

ŽILINSKO BYTČIANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 52 000 domácností

PREČÍTAJTE
SI...NOVÉ
LEPŠIE
NOVINY

OTVÁRAME
31.1.2019



**POTRAVINY
KAČKA**

Komenského 8933/63 B, Žilina

**VÁŽENÍ ZÁKAZNÍCI
OSPRAVEDLŇUJEME SA,
Z TECHNICKÝCH PRÍČIN
SA NÁM PREDAJŇU
NEPODARILO OTVORIŤ
V PLÁNOVANOM TERMÍNE.
O NOVOM TERMÍNE OTVORENIA
VÁS BUDEME INFORMOVAŤ.**

VSTAVANÉ SKRINE

SUPER KVALITA • ABS HRANY • HLINÍKOVÉ KOVANIE

V CENE: hliníkové kovanie, komplet korpus, boky, dno, police, vešiakové tyče, ABS hrany, posuvné dvere

AKCIA: zameranie, dovoz, montáž V CENE

0917 346 632 nabytokgabor@gmail.com www.nabytokgabor.sk výpočet ceny cez telefón

SŤAHOVANIE

BYTY • KANCELÁRIE
TREZORY • KLAVÍRE

041- 565 0330
0902 902 482



NÁKLADNÁ DOPRAVA

SLOVENSKÉ BRAVČOVÉ POLOVICE

BEZKONKURENČNÁ
CENA!

Doprava v cene!
T: 0908 13 11 99

SŤAHOVANIE

0911 319 509
0918 799 309

SVD

www.stahovanievasnou.sk
BYTY, KLAVÍRE, KANCELÁRIE, TREZORY, DOPRAVA

INZERCIA

0908 979 468

VSTAVANÉ SKRINE

VÝHODNÉ ZĽAVY
AŽ DO 45%

- Kuchyne
- Spálne
- Obývačky
- Kancelársky
nábytok

Tel: 0907 229 440 nabytok.interiery@gmail.com
www.vyrobanabytku.eu

ZBERŇA SUROVÍN Teplička nad Váhom

za váš odpad, Vám zaplatíme
železo, farebné kovy, káble, autobatérie
info: www.zbernezilina.sk, 0902 916 093
po – pia 8.00-16.00, so 8.00-12.00

ZBERNÉ Teplička s.r.o.

VÝKUP A RECYKLÁCIA
STARÝCH ELEKTROINŠTALAČNÝCH
VODIČOV A KÁBLOV
0910 471 909 www.zbernezilina.sk

EASY Bývanie Žilina
regionálna stavebná firma

**PONÚKA KOMPLETNÉ
REKONŠTRUKCIE
BYTOV, BYT. JADIER
A DOMOV**

Spôľahlivo
a kvalitne

Cenová ponuka zadarmo do 24 hodín
Ul. V. Tvrdeho 5, Žilina
0948 055 722

LOTUS SK s.r.o.

obklady dlažby sanita podlahy
poradenstvo 3D vizualizácia predaj

**REALIZÁCIA KÚPEĽNI NA KľÚČ
MONTÁŽ OBKLADOV A DLAŽIEB**
špecialisti na montáž XXL formátov
STAVEBNÉ PRÁCE

0910 927 038 - info@lotussk.sk
www.lotussk.sk

• **FRÉZOVANIE**
• **VLOŽKOVANIE**
• **REKONŠTRUKCIA**
KOMÍNOV

FRÉZOVANIE
od 20€/bm

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA na materiál 30%

OBHLIADKA KOMÍNOV
ZDARMA

0948 012 507 • www.profikominy.sk

ZBAVTE SA VLHKOSTI
pivnice šachty základy obytné priestory
0907 55 77 78 + ponuka **ZADARMO**

**FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE
KOMÍNOV**

vložkovanie
certifikovaným
materiálom

- OBHLIADKA ZDARMA

0911 315 249
www.bmkominy.sk

pred frézovaním po frézovaní

**STAVEBNÁ
SPOLOČNOSŤ**

kúpi BYT / DOM
vhodný na rekonštrukciu

Ul. V. Tvrdeho 5, Žilina, 0904 106 670

Pomôžeme aj so
zadĺženým bytom / domom
Transparentne, poctivo a spoľahlivo

**Kamenárstvo
JANTÁR**

• náhrobné pomníky
• žulové zakrytia hrobov
• urny a urnové schránky
• lampáše a vázy...

0908 252 071
www.kamenarstvojantar.sk

Ku každej zakázke váza + svietnik ZDARMA
Veľký výber pomníkov za skvelé ceny

PREDÁM TATRANSKÝ PROFIL
DLÁŽKOVICA, ZRUBOVINA
PLOTOVÉ LATY TEL: 0917 266 883

www.kovane-ploty.sk



záhradné a kované ploty | brány | zábradlia



KAMENÁRSTVO RIEDL

ŽILINA - Považský Chlmec, Bytčianska 56
veľkosklad materiálov • 27 rokov na trhu

MRAMOR • ŽULA • ONYX



• výroba pomníkov, kompletne zhotovenie hrobov
• kuchynské dosky, schody, dlažby, obklady krbov
• rezanie materiálov vodným lúčom

20% zľava na objednávky

tel. 0903 546 706 www.riedl.sk

Žilina-Považský Chlmec
Bytčianska 56
tel.: 041/500 11 85

Varín
Martinčekova 55
tel.: 041/569 12 72

Rajec
Hollého 47
tel.: 041/542 43 31

PT GAS

**PLNENIE
ZÁKAZNICKÝCH FLIAŠ**

PREDAJ FLIAŠ

PLNENIE: kyslík, dusík, argón,
dusíkové zmesi, argonové
zmesi, acetylén, CO₂

PLATÍTE IBA ZA CENU PLYNU, BEZ 0948 787 855
ZBYTOČNÝCH NÁJMOV A POPLATKOV 0911 780 448

• Frézovanie a vložkovanie
komínov
• Revízia komínov
• Všetky druhy kotolní

Všetko pre Váš komín

kontakt: 0905 742 808



ŽP EKO QELET a.s.

VÝNIMOČNÉ CENY ZA VÝKUP

oceľového šrotu a farebných kovov

Žilina 0903 553 558

www.ekoqelet.sk



Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

»CZ 175 JAWA 250 350 PIONIER STADION MUSTANG SIMSON. KUPIM TIETO MOTORIKY 0915215406

»KUPIM NOVÉ DIELY NA BABE-TY, KORAČO, JAWA 90, MANE-T, PIONIER. DOBRE ZAPLATÍM! 0910904599

»Kúpim vaše auto aj v horšom stave od r. 2000 tel. 0902395404

03 BYTY / predaj

04 BYTY / prenájom

05 DOMY / predaj

06 POZEMKY / predaj

07 REALITY / iné

08 STAVBA

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

»Kúpim hodinky Schaffhausen. Tel. 0944137683

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

»SYMPATICKÁ 54 R HĽADÁ PRIATEĽA NA ZOZNÁMENIE 0944724181

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8966 v tvare:
RPmedzera ZA medzera
Číslo rubrikymedzera Text
inzerátu

Príklad:
RP ZA 12 Predám kočík,
0987 654 321.

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

Cena je 0,60 € s DPH za každých začiatých 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 iných našich novinách, ZA zamerajte za skratku novin, ktorú nájdete na druhej strane vľavo dole. Službu PlattsMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

Metabolizmus, bazálny metabolizmus, potreba energie (dokončenie)

Aký je rozdiel medzi metabolizmom a trávením?

Trávenie je súbor všetkých dejov v tele človeka, pri ktorom dochádza k spracovaniu potravy tak, aby mohla byť využitá v metabolizme. Pokiaľ metabolické deje prebiehajú v každej časti ľudského tela, v každej bunke, tráviace procesy sú lokalizované v tráviacom trakte. Trávenie je nevyhnutným predpokladom k premene živín, k metabolizmu.

Čo sú to kalórie a koľko ich potrebujeme denne?

Kalória je jednotka energie. Je to fyzikálna veličina a predstavuje množstvo energie, ktorá dokáže zvýšiť teplotu 1 gramu vody o 10 °C. Podľa správnosti podľa platnej normy sa nám má používať jednotka metrickej SI sústavy – teda joul (džaul).

V oboch prípadoch sa v praxi požívajú jednotky tisíckrát väčšie – kcal, teda kilokalória a podľa SI sústavy kilojoul (kilodžaul). Prepočet medzi kilokalóriami a kilojoulami je 4,185 kJ (v praxi sa zaokrúhľuje na 4,2 kJ), teda 1 kilokalória je 4,185 kilojoulov. Pre predstavu 1 jablko (100gramové) má energetickú hodnotu asi 55 kcal, 230 kJ, rovnako vážiaca mrkva polovičná. 100 gramový vyprážaný bravčový rezeň má energetickú hodnotu 2000 kJ (teda 470 kcal), dusený pstruh 550 kJ (130 kcal). Jedna stogramová mliečna čokoláda asi 2500

kJ (600 kcal).

Koľko je 2000 kilokalórií na tanieri? alebo v celodennej strave?

Pri vhodnom výbere je to 5 porcií denne v dostatočnom množstve na zasytenie, prísun živín, vitamínov a minerálov. Ale môže to znamenať aj iba jeden napríklad obed s nesprávnym zložením – napríklad vyprážaný syr s tatarskou omáčkou a hranolkami, sladkým nápojom a zákuskom.

Ak si sledujem príjem kalórií, pomôže mi to schudnúť? Alebo mi to nepomôže?

Je to hlavná cesta, ako sa dopracovať k túženej hmotnosti. Ale môžu na to slúžiť aj rôzne už vypracované diéty, kde niekto pred vami kalórie spočítal. Môžem schudnúť aj bez počítania kalórií? V akých prípadoch?

Počítanie kalórií nie je nevyhnutné, ak si človek vie rozkazať a naozaj menej zjesť – znamená to zredukovať každú porciu napríklad o tretinu, obmedziť sladkosti, posledné jedlo jesť 4-5 hodín pred spánkom. Napríklad 1 malý keksík denne navyše znamená vzostup hmotnosti o 1-2 kg ročne.

» MUDr. Adriana Ilavská, PhD., MBA, MPH
Diabetologička, odborníčka na poruchy metabolizmu a výživy



Pre ľudí, pre budúcnosť, pre Slovensko

Na svojich cestách po Slovensku často dostávam rovnakú otázku: "pán Mistrík, prečo kandidujete na prezidenta?"

Som chlapec z hôr. Mój otec bol záchranný horskej služby, odvtedy viem, čo znamená pomáhať ľuďom v núdzi. Ako školák som vyhral okresné kolo chemickej olympiády a o mojej životnej dráhe bolo rozhodnuté. Po úspešnom štúdiu v zahraničí sa mi vo svete otvorili obrovské možnosti, ale ja som túžil venovať svoj talent Slovensku. Vrátil som sa domov a založil firmu, ktorá dnes patrí medzi svetovú špičku. Svojou prácou pomáham lekárom bojovať proti zákerným chorobám – a pomohol som aj nášmu olympionikovi Matejovi Tóthovi očistiť jeho meno, keď bol krivo obvinený z dopingu.

Slovensko sa pohlo. Sme ďalej ako pred desiatimi rokmi, a inde ako pred rokom – no stále tu vládne korupcia, nespravodlivosť, šikovní ľudia naďalej hŕfnu utekajú preč zo Slovenska. Preto je teraz veľmi dôležité, aby sa všetci slušní ľudia zomkli. Aby sme naše Slovensko spoločne ubránili proti extrémizmu a arogancii moci.

Súboj o prezidentský palác sa rozbehol naplno, no čaká nás ešte náročná cesta. V marci bude zvolený nový prezident a ja považujem za kľúčové, aby to bol človek, ktorý bude stáť na strane spravodlivosti. Ktorý sa zastane slabších a bude otvárať témy kľúčové pre Slovensko: nízke platy, zanedbané nemocnice

a školy, či vydrancované lesy. Vyspekosť každej spoločnosti spoznáme podľa toho, ako sa dokáže postarať o tých najslabších. Nasledujúce prezidentské voľby rozhodnú aj o tom, či budeme mať prezidenta, ktorý bude stáť vždy na strane ľudí, alebo o takýto hlas pridáme.

Uchádzam sa o vašu podporu ako nezávislý občiansky kandidát, bez straníckych záväzkov a zákulisných dohôd. Prioritou pre mňa je, aby prezidentský úrad neskončil v rukách extrému, alebo v rukách Smeru, hoci možno s usmíatou „ľudskou“ tvárou. Som presvedčený, že demokratickí voliči by do voľieb mali ísť čo najjednoduchšie, preto je pre mňa kľúčová dohoda a spolupráca – nie hlupe hádky a podpísavé útoky. Z tejto pozície neustúpim ani v tejto vypätej fáze kampane.

