POTERY • OMIETKY • FASÁDY

REGIONPRESS

Č. 38 / 20. SEPTEMBER 2019 / 23. ROČNÍK

ORAVSKO

DOLNOKUBÍNSKO-NÁMESTOVSKO-TVRDOŠÍNSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do **38 600** domácností

AKCIA JESEŇ od 5,19 € s materiálom!
STAVEBNÉ IZOLÁCIE
15 ROKOV SKÚSENOSTÍ
Baumit
PARTNER FIRMY STAVPOČ
VÝBORNÁ KVALITA ZA NÍZKU CENU
0915 363 983

INZERCIA
0908 792 859

ZĽAVY 40% AŽ DO
PREVÁDZKY:
NIŽNÁ 998 (PRI MOSTE)
NÁMESTOVO, SMER VAVREČKA 486
JP-KOMPLET IN
ATYPICKÉ DVERE | DVERE SOLODOOR
OKNÁ | PODLAHY | KÚPEĽNE | 3D NÁVRHY
www.JPKOMPLET.sk
DLAŽBA STONEHENGE
ROZMER 60x60 cm
CENA 8,88 € s DPH

euromicron Deutschland GmbH 0915 549 895
Ihneď zamestnáme ELEKTRIKÁROV a pomocných elektrikárov:
- Nemecká pracová zmluva **na dobu neurčitú**
- **Turnusová práca:** 3 týždne sa pracuje a týždeň máte voľno
- Poskytujeme ubytovanie, služobné vozidlo, pracovné oblečenie a pracovné náradie
- Mzda: **12-13€ na hodinu brutto**
+ **8€ netto za odpracovaný deň**
V prípade záujmu nás kontaktujte telefonicky alebo emailom
lucia.vojtassakova@euromicron-deutschland.de

POTERY A OMIETKY
STROJOVÉ
ZATEPĽOVANIE
RODINNÝCH DOMOV FASÁDY
MONTÁŽ SADROKARTÓNOV
0904 845 444
Baumit

UHLIE
- HNEDÉ UHLIE
- ČIERNE UHLIE
- BRIKETY
- KOKS
- EKOHRÁŠOK
- PIESOK, ŠTRKY
Akcia !!!
DOPRAVA VOĽNE LOŽENÉHO UHLIA NAD 2,5 TONY ZDARMA
PEPO A KOMINÍČEK nad 2 tony ZDARMA!
ANNA KOLEŠTÍKOVÁ - UKO, TVRDOŠÍN
tel.: 043/532 20 77, 043/532 24 11
T: 0903 527 356, 0903 527 355, 0918 521 102
www.uko.sk uko.orava@gmail.com

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

OZ Slniečko Tvrdošín so sídlom na ul. Školskej
Hľadáme do nášho kolektívu
pani na invalidnom dôchodku
alebo mamičku po materskej dovolenke na TPP
V prípade záujmu ma kontaktujte: Alexandra, 0918 537 375

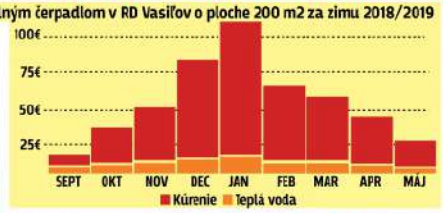
ŽALÚZIE
0905 514 279
Pri montáži do celého bytu sieťka zdarma
www.mimax.sk
Pre novostavby 30% zľava

EKO Energy
energetické poradenstvo
www.ekoenergy.sk • info@ekoenergy.sk
Informujte sa na bezplatnej infolinke:
tel: 0800 909 909, 043/2 028 918

Naša firma zabezpečuje kompletnú administráciu pre získanie dotácií

NAVŠTÍVTE NAJVÄČŠÍ SHOW ROOM
VYKUROVACEJ A CHLADIACEJ TECHNIKY NA ADRESE LOKCA 597 (AREÁL KAMENE LOKCA NA ZAČIATKU LOKCE SMER Z NO) otvorené aj v sobotu do 12:00 hod.
UŽ AJ V RABČI - PRI OBECNOM ÚRADE

Solárny systém pre ohrev vody
- 3 ploché kolektory
- kompletná konštrukcia na strechu + prí pojovacie potrubie
- 300 l bojler v cene
- spoľahlivo pokryje spotrebu teplej vody od marca do októbra
- návratnosť investície 2-3 roky
ZÁRUKA OD VÝROBCU 10 ROKOV
1590€ vrátane montáže

Reálna spotreba na kúrenie tepelným čerpadlom v RD Vasiľov o ploche 200 m2 za zimu 2018/2019
V LETE CHLADÍ, V ZIME KÚRI


MITSUBISHI ELECTRIC AIR CONDITIONING SYSTEMS
DAIKIN
A++
ZÁRUKA OD VÝROBCU 5 ROKOV
Japonské tepelné čerpadlo vzduch – voda Mitsubishi
už od 3350€
- vhodné pre rodinné domy od 70-1000 m2
- pracuje aj pri teplote – 25°C
- vo výkonoch 8kW, 12kW, 14kW, 16kW, 20kW, 27kW
- ekonomické a komfortné riešenie vhodné aj pre vykurovanie podlahovky a radiátorov
- mesačné náklady na vykurovanie a ohrev TUV od 40 - 60 € pre RD 400m2
- ovládanie cez mobilnú aplikáciu zdarma

ilustračné foto
Účinnosť kotla 89,6 % (drevo); 90,54 % (pelety)
- automatický prechod z dreva na pelety
- dostupné výkony: 12, 18, 26, 40 kW
už od 192€

Fotovoltaická elektráreň 3 kWp
- pozostáva z 10 panelov + menič + regulácia na zabránenie prietoku vyrobenej el. energie do siete
- zariadenie na kľúč
- návratnosť investície 4-5 rokov
- ročná výroba el. energie 3500 kWh
Zvyšok životnosti elektrárne viac ako 25 rokov máte vami vyrobenú elektrinu úplne zdarma
už od 2289€ vrátane montáže
ZÁRUKA OD VÝROBCU 25 ROKOV

ORAVSKO
DOLNOKUBÍNSKO-NÁMESTOVSKO-TVRDOŠÍNSKO

Redakcia: Trojičné námestie 191
TVRDOŠÍN
oravsko@regionpress.sk
spravodajstvo.dk@regionpress.sk

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

INZERCIA
Marta Kontrová 0907 727 203
Bc. Anna Lukáčková 0908 792 859

Distribúcia:
Ján Lajmon 0905 400 035
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk

Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (38 500 domácností)
Každý týždeň: Dolný Kubín, Námestovo, Trstená, Tvrdošín, Čimhová, Liesek, Brezovica, Zábiedovo, Ústie nad priehradou, Štefanov, Nižná n/ Oravou, Zemianska Dedina, Podbiel, Tapešovo, Vavrečka, Lokca, Vasiľov, Babín, Hruštín, Krivá, O.Podzámok, D. a H.Lehota, Dlhá n/ Oravou, Sedliacka Dubová, Vyšný Kubín, Jasenová, Leštiny, Osádka, Veličná, Vaňovka, Medzibrodie, Chlebnice, Malatiná, Párnica, Žaškov, O.Poruba a Istebné

+ v pámom týždni navyše: O.Biely Potok, Habovka, Zuberec, Klin, Bobrov, Zubrohlava, Sihelné, Rabčice, Rabča, O.Polhora, Pucov, Pribiš, Pokryváč

+ v nepárnom týždni navyše: Beňadovo, Mutné, O.Veselé, O. Lesná, Zákamenné, Lomná, Novoť, Vitanová, Oravská Jasenica, Breza, Krušetnica, Hladovka, Suchá Hora, Zázrivá a Kraľovany

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

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade, že viete o meste, 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+Sereďsko
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+PU
PD	35.000	Prievidsko
ZV	36.500	Zvolensko+DT+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

Pre mnohých čosi neznáme

Kto by netúžil po pokojnom, harmonickom živote! Teda, okrem tých, ktorí už dávno zabudli na základnú skutočnosť, a to, že život je dar a nie nárok.

Nárok na niekoľko desiatok tisícové hodinky, nárok na policajnú ochranu, nárok na panovanie, teda vlastne iba neobmedzenú moc, frajerku popri manželke, okázalý luxus, nárok na majetky aj za cenu ľudských životov. Je takých u nás dosť, ale vlastne – nestoja za nič. Lebo sú nič. Ľudsky iba jedno veľké nič.

Svetový deň vďačnosti sa stal každoročným významným dňom ľudstva na Havaji počas Dňa vďakyvzdania v roku 1965. Deň je príležitosťou ukázať svoju vďačnosť a uznanie. Pretože práve vďačnosť je základom harmonického a pokojného života. Ak by sme každý deň poďakovali za to, čosme dostali ako dar, prišli by sme na mnoho krásnych vecí. Ako aj na fakt, že najväčším darom je samotný život. Stačí „málo" - uvedomiť si, čo všetko dostávame. Nie privlastňujeme si či kradneme. Dostávame.

Výskumy potvrdzujú, že tí z nás, ktorí dokážu byť vďační, sú šťastnejší, menej vystresovaní a trpia v menšej miere depresiami. Byť vďačný sa dá aj za maličkosti, za západ slnka za horami, za dobrú večeru, za krásnu knihu, alebo, hoci aj keď sa na vás niekto usmeje. Mať nárok, vyhrať napríklad voľby a „môcť všetko", to je z ľudského pohľadu pramálo, je to viac ako nič. A od ľudí, ktorí takto vnímajú život a svoje momentálne postavenie v ňom sa nedá čakať žiadna vďačnosť, ale ani radosť zo života, iba nenávisť a lož. Lebo nárok sa neuspokojí jeho splnením, naopak, vtedy obvykle vzniká množstvo ďalších nárokov.

Mimochodom, jednotlivci, ktorí praktizujú uvedomelú vďačnosť, majú posilnenú aktivitu mozgových štruktúr zodpovedných za sociálne poznanie, empatiu a pocity uznania. Povedzte preto „Ďakujem" kedykoľvek máte príležitosť, poďakujte niekomu a za niečo aj v duchu. Keď budete mať ťažký deň, vyberte si zopár spomienok a pripomeňte si svoje dary a všetko, za čo ste vďační.

Vďaka vám za pozornosť a pekný skorojesenný týždeň, začínajúci sa cez víkend Dňom vďačnosti!

» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor

Krátke správy z regiónu

/Trstená – Tvrdošín - Orava/ - Burza povolaní 2019 sa uskutoční 8. októbra 2019 od 8.00 do 13.00 hodiny v Dome kultúry v Trstenej. Organizuje ju Centrum pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie v Tvrdošíne pre žiakov 8. a 9. ročníkov základných škôl, ich rodičov a ostatnú verejnosť. Na stretnutí so zástupcami stredných škôl sa spoločne budú snažiť pomôcť žiakom vybrať si správnu strednú školu, aby sa tak čo najlepšie pripravili na svoje budúce povolanie. Rodičia budú mať možnosť zoznámiť sa so súčasným profilovaním stredných škôl na Orave a okolitých regiónoch, dozvedia sa aktuálne informácie o zameraní každej školy, o študijných a učebných odboroch i teoretickom a praktickom vyučovaní. Burza povolaní 2019 sa uskutočňuje v rámci projektu „Cezhraničné vzdelávanie – Krok do budúcnosti, na ktorom sa finančne podieľa Európska únia z prostriedkov Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Programu cezhraničnej spolupráce Interreg V-A Poľsko – Slovensko 2014 -2020.

/ak, or/

/Dolný Kubín/ - Nedeľný podvečer 22. septembra 2019 od 17.00 hodiny spríjemnia fanúšikom evergreenov 35. Kubínske akordy. V Mestskom kultúrnom stredisku v Dolnom Kubíne sa opäť stretnú s obľúbenými speváckmi, so skupinou Fresh Band a Augustínom Chomistekom, vokalistami Annou Bakošovou, Annou Šimákovou a Miroslavom Kunom i moderátorom Jánom Šestákom. Súťažných piesní bude osem, 4 postupujúce a 4 nové piesne: 1/ Staromládenecká, interpret Pavol Červen, 2/ Ďaleko je boh, interpret Imrich Mihál, 3/ Mame, interpret Marián Vlčák, 4/ Adio Bella, interpret Matej Stachera - je to víťazná pieseň minulého kola. Nové piesne: 5/ Nápad, interpretka Ľubica Palugová, 6/ Mami blue, interpretka Denisa Mešková, 7/ Hrám, interpret Tomáš Mika, 8/ Buď navždy mojím snom, Valika Kuceková. Aj tentokrát je pripravená zaujímavá tombola. Hosťami 35. Kubínskych akordov budú speváčka populárnych piesní Anna Šestáková a interpret repových piesní Milan Iván.

/ab, aš, or/

/Dolný Kubín/ - Vo Florinovom dome bude 22. septembra 2019 pokračovať ďalšia časť podujatia Remeslo v meste, tento raz na tému Výroba tradičných hudobných nástrojov. Stretnutia pripravuje Oravská muzeálna spoločnosť a Oravské múzeum P. O. Hviezdoslava v Dolnom Kubíne. Návštevníci budú mať možnosť dozvedieť sa zaujímavosti o danom remesle od odborných pracovníkov Oravského múzea a pozrieť si i vyskúšať prácu remeselníkov.

/om, or/

/Zázrivá/ - V nedeľu 29. septembra o 13.00 hodine sa v Kultúrnom dome v Zázrivej stretnú muzikanti a speváci ľudovej piesne z Kysúc, horného Považia, Liptova a Oravy na krajskej postupovej súťaži. Interpreti ľudových piesní budú súťažiť pred verejnosťou o postup do celoštátneho kola hudobného folklóru dospelých, ktoré bude v polovici novembra v Habovke. Súťažiť budú v štyroch kategóriách: ľudové hudby, spevácke skupiny, sólisti speváci a sólisti inštrumentalisti. Vyhlasovateľom súťaže je Žilinský samosprávny kraj a hlavným organizátorom Oravské kultúrne stredisko v Dolnom Kubíne v spolupráci s obcou Zázrivá. Hlavným cieľom súťaže je podporiť poznanie hudobného folklóru, podporovať a rozvíjať pozitívny vzťah k tradičnej ľudovej kultúre a podnecovať ľudí k aktívnej činnosti v tejto oblasti.

/oks, am, or/

Úspech sa začína už na jeseň

Ti zo šťastnejších, ktorí majú záhradu, vedia. Teda, vedia minimálne to, že je to síce drina, ale aj radosť, že je to pokračovanie práce predkov a samozrejme, aj určitá šikovnosť.

Na jeseň sa zdanlivo rok záhradníka končí. Záhony spustnú, stromy opadajú, stodola sa zavrie a čaká sa do jari.

V praxi je to inak. Vrstvíme kompost, ukladáme ovocie, aktuálne sa pripravujeme na zber orechov, skúsenejší vedia, že aj jamy pre nové stromky je dobré kopať už teraz, keď je ešte dobré počasie a budú mať dostatok času sa „vyvetrať“. V špecializovaných obchodoch sa pomaly končia výpredaje na záhradnú techniku i náradie, sú naozaj zaujímavé a prečo ich nevyužiť? Gazda dobre vie, že v plnej sezóne je všetko drahšie. Pod orechmi treba dôkladne vykosiť porast, uľahčíte si prácu s ich zbieraním. Inak tiež drobná finta – ak už nestihnete pokosiť a orechy vám do vyššej trávy padajú spolu s lístím, opäť pomôže motorová kosačka. Akurát treba nastaviť najvyššiu výšku podvozku, dať najnižšie obrátky motora a ona vám spoľahlivo lístie „povysáva“ do zberného koša a orechy zostanú tam, kam padli.

Na založenie kompostoviska sú bežne k dostaniu zaujímavé kompostéry, ako aj prímesi, ktoré je vhodné do kompostu prisypávať. Inak drobná finta, využiteľná pri uskladnení ovocia zo stromov – dlhšie vydrží, ak bude uložené v polohe, v akej dozrievalo na strome. Teda stopkou nahor a uschnutým zvyškom okvetia nadol. Ak ho uložíte iba v jednej vrstve, máte šancu v dobrých podmienkach s ním vydržať až do ďalšej úrody.

Záhony treba tiež prekypriť, porýľovať, alebo, podľa plochy – poorať. Ak máte rýle a podobné náradia zaschnuté zo suchého roku, šup s nimi do vedra s vodou, inak sa dosť natrápite. Keďže sa skôr stmieva, určite sa občas aj v záujme zachovania duševnej pohody oplatí vynechať večer sledovanie televízie a radšej si urobiť plánik kam s novými prírastkami do záhrady či sadu. Vopred tak budete mať jasno v tom, koľko čoho vlastne potrebujete. Predaj stromov, krov a iných drevín sa čoskoro rozbehne naplno. Jeseň je jednoducho čas, keď sa sezóna pre záhradkára práve začína.

» ib

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

» Predám Škodu octavia combi r.v.97, 1.9tdi 66kw. Nová STK a EK. cena 960eur. Tel: 0907685009

02 AUTO-MOTO / iné

03 BYTY / predaj

04 BYTY / prenájom

05 DOMY / predaj

06 POZEMKY / predaj

07 REALITY / iné

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

08 STAVBA

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

» Čistenie hrobov a obnova písma, serióznosť, korektnosť a spoľahlivosť. T.Č. 0919 205 521

» Kúpim haki lešenie, 0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

» Predám koženú sedačku zn. Kler 2x 3-miestna, tmavohnedej farby, 650e 0903106999

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

» Predám krosna na tkanie kobercov 0944169434

» Predám kolajku aj s brúskou na cirkuláre 0905309283

14 RÔZNE / iné

» Kúpim medaile vyznamenania šable dýky odznaky slovenský štát rok 1939-1945 0905133241

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

Chcete si podať inzerát? Návod nájdete na strane 6 dolu.

OBNOVA NÁPISOV a DOSEKÁVANIE DÁTUMOV na POMNÍKOCH
PRIAMO NA CINTORÍNE
čistenie dvojhrobu 100€
0944 229 001
77-4049

Obavy z cukrovky

Z listu čitateľky: „Mám tridsať rokov, moja matka päťdesiatšesť a už niekoľko rokov je diabetička. Je cukrovka dedičné ochorenie? A možno sa vôbec nejako preventívne chrániť pred cukrovkou, ak ju už máme v rodine?“

Katarína z Nitry

Napriek tomu, že cukrovka trápi ľudí minimálne 3500 rokov, príčina vzniku ochorenia nie je stále známa. Vieme však, že na jej vzniku a rozvoji sa podieľajú genetické vplyvy a mnoho faktorov vonkajšieho prostredia.

Diabetes mellitus 1. typu postihuje zväčša deti a mladých ľudí. Ochorenie u nich vzniká na základe imunologicky podmieneného ničenia až úplného zničenia buniek podžalúdkovej žľazy. Častejšie sa vyskytuje po infekciách, napr. po rubeole, infekčnej mononukleóze, po zápale príušných žliaz – predpokladá sa preto vplyv vírusov. Ale to nevysvetľuje všetky prípady. Známa je súvislosť s niektorými diétnymi faktormi – napr. s dĺžkou dojčenia (ochorenie sa častejšie vyskytuje u tých, ktorí boli prikrmovaní skôr ako v 6. mesiaci života), príjmom mäsa a údenín (pre obsah nitrozamínu) alebo gluténu (vyskytuje sa hlavne v pšeničnej múke). Pri 1. type cukrovky genetická predispozícia zohráva úlohu len asi v 5 percentách prípadov (o niečo častejšie sa ochorenie vyskytuje ak postihnutým rodičom je otec).

Diabetes mellitus 2. typu sa objavuje v ktoromkoľvek veku, ale obyčajne nie skôr ako v štyridsiatke. S pribúdajúcimi rokmi jeho výskyt stúpa, najčastejšie sa zisťuje u mužov medzi 45 a 65 rokmi a u žien medzi 50 a 55 rokmi. Príčinou ochorenia sú tak genetické, ako aj environmentálne faktory. Vonkajšie faktory sú zväčša ovplyvniteľné – patrí sem prejedanie sa, obezita, nedostatok fyzickej aktivity, psychický stres, fajčenie a vplyv niektorých liekov. Nie náhodou až 90 percent diabetikov má nadváhu alebo sú obézni. Už pokles hmotnosti o 5 percent alebo fyzická aktivita minimálne 30 minút trikrát do týždňa znižuje riziko vzniku diabetu.

Dedičnosť pri 2. type cukrovky zohráva dôležitejšiu úlohu ako pri prvom type. Ak jeden z rodičov má cukrovku, riziko, že ochorie jeho dieťa je 33-45 percent a zvyšuje sa s vekom.

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

JAGA stavby
JAGA stavby, Bernolákova ulica 104, Trstená (Fortuna)
Marek Jankola 0905 266 954
Rastislav Gaššay 0917 926 070
247€ 269€
Letná AKCIA
WIŚNIOWSKI
PLASTOVÉ A HLINÍKOVÉ OKNÁ A DVERE
VCHODOVÉ BEZPEČNOSTNÉ DVERE
GARÁŽOVÉ BRÁNY, ŽALÚZIE A SIEŤKY
PLÁVAJÚCA PODLAHA, INTERIÉROVÉ DVERE
86-0017

PREDAJ UHLIA
Výhodné ceny
Po-Pia 7:00-15:00
So: 7:30-12:00
• Hnedé uhlie - bilina (kocka)
• Čierne uhlie - kocka a orech
• Ekohrášok - balený, voľne sypaný
BRIKETY BALENÉ VOĽNE SYPANÉ
VÝKUP OCEĽOVÉHO ŠROTU A FAREBNÝCH KOVOV
Ján Šuvada - Zber Surovín, Ulica Polom 558
Námestovo (starý dvor štátneho majetku)
tel: 0908 934 020, 0908 054 958
80-0100

Krátke správy z regiónu

/Dolný Kubín/ - Bezpečná chôdza a cyklistika sú hlavnými témami tohtoročného Európskeho týždňa mobility (ETM). Už piatykrát sa doň zapojilo aj mesto Dolný Kubín. V týždni od 16. do 22. septembra 20196 sa v meste uskutočňuje množstvo aktivít. V rámci celosvetového podujatia „Kritická masa“, zameraného na zlepšenie podmienok cyklistiky v meste, prešiel bicyklový sprievod z námestia ulicami Starého mesta a sídliska Bysterec. Základná organizácia Slovenského zväzu telesne postihnutých v Dolnom Kubíne spolu s mestom mapovala bezbariérovosť verejných budov a prechodov pre chodcov na sídlisku. Cestovanie vo Veselom autobuse mestskej hromadnej dopravy spríjemnili hudbou a spevom žiaci Súkromnej základnej školy Jánoš. Počas Dňa bicykla si mohli účastníci pozrieť ponuku elektrobicyklov a fotovýstavu o americkej cyklotúre manželov Hulejovcov. Deň spestrili aj atrakcie pre deti, súťaže a kvízy. Mnohých zaujali informácie o kampani Na bicykli do obchodu a o novej službe rozvozu čapovanej ekologickej drogérie po meste. Podujatie „Na bicykli po Orave“ priblížilo žiakom základných škôl zaujímavé miesta a osobnosti, ktoré môžu spoznávať na cyklotúrach po regióne. Témou kampane s názvom „ETM 2019 - PREJDIME SA SPOLU!“ je bezpečná chôdza a bezpečná cyklistika. Projekt sa snaží motivovať ľudí, aby viac chodili pešo, na bicykli, alebo verejnou dopravou. Akcia zároveň vyzýva zodpovedných funkcionárov vrátane samospráv, aby vytvárali podmienky pre postupnú zmenu cestnej infraštruktúry. Tak, aby sa chodci a cyklisti v mestách a obciach mohli pohybovať a cítiť bezpečne. Viac ľudí sa rozhodne ísť peši, alebo na bicykli, ak sa v cestnej sieti vyhradí chodcom a cyklistom dostatok priestoru.

/im, mr, mb, or/

/Tvrdošín/ - Obyvatelia mesta sa už tešia na Michalský jarmok, ktorý bude v Tvrdošíne 27. septembra 2019. Sprievodným podujatím bude od 23. septembra otvorená výstava doma dopestovaných plodín a 30. septembra bude spojená s vyhlásením najkrajšej predzáhradky a balkóna v meste. Podujatie organizuje mesto Tvrdošín.

/msú, or/

/Zázrivá/ - Leteckí záchranári zo Žiliny pomohli traktoristovi, ktorý sa v Zázrivej prevrátil s traktorom. Informovala o tom hovorkyňa Vrtuľníkovej záchrannej zdravotnej služby Zuzana Hopjaková. Traktorista utrpel úraz hlavy s otrasom mozgu, poranenie chrbta, bedra a povrchové odreniny po tele. Po poskytnutí neodkladného zdravotného ošetrenia ho v spolupráci s hasičmi previezli k vrtuľníku a v stabilizovanom stave letecky transportovali na urgentný príjem Fakultnej nemocnice v Žiline.

/im, mj, zh, or/

PREDAJ
OSB DOSIEK
tel: 0918 773 883
Remab, s. r. o.
Vojtaššákova 939
027 44 Tvrdošín
po-pia: 7:00-16:00
so: 8:00-12:00
Veľkoobchod 0905 694 645
86-0178

Život a bolesť sa nedajú odlúčiť

Nie je náhoda, že hneď za národným sviatkom Sedembolestnej Panny Márie nasleduje víkend v znamení „pochodu za život“.

Život sa totiž rodí i končí v bolesti a vo svojom priebehu má nespočetné množstvo bolestných situácií. Preto snaha vidieť život iba v jeho radostných formách je falošným prejavom. No rovnako by bolo klamlivým upnúť sa iba na utrpenie a nevnímať život z perspektívy jeho dynamiky vyvolávajúcej údiv a nadšenie.

Byť „za život a chrániť ho“ znamená prijať vopred bolesť a utrpenie, ktoré ho sprevádzajú. No nie je to jednoduché, pretože výber „za, či proti“ je na nás so všetkými osobnými dôsledkami. Myslím, že pri zvažovaní ženy pred potratom ide predovšetkým o toto – statočne sa postaviť k situácii a zniesť niekoľko ťaživých situácií naraz: nájsť odvahu priznať sa a odolať neprajnému okoliu; pozvať muža (otca) do ďalšieho osudu; vydať sa napospas zdravotnému zaťaženiu (niekedy až riziku); zmeniť doterajšie plány; postaviť do centra dieťa namiesto seba a uskromniť sa v existenčných požiadavkách. Je to málo, alebo veľa?

Nejedna žena pri takýchto rozhodnutiach, ak prijme na seba svoj kríž v prospech života dieťaťa, neskutočne dozrie. Zo ženy sa stáva matka. Táto terminologická zmena je totiž príznačná aj pre vnútornú zmenu. Tak to bolo v dejinách vždy chápané a dosvedčené. Medzi dieťaťom, ktoré bolo spočiatku „neplánované“ a ženou spočiatku „zaskočenou“ môže vzniknúť nádherné životné puto, pri dobrej vôli muža kompletná rodina. S jedinou podmienkou: že bolesť a utrpenie zo života nevylúčia, ale akceptujú ho ako súčasť.

Strach pred utrpením (či už fyzickým, psychickým alebo sociálnym) je najväčšou prekážkou prijatia nového života. Aj túžba po pohodlí a sebarealizácii je v skutočnosti strachom: z väčšej chudoby, z neuplatnenia sa v profesii, v štúdiu, strachom z možných komplikácií vo vzťahoch, z opustenia a samoty. Aj pri tzv. „bezdôvodných“ potratoch vždy existuje vnútorný dôvod, často zatajený a mnohokrát nepriznaný ani pred sebou samou.

Možnosť oprieť sa o vzor statočnosti Sedembolestnej Matky je preto silným momentom „za život“. A pre ostatných je to aspoň pripomienka, že bolesť je neoddeliteľne prítomná v našom živote. Bojujeme s ňou všetci a v okamihu jej prijatia sa premieňa na radosť, radosť z nášho ďalšieho kroku darovať a obetovať seba pre druhého. To sa však nedá sprostredkovať, to musí človek zažiť len vlastnou skúsenosťou.

Pochodovať „za život“ teda znamená zároveň otvoriť sa bolesti a utrpeniu. Znamená pochopiť život v jeho realite, bez naivnosti, v celej jeho šírke a hĺbke.

» *Mária Raučinová, Fórum života*

STRIEKANÉ IZOLÁCIE
12,50 €/m² pur penou, hrúbka 20 cm
0,58 €/m² hrúbka 1 cm
• najlepší pomer kvalita/cena
• predĺžená záruka na 60 mesiacov
• diagnostika zatepľovaných konštrukcií v cene
Partner firmy Stavpoč Jendroľ
JESENNÁ AKCIA
omietky pucovka od 5.05€ s materiálom
STAVEBNÉ PRÁCE
tel: 0915 363 983
POTERY A STROJOVÉ OMIETKY
MONTÁŽ SADROKARTÓNU 9,50€/m²
ZATEPĽOVANIE rodinných domov
IZOLÁCIA PODKROVIA
tel: +48 665 719 051
56-0096

Nie spratek, ale galgan, fagan, lagan, nezbedník, potvora.
Slovenčina naša

Maľujem strechy a brizolity
Montujem a renovujem ryne
0904 112 402
56-0050

PALIVOVÉ DREVO
BUK 45€/prms-sypaný
SMREK 29€/prms-sypaný
0902 115 577
86-0276

EMPORIO®
ORAVing stavebniny
člen aliancie ASAS
Pracujeme pre Vás...
ORAVING stavebniny s. r. o
M. R. Štefánika 1833, Dolný Kubín
tel: 043/ 583 10 10, 0915 360 497
20% ZĽAVA
KUPÓN platí na EMPORIO výrobky
86-0223

Chcete si podať inzerát?

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

Príklad:
RP OR 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, **OR** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete na zadnej strane vľavo dolu. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

INZERCIA
0907 727 203

DÁM DO PRENÁJMU
ZABEHNUTÚ A KOMPLETNE ZARIADENÚ REŠTAURÁCIU V NIŽNEJ, PRI HLAVNEJ CESTE, SUPER PARKOVANIE
0905 116 666

Skončenie pracovného pomeru výpoveďou

Pri skončení pracovného pomeru dochádza k zániku celého radu práv a povinností, ktoré tvoria obsah pracovného pomeru a k zániku pracovného pomeru ako právneho vzťahu.

Výpoveď je jednostranný právny úkon účastníka pracovného pomeru, na základe ktorého sa pracovný pomer ukončí uplynutím výpovednej doby, a to bez ohľadu na vôľu druhého účastníka. Skončiť pracovný pomer výpoveďou je oprávnený tak zamestnanec ako aj zamestnávateľ, avšak zamestnávateľ je vo väčšej miere limitovaný zákonom. Zamestnávateľ môže dať zamestnancovi výpoveď iba z dôvodov, ktoré upravuje Zákonník práce. Zamestnávateľ nesmie dať zamestnancovi výpoveď v ochrannej dobe - napríklad je zakázaná výpoveď tehotnej zamestnankyni, zamestnancovi, ktorý je dočasne práceneschopný alebo zamestnankyni na materskej dovolenke. Zamestnanec môže dať zamestnávateľovi výpoveď z akéhokoľvek dôvodu, alebo bez uvedenia dôvodu. Výpoveď nesmie byť viazaná na podmienky.

Výpoveď musí byť písomná a doručená, inak je neplatná. Riadne doručená výpoveď zo strany zamestnávateľa je tá, ktorá je zamestnancovi doručená do vlastných rúk, pričom doručovať možno na pracovisku zamestnanca, v jeho byte alebo kdekoľvek bude zastihnutý, alebo ak to nie je možné, možno výpoveď doručiť prostredníctvom poštového podniku formou doporučenej zásielky. Účinky doručenia nastanú aj vtedy, ak zamestnanec (alebo zamestnávateľ) prijatie písomnosti odmietne. Pracovný pomer sa následne nekončí doručením výpovede, ale končí až uplynutím výpovednej doby. Výpovedná doba je časový úsek, ktorý musí záväzne uplynúť od doručenia výpovede a skutočným skončením pracovného pomeru.

Ak v pracovnej zmluve nie je dohodnutá výpovedná doba alebo ak nie je výpovedná doba zakotvená v kolektívnej zmluve, uplatní sa výpovedná doba stanovená Zákonníkom práce. Zákonník práce ustanovuje všeobecnú výpovednú dobu najmenej jeden mesiac, ktorá sa uplatní, ak Zákonník práce neustanovuje inak. Pri skončení pracovného pomeru výpoveďou môže zamestnancovi prináležať odstupné (t. j. finančná čiastka), ktoré má svoj zmysel a plní účel, ktorým je kompenzácia za stratu zamestnania bez zavinenia zamestnanca. Zamestnanec nemusí vykonať žiadny úkon, nárok na odstupné mu vzniká priamo zo zákona. Odstupné však nenáleží zamestnancovi vždy, ale len v zákonom vymedzených prípadoch.

V4 Legal LAW FIRM
» Tím advokátskej kancelárie V4 Legal, s.r.o.
e-mail: info@v4legal.sk, www.v4legal.sk

Krátke správy z regiónu

/Breza – Dolný Kubín/ - Talentovaný pätnásťročný Róbert Judiak z KB Breza suverénne vyhral kategóriu junior na náročných pretekoch Vertikal Ploská v Liptove. Vo výslednom poradí všetkých bežcov bol šiesty s časom 39:33 min. Trať má prevýšenie 825 metrov, meria 5,2 kilometra a cieľ je na vrchu Ploská, hlavnom hrebeni Veľkej Fatry. Na Ploskú bežali aj Ján Lovás z HK James Dolný Kubín v kategórii mužov nad 60 rokov bez konkurencie s časom 47:14 min., v kategórii mužov od 40 do 49 rokov Marek Voška z KB Breza s časom 42:29 min. bol štvrtý a Peter Škrábak z Dolného Kubína dobehol jedenásty. Držiteľ traťového rekordu na oravskom podujatí Beh do Choča Poliak Andrzej Dlugosz vytvoril aj na Ploskej nový traťový rekord s časom 33:38 min.

/im, kb, hk, or/

/Námestovo/ - Aj jeseň života sa dá prežiť plnohodnotne a s radosťou. Táto myšlienka podnietila Mgr. Annu Draveckú na založenie Univerzity tretieho veku pri UK v Bratislave – Centrum ďalšieho vzdelávania v Námestove. V septembri 2014 sa do prvého všeobecného ročníka zapísalo 28 poslucháčov z radov seniorov. Päťročné štúdium v odbore Človek a zdravie a Psychológia absolvovalo 289 študentov z námestovského i tvrdošínskeho okresu s promóciou a získaním certifikátov. Univerzita tretieho veku zaujala poslucháčov kvalitou prednášok. Vďaka ústretovosti vedenia ZŠ Komenského sa stretávali v priestoroch školy a z kapacitných dôvodov v odbore Psychológia aj v aule Strednej odbornej školy na Hattalovej ulici. V aktuálnom roku 2019/2020 dokončí časť študentov všeobecný ročník a nový odbor História otvoria v námestovskom centre od septembra 2020. Každý človek starne inak, životný štýl môže starnutie oddialiť, ale aj výrazne skrátiť. Treba sa len obklopiť pozitívnymi ľuďmi, ktorí vám dodajú energiu, príjemné stretnutia s priateľmi – spolužiakmi, nové vedomosti, koníčky, to všetko môže každý dôchodca zažiť v Univerzite tretieho veku /UTV/ v Námestove.

/Marta Slovíková, or/

86-0087 86-0107

86-0239

Nie o ktorej (hodine), ale o koľkej.
Slovenčina naša

86-0053

SUV PEUGEOT. KVALITNÉ SUV PRE KAŽDÉHO.

Premeňte každý okamih na zážitok a užívajte si nezabudnuteľnú jazdu s **európskymi SUV bestsellermi 2008, 3008 alebo 5008**. Teraz ich dostanete **s odkupným bonusom za vaše staré auto akejkoľvek značky až do 1500 eur*, s leasingom bez navýšenia a navyše so zimnými pneumatikami a vyhrievanými sedadlami zadarmo**. Viac na peugeot.sk.

PEUGEOT odporúča TOTAL PEUGEOT FINANCE

* V závislosti od modelu a verzie. Kombinovaná spotreba 4,0 – 8,0 l/100 km, emisie CO_2 98 – 181 g/km.

NÁMESTOVO – AUTOVAV s.r.o.
Predaj + Servis

Info: 043 5520 830, predaj@autovav.sk
www.autovav.sk

86-I1105

Tolerované klamstvo

Ťažko písať o školstve bez dotyku s politikou. Tá stojí za všetkým, čo sa deje vo výchove a vzdelávaní, žiaľ. V posledných rokoch školstvu škodí, ba ponižuje učiteľský stav a vzdelávanie.

Ak sú aj spoluzodpovední učitelia, aj to je dôsledkom dlhodobo zlej školskej politiky. Možno by si kompetentní priali, aby nás zahnali do kúta, a aby sme prosili o prežitie. Preto sú ich útoky opakované, ponižujúce, strach nahánajúce. Tváriace sa ako pravda.

V posledných mesiacoch sa masírovanie verejnej mienky stupňuje. V takých chvíľach si prajem kriticky mysliaceho a konštruktívneho občana, ktorý by odhalil skreslené vyhlásenia ideovo obmedzených politikov a ich zámery, ktoré sú zištné, chcú získať hlasy aj za cenu skreslenia reality. Nuž, blížia sa voľby a stále sa verí podsunutým informáciám.

S akou marketingovou ľahkosťou sa prezentujú obedy „zadarmo“. Za nimi sa však skrýva úmorná práca zle platených kuchárok, preťažených úradníkov obce, bežných ľudí, ktorí musia denne podstupovať byrokraciu, aby sa politici mohli chváliť niečím, čoho dôsledky netušia. Napokon sa to prejaví na premrhaní oveľa väčšej čiastky, ako sa minula pri obedoch po starom.

Najnovšie bolo verejnosti vsugerované klamstvo o 400-eurovom (!) zvýšení platu učiteľom. Skratkovito, bez faktu, že sa zvyšovalo v dlhšom časovom období, paralelne so zvyšovaním cien. Dokonca padlo vyjadrenie, že sa plat takto zvýšil nie iba začínajúcim učiteľom. Prirodzená otázka laickej verejnosti: Čo tí učitelia chcú? Ale dôkladná analýza nedôstojného nárastu platu učiteľov sa málokedy šíri. Isté však je, že sa to dobre prezentuje: Učiteľom sme zvýšili platy o 400 eur! Ani nehovorím o tom, že peniaze na to prídu školám oveľa neskôr, ako sa zmenia platové dekréty. Apolitická škola si musí poradiť sama, aby sa podieľala na politickom marketingu.

Polarizácia je súčasťou politickej manipulácie. Školstvo je rezort, ktorý vyžaduje mnoho prostriedkov. A keď sa vykresľuje ako bohaté, s najlepšími podmienkami a najrýchlejšie stúpajúcimi platmi, klame sa o skutočnom stave, verejnosť ho považuje za zabezpečené.

Bez viny však nie je ani učiteľský stav. Na základe jeho pasivity a bez hlasnej argumentácie vychádzajúcej zo skúsenosti sa javí, že všetko je tak, ako má byť. Ak učiteľov nerozrušia verejne prezentované klamstvá politikov, nemožno hovoriť o ich cti. Musíme len dúfať, že tých pár aktívnych učiteľov bude kričať tak, že aj verejnosť pochopí skutočný príbeh slovenskej školy. Ak nie, zostaneme terčom.

» PhDr. Ján Papuga, PhD.
riaditeľ ZŠ s MŠ

KAMENÁRSTVO
IVAN ŠNAUKO LIKAVKA 73
PONÚKAME
VÝROBA, MONTÁŽ POMNÍKOV
ŠIROKÝ VÝBER POMNÍKOV A TVAROV
Z PRÍRODNÉHO KAMEŇA
VÝHODNÉ CENY
Dopisovanie
MENÁ a DÁTUMY
Obnova písma
farba:
zlato, striebro
AK NEMÔŽETE PRÍSŤ RADI VÁS NAVŠTÍVIME
www.kamenarstvo-snauko.sk 0902 264 540
86-0062

HYDRO-INSTAL ORAWA
Vodoinštalačný materiál
veľkoobchod
www.hydroinstalorawa.pl
REHAU
akcia
Rura Rehau Rautherm S
Ekohrášok PLATINUM
Kvalitný, suchý ekohrášok
Ekohrášok PREMIUM
lazar
Privítame spoluprácu s inštalatérmi a kurenármi
Najlepšia kvalita v najlepšej cene
ul. Krótka 4, 34-480 Jablonka, Poľsko
hydroinstalorawa@wp.pl
Tel: SK +48 735 555 188, PL +48 666 846 294
86-0034

NATURALDOOR
KLIN 2
BUKOVÉ BRIKETY
objednávky:
0905 754 473
043/ 558 4536
BRIKETY 160€/1t
56-0070

UHOĽNÉ SKLADY
MATIS s.r.o.
NÁMESTOVO
0905 281 702
043/558 1713
HNEDÉ UHLIE kocka/orech
ČIERNE UHLIE kocka/orech
UHOĽNÉ BRIKETY
EKO HRÁŠOK
DREVENÉ PELETY
DREVENÉ BRIKETY
ŠTRKY, PIESKY
DOPRAVA K VÁM DOMOV
Pri nákupe nad 200€ DARČEK
56-0071

HSG
KOMPLEