KUPON ZA BREZPLAČNE MALE OGLASE

Za fizične osebe je objava enega osnovnega malega oglasa do 70 znakov na številko brezplačna.

Izpolnjeni kupon nam pošljite do **31.3.2026**

na E-mail: **info@nanoski-oglasnik.eu**

ali na naslov: **AMS DIZAJN**

Volče 88a, 5220 Tolmin

VAŠ NASLOV:

Spodnja stran kupona ni za objavo.

IME: _____

PRIIMEK: _____

ULICA: _____

POŠTA: _____ KRAJ: _____

prodam kupim oddam najamem podarim

TEL. /GSM: _____

Nečitljivih kuponov ne objavljamo.

NANOŠKI OGLASNIK

Izdajatelj: AMS DIZAJN, Volče 88a, 5220 Tolmin

Ponatis celote ali posameznih delov in njihova uporaba v drugih medijih je dovoljena le s pisnim dovoljenjem uredništva. Rokopisov in fotografij ne vračamo. Nenaročenih prispevkov ne honoriramo.

Ogled spletne verzije: **www.nanoski-oglasnik.eu**

Izdajatelj: AMS DIZAJN

Izhaja mesečno 53.150 izvodov. Distribucija: Pošta Slovenije d.o.o.

Uredništvo in trženje: **031 646 666**

mail: info@nanoski-oglasnik.eu | www.nanoski-oglasnik.eu

Oglasnik je brezplačen

V razvid medijev je vpisan pod številko: ISSN 1855 - 6191

T: 041 569 332

* **Sobno kolo**, malo rabljeno, z merilcem km in utripa ter napravo za krepitev mišic. T: 031 449 311

* **Pralni stroj**, brezhiben. T: 041 974 441

* **Skuter 49ccm**, brez dokumentov. T: 041 974 441

* **Plinska jeklenka**, oranžna. T: 041 974 441

* **Kosilnica BSC**, bencin petrolej. T: 041 974 441

* **Steklokeramični štedilnik**, brezhiben. T: 041 974 441

* **Drva**, kratkorezana, z dostavo. T: 041 974 441

* **Moped Tomos APN6**. T: 041 974 441

* **Betonske travete**, dolge 4,10 m, 5 kosov. T: 031 710 912

* **Prtljažnik**, 2 nastavljiva strešna nosilca za Hyundai. T: 031 710 912

* **Stiskalnica**, za grozdje ali sadje. T: 031 710 912

* **Star voz** z gumii kolesi. T: 031 284 569

* **Motorna gred Peugeot 206**, 1.6, 16V, diesel, potrebna prvega brušenja in pokrov motorja, hauba, barva quic silver, potrebna barvanja, nepoškodovana. T: 041 706 163

* **Kolo**, klasično na prestave, M/Ž, 4x, odlično ohranjeno, za simbolično ceno ali zamenjam za drva. T: 041 706 163

* **Alu feltne Momo 4x**, rabljene, kot nove, nepoškodovane, črne mat; **blažilnike za Mazdo 3**, l.2011, 9 let stare, šušte in oljne blažilnike, vse 4x, spre-daj in zadaj, **tepihe, tekstil 4x**. T: 041 706 163

* **Zimske gume Mazda 3** na jeklenih feltnah, l.2011, zadnji spojler, tepihi iz blaga original. T: 041 706 163

* **Reno Clio, Nissan micra**: nova centralna za senzorje zadaj, 50 €.

T: 041 706 163

KUPIM

* **Tomos moped**- T: 031 368 949

* **Diatonično harmoniko**. T: 031 368 949

* **Bas kitara** Fender Precision Bass Special, ohranjeno. T: 041 937 679

* **Slike in kipi** primorskih umetnikov. T: 031 673 908

Tomos moped in diatonično harmoniko. T: 031 368 949

PODARIM

* **Vrata**, aluminijasta, dvokrilna, 130×191 cm, krilo 60cm, T: 040 530 104

* **Obleke** za starejšo gospo. T: 041 975 219

* **Lončnice** trajnice. T: 041 484 549

NOVO V SLOVENIJI

ENDIKOR

VELIKOST 260X122CM

Marmorni paneli

Elegantna rešitev za sodobne kopalnice

- Enostavna montaža
- Požarno varni
- 100% vodoodporni
- Cenovno ugodni

Brez fug • hitra prenova • modern videz

www.endikor.com
068 178 177
info@endikor.com

endikor.com info@endikor.com



VIVAX

PRODAJNA MESTA

Huda Klima Trgovina, Merkur Nova Gorica,
Merkur Koper, Merkur Izola

3+2 leti
garancije



Naj bo življenje
prijetno!

