

# TRENČIANSKO DUBNICKO-ILAVSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 52 000 domácností

čítajte  
NOVINY...

S NAJVÄČŠÍM  
ZÁSAHOM  
NA SLOVENSKU

## Robme svet lepším!

Toto leto je akési hlučné. A nielen na kúpaliskách, to napokon k letu patrí a je to tak správne.

Všade okolo nás však počuť aj večne vyrušujúcich kríkľušov, ich bezobsažné výkřiky, hádky, ich nenávisť voči nepoznanému a hlavne – inému. Vidíme zo všetkých strán a mocenských pozícií ich arogantné tváre s blázeňovými úsmevom (pre neznalých tohto dosť nepoužívaného slova – blázeňovaný je ten človek, ktorého nič neteší, nezaujímá, ktorý pociťuje muža, je presýtený dostatkom, zrušený z neho a neraz aj zhýralý – veď aj hásem už u nás možno legálne a najmä „so čťou a uznávaním“ mať). Majú desiatky žien a detí a vykrikujú o rodine, majú nepoctivo nahrané majetky a kážu o poctivej práci, topia sa v bohatstve a občianov presvedčujú o potrebe skromnosti. Média ich majú v mimoriadnej obľube, veď bez týchto „hercov“ by sa nepredali. Nebola by šou.

Urobme tento náš malý, paf a pol miliónový slovenský svet lepším! Netreba na to veľa. Ani revolúcie, ani štátnicové demonštrácie, zas v záujme niekoho v pozadí, presne tak, ako to bolo pred tridsiatimi rokmi. Potrebuje-

me nájsť sami seba. Nájsť svoje ja, svoju občiansku hrdosť a statočnosť každého z nás. Najskôr sa oslobodíme sami v sebe od propagandy, masového, každodenného a všadeprítomného šírenia ľli, od nenávisť voči nepoznanému a cudziemu, ako aj od závisť čokoľvek komukoľvek.

Jediné, čoho sa obávajú mocní, dočasne mocní, je vnútorná sloboda každého z nás. Sloboda je ich nočnou morou. Slobodné myslenie, slobodné vyjadrovanie a slobodné rozhodovanie sa. Dokonca – absolútne nepredstaviteľná pre mnohých našich samozvaných „prvých medzi prvými“ je predstava, že by ľudia aj slobodne konali.

Viem, je leto, dovolenky, hry. Zarobí si na chlieb príde zas už po ňom. Ale čo tak využiť ten voľný čas aj na presnýšanie? Politici sa od septembra chystajú na predvolebné kampane. Teda na to, ako nás a čím zas obľasť. Je teda čas už teraz túto schému trochu vylepšiť. Nikto iný ako my to za nás nespraví.

S pozdravom –  
užitočné trávenie  
dovoleniek

= Ivan BROŽÍK / šéfredaktor



**Kúpim  
Jelenie,  
srnčie,  
danielle  
zhody  
a trofeje.**

**VÝKUP  
STAROŽITNOSTÍ**

tel. 0904 474 597

**Kamenárstvo**

**KAMENÁRSTVO FRANKOVSKÝ**  
OPATOVÁ, ul. Opatovská - areál DRUŽSTVA

Najväčší výber pomníkov na Slovensku  
**VÝRAZNÉ SENIORSKÉ ZĽAVY !!!**

...LACNO A KVALITNE...

0905 209 074, 0902 118 250 [www.tna.sk](http://www.tna.sk)

**KÚPIM  
BYT, DOM**

aj zadĺžený  
s možnosťou  
ostať ďalej  
v nájme a možnej  
spätnej kúpy

0948 107 044

**LEXAN**

obojstranná UV ochrana, 10 rokov záruka

komerčné polykarbonáty - plne technické  
plátne od 0.75 do 9.5 mm - rezanie na mieru

**PLOTOVÉ DOSKY**

tel. 0915 750 934

areál PH Konzulta - Zátovská 27, Trenčín

**Predáme auto ŠKODA OCTAVIA COMBI 1.6,**  
benzín, ťažné, r. 1998, STK/EK do 25.10.2020.  
Cena 500 EUR. Tel. 0903 440 821

**LEA NÁBYTOK**

OSLÁVTE S NAMI  
20. narodeniny

**NÁBYTOK**  
DO CELÉHO BYTU

NOVOOTVORENÁ PREVÁDZKA

**DUBNICA:** OD Máj 1. posch (nad lekárnou), tel. 0915 972 917

**ILAVA:** ul. Ružová, pri kostole, tel. 0915 972 918

**zinc  
euro**

pôžičky  
od ľudí  
pre ľudí

Vybavím Vám

**ÚVER, HYPOTÉKU**

v každej banke, zároveň aj poistenie.

**PÔŽIČKY do 10 000 €**

Trenčín / Slovakotex  
Jilemnického 2, kanc. 226 / 1. posch.  
Tel. 0918 709 061

**VÝKUP  
KOŽÍ**

a PREDAJ KRMÍV

**PREDAJ  
SLIEPOK**  
od 6.8.2019

[www.slovakiaskins.sk](http://www.slovakiaskins.sk)  
Viac informácií  
NA STRANE Č. 3

**TATRANSKÝ A  
ZRUBOVÝ PROFIL,  
OSB DOSKY,  
DLÁŽKOVICA,  
REZIVO A KROVY,  
ASFALTOVÝ  
ŠINDEL**

0950 286 207

**ZATEPLOVANIE  
STAVEBNÉ PRÁCE**

**ZÁKLADOVÉ  
DOSKY**

0911 17 18 16

**PALIVOVÉ  
DREVO**

0917 351 013

Výroba plastových a hliníkových

**OKIEN, DVERÍ**  
fasád a zimných záhrad

**ELASTIC**

**ILAVA**  
Kpt. Nálepku 810  
019 01 Ilava  
tel.: 0905 371 379  
[elasticsro@elasticsro.sk](mailto:elasticsro@elasticsro.sk)  
[www.elasticsro.sk](http://www.elasticsro.sk)

**KUPOJTE  
OKNÁ  
PRIAMO  
U VÝROBCU**

**REHAU**

TRENČIANSKO  
DOLNOCNĽAVSKO

Redakcia: ul. Palackého 11  
TRENČÍN  
trencko@regionpress.sk

## REGIONPRESS

Vydavateľ:  
REGIONPRESS s.r.o.  
Študentská 2, 917 01 Trnava  
IČO: 36252617  
reg. MČSR IV 3676/09

## INZERCA

Ing. Jana Kovalčíková 0905 915 096  
Bc. Martin Kovina 0907 679 926

www.regionpress.sk  
www.facebook.com/regionpress.sk  
Spracovateľ: Ivan Božák

## DISTRIBÚCIA (52 000 čitateľov)

Každý týždeň: Mestá: Trenčín, Nová Dubnica, Dubnica n/V, Iľava, Nemšová, Trenčianske Teplice  
Obce-mestá: Trenčianska Turná, Trenčianske Stankovce, Sekáč, Mníchova Lehota, Soblahov, Selná, Neporadza, Drietoma, Dobá, Trenčianska Teplá, Košeca, Prusé + Bohunice, Homé Smie, Skalica nad Váhom, Dolná Súča, Horná Súča, Omlánie, Trenčianske Jasťabie, Chodolná-Valčice

+ v pádom týždni navyše: Ladce, Dúľav, Sĺhenka, Kameničany, Ľubortá

+ v nedeľnom týždni navyše: Adamovské Kochanovce, Melčica-Ľakovce, Kostolná-Záhrobie, Boleslav, Bočice, Múžové, Sedmerovce

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

Práste a párnice: Počasie včera, v prípade že veľa o meste, sursi neba, nové noviny, dajto ráno, veľa! Dajto ráno!

