REGIONPRESS Č. 4 / 25. JANUÁR 2019 / 23. ROČNÍK

PRIEVIDZSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 57 000 domácností

STREDNÉ A VYSOKÉ ŠKOLY

Téma týždňa v tomto čísle

Máme fašiangy

Plesáme, veselíme sa, je čas zabíjačiek, šišiek. Aspoň tak to patrí k fašiangom. Zároveň prežívame obdobie, v ktorom sa v minulosti diali veľké veci. V rôznych historických érach, ale práve v tomto týždni napríklad zasadol na trón rímsky cisár Traján, ktorého légie sa dostali do Vindobony. Mimochodom, jeho nasledovník, Marcus Aurélius to neskôr dotiahol až po Laugaricio, teda, dnešný Trenčín. Iba deväťročný Eduard VI. sa stal kráľom Anglicka, Kráľom Uhorska zas Štefan IV. Historickým paradoxom tiež bolo, že Cromwellova republika dala popraviť kráľa Karola I., ale na deň presne o dva roky neskôr bol sám Oliver Cromwell rituálne popravený. Generál Lee sa stal vrchným veliteľom konfederačných vojsk a maliar izieb ríšskym kancelárom.

Pre zamilovaných, počas fašiangov sa prvý raz hrala dráma Rómeo a Júlia majstra Shakespeara a čitateľom sa do rúk dostalo prvé vydanie Havrana Edgara Allana Poea. História však píše svoje nové kapitoly každý deň.

Na Slovensku sa dňom vyhlásenia prezidentských volieb začala aj kampaň všetkých tých, ktorí si myslia, že z tých či oných príčin sú schopní dôstojne zastávať post hlavy štátu. Keďže noviny vydavatelstva REGIONPRESS, s.r.o. sú inzertné noviny, dávajú v súlade so zákonom potenciálnym záujemcom – inzerentom platený priestor k dispozícii na prezentáciu ich programov. Naši čitatelia ho môžu ľahko identifikovať tak, že takýto inzertný materiál je označený značkou inzercie. Od tohto čísla však ešte viac graficky zvýrazníme, že konkrétny článok je inzertný. Chceme vám tak poskytnúť informácie o kandidátoch, ktorí prejavia záujem aj touto cestou sa prezentovať, no zároveň dať tiež najavo, že ide výlučne o ich názory.

Tak príjemný týždeň!

» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor

Vevus, s.r.o., Hviezdoslavova 9, (oproti hornému kostolu)
v.s. OKNÁ
ZĽAVY až do 60%
• jedinečný dizajn
• kľučky HOPPE TOKYO
• zameranie, dovoz, odvoz
• demontáž, poloh. vetranie
• zvýšená protihluková izolácia
• podkladový profil s tesnením
• trojbodové uzamykanie dverí
NAJLEPŠIE CENY NA TRHU
www.vsokna.eu
len k oknám s montážou AL. PARAPETY alebo SITÁ ZDARMA
tel./fax: 046/542 28 30, 0905 660 591, 0915 578 895, vsokna@vsokna.eu
3119000S

SLOVENSKÉ BRAVČOVÉ POLOVICE
BEZKONKURENČNÁ CENA!
Doprava v cene!
T: 0908 13 11 99
3119005O

internet televízia
KINET network solutions
3119001I

ŠHP PÍLENIE A REZANIE ŽELEZOBETÓNU A PANELOV
HENRICH ŠEVČÍK
SPĺŇAME VAŠE NAJVYŠŠIE NÁROKY
Diamantová jadrová vŕtacia technika
Kotevná technika
Systém protipožiarnej ochrany
0903 419 779 WWW.SHPSTAV.SK
POŽIČOVŇA NÁRADIA
721S0033

www.wallsan.sk
• vysušenie muriva, betónových konštrukcií, domov a pivníc
• obnova hydroizolácií
+421 918 294 323
3119001A

Odstúpim zabehnutú, plne funkčnú osobnú prepravu v PD (6 vozidiel). T: 0918 474 857
3119001B

Z+Z PARKETY
INTERIÉROVÉ DVERE
Laminátové podlahy
od 5,99 €/m²
ku všetkým skladovým podlahám podložka a lišta len za 1 cent
VEĽKÁ ZIMNÁ AKCIA
Interiérové dvere so zárubňou
-25%
kľučka k tomu len za 1 €
(Neplatí pre už akciový tovar!)
DODANIE DVERÍ UŽ DO TÝŽDŇA
Akciové komplety dverí
kľučka len za polovicu!
už od 89 € (dvere + zárubňa)
S kupónom darček pre každého pri nákupe nad 100 €.
Tento inzerát slúži ako kupón k darčeku.
Z+Z spol. s r.o., F. Madvu 32 (Staré sídlisko) PRIEVIDZA
tel.: 046/5432 092, mobil: 0915 79 39 77, www.zplusz.sk
3119001Z

FOA KADERNÍCTVO
Otvorené pondelok - sobota 8.00 - 20.00
V centre mesta OD PRIOR vedľa zadného vchodu
0915 260 267
PRACOVNÁ PONUKA
Hľadáme kaderníka - kaderníčku
Zaujímavé pracovné podmienky
Trvalý pracovný pomer + stravné lístky
Plat od 550 do 850 eur
Školenia
Chcete napredovať vo svojom odbore?
Príďte sa pozrieť a porozprávať
Kontaktujte nás na 0905 851 508 p.Krpelanová
3119001O

PRIEVIDZSKO

Redakcia: Šumperská 43 PRIEVIDZA
prievidzsko@regionpress.sk

REGIONPRESS
Vydavateľ:
REGIONPRESS s.r.o.
Študentská 2, 917 01 Trnava
IČO: 36252417
reg. MKSR EV 3676/09

INZERCIA
Simona Pelleová 0905 719 148
Anna Svitková 0915 780 751

Distribúcia:
Anna Svitková 0915 780 751
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk

Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (35 000 domácností)
Každý týždeň: v Prievidzi, Bojniciach, Handlovej a Novákoch

+ v párnom týždni navyše: Bystričany, Čereňany, Diviacka N.V., Diviaky n/N, Dlžín, D. Vestenice, Dubnica, Horná Ves, H. Vestenice, Kamenec p/V, Kocurany, Kostolná Ves, Koš, Lehota p/V, Lieštany, N.Rudno, N.Sučany, Nitrica, Opatovce, Oslany, Radobica, Rudnianska Lehota, Seč, Šútovce a Zemianske Kostoľany

+ v nepárnom týždni navyše: Dubnica, Cígeľ, Hradec, Chrenovec-Brusno, Jalovec, Kanianka, Kľačno, Lazany, Lipník, M.Čausa, Malinová, M.Lehôtka, Nedožery - Brezany, N. Pravno, Nováky, Poluvsie, Poruba, Pravenec, Ráztočno, Sebedražie, Tužina, V.Čausa a V.Lehôtka

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

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade, že viete o mieste, kam naše noviny nechodia, dajte nám, vedieť. Ďakujeme.

Západné Slovensko

BV	57.000	Bratislavsko Východ
BZ	67.000	Bratislavsko Západ
DS	26.000	Dunajskostredsko
GA	30.000	Galantsko+Šaliansko
HC	24.000	Hlohovecko+Seredsko
KM	15.000	Komárňansko
LV	30.000	Levicko
MA	25.500	Malacko
NR	48.000	Nitriansko
NZ	35.000	Novozámocko
PK	21.000	Pezinsko
PN	32.500	Piešťansko+NM+MY
SC	25.000	Senecko
SE	31.000	Senicko+Skalicko
TO	38.000	Topoľčiansko+PE+BN
TN	52.000	Trenčiansko+DCA+IL
TT	45.500	Trnavsko
ZM	18.000	Zlatomoravsko

Stredné Slovensko

BB	50.000	Banskobystricko+BR
KY	30.000	Kysucko=CA+KM
LI	35.500	Liptovsko=LM+RK
LC	30.000	Lučenecko+VK+PT
MT	39.250	Martinsko+TR
OR	38.600	Oravsko=DK+NO+TS
PB	30.000	Považsko=PB+RU
PD	35.000	Prievidsko
ZV	36.500	Zvolensko+OT+KA
ZH	26.500	Žiarsko=ZC+BS
ZA	52.000	Žilinsko+BY

Východné Slovensko

BJ	29.000	Bardejovsko+SK+SP
GE	25.000	Gemersko = RV+RS+RA
HU	25.000	Humensko=VT+SV+ML
KE	82.750	Košicko
KS	22.250	Košicko okolie
SL	12.000	Ľubovniansko
MI	30.500	Michalovsko+TV+SO
PP	35.000	Popradsko+KK
PO	40.000	Prešovsko+SB
SN	30.000	Spišsko+LE+GL

Naša Katolícka

Som strojár a nemyslím, že univerzity by mali pripravovať ľudí na prácu v automobilkách a železiarňach. Mnohé činnosti, ktoré dnes vykonávajú ľudia v podnikoch, budú čoskoro robiť roboty a umelá inteligencia.

O životoch ľudí v budúcnosti nebudú rozhodovať nové technológie, ale ľudskosť a citlivosť k svetu okolo nás. Filozofia, teológia, pedagogika alebo sociálna práca budú dôležitejšie ako programovanie robotov alebo údržba dronov. Striedmosť v spotrebe a úspornosť vo výrobe a logistike budú viac, ako rast HDP a bohatstvo v rukách úzkej skupiny ľudí. Korene dnešnej Európy sú v kresťanských kláštoroch. Budúcnosť Európy je v kresťanských komunitách.

Slovensko nie je také bohaté, ako Nemecko alebo USA. Nemci nás dnes učia vyrábať autá a Američania nám predávajú svoje stíhačky. Možno, že príde čas, keď my ich budeme učiť spoznávať Ježiša Krista a Jeho Matku, svätcov, ktorí vybudovali kultúru Európy. Mnohí ľudia v Európe majú veľké autá a domy, ale prázdne srdcia. Spiritualita je v našich životoch dôležitejšia, ako produktivita. Sme jediné živé bytosti na svete, ktorým dal Stvoriteľ svoju schopnosť tvoriť – ale ľudské vedecké objavy a inovácie musia byť v súlade s princípmi, ktoré tomuto svetu vtlačil Stvoriteľ. Ešte nám spadne veľa babylonských veží, kým pochopíme, že bez Boha je naše úsilie márne. Pýcha predchádza pád a spolupráca so zlom vedie k deštrukcii.

Máme na Slovensku unikátne spoločenstvá a projekty mladých ľudí (Campfest, Godzone), Spoločenstvo kresťanských podnikateľov Ľuba Klieštika, Kolégium Antona Neuwirtha, Spoločenstvo Ladislava Hanusa, Katolícku univerzitu, veľké kresťanské osobnosti.

Mnohé svetové univerzity dnes ovládajú neomarxisti a učia sa tam čudné veci. Na Slovensku máme jednu malú univerzitu. Písali a hovorili o nej rôzne veci. Spoznal som na nej zaujímavých ľudí, ktorí robia výbornú prácu. Je to naša univerzita – Slovenská a katolícka. Strážme a rozvíjajme si ju. Mohla by byť majákom svetla medzi babylonskými vežami a pomôcť nám objaviť poklady, o akých sa nám dnes ešte ani nesníva.