vivax.com/si

Alterna Distribucija d.o.o. | Dunajska cesta 151
e: info@alterna.si | www.alterna.si | T: 01 520 28 00

PINTAR

elektroinstalacije

TMSA.PINTAR d.o.o.

Podsobotin 47, 5211 Kojsko

andrej.pintar@siol.net | www.servis-pintar.si



tel.: +386 (0)5 30 46 504

GSM: +386 (0)41 695 667

Mitsubishi toplotne črpalke



Popravljamo in montiramo:

Vaillant Junkers

Klover

Mitsubishi Electric

EuroAlpi

Pooblaščen servis ogrevalne tehnike Vaillant in Bosch - Junkers



KLOVER
FUOCO E PASSIONE
MAGIKAL

Mesec, ko se telo prebudi in duša zacveti

Zadnjemu zimskemu mesecu radi rečemo čas prebujanja. Narava se počasi odeva v zeleno, mi pa se pogosto še vedno počutimo malce zaležane od dolgih večerov in mraza. Ste vedeli, da je marec idealen čas, da svojemu telesu privoščite generalno čiščenje?

Slovo od spomladanske utrujenosti

Prehod iz zime v pomlad je za telo fiziološko stresen. Zaradi nihanja temperatur in daljših dni se pogosto pojavi tista znana spomladanska utrujenost. Naše telo potrebuje spodbudo, da se znebi nakopičenih toksinov in ponovno zažene svoj notranji motor.

Tajska masaža tukaj nastopi kot naravni energetski spodbujevalec. S kombinacijo pritiskanja na akupresurne točke in pasivnega raztezanja, se:

- sprostijo energijski bloki po kanalih, ki jih Tajci imenujejo Sen,
- izboljša prekrvavitev in limfni pretok, kar pospeši razstrupljanje,
- poveča gibljivost sklepov, ki so bili pozimi morda nekoliko bolj togi.

Darilo, ki pove več kot tisoč besed

Marec pa ni le mesec prebujanja narave, ampak tudi mesec žensk. Priznajmo si, da bo šopek rož po enem tednu uvenel, spomin na popolno sprostitev pa bo ostal še dolgo.

Darilni bon za tajsko masažo je več kot le darilo; je sporočilo, ki pravi: Cenim te in želim si, da si spočiješ. Za mnoge mame je to morda edini trenutek v mesecu, ko jim ni treba skrbeti za nikogar drugega kot zase.

Čas je za vas

Marec je čas, ko sejemo semena za prihodnje mesece. Zakaj ne bi letos sejali semen zdravja in dobrega počutja? Ne glede na to, ali boste na masažo prišli sami ali boste z bonom osrečili ljubljeno osebo, je tajska masaža naložba, ki se povrne s tistim lahkotnim korakom, ki ga vsi potrebujemo za vstop v pomlad.

Umetnost upočasnitve: Zakaj je počitek ključen za preživetje?

V sodobni družbi smo postali mojstri produktivnosti, a smo pozabili na najpomembnejšo večino – umetnost počitka. Pogosto mislimo, da je počitek le spanje, a resnična regeneracija se zgodi takrat, ko zavestno odklopimo zunanje dražljaje.

Zakaj si moramo dovoliti počitek? Ko smo pod nenehnim stresom, je naše telo v stanju pripravljenosti na boj. Hormon kortizol narašča, kar dolgoročno slabi imunski sistem in povzroča izgorelost. Počitek na masažni mizi ni izguba časa; je nujna servisna ura za vaš organizem.