## Západné Slovensko

BV	50 000	Bratislava východ
BZ	67 000	Bratislava západ
DS	26 000	Dunajské Stredisko
GA	30 000	Gálorianske + Štátno
HC	24 000	Hlohovec + Senec
KH	15 000	Košice
LI	30 000	Levice
MA	25 000	Moldava
NR	48 000	Nitra
NO	30 000	Nove Zámky
PK	21 000	Prešov
PH	32 500	Prievidza + HM + SF
SC	25 000	Sereď
SE	31 000	Senec + Skalica
TO	38 000	Trenčianske + PE + HM
TN	52 000	Trenčiansko + DCA + H
TR	45 000	Trnava
ZM	18 000	Zlaté Moravce

## Stredné Slovensko

BR	51 000	Bardejovsko + BR
KV	30 000	Kysacko + CA + HM
LI	35 000	Liptovsko + LM + RK
LE	30 000	Lúčensko + VÁ + IT
MT	39 250	Martinské + TR
OR	38 500	Orevsko + DK + HO + TE
PE	35 000	Pevňsko + PB + PU
PO	30 000	Prievidza
ZV	38 500	Zvolensko + OF + KA
ZH	26 500	Začiatok + C + HS
ZK	52 000	Zilinské + BV

## Východné Slovensko

BE	31 000	Berežovsko + SP + SF
KE	25 000	Košice + RI + RS + RA
HU	23 000	Humensko + VI + SA + ME
KE	62 750	Košice
KS	22 250	Košice okolie
SL	13 000	Sabinovsko
MI	31 500	Miskolc + TV + SO
PP	40 000	Popradsko + H
PO	40 000	Prešovsko + SB
SM	31 000	Spáňsko + LE + GL

## Výživné na dieťa

Medzi členmi rodiny vznikajú manželstvom, rodičovstvom a príbuzenstvom vzťahy, ktorých úlohou je navzájom si pomáhať.

V rámci týchto vzťahov majú členovia povinnosť poskytovať výživu ostatným členom, t. j. majú výživovú povinnosť. Najčastejšie spomínanou výživovou povinnosťou je výživová povinnosť rodičov k deťom. Plnenie výživovej povinnosti rodičov k deťom je ich zákonná povinnosť, ktorá vzniká narodením dieťaťa a trvá do času, kým dieťa nie je schopné samé sa živiť. Výživovou povinnosťou je zabezpečovanie a úhrada všetkých osobných potrieb dieťaťa. Dieťa má nárok na rovnakú životnú úroveň akú majú obaja jeho rodičia, a to nie len v prípade, keď obaja žijú spolu s dieťaťom, ale aj ak spolu nežijú v spoločnej domácnosti. V danom prípade súd príhliada pri určení výživného na skutočnosť, s ktorým rodičom dieťa žije v spoločnej domácnosti, pretože aj prirodzene plnenie sa zohľadňuje a je postavené na rovnakú úroveň ako plnenie v peniazoch.

Výživová povinnosť k deťom vzniká priamo zo zákona, ale výšku výživného je možné dohodou rodičov alebo súdnym rozhodnutím upraviť. Dohoda medzi rodičmi o výške výživného podlieha schváleniu súdom, inak je nevykonateľná. Pri určovaní

rozsahu výživného sa zásadne vychádza zo schopnosti, možnosti a majetkových pomerov oboch rodičov a odvodnených potrieb dieťaťa. Tieto potreby dieťaťa je nutné posudzovať z niekoľkých hľadísk.

Medzi tieto hľadiská sa zaraďuje najmä vek dieťaťa (potreby dieťaťa rastú s jeho vekom), formy jeho prípravy na budúce povolanie a stupeň vzdelania (s čím súvisí právo dieťaťa na vzdelanie), hľadisko zdravotného stavu dieťaťa (s tým súvisí potreba zabezpečiť dieťaťu zdravý vývin), a či má dieťa možnosť získať svoj vlastný príjem z pracovnej - brigádnickej - činnosti. Každý z rodičov si plní svoju povinnosť samostatne podľa svojich možností, schopností a majetkových pomerov. Výživová povinnosť k dieťaťu trvá do času, kedy dieťa je schopné sa samo živiť. Vekové rozhranie nie je určené. Nadobudnutie plnoletosti je v prípade výživného bezpredmetné. Hranicou je spôsobilosť dieťaťa uhrádzať svoje odvodnené potreby.

V4 Legal  
LAW FIRM

» Tim advokátskej kancelárie  
V4 Legal, s.r.o.  
e-mail: info@v4legalsk, www.v4legalsk

## Oslavy 30. výročia Novembra



Zrejme ste postreli - ako sa na mňa opäť spustila nenávisťná lavína. Búchli si skoro všete liberálni novinári, noví spasielia z nových politických strán a najmä ľudia zo „Za slušné Slovensko“. Čo sa stalo? Podľa nich som si dovolil arogantnú nehoráznosť. Dovoliť som si totiž - presne podľa zákona - 6 mesiacov vopred - zarezerovať námestie SNP na 17. novembra tohto roku. A to som vraj nemal.

Týždeň som to nechal tak. Nečítal som žiadne články, na nič som nereagoval. Čakal som, najmä, že si uvedomila, ako veľmi sa mýli. Nestalo sa, miesto toho len naďalej perverzne utocili - najmä z týždenníka Týždeň a zo „slušného Slovenska“. Tak som zvolal tlačovku na námestí SNP a povedal si svoje. Natvrdo pravdu do očí, bez príkras.

Povedal som, že je veľmi neslušné, ak ľudia, ktorí si hovoria „Za slušné Slovensko“ bezbožne klamú. Títo ľudia totiž po tom, ako sa dozvedeli, že 17. novembra na námestí SNP budeme organizovať spomienku my, zaslali do médií stanovisko, že „Matovič arogantne odmieta vydať námestie SNP skutočným osobnostiam Novembra 89“ ... a nestačil som sa čudovať.

Áká je pravda? Po prvé - nikto neza-

volať, nikto nenapísal mail, nikto neposlal správu - a oni si len tak vymysleli ľud. Po druhé - minulý rok sme prepustili ľudom zo „Za slušné Slovensko“ tri platky na prvé protesty po smrti Jána a Marty. Stačil jeden telefonát, pustili sme, bez akokoľvek náhrady. Po tretie - „Za slušné Slovensko“ už dávno nie je občianska nezávislá organizácia - lebo počas protestov umožnili vystupovať len jediným politikom, z tých správnych strán - z PS/SPOLU a od Kiskovým Za ľud. Po štvrté - roky minulé sme organizovali rovnako oslavy Novembra a akosi nikto nemal záujem nám pomôcť - len teraz, pred voľbami, zrazu už my právo nemáme, lebo vraj po novom len ľudia zo „Za slušné Slovensko“ môžu rozhodovať, kto môže robiť oslavy Novembra.

Je mi to ľúto. Nečakal som tak arogantné a povýšené správanie od ľudí, ktorí vraj bojujú za slušnosť. Natvrdo klamať v dôležitej veci, nie je vôbec slušné, ale podľa. Nežná revolúcia aj Námestie SNP parí všetkým ľudom, bez ohľadu na to, koho volili či nevolili. A takú oslavu spravíme.



» Igor Matovič  
predseda hnutia OČANO

## UŽITOČNÉ KONTAKTY

www.mojinzerat.sk

## CHLEBÍČKY, OBL.MISY, CATERING TRENČÍN

WWW.FRESHSNACK.SK / 0908 662 209

ČISTENIE POTRUBIA ODPADU, STREŠNÉ ZVODY,  
SOCIÁLNE ZARIADENIA, LAPAČE TUKOV,  
MONITORING - ZISŤOVANIE PORÚCH KAMEROU  
EKORSS ☎ 0903 419 227 • 0903 404 984

www.mojinzerat.sk

INZERÁT TU UŽ OD 4 EUR

## FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE

KOMÍNOV

vložkovanie  
certifikovaným  
materiálom

- OBHLIADKA ZDARMA

0911 315 249

www.bmkominy.sk

Euro Kamenárstvo, s.r.o.