Kandidujem na prezidenta, aby som priniesol nádej pre ľudí, pre lepšiu budúcnosť, pre Slovensko.

» Robert Mistrík
nezávislý kandidát na prezidenta SR



Frézovanie a vložkovanie

KOMÍNOV

- frézovanie 1 m - 20 €
- vložkovanie, certifikovaný žiaruvzdorný materiál
- zľava 25% na materiál
- rekonštrukcia komínov
- zateplenie komínov
- obhliadka zdarma
- dohoda istá

frézovanie
od 15€/m

Tel: 0911 322 495, 0915 386 362
frezovanievložkovanie@gmail.com

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%
- chemická inekcia STOP VODA
- 100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

MOTOS s.r.o.

prevádzka Areál ZTS Martin

ponúka delenie materiálu LASEROM

Nerez..... 0,5-6 mm, Oceľové plechy..... 0,5-8 mm

motos@motos.sk, 0918 387 090, 0905 486 264



FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

Tel: 0948 267 814

kominsro@kominsro.sk

KOMIN S.R.O.

NEREZOVÉ KOMÍNOVÉ VLOŽKY
OCEĽOVÉ DYMOVODY
FASÁDNE 3-VRSTVOVÉ KOMÍNY
www.kominsro.sk

RI OKNA®
www.riplast.sk

ZIMNÉ ZĽAVY

NAJLEPŠIE CENY
V ROKU

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE
HLINÍKOVÉ OKNÁ A DVERE



GARÁŽOVÉ BRÁNY
- ZIMNÉ ZÁHRADY

mobil: 0915 82 61 81

e-mail: zilina@riplast.sk

Ul. Za plavárňou 3937/1, ŽILINA
(budova TENIS POINT, vedľa Mountfieldu)

NORDIC

- sektorový nábytok



Tribyt, s.r.o., A. Rudnaya 21
(VURAL-1.poschodie) 010 01 Žilina

Tel/fax.: 041/7232 551

Mobil: 0908 931 936

tribyt@tribyt.sk

www.tribyt.sk

tribyt

PREDAJ - VÝROBA TYPOVÉHO A ATYPOVÉHO NÁBYTKU

obývačky, spálne,
detské izby, skrine,
kuchyne, vstavané...



PREDÁM NOBASIL KNAUF

všetky hrúbky 10 cm - 1,99 €

5 cm - 0,99 €

Pri väčších odberoch - dohoda

DOPRAVA ZDARMA

0902 699 999

PALIVOVÉ DREVO BUK, SMREK



0940 850 121

**DOPRAVA
ZDARMA**

BRIKETY BUKOVÉ

s dovozom

0905 835 191

VŔTANIE STUDNÍ

vŕtanie aj malou súpravou
budovanie Ø 160mm

0918 620 100

ŠTAHOVANIE



Dispečing SK - 0950 333 222
www.stahovanie-profil.sk

Iacné palivové odpadové drevo

0919 020 350

ŽALÚZIE

ISO design reťazka (celotielh)

cenar: 11 €/m2

ISOLINE reťazka (jednotlivé kusy)

cenar: 13,50 €/m2

ROLETKY: - DEŇ a NOC

- PLISE - TEXTILNE - STREŠNÉ

VERTIKÁL. ŽALÚZIE

SIETKY pevné, navijacie

- okenné - dverové

OPRAVY ŽALÚZIÍ

0903 525 784

vlado.michal@stonline.sk

PELETKY NA KÚRENIE

044 / 552 58 66 • audaxus.office@gmail.com

www.peletkyliptov.sk

**PROFI
PLAST SK**

Miroslav Paur

Kontakt:

0905 142 990

0908 833 086

e-mail: oknazilina@profiplastsk.eu

www.profiplastsk.eu

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

- 7-kom. profil triedy A VEKA trojsklo U=0,5W/m2K

- Na profil Gealan SUPER SPACER grátis

- Bezpečnostné dvere, komplet aj s montážou

za 550,-€ aj s DPH

- Vchodové dvere PVC cena od 440 €

PASÍVNY dom
Uw=0,76 W/m2K



OKNÁ + DVERE (PVC, hliník) žalúzie, sieťky, parapety, bezpečnostné dvere

SPOKOJNOSŤ ZÁKAZNÍKA
= NAŠA PRIORITA!

**ZĽAVA až
58%**

kontakt: 0903 190 400, kontakt@okno-stav.sk

A. Rudnaya 2247/23, Žilina-Bôrik

(budova MAGNUS-prízemie)

www.okno-stav.sk

OKNÁ • DVERE

• bezpečnostné dvere

• garážové brány

-55%

Profi OKNO SK

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE www.profioknask.eu

**ZIMNÁ AKCIA
do 28.2.2019**

INFO: zilina@profioknask.eu, 0917 606 602, 0917 596 983

OKNÁ - DVERE - GARÁŽOVÉ BRÁNY

**GARANTUJEME VÁM
NAJLEPŠIE CENY**



Hollého 13, Žilina

(Vedľa mestskej Polície)

INFO: 0911 421 966,

vteplesk@centrum.sk

INTERIÉROVÉ DVERE - ŽALÚZIE - ROLETY

OKNÁ | DVERE | BRÁNY | TIENENIE | TERASY

NAJPREDÁVANEJŠIE

**FAREBNÉ
OKNÁ**

EKO-PROFIL EFORTE

**V CENE
BIELYCH**

**ZIMNÝ
FESTIVAL
FARIEB**



EKO-PROFIL

výroba a montáž v Žiline

ŽILINA:

Bulvár, A. Bernoláka 75/35

0907 284 483, 0948 365 005

za@ekoprofil.sk

všetky informácie o akcii na:

www.ekoprofil.sk

Dedenie vo všeobecnosti a dedenie zo zákona

Dedenie predstavuje všeobecný prechod práv a povinností zo zomrelej osoby, resp. poručiťela na iné osoby. Slovenský právny poriadok rozlišuje dva dedičské tituly, resp. dôvody, z ktorých možno dediť. Sú nimi dedenie zo zákona a dedenie zo závetu, tzv. testamentárne dedenie. Iné dôvody zákon neprípúšťa. Tieto dedičské dôvody sa navzájom nevylučujú, to znamená, že dedič možno súčasne na základe oboch týchto dedičských dôvodov alebo jedného z nich.

Dedením zo zákona sa rozumie prechod práv a povinností z poručiťela na dedičov, ktorých zákon zoradil do štyroch dedičských skupín, ktoré tvoria osoby v príbuzenskom pomere, alebo inom zákonom kvalifikovanom vzťahu, pričom medzi týmito dedičskými skupinami existuje vzájomný vzťah subsidiarity. V súlade s týmto vzťahom subsidiarity môžu osoby z nasledujúcej dedičskej skupiny dediť len v tom prípade, že nededia osoby z predchádzajúcej dedičskej skupiny. Prvú dedičskú skupinu tvoria vo všeobecnosti najbližšie osoby poručiťela, a to jeho deti a manžel/manželka. Predpokladom pre dedenie v rámci tejto dedičskej skupiny je existencia aspoň jedného poručiťelovho potomka. Dedičia v tejto skupine dedia rovnakým dielom. V prvej dedičskej skupine môže namiesto dieťaťa poručiťela dediť poručiťelov vnuk či vnučka, prípadne ďalší poručiťelov potomok. Podľa nášho právneho poriadku prislúcha právo dediť aj počatému, ale ešte nenarodenému dieťaťu,

a to za podmienky, že sa narodí živé. Deti a potomkovia predstavujú tzv. neopomenuteľných dedičov, ktorí dedia vždy, pokiaľ majú právnu spôsobilosť, dedičstvo neodmietli a neboli platné v súlade so zákonom poručiťelom vydedení. Druhú dedičskú skupinu tvoria manžel, poručiťelovi rodičia a tí, ktorí žili s poručiťelom najmenej po dobu jedného roku pred jeho smrťou v spoločnej domácnosti a ktorí sa z tohto dôvodu starali o spoločnú domácnosť alebo boli odkázaní výživou na poručiťela. Dedičia v druhej dedičskej skupine dedia rovnakým dielom, manžel však dedí vždy najmenej polovicu dedičstva. Tretiu dedičskú skupinu tvoria poručiťelovi súrodenci a tí, ktorí žili s poručiťelom najmenej po dobu jedného roku pred jeho smrťou v spoločnej domácnosti a ktorí sa z tohto dôvodu starali o spoločnú domácnosť alebo boli odkázaní výživou na poručiťela. V prípade, že nededí niektorý z poručiťelových súrodencov, nadobúdajú jeho dedičský podiel rovnakým dielom jeho deti. Do štvrtej dedičskej skupiny patria prarodičia poručiťela, ktorí dedia rovnakým dielom, pričom ak nededí žiaden z prarodičov poručiťela, dedia rovnakým dielom ich deti.



» Tím advokátskej kancelárie
V4 Legal, s.r.o.

Harabin = Katastrofa pre oligarchov

Milí priatelia, **uchádzam sa o podporu všetkých ľudí, ktorí majú svoju hlavu a nenaletia na prázdne slová.** Nie je pre mňa podstatné, akú politickú stranu ste volili alebo budete voliť v budúcnosti. Vylučujem akékoľvek kupčenie a politické vyjednávania o podpore, vylučujem vzdanie sa kandidatury. **Mojou jasnou ambíciou je vo voľbách zvíťaziť a byť prezidentom všetkých občanov.** Do voľieb idem s víziou zachrániť štát, zachrániť tradičnú slovenskú kresťanskú rodinu a zaviesť poriadok v štáte, aby sa aj bežní občania dovoľali práva a neboli šikanovaní svojvôľou ktoréhokoľvek štátneho úradníka. Voľby nie sú olympijské hry, zúčastníť sa nestačí.

Kandidujem na prezidenta Slovenskej republiky ako občiansky, národný, nezávislý a nestraničný kandidát, bez peňazí oligarchov, bez reklamného smogu a len s podporou bežných ľudí. Moja prezidentská kampaň je najlacnejšia zo všetkých, nemám ani jeden billboard a spolieham iba na podporu mojej rodiny, priateľov a bežných ľudí, aj preto väčšina príspevkov na moju kampaň je v čiastkach 1 až 20 eur (všetko o mojej kampani si môžete pozrieť na www.harabin-2019.sk). Nežiadam vás o finančnú podporu, lebo viem,

že každé euro je potrebné pre rodinu. Radšej budem mať finančne nenáročnú kampaň, no ak ma chcete morálne podporiť, pošlite mi na účet aspoň cent.

Teším sa, že mocní, ktorí sú v pozadí článkov dehonestujúcich moju osobu, majú z nadchádzajúcich prezidentských voľieb obrovský strach. Tento strach je oprávnený, ak totiž vyhrá **Štefan Harabin a stane sa prezidentom, bude to katastrofa pre oligarchov, korupčných politikov a pre lokajov parazitujúcich na Slovenskom štáte.** A prvýkrát v histórii Slovenska sa tak môže stať bez podpory politických strán, iba s pomocou vás, milí občania.

Tieto voľby budú patriť obyčajným ľuďom, ktorí už majú plné zuby nespravodlivosti, politickej svojvôle a arogancie vládnucich elit. Dozrel čas, aby post prezidenta zastával kandidát, pre ktorého sú záujmy Slovenska a Slovákov prvoradé.



JUDr. Štefan Harabin
občiansky kandidát
na prezidenta SR

DVERE BEZPEČNOSTNÉ

www.vchodove-dvere.sk

0917 678 746

15 - bodové zamykanie, zvukotesniaca a tepelnoizolačná výplň, oceľová zosilnená konštrukcia PVC povrchová úprava v dekore dreva.

ZÁRUČNÝ a POZÁRUČNÝ SERVIS



ELEKTRA

PHU ELEKTRA S.R.O.
Zborov nad Bystricou 644
023 03 Zborov nad Bystricou
<http://phuelektra.com>

Stručná charakteristika spoločnosti

PHU Elektra s. r. o. je inžiniersko - dodávateľskou spoločnosťou so zameraním na zariadenia v priemysle a energetike. Spoločnosť sa špecializuje na technické poradenstvo, predaj a servis. Zvlášť sa špecializuje na atypické riešenia, kde ostatní výrobcovia majú problém. Spoločnosť je schopná vyvinúť neobvyklé riešenia, pokiaľ ide o veľkosť, výkon, pracovné podmienky alebo použitie. Zariadenia sú používané v automobiloch, elektrárňach, baniach, stavebníctve a vo výrobných podnikoch.

PLC PROGRAMÁTOR

NÁPLŇ PRÁCE

- programovanie a diagnostika PLC systémov Siemens alebo Allen Bradley
- diagnostika a odstraňovanie porúch
- konfigurácia, nastavenie a skúšky zariadení
- tvorba/úprava vizualizácie procesov
- udržiavanie zariadení a inštalácií do prevádzky
- udržiavanie hmotných jednotiek, frekvenčných meničov a servomotorov do prevádzky (napr. Siemens, Allen Bradley, ABB, SEW, Lenze, Mitsubishi ...)
- vyvíjanie, simulovanie, implementovanie a testovanie riadiacich programov pre PLC zariadenia
- vytváranie samostatných aplikácií podľa požiadaviek projektu
- odovzдание, testovanie, ladenie zariadení, liniek, ich udržiavanie do prevádzky

ZAMESTNANECKE VÝHODY, BENEFITY

- perspektívne zamestnanie v kolektíve odborníkov
- ponúkame možnosť obznaním sa so špičkovými technológiami
- odborné a jazykové vzdelávanie
- osobnostný a kariérny rast v závislosti od dosiahnutých výsledkov
- podrobné informácie poskytneme na osobnom stretnutí

POŽADOVANÉ VZDELANIE

- stredoškolské s maturitou
- vysokoškolské I. stupňa
- vysokoškolské II. stupňa

VZDELANIE V OBORE

- elektrotechnické, strojárenské so zameraním na automatizačnú techniku

JAZYKOVÉ ZNALOSTI

- Anglický jazyk - Stredne pokročilý (B2) alebo Nemecký jazyk - Začiatočník (A2)

VOLEBNÝ PREJAS: B POČET ROBNÝ PRAXE: 2

OSOBNOSTNÉ PREDPOKLADY A Zručnosti

- znalosť programovacieho prostredia Siemens Step 7, TIA Portal alebo Rockwell Software Studio 5000, FactoryTalk View
- základné znalosti z odboru snímania neelektrických veličín, pneumatických a hydraulických systémov
- samostatnosť a flexibilita, tímový hráč
- znalosť C# výhodou
- osvedčenie o odbornej spôsobilosti v elektrotechnike §21/§22/§23/§24 - výhodou

TERMÍN NÁSTUPU: dohoda

ORIGIN PRACOVNÝCH POMEROV: plný úväzok, živnosť

Základná zložka mzdy (brutto) a ďalšie odmeny
Práca na Slovensku od 1250 €, práca v zahraničí od 2300 € - dielik, výška základnej mzdy závisí od odborných skúseností a praxe kandidáta

PHU ELEKTRA S.R.O.
Telefón: +421 902 493 784, e-mail: info@phuelektra.com

Kontaktovať
budeme
len vybraných
uchádzačov.
Ďakujeme.

ZAŽIAR AKO PREDAVAČ/KA – POKLADNÍK/ČKA V ŽILINE

NÁSTUPNÁ MZDA 824 €*

GARANTUJEME 4 ROKY NÁRAST MZDY



Správna voľba

www.lidl.sk - sekcia Kariéra



EUROPE
2018

CERTIFIED EXCELLENCE IN EMPLOYEE CONDITIONS



SLOVENSKO
2018

CERTIFIED EXCELLENCE IN EMPLOYEE CONDITIONS



* plný pracovný úväzok (38,75 h/týž.)

Upratovacia spoločnosť

príjme ženy

na čistiace a upratovacie práce

na Kamennej ulici v Žiline denne

od 14:00 – 18:00 hod. pon. - pia.

Mzda 280 €/mesačne

Telefonický kontakt: 0905 625 625

Upratovacia spoločnosť

príjme mužov

na čistiace práce

v obchodnom centre v Žiline na nočnú zmenu

1 krát týždenne v piatok.

Mzda 3,30 €/hod plus príplatky za nočnú zmenu.

Telefonický kontakt: 0905 625 625

Upratovacia spoločnosť

príjme ženy

na čistiace a upratovacie práce

spoločných priestorov v novootvorenej budove

v Žiline denne doobeda od 07:30hod – 09:00hod

a poobede od 13:30hod – 15:00 hod.

Mzda 3,50 €/hod.

Telefonický kontakt: 0905 625 625



HPP ponúkame:

- nadštandardné príplatky za prácu v sobotu a v nedeľu
- mesačný dochádzkový bonus
- veľkonočný + vianočný bonus
- príspevok na dopravu
- preplatenie nákladov na získanie osvedčenia motorových vozíkov
- práca v dvojzmennej prevádzke (ranná a poobedná)
- mzda: 600 € brutto + prémie do 30%

Pracovná pozícia:
skladník s obsluhou NZV

Nástup: ihneď / dohodou
Kontakt: praca@lccj.coop.sk
041/321 2422

Miesto: Horný Hričov 470

Brigáda: hodinová mzda: 4,00 € brutto

PONUKA PRÁCE A BRIGÁDY V LOGISTICKOM CENTRE



DOLVAP, s.r.o.,
príjme do prac. pomeru

- zámočníkov
- elektrikárov
- rušňovodičov
- pracovníkov do výroby
- autorizovaného bezpečnostného technika alebo bezpečnostného technika + PO + CO
- technológa výroby

Pracovná doba od 6:00 do 14:00 hod. Výkon práce: alebo na 12-hodinové zmeny. Varín

Nástupný plat od 850 €/brutto

Po zaškolení zvýšenie, iné bonusy a benefity (závodné stravovanie, pevná pracovná doba, odmena za odpracované roky, odmena pri životnom a pracovnom jubileu a iné).

Bližšie info: 041/5692731 alebo personal@dolvap.sk

Vyzývame hrdo niešť pochodeň Európy

Tridsiatka významných spisovateľov, vrátane niekoľkých laureátov Nobelovej ceny, zareagovala na výzvu francúzskeho filozofa Bernarda-Henri Lévyho, aby rozozvučali výstražné zvony a varovali pred rastúcim nebezpečenstvom, ktoré ohrozuje Európu. Je to podľa nich predovšetkým totalitarizmus, populizmus a marxizmus. Európsku myšlienku vnímajú ako mimoriadne ohrozenú. Z textu výzvy vyberáme:

„Dost bolo 'budovania Európy'!“ ozýva sa krik. Vráťme sa miesto toho k „duši nášho národa“! Znovuobjavme našu „stratenú identitu“! Tento program šíria populistické sily, ktoré zaplavujú Európu. Neberú ohľad na to, že abstraktné pojmy ako „duša“ a „identita“ často existujú iba v predstavách demagógov. Na Európu útočia falošní proroci, ktorí sú opití nenávisťou v delíriu z možnosti dostať sa do žiary reflektorov... Európa je myšlienka, ktorá sa nám pred očami rozpadá.

V tejto zhubnej atmosfére sa v máji uskutočnia v Európe parlamentné voľby. Ak sa niečo nezmení, ak niečo neodvráti narastajúcu, vzdúvajúcu sa neodbytnú vlnu, ak nepovstane nový duch odporu, tieto voľby môžu dopadnúť najkatastrofálnejšie, ako si len dokážeme predstaviť. Stanú sa triumfom škodcov. Budú potupnou porážkou tých, ktorí ešte stále veria v odkaz Erazma, Danteho, Goetheho a Komenského. Triumfovať bude politika

pohľadania vzdelanosťou a kultúrou. Výsledkom budú výbuchy xenofóbie a antisemitizmu. Hrozí katastrofa...

Preto pozývame pridať sa k novému hnutiu. Preto vyzývame k činu v predvečer volieb, ktoré odmietame ponechať napospas hrobárom európskej myšlienky. Preto nabádame znovu hrdo niešť pochodeň Európy, ktorá napriek svojim chybám, omylom a občasným aktom zbabelosti ostáva majákom pre všetkých slobodných mužov a ženy na tejto planete... Musíme teraz bojovať za myšlienku Európy, alebo sa prizerať tomu, ako ju pohltí vlna populizmu...

Signatári: Vassilis Alexakis, Svetlana Alexijevic, Anne Applebaum, Jens Christian Grøndahl, David Grossman, Ágnes Heller, Elfriede Jelinek, Ismaíl Kadaré, György Konrád, Milan Kundera, Bernard-Henri Lévy, António Lobo Antunes, Claudio Magris, Adam Michnik, Ian McEwan, Herta Müller, Ludmila Ulicová, Orhan Pamuk, Rob Riemen, Salman Rushdie, Fernando Savater, Roberto Saviano, Eugenio Scalfari, Simon Schama, Peter Schneider, Abdullah Sidran, Leïla Slimani, Colm Tóibín, Mario Vargas Llosa, Adam Zagajewski.

Manifest bol uverejnený 25. januára 2019 vo francúzskych novinách Libération. Jeho anglický text, ktorý uverejnili noviny Guardian, preložil Štefan Olejník.

» red

Kolonizátori

Zahraničné firmy si kupujú našu pôdu a stavajú na nej montovne, sklady a supermarkety. Lákame ich na štátne dotácie. A výsledok? Slovákom na Slovensku už nepatrí takmer nič. Štátnemu podnikovi iné krajiny predáme náš štátny podnik a nazveme to privatizáciou. Nový vlastník nemá lepšie technológie, ani znalosti. A z našej firmy zmizne kopa peňazí. Zahraničná farmaceutická firma kúpi slovenskú, ktorá prosperuje. Po rokoch tá slovenská firma už nemá zákazníkov, produkty, licencie ani žiadne hodnotné zdroje. Iba vyžmýkané pracovné sily. A „investor“ ide hľadať ďalších hlupákov, ktorí sa chcú nechať ošklbať. „Investorov“ často predchádzajú nadnárodné „konzultačné“ firmy a banky. Majú analýzy a prezentácie. Komu tieto pološpiónážne organizácie slúžia? Prenasledujú čínske firmy, lebo technologicky predbehli americké (tie, čo nikoho „nesledujú a pociťovo platia dane“ - Google, Amazon, Facebook, Microsoft a pod.).

Veľkí a bohatí nechodia pomáhať malým a chudobným. Pomáhajú sebe, aj s podporou domácich lokajov. Hovoria sa o korupcii v našej krajine. Menej o tom, koľko úplatkov prítieklo cez nadnárodné korporácie, aby získali štátne

objednávky a privatizačné projekty.

Čo sa s tým dá robiť? Kedysi by som povedal, že treba zabrániť rozpredávaniu národného bohatstva. Ale už je neskoro. Potrebujeme rozvíjať našich podnikateľov a ich podniky, prepájať sa, spolupracovať a zvyšovať svoju silu. Postupne získavať späť našu pôdu, fabriky a zdroje. Prenikať do zahraničia. Nie preto, aby sme kolonizovali, ale spolupracovali, učili sa a stavali si tie najvyššie méty. Dokázali to Štefánik, Murgaš, Bel, Petzval, Bahýľ, Banič, Stodola, Jesenius a ďalší. Viete napríklad, že prvý model elektromotora na svete vymyslel Štefan Anáni Jedlík, žlté taxíky v Amerike založil John Daniel Herz zo Sklabine a najznámejšiu príručku priemyselného inžinierstva na svete zostavil Gavriel Salvendy z Rimavskej Soboty?

Máme na viac, ako vypredávať svoju pôdu, fabriky a zdroje. Učme naše deti podnikáť a vytvárať bohatstvo, aby naša krajina slúžila ľuďom, ktorí tu žijú.



» Ján Košťuriak

ĽAHKÁ MANUÁLNA PRÁCA V BYTČI

PLASTOVÉ KOMPONENTY

MZDA:

600 – 700 € mesačne.

NÁPLŇ PRÁCE:

- práca vo výrobe,
- ukladanie plastových výrobkov.

BENEFITY:

- príplatok za prácu v noci,
- príplatok za prácu cez sviatok,
- príspevok na stravné,
- zabezpečená preprava.

POŽIADAVKY:

- spolahlivosť,
- zodpovednosť,
- 8 a 12 hodinové zmeny.



AVEC TRADE

SPÁJAME ĽUDÍ S PRÁCOU UŽ 25 ROKOV

- www.avetrade.sk
- info@avetrade.sk
- info@delivergroup.com
- 0911 553 113, 0905 553 551



**VHODNÉ
PRE ŽENY
AJ MUŽOV**

PRIJMEME UPRATOVAČKY - 3 hodiny denne

ŽILINA

200€/mesiac v čistom

0905 568 491



Prijeme

reprezentatívnych pracovníkov SBS

na TPP na objekt v ZA
s prémieovým segmentom áut.

Mzda 3,30€ hod. + odmeny.

Tel.: 0903 285 166

PRIJMEME UPRATOVAČKY

NA TRVALÝ PRAC. POMER ALEBO DOHODU, DO VÝROBNÉHO ZÁVODU

- 3,19€/hod. brutto (prípl.: nočné, soboty, nedele, sviatky)
- zabezpečená doprava (príspevok)
- ŽILINA, nástup ihneď

☎ 0903 828 397



Vysoká škola zdravotníctva a sociálnej práce

sv. Alžbety Bratislava, detašované pracovisko

Inštitút sv. Jána Bosca Žilina (Rajecká 17, Žilina)

ponúka záujemcom - študijný program:

Sociálna práca (Bc. a Mgr.). V rámci Mgr. stupňa je možnosť paralelne študovať DPŠ.

FZaSP sv. Ladislava Nové Zámky ponúka záujemcom študijný program:

Ošetrovatelstvo (Bc. a Mgr.). V rámci Mgr. stupňa je možnosť paralelne študovať DPŠ.

Pri podaní prihlášky do 28.2.2019 je vypísaná zľava na školnom v zimnom semestri.

Podrobnejšie informácie môžete získať: na webovej stránke www.vssvalzbety.sk alebo

- PhDr. Janka Briššáková, DIS +421417635283; +421911667145 (DPŠ a ošetrovatelstvo)

- Anna Majchráková +421417635283; +421911307757 (sociálna práca)



PONUKA ŠTÚDIA

OČNÉ CENTRUM VISTAMET

Považská Bystrica

MUDr. Eva TRIZULJAKOVÁ - Jednodňová chirurgia oka

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

objednávky
☎ **0948 345 145**
✉ info@vistamet.sk
f Vistamet.sk



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

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

**DEŇ OTVORENÝCH DVERÍ
FBI UNIZA**

MIESTO ČINU

NESMIEŠ CHÝBAŤ!

13.2.2019

9:30

Fakulta bezpečnostného inžinierstva,
Žilinská univerzita v Žiline,
1. mája 32, 010 26 Žilina,
www.fbi.uniza.sk

VSTUP PRIKÁZANÝ VSTUP PRIKÁZANÝ VSTUP PRIKÁZANÝ VSTUP

Záchranné služby

Bezpečnostný manažment

Krízový manažment

Bezpečnosť a ochrana kritickej infraštruktúry

OBOZNÁMITE SA:

- s možnosťou vysokoškolského štúdia,
- s uplatnením absolventov v praxi,
- s priestorovým a materiálnym vybavením,
- s ukázkami aktivít fakulty.



SPRIEVODNÝ PROGRAM:

- simulovaný zásah IZS pri dopravnej nehode
- prehliadka hasičskej techniky
- ukážka poplachových systémov
- kriminalistická technika
- simulácia krízových javov
- airsoftové zbrane a strelnica

Treba odlišiť chrípku od prechladnutia

Chrípku nepodceňujte, treba ju vyležať

Chrípková sezóna na severnej pologuli trvá od októbra do konca apríla nasledujúceho roku. Toto ochorenie by sme však podľa odborníkov nemali podceňovať. Ide o vysoko nákazlivé a rýchlo sa šíriace infekčné ochorenie dýchacích ciest, ktoré treba vyležať.

Chrípka nie je banálne ochorenie

Chrípka patrí medzi najčastejšie ľudské infekčné ochorenia. Nákaza sa prenáša kvapôčkovou infekciou. V niektorých prípadoch môže mať chrípka vážny priebeh s komplikáciami. Vírus chrípky naruší a oslabí sliznicu dýchacích ciest, čo uľahčuje jej bakteriálnu infekciu, takže súčasne s vírusovou infekciou, alebo v nadväznosti na ňu, vznikajú aj bakteriálne zápal ucha, prínosových a čelových dutín, nosa, priedušiek a zápal pľúc. Vo vysokom riziku vzniku závažných komplikácií chrípky sú staršie osoby, ľudia s chronickými ochoreniami (srdcovo-cievne, pľúcne, metabolické), osoby s oslabenou imunitou, tehotné ženy a malé deti. Komplikácie často vyžadujú hospitalizáciu v nemocnici a u vysoko rizikových osôb môžu spôsobiť až ohrozenie života.

Ako odlišiť chrípku od prechladnutia?

Je náročné rozlíšiť chrípku od iných respiračných infekcií a mnoho ľudí si ju mýli so silným prechladnutím. Chrípka má náhly nástup príznakov z plného zdravia, je sprevádzaná vysokou teplotou (38°C). Typickým úvodným príznakom je bolesť kĺbov, silná bolesť hlavy – často za očami, bolesť svalov. Prejavuje sa suchým a dráždivým kašľom, často sa objaví zimnica a triaška, po 48 hodinách sa môže prejavíť nádcha a bolesť hrdla. Pokiaľ nevzniknú komplikácie, príznaky po 3-5 dňoch odznejú, hoci únava a slabosť môžu pretrvávajú dlhšie. K úplnému uzdraveniu obvykle dôjde do dvoch až štyroch týždňov od prvých príznakov. Ak hovoríme o prechladnutí, tak medzi typické príznaky sa radí nádcha, kýchanie, slziace oči a podráždené hrdlo. Toto ochorenie je obmedzené na horné dýchacie cesty, nevzniká náhle z

plného zdravia triaškou. Prechladnutie nie je sprevádzané vysokou teplotou, bolesťami kĺbov a svalov. Príznaky bežného prechladnutia trvajú kratšie a komplikácie ako zápal pľúc sa vyskytujú zriedka.

Chrípku treba vyležať

Liečba chrípky je v kompetencii klinických lekárov. Ochorenie by sa v žiadnom prípade nemalo prechodiť, je potrebné ho vyležať. Liečba chrípky je symptomatická. Spočíva v zmiernení príznakov podávaním liekov na zníženie telesnej teploty, proti kašľu, bolesti hlavy, proti zápalu dýchacích ciest. Ide o vírusové ochorenie, preto sa nelieči antibiotikami. Antibiotiká sa pri nekomplikovanom priebehu bežne nepoužívajú, pretože na vírus chrípky neúčinkujú. Používajú sa iba ak je chrípka komplikovaná sekundárne bakteriálnou infekciou. Za dôležitý sa považuje zvýšený príjem tekutín, vitamínov a pokoj na lôžku. Únavu a malátnosť je však možné pociťovať ešte niekoľko dní, či týždňov po ústupe chrípky. Z hľadiska ďalšieho šírenia infekcie je veľmi dôležité, aby choré osoby obmedzili na najnižšiu mieru kontakt s ostatnými ľuďmi počas trvania príznakov ochorenia, aj keď sú tieto príznaky ľahké. Chorí by mali používať papierové vreckovky jednorazovo, po použití ich zahodiť a umyť si ruky.

Vírus chrípky prežije aj dva dni

Vírus chrípky prežije na odevu, papieri, vreckovkách 8 až 12 hodín. Na hladkých povrchoch je to dokonca 24 až 48 hodín. Vzhľadom na tieto fakty je umývanie rúk jednou zo základných foriem prevencie chrípky. Dôležité je použiť mydlo, najlepšie tekuté v chránenej dávkovacej nádobe. Ruky je dôležité navlhčiť teplou vodou, poriadne ich mydlíť a nakoniec dôkladne opláchnuť. Celá procedúra by mala trvať

Aká je liečba prechladnutia?

Liečba prechladnutia je podobná ako u chrípky. Pokiaľ má prechladnutá osoba ľahké príznaky ochorenia, stačí



Chrípku by sme nemali podceňovať.

foto zdroj pixabay

zdržať sa pár dní v domácom prostredí, piť veľa teplého čaju, minerálky, prípadne užívať voľne dostupné lieky, ktoré odporučí lekárnik (nosové kvap-

vať 40 až 60 sekúnd. K mechanickému čisteniu rúk treba podľa odborníkov pristupovať zodpovedne a nevychať žiadnu časť dlane, chrbát rúk, priestor medzi prstami aj pod nechtami. Najlepšie je po umytí použiť jednorazovú utierku alebo čistý uterák. Ruky je vhodné umývať bez prsteňov, náramkov či hodiniek. Ak nie je dostupná čistá tečúca voda a mydlo, treba použiť dezinfekčný prostriedok na alkoholovej báze. Celá procedúra by mala trvať 20 až 30 sekúnd.

nepriamo – predmetmi a rukami kontaminovanými výlučkami horných dýchacích ciest alebo spojovky. Vstupnou bránou sú horné dýchacie cesty a spojovky. Obdobie nákazlivosti, teda obdobie, kedy sa od chorého na chrípku môžu nakaziť ľudia v jeho okolí, je 3 – 5 dní od vzniku príznakov u dospelých a do 7 dní u malých detí. Najvyššia nákazlivosť je na začiatku ochorenia. Treba mať na pamäti, že chrípka môže postihnúť kohokoľvek a závažné problémy súvisiace s chrípkou sa môžu vyskytnúť v akomkoľvek veku. Na imunitu voči chrípke vplyva vek a zdravotný stav.

Chrípkou sa môžeme nakaziť viackrát za sezónu

Príčinou je premenlivosť vírusu chrípky a existencia viacerých typov chrípkových vírusov. Preto sa nedá vylúčiť, že chrípkou sa možno nakaziť viackrát za sezónu, nakoľko medzi ľuďmi počas sezóny cirkulujú viaceré typy vírusov chrípky a imunita voči jednému vírusu nemusí chrániť pred druhým. Z toho dôvodu sa nová chrípková vakcína pripravuje na každú sezónu, jej zloženie je navrhnuté odborníkmi Svetovej zdravotníckej organizácie. Očkovanie sa odporúča najmä ľuďom vo vysokom riziku vzniku závažných komplikácií chrípky, je potrebné ho absolvovať v priebehu októbra a novembra, aby sa dostatočne včas vytvorili protilátky. Očkovanie hradia všetky zdravotné poisťovne, stačí navštíviť svojho všeobecného lekára.

Informácie poskytol

Odbor epidemiológie Úradu verejného zdravotníctva SR, Referát komunikačný

Stranu pripravila Renáta Kopáčová



Chrípka je sprevádzaná vysokou teplotou.

foto zdroj: guvo 59 pixabay

Potulky zimnou prírodou

Počas zimných výletov do prírody by sme mali byť opatrní, pretože v prípade zľadovateného či zasneženého terénu hrozí aj vyššie riziko úrazov. Posádky Falck Záchranná zasahovali pri úrazoch zapríčinených pošmyknutím sa na zľadovatenom chodníku, ceste či zamrznutej vodnej ploche v prvom týždni nového roka celkom 34-krát.

V dôsledku týchto úrazov bývajú často zlomeniny horných a dolných končatín, ako aj podvrtnutia a úrazy hlavy. „Ak ide o staršieho, alebo chronicky chorého človeka, môže mať i obyčajný pád až fatálne následky,“ upozorňuje Miroslav Nagy, hlavný inštruktor Falck Academy. Pri páde odporúča chrániť si najmä hlavu. Snažte sa padať na zadok alebo chrbát a zmierniť dopad rukami. „Je lepšie mať zlomenú ruku, než rozbitú hlavu. Pri jej zranení môžu byť následky oveľa vážnejšie,“ odporúča Miroslav Nagy. Silmíť náraz a zmierniť následky úrazu pomôže podľa odborníka aj hrubá vetровка, pokrývka hlavy či rukavice.



Hrozí riziko pádov, buďte opatrní.

foto zdroj skeeze pixabay

Pamätajte na vhodné oblečenie

Počas potuliek do zimnej prírody by sme nemali podceňovať ani voľbu správneho oblečenia. Vhodné je najmä vrstvené oblečenie, ktoré vás podľa odborníka ochráni i pred silným mrazom a prípadným vznikom omrzlín. V našej zimnej výbave by sme nemali zabúdať ani na pokrývku hlavy, šál či rukavice. Najčastejšie bývajú postihnuté koncové a nechránené časti tela ako prsty, nos či tvár. „Postihnuté miesto spoznáme podľa toho, že je bledšie až voskové, je necitlivé a neskôr sa môže objaviť bodavá bolesť. K prvej pomoci v takomto prípade patrí postupné zahrievanie, v žiadnom prípade nesmieme trieť postihnuté miesto snehom, hrozí riziko poškodenia kože. Pacienta zohrievajme vlastnými rukami, ak má napríklad omrznuté prsty na ruke, sám si ju môže dať pod pazuchu. Pomáha teplo aj vlažné obklady, nikdy nie horúca voda. Ak sa objaví pluzgieri, vyhľadajte lekára,“ radí Nagy.

ren

Deti sú na mrazivé počasie veľmi citlivé

Chráňte deti pred mrazom

Novorodenci ešte nemajú vyvinutú správnu termoreguláciu, ich pokožka a sliznice sú na nízke teploty veľmi citlivé, preto nie je vhodné chodiť s nimi počas mrazov na prechádzky. Osobitnú starostlivosť pred nízkymi teplotami však potrebujú aj dojčatá a batoláta.