Uredništvo



TAJSKA MASAŽA
TOLMIN

Pod klancem 5, 5220 Tolmin
FB: Tajska masaža Tolmin

Najlepše darilo je sprostitev.

Podarite zdravje in dobro počutje
z darilnim bonom za
tradicionalno tajsko masažo.

WhatsApp: +386 41 418 129
mail: sallyli437@gmail.com

THAI MASSAGE, RATTANA PHOMSIT S.P.





GRAND
Thai Massage

Luká Lenzi s.p.

TERAPEVTSKE TAJSKE MASAŽE

+38664263353 Luka
+38669616765 Kim
(WhatsApp)

Partizanska c. 69a, 6210
Sežana, @centermitja



Pomladni zagon zelene oaze

Konec marca je za ljubitelje vrtnarjenja tisti magični čas, ko se vse zgodi hkrati. Medtem ko na Obali in Goriškem že diši po pravem pomladnem cvetju, se Notranjska in Kras počasi prebujata iz zimskega spanca. A ne glede na to, ali vaš vrt gleda na morje ali na visoke smreke, je zdaj čas, da zavihate rokave.

Sadno drevje: Zadnji klic za škarje

Če še niste obrezali sadnega drevja, je zdaj zadnji trenutek. Na Primorskem so nekatera drevesa (kot so marelice in breskve) morda že v cvetu – teh se zdaj raje ne dotikajte več z rezilom. Za ostalo sadno drevje pa velja:

- Svetloba in zrak: Krošnjo očistite tako, da bo vanjo prišlo sonce. Odstranite veje, ki rastejo navznoter ali se križajo.
- Oljke (za Primorce): Marec je čas za rez oljk. Ne bodite preveč nežni – oljka ljubi svetlobo. Ptica mora poleteti skozi krošnjo, pravijo stari mojstri.
- Zaščita: Po rezu ne pozabite na premazovanje večjih ran s cepilno smolo, sploh če pričakujete še kakšno hladno, vlažno jutro.

Žive meje: Okvir vašega raja

Živa meja je obraz vašega vrta. Konec marca je idealen čas za njihovo oblikovanje in nego:

- Striženje: Listopadne žive meje (gaber, kalina)

obrežite, preden odženejo prve liste. Pri iglavcih bodite previdni, da ne zarežete pregloboko v star les, saj nekateri (kot so ciprese) tam ne odženejo več. (slama, zastirka iz lubja). Ta bo na Primorskem zadrževala vlago v sušnih dneh, na Notranjskem pa ščitila mlade poganjke pred pozebo.

- Sajenje novih sadik: Zemlja je zdaj ravno prav vlažna in se počasi segreva. Če načrtujete novo mejo, pohitite s sajenjem, da se koreninski sistem razvije pred prvo močno pripeko ali burjo.

- Hrana za rast: Privoščite svoji živi meji kakovostno organsko gnojilo. Na Krasu in Primorskem, kjer je prst pogosto plitva, je dodatno hranilo ključno za bujno rast.

Vrtna opravila: Priprava posteljic

Na Goriškem in Obali že lahko sejemo prvo solato, redkvice in grah. Na Notranjskem pa se v marcu posvečamo predvsem pripravi tal:

- Prezračevanje zemlje: Če zemlja ni preveč mokra, jo zrahljajte z vilami. Ne obračajte je preveč, da ne porušite mikroorganizmov v globinah.

- Zastirka: Marec je odličen čas za polaganje zastirke (slama, zastirka iz lubja). Ta bo na Primorskem zadrževala vlago v sušnih dneh, na Notranjskem pa ščitila mlade poganjke pred pozebo.



Posebnosti naših krajev: Burja in apnenec

Vrtnarjenje v naših krajih ima svoje specifike, ki jih druge ne poznajo:

1. Boj z burjo: Če živite na izpostavljenih delih Krasa ali Vipavske, mlada drevesa obvezno dodatno privežite k opori. Burja lahko v marcu še vedno preseneti in izruje sveže zasajene rastline, preden se korenine trdno oprimejo tal.