Saratská 2373, Trenčín-Juh (oproti cirkvi)

0908 190 831 www.eurokamenarstvo.sk

ZĽAVA 10% PRÍSLUŠENSTVO  
PRÁCE S OBRÁTKAMI

montážne práce - betónové základy

pomníky - prekrytia - obklady

obnova písmo + dopísanie dátumu

Žiadny čínsky  
materiál

## MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20% STOP VODA

- chemická injektáž

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

PLECHOVÉ GARÁŽE  
voliny pre psov  
0905 20 70 59  
www.kupidodemu.sk

Najčítanejšie  
regionálne  
noviny

REGION  
PRESS

D.P.S.  
TVÁRNIC  
VÝROBA

Výroba a predaj vibrovanej BT  
tvárnic, plotových a stĺpkových  
krycích strieok - betónovej  
oceli a střímsk, podhrabevé  
dosky, betónové ploty



Rozrez auton s hydraul. rukou  
Nakupujte priamo od výrobcu  
komplet plotový systém!  
0905 743 166  
www.tvarnice.sk

Nie jednať Slovenčina naša  
o spolupráci, ale rokovať!

**FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE**

FRÉZOVANIE od 20€ /bm

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL

ZĽAVA na materiál 30%

OBHĽADKA KOMÍNOV ZDARMA

0948 012 507 • www.profikominy.sk

**PREDÁM TATRANSKÝ PROFIL**

DLÁŽKOVICA, ZRUBOVINA, HRANOLY

PLOTOVÉ LATY

TEL: 0917 266 883

## Kanalizačné, vodovodné a odpadné systémy

POKLOPY

LAPAČ STREŠNÝCH SPLAVENÍN

SÁCHTOVÉ DNO SO SPÄTNOU KLAPKOU

KANALIZAČNÉ TVAROVKY

ODPAĎOVÝ SYSTÉM PRE VNÚTORNÚ KANALIZÁCIU

KANALIZAČNÉ RUBY

ZBARY

SÁCHTA DN300/160 1.2m

DRENÁŽNA RÚRA

VODOCENTRUM s.r.o. • Zlatovská 32, 911 05 Trenčín

tel.: 032/658 31 23-4, mob.: 0905 888 405, 0917 864 999 • mail: odbyt@vodocentrum.sk



# DLAŽBY PLOTY ZÁHRADA

**BauGarten**  
STAVEBNINY A ZÁHRADA

Zlatovská ulica 28, Trenčín  
www.baugarten.sk

**FRIEDL**  
KAMENÁRNE.SK

## VÝKUP KOŽÍ

Aktuálne ceny na [www.slovakiaskins.sk](http://www.slovakiaskins.sk)

vždy v SOBOTU v týchto termínoch:

17.8., 7.9., 28.9., 19.10., 9.11., 30.11., 21.12. 2019

Kubra-kostol .....	9,00 hod.	Trenč. Stankovce ..	12,20 hod.
Opatová n/V-Čoep ..	9,15 hod.	Selec .....	12,40 hod.
Dobrá .....	9,30 hod.	Bierovce .....	13,00 hod.
Trenč. Teplá .....	9,45 hod.	Drietoma .....	13,15 hod.
Omsenie .....	10,10 hod.	Kostolná-Záriečie ..	13,30 hod.
Neporadza .....	10,40 hod.	Chochalná-Velčice ..	13,45 hod.
Trenč. Nitice .....	10,55 hod.	A. Kochanovce .....	14,00 hod.
Trenč. Jastrabie ..	11,10 hod.	Melčice-Lieskové ..	14,15 hod.
Mlač. Lehota .....	11,30 hod.	Ivanovce .....	14,30 hod.
Soblahov .....	11,45 hod.	Štvrtok n/Vähom ..	14,45 hod.
Tr. Turná-st. pošta ..	12,05 hod.		

## a PREDAJ KRMÍV

**PREDAJ MLÁDOK**  
18-týždňové

vždy v ŠTVRTOK v týchto termínoch:

22.8., 12.9., 3.10., 24.10., 14.11., 5.12. 2019 ... 16.1. 2020

Keďoca .....	9,00 hod.	Lysá p/M-pošta .....	11,55 hod.
Ladce .....	9,15 hod.	Dejná-kuprika .....	12,10 hod.
Beľša .....	9,30 hod.	Nimica .....	12,50 hod.
Dolné Koňkovce ..	9,50 hod.	Udiča .....	13,05 hod.
H. Koňkovce-kostol ..	10,05 hod.	Prasné-Čoep .....	13,20 hod.
Páčov-Lidl .....	10,20 hod.	Hatré .....	13,35 hod.
Mestečka-zastávka ..	10,50 hod.	Klíština .....	13,50 hod.
Záriečie .....	11,10 hod.	Dolná Mariková ..	14,05 hod.
Lúky p/M-kostol ..	11,25 hod.	Horná Mariková ..	14,25 hod.
Lúky p/M-pošta .....	11,40 hod.		

králik s liečivom, nosnice, brojtery a kačice, bažant, ovce, kozy, ošípané, husi, morky, psy

**Výkup sa opakuje každé 3 týždne**

Kožo vykupujeme vysušené, bez hláv a nožičiek. Cena koži sa môže meniť.

vždy v STREDU v týchto termínoch:

14.8., 4.9., 25.9., 16.10., 6.11., 27.11., 18.12. 2019

Streženice .....	9,00 hod.	Horné Srnie-tržnica ..	11,55 hod.
Leďn. Rovne .....	9,15 hod.	Nemivá-kostol .....	12,15 hod.
Dulev .....	9,30 hod.	Čubovoča-KD .....	12,30 hod.
Prusé .....	9,45 hod.	Klíčovce-hasiči .....	12,45 hod.
Hlava-Lidl .....	10,00 hod.	Sikalka .....	13,00 hod.
Bohanice .....	10,20 hod.	Dolná Súča .....	13,20 hod.
Sedmerovec .....	10,35 hod.	Horná Súča .....	13,35 hod.
Slávnica .....	10,50 hod.	Zamarovce .....	14,00 hod.
Kameničany .....	11,05 hod.	Zatovec .....	14,15 hod.
Bolešov .....	11,20 hod.	Záhlatie-pošta .....	14,30 hod.
Barčovo .....	11,35 hod.		

>> Auto bude stať na stanovišti alebo Obecným úradom 10 minút <<

0907 893 351 • 0907 684 441 • 0915 252 372

Slovakia Skins s.r.o. • 913 24 Svinná 466



## Varovanie Slovenskej obchodnej inšpekcie

Slovenská obchodná inšpekcia upozorňuje spotrebiteľov na prakticky spoločnosti ALABO, s. r. o. so sídlom na Gorkého 10 v Bratislave.

SOI zaevidovala spotrebiteľské podania, poukazujúce na porušovanie právnych predpisov v súvislosti s prevádzkovaním e-shopov alabo.sk, resp. alabo.cz v množstve viac ako obvyklom.

Okrem slovenských spotrebiteľov na prakticky podnikateľského subjektu poukazujú aj spotrebiteľia z iných členských štátov EÚ, ktorí svoje podnety podali prostredníctvom Európskeho spotrebiteľského centra v SR.

Z dôvodu vykonaného šetrenia v danej veci bolo zistené, že predmetný

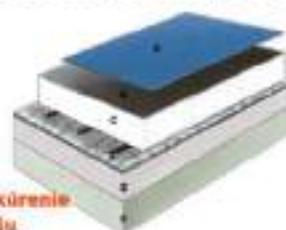
podnikateľský subjekt nebolo možné kontaktovať zo strany inšpektorov SOI priamo na adrese sídla spoločnosti (Gorkého č. 10, Bratislava). Na zaslané výzvy, doručené podnikateľskému subjektu do jeho elektronickej schránky v mesiaci apríl 2019 a jún 2019, tento doposiaľ nereagoval. Z uvedeného dôvodu bola spoločnosť ALABO, s. r. o., Bratislava zo strany SOI zaslaná ďalšia výzva.

V nadväznosti na vyššie opísané skutočnosti preto odporúčame spotrebiteľom, aby zväzili kúpu výrobkov prostredníctvom internetového obchodu alabo.sk, resp. alabo.cz, ktoré prevádzkuje spoločnosť ALABO, s. r. o., Gorkého 10, Bratislava.