» Ján Košturiak

Odošlite daňové priznanie skôr

Na vybavenie všetkých povinností vo či daniarom, teda, Finančnej správe, ktorým veľa občanov podlieha aj v januári, zostáva už doslova iba niekoľko dní. Či už ide o daň z novej nehnuteľnosti, alebo napríklad o cestnú daň, teda daň za motorové vozidlo, ktoré používa niekto aj na účely podnikania.

V roku 2019 platí oproti rokom minulým jedna výrazná zmena. Od 1. 1. 2019 už všetky subjekty komunikujú s finančnou správou iba elektronicky. Je teda jedno či ide o „veľkých" podnikateľov, alebo „drobných" živnostníkov. V lepšom prípade už máte jeden z troch možných spôsobov komunikácie s Finančnou správou vybavený, v tom horšom máte na to „čas" iba do 31. januára, potom už ste s splnením vašich povinností voči štátu po zákonnej lehote.

Aj keď máte možno dobrý pocit „veďja už to mám vybavené, sadnem k počítaču a vyplním a podám", rozhodne sa na to nespoliehajte. Najmä tí, ktorí budú daňové priznanie podávať prvý raz elektronicky – hoci len „za auto", už pri prvom pokuse zistia, že pár minút im na to rozhodne stačiť nebude. A predstava, spojená so skúsenosťami z minulosti, že v posledných hodinách posledného januárového dňa priznanie „odkliknete" je tiež mylná. Je veľký predpoklad, že v tento deň môže byť systém zahltený a nemusí stíhať nápor. Aj preto je dobré vybaviť túto záležitosť aspoň o pár dní skôr.

Je tu totiž ešte jedna zákonná lehota – do polnoci posledného januárového dňa nielen že je potrebné napríklad daň za motorové vozidlo odoslať a dostať aj potvrdenie o jej zaregistrovaní v elektronickej podateľni, ale aj príslušnú sumu dane zaplatiť na účet v Štátnej pokladnici.

Ak daňový subjekt v lehote na podanie daňového priznania nezaplatí daň z príjmov, daňový úrad mu vyrubí úrok z omeškania. Pri výpočte úroku z omeškania sa použije štvornásobok základnej úrokovej sadzby Európskej centrálnej banky platnej v deň vzniku daňového nedoplatku. Ak daň z príjmov podnikateľ nezaplatí, daňový úrad ho na to vyzve a v prípade nezaplatenie bude daň vymáhať.

Môže ísť o záložné právo na majetok vo vlastníctve daňového dlžníka alebo k pohľadávke daňového dlžníka či dokonca o daňové exekučné konanie. Neodvedenie dane môže byť okrem toho podľa zákona trestným činom s možnosťou odňatia slobody až na osem rokov. Navyše, ak výška daňového nedoplatku podnikateľa presiahne 170 eur, bude zverejnený aj v zozname daňových dlžníkov Finančnej správy.

» red

Otázka: Dobrý deň, vlastníme s priateľom spoločnú nehnuteľnosť. Dohodli sme sa, že ho vyplatím mimosúdne, dám mu peniaze. Ako najrýchlejšie a najlacnejšie je prepísanie domu len na mňa? Darovacou, či kúpnou zmluvou?

JUDr. Ing. Ľuboš Maxina, PhD.

Odpoveď: Dobrý deň, najrýchlejšou a aj z pohľadu Občianskeho zákonníka uznanou cestou pre vyporiadanie podielového spoluvlastníctva, je podpísať dohodu o zrušení a vyporiadaní podielového spoluvlastníctva. V tejto dohode by bolo uvedené, že sa zrušuje podielové spoluvlastníctvo a vyporiadava sa tak, že jeho podiel nadobudnete Vy, za podmienok určených v dohode. Táto dohoda musí mať všetky náležitosti v súlade so zákonom o vlastníctve bytov a nebytových priestorov, ak sa jedná o byt. V tomto prípade odporúčam dať si zmluvu, či dohodu vyhotoviť advokátovi alebo právnikovi, ktorý Vám poradí a spresní všetky špecifiká Dohody o zrušení a vyporiadaní podielového spoluvlastníctva.

Vážení čitatelia, otázky alebo námety týkajúce sa právneho poradenstva posielajte na adresu redakcie RP PRIEVIDZSKO, Ul. Šumperská 43, Prievidza. Nezabudnite napísať kontaktnú adresu, resp. telefónne číslo, na ktoré sa vám môžeme ozvať, ak váš problém nebude možné, príp. vhodné riešiť v našej rubrike. Samozrejme, vami zaslané otázky budú v prípade uverejnenia riešené ako anonymné.

Táto rubrika slúži ako bezplatné poradenstvo pre občanov.

GEOMark s.r.o.
G. Švéniho 6
Prievidza
Geodetické práce:
• geometrické plány • vecné bremeno
• polohopisné a výškopisné plány
• vytýčenie hraníc pozemkov, polohy budov a iné
Objednávky:
- osobne: Po - Pia 8.00 - 15.00 hod.
(budova Tatrabanky oproti Okresnému súdu)
- telefonicky: 046/542 41 52
- elektronicky: geomark@nextra.sk
U nás -20% DPH !!!
13190002

Predám zabehnuté kaderníctvo
v Prievidzi na Zapotôčkoch
ulica A. Bednára
(pri nadchode, oproti autoumývarke, pri posilovni 3G fit club).
T: 0948 930 580
72190009

E+G STAV s.r.o.
ponúka murárske, búracie a vodárske práce, sádrokartón, maľovanie, bytové jadrá, elektrikárske práce. Zn. Lacno
T:0948 975 710
13190016

statika a projekty stavieb • odborné stavebné poradenstvo
stavebný dozor • ÚPLNÝ STAVEBNÝ SERVIS - od zámeru cez projekt po realizáciu stavby, úkony s pozemkami ...
Ing. Dušan Homola súdny znalec, autorizovaný stavebný inžinier
znalec v odbore stavebníctvo
odvetvie: odhad hodnoty nehnuteľnosti
pozemné stavby
poruchy stavieb
Privát: 972 32, Chrenovec-Brusno č. 551
Office: Na nádvorí 2380/6, Prievidza
mobil: 0905 288 104
e-mail: hdsro2011@gmail.com, www.hdsro.sk
13190006

-20%
Vyladené garážové brány ...
predokenné rolety ▪ vonkajšie žalúzie
LOMAX
LUX, Lúčna 4, Prievidza
0905 691 589, 0800 042 327
info@branyaploty.sk www.lomax-prievidza.sk
13190010

Školská novoročenka

Každý polrok opakujú médiá tému trestania za vysvedčenie. I keď sa pravidelne vyjadrí aj odborník, vždy sa pristupuje k téme veľmi povrchne a tendenčne. Problematika hodnotenia, odmeňovania i sankcionovania si vyžaduje analytickejší prienik, nie publicistickú skratku.

Sú prípady, keď deti zo strachu konajú neštandardne, ba sebaohrozujúco. Avšak vysvedčenie je často poslednou príčinou v reťazci patopsychologických prejavov dieťaťa. Okrem toho zodpovední rodičia vedia o konečnej známke skôr ako pri prezretí vysvedčenia.

Deti neslobodno tvrdo trestať za známky. Ak sú výsledky horšie, zodpovedný rodič rieši zlyhávanie dieťaťa skôr. Netreba však naznačovať, že rodičia hromadne trestajú práve za vysvedčenie. Ak to nejakí aj robia, tak určite nie iba pre známky. A takých treba riešiť alebo čakať, kým sa im často trestané deti nevzoprú. Zvážiť sa dajú symbolické tresty za známky (napr. domáce väzenie). Tie však majú účinok, ak je dieťa lenivé, odmieta sa učiť, svojvoľne ignoruje vzdelávanie. Ak však dieťa jednoducho predmetu nerozumie, akýkoľvek trest môže mať negatívny dopad a prehĺbi odpor k vzdelávaniu. Vtedy treba účinnú pomoc pri štúdiu, doučovanie alebo spoluprácu s odborníkmi. Môže sa však stať, že dieťa jednoducho „nemá bunky" na daný predmet, hoci v inom vyniká. Alebo skrátka nie je študijný typ a bude to manuálne zručný človek. Vyžadovať od neho výborné výsledky v každom predmete pod hrozbou trestu je nesprávne. Môže sa to neskôr prejaviť vo vzťahu k rodičom, k okoliu, k sebe.

Škoda, že opakujúce sa mediálne príspevky neotvoria tému, ktorá by sčasti predchádzala problémom so školským hodnotením. Ňou je nastavenie hodnotenia. O tom si napíšeme v budúcom čísle.

» Ján Papuga
riaditeľ ZŠ

Spojená škola s organizačnými zložkami
Stredná odborná škola a Gymnázium
Rastislavova 332, 972 71 Nováky

Informácie:
telefónne čísla: 046/ 546 14 72, 546 11 55
web: www.sosnovaky.sk

SOŠ STREDNÁ ODBORNÁ ŠKOLA NOVÁKY

Škola je centrom odborného vzdelávania a prípravy pre odbory
28 technická a aplikovaná chémia
Škola je centrom odborného vzdelávania a prípravy pre odbor
biotechnológia a farmakológia

V školskom roku 2019/2020 otvárame:

Študijné odbory 4-ročné:

Maturitné vysvedčenie +výučný list
mechanik počítačových sietí
mechanik hasičskej techniky
mechanik mechatronik
operátor gumár. a plastik. výroby
technik spracovania plastov

Maturitné vysvedčenie
biotechnológia a farmakológia
poradenstvo vo výžive

Možnosť duálneho vzdelávania v odboroch:
mechanik mechatronik
technik spracovania plastov

72I190021

Trpíte bolesťou chrbtice, migrénou, nespavosťou, depresiou, alergiou, nadváhou atď.

Tu je vhodná aj liečba akupunktúrou alebo EAV podľa Volla. Tiež prevádzam ošetrenie quadrupolárnou rádiofrekvenciou, ultrazvukovú cavitáciu a endermológiu.

Kontakt: Esthé klinika s.r.o. Nábrežná 5, 97101 Prievidza.

T: 0905 600 394, 046/5113 345

72I190024

VEDENIE ÚČTOVNÍCTVA

PODVOJNÉ, JEDNODUCHÉ, PLATCOVIA DPH, DAŇOVÉ PRIZNANIE PRE FYZICKÉ OSOBY

kontakt
0905 577 081
alena.snirovska@gmail.com

17-0340

EXTRA

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

86-0018

Prijmeme upratovačku
na popoludnie na 4 hod./250€ v čistom.
T: 0905 441 951

BI190047

JOGA centrum

Rudnaya 14, Prievidza

Nové kurzy

www.yoga.sk/prievidza
tel.: 0905 200 642

72I190033

Chcete sa ZBAVIŤ DLHOV zákonným spôsobom?

Riešením je osobný bankrot.

Advokátska kancelária Mgr. Martin Hurtiš,
Ul. M. slovenskej 17, Prievidza

T: 0908 561 946 hurtis@advokathurtis.sk

72I190062

Stredná odborná škola agrotechnická, Tovarnícka 1632, 955 01 Topoľčany
www.sosagro.sk, sekretariat@sosagro.sk, ☎038/53 22 560

otvára v školskom roku 2019/2020 pre absolventov 9. ročníka ZŠ

- **Študijný odbor 4210 M agropodnikanie**
  - ☑ 16 pestovateľstvo
  - ☑ 04 farmárstvo
  - Prijímacie skúšky zo Slovenského jazyka a literatúry, Biológie
- **Študijný odbor 2426 K programátor obrábacích a zváracích strojov a zariadení**
  - Prijímacie skúšky zo Slovenského jazyka a literatúry, Matematiky
- **Študijný odbor 4336 M 02 veterinárne zdravotníctvo a hygiena - hygienická a laboratórna služba**
  - Prijímacie skúšky zo Slovenského jazyka a literatúry, Biológie
- **Študijný odbor 4211 M 26 záhradníctvo - sadovníctvo a krajinárska tvorba**

- **3 - ročný učebný odbor 2423 H nástrojár**
- **3 - ročný učebný odbor 4524 H agromechanizátor, opravár**
- **2 - ročný učebný odbor 4572 F poľnohospodárska výroba**

Bez prijímacích skúšiek

DEŇ OTVORENÝCH DVERÍ 6.3. 2019

40-0019

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

» ČZ-JAWA Odkúpim Motocykel/Diely- DOHODA ISTÁ. T: 0908 205 521

» Kúpim starú motorku, diely, doklady. T: 0940 969 845

03 BYTY / predaj

» Predám 3izb.byt v centre Handlovej - výťah T: 0908 114 752

» Predám 2izb.byt v Handlovej. T: 0905 313 616

» Predám 3izb.byt v Prievidzi. T: 0914 144 446

» Predám 3izb byt v Necpaloch cena 75 000€ T: +421 904 857 296

04 BYTY / prenájom

05 DOMY / predaj

06 POZEMKY / predaj

07 REALITY / iné

» Prenajmem garáž na Riečnej ulici 40€. T: 0915 440 692

08 STAVBA

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

» Kúpim Československé zlaté dukáty 1,2,5,10 a iné zlaté a strieborné mince, šperky a hodinky t.0915 627 285

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare:
RPmedzera PD medzera Číslo rubrikymedzera Text inzerátu

Príklad:
RP PD 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 začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme.
TIP 1: Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať.
TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, **PD** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete na zadnej strane vľavo dolu. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

Metabolizmus, bazálny metabolizmus, potreba energie III.

Prečo máme spomalený metabolizmus?

Príčin je veľa a u každého môžu byť rôzne. Čiastočne máme rýchlosť metabolizmu zakorenenú aj v génoch, teda ju dedíme. Platí ale, že muži majú rýchlejší metabolizmus. A aj fyzicky aktívni ľudia, bez ohľadu na pohlavie a vek. Čím je človek menej pohyblivý či už vekom, alebo neochotou či neschopnosťou sa hýbať, má aj spomalený celkový a bazálny metabolizmus, potrebuje teda menej energie, ako aktívny človek. Menej energie znamená aj menej jedla a keď nedôjde k zníženiu jeho príjmu, postihnutý priberá. A začína sa začarovaný kruh – človek s nadváhou či obezitou má viac tukového tkaniva a v ňom metabolizmus prebieha pomalšie ako v bielkovinách – teda vo svaloch.

Môže spomalený metabolizmus spôsobiť pribúdanie kilogramov?

Menej potrebnej energie na denné potreby znamená aj menej jedla a keď nedôjde k jeho zníženiu, postihnutý priberá. Spomalený metabolizmus ale býva často aj výhovorkou, barličkou pri neschopnosti kontrolovať si svoj denný príjem stravy a nápojov vzhľadom k fyzickej aktivite. Čím viac aktívny človek je, tým spotrebuje viac kalórií. Na druhej strane sú aj vedecké dôkazy o tom, že veľmi obézni ľudia majú vyšší bazálny metabolizmus, potrebujú viac energie na udržanie základných funkcií.

Napríklad, napijem sa vody a už mám, obrazne povedané, tri kilogramy navyše? Je to prejav spomaleného metabolizmu?

Nie, je to prejav nepomeru medzi príjmom a výdajom energie, ak opomeniem niektoré chorobné stavy, ktoré sú ale zriedkavé.

Ako sa dá metabolizmus zrýchliť? Pomôžu vitamíny?

Zelený čaj, čierna káva, štipľavé jedlo sú schopné zrýchliť metabolizmus. Ale nie do takej miery, že by to vyriešilo nadváhu. Najčastejšou príčinou spomaleného metabolizmu je najmä nepravidelné stravovanie, čo pre telo znamená nepravidelný príjem živín potrebných pre metabolizmus.

(pokračovanie nabudúce)

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

Aj vy kupujete dopekané pečivo?

Poznáte ten pocit, keď si chcete kúpiť v podvečerných hodinách čerstvé rožky alebo iné pečivo a následne si uvedomíte, že žiadna pekáreň nie je nablízku?

Zájdete do bežného obchodu a všimnete si, ako tam majú špeciálne skrinky, z ktorých vyťahujú teplé čerstvé pečivo. Ako to však vlastne celé funguje?

Určite ste už počuli o dopekaných rožkoch, či inom pečive. Samozrejme, človek si hneď predstaví to najhoršie. Je pravdou, že dopekané pečivo nikdy nie je také chutné, ako čerstvo upečené. A predsa chutí ako čerstvé. Ako je to možné?

Šokové zmrazovanie

Princíp je celkom jednoduchý. Ide najmä o šokové zmrazovanie predpečených výrobkov. Znie to veľmi hrozivo, no predstavte si výkonnú mrazničku s ventilátormi, ktoré fúkajú mrazivý vzduch na produkt zmrazovania. Následkom toho je zmrazenie aj horúcich 80 stupňových rožkov na teplotu mínus 13 stupňov v priebehu pol hodiny. Vtip je v tom, že pri takomto šokovom zmrazovaní sa nevytvárajú v bunkách ľadové kryštáliky, ktoré trhajú bunkové steny a vzniká efekt zmrazených (kašovitých) jahôd. Keby ste jahody šokovo zmrazili, tak vám zostanú celistvé a pevné. To isté platí aj pri pečive.

Postup je teda pomerne jednoduchý: upečiete pečivo do stavu, keď je takmer hotové a následne ho šokovo zmrazíte. Takéto zmrazené pečivo si potom obchod jednoducho dopečie v konvektomate (špeciálna skrinka na pečenie) a predáva ako čerstvé. Jediný rozdiel medzi úplne čerstvým pečivom a takýmto dopekaným spočíva v tom, že do dopekaného pečiva treba pridať prášok, ktorý by podržal vodu v pečive. Dôvodom je, že mráz vysušuje a preto je potrebné túto vlhkosť udržať v pečive.

Museli by ste byť však veľmi skúsený senzorický analytik, aby ste spozorovali rozdiel.

Miroslav Žiak, expert SaS na potravinárstvo, poslanec TSK

HÖRMANN
GARÁŽOVÉ BRÁNY
VCHODOVÉ DVERE
POHONY BRÁN
NEPREMEŠKAJTE!
AKCIA 2018 30%*
*na vybraný tovar do 26.2.2019
JATIF spol. s r.o. PRIEVIDZA
0902 905 555
www.jatif.sk jatif@jatif.sk
31190003

DOBROVOĽNÁ DRAŽBA
Rodinný dom - Handlová
Najnižšie podanie: 70 275,00 EUR

Termín konania dražby: dňa 22.02.2019 o 11:30 hod.
Miesto konania dražby: Salónik galéria na 1. poschodí, Grand Hotel, Palackého 3477, 911 01 Trenčín, okres Trenčín, Trenčiansky kraj.

Dražobná zábezpeka: 10 000,00 EUR
Predmet dražby: Rodinný dom súp.č. 1724 postavený na parc.č. 2549/3, pozemky parc.č. 2549/3, 2549/4 a 2549/7 o celkovej výmere 747 m2. Predmet dražby je evidovaný na LV č. 4250, k.ú. Handlová.

Kontakt: 02/32202724, 0911 833 859, krajicek@platitsaoplati.sk, www.platitsaoplati.sk
platiť sa oplatí dobrovoľné dražby
32-0005-22

MÁTE VLHKÝ DOM?
- podrezávanie -20%
- chemická injektáž
STOP VODA
100% odstránenie vlhkosti
www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331
40-0001

FINLEGAL services s.r.o.
pripravuje 1. kolo dražby:
Bytu č. 10, nachádzajúceho sa na 2. poschodí bytového domu, vo vchode č. 4 v Novákoch so súp. č. 53, s podlahovou plochou 58,85 m², evidovaného na LV č. 2707 v k. ú. Nováky, obec Nováky, okres Prievidza, na parcele č. 507.
Najnižšie podanie je 37.500,- €.
Dražobná zábezpeka je 11.000,- €.
Dražba sa uskutoční dňa 14.03.2019 o 10:00 hod., Notársky úrad JUDr. Eleonóra Kohajdová, Ul. Mišíka I. 2717/38A, 971 01 Prievidza.
Obhliadky: 21.02.2019 o 17:00 hod.
28.02.2019 o 17:00 hod.
V prípade záujmu volajte na tel. č.: 0903 123 007, alebo píšte na: drazby@finlegal.sk
32-0006-15

inexdecor

interiér - exteriér - dekorácie

Velký výber roliet, garníž a záclonových koľajničiek, vitrážky a kaviarenské tyče skladom, ihneď k odberu

BEZPEČNOSTNÉ DVERE
s dovozcom, montážou, demontážou starých dverí, odvozom odpadu
od 496,90 EUR

Interrié rové dvere s dodaním už do dvoch týždňov
od 108€
aj so zárubňou a kľučkou

EGGER Krono Original GARDINIA

www.inexdecor.sk
e-mail:inexdecor@inexdecor.sk
0908 244 019

Otvorené:
Po-Pi 8.00-17.00
So 8.00-12.00

Adresa:
A.Sládkoviča 1, Prievidza
(prvá ulica vľavo od žel. stanice smerom na bojnice, za predajňou Elko)

Občianska riadková inzercia

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

» Predám prvorepublikový nábytok z masívu vo výnimočnomstave.Kontakt: alena.ulicnikova@gmail.com

14 RÔZNE / iné

» Kúpim jelenie danielie parohy a trofeje T: 0904134 080

15 HĽADÁM PRÁCU

» Hľadám prácu ako murár, maliar, strážnik aj iné. T: 0949 812 164

» Hľadám brigádu na ruku. Som zťp flex.okr.PD len sms 0918 636 940

» Hľadám si robotu akúkoľvek T: 0917 514 277

16 ZOZNAMKA

» Ponúkam lásku žene. T: 0917 020 693

» Hľadáš partnera k vážnemu a trvalému vzťahu? Ak áno a si žena do 50r. z PD, máš rada prírodu a úprimného človeka vedľa seba, napíš SMS. Tel: 0948 242 564

» Ponúkam lásku žene. T: 0915 173 245

» 52 r. ld rád spozná dobrú ženu do 55r. T: 0911 696 810

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare: RPmedzera PD medzera Číslo rubrikymedzera Text inzerátu

Príklad:
RP PD 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 začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme.
TIP 1: Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať.
TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, **PD** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete na zadnej strane vľavo dolu. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

Najčítanejšie regionálne noviny
REGION PRESS

„S tichou spomienkou k hrobu chodíme,
pri plamení sviečok na vás myslíme."