Podľa odporúčaní odborníkov by zdravé dieťa malo stráviť vonku každý deň minimálne dve hodiny počas celého roka. V mrazivom počasí treba obmedziť dĺžku pobytu batoláta vonku maximálne na hodinu dopoludnia a hodinu popoludní. „Dôležité je, aby bolo dieťa dostatočne oblečené, do viacerých vrstiev odevov. Ak sa k mrazu pridá aj silný vietor, s batolatom radšej von nechodte,“ upozorňuje Jana Hamade, vedúca odboru hygieny detí a mládeže Úradu verejného zdravotníctva Slovenskej republiky. Pripomína, že rodičia by nemali zabúdať na vhodné nepremokavé oblečenie, obuv a na ošetrovanie pokožky tváre a rúk ochranným krémom ani pri starších deťoch. „Holomráz pod mínus 10 stupňov Celzia, prípadne kombinácia mrazu a silného vetra môže deťom spôsobiť omrzliny, alebo podráždiť sliznice dýchacích ciest a spôsobiť tak respiračné ochorenie,“ dodáva odborníčka.

Vrstvite oblečenie a chráňte pokožku

Či dieťaťu v kočíku nie je zima zistíte podľa studených rúk, líc alebo chladnej pokožky na záhlaví. „Pri obliekaní dodržiavajte jednoduchú zásadu – vrstvenie. Priamo na telo je najvhodnejšie obliecť jemnú bavlnenú bielizeň, potom odev z flísy, najvrchnejšia vrstva by mala byť vlnená. Na ňu dieťaťu oblečte bundu. Nezabudnite na čiapku primeranej hrúbky a teplé rukavice. Do kočíka vložte ako izolačnú vrstvu



Deti potrebujú chodiť von každý deň, pozor však na mrazivé počasie.

foto zdroj: skimpton007 pixabay

teplú deku, na ňu fusak so zapínaním na zips. Najvrchnejšiu vrstvu má tvoriť nepremokavá prikrývka,“ hovorí Jana Hamade. V mrazivom počasí dostáva zabráť aj pokožka dieťaťa. Väčšmi stráca vodu, vysychanie pokožky môže urýchliť aj prechod medzi vykúrenými miestnosťami do vonkajšieho prostredia. Dieťa preto potrebuje masťové krémy, ktoré pomáhajú dopĺňať lipidy. „Tvár natrite dieťaťu päťnásť až tridsať minút pred odchodom z domu, aby sa krém dostatočne vstrebal. Na pery použite kvalitné, špeciálne balzamy pre deti,“ dodáva.

Pozor na inverziu

Najvhodnejší čas pre pobyt dieťaťa vonku je podľa odborníčky napoludnie, kedy teplota dosahuje najvyššie hodnoty. Ak žijete vo väčšom meste, tam môže byť problémom aj inverzia. „Rodičia by mali

Rozdelenie veku detí

Novorodenec: 0 - 28 dní
Dojča: 1 mesiac - 1 rok
Batoľa: 1 - 3 roky

Informácie poskytol: Odbor hygieny detí a mládeže a referát komunikačný ÚVZ SR

sledovať informácie o rozptylových podmienkach. Ak sa smogová situácia zhorší, je lepšie nechodiť s malým dieťaťom von a výrazne obmedziť či upraviť aj vetranie,“ pripomína Jana Hamade. Rovnako je podľa nej potrebné, aby rodičia sledovali stupne. Pri holomraze je teplotná hranica pre pobyt dojčiat vonku mínus 3 stupne Celzia, ak je nasnežené -5 stupňov Celzia.

Chrípkové vírusy mrazy milujú

Deti patria počas chrípkovej sezóny k najcitlivejším skupinám. „Sú náchylnejšie na ochorenia, pretože imunita sa u nich ešte len vyvíja, majú inú bakteriálnu flóru ako dospelí,“ prízvukuje docentka Jana Hamade. Ako objasňuje, vírusy chrípky dobre prežívajú práve v mrazoch, v suchom vzduchu sa rozbiehajú na menšie časti a zostávajú v ňom dlhšie. V zime sa okrem toho cievy na sliznici dýchacích ciest sťahujú a vírusy do organizmu preniknú ľahšie.

Stranu pripravila: Renáta Kopáčová



Pri obliekaní dodržiavajte jednoduchú zásadu – vrstvenie.

foto zdroj: skimpton007 pixabay

	skratka pre kus	stalo sa letným (zried.)	chytme	ozdobný izbový kvet	2. časť tajničky	pokryva smaltom	Na obecnom úrade istej obce hovorí zástupca starostu starostovi: - Starosta, mám pre teba dve správy, jednu dobrú a jednu zlú. Ktorú chceš počuť ako prvú? - Tú zlú. - S tvojou ženou spí celé obecné zastupiteľstvo. - Preboha!... A tá dobrá? (Dokončenie tvorí tajničku krížovky.)			
náhle ochabnutie organizmu										
lyžiarske preteky										
Pomôcky: atlant, Elmar, ko- kus, limes	éra zápach						francovka	Pomôcky: Libuše, aloe, air, maori	zbavuje hodnoty	zlepí tmelom
otmavela								zdravotné stredisko zn. rus. letadiel		
trie, mädlí (kniž.)				atlas (archit.) časti celku						
solmizač- ná slabika			čľapnem (expr.) mužské meno							
radostný chválospev								značka hélie maorčina		
liatím doplní nádobu							mäkká stupnica trhá (kniž.)			
	paša, pasienok	šúchajú (kniž.) opera B. Smetanu				dáva radu rozdrvil				
hra, po an- glicky					zvonec rodič					guľovitá baktéria (biol.)
druh rastliny				odrenina (zried.) nástroj na osievanie						
značka pre stilb			skratka strany vypieraj				Igor (dom.) približne			
často tupí								univerzitná knihnica infarkt myokardu		
1. časť tajničky										
lietadlo (hovor.)					staro- rímske hraničné opevnenia					

Osvetlenie ešte raz

Nedávno sme sa venovali tomu, že mnohí vodiči na našich cestách neovládajú správne zásady používania osvetlenia vozidla v cestnej premávke. Zostal však ešte jedna samostatná téma, ktorá priamo súvisí s touto problematikou. Tou témou je vzťah vodičov k chodcom a ich oslňovanie. Mohli by sme začať tým, že v civilizovanom spoločenstve platí zásada, že preferovaný je vždy ten slabší. V cestnej premávke sa za slabšieho a viac ohrozeného účastníka logicky považuje chodec.

Lenže toto zjavne u nás nestačí, pretože čo i len uvažovať o nejakej civilizovanosti a ohľaduplnosti niektorých našich vodičov motorových vozidiel je viac ako nereálne. Tak si pomôžeme priamo zákonom, konkrétne Zákom o cestnej premávke. Svietenie vozidiel vo vzťahu k chodcom upravuje hneď vo viacerých paragrafoch.

Hneď tretí paragraf citovaného zákona (v bode a) nariaďuje vodičom „správať sa disciplinovane a ohľaduplne tak, aby neohrozil bezpečnosť alebo plynulosť cestnej premávky“, vo štvrtom paragrafe sa zakazuje vodičom (v bode h) „ohroziť chodcov na chodníku alebo chodcov prechádzajúcich cez cestu, na ktorú vodič odbočuje, pri

odbočovaní na miesto mimo cesty, pri vchádzaní na cestu a pri otáčaní alebo pri cúvaní.“ Tu sa pod ohrozením rozumie aj oslpenie nevhodnými svetlami. Pripomeňme, že pri stáť vozidla sa používajú parkovacie svetlá. Na to sú na vozidlách namontované. Napokon v paragrafe 32 v odseku druhom sa taxatívne určuje, že „vodič nesmie použiť diaľkové svetlomety, ak je vozovka dostatočne a súvisle osvetlená alebo ak by mohol byť oslnený vodič protiidúceho vozidla, vodič vozidla idúceho pred ním alebo iný účastník cestnej premávky, strojvedúci vlaku alebo vodič iného dráhového vozidla, alebo vodič plavidla. Pri zastavení vozidla pred železničným priecestím vodič nesmie použiť ani stretávacie svetlomety, ak by nimi mohol oslniť vodiča vozidla v protismere.“ Nuž a „iným“ účastníkom cestnej premávky sa rozumie aj chodec. Chodcom zas pripomínáme, aby sa v čase zníženej viditeľnosti vybavili reflexnými prvkami na oblečení.



» red

Pochúťka, ktorá vznikla zo zúfalstva

Vraj v zime roku 1794 zastihol chudobných farmárov v Franconii nečakaný mráz. Franconia je historický názov pre oblasť na juhu Nemecka, ktorej strediskovým mestom je Ansbach. Miestni vinári namiesto toho, aby lamentovali nad zmŕznutým hroznom, a taktiež preto, že boli veľmi šetrní, tak vyrobili víno aj zo zmŕznutého hrozna. Výsledkom toho bolo maličké množstvo medovo chutiaceho nektáru, ktorý mal vynikajúcu chuť, vyváženú kyslosťou a nepodobal sa ničomu, čo bolo dovtedy medzi vinármi vyprodukované. Odvtedy sa vie, že ľadové víno je zriedkavý, no vynikajúci produkt, ktorého korene majú viac než dvestoročný pôvod v Európe. Nemecko bolo prvou krajinou, kde sa toto víno začalo vyrábať.

Ľadové víno je výnimočné tým, že voda v bobuliach hrozna do veľkej miery zamŕza. Ak sa takéto zamŕznuté hrozno vylisuje, vo výslednom muštvu zostane iba koncentrovaná šťava s minimom vody. Dopracovať sa k ľadovému vínu je však veľká lotéria, keďže sa musí takéto hrozno vyhnúť chorobám ako aj zveri po dlhý čas.

Práve zver prirodzene spôsobuje každoročne veľké škody, keďže si v mnohých prípadoch na hrozne určenom na ľadové víno pochutnali jelene, srnky, diviaky či vtáky. No a napokon musí teplota klesnúť pod -7 stupňov Celzia pri zbere a tiež pri lisovaní, čo sa v niektorých ročníkoch ani nemusí podať. Ak sa však toto všetko dosiahne, tak z jedného kilogramu hrozna sa vylisuje asi len 10 cl koncentrovaného muštvu (pri štandardnom hrozne je to až 75 cl). Preto je ľadové víno tak výnimočné a cenené. Takýto koncentrát ma vysokú aromatickosť a cukrnatosť, vďaka ktorým dostáva ľadové víno jedinečné vlastnosti.

Hotové ľadové víno ma jedinečnú a neopakovateľnú chuť. Niekedy máva koncovku medovo – broskyňovú, marhuľovú alebo dokonca pripomína chuť tropického ovocia. Ľadové víno je mimoriadne vhodné ako dezert po dobrom jedle. Je to naozaj lahodná pochúťka. Skúsenosť vinárov vraj ukazuje, že hrozno s hrubšou šupkou, ako sú napríklad odrody Vidal a Riesling, je na produkciu ľadového vína najlepšie.

» red

Pozor, chrípka silnie!

Informácie o výskyte akútnych respiračných ochorení a chrípky a chrípke podobných ochorení v Slovenskej republike za 4. kalendárny týždeň 2019 naznačujú, že chrípka je na výraznom vzostupe.

V 4. kalendárnom týždni 2019 bolo hlásených 61 393 akútnych respiračných ochorení (ARO), t. j. chorobnosť 2 089,7 osôb v starostlivosti lekárov. Chorobnosť v porovnaní s predchádzajúcim týždňom stúpila o takmer dvadsať percent. Najvyššia chorobnosť bola zaznamenaná v Bratislavskom kraji, najnižšia v Trenčianskom kraji. Najvyššia vekovo špecifická chorobnosť na ARO bola vo vekovej skupine 0-5 ročných detí, dosiahla hodnotu 6 382,1/100 000.

Priebeh ochorenia bol komplikovaný u 1 404 osôb, čo predstavuje 2,3 percenta zo všetkých ARO.

Ochorenia hlásilo 60 percent všeobecných lekárov pre deti a dospelých, 51 percent všeobecných lekárov pre dospelých. Najvyššia proporcia hlásiacich lekárov bola zaznamenaná v Trnavskom kraji, najnižšia v Bratislavskom kraji.

Prerušenie výchovno-vzdelávacieho procesu bolo v 4. kalendárnom týždni 2019 hlásené spolu v 72 výchovno-vzdelávacích zariadeniach. Išlo o 51 materských škôl (21 v Košickom kraji, 11 v Trnavskom

kraji, osem v Prešovskom kraji, po štyri v Nitrianskom a Žilinskom kraji, dve v Banskobystrickom kraji a jedna v Trenčianskom kraji), 20 základných škôl (12 v Prešovskom kraji, po tri v Nitrianskom a Košickom kraji a dve v Žilinskom kraji) a o jednu základnú školu s materskou školou v Banskobystrickom kraji.

Obrannoschopnosť organizmu počas chrípkovej sezóny možno podporiť zvýšeným príjmom vitamínov A, C, E a väčšiny vitamínov zo skupiny B – komplexu. Získame ich konzumáciou dostatočného množstva čerstvej zeleniny, ovocia a celozrnných obilnín. Najvhodnejšie je vyberať si z nej druhy bohaté najmä na vitamín C – papriku, chren, citrusové ovocie, kiwi, zelené vňať, kel, kapustu. Najmä v zimnom období je vhodné doplniť vitamín C. Počas chrípkovej sezóny je mimoriadne dôležité dbať na čistotu rúk, treba si ich umývať čo najčastejšie (vrátane každého kýchnutia či zakašľania), a to teplou vodou a mydlom, v prípade núdze pomôžu aj dezinfekčné gély na alkoholovej báze. Netreba zabúdať na niekoľkokrátové nárazové vetranie v miestnostiach. Počas chrípkovej sezóny odporúčame upratovanie „navlhko“ – vírus chrípky prežije v prachu v izbovej teplote i niekoľko dní.

» Zdroj: ÚVZ SR

BIO meranie celého tela 15 €

ČO DOKÁŽE ZISTIŤ:

- funkčnosť a stav jednotlivých orgánov
- povahu a príčinu Vášho ochorenia
- bolesti, alergii, skrytých chorôb
- prítomnosť cudzorodých organizmov
- okamžite rieši zdravotné problémy, bezbolestne a vhodne aj pre deti, trvá 45 min.

Čas Vašej konzultácie je potrebné objednať: 0905 655 392

✓ Výživová poradňa ✓ Čínska medicína MING



Kúpim jelenie, srnčie, danielie zhody a trofeje.

tel. 0940 723 073

FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

VÝROBA, PREDAJ A MONTÁŽ

- NEREZOVÝCH VLOŽIEK 0,6 – 0,8 – 1mm
 - 3-VRSTVOVÝCH KOMÍNOV - ANTIKOR, POZINK, HLINÍK
 - MUROVANÝCH KOMÍNOV S NEREZOVOU VLOŽKOU
- REALIZÁCIE KRBOV, KACHEŤOVÝCH PECÍ**

www.tridek.sk tridek.kominy@gmail.com

OBHLIADKY: 0910 938 961, 0918 489 793

VÝROBA: 0911 938 960



0911 593 555

moriak@moriak.sk

FARMA ČREMOŠNÉ

AKCIA 3,05 – 3,35 €/kg

Január - február

Moriaky

priamo z nášho chovu

to je čerstvá morčacina

až k dverám Vášho domu

Od teraz

až do Veľkej noci



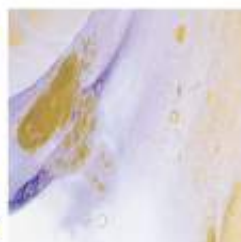
RACIO PALIVÁ

www.forestprogress.sk

drevené pelety ekohrášok

0948 262 443

paliva@forestprogress.sk



TV PROGRAM

PONDELOK 4.2.2019

MARKÍZA 06:00 Teleráno **08:30** Záměna manželiek **09:50** Oteckovia **10:55** Susedské prípady **12:00** Rodinné prípady **13:00** NCIS - Národný vyšetrovací úrad VIII. 17-18/24 **14:55** Susedské prípady **15:55** Rodinné prípady **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** Autoškola **21:35** Tammy **23:35** NCIS - Národný vyšetrovací úrad VIII. 17-18/24 **01:25** Záměna manželiek **02:35** Susedské prípady **03:25** Rodinné prípady

TV JOJ 05:40 KRIMI **06:15** RANNÉ NOVINY **08:30** IQ TAXI **09:00** SÚDNA SIĚŇ **10:00** SÚDNA SIĚŇ **11:00** ZÁCHRANÁRI **12:00** NOVINY O 12:00 **12:30** TOP STAR **13:00** Kosti V. 3,4 **15:00** POLICAJI V AKCII **17:00** NOVINY O 17:00 **17:25** ZÁCHRANÁRI **18:25** PO ŠKOLE **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** INKOGNITO **21:55** INKOGNITO **23:20** S PRAVDOU VON **00:45** ZÁCHRANÁRI **01:35** NOVINY TV JOJ **02:20** INKOGNITO **03:30** SÚDNA SIĚŇ **04:15** ZÁCHRANÁRI **04:50** NOVINY TV JOJ

RTVS 05:55 Správy RTVS „N“ **07:00** Postav dom, zasad' strom **08:30** Svet z vtáčej perspektívy **09:00** Doktor z hôr **09:45** Sudkyňa Amy **10:30** Kultúrne dedičstvo **10:50** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:00** Správy RTVS **12:20** Dámsky klub **13:55** Folklorika **14:25** Dobrodružstvá Sherlocka Holmesa **16:00** Správy RTVS **16:55** Doktor z hôr **17:50** Duel **18:20** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Kým nás svadba nerozdelí **22:20** Reportéri **23:00** Inšpektor Max **00:00** Kým nás svadba nerozdelí **01:50** Inšpektor Max

PIATOK 8.2.2019

MARKÍZA 06:00 Teleráno **08:30** Sladká výzva **08:40** Záměna manželiek **09:55** Oteckovia **10:55** Susedské prípady **12:00** Rodinné prípady **13:05** NCIS - Národný vyšetrovací úrad XIII. 1-2/24 **15:00** Susedské prípady **16:00** Rodinné prípady **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** Harry Potter a Dary smrti **23:35** Na vlastnú päsť **01:30** NCIS - Národný vyšetrovací úrad **02:55** Záměna manželiek **03:55** Susedské prípady

TV JOJ 05:40 KRIMI **06:15** RANNÉ NOVINY **08:30** SUPERMAMA **09:50** SÚDNA SIĚŇ **11:00** SÚDNA SIĚŇ **12:00** NOVINY O 12:00 **12:30** TOP STAR **13:00** Kosti V. 11,12 **15:00** 9-1-1 **17:00** POLICAJI V AKCII **17:00** NOVINY O 17:00 **17:25** POLICAJI V AKCII **18:25** PO ŠKOLE **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** Medzi náhrobnými kameňmi **23:00** Zlodej a zlodějčkovia **01:05** Signál z neznáma **03:10** NOVINY TV JOJ **03:45** KRIMI **04:10** POLICAJI V AKCII **04:55** NOVINY TV JOJ

RTVS 05:55 Správy RTVS „N“ **07:00** Folklorika **08:30** Svet z vtáčej perspektívy **09:00** Doktor z hôr **09:50** Sudkyňa Amy **10:50** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:00** Správy RTVS **12:20** Dámsky klub **13:55** Folklorika **14:25** Dobrodružstvá Sherlocka Holmesa **15:30** Slovensko s Tiposom **16:00** Správy RTVS **16:25** Svet z vtáčej perspektívy **16:55** Doktor z hôr **17:45** Duel **18:15** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Čo ja viem **22:00** Cestou necestou **22:35** Útek z Alcatrazu **00:20** Dobrodružstvá Sherlocka Holmesa **01:15** Útek z Alcatrazu

UTOROK 5.2.2019

MARKÍZA 06:00 Teleráno **08:30** O 10 rokov mladší **09:45** Oteckovia **10:45** Susedské prípady **11:50** Rodinné prípady **12:55** NCIS - Národný vyšetrovací úrad VIII. 19-20/24 **14:55** Susedské prípady **15:55** Rodinné prípady **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** Dobré vedieť **22:45** Rodinné prípady **23:40** NCIS - Národný vyšetrovací úrad VIII. 19-20/24 **01:25** Milenky **03:05** Susedské prípady **03:50** Rodinné prípady

TV JOJ 05:40 KRIMI **06:15** RANNÉ NOVINY **08:30** IQ TAXI **09:00** SÚDNA SIĚŇ **09:50** SÚDNA SIĚŇ **11:00** POLICAJI V AKCII **12:00** NOVINY O 12:00 **12:30** TOP STAR **13:00** Kosti V. 5,6 **15:00** POLICAJI V AKCII **17:00** NOVINY O 17:00 **17:25** ZÁCHRANÁRI **18:25** PO ŠKOLE **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** REŠTART **22:00** 9-1-1 **23:00** Kuriér 1/12 **00:10** POLICAJI V AKCII **01:15** NOVINY TV JOJ **02:05** REŠTART **03:25** SÚDNA SIĚŇ **04:10** ZÁCHRANÁRI **04:45** NOVINY TV JOJ

RTVS 05:45 Správy RTVS „N“ **07:00** Folklorika **08:30** Svet z vtáčej perspektívy **09:00** Doktor z hôr **09:45** Sudkyňa Amy **10:30** Kultúrne dedičstvo **10:50** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:00** Správy RTVS **12:20** Dámsky klub **13:55** Folklorika **14:25** Dobrodružstvá Sherlocka Holmesa **16:00** Správy RTVS **16:55** Doktor z hôr **17:45** Duel **18:15** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Mafia zabíja len v lete **21:15** Mata Hari **22:05** Vrchný inšpektor Banks **23:35** Mafia zabíja len v lete **00:25** Mata Hari **01:10** Vrchný inšpektor Banks

SOBOTA 9.2.2019

MARKÍZA 06:00 TELEVÍZNE NOVINY **07:00** Nové dobrodružstvá Toma a Jerryho II. **08:10** Dáťeľ Woody **08:20** Zajac Bugs a priatelia **08:25** Tom a Jerry **08:40** Pán prsteňov: Návrat kráľa **12:40** Need for Speed **15:20** Harry Potter a Dary smrti **18:20** Smotánka **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** 7 sestier Triler MN 15 (USA-VB-Francúzsko-Belgicko) **2017** N. Rapaceová, G. Closová, W. Dafoe, M. Kenzari, Ch. Rubick **23:10** Elysium **01:20** 7 sestier **03:30** Elysium

TV JOJ 05:45 KRIMI **06:20** NOVINY TV JOJ **07:10** Levia stráž II. 11,12/28 **08:05** Rychla rota Chipa a Dala 47,48 **09:00** Simpsonovci XX-VII. 1,2/22 **09:50** Neserte nám pesťunkú II. 9,10 **10:50** Kovbojky a anjeli **12:50** Vodný svet **16:00** Šanghajski rytieri **18:20** MILÁČIKOVO **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** VŠETKO ČO MÁM RÁD **22:20** VŠETKO ČO MÁ ANDER RÁD **23:00** Nečakaný útok **01:05** Stormageddon **02:55** KRIMI **03:20** NA CHALUPE **04:10** NOVÉ BÝVANIE

RTVS 06:25 Prasiatko Peppa **06:45** Lassie **07:05** Červíčkovia **07:30** Levia stráž **07:55** Elena z Avaloru **08:15** Fidlibumove rozprávky **08:45** Třpaslíci **09:10** Daj si čas **09:40** Durrellovci **10:40** On air **11:15** Park **11:55** Čo ja viem **13:25** Záhadý tela **14:35** Slečna Marpleová: Vražda na fare **16:10** Biblia **17:45** Cestou necestou **18:20** Chodímesov **18:25** Postav dom, zasad' strom **19:00** Správy RTVS **20:30** Záhadý tela **21:30** Neskoro večer **22:25** Kolekcia **23:15** Slečna Marpleová: Vražda na fare **00:50** Biblia **02:20** Kolekcia

STREDA 6.2.2019

MARKÍZA 06:00 Teleráno **08:30** Varte s nami **08:40** Záměna manželiek **09:50** Oteckovia **10:55** Susedské prípady **11:55** Rodinné prípady **13:00** NCIS - Národný vyšetrovací úrad VIII. 21-22/24 **14:55** Susedské prípady **16:00** Rodinné prípady **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** CHART SHOW **22:35** Autoškola **23:35** Beznádejne zamilovaná Lola **01:25** NCIS - Národný vyšetrovací úrad **02:55** Susedské prípady

TV JOJ 05:40 KRIMI **06:15** RANNÉ NOVINY **08:30** IQ TAXI **09:00** SÚDNA SIĚŇ **10:00** SÚDNA SIĚŇ **11:00** ZÁCHRANÁRI **12:00** NOVINY O 12:00 **12:30** TOP STAR **12:50** Kosti V. 7,8 **14:50** POLICAJI V AKCII **17:00** NOVINY O 17:00 **17:25** POLICAJI V AKCII **18:25** PO ŠKOLE **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** SOM MAMA II. **22:30** Vtiera Sam **4** **23:35** ZÁCHRANÁRI **00:25** NOVINY TV JOJ **01:10** SOM MAMA II. **03:05** KRIMI **03:30** SÚDNA SIĚŇ **04:05** POLICAJI V AKCII **04:50** NOVINY TV JOJ