» Zdroj: SOI

## VESPAS IZOLÁCIA PLOCHÝCH STRIECH

- A - modifikovaný asfaltový pás
- B - podkladový asfaltový pás
- C - tepelná izolácia v pochádznej tvrdosti
- D - PU lepidlo
- E - penetračný asfaltový náter
- F - pôvodná strecha



### Výhody tohto typu izolácie:

- zateplenie **ušetrí Vaše mesačné náklady na kúrenie**
- zaizolovanie asfaltovými pásmi **zabezpečí Vašu strechu proti zatekaniu na niekoľko desaťročí**
- uloženie polystyrénu na lepidlo umožňuje zatepliť Vašu strechu bez kotvenia, či iného narušenia súčasnej strechy
- izolácia touto technológiou je **časovo veľmi priaznivá** - naše práce realizujeme za 1 až 3 dni, podľa počasia
- **ponúkame výhodnú cenu 22,90€ bez DPH/m<sup>2</sup>** (27,48 € s DPH/m<sup>2</sup>) pri hrúbke polystyrénu 8 cm a výmere väčšej ako 80m<sup>2</sup>
- **garantujeme 10 ročnú záruku na prácu i materiál**
- okrem izolačných prác vieme zabezpečiť aj klampiarske prvky (nové rýny, zvody, oplechovanie atýk, komínov a pod.)

### ZDARMA obhliadka a cenová ponuka

Vespas, s.r.o., Prečín 173, 018 15 Prečín

tel.: 0948 030 185; trsbac@vespas.sk

## TIENIACA TECHNICA

ŽALÚZIE • SIETE • PARAPETY

0903 207 693

- žalúzie horizontálne
- žalúzie vertikálne
- látkové vnútorné roletky
- vnútorné roletky Noc a deň
- vnútorné Plisé
- dverné a okenné siete

www.doner.sk

**DONER**  
OKNÁ A DVERE

NA TRHU  
OD ROKU  
1994

**BEZPEČNÉ PLASTOVÉ OKNÁ**  
ODOLNOSŤ VOČI VLÁMANIU V TRIEDE RC2

**SLOVENSKÝ VÝROBCA**

Železničná 16A/7281, Trenčín  
doner@doner.sk

tel.: 032/652 97 67

**NAŠE OKNÁ CHRÁNIA  
VAŠ DOMOV**

## Feroplech-LETKO

Slovenský výrobca



### KLAMPIARSTVO • ATYPICKÁ VÝROBA

- plechové strešné krytiny, plechy, zvitky
- odkvapové systémy, strešné okná
- atypická klampiarska výroba
- stavebný, hutný a spojovací materiál

Trenčianske Stankovce: prevádzka SVINNÁ:  
tel./fax: 032/6496980 tel./fax: 032/6487784

[www.feroplech-letko.sk](http://www.feroplech-letko.sk)

[feroplechletko@feroplech-letko.sk](mailto:feroplechletko@feroplech-letko.sk)

ZBERNÉ MIESTO  
RIADKOVEJ INZERCIE  
REDAKCIE  
TRENČIANSKO-DUBNICKO-ILAVSKO



Zber riadkovej inzercie v priestoroch predajne:  
Sýkora - SHERLOCK Bezpečnostné dvere  
Hviezdoslavova 199, Trenčín

Chcete sa zviditeľniť?

Registrujte sa: [tranciansko@regionpress.sk](mailto:tranciansko@regionpress.sk)

TRENČIANSKO  
DUBNICKO-ILAVSKO

LETÁKY

0905 915 034, 0907 673 926

Slovenčina naša

Nie **prevádzať práce**, ale **robiť**.

Nie po **vzore**, ale podľa **vzoru**. Slovenčina naša  
Nie **päť rokov nazad**, ale **pred piatimi rokmi**.

**NEJDE VÁM  
BIZNIS?  
KONTAKTUJTE NÁS**

**trenciansko@regionpress.sk**  
**0905 915 036, 0907 673 926**

Priestory na prenájom v **polyfunkčnej budove** v Trenčíne Zlatovciach. Dobré napojenie na Nový most aj diaľnicu D1 Bratislava – Žilina.  
**Celková výmera priestorov** na prenájom **cca 15.000 m<sup>2</sup>**, **minimálna výmera prenajímanej plochy 5.000 m<sup>2</sup>**. 4 nadzemné podlažia, 3 schodiská, 3 výťahy, 2 nákladné rampy. Svetlá výška interiéru 3,8 m. Možnosť využitia ako sklada, či výroby s kompletnou administratívou (kancelária, kuchynky, WC). Vybavenie, dispozíciu i vzhľad priestorov možno upraviť podľa požiadaviek nájomcu. Vstup do budovy z dvoch strán. Energie samostatne merané. Parkovacie miesta pred budovou.  
**Výška nájomného dohodou podľa požiadaviek nájomcu na úpravu priestorov.** Kontakt **0903 519 688**.



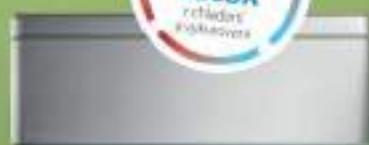
**DAIKIN**

Umenie ovládania teploty.



**Diego** 20,0 °C

V kožochu, ale  
prijemne chladno



Vytvárame dokonalý komfort.  
Presne pre vás.



cold@coldservis.sk

032 222 0 222

Kasárenská 2050, Trenčín

www.coldservis.sk

# AGI NÁRADIE

Električná 23, Trenčín [www.agi.sk](http://www.agi.sk)  
tel. 0901/900 590, 032/743 02 72



Kosačka Stiga 468  
bez pojazdu  
motor B&S 450, kôš 60l,  
záber 46cm

229€  
**209€**

279€  
**249€**

Kosačka Stiga 488, bez pojazdu, motor B&S 450, kôš 60l, záber 48cm



Rotavátor KF XP200  
motor Vari 200ccm, záber 60cm

**379€**

Rotavátor  
KF Extra 850  
motor B&S  
190ccm  
záber 85cm

**579€**

Rotavátor Quantum 675  
motor B&S 675, 190ccm,  
záber 60cm

**439€**

Rotavátor  
KF Dragon  
motor Honda  
160ccm  
záber 60cm

**489€**

od **599€**

Bubnová kosačka  
Vari 521 B Agatha  
motor B&S 675  
190ccm  
záber 60cm



Akumulátorový  
vyšňaz  
Stihl FSA 56, set  
záber 28cm,  
36V, 2x AKU,  
nabíjačka

**219€**

Akumulátorová  
motorová píla  
Stihl MSA 120 C-BO,  
set, lišta 30cm, 36V,  
váha 2,5kg, 2x AKU,  
nabíjačka



**299€**

Akumulátorová kosačka  
Stihl RMA 235, set  
záber 33cm, kôš 30l, 36V,  
výška kosenia 25-65mm,  
2x AKU, nabíjačka

**299€**



Rotavátor STIGA SRC 36G  
4-takt, 1,8KW, záber:36cm

259€  
**239€**



**289€**

Rotavátor  
KF XP140  
motor Vari XP140  
140ccm  
záber 60cm

Akcie platí do 10.8.2019 alebo do vypredania zásob. Ceny sú v EUR s DPH. Odrozby môžu byť ilustračné.