2. Apnenčasta prst: Na naših tleh rastline pogosto trpijo za pomanjkanjem železa (kloroza). Če opazite, da listi limone ali vrtnic rumenijo, žile pa ostajajo zelene, dodajte železove pripravke že zdaj, ob začetku vegetacije.



Trije zlati nasveti za konec marca

- Prebudite orodje: Ste nabrusili škarje? Topo orodje poškoduje rastline in odpira pot boleznim. Nekaj kapljic olja in brusni kamen bodo naredili čudeže.
- Voda je življenje: Čeprav se marec zdi vlažen, lahko primorska burja zemljo izsuši v enem samem popoldnevu. Preverite vlažnost okoli sveže zasajenih grmovnic in zelišč.
- Ne hitite s paradižnikom: Čeprav sonce na Goriškem že prijetno greje, so noči še vedno hladne. Za paradižnike in paprike na prostem počakajte na maj (razen če imate ogrevan rastlinjak ali toplo gredo).

Vrt kot ogledalo

Vaš vrt je podaljšek vašega doma. Čas, ki ga boste v marcu vložili v obrezovanje dreves, nego živih mej in sajenje dišečih zelišč, se vam bo poleti vrnil v obliki sence, miru in domačih začimb na krožniku. Narava na našem koncu Slovenije je radodarna in hvaležna, če ji le pokažemo malo pozornosti v pravem trenutku.

Brezhibno orodje: Skrivni zaveznik vsakega uspešnega vrtničkarja

Preden se konec marca zares podamo na gredice Notranjske, Krasa ali Obale, nas čaka opravilo, ki ga mnogi spregledajo, a je ključno za lahkotno delo – priprava orodja. Topa motika ali zarjavele škarje niso le nadloga za vaše dlani, temveč lahko škodujejo tudi rastlinam.

Čistoča je pol zdravja rastlin

Prvi korak je temeljito čiščenje. Ostanke lanske zemlje na orodju lahko prenašajo bolezni in plesni.

- Nasvet: Orodje zdrgnite z žično krtačo in ga razkužite (lahko uporabite raztopino kisa ali medicinski alkohol). Čista rezila škarij preprečujejo vnos okužb v sveže rane sadnega drevja ali grmovnic.

Oster rez za hitrejšo rast

Topa rezila gmečejo tkivo rastlin, namesto da bi ga čisto odrezala.

- Škarje: Nabrusite rezila s primernim brusnim kamnom.
- Motike in lopate: Marsikdo pozabi, da je tudi motiko priporočljivo nabrusiti. Ostra motika lažje prereže korenine plevela in prodre v tršo, zbito zemljo, kar vam prihrani ogromno energije pri pripravi gredic na Krasu, kjer je zemlja včasih polna kamnitih presenečenj.

Nega lesenih ročajev

Suha burja in temperaturna nihanja na jugozahodu hitro izsušijo les.

- Preverite stabilnost: Če se ročaj maje, ga pritrdite ali zamenjajte, preden se zlomi sredi dela.
- Mazanje: Lesene ročaje zbrusite s finim brusnim papirjem, da odstranite trske, nato pa jih premažite z lanenim oljem. Tako bodo ostali prožni, gladki in odporni na vlago.

Pregled zalivalnih sistemov in strojev

Če na Primorskem že načrtujete uporabo namakalnih sistemov, preverite tesnila in šobe, ki jih je pozimi

morda načel vodni kamen. Pri motokultivatorjih pa ne pozabite na:

1. Sveže gorivo: Staro gorivo čez zimo izgubi svoje lastnosti.
2. Nivo olja: Osnovni servis pred prvo uporabo bo podaljšal življenjsko dobo stroja.

Zlato pravilo: Orodje, ki ga pripravite zdaj, vam bo v aprilski konici prihranilo ure dela in žulje na rokah. Dobro orodje dela samo, pravijo naši stari starši – in v marcu to še kako drži.

Sredozemski dragulji: Zelišča, ki ljubijo sonce in kamen

Na območju od Obale do Krasa in Goriške imamo to srečo, da nam ni treba biti vrhunski strokovnjaki, da bi nam uspevala najbolj dišeča zelišča. Marec je idealen čas, da v svojem vrtu ali na balkonu ustvarite kotiček, ki vas bo z vonjem popeljal na dopust.

Če boste v marcu sadili nova zelišča, imejte v mislih dvoje: sonce in drenažo. Naša apnenčasta tla so za večino teh rastlin idealna, saj ne marajo mokrih korenin.

Sivka: Če jo že imate, jo v marcu močno obrežite (vendar ne do starega lesa!), da bo poleti tvorila lepe, goste in cvetoče grme. Nova sivka, posajena zdaj, se bo do polletne pripeke že dobro ukoreninila.

Rožmarin: Poleg tega, da je nepogrešljiv v kuhinji, je odlična naravna meja na vrtu. V marcu ga lahko oblikujete v poljubne oblike.

Žajbelj na Krasu raste skoraj kot plevel. V marcu mu privoščite malce čiščenja – odstranite suhe dele in mu dajte prostor za nove, žametne liste.

Uredništvo

CAMPAGNOLA
PNEUMATIC & ELECTRIC SYSTEMS

AKUMULATORSKÉ ŽAGICE



AKUMULATORSKÉ ŠKARJE

A G R O M A U R O

Ulica ob spomeniku 10 • Bertoki • KOPER
Tel./Fax: 05/ 639 53 32 • GSM: 041/ 449 092
e-mail: agromauro@siol.net

OPREMA ZA KMETIJSKE STROJE
NADOMESTNI MOTORJI
REZERVNI DELI
VERIGE ZA MOTORNE ŽAGE
NYLON NITKE ZA KOSILNICE
GLAVE ZA KOSILNICE

TURISTIČNA KMETIJA PRI RJAVČEVIH, Šempas



e-mail: rjavcevi@gmail.com
www.rjavcevi.si

**Posebna ponudba - družinska kosila
ob krstu, birmi, obhajilu
Poskrbljeno tudi za vegeterijanske menije.**

**VELIKA NOČ NA KMETIJI PRI RJAVČEVIH
PRIPRAVILI SMO POSEBNO VELIKONOČNO PONUDBO
kuhan pršut, žolca, hren, sladek kruh- pinca,...**

**Pokličite Turistično Kmetijo pri Rjavčevih na tel. 05 308 86 59
ali 041 734 980 ter si pravočasno rezervirajte termin!**

URNIK: SOBOTA: 13.00 - 22.00 | NEDELJA: 12.00 - 20.00 | OSTALE DNI PO PREDHODNEM DOGOVORU

CREINA



CELOVITA REŠITEV ZA GORSKE IN NIŽINSKE KMETIJE



051 360 097 info@creina.si www.creina.com



TRGOVINA MARTIN AJDOVŠČINA

GORIŠKA CESTA 53
5270 AJDOVŠČINA

05 3653 650

pe.ajdovscina@martin.si

www.martin.si

VLJUDNO VABLJENI.

ferroli



TOPLOTNE ČRPALKE
ZA OGREVANJE
OMNIA M 3.2

SISTEMI TALNEGA OGREVANJA MR-TEC



NA ZALOGI - MOŽNOST RAZREZA - MOŽNOST DOSTAVE

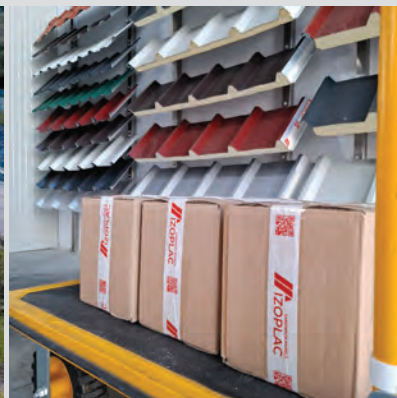
KAR IMPEX d.o.o.
Goriška cesta 3
5271 Vipava

www.izolaciskipaneli.si

paneli@karimpex.si

☎ 031 644 499

☎ 041 448 700



PLOČEVINASTE KRITINE Z IZOLACIJO IN BREZ | STENSKI PANELI - PUR IN OGNJEVARNI | POLIKARBONATI
TRAPEZNI IN RAVNI | PRITRDITVENI MATERIAL - VIJAKI, JAHAČI,... ZAKLJUČNE OBROBE - TIPSKE IN PO MERI

Veterinarska bolnica Vipava DEŽURSTVO 24H/DAN



- ORTOPEDIJA
- OSTEOSINTEZE
- STERILIZACIJE-KASTRACIJE
- OPERACIJE KRIŽNIH VEZI
- OSEMENJEVANJA VSEH VRST ŽIVALI
- LICENCA ZA SLIKANJE KOLKOV ZA PRIDOBITEV
"A" ŽIGA OD SV IN ODVZEM KRVI ZA DNA
- KIROPRAKTIKA
- PROGESTERON TEST
- DIAGNOSTIČNE PREISKAVE
(RTG, UV, LABORATORIJSKI TESTI, ANALIZE KRVI)



AMBULANTA (male živali)
Anton Lavrenčič, dr. vet. med;
041 671 170
Veronika Budin, dr. vet. med;
051 321 368
Ariano Ušaj, dr. vet. med;
051 685 100

TEREN (velike in rejne živali)
Matej Hosta, dr. vet. med;
031 612 777
Larisa Bukovec, dr. vet. med;
041 717 170
Nikolaj Karapandža Kalin, dr. vet. med;
051 809 800

Gradiška cesta 10, 5271 VIPAVA
Centrala in dežurstvo ☎ 05 364 43 90

✉ veterina.vipava@siol.net 🌐 www.veterina-vipava.si



Ultrazvok srca
Vitaminske infuzije
Pulmologija
Alergije

T: 051 675 750

zdravnicasrca.com

info@zdravnicasrca.com

TRNOVEC d.o.o.

TRNOVEC d.o.o. Lesno Brdo 20/a, 1360 Vrhnika
Tel. 01/75 07 500 Fax. 01/75 07 505 GSM. 031 378 075
E-pošta info@jj-trnovec.si, www.jj-trnovec.si

SOLIS 26, 4X4, 26 KS, 9.800 €
SOLIS 50, 4X4, 50 KS, CAB 27.400 €
SOLIS 60, 4X4, 60 KS, CAB 28.400 €
SOLIS 75, 4X4, 75 KS, CAB 37.900 €
SOLIS 90N, 4X4, 90 KS, CAB 35.990 €

LIZING OD 1 LETA DO 10 LET

Program SIP: kosilnice, zgrabljalniki in obračalniki, trosilci
Mešalne priklovice SEKO,
Viličarji: novi in rabljeni,
Servis traktorjev in viličarjev; rezervni deli za traktorje in viličarje



OSMICA VRBAN

Odpiramo 20.3.2026 do 29.3.2026

Šmihel 28a
5261 Šempas



david.vrbna3@gmail.com

**Pripravljeni
na zimo?**



**Pri Mi Oskrbi
vas s kurilnim oljem oskrbimo!**

Notranjska, Vipavska dolina, Goriška, Kras, Obala

www.mioskrba.eu

05 720 08 40



IZDEALAVA IN MONTŽA

- Tende
- Pergole
- Komarniki
- Plise zavese
- Alu. žaluzije
- Roloji

KE

10% POPUST

www.sencila-rus.si
info@sencila-rus.si



Janez Zeleni vrt d.o.o.

TRGOVINA ZELENi VRT V VIPAVI Gradiška 13
e-mail. drevesnica.janez@siol.net
www.drevesnica-janez.si
tel: 05/368 52 36



JANEZ

URNIK:

Pon. - Petek: 8 - 12 12.30 - 16
Sobota: 8 - 12

Vse za vaš vrt: semena, substrati, gnojila,...



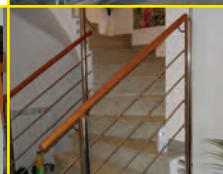
**ŠIROKA PONUDBA VSEH VRST SADNIH SADIK
TAKO V LONCU KOT TUDI PULJENIH**
oreh, kostanj, jagodičevje, leska, odporne trsne
cepljenke, oljke, neretvanski citrusi, asimina ...



KIK

K in K KOV
proizvodnja kovinskih
izdelkov d.o.o.