Dňa 30.1.2019 si pripomenieme 20. výročie od tragickej nehody, čo nás navždy opustili naše drahé deti

Andrejka a Miloško Šuňaloví.

Venujte im spolu s nami tichú spomienku.

3119 0048

„Úsmev mala na perách,
dobrotu v srdci a lásku v duši."

Dňa 6.1.2019 sme si pripomenuli rok, čo nás navždy opustila mamina a babka

Katka Bercíková.

Kto ste ju poznal, venujte jej spolu s nami tichú spomienku.

S láskou a úctou spomína dcéra s rodinou.

72190030

„Vždy, keď sa o tebe rozprávame,
padajú slnečné lúče do našich duší.
Stále žiješ v našich srdciach – tak,
ako by si nikdy neodišiel..."

Dňa 1. 1. 2019 nás navždy opustil náš milovaný otec, starý otec, syn, brat a priateľ pán

Štefan Jestrebský

vo veku 65 rokov.

Kto ste ho poznali, venujte mu spolu s nami tichú spomienku.

S láskou a úctou spomína celá smútiaca rodina a priatelia.

72190019

„Odišiel si od nás, zostali sme v žiali,
no vždy budeš žiť v srdciach tých,
ktorí ťa mali radi."

Dňa 14.1.2019 nás navždy opustil náš milovaný manžel, otec a starý otec

Ľubomír Mečiar

z Prievidze.

Prosíme všetkých príbuzných a známych, aby mu spolu s nami venovali tichú spomienku.

Spomína manželka Mária, dcéra Ľubomíra, vnučky Alexis, Saskia a celá rodina.

31190060

HĽADÁME
do stavebnej firmy
na pracovnú zmluvu
DAK Prievidza

VODIČA NÁKLADNÉHO AUTA

NÁPLŇ:
- rozvoz materiálu po stavbách na T815/Iveco
- práca na dennej báze prevažne v okrese Prievidza

PONÚKAME:
- mzdu od 780€ + odmeny + 13./14. plat
- výplatu do 7. dňa v mesiaci
- stravné, cestovné
- seriózne jednanie

POŽIADAVKY: VP „C", KVK

Záujemcovia hláste sa na t. č. **0903 277 753** alebo pošlite žiadosť na mail: **mzdy@dak.sk**

3119 0043

Stavebná firma
HĽADÁ ŽELEZIAROV
do panelárne v Nemecku.
TPP + od 2200€/mes. v čistom
0907 736 115

43-0038

HĽADÁTE ZAMESTNANCA?
SKÚSTE TO
INZERCIOU
v našich novinách
0905 719 148
0915 780 751

Kúpim jelenie, srnčie, danielie zhody a trofeje.
tel. 0940 723 073

46-004

Spoločnosť Steel Business Services
vo Vlkanovej (okres Banská Bystrica)
hľadá
ZVÁRAČOV/ ZÁMOČNÍKOV Z-M1
na výrobu oceľových konštrukcií

Pri práci na úkol výpočet s hodinovou sadzbou min. 10 €.
Pri práci na hodiny sa sadzba odvíja od praxe uchádzača.
Požiadavky: čítanie výkresov, samostatnosť.
Nepožadujeme certifikáty,
prípadné certifikáty sú však výhodou.
Kontakt: 0918 588 518, production@steelbs.com

28-0043

INMEDIA, spol. s.r.o.
veľkosklad a distribúcia potravín
obsadzuje voľné pracovné miesto
Skladník – veľkosklad potravín
sklad Prievidza

Nástup: ihneď
Ponúkame prácu vo veľkosklade potravín, na jednu zmenu, v mladom kolektíve, s voľnými víkendami.
Mzdové ohodnotenie: základná mzda 550,- € + odmeny za výkon do 400,- € v hrubom, iné odmeny.

POŽIADAVKY:
zdravotný preukaz, skúsenosti s prácou v potravinárskom sklade výhodou, fyzická zdatnosť a dobrý zdravotný stav

KONTAKT: +421 918 666 010
Životopis pošlite na mail: pinkova@inmedia.sk
Osobne sa môžete uchádzať o pozíciu priamo na sklade:
Sklad INMEDIA, Košovská cesta 28, Prievidza

www.inmedia.sk

32-0006-17

Darovacia zmluva

Asi každý z nás bol už v živote obdarovaný alebo niekomu niečo daroval, či už počas narodenín, menín alebo iných príležitostí. Pri týchto bežných situáciách si ludia častokrát ani neuvedomia, že vlastne uzatvárajú darovaciu zmluvu, ktorá predstavuje azda najpoužívanejšiu bezodplatnú zmluvu, a to najmä z dôvodu, že k takejto zmluve dochádza vo väčšine prípadov verbálne. Na základe darovacej zmluvy darca niečo bezodplatne prenecháva alebo sľubuje obdarovanému a ten dar alebo sľub prijíma.

Predmetom darovania môže byť všetko, čo je spôsobilé byť predmetom občianskoprávnych vzťahov a čo dovoľuje zákon. Najčastejšie ide o hnuteľné alebo nehnuteľné veci, ale predmetom darovacej zmluvy môžu byť aj práva alebo iné majetkové hodnoty. Podstatnou charakteristikou darovacej zmluvy je znak bezodplatnosti, t.j. za poskytnuté či sľúbené plnenie obdarovaný nie je povinný poskytnúť darcovi protiplnenie. V prípade porušenia povinnosti darcu z darovacej zmluvy nastávajú dôsledky ako pri iných zmluvných záväzkoch. Konkrétne sa obdarovaný môže domáhať plnenia od darcu.

Na formu darovacej zmluvy si treba dať pozor v prípade, že predmetom darovania je nehnuteľná vec, resp. nehnuteľnosť. Vtedy je potrebné, aby bola darovacia zmluva vyhotovená v písomnej forme, v opačnom prípade bude darovacia zmluva absolútne neplatná. Taktiež si je potrebné uvedomiť, že právne účinky darovacej zmluvy, ktorej predmetom je nehnuteľnosť, nastávajú až vkladom do katastra nehnuteľností.

Za určitých okolností môže dôjsť k zániku darovacej zmluvy, a to v prípade, že darca vyzve obdarovaného na vrátanie daru, pričom toto je možné len za podmienok, že sa obdarovaný správa k nemu alebo členom jeho rodiny spôsobom hrubo porušujúcim dobré mravy. Právo darcu jednostranne ukončiť daný právny vzťah, ktorý bol darovacou zmluvou založený (a tým docieliť vrátenie daru), je možné uplatniť vo všeobecnej trojročnej premlčacej lehote, ktorá začína plynúť odo dňa, keď darca mohol toto právo vykonať po prvý raz.

V4 Legal
LAW FIRM

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

ŽALÚZIE, ROLETY
- hliníkové od 16 €/m²
- látkové
- sietky
- zasklievanie balkónov
Uzatváranie balkónov priesvitnými roletami
0905 33 77 88
13190019

GEODETICKÉ PRÁCE
tel.46/5477520
mob.905696520
www.georeal.biz
U NÁS NEPLATÍTE DPH !!!
B190008

Q-ZETT
www.q-zett.sk
akciový set: dvere + zárubňa+ kľučka 103€
obklad kovovej zárubne so zachovaním pôvod. rozmeru dverí
dodanie dverí do 15 pracovných dní
Dukliansk 60/19, Prievidza (pri Lidli na starom sídlisku)
Po-Pia: 9:00 -16:30 hod ,tel: 0908 124 659, 542 02 25
13190018

AUTODIELŇA
AUTO - SPEED, s.r.o.
- klampiarske a mechanické práce
- lakovnícke práce
- miešanie originálnych autolakov na osobné autá a motocykle
- predaj farieb
- čistenie a údržba klimatizácie
- ozónový čistič klimatizácie
- diagnostika
- 3D geometria
- pneuservis
odťahová služba
Severná ul. 13, PD /bývalý areál prievidzského družstva/
Tel.: 046/542 73 02, 0907 582 904, 0908 232 080
72190001

PREDÁM NOBASIL KNAUF
všetky hrúbky 10 cm - 1,99 €
5 cm - 0,99 €
Pri väčších odberoch - dohoda
DOPRAVA ZDARMA
0902 699 999
17-0003

ADAM KRTKO
• čistenie kanalizácie,
• lapačov tukov
• kamerovanie lokalizácia potrubia
NONSTOP 0948 948 606
28-0006-1

DIEGO
•KOBERCE
•VINYL (PVC+LVT)
•LAMINÁTOVÉ PODLAHY
•ZÁCLONY
•TAPETY
8,99
5,89 €/m²
-33%
Dvere, zárubňa a kľučka komplet od 119€
vybrané dekóry skladom, dodanie do 10 dní.
V ponuke aj interiérové dvere ERKADO a DRE
WOOD STEP
LAMINÁTOVÁ PODLAHA
Ponúkame montáž laminátových podláh
8 mm dub tarkino
8 mm dub istra
8 mm dub portland
od 7,99 €/m²
DIEGO vinyl floor
VINYLOVÁ PODLAHA (LVT)
PRIEVIDZA, Bojnická cesta 55 Tel.: 0919/288-832
(V budove CBA diskontu oproti pumpe Shell a McDonaldu.)
B1180057

Krňačkoví šampióni z Brezna

Posádka v zložení Pavol Zlúky a Peter Stieranka z Brezna zvíťazila na prvom podujatí v rámci tohtoročného Slovenského pohára v krňačkových pretekoch. Súťaž sa uskutočnila počas príjemného zimného počasia vo Valaskej v okrese Brezno. Celkovo pretekalo 40 posádok. Ako pre TASR uviedol predseda Slovenskej krňačkovej rady Branislav Séleš, Brezňania zvíťazili s časom jedna minúta 33 sekúnd pred domácou posádkou v zložení Miroslav Zelenčík a Ján Vrbenský. Trať nad obcou pritom merala asi 1,8 kilometra. V rámci tohtoročného slovenského pohára sa až do konca marca koná deväť pretekov. Druhé boli v Podlaviciach, 23. februára bola Veľká cena Chopku aj s medzinárodnou účasťou a celý kolotoč sa končí 23. marca v Telgárte.

Krňačky sa v jednotlivých dedinách, kde sa organizujú preteky na týchto starobylých saniach, volajú rôzne. Niekde sú krnohy, inde krnohe či krnaky, alebo krnačky či krne. Názov zjednocuje krivé drevo samorast-krnáč. Krňačky na Slovensko priniesli pred stáročiami drevorubači z rakúskeho Tirolska. Ako sa píše na stránke krne.sk, na krnohách musel gazda stiahnuť meter dreva, na čo musel mať poriadnu silu a zručnosť. Boli aj sánkami minulých detských generácií. V lete sa využívali na sťahovanie sena z ťažko dostupných terénov. Dnes sa krnohy na dopravu materiálu používajú len ojedinele, zato sa však stali vhodným náradím folklórno-športových podujatí v rámci krnohových pretekov.

Krňačky sú akýmsi pozemným vozidlom bez kolies, pohybujúcim sa na drevených plazoch. Celé sú vyrobené z dreva, bez kovových súčastí. V súčasnosti sa krňačky na dopravu materiálu používajú len ojedinele, zato sa však stali vhodným náradím folklórno-športových adrenalínových podujatí.

Nájsť vhodný strom, z ktorého kmeňa by sa dali vyrobiť špičkové pretekárske krňačky, je asi najťažšou časťou celého procesu ich výroby. Výrobcovia často absolvujú hodinové či dokonca niekoľkodňové „túry" po lesoch, aby našli ten správny strom. Vodiace časti krní musia byť vyrobené z jedného kusa dreva, najčastejšie z javora, buka či jaseňa.

Na výrobu tradičných slovenských maxisaní, ktorých popularita vzrástla najmä v uplynulých rokoch sa navyše nemôže použiť ani jeden klinec. Sane nemôžu byť tvrdé, ale pružné.

» red

Ovocné sady - pálenica
KRÁSNO-FRUCT
AKCIA
predaj jabĺk, jablkového, hruškového, slivkového kvasu
www.palenicakrasno.sk
tel.: 0948/95 55 59
info@palenicakrasno.sk
40-0021

Predaj mladých nosníc
7-týždňové vysokoznáškové mládky plemeno DOMINANT
3,70 € / ks
Predaj krmných zmesí
OBJEDNÁVKY UŽ PRIJÍMAME
Rozvoz objednávok zadarmo OD MARCA DO NOVEMBRA
0905 355 145
0918 812 466
Farma Frajkovci: 160 Velčice
frajka.team1@gmail.com · www.farmafrajkovci.sk
45-0017

KAMENÁRSTVO RIEDL
Hornonitrianska 1282/3, tel.0948 788 313
Vzorková predajňa v OC PRIEVIDZA oproti JYSK
MRAMOR• ŽULA• ONYX
20% ZĽAVA na objednávky
• pomníky, krycie dosky, rámy, obklady
• kompletné vyhotovenie alebo rekonštrukcia hrobu
• dosky na kuchynské linky, umývadlové dosky
• schody, dlažby interiérové-exteriérové protišmykové
• obklady krbov, rímsy, pulty, okenné parapety
www.riedl.sk
65-011

Prievidzské pekárne a cukrárne
Práca vo voňavej pekárni je tu pre vás!
Hľadáte si prácu na trvalý pracovný pomer?

Miesič
•Príplatok za prácu v SO+NE
•Príplatok za nadčas v SO+NE
•Príplatok za odpoludňajšiu zmenu
•Príplatok za nerovnomerný cyklus
Základná mzda 2,50€/h + príplatky.
Možný zárobok od 800€

Napočítavač/ka
•Príplatok za prácu v SO+NE
•Príplatok za nadčas v SO+NE
•Príplatok za odpoludňajšiu zmenu
•Príplatok za nerovnomerný cyklus
Základná mzda 2,12€/h + príplatky.
Možný zárobok od 750€

Výrobný pracovník
•Príplatok za prácu v SO+NE
•Príplatok za nadčas v SO+NE
•Príplatok za odpoludňajšiu zmenu
Základná mzda 2,20€/h + príplatky.
Možný zárobok od 650€

V prípade záujmu pošlite životopis na praca@ppc.sk.
19-0005

FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE
KOMÍNOV
vložkovanie certifikovaným materiálom
- OBHLIADKA ZDARMA
0911 315 249
www.bmkominy.sk
pred frézovaním
po frézovaní
47-013

M.OKRES
Vodoinštalatér Vám opraví - vymení:
vodovodnú batériu, splachovač, WC misu, vaňu, drez. dosku, vodovodné - odpadové potrubie, s dovozom.
tel.: 0905 740 598
72119-0018

BRÚSENIE PARKIET
TMELENIE, LAKOVANIE - OLEJOVANIE
Bezprašná technológia lacno a kvalitne
Bona
Komplet renovácia 3x LAK už od: 10,99 €/m²
Tel.: 0917 755 577 www.BRUSENIEPARKIET.com
28-0013

ŽALÚZIE | ROLETY | PERGOLY
garážové brány a presklenia
Žalúzie Cibula
CLIMAX stínění pro Váš domov
www.zaluzie-cibula.sk
038/740 14 60
40-0004

Stavebná spol. TuCon, a.s.
obsadzuje pozíciu:
STROJNÍK otočného kolesového bagra
Požiadavky:
- ukončené stredoškolské vzdelanie - prax v obore podmienkou
- strojnícky preukaz skupiny 4 a 9, vodičský preukaz sk. C
- ochota pracovať na turnusy
Ponúkame:
- práca v perspektívnej spoločnosti so zahraničnou účasťou
- možnosť osobného rastu - práca na stavbách v SR
- mzda od 4,20 €/hod. + príplatky a variabilná zložka mzdy
V prípade Vášho záujmu prosím zašlite svoj životopis na:
TuCon, a.s., K cintorínu 63, 010 04 Žilina alebo lenka.obsivanova@tucon.sk
41-017

Zateká Vám strecha?
Spoľahnite sa na odborníkov a budete kľudne spať
- opravy asfaltových a plechových striech - lokálne aj celoplošne novými elastickými materiálmi so životnosťou min. 30 rokov v cene už od 7,90 € / m²
Výber z viac druhov materiálov
- obhliadka a vypracovanie cenovej ponuky zadarmo
STRECHAFER, s.r.o.
Božik Peter
0948 606 860, 038/ 542 46 80
40-0005

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE
FRÉZOVANIE od 20€/bm
REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV
• PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV
• ZATEPĽOVANIE A SIEŤKOVANIE KOMÍNOV
SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA na materiál 30%
OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA
0948 012 507 • www.profikominy.sk
46-0005

KULTÚRNE CENTRUM BOJNICE
muzikál
Matúš Čák Trenčiansky
sobota 26. 1. 2019
o 19.00 h
veľká sála / vstupné: 29,00 €

Fašiangová zábava
sobota 2. marca 2019
19.00 h / kongresová sála
do tanca hrá: HS ARETIC
vstupné: 10,00 €
ÚČASŤ V MASKÁCH JE VÍTANÁ!

POCTA HUDOBNEJ LEGENDE
KAROLOVI DUCHOŇOVI
The Duchon's
piatok 22. 3. 2019
18.00 h | VEĽKÁ SÁLA
V RÉŽII A CHOREOGRAFII JÁNA ĎUROVČÍKA
vstupné: 30,00 €

7.4.2019
o 18.00 h
veľká sála
vstupné: 20,00 €
predpredaj v KC Bojnice
a v sieti ticketportal
Lenka Filipová

sobota 4. 5. 2019
19.00 h / veľká sála
ELŻBIETA JODŁOWSKA
KLIMAKTÉRIUM... a čo?
komédia – kabaret – fraška s pesničkami
ZUZANA TLUČKOVÁ
GIZKA OŇOVÁ
JEANETTE ŠVOŇAVSKÁ
JANA VALOCKÁ
vstupné: 17,00 €
predaj vstupeniek v KC Bojnice v prac. dňoch 7.30 h - 16.00 h, tel: 046/543 0980, 0910 914 688
131990063

Neprenechajme úrad prezidenta ani extrémistom, ani Smeru

Čakali sme ako na Godota a napokon sme sa dočkali. Pred niekoľkými dňami sme sa konečne dozvedeli meno prezidentského kandidáta strany Smer. Maroš Šefčovič prijal ponuku strany, ktorej lídrom je už dve desaťročia Robert Fico. Ešte počkáme, ako sa rozhodne SNS, no zoznam kandidátov sa pomaly uzatvára.

Dovoľte mi k tomu povedať pár viet. Výkon prezidentskej funkcie sa odohráva na dvoch poliach: jedno je reprezentácia našej krajiny smerom von a druhé je výkon úradu doma na Slovensku. Čo sa týka reprezentácie smerom do zahraničia, je dôležité povedať, že všetci doterajší prezidenti Slovenskej republiky držali jasný zahranično-politický kurz. Mohol byť rozdiel v detailoch, ale kým boli v úrade, držali kurz a naše euroatlantické smerovanie bolo jasné a nespochybniteľné. Samozrejme, jedným z dôležitých kritérií pri voľbe nového prezidenta bude, aby to tak zostalo aj po voľbách.

Druhá - a pre mňa oveľa podstatnejšia časť výkonu úradu prezideta - je u nás doma, tu na Slovensku. Práve v tom je medzi mnou a kandidátom Smeru zásadný rozdiel. Kým pán Šefčovič strávil posledných 15 rokov mimo Slovenska a zašiel sem len občas na návštevu, ja som tu po celý ten čas žil. A možno práve tých 15 rokov mimo Slovenska môže vysvetliť, že sa stal kandidátom Smeru. Pretože keby tu žil, tak by takúto podporu prijať nemohol. Strana Smer sa už dávno stala symbolom korupcie a nespravodlivosti, ktorá tu vládne viac ako desaťročie - a pán Šefčovič je v týchto voľbách tvárou Smeru. To sa nedá nijako spochybniť, ani nijako zahovoriť.

Preto tieto voľby budú aj o tom, či Smer po všetkých škandáloch a prehrách dokáže získať v prezidentských voľbách opäť väčšinu. Ja urobím všetko pre to, aby ju Smer - hoci aj s usmievavou tvárou pána Šefčoviča - nezískal.

Zároveň stále platí, že spolufavoritom na druhé kolo je aj kandidát extrému: preto je dôležité, aby už do prvého kola išiel čo najsilnejší demokratický kandidát s čo najširšou podporou. Nedopusťme, aby sa úradu prezidenta zmocnil extrémista alebo predĺžená ruka Roberta Fica.

» **Robert Mistrík**
nezávislý kandidát na prezidenta SR

Objednávateľ: Robert Mistrík, Bratislava. Dodávateľ: Unimedia, Panónska cesta 7, Bratislava 851 04, IČO: 3138099 33-0001

ŽALÚZIE, SIEŤKY
OPRAVY ŽALÚZIÍ
DVEROVÉ SIEŤKY, PLISSÉ, ROLETKY
0905 467 323 • vagstav@gmail.com
18-011

ČISTENIE KANALIZÁCIÍ
Máte upchatý drez, WC, umývadlo?
MONITORING
Sme tu pre Vás!
NONSTOP
0902 384 668
40-0011

Konšpirácia, či miera pravdepodobnosti

Príroda, hoci sa zdá v mnohých ohľadoch drsná, v skutočnosti je vyvážená a nastavená na samokontrolu. Napríklad zvieratá sa neprežierajú, nevyhľadávajú nadmerné sexuálne pôžitky, všetko je medzi nimi zariadené tak, aby splnilo účel čo najzdravšieho pokračovania rodu. K excesom, naopak, dochádza v prípade človeka, ktorý má slobodnú vôľu. A túto svoju slobodu zneužíva len na vlastné túžby bez ohľadu na určitý poriadok spoločnosti. Žiaľ, sme svedkami tohto bezhraničného presadzovania sa bez sebakontroly vo viacerých oblastiach života.

Napríklad v oblasti výskumu. Niektorí „pokrokoví“ vedci považujú za jediný limit skúmania výšku financií. Ak sa im podarí zohnať slušný obnos, alebo im niekto ponúkne sponzora, neváhajú využiť túto „altruistickú“ službu, aby sa ich bádanie posunulo. Dokumentuje to aj nedávny „objav“ čínskeho výskumníka prezentovaného cez sociálnu sieť youtube. Podarilo sa mu zasiahnuť do genómu počatého dieťaťa tak, aby sa nemohlo infikovať vírusom HIV od svojich rodičov.