### Občianska riadková inzercia

#### 02 AUTO-MOTO / iné

»Kúpim staré škodovky, škoda 1000, spartak, octavia. Tel.: 0911 090 486

#### 07 REALITY / iné

»Kúpim Váš dom, byt. Platba v hotovosti. Tel.: 0944 630 600

#### 08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie, 0908 532 682

»Ústernie hrobov a obnova písmo, serióznosť, korektnosť a spoľahlivosť. T.č. 0919 205 521

»Predám sklolaminátové žumpy o objeme 5.000, 8.000 a 10.000 litrov a vodomeiné plastové šachty. Cena od 650 €. Dovoziem, osadím, vykonám aj tlakovú skúšku. T.č.: 0905 925 991

#### 11 HOBBY A ŠPORT

»Kúpim ľudové kroje 0902708047

#### 14 RÔZNE / iné

»Predám 5 kmeňových včelstiev RM Českosloviak do 15.aug. 0907029209 - TN

»Vypratávate starý dom alebo byt? Rád odkúpim rôzne staré veci z domu a povaly 091190055

#### 15 HĽADÁM PRÁCU

»KOSENIE + iné práce v záhrade a dome. 0944 830 851

### Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare: RPmedzera TN medzera Číslo rubriky/medzera text inzerátu

#### Príklad:

RP TN 12 Predám kočík, 0987 654 321.

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor.

Cena je 0,40 € s DPH za každých začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme.

**TIP 1:** Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v ktorých týždňoch chcete inzerovať.

**TIP 2:** Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných dňoch našich novinách, TN zamerajte sa siračku novin, ktorú nájdete na zadnej strane vášho dňa. Službu Platba/Mobilom.sk technicky zabezpečuje BLET, s.r.o.

# TOP AKCIA NA LETO

doctor  optic

## KOMPLETNÉ DIOPTRICKÉ OKULIARE

# 55 EUR

doctor  optic

**Dubnica nad Váhom**  
(OD Fix)  
nám. Matice Slovenskej 1298  
018 41 Dubnica nad Váhom  
mail: dubnica@droptic.sk  
telefón: 0917 027 571

**Púchov**  
(pamätná fara)  
Moravská 687/11  
020 01 Púchov  
mail: puchov@droptic.sk  
telefón: 0915 378 744

OČNÁ OPTIKA OTVORENÉ PO-PI 8:30 - 17:00 SOBOTA dohodou

 optikadroptik

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

AKCIA SA VZŤAHUJE NA VYBRANÉ OKULIAROVÉ RÁMY A ŠOŠOVKY A PLATÍ DO 31.8.2015


**Značenia.sk**

LETÁKY, BILLBOARDY, FÓLIE, ŠTOČKY, PEČIATKY, REKLAMNÉ SYSTÉMY, ROLL-UP, SAMOLEPKY, CITY LIGHT, OBRAZY, BANNERY, PERSONALIZÁCIA

HORNÝ ŠIANEC 3135, TN [obchod@znacenia.sk](mailto:obchod@znacenia.sk) TEL: 0903 461 814

**INZERÁT,  
KTORÝ  
PREDÁVA**

0905 915 036  
0907 673 926

[WWW.REGIONPRESS.SK](http://WWW.REGIONPRESS.SK)

REGION  
PRESS

... a vedľa o vás všetci

Najčítanejšie  
regionálne  
noviny

REGION  
PRESS

Chcete sa zviditeľniť?

Na vaše návrhy: [trenčiansko.trenciam.kajie.regionpress.sk](http://trenčiansko.trenciam.kajie.regionpress.sk)

TRENCIANSKO  
NAVRHOVÁ A ZHOTOVUJE



**VSTAVANÉ  
SKRINE NA MIERU**

**KUCHYNE NA MIERU**

**SLOVENSKÝ  
VÝROBCA a PREDAJCA NÁBYTKU**

**DAŠKŔ**

**EXPOZÍCIA  
NA PLOCHE 3000m<sup>2</sup>**

# NÁBYTOK

[www.dasko.sk](http://www.dasko.sk) • OD ŠTÝL - Pod Sokolice 12, TRENČÍN, tel. 032/743 22 42

**NAJLEPŠÍ VÝBER • NAJLEPŠIE CENY • PRESVEDČTE SA SAMI**



**Sedacie súpravy U**



**Sedacie súpravy L**



**Sedacie súpravy 3,1,1**



**Obývacie steny**



**Sektorový nábytok**



**Luxusný sektorový  
nábytok**



**Kancelárie**



**Detské izby**



**Spálne**



**Jedáľenské sety**



**Pohovky**



**Postele**

## Prázdniny aj s Máriou

Priznám sa, že mám slabosť na prázdninové výlety a dovolenky s mojou rodinou. Vážim si toto bohatstvo a investovať do zážitkov srdca ma naučili už v detstve moji rodičia. Treba ale poznamenať, že to nie je o luxuse destinácií, ale predovšetkým o spoločne strávenom čase v kruhu ľaskypnej rodiny.

Všetko prežiť si uchováваме v spomienkach. Mne ako otcovi veriacej rodiny zostávajú špeciálne v pamäti duchovné zážitky spojené s návštevou miest, viazúcich sa k Panne Márii. Najmä po tom, ako bol nášmu najstaršiemu dieťaťu, synovi Marekovi (26. júla oslavujúcemu dvadsať rokov), diagnostikovaný autizmus. Až prijatie tohto ťažšieho kríža znamenalo v živote mňa i mojej manželky prehlbenie viery. Viera spolu s láskou a nádejou nám a postupne aj našim dvom ďalším deťom, Marekovým sestram, pomáha niesť rodinný kríž. Pomáha nám prekonávať utrpenie. A práve za dar viery a ochranu nezabúdame ďakovať Panne Márii, Pomocnici kresťanov, Tešiteľke trpiacich.

Takmer každý rok sa preto prvý júlový víkend z úcty k Márii vyberáme s manželkou na Mariánsku horu do Levoče, kde na polnočnej svätej omši zo soboty na nedeľu nielen za všetko Márii ďakujeme, ale najmä ju prosíme o ďalšiu silu, ochranu a lásku. Pred dvomi rokmi sme sa v rámci dovolenky v Chorvátsku vybral s deťmi aj do Medžugorja. Nikdy

v živote nezabudnem na okamih, keď sa na vrchu, na ktorom sa v roku 1981 Panna Mária prvýkrát zjavila šiestim mladým ľuďom, presne pri kríži kde stála pri zjavení Maľko hodil s plačom manželke do náručia a vzlykajúc jej opakoval do ucha: „Mamička, ja som to nechcel.“ Tieto prázdniny sa už o pár dní tešíme, verím, že nám Najvyšší v našich plánoch pomôže, na návštevu tureckého Selčuku. Tu v malíčkom tajuplnom domčeku žila podľa legendy Panna Mária a odtiaľto bola vzatá do neba.

Svätý František Saleský povedal: „Nik sa nedostal k svätosti bez toho, že by neprešiel cestou utrpenia. Nech je vám to v utrpení veľkou potechou.“ Trpela, a to veľmi, aj Panna Mária. Ale nikdy sa neprestala modliť. Zostaťme jej verní aj my.

Modlitba za trpiacich kresťanov je spolu s informáciou a akciou jedným z troch pilierov činnosti pápežskej nadácie ACN – Pomoc trpiacej Cirkvi. Zverme Panne Márii osobitným spôsobom trpiacu Cirkvi po celom svete a prosme ju o pokoj vo svete. Nech aj naše malé obety sú pre nás cestou svätosti a spoluúčasti na spásе sveta. Viac sa o nadácii ACN, aktuálnych projektoch a možnostiach ich podpory dozviete na: [www.acn-slovensko.org](http://www.acn-slovensko.org)

Prajem všetkým pokojný a požehnaný druhý polčas prázdnin!

• Jozef Bednár  
ACN Slovensko

OC CUBE  
Bala  
Kvalitná  
odborná  
odborná

OTVORENÉ  
7 dní v týždni

PRACOVNÉ ODEVY A OUTDOOR  
[www.dualbp.sk](http://www.dualbp.sk)

**DUAL BP**

**KR KLIMAREAL**

Klimatizácia Sinclair Vision 3,5 kW,  
cena je aj s montážou  
do 5m potrubia

**1 099 EUR**  
bez DPH

AKCIA!!! AKCIA!!! AKCIA!!!