Podkrajnik 52, 1380 Cerknica



tel.: 01/7096 763, fax: 01/7096 764

gsm: 041 716 742, 031 529 941

e-mail: info@kovinarstvo-klancar.si

http://www.kovinarstvo-klancar.si

IZDELOVANJE KOVANIH TER INOX OGRAJ

- kovana vrata • dvoriščna vrata z motornim pogonom
- rešetke za okna • industrijska vrata • pergole

MOGY 35 let

V skrbi za vaše zdravje.

Praznujte z nami!

www.mogy.si

Brezplačna številka
080 12 03

35 let zaupanja • 8 ordinacij • En cilj – vaše zdravje.

Ordinacije MOGY: Trzin • Maribor • Nova Gorica • Koper • Celje • Murska Sobota • Novo mesto • Zagorje

Manualna medicina – učinkovito zdravljenje gibalnega sistema Ob 35-letnici ordinacije MOGY praznujejo in obdarujejo!

Vsak človek ima vsaj enkrat v življenju težave, ki so povezane s hrbtenico. Vzroki so obrabne spremembe, preobremenjenost, prisilna drža in stres ter stanja po poškodbah in operacijah.

Manualna medicina je klinično najbolj uspešna metoda zdravljenja teh težav. Preglede in terapije manualne medicine izvajajo zdravniki, specialisti manualne medicine, ki so v osnovi nevrologi in ortopedi. Strokovno znanje in posebne ročne tehnike omogočajo hitre in dolgoročne rezultate zdravljenja.

Medicinski center MOGY je prvi in edini center za manualno medicino z ordinacijami po vsej Sloveniji, v katerih deluje osem zdravnikov specialistov. Ob prvem pregledu se postavi diagnoza in pripravi načrt zdravljenja. Če se izkaže, da težave ne sodijo v področje obravnave z manualnimi tehnikami, pacient prejme strokoven in natančen nasvet o možnih nadaljnjih korakih ter ustreznih oblikah zdravljenja pri drugih specialistih.

Zdravniki medicinskega centra MOGY so v 35-ih letih delovanja uspešno pomagali že več kot deset tisoč ljudem. Morda lahko pomagajo tudi vam.

Najbolj pogosta stanja, ki jih manualna medicina uspešno zdravi:

- bolečine v hrbtenici (predvsem v vratnem in ledvenem delu)
- bolečine v sklepih (koleno, rama, kolk)
- bolečine v rokah ali nogah (tudi občutki mravljinčenja, otopelosti in nemoči)
- glavoboli, vrtoglavice in nespečnost
- nepravilno ukrivljena hrbtenica (izravnana lordoza, kifoza, skolioza)
- spremembe medvretenčnih ploščic (protruzija, hernija diska)
- epikondilitis (teniški komolec), sindrom karpalnega kanala
- tinitus, neprijetni občutki po obrazu, motnje vida
- otroška skolioza I. in II. stopnje
- obrabne spremembe na hrbtenici in sklepih
- posledice draženja živčnih pletežev (lumbalgija, išias, ...)

Za natančen nasvet glede možnosti in uspešnosti zdravljenja specialist manualne medicine opravi prvi pregled, ki obsega poglobljen pogovor, anamnezo medicinske dokumentacije ter klinični pregled celotnega telesa. Na podlagi pregleda predpiše ustrezno število terapij, v kolikor obstajajo možnosti za zdravljenje. Povprečno število terapij za najbolj pogosto težavo kot je bolečina v križu je od 3 do 5 obiskov.

Zaupajte svoje zdravje strokovnjakom, hrbtenica vam bo hvaležna.

Center zdravja MOGY z ordinacijami po vsej Sloveniji v mesecu marcu praznuje 35-letnico delovanja, zato izkoristite

posebno ponudbo: prvi pregled pri zdravniku za 35 €.

Redna cena pregleda pri zdravniku, specialistu manualne medicine je 50 €, popust se obračuna pri blagajni. Velja za naročila do 31.3.2026 oziroma do zapolnitve prostih mest.

Za informacije in naročila v ordinacijah MOGY Nova Gorica in Koper pokličite: 05 300 23 77.