Na pohľad skvelý výkon s obdivuhodným cieľom: pomôcť zvýšiť genetickú odolnosť. Avšak za akú cenu? Za cenu narušenia ľudského genómu, teda zdroja dedičnosti a prenosu originálneho ľudského rodu . V tomto prípade nejde o individuálny reparatívny zásah na molekule génu, tzv. opravenie genetickej mutácie, ktorá sa dnes bežne a s úspechom používa. Ale ide o „vystrihnutie“ časti genómu, ktoré navyše nie je presné a môže zmeniť celý nasledujúci sled generácií nepredvídateľným spôsobom. Genóm sa totiž považuje vo vedeckom a kultúrnom svete za nedotknuteľný majetok, dedičstvo ľudstva. A tak sa doteraz k nemu s plnou vážnosťou aj pristupuje.

Nejde o strašenie a konšpirácie, ale skôr o prezieravosť a o pozornú kontrolu dôstojnosti človeka. Aby napokon egoistické túžby neprevýšili hranicu ľudskosti i ľudského druhu.

» **Mária Raučinová, Fórum života**

Spravodajstvo

Prievidza: Silvestrovská hádka sa skončila smrťou 55-ročného muža

Prievidza 3. januára (TASR) – Vyšetrovateľ Krajského riaditeľstva Policajného zboru v Trenčíne obvinil 38-ročnú ženu z Prievidza z obzvlášť závažného zločinu vraždy. Na Silvestra mala bodnúť do srdca svojho 55-ročného druha.

Ako informovala trenčianska krajská policajná hovorkyňa Elena Antalová, na Silvestra vo večerných hodinách sa mala pohádať so svojím druhom a následne ho zasiahnuť kuchynským nožom do srdca. Následkom zranení podľahol.

„**Obvinená bola** v čase útoku pod vplyvom alkoholu. Po skutku išla k susedom, ktorým povedala, že sa pohádala s druhom a ten ju zbil. Keď odchádzala domov, suseda ju išla odprevadiť. Cez otvorené dvere uvidela na zemi nehybne ležiace telo, okamžite privolala políciu. Policajti po príchode obmedzili obvinenej osobnú slobodu,“ uviedla Antalová.

Ako dodala, krajský policajný vyšetrovateľ spracoval podnet na návrh na väzobné stíhanie obvinenej. „Ak sa prokurátor s návrhom stotožní, tak sudca Okresného súdu v Trenčíne bude rozhodovať o jej väzobnom stíhaní. Za uvedený skutok zákon ukladá trest odňatia slobody na dvadsať až dvadsaťpäť rokov,“ doplnila policajná hovorkyňa.

Bojnická zoologická záhrada privítala vlani viac ako 400.000 návštevníkov

Bojnice 8. januára (TASR) - Bránami Národnej zoologickej záhrady Bojnice prešlo vlani viac ako 400.000 návštevníkov. Zoo tak zopakovala úspech spred 20 rokov, informovala jej hovorkyňa Simona Kubičková.

Rekordnú návštevnosť môže bojnická zoologická záhrada konštatovať už tretí rok po sebe. „Minulý rok bol však obzvlášť výnimočný, pretože sa nám podarilo prekonať hranicu 400.000 návštevníkov, do našej zoo zavítalo 403.860 ľudí. Z toho bolo 245.846 dospelých, 15.871 študentov a 142.143 detí. Návštevnosť v predminulom roku sme tak prekonali o 43.764 ľudí,“ uviedla Kubičková.

Vlaňajšou návštevnosťou a prekonaním hranice tak zoo podľa nej zopakovala úspech z roku 1998, vtedy ju navštívilo 410.123 návštevníkov.

V roku 2018 pribudlo do bojnickej zoo aj viacero druhov zvierat. Kolekciu vtákov rozšírili napríklad labute trúbivé, perličky supie či ary hyacintové. Novinkou boli aj dikobrazovce africké a veverice červenoboké. Rovnako nové druhy pribudli aj na úseku vivária, a to kožnatka nílska, rosničky čiernoškvrnné či šťukovce bodkované. „Úspešne pokračoval aj projekt na ochranu rysa karpatského a znovu sme vypúšťali rysy vo Falckom lese, kde sa aj narodili ďalšie mláďatá,“ pripomenula hovorkyňa zoo.

Medzi najúspešnejšie podujatia medzi návštevníkmi podľa nej patrili tradične Otvorenie letnej turistickej sezóny, Deň detí v zoo, Vítanie prázdnin a premiérový Včelí týždeň.

Handlová: Pri výskume kostola sv. Mikuláša našli odborníci i pôvodné maľby

Handlová 11. januára (TASR) - V handlovskej časti Nová Lehota pokračujú s prácami na obnove tamojšieho kostola zasväteného svätému Mikulášovi biskupovi. Pri výskume, ktorý tam realizovali odborníci, našli i viacero zaujímavostí.

„Je to už vlastne tretia etapa obnovy. Prvá sa začala v roku 2012, kedy sa prepadol strop aj strecha kostola a vďaka aktivite laikov a občianskeho združenia, ktoré založili manželia Galbaví, sa podarilo zachrániť kostolík v havarijnom stave,“ načrtol handlovský farár Peter Repa.

V druhom polroku minulého roka sa im podľa neho podarilo získať grant z Ministerstva kultúry SR na tretiu etapu obnovy, ktorá spočívala v historickom a pamiatkovom výskume, zameraní kostola a jeho vlhkostnom výskume. Tieto dokumenty sú práve potrebné na to, aby mohli farníci požiadať niekoho o kompletný projekt obnovy kostola.

Pôvodný gotický kostol pochádza z 12. storočia. V 19. storočí ho sčasti zbúrali a zväčšili do stavu, v ktorom ho ľudia poznajú aj dnes. Z gotiky zároveň prešiel do barokového štýlu. „To najdôležitejšie bolo to, že predtým sa len hovorilo alebo hádalo, kde mohol pôvodný gotický kostol stáť. Pamiatkový a historický výskum priniesol to, že stojí na tom istom mieste a že pôvodný kostol je súčasťou tohto barokového kostola,“ priblížil Repa.

Pod omietkami tiež odborníci našli podľa neho pôvodné maľby, v prednej časti kostola návštevníci môžu vidieť i dlažbu, ktorá má vyše 100 rokov a robili ju pri poslednej obnove pamiatky koncom 19. storočia. „A čo je zaujímavé, firma, ktorá robila túto dlažbu, ešte stále existuje a funguje, pričom podľa mojich informácií v tejto tradícii - výrobe dlažby pokračuje už štvrtá generácia rodiny,“ podotkol.

Výskum odborníkov tiež odhalil veľkú vlhkosť pamiatky. „Najbližšie na jar máme v pláne obiť vnútornú i vonkajšiu omietku až do výšky 1,5 metra a nechať kostol vysušiť, aby vlhkosť zmizla. Za ten čas budeme hľadať spôsoby, ako vlastne urobiť kompletný projekt obnovy kostola. Chceli by sme ho postupne obnoviť, určite to nebude naraz. Je tu veľa roboty ako na kostole, je to skôr práca na etapy, možno aj niekoľko rokov, ale verím, že sa nám to postupne podarí,“ skonštatoval handlovský farár.

Nová Lehota bola pôvodne obcou, kde žili karpatskí Nemci, no v roku 1945 museli odísť. Niekoľko rokov tak zostala prázdna, keď tam začali prichádzať ľudia, ktorí začali robiť v bani. V 70. rokoch 20. storočia tam poslali tajne vysväteného biskupa jezuitu Petra Dubovského, a to preto, aby ho mohol štát sledovať a bol pod drobnohľadom.

» **ta sr**

Na kraji lesa

Kedy naposledy ste boli s deťmi niekde na kraji lesa? Kedy ste sa s nimi rozprávali o prírode, jej obyvateľoch, o rastlinách, stromoch? Verejné odpovede by boli viac ako smutné. A aj preto je náš verejný život viac ako smutný. A spolu s ním aj osud našej prírody.

Tak teda – aspoň knižka. Možno vás vo vašich rodinách práve v tomto nehostinnom zimnom čase navodí k tomu, že voľný čas na jar netreba presedieť iba pri televízoroch, ale možno ho tráviť práve tam, odkiaľ aj tak všetci pochádzame – v prírode. Aj keď iba občas, chviľku. Nejaký ten podvečer či ráno. Kniha Na kraji lesa autorky Ľubice Schmarcovej ilustrátorky Ilony Polanskej je síce knižka pre deti, ale zároveň aj pre celú rodinu.

Príbeh syslíka Filipa, korytnačky Alice a hlucháňa Kamila je o hľadaní šťastného domova. Zvieratká prestane baviť sladké prázdninové ničnerobenie a chcú v lete zažiť niečo výnimočné.

Príbuzní im porozprávajú o dávnom idylickom mieste, kde žili ich predkovia. A oni si uvedomia, ako sa príroda a život zvierat vplyvom človeka neúprosne mení. Vďaka novým ľudským obyvateľom lesa sa ukáže, že je stále možné znovunavrátiť človeka a prírodu do rovnováženého stavu. Knižka je rozdelená na dve časti: rozprávkovú o syslíkovi Filipovi, korytnačke Alici a hlucháňovi Kamilovi a odbornú, ktorá obsahuje stručné informácie zo života lesa – napríklad ako funguje les, čo znamená prirodzený les a podobne. Obsahuje tiež krátky atlas zvieratiek – hrdinov z knižky Na kraji lesa. Publikáciu odporúčajú autorky pre deti od 6-7 rokov, odbornú časť pre staršie deti cca od 8 rokov a ich rodičov.

» red

Zastavte šírenie paniky!

Polícia žiada verejnosť a médiá o zastavenie šírenia hoaxu o únosoch maloletých osôb na Slovensku. Zvýšený nárast jeho šírenia zaznamenala v uplynulom období. Polícia zdôrazňuje, že k únosom maloletých a mladistvých osôb na území Slovenskej republiky nedochádza. Pripomína, že šírenie poplašnej správy je trestný čin. Informoval o tom hovorca Prezídia Policajného zboru Michal Slivka.

„Šírenie hoaxu dosiahlo neúnosnú mieru," konštatuje polícia, podľa ktorej nepravdivú správu zdieľajú ľudia na sociálnych sieťach. Policajný zbor už podľa Slivku tento hoax niekoľkokrát dementoval. „K únosom maloletých a mladistvých osôb na území Slovenskej republiky nedochádza. Najčastejšími dôvodmi ich nezvestnosti sú úteky z domu, úteky so starším partnerom a takzvané rodičovské únosy," zdôrazňuje Slivka.

Dodáva, že v minulosti sa objavilo niekoľko prípadov, keď maloleté osoby povedali svojim rodičom o osobách, ktoré ich mali volať do vnútra vozidla, avšak nikdy sa hrozba ani len pokusov o únos nepotvrdila. „Napriek tomu Policajný zbor takéto prípady nikdy nepodceňuje a z bezpečnostno-preventívneho charakteru o nich informuje. Z toho vyplývajú občasné upozornenia miestnych obyvateľov, napríklad prostredníctvom obecného rozhlasu," uviedol Slivka.

Polícia žiada verejnosť a médiá, aby šírili túto informáciu, ktorá bude zverejnená aj na našich sociálnych sieťach. „Zároveň prosíme médiá, aby v súvislosti s touto témou nepoužívali formulácie 'malo dochádzať k únosom', prípadne 'údajné únosy'," doplnil Slivka.

Policajný zbor podľa jeho slov pristupuje k šíreniu akýchkoľvek hoaxov nekompromisne. „Potvrdzuje to nedávne zriadenie novej facebookovej stránky 'Hoaxy a podvody – Polícia SR'. Pripomíname, že šírenie poplašnej správy je trestným činom, za ktorý je možné uložiť trest až na dva roky, prípadne za istých podmienok až na osem rokov," poznamenal Michal Slivka.

» red

EKOKANAL 0908 967 587, 0911 967 587
NON-STOP
Čistenie kanalizácií a odtokov
Inšpekcia potrubia kamerou
Čistenie lapačov tukov
Tlakové skúšky potrubia
Bezvýkopové opravy -výkopové opravy kanalizácií
Frézovanie kanalizačných potrubí
Vyhľadávanie kanalizač. trás detektorom
Lokálne bezvýkopové opravy
28-3036

realtherm
www.real-therm.sk
Hi-Sec
www.hi-sec.sk
AKCIA JANUÁR - FEBRUÁR
za 310,- EUR
S MONTÁŽOU
+ guľa/kľučka ZADARMO
lacnejšie to už nebude :)
0902 337 227
0904 966 563
43-0022

žalúzie * rolety * siete
0905 633 521
40-0004

BRIKETY BUKOVÉ
s dovozom
0919 020 350
47-007

KRTKOVANIE ČISTENIE KANALIZÁCIÍ
Máte upchaté WC, umývadlo, drez? Čistenie tlakom a špirálou.
NONSTOP 0949780322
40-0009

Bezpečnostné dvere
• 4 modelové rady • možnosť montáže • rýchle dodanie
• moderný dizajn • bezpečnostné certifikáty
Dvere od: 319 €
+ kľučka: 1 € + montáž: 89 €
SPOLU s DPH: 409 €
od 319€
Akcia
sofia PLUS
sofia GREY
sofia MODERN
sofia RETRO
sofia bezpečnostné dvere
www.bezpecnostnedveresofia.sk 0948 401 321
43-0036

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. Stlmiť náraz a zmierniť následky úrazu pomôže podľa odborníka aj hrubá vetrovka, 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 podceniť 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 objavia pľuzgiere, vyhľadajme 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 batoľatá.

Deti potrebujú chodiť von každý deň, pozor však na mrazivé počasie.
foto zdroj: skimptonoo7 pixabay

Podľa odporúčaní odborníkov by zdravé dieťa malo stráviť vonku každý deň minimálne dve hodiny počas celého roka. V mrazivom počasí treba obmedziť dĺžku pobytu batoľaťa vonku maximálne na hodinu dopoludnia a hodinu popoludní. „Dôležité je, aby bolo dieťatko dostatočne oblečené, do viacerých vrstiev odevov. Ak sa k mrazu pridá aj silný vietor, s batoľaťom radšej von nechoďte," 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 ošetrenie 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 flísu, 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 teplú deku, na ňu fusak so zapínaním na zips. Najvrchnejšiu vrstvu má tvoriť nepremokavá prikrývka," hovorí Jana Hamade. V mrazivom počasí dostáva zabrať aj pokožka dieťaťa. Väčšmi stráca vodu, vysychanie pokožky môže urýchliť aj prechod medzi vykúrenými miestnosťami do vonkajšieho prostredia. Dieťa preto potrebuje mastnejšie krémy, ktoré pomáhajú doplňať lipidy. „Tvár natrite dieťaťu pätnásť až tridsať minút pred odchodom z domu, aby sa krém dostatočne vstrebal. Na pery použite kvalitné, špeciálne balzamy pre deti," dodáva.

Pri obliekaní dodržiavajte jednoduchú zásadu – vrstvenie.
foto zdroj: skimptonoo7 pixabay

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 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 dojčaťa 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 rozbíjajú na menšie časti a zostávajú v ňom dlhšie. V zime sa okrem toho cievy na sliznici dýchacích ciest stiahujú a vírusy do organizmu preniknú ľahšie.

Stranu pripravila: Renáta Kopáčová

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

Zažite chuť Talianska v pohodlí domova...

Dostali ste chuť na pravé talianske espresso z čerstvo namletej kávy?
Alebo to skôr bude jemné latte?
Či capuccino s kvalitne našľahanou penou?

Teraz už nemusíte robiť kompromisy. Všetky tieto druhy Vám vo vysokej kvalite pripraví kávovar nemeckého výrobcu Melitta Caffeo Solo & Perfect Milk.

20x32x45,5 cm

+

NAJMENŠÍ PLNOAUTOMATICKÝ KÁVOVAR NA SVETE !

Objednávky:
0907 / 727 205
kavovary@regionpress.sk

499 EUR

CENA VRÁTANE 12KG KÁVY
+KÁVA NA POL ROKA ZADARMO*
*6 BALÍKOV 1KG KÁVY FERLUCCI (40% ARABICA, 60% ROBUSTA) VYSTAČÍ NA POL ROKA PRI SPOTREBE 4 KÁV DENNE

DOPRAVA ZADARMO

HARABIN: Rodina je základ.

Keď sa pozriem okolo seba, vidím niekoľko divných vecí. Ľudia trávia viac času s mobilom v ruke ako rozprávaním sa so svojou rodinou. Deti sa odkladajú až do času po kariére, pričom veľa ľudí už „neskôr" deti mať nemôže. Tí čo majú deti, sú nútení dlho do večera pracovať a na výchovu detí ostáva málo času. Nefungujúce rodiny sú dnes častejšie ako rodiny harmonické, čo je veľa krát spôsobené zlou finančnou situáciou.

Nedávno som sa rozprával s mamičkou na materskej dovolenke a sťažovala sa mi, že sa im ťažko žije. Tým, že otehotnela počas vysokoškolského štúdia, dostáva iba cca 260 eur na 2 malé deti (rodičovský príspevok 215 eur mesačne a 2x24 eur ako prídavok na 2 deti). Manžel je pochopiteľne stále v práci a vidia sa málo. Bez pomoci starých rodičov by to nezvládli. Spoločnosť ju odsudzuje, vraj má deti ako príliš mladá (25 ročná a už 2 deti). Ja s týmto absolútne nesúhlasím. Keď som mal ja 25 rokov, tak už moji rovesníci mali deti a bolo to lepšie.

Pýtam sa našich politikov, ako môže mamička s 2 malými deťmi vyžiť z 260 eur mesačne?

Veľmi ma hnevá, že naši politici, ako napr. Andrej Kiska, hovoria viac o tom, že musíme prijať imigrantov napr. zo Sýrie a platiť im vysoké mesačné príspevky (hovorí sa asi o 1000 Eurách mesačne na osobu) a pritom nechávajú slovenské mamičky s malými deťmi - našu budúcnosť, živoriť.

Moji najvýznamnejší protikandidáti na prezidenta hovoria viac o prijímaní imigrantov ako o podpore slovenských rodín. Robert Mistrík odpovedal na otázku o imigrantoch, že „multikulturalizmus obohacuje krajinu" (multikulturalizmus = miešanie národov). Maroš Šefčovič ako náš vyslanec v EU pritakával umožneniu vstupu imigrantov do EU a teda aj na Slovensko.

Pre mňa sú záujmy Slovákov prvoradé, som proti vstupu imigrantov na Slovensko. Naopak budem bojovať za to, aby štát významnejšie podporoval mamičky s deťmi. **Radšej dám 500 eur mesačne na jedno dieťa mladej slovenskej mamičke, ako oveľa viac akémukoľvek imigrantovi zo zahraničia.**

JUDr. Štefan Harabin
občiansky kandidát
na prezidenta SR

Objednávate: JUDr. Štefan Harabin, Bratislava 33-0003

PONUKA, KTORÁ SA OPLATÍ!

Inzercia v 39 regionálnych tituloch, ktoré sú týždenne vydávané v náklade 1.550.000 kusov na lukratívnej ZADNEJ STRANE v každom okrese!

za sumu
449,-€
za túto veľkosť inzerátu do celého Slovenska v počte 1.550.000 ks

Objednávky a konzultácie:
0905 719 148
0915 780 751
REGIONPRESS

Spravodajstvo

HaZZ: V Lazanoch a Koši horelo v rodinných domoch, zranené boli dve osoby

Koš/Lazany 8. januára (TASR) - V rodinných domoch v dvoch obciach Prievidzského okresu v noci na utorok horelo. Následkom požiarov v Koši a Lazanoch utrpeli zranenia i dve osoby, informoval v utorok TASR hovorca hasičov v Trenčianskom kraji Marián Petrík.

Požiar rodinného domu v Koši ohlásili hasičom v pondelok (7.1.) krátko pred polnocou. Pri udalosti zasahovali ôsmi príslušníci Hasičského a záchranného zboru (HaZZ) z Prievidze s troma kusmi techniky, ktorým asistovali členovia Dobrovoľných hasičských zborov (DHZ) obcí Koš a Lehota pod Vtáčnikom. „Hasiči zasahujúci v dýchacích prístrojoch nasadili za účelom lokalizácie požiaru štyri hasebné prúdy za súčasného ochladzovania susedných domov a rozoberania konštrukcie strechy postihnutého objektu," opísal Petrík. Požiar, následkom ktorého sa jedna osoba intoxikovala splodinami horenia, hasiči podľa neho zlikvidovali krátko po 2.00 h.

V utorok krátko pred 1.30 h zase hasičom nahlásili požiar v pivnici rodinného domu v Lazanoch. Pri udalosti zasahovali štyria príslušníci HaZZ z Prievidze s dvoma kusmi techniky, ktorým asistovali členovia DHZ z Nedožier–Brezian a Nitrianskeho Pravna.

Príčiny vzniku oboch požiarov sú v štádiu zisťovania.

HaZZ: Nehoda pri Nedožeroch-Brezanoch si vyžiadala zranenie jednej osoby

Nedožery-Brezany 10. januára (TASR) - Na ceste prvej triedy v katastri Nedožier-Brezian v okrese Prievidza sa v stredu (9.1.) popoludní zrazili dve osobné autá s autobusom. Pri dopravnej nehode, ktorá si vyžiadala zranenie jednej osoby, zasahovali siedmi príslušníci Hasičského a záchranného zboru (HaZZ) z Prievidze s dvoma vozidlami. Informoval vo štvrtok TASR hovorca hasičov v Trenčianskom kraji Marián Petrík.

V dôsledku dopravnej nehody utrpela zranenie jedna osoba, ktorá zostala zakliesnená v osobnom motorovom vozidle. Ostatní účastníci dopravnej nehody boli bez zranení. „Zasahujúci hasiči v súčinnosti so zdravotníkmi Záchrannej zdravotnej služby (ZZS) poskytli zranenému vodičovi prvotné ošetrenie. Po stabilizovaní zraneného naložili do sanitného vozidla ZZS a odviezli na ďalšie ošetrenie do nemocnice," uviedol Petrík.

Následne príslušníci HaZZ na postihnutom vozidle podľa neho vykonali požiarno-bezpečnostné opatrenia, po zdokumentovaní udalosti políciou odstránili z vozovky vytečené prevádzkové kvapaliny a asistovali pri naložení osobného automobilu na vozidlo odťahovej služby.

» red

Stavebná spol. **TuCon, a.s.**
obsadzuje pozíciu:

Zmenový technik, majster

Požiadavky:
- ukončené SŠ vzdelanie v oblasti stavebníctva/absolvent SPŠ stavebnej
- prax v oblasti výstavby líniových, vodohosp. a dopravných stavieb výhodou
- organizačné, riadiace a komunikačné schopnosti
- vodičský preukaz sk. B, ochota pracovať na turnusy

Ponúkame:
- práca v perspektívnej spoločnosti so zahraničnou účasťou
- možnosť osobného rastu
- mzda od 1.200,- € (podľa skúseností a kvalifikácie) + odmeny podľa výsledkov

V prípade Vášho záujmu prosím zašlite svoj životopis na:
TuCon, a.s., K cintorínu 63, 010 04 Žilina alebo **lenka.obsivanova@tucon.sk**

47-017

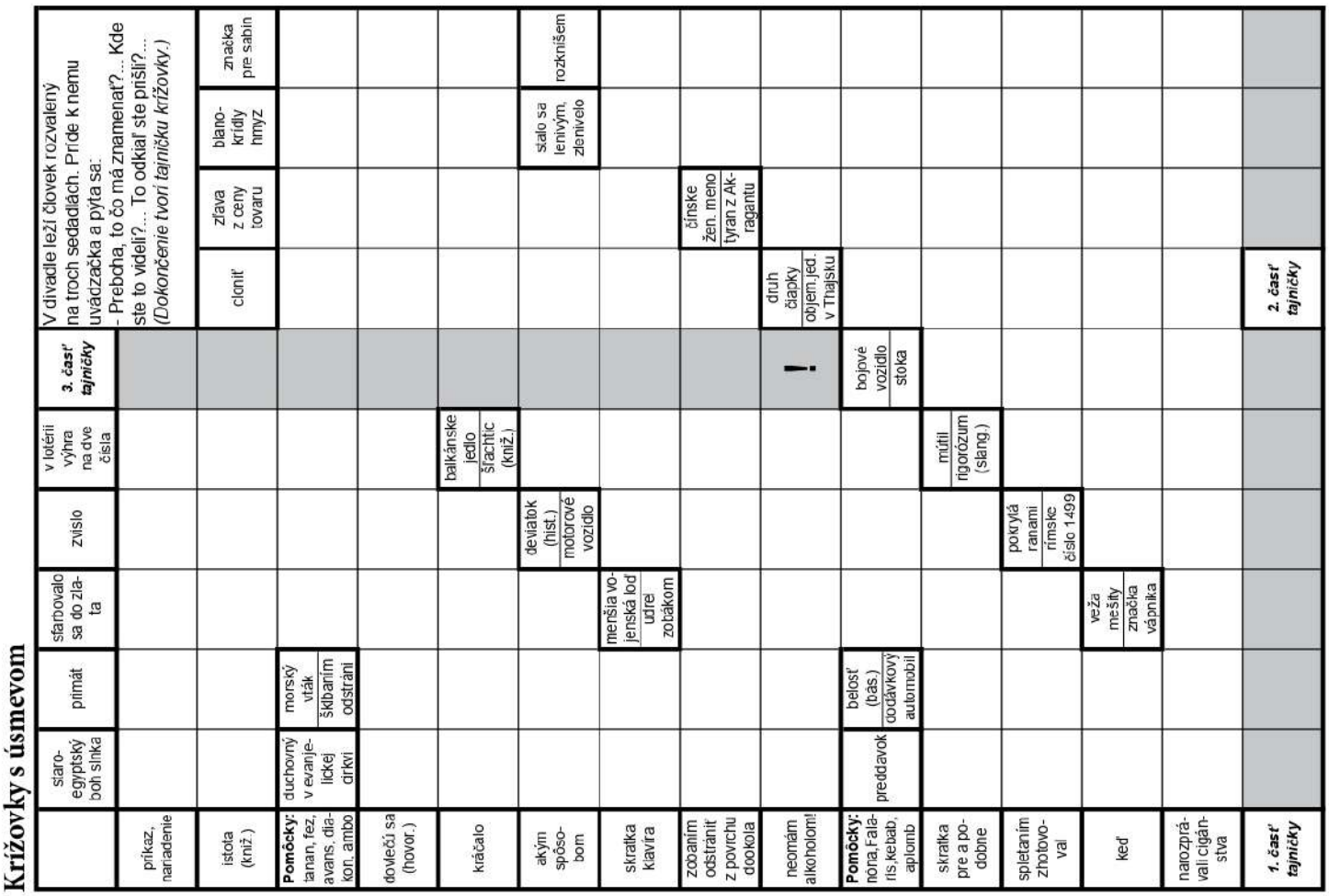
TATRANSKÝ A ZRUBOVÝ PROFIL, OSB DOSKY, DLÁŽKOVICA, REZIVO A KROVY, ASFALTOVÝ ŠINDEL
0950 286 207
40-0014

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA
0905 719 148
0915 780 751

SUDOKU ŤAŽKÉ

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

Krížovky s úsmevom



MESTO PRIEVIDZA INFORMUJE

platená inzercia

Tlačivá žiadostí o pridelenie dotácie so zmenami

Upozorňujeme žiadateľov o poskytnutie dotácií z rozpočtu mesta na zmeny v tlačivách, na základe schváleného doplnku č. 3 k VZN č.131/2012 o poskytovaní dotácií z rozpočtu mesta Prievidza.

Dotácie na aktivity plánované v druhom polroku 2019 je potrebné požiadať do konca marca na novom tlačive Žiadosti o pridelenie dotácie, spoločne s upraveným Čestným prehlásením žiadateľa o dotáciu z rozpočtu mesta Prievidza, ktoré je povinnou prílohou.

Dotácie sa poskytujú právnickým osobám, ktorých zriaďovateľom a zakladateľom nie je mesto a fyzickým osobám podnikateľom, ktoré majú sídlo alebo trvalý pobyt na území mesta, pôsobia, vykonávajú činnosť na území mesta alebo, poskytujú služby obyvateľom mesta. Dotácie sa poskytujú na podporu všeobecne prospešných služieb a všeobecne prospešných alebo verejnoprospešných účelov.
Samostatná webová sekcia o poskytovaní dotácií z rozpočtu mesta Prievidza je k dispozícii na internetovej stránke www.prievidza.sk/samosprava/dotacie
Dotácie sa poskytujú len na základe písomnej žiadosti na určenom formulári (Príloha č. 1 k VZN č. 131/2012). Žiadosť sa spolu s prílohami zasiela poštou na adresu mesta alebo sa podáva do podateľne Mestského úradu v Prievidzi, kde je opatrená odtlačkom podacej pečiatky s dátumom podania. Žiadateľ je zároveň povinný poslať vyplnenú Prílohu č.1 (Žiadosť o poskytnutie dotácie z rozpočtu mesta) elektronicky, vo formáte RTF alebo PDF, **na adresu dotacie@prievidza.sk najneskôr sedem dní pred zasadnutím príslušnej komisie MsZ, do pôsobnosti ktorej žiadosť patrí a bude ju prerokovávať.**

O kolumbáriu píše prestížny portál

Portál zaoberajúci sa slovenskou architektúrou si všimol riešenie a architektonické prednosti kolumbária na mestskom cintoríne na Mariánskej ulici.

Prestížny portál ARCHINFO, ktorý mapuje architektúru na Slovensku, ale aj ďalšie príbuzné a súvisiace technické a kultúrne oblasti, písal o architektonickom riešení kolumbária na cintoríne v Prievidzi. „Autori nového kolumbária, situovaného vo vyvýšenej polohe s výhľadmi, sa snažia prírodný element prirodzene zakomponovať do uceleného konceptu. Pravouhlé urnové steny sa voľne rozvíjajú pozdĺž organickej špirály, ktorá vychádza z centrálneho nástupného priestoru. Vzniká tak príjemná otvorená kompozícia s dostatkom „vzduchu". Samotné urnové steny následne poskytujú dostatočnú ochranu miest pred poveternostnými vplyvmi," píše odborný portál.
Kolumbárium v Prievidzi je ďalšou stavbou, ktorej sa týmto spôsobom dostalo uznanie zo strany odborných kruhov v oblasti architektúry. V roku 2017 získala prestížne ocenenie za architektúru CE·ZA·AR obnova časti Námestia slobody.
Autormi kolumbária sú Ing. arch. Patrik Juríček, Ing. arch. Gabriel Szalay, Ing. Jozef Janiš v spolupráci s Ing. arch. Michaelov Krošlákovou, Ing. Mariom Saavedrom a Ing. Stanislavov Borodovčákovou. Samotná realizácia kolumbária prebiehala v rokoch 2016 až 2017..

IEIN0020

Oplatí sa !

TOP PONUKY TÝŽDŇA

HotBelly s.r.o. - agentura práce -

PONÚKAME PRÁCU V ČR A DE

- rôzne odvetvia
- výhodné platobné podmienky
- ubytovanie a doprava zdarma
- možnosť čerpania záloh
- turnusová práca

KONTAKT:
t.č.: 0948 894 998
email: praca@hotbelly.cz
web: www.hotbelly.cz

85_0067

- DREVODOMY V KORUNÁCH STROMOV
- DREVENÉ PERGOLY, TERASY
- DREVENÉ ZÁHRADNÉ, MOBILNÉ CHATKY
- HLINÍKOVÉ OKNÁ A DVERE
- HLINÍKOVÉ PERGOLY NA ELEKTRICKÉ OVLÁDANIE
- RÁMOVÉ A BEZRÁMOVÉ SKLENENÉ ZÁBRADLIA

ZAMERANIE STAVIEB, CENOVÁ KALKULÁCIA A 3D NÁVRH ZDARMA

NOVOROČNÉ ZĽAVY DO VÝŠKY 30%

Quatro

NÁKUP AJ NA SPLÁTKY tovarov a stavieb

85_0029

85_0085

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**

Seamless1 HAIR EXTENSIONS PREDĹŽENIE VLASOV

RÝCHLA, ŠETRNÁ A BEZPEČNÁ APLIKÁCIA

Pomocou páskovej metódy dosiahneme požadovaný objem a dĺžku vlasov v čase kratšom ako 35 minút. Ak chcete dlhšie a hustejšie vlasy, napíšte nám. Vlasy Seamless1 - ten pravý darček pre Vás.

Tel.: 0907 854 644 | www.seamless1.sk

48-0015

ŤAHOVACIA SLUŽBA

preprava sťahovanie vypratávanie

Dovoz štrku

www.stahovacia-sluzba.com

tel.: 0905 462 875

72119034

PREDAJ PALIVOVÉHO DREVA

(bez odpadu)

ručne štiepané
(dĺžky 25, 30, 33, 40, 50 cm)

TVRDÉ 7prms/**290€**
MÄKKÉ 7 prms /**220€**

PREDAJ BRIKIET
„RUF“ 10 kg/**1,90€**

Tel: **0907 429 904**

72119035

ROZVOZ a PREDAJ UHLIA a BRIKIET

Super cena

Nitrianske Pravno
T: 0949 898 042

72119037

Nedostávate pravidelne NAŠE NOVINY do schránky a chceli by ste?

Kontaktujte nás:
distribucia.pd@regionpress.sk
0915 780 751