0944 444 353 | [www.klimareal.sk](http://www.klimareal.sk)

Nie **grilovať (osobnosť)**, Slovenčina naša  
ale **podrobiť napríklad pal'be otázok.**

**krby, kachle, pece, sporáky, komíny, záhrada, grily**

Komínové systémy s najlepším pomerom ceny a kvality na trhu

verzia	Komínový systém "TUMA THERM+" Samotový				Kom.systém TUMA FOLK Samotový				TECNOVIS DW						
typ	kolíska	izolácia	min.vlna	vrst. so	cadrym	odvetr.	koru	izolácia	min.vlna	so	zaod.	odvetranim	koru	rezňový	2-plaťt.
2019	turbo	klasický	klasický	klasický	klasický	klasický	klasický	klasický	klasický	klasický	klasický	klasický	klasický	klasický	klasický
výška	100/900	100/900	100/900	100/900	100/900	100/900	100/900	100/900	100/900	100/900	100/900	100/900	100/900	100/900	100/900
€	439	405	432	466	473	468	476	337	337	341	347	341	346	375	1062
€	482	450	456	521	528	523	531	385	390	394	400	394	401	358	1163
€	519	494	500	577	584	578	586	424	431	435	441	435	441	1040	1264
€	562	539	545	631	639	633	641	463	468	473	479	473	479	1136	1379

na objednávku: Komín, kachle, pece, sporáky, záhrada, grily, komíny, záhrada, grily, komíny, záhrada, grily

**ATLAS** hnedý akc. - 362,- € najpredávanejší model, výmývaný kameň

**SIESTA** vždy elegantná výmývaný kameň 321,- €

**SANTANDER** bez-konkurenčne lacný 118,- €

**PECE TUMA** od 427,- € do 791,- € rozmery od 60cm do 140cm

**ROSETTA** maľovaná 1770,- €

**Predávame - Ruské skleníky**

Mimoriadne odolnosť voči vetru a snehu

Rozmery skleníkov: 2x2, 4x2, 6x2m, 2,5x2, 2,5x2m, 3x4, 3x5, 4x5, 4x5, 5x5, 5x5m, 7,5x8, 7,5x10, 7,5x12m a viac

[www.krby-tuma.sk](http://www.krby-tuma.sk) e-mail: [tumainvest@gmail.com](mailto:tumainvest@gmail.com)

prev.: Bánovce n. Bebr. - showroom - časť Hor.Ozorovce č.297 (250) 0905 394 056  
prev.: Pezínok - Myslenická 1 (pri ČS SLOVNAFT opr.Tesco) 0917 861 305  
prev.: Trenčín - Bratislavská 106 (stará cesta smer N. mesto n.v.) 0918 260 213  
prev.: Košice - Študentská 1 (GALLA centrum pri ČS ODMV) 0915 147 170  
prev.: Nitra - Novozámocká 330 (smer NZ - H.Krškany) 0906 136 854  
prev.: Banská Bystrica - Zvolenská 19 (bývalá robot.ubytovňa) 0915 905 112

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

						8				6
S						4	3			5
U						8				9
D							3		4	6
O						7	4		2	5
K						2	6		3	7
K									2	4
U									8	6

				1	4	2
S				3		4
U					7	
D						5
O				9		
K				2	6	5
K				7	9	3
U						1
						5
						2

## Volumetrická diéta

Volumetrická diéta má 6. miesto v poradí najlepších diét a 2. miesto medzi redukčnými.

Je menej známa u nás, o to viac je vyhľadávaná hollywoodskými celebritami. Vypracovala ju univerzitná profesorka Barbara Rolls. Je to krátkodobá diéta, pri ktorej rýchlo dosiahnete cieľ, jej podstata je v objeme potravín.

Pocit sýtosti je dosiahnuteľný pri naplnení žalúdka objemom s nízkou energetickou hodnotou. Medzi potravinami sa vyberajú tie, ktoré majú väčší podiel vody v rovnakom množstve – zelenina a ovocie a súčasne aj málo kalórií a dostatok bielkovín – napríklad biele mäso, jedlá a potraviny s vysokým podielom vody sú polievky 80-95 percent, ovocie a zelenina 80 – 95 percent, jogurty 75 percent, cestoviny 65 percent - tu je dobré ich pripravovať „al dente“, aby boli citlivé pri kúsaní a neboli príliš mäkké. V skladbe stravy chýbajú tučné výrobky – tučné mäso a syry, cukor, výrobky z cukru, sladké a energetické nápoje. Vhodné sú všetky druhy melnčov, arañas, dtrusové plody a biele mäso, paradajky, uhorky, kukurica a nízkotučné mliečne výrobky.

Potraviny sú rozdelené do štyroch kategórií podľa energetickej hodnoty:

1. s veľmi nízkou – tieto možno jesť kedykoľvek a v akomkoľvek množstve, do dosiahnutia pocitu sýtosti: ovocie a zelenina s nízkym obsahom škrobov, nízkotučné mlieko a polievkový vývar

2. s nízkou - ovocie a zelenina s obsahom škrobov, celozrnné obilniny a cereálie, nízkotučné mäso

3. so strednou – mäso, syry, hranolky, polevy na šaláty, chlieb, praclinky, zmrzlina a koláče

4. s vysokou – čipsy, cukríky, maslo, olej, koláče

Základ stravy sú potraviny z prvej a druhej kategórie. Čím viac ich bude, tým bude efekt výraznejší.

Výhodou diéty je, že obsahuje veľa vitamínov, vlákniny, dostatočne hydratuje, ale vzhľadom na to, že je nízkoenergetická, je určená na krátkodobé použitie, niekedy na „schudnutie do plaviek alebo šiat“.

### Príklad dennej stravy:

**Raňajky:** sladký alebo slaný variant - nízkotučný jogurt s ananášom alebo nízkotučný jogurt s uhorkou a bylínkami, prípadne aj s cesnakom

**Deslata:** melón

**Obed:** grilovaná alebo na pare robená ryba so zeleným šalátom

**Olovrant:** uhorka a paradajka

**Večera:** pestrý šalát s vajčkom alebo nízkotučným syrom



» MUDr. Adriana Iavská, PhD., MSc, MPH  
Diabetologička, odborníčka na poruchy  
metabolizmu a výživy

## Označenie „eco-friendly“ je často podvod

Označovanie obalových materiálov na potraviny a kuchynských pomôcok nesmie v žiadnom prípade zavádzať.

Výkon úradných kontrol v Slovenskej republike ako aj v iných členských štátoch Európskej únie poukazuje na skutočnosť, že v posledných rokoch sa na trh uvádza stále väčší počet materiálov a predmetov prichádzajúcich do styku s potravinami vyrobených z plastu, ku ktorým sa pridávajú bambusové alebo iné prírodné látky.

Príkladom sú obalové materiály, ale aj kuchynské pomôcky (misky, tanier, poháre). Tieto materiály a predmety sa často svojím vzhľadom podobajú na melamínové plastové výrobky pričom sú určené na styk s potravinami tak ako klasické plastové výrobky. Avšak tieto nové typy výrobkov sa zvyčajne skladajú z melamínového plastu ako hlavného kompozitného materiálu, ale obsahujú tiež mletý bambus („bambus-melamín“) alebo iné podobné zložky, napríklad kukuričnú alebo pšeničnú múku. Na rozdiel od melamínového riadu ktorý je lesklý a hladký, sú tieto výrobky matné a majú drsnejšiu štruktúru.

Od roku 2016 je nariadený výkon úradných kontrol v SR špecificky zameraný na zistenie novej migrácie formaldehydu resp. melamínu práve z výro-

kov, ktoré obsahujú bambusové vlákna, resp. iné prírodné materiály. U dvoch výrobkov dostupných na slovenskom trhu bola zistená preslávaná migrácia formaldehydu a výrobky boli stiahnuté z trhu a hlásené v systéme RASFF. Zároveň bolo zistené, že tieto výrobky sa z marketingových dôvodov predávajú pod označením „eco friendly“, „bio“, „prírodný“, „bambusový“, „biologicky rozložiteľný“, „ekologický“, „organický“ atď.

Toto označovanie v žiadnom prípade nezodpovedá materiálovému zloženiu výrobkov, pretože ich základnou zložkou je plast a prídavok prírodných materiálov (bambus, pšenica, kukurica) dosahuje len určité percento zloženia.

Takéto označovanie je teda nepripustné vzhľadom na to, že podľa článku 3 ods. 2 nariadenia (ES) č. 1935/2004 nesmie byť „označovanie, reklama a prezentácia materiálu alebo predmetu zavádzajúce pre spotrebiteľov“.

Podnikateľské subjekty, ktoré uvádzajú takéto výrobky na trh si musia byť vedomé skutočného materiálového zloženia výrobkov a nesmú zneužívať prídavok prírodných materiálov k plastom na zavádzajúce označovanie a podporu predaja.

» Zdroj: Národné referenčné laboratórium pre materiály prichádzajúce do kontaktu s potravinami RUVZPP

## OČNÉ CENTRUM VISTAMET

Považská Bystrica

MUDr. Eva TRIZULIAKOVÁ - Jednodňová chirurgia oka

- operácie katarakty (sivého zákalu)
  - zákrok hradený poisťovňou v plnej výške
  - jedinečný zákrok PRELEX
- Vás navždy zbaví okuliarov

☎ 0948 345 145

✉ info@vistamet.sk

🌐 Vistamet.sk

objednávky



**Vaše oči  
Vám podakujú**  
Navštívte nás aj osobne

Očné centrum Vistamet - M. R. Štefánika 161 - Považská Bystrica

## Choroba, ktorá nás môže prekvapiť

Jednou z typických infekčných letných chorôb je tzv. Legionárska choroba známa tiež ako legionelóza.

Táto forma zápalu pľúc je spojená s vysokou horúčkou a hnačkami a postihuje najmä malé deti, starých ľudí a osoby so zníženou imunitou. Postihnutí však môže aj celkom zdravých na dovolenkách či kúpaliskách.

Legionárska choroba je vyvolaná baktériami – legionelami (Legionella pneumophila). Mimoriadne obľubujú najmä sladkú vodu a teplotu od 30 do 45 stupňov Celzia. Naopak pri teplote nad 60 stupňov hynú. Typicky sa šíria najmä nedostatočne kontrolovanými klimatizáciami či vzduchotechnikou a ventilátormi, ale tiež na kúpaliskách, v sprchách hotelov, detských táboroch a inými verejnými vodnými zariadeniami (studne, vodovody, fontány či voďojemy). Zaznamenané boli aj prípady šírenia inhalátormi, ktoré sa používajú na liečbu dýchacích ochorení v nemocniciach.

Legionárska choroba bola prvýkrát diagnostikovaná po lokálnej smrteľnej epidémii z roku 1976 v jednom z hotelov v americkej Philadelphii. V lete toho roka sa tam stretli na konferencii veteráni amerického vojska, ktorí začali počas pobytu trpieť ťažkým kašľom, horúčkami a zápalom pľúc. Z 221 zaznamenaných zomrelo 34 mužov aj napriek okamžitej liečbe penicilínom.

Legionelóza sa typicky šíri vodný-

mi zdrojmi a aerosólom, teda rozptýlenými kvapalnými časticami v plyne. Vstupnou cestou je ústna dutina a nosové štrbiny, odkiaľ baktérie nasadajú na nosohltan a postupne zostupujú priechodkami až do pľúc.

Inkubačná doba je 2 až 30 dní a klinické príznaky sú typické. Vysoké horúčky, ťažký kašeľ, dýchavičnosť, hnačky, vracanie a celkové vysušenie organizmu. Pri oneskorenej liečbe vedie u oslabených pacientov až v 20 percentách k zlyhaniu pečene, obličiek, žliaz, aj k úmrtiu. V ťažkých prípadoch musia byť pacienti hospitalizovaní na jednotke intenzívnej starostlivosti a dostať infúziu antibiotickej terapie. Penicilín je neúčinný. V najťažších prípadoch je nutná umelá pľúcna ventilácia.

Ďalšie ochorenie, ktoré legionely spôsobujú je pontická horúčka. Je to miernejšia forma legionárskej choroby s horúčkou, kašľom, svalovou slabosťou, ale bez známkov zápalu pľúc.

Prevenčia legionelózy spočíva najmä v pravidelnej údržbe a čistení klimatizačných zariadení. Pri pobyte v dovolenkovom rezorte je vhodné nechať odpustiť niekoľko minút vodu v sprche, pričom batériu otočíme na najvyššiu teplotu. Týmto jednoduchým opatrením necháme odpustiť a vysokou teplotou zahubíme baktérie zo sprchovej hlavice v prvom prúde vody.

» *Miško Scheibenreif*

**BITU FLEX s.r.o.**  
**OBNOVA PLECHOVEJ a ETERNITOVEJ STRECHY**

- odstránenie nečistôt
- vynikajúca nepriepustnosť vody
- rýchla obnova žlabov a komínov
- vzhľad škridle
- nízka hmotnosť
- vysoká životnosť

- 25 rokov záruka a dlhoročné skúsenosti
- zameranie zdarma
- bez zálohy
- kvalitný taliansky materiál zn. Index

Bituflexroznava@gmail.com **0950 266 604**

**Z Á H R A D Y**  
 NÁVRHY • REALIZÁCIE • ÚDRŽBY  
**0915 737 032**  
 SLUŽBY ZÁHRADNÉHO ARCHITEKTA

Nie **isť** von pri jazero, ale **k jaze-** **Slovenčina naša**  
**ru.** Nie **politickí lídri**, ale **politickí predstavitelia.**

Už **6 rokov** poctivej práce a stovky spokojných zákazníkov, pridajte sa k nim aj Vy.

# ČISTENIE HROBOV

**Akcia !!!**

**Cena platí pri objednaní do 3.8!!**

Jednohrob ~~80€~~ **50€**

Dvojhrob ~~140€~~ **100€**

Ochranný náter **ZDARMA**

Obnova písma ~~1,2€~~ **1€/znak**

**0919 205 521** [www.cisteniehrobu.sk](http://www.cisteniehrobu.sk)

Najúčinnejší a najšetrnejší spôsob, ako aj zo starého hrobu urobiť dôstojné miesto posledného odpočinku.



**Slovenčina naša**

Nie **situáciu mapovať**, ale **sledovať**,  
**pozorovať**, **zaznamenávať**.

Nie **hírovať** politika, ale **vypočúvať** ho.

Nie **monitorovať**, ale **sledovať**.

**Inzercia**  
 0905 915 036, 0907 673 926

**TREŇCIANSKO**  
 REKLAMNÉ KAPITÁLY

- ...všetky v reklame a má
- ...všetky informácie o vašom biznise
- ...všetky informácie
- ...distribúcia lokality
- ...kontakty na obchodníkov
- ...všetky distribúcie novin

**VŠETKO NAJDETE NA WEBE**  
 VAŠICH REKLAMNÝCH NOVIN  
[www.regionpress.sk](http://www.regionpress.sk)

**NEJDE VÁM BIZNIS?**  
**KONTAKTUJTE NÁS**

[trenciansko@regionpress.sk](mailto:trenciansko@regionpress.sk)  
 0905 915 036, 0907 673 926

## Príjme zodpovedného a flexibilného VODIČA AUTOBUSU

Dubnica nad Váhom a okolie.

Mzda 4,20€/hod. brutto. Nástup možný  
ihneď. Kontakt: **0908 710 099**

## SANDROCK SPED

príjme do TPP aj živnostníkov

### VODIČOV na SKLÁPACIE NÁVESY

Preprava sypkých materiálov.

Výkon práce - západné Slovensko. Ubytovanie ZDARMA.

Info: **0903 779 101**

Zivotopisy zasielajte na e-mail: **sandrock@sandrock.sk**

garancia platu 1000 €/mes.

## Oneskorený majstrovský rekord

Na jarných majstrovstvách sveta v hokeji sa podarilo vytriediť 56 percent odpadu. Údaj aktuálne zverejnilo ministerstvo životného prostredia.

Zelené opatrenia, ktoré sprevádzali májové majstrovstvá sveta v hokeji na Slovensku, priniesli konkrétne výsledky. Vďaka spolupráci ministerstva životného prostredia, organizačného výboru 2019 IIHF MS a najmä vďaka nečakanej podpore a záujmu zo strany fanúšikov sa podarilo vytriediť viac ako polovicu vyprodukovaného odpadu.

„Chcel by som sa poďakovať všetkým, ktorí sa pridali a podporili naše aktivity. Som si istý, že zodpovednosť k životnému prostrediu sa stane súčasťou všetkých veľkých športových či kultúrnych podujatí na Slovensku,“ vyhlásil podpredseda vlády a minister životného prostredia László Sólymos.

„Som rád, že sme prijali túto výzvu v podobe Zelených majstrovstiev a že sa nám nakoniec podarilo zrealizovať aktivity, ktoré sme si napláno-

vali. Pevne veríme, že časom budú ekologické riešenia trvalou súčasťou organizácie športových aj iných podujatí,“ povedal riaditeľ organizačného výboru 2019 IIHF MS v ľadovom hokeji Igor Nemeček.

Snahu organizátora v spojitosti so zelenými aktivitami ocenila i Medzinárodná hokejová federácia. Koncom mája získal organizačný výbor 2019 IIHF MS ocenenie udržiateľnosti.

Počas majstrovstiev sveta sa v oboch dejiskách Šampionátu podarilo vytriediť takmer 75 ton odpadu, čo predstavuje viac ako 56 percent celkového odpadu. Vytriedilo sa takmer 7 ton skla, viac ako 21 ton plastov vrátane plechoviek a vyše 25 ton papiera. Okrem toho sa podarilo vytriediť 115 ton biologicky rozložiteľného odpadu. Využívaním zálohovaných pohárov na viacnásobné použitie v oboch zónach, ako aj použitím bio-degradovateľných gastrobalov sa zas podarilo výrazne znížiť tvorbu plastového odpadu.

» Zdroj: MŽP SR

## Príjme pracovníka

na štiepanie  
a ukladanie  
palivového dreva  
v Beluši 4€/1h/1prn  
Tel: 0948 277 822

## PRÍJMEME TRAKTORISTU

Najmodernejšia technika. Odmena min. 1000€/mes.  
Pracovný vzťah, krátkodobý aj trvalý.  
Požiadavky: **tel: 0903 806 348**



## SBS GUARDING s. r. o.

príjme strážnikov na prevádzky  
v Dubnici nad Váhom  
Mzda: 3,5866 €/h. brutto  
Nástup ihneď.

0948 219 522 • [vaclav.papala@guarding.sk](mailto:vaclav.papala@guarding.sk)

## SBS GUARDING s. r. o.

príjme strážnikov na prevádzky  
v Trenčíne, Dubnici nad Váhom a Ilave  
Mzda: 2,9890 €/h. brutto  
Nástup ihneď.

0948 113 319 • [martin.kollarik@guarding.sk](mailto:martin.kollarik@guarding.sk)

## SBS LAMA SK

príjme strážnikov  
na obchodné prevádzky  
v Ilave a Dubnici  
nad Váhom  
800 € brutto/ mesiac  
Nástup IHNEĎ!

**0914 333 342**

## Zber paradajok a uhoriek v moderných skleníkoch (Morava)

Keď poznáte výhody prác v poľnohospodárstve, mali by ste zbystriť!

Ideálna práca v skleníkoch s nadpriemerným zárobkom. Prerobný čas zárobok predstavuje **23400-26000** €/mesiac. A **VIAC** (885-1000€ a viac). Strava a dobré ubytovanie zdarma (IV na každej ubo). Žilny každý týždeň. Vyslata v hotovosti. Stravovanie individuálne, podľa dohody. Práca sa najmä od **8 hodín**, 6 dní v týždni, ale aj s možnosťou ďalších náležitostí. Práca sa v okolí Prahy nie je náročná, na ňu ide predovšetkým ľud, zvyknutých na fyzickú prácu. Možnosť pracovného tanzaru je aj **dlhodobé na klasické zmluvy so zárobkom na dôchádzok**. Nástup **1.8.2019** alebo dohodou. Práca je vhodná pre ženy aj páry.

Viac na **0948 950 067** (stačí prezvoniť, zavolať naspäť). Jobbees, člen združenia AB Crop

## Dostanete za podobnú prácu toľko, čo dostanete u nás?

Oblúbená práca v modernizovaných  
potravínarských závodoch - Morava

Zárobok sa pohybuje cca **880€/4** týždne.  
Zmeny sú 8 a 16 hodinové. Nástup je **10.8.2019**  
Výhody: Výplata v hotovosti. Týždenné zálohy. Ubytovanie zdarma. Po zapracovaní možno pracovať aj na klasickú zmluvu a aj s ďalším navýšením platu. Česta autobusom zo Žiliny až na ubytovňu zdarma. Strava za symbolický príspevok. U nás vek nerozhoduje. Ideálna práca pre ženy aj páry.

Viac na **0948 950 067** (stačí prezvoniť, zavolať naspäť).

Jobbees - Tradične dobré zárobky u tradičných partnerov

# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA

## ZASKLIEVANIE TERÁS A ZIMNÉ ZÁHRADY

balkóny

splátky od 35 €

rámové  
bezrámové

zimné záhrady

splátky od 149 €

terasy

splátky od 98 €

ZĽAVY AŽ DO 30%

Možnosť výhry 300 €

www.balkona.eu  
0948 787 777

Ku každej objednávke darček  
Možnosť splátok s 0% úrokom

BALKONA  
VÁS ČAKÁ V KAŽDOM MESTE

Týžden  
Tureckej Alanyi  
aj s letenkou  
a all-inclusive

**D.A.K.A.**

**-33%**

TEL: 0948 479 714    899 €  
www.daka.sk    599 €

**EKO Energy**  
energetické poradenstvo

NAŠA FIRMA ZABEZPEČUJE KOMPLETNÚ  
ADMINISTRÁCIU PRE ZÍSKANIE DOTÁČI

**POTVRDENÉ  
NAŠIMI ZÁKAZNÍKMI !!!**

Ako jediný na trhu Vám prinášame  
možnosť splatiť si Vaše nové zariadenie,  
ktoré Vám bude celý život setiť Vašu  
peňaženku. Toto zariadenie si navyše  
splátite z usporýnaných financií, ktoré  
by ste aj tak zaplatili za nákup  
elektrickej energie.

- 3 ploché kolektory
- kompletná konštrukcia na  
strechu + pripojovacie potrubie
- 300 l bojler v cene
- spoľahlivo pokryje spotrebu  
teplej vody od marca do októbra
- návratnosť investície 2-3 roky

Aj na splátky s 0% úrokom

52,50€ x 36 mes = 1890€

**1890€**  
včítane montáže

www.ekoenergy.sk • info@ekoenergy.sk  
infolinka: 0800 909 909, 0948 930 940



ZÁRUKA  
10 ROKOV  
OD VÝROBCU

**HĽADÁM**

pracovníkov na

**MURÁRSKE  
PRÁCE**

(murovanie, sadrové omietky...)

Dlhodobá práca v Bratislave  
(byty, polyfunkčné domy,  
rezidencie...)

Práca na úkoľ, turnusová práca.

Úbytovanie viem zabezpečiť  
ZDARMA.

Kontakt: **0918 493 960**

**PRÁCA V ČR**

**OPERÁTOR VÝROBY**

800 - 1000 EUR/netto

Vodič VZV

950 - 1100 EUR/netto

Zvárač ZM1, 135

11 EUR/hod

**PRÁCA S POČITAČOM**

(práca v továrni, získavanie)

nulné stredňošolské vzdelanie

920 - 1100 EUR/netto

REGISTRÁTOR 0800 580 091

www.konstruktiv.sk

nabor@konstruktiv.sk



**Abrod SK**

...vždy čerstvé ovocie



# SAMOZBER

veľkoplodých

# ČUČORIEDOK

HORNÁ STREDA

**0915 069 954**