RTVS 05:55 Správy RTVS „N“ **07:00** Folklorika **08:30** Svet z vtáčej perspektívy **09:00** Doktor z hôr **09:45** Sudkyňa Amy **10:50** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:00** Správy RTVS **12:20** Dámsky klub **13:55** Folklorika **14:25** Dobrodružstvá Sherlocka Holmesa **15:30** Slovensko s Tiposom **16:00** Správy RTVS **16:25** Svet z vtáčej perspektívy **16:55** Doktor z hôr **17:45** Duel **18:15** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Vtedy na západe **23:10** Vraždy na ostrove Aix **00:40** Ray Donovan **01:35** Dobrodružstvá Sherlocka Holmesa

NEDEĽA 10.2.2019

MARKÍZA 06:00 TELEVÍZNE NOVINY **07:00** Vice Versa **09:00** Bláznivý tábor **10:50** CHART SHOW **13:00** Na telo **13:30** Godzilla **16:45** Dobré vedieť **17:55** Autoškola **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** THE VOICE ČESKO SLOVENSKO Kto sa stane najlepším hlasom Česka a Slovenska a získa rozprávkový výhru v hodnote 75 000 €? **22:30** Dvojnasobné obvinenie **00:45** Na vlastnú päsť **02:25** Dvojnasobné obvinenie **04:00** Autoškola **04:55** TELEVÍZNE NOVINY

TV JOJ 05:00 NOVINY TV JOJ **05:50** KRIMI **06:20** NOVINY TV JOJ **07:10** Levia stráž II. 13,14/28 **08:05** Rychla rota Chipa a Dala 49 **08:30** Psia superstar **10:30** REŠTART **12:00** James Bond: Dnes neumieraj **15:00** Gulliverove cesty **16:50** NA CHALUPE **17:50** NOVÉ BÝVANIE DIZAJN **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** V SIEDMOM NEBI Slovenská rodinná šou Vila Rozborla. MN 12 **2018** **22:45** Život v stávke **00:50** Železné srdce **03:35** KRIMI **03:55** DEDIČSTVO 6

RTVS 07:15 Červíčkovia **07:25** Sammy a jeho priatelia **07:40** Levia stráž **08:00** Elena z Avaloru **08:50** Nech žije deduško **09:30** Autosádn **09:55** Americké národné parky **11:25** Svet v obrazoch **11:55** O 5 minút **12** **13:00** Občan za dverami **13:45** Poirot: Rodský trojuholník **14:35** Poirot: Problém na mori **15:35** Zlaté časy **16:40** Smrť prichádza vďaka **18:15** Tajomstvo mojej kuchyne **19:00** Správy RTVS **20:30** Strážmajster Topinka **21:20** Musíš mi veriť **23:00** Poirot: Rodský trojuholník **23:55** Poirot: Problém na mori **00:45** Smrť prichádza vďaka

ŠTVRTOK 7.2.2019

MARKÍZA 06:00 Teleráno **08:30** O 10 rokov mladší **09:45** Oteckovia **10:45** Susedské prípady **11:50** Rodinné prípady **12:50** NCIS - Národný vyšetrovací úrad VIII. 23-24/24 **14:50** Susedské prípady **15:55** Rodinné prípady **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** Milenky **22:50** Rodinné prípady **23:50** NCIS - Národný vyšetrovací úrad **01:30** O 10 rokov mladší **02:25** Dobré vedieť **03:25** Susedské prípady

TV JOJ 05:40 KRIMI **06:15** RANNÉ NOVINY **08:30** PO ŠKOLE **09:00** SÚDNA SIĚŇ **10:00** SÚDNA SIĚŇ **11:00** ZÁCHRANÁRI **12:00** NOVINY O 12:00 **12:30** TOP STAR **13:00** Kosti V. 9,10 **15:00** POLICAJI V AKCII **17:00** NOVINY O 17:00 **17:25** ZÁCHRANÁRI **18:25** PO ŠKOLE **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** S PRAVDOU VON **22:00** SEDEM **23:00** REŠTART **00:20** ZÁCHRANÁRI **01:15** NOVINY TV JOJ **01:55** S PRAVDOU VON **03:10** KRIMI **03:30** SÚDNA SIĚŇ **04:15** ZÁCHRANÁRI **04:50** NOVINY TV JOJ

RTVS 05:45 Správy RTVS „N“ **07:00** Folklorika **08:30** Svet z vtáčej perspektívy **09:00** Doktor z hôr **09:50** Sudkyňa Amy **10:50** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:00** Správy RTVS **12:20** Dámsky klub **13:55** Folklorika **14:25** Dobrodružstvá Sherlocka Holmesa **16:00** Správy RTVS **16:55** Doktor z hôr **17:45** Duel **18:15** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Zlaté časy **21:30** Dve deti, manželka a dcéra **23:00** Radosť zo života **23:30** Neskoro večer **00:20** Dobrodružstvá Sherlocka Holmesa **01:10** Dve deti, manželka a dcéra



TIP NA SOBOTNÝ VEČER

9.2.2019 20:30
7 SESTIER

PONDELOK 4.2.2019

DOMA **DOMA** 05:30 Indická nevesta 423-424 06:10 Velvet IV. 17 07:00 Láska na druhý pokus 25 08:20 Pestúnka Fran 09:50 Tanec je moja vášeň 2 12:00 Indická nevesta 425-426 13:20 Velvet IV. 18 14:00 Búrlivé víno 16:25 Dr. House III. 1-2/24 18:15 FBI: Prípady Sue Thomasovej III. 3-4/13 20:15 Varte s nami 20:30 Neželaná nevesta 173-174 22:20 Nekonečná láska 1-2 00:15 Cudzinka II. 2/13 01:20 Adela show 01:55 Smotánka 02:30 Búrlivé víno 04:20 Nekonečná láska 1-2

plus **PLUS** 06:00 SÚDNA SIEN' 07:45 Kutyl s.r.o. 7 08:50 Simpsonovci V. 7,8 10:05 MACGYVER: NOVÉ ČASTI II. 23/23 11:25 NOVÉ BÝVANIE 12:50 NA CHALUPE 13:50 PANELÁK XIII. 90 14:55 Simpsonovci V. 9,10 15:55 Najlepšie svetové videá V. 21 16:55 Profesionáli II. 1/31 17:50 SÚDNA SIEN' 19:30 ŽREBOVANIE 20:10 22 výstrel 22:50 OKTAGON MAGAZÍN 23:20 Horúce strely 2 01:10 Vikingovia IV. 14 02:10 Najlepšie svetové videá V. 21 02:55 Kutyl s.r.o. 7 03:35 NOVÉ BÝVANIE 04:20 NA CHALUPE

:2 **RTVS** 06:05 Televíkend 07:10 Lassie 08:30 Polícia 09:05 Tvárou v tvár 10:25 Zina 11:05 Kurov 11:30 Obedniček 12:30 Orientácia 13:25 Česť 13:50 Generácia 14:30 Park 15:00 Autosalon 16:00 Stretnutia so zvieratami 16:30 Žena na konci sveta 17:00 Správy RTVS 17:15 Správy - Hľadáte 17:30 Rodina 18:00 Hľadanie stratených svetov 18:30 Večerníček 19:00 Lassie 19:50 Správy RTVS 20:10 Moja diagnóza 20:35 Silná zostava 21:30 Hranica v srdci 22:00 Správy a komentáre 22:25 Duhový ostrov 00:05 Správy RTVS „N“

PIATOK 8.2.2019

DOMA **DOMA** 05:35 Indická nevesta 431-432 06:15 Velvet IV. 21 07:05 Láska na druhý pokus 29 08:25 Pestúnka Fran 09:55 Neželaná nevesta (179-180) - FINÁLE SÉRIE 12:00 Indická nevesta 433-434 13:20 Velvet IV. 22 14:00 Búrlivé víno 16:20 Dr. House III. 9/24 17:15 FBI: Prípady Sue Thomasovej III. 11-13/13 20:15 Sladká výzva 20:30 Skutočné vraždy: Tri spálne a jedno telo 22:15 Sherlock a Watsonová 00:05 Dr. House III. 9/24 01:00 Sherlock a Watsonová III. 9-10/24 02:25 Adela show 03:00 Smotánka

plus **PLUS** 05:10 PANELÁK XIV. 1 06:00 SÚDNA SIEN' 07:45 Kutyl s.r.o. 11 08:50 Simpsonovci V. 15,16 10:10 MACGYVER: NOVÉ ČASTI I. 4 11:25 NOVÉ BÝVANIE 12:50 NA CHALUPE 13:50 PANELÁK XIV. 2 14:55 Simpsonovci V. 17,18 15:55 Najlepšie svetové videá V. 25 16:55 Profesionáli II. 5 17:55 SÚDNA SIEN' 19:55 ŽREBOVANIE 20:10 Guliverove cesty 22:00 Kuriér 1/12 23:00 Walking Dead VIII. 1,2/16 01:00 Čierne vlajky III. 7,8 03:00 Najlepšie svetové videá V. 25 03:50 Prvé oddelenie II. 04:05 NOVÉ BÝVANIE 04:55 NA CHALUPE

:2 **RTVS** 06:00 Záhady mozgu 07:10 Lassie 08:30 Správy RTVS 09:00 Žena na konci sveta 10:00 Karol Ketzler 11:05 Spievanie vo vani 11:30 Obedniček 12:30 Potomstvo hájnikovej ženy 13:30 Galavečer Prešovskej archieparchie 14:40 Moja diagnóza 15:05 Tvárou v tvár 16:10 Zjazdové lyžovanie - MS 2019 17:30 Rodina 18:00 Hľadanie stratených svetov 18:30 Večerníček 19:00 Lassie 19:50 Správy RTVS 20:10 Rodina 20:35 Ežo Víkolinský 21:55 Lekcia 23:45 BJD 2016 00:40 Správy RTVS „N“ 01:30 Národnostné správy

UTOROK 5.2.2019

DOMA **DOMA** 05:40 Indická nevesta 425-426 06:25 Velvet IV. 18 07:15 Láska na druhý pokus 26 08:35 Pestúnka Fran 10:00 Neželaná nevesta 173-174 12:10 Indická nevesta 427-428 13:30 Velvet IV. 19 14:20 Búrlivé víno 16:45 Dr. House III. 5-6/24 18:20 FBI: Prípady Sue Thomasovej 20:30 Neželaná nevesta Romantický seriál MN 12 (Turecko) 2017-2018 Ö. Deniz, A. Erverová, I. Bilginová, S. Bademci, D. Aksüyeková, F. Taniş. 22:20 Nekonečná láska 00:15 Cudzinka 01:15 Adela show 01:50 Smotánka 02:20 Búrlivé víno

plus **PLUS** 05:05 KINOSÁLA 05:15 PANELÁK XIII. 90 06:00 SÚDNA SIEN' 07:45 Kutyl s.r.o. 8 08:50 Simpsonovci V. 9,10 10:05 MACGYVER: NOVÉ ČASTI I. 2/21 11:25 NOVÉ BÝVANIE 12:45 NOVÁ ZÁHRADA 13:40 PANELÁK XIII. 91 14:45 Simpsonovci V. 11,12 15:45 Najlepšie svetové videá V. 22 16:50 Profesionáli II. 2 17:45 SÚDNA SIEN' 19:50 TIPOS INFO 19:55 ŽREBOVANIE 20:10 Zločedi a zlo-dejčkovia 22:00 Straight Outta Compton 01:10 Vikingovia IV. 15 02:15 Najlepšie svetové videá V. 22 03:00 NOVÉ BÝVANIE 03:45 NOVÁ ZÁHRADA

:2 **RTVS** 06:00 Stretnutia so zvieratami 07:10 Lassie 08:45 Miestopis cechov a manufaktúr 09:05 Žena na konci sveta 10:00 Hviezda tisícročia 11:15 Pesničky z priechyňa 11:30 Obedniček 12:25 Zjazdové lyžovanie - MS 2019 13:50 Nacistická lúpež umenia 15:00 Pred kamerou, za kamerou 16:00 Záhady mozgu 16:25 Žena na konci sveta 17:30 Rodina 18:00 Hľadanie stratených svetov 18:30 Večerníček 19:05 Lassie 19:50 Správy RTVS 20:10 Po stopách Boha 21:00 Gréci 22:25 Večera s Havranom 23:40 Nacistická lúpež umenia 00:35 Správy RTVS

SOBOTA 9.2.2019

DOMA **DOMA** 05:55 Leto v Provencalsku 07:45 Smotánka 08:45 Pestúnka Fran 10:10 Taká obyčajná rodinka VI. 17-18/24 11:30 Tsunami, život potom 14:05 Noemova archa 17:40 Katie Ffordová: Čas lásky a nádeje 20:00 Mestečko Frühling: Šťastie pre syna Romantický film MN 12 (Nemecko) 2014 22:00 Inga Lindströmová: Druhá šanca 00:05 Katie Ffordová: Čas lásky a nádeje 01:45 Mestečko Frühling: Šťastie pre syna 03:15 Skutočné vraždy: Tri spálne a jedno telo 04:35 Taká obyčajná rodinka VI. 17-18/24

plus **PLUS** 05:35 SÚDNA SIEN' 07:30 NOVÁ ZÁHRADA 08:55 NA CHALUPE 10:15 NOVÉ BÝVANIE 11:20 NOVÉ BÝVANIE DIZAJN 12:45 Najkrajšie bývanie III. 3,4 14:50 Valentínska výhra 15:20 Slovácko sa nesúdi 11,12/12 17:05 Sopka 19:20 Simpsonovci XXVIII. 1/22 19:45 KINOSÁLA 19:55 ŽREBOVANIE 20:10 James Bond: Dnes neumiera Britský akčný špiónážny film, MN 12 2002 23:00 Železné srdce 02:00 Walking Dead VIII. 1,2/16 03:25 Čierne vlajky III. 8 04:15 Prvé oddelenie II. 04:35 Nečakaný útok

:2 **RTVS** 06:45 Obrázky z prírody 07:15 Autosalon 07:40 Polícia 08:25 Televíkend 09:05 Bežkopotulky 09:20 HISTORY 09:25 Noc v archíve 10:30 Vat 11:00 Generácia 11:35 Futbal - Magazín Európskej ligy 12:25 ŠTÚDIO ŠPORT: Zjazdové lyžovanie - MS 2019 14:00 Tenis - Fed Cup 15:45 Hokej - Kaufland Cup - zápasy 19:00 Atletika - Banskobystrická laťka 21:10 Ukradnutá hranica 22:35 Príbeh služobníčky 23:30 Taboo 2/8 00:25 Správy RTVS v slovenskom posunkovom jazyku „N“ 00:35 Správy RTVS „N“

STREDA 6.2.2019

DOMA **DOMA** 05:30 Indická nevesta 427-428 06:15 Velvet IV. 19 07:05 Láska na druhý pokus 27 08:25 Pestúnka Fran 09:55 Neželaná nevesta 175-176 12:00 Indická nevesta 429-430 13:20 Velvet IV. 20 14:05 Búrlivé víno 16:25 Dr. House III. 5-6/24 18:20 FBI: Prípady Sue Thomasovej 20:30 Neželaná nevesta Romantický seriál MN 12 (Turecko) 2017-2018 Ö. Deniz, A. Erverová, I. Bilginová, S. Bademci 22:20 Nekonečná láska 5-6 00:15 Cudzinka 01:15 Adela show 01:50 Smotánka 02:30 Búrlivé víno 04:15 Nekonečná láska

plus **PLUS** 05:05 PANELÁK XIII. 91 06:00 SÚDNA SIEN' 07:40 Kutyl s.r.o. 9 08:45 Simpsonovci V. 11,12 10:05 MACGYVER: NOVÉ ČASTI I. 2 11:20 NOVÉ BÝVANIE 12:45 NA CHALUPE 13:45 PANELÁK XIII. 92 14:50 Simpsonovci V. 13,14 15:50 Najlepšie svetové videá V. 23 16:50 Profesionáli II. 3 17:55 SÚDNA SIEN' 19:30 ŽREBOVANIE 20:10 Mutanti 10,11 22:05 Najlepšie svetové videá 00:05 Vikingovia 01:00 Najlepšie svetové videá V. 23 02:05 Kutyl s.r.o. 9 02:45 Prvé oddelenie II. 03:10 NOVÉ BÝVANIE 03:55 NA CHALUPE

:2 **RTVS** 06:00 Záhady mozgu 07:10 Lassie 09:00 Žena na konci sveta 09:30 Kvarteto 10:00 Most 11:05 Na záhumní 11:30 Obedniček 12:25 Zjazdové lyžovanie - MS 2019 13:50 Po stopách Boha 15:00 Pred kamerou, za kamerou 16:00 Záhady mozgu 16:30 Žena na konci sveta 17:00 Správy RTVS 17:25 Rodina 17:55 Palubovková streda 20:10 Planéta Zem 21:05 Život zvierat 22:25 Kinorama 22:50 Umenie 23:15 Anasoft litera 2018 23:25 Festivaly 2018 23:40 Deväť mesiacov, ktoré nás vytvorili 00:30 Správy RTVS

NEDEĽA 10.2.2019

DOMA **DOMA** 05:40 Inga Lindströmová: Druhá šanca 07:30 Smotánka 08:30 Pestúnka Fran 09:55 Taká obyčajná rodinka VI. 19-20/24 11:15 Mestečko Frühling: Šťastie pre syna 13:45 FBI: Prípady Sue Thomasovej III. 12-13/13 15:40 Skutočné vraždy: Tri spálne a jedno telo 17:25 Sladká výzva 17:35 Něžné vlny 20:00 Moja vysnívaná svadba 21:45 Zubaté ostrie 00:00 Něžné vlny 01:45 Moja vysnívaná svadba 03:05 Zubaté ostrie 04:45 Taká obyčajná rodinka VI. 19/24

plus **PLUS** 06:05 Slovácko sa nesúdi 11,12/12 07:30 Letecké katastrofy XIV. 1/11 08:20 Letecké katastrofy XV. 1/10 09:45 Sopka 12:10 MILÁČKOVO 12:50 15 MINÚT. KUCHÁR 14:00 DE-DIČSTVO 6 15:05 Dnes ja, zajtra ty! 17:15 Naša rodinná svadba 19:25 Simpsonovci XXVIII. 2 19:50 ŽREBOVANIE 20:10 Šanghajský rytier 22:45 Dostaň ho tam! 01:00 Letecké katastrofy XIV. 1/11 02:00 Letecké katastrofy XV. 1/10 02:45 Chameleon a strašidelný ostrov 04:20 KINOSÁLA 04:30 DEDIČSTVO 6

:2 **RTVS** 06:05 Obrázky z prírody 06:30 Kde sa končí les 07:30 Televíkend 08:30 Podte s nami do lesa 08:31 Chochmesovci 08:35 Kapura 09:20 Farmárska revue 09:45 Halali 10:30 Lásky dar 10:55 Televízny klub nepočujúcich 11:20 Orientácie 12:00 Tenis - Fed Cup 12:25 Zjazdové lyžovanie - MS 2019 13:40 Tenis - Fed Cup 18:30 Večerníček 19:00 Lassie 19:25 Kniha džunglí 19:40 Slovo 19:50 Správy RTVS 20:10 Génus 21:05 Hudobníci 21:30 GEN.sk 21:50 Biatlon - Svetové poháre 22:55 MS 2018 vo futbale 00:15 Správy RTVS „N“

ŠTVRTOK 7.2.2019

DOMA **DOMA** 05:35 Indická nevesta 429-430 06:15 Velvet IV. 20 07:10 Láska na druhý pokus 28 08:30 Pestúnka Fran 10:00 Neželaná nevesta 177-178 12:10 Indická nevesta 431-432 13:30 Velvet IV. 21 14:20 Búrlivé víno 16:45 Dr. House III. 7-8/24 18:30 FBI: Prípady Sue Thomasovej III. 9-10/13 20:30 Neželaná nevesta Romantický seriál MN 12 (Turecko) 2017-2018 Ö. Deniz, A. Erverová, I. Bilginová, S. Bademci 22:20 Nekonečná láska 7-8 00:15 Cudzinka II. 5/13 01:10 Adela show 01:50 Smotánka 02:15 Búrlivé víno

plus **PLUS** 05:20 PANELÁK XIII. 92 06:05 SÚDNA SIEN' 07:55 Kutyl s.r.o. 10 09:00 Simpsonovci V. 13,14 10:20 MACGYVER: NOVÉ ČASTI I. 3 11:35 NOVÉ BÝVANIE 13:00 NOVÁ ZÁHRADA 13:55 PANELÁK XIV. 1 15:00 Simpsonovci V. 15,16 16:00 Najlepšie svetové videá V. 24 17:00 Profesionáli II. 4 17:55 SÚDNA SIEN' 19:50 TIPOS INFO 19:55 ŽREBOVANIE 20:10 Vodný svet 23:05 Signál z neznáma 01:10 Vikingovia IV. 17 02:10 KINOSÁLA 02:20 Najlepšie svetové videá V. 24 03:00 NOVÉ BÝVANIE 03:45 NOVÁ ZÁHRADA 04:30 Vikingovia IV. 17

:2 **RTVS** 06:00 Záhady mozgu 07:10 Lassie 07:35 Kniha džunglí - Safari 07:55 Trpaslíci 08:30 Správy RTVS 08:45 Miestopis cechov a manufaktúr 09:05 Žena na konci sveta 10:00 Amok 11:05 Ličartovce 11:30 Obedniček 12:30 Planéta Zem 13:20 Život zvierat 14:30 Umenie 15:00 Pred kamerou, za kamerou 16:00 Záhady mozgu 16:25 Žena na konci sveta 17:00 Správy RTVS 17:45 Hokej - Kaufland Cup - zápasy 20:55 SK DEJINY 21:50 Biatlon - Svetové poháre 23:50 Polícia 00:05 Retro noviny 00:30 Správy RTVS



plus

TIP NA SOBOTNÝ VEČER

9.2.2019 20:10

JAMES BOND: DNES NEUMIERAJ

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

Spôsobujú vám schody problém?



5
ROKOV
ZÁRUKA A SERVIS

Stannah

Stannah Vám ponúka stoličkové výťahy na všetky typy schodisk.

ŽTP občanom poradíme, ako získať na zakúpenie štátny peňažný príspevok.

Zavolajte na naše
bezplatné telefónne číslo

0800 162 162

www.stannah.sk

Viac ako
600 000
Stannah
zákazníkov
na svete

Sme priamí výrobcovia a špecialisti na najpredávanejšie stoličkové výťahy na svete!

AIW - Práca pre opatrovateľky v Rakúsku



- 20 rokov pomáhame opatrovateľkám v Rakúsku
- sme partnerom rakúskeho Červeného kríža
- neustále dostatok ponúk
- 14-dňové turnusy, rakúska živnosť
- ponuky aj pre mužov-opatrovateľov

Honorár brutto 75 €, 80 €, 90 € za 24 hod.
Dopravu hradí klient, strava a ubytovanie ZDARMA!

Kritériá
pre spoluprácu s AIW:

- opatrovateľský kurz a prax
- dobrá znalosť nemeckého jazyka
- vek 25 až 60 rokov

AIW má zastupov
v rôznych mestách Slovenska!

Zavolajte na bezplatné číslo
0800 24 24 44
a dohodnete si osobné stretnutie.
Pracovať môžete už o pár dní!

www.aiw.sk Facebook: aiwsk



www.konstrukter.sk
Prijmeme na pozície v ČR
info@konstrukter.sk

OPERÁTOR VÝROBY

800 - 1000 EUR/netto

VODIČ VZV

900 - 1100 EUR/netto

ÚDRŽBÁR STROJOV

900 - 1200 EUR/netto

ZVÁRAČ ZM1,135

11 EUR/hod.

TEL.: 0908 914 180

Dopravná spoločnosť so sídlom v Kremnici

prijme

vodiča MKD

jazdíme Švédsko, Nórsko,
nadštandardný zárobok
do 2.600 €

Možnosť pridelenia služobného
bytu, spoločnosť vypláca 13. plat.

Info: **+421 903 527 767**

Nedostávate
pravidelne
NAŠE NOVINY
do schránky
a chceli by ste?

Kontaktujte nás:
distribucia.za@regionpress.sk
0905 423 329

ZĽAVY až do 50%

GS
EUROTHERM

Kvalita
a záruka
za výborné
ceny!!!

ZASKLENIA, ROLETY



ZIMNÉ ZÁHRADY, TERASY



PRÍSTREŠKY



PREKRYTIA BAZÉNOV, BAZÉNY



**100% nehrdzavejúce
bezúdržbové produkty**

ŠROTOVNÉ NA BALKÓNY
ZNÍŽIME CENU O VAŠE STARÉ
ROLETY, ALEBO ZASKLENIE

Volajte 7 dní v týždni !!!

Bezplatne 0800 500 920

Orange: 0915 777 772

T-mobile: 0911 974 459

02-0915 777 774

www.gseurotherm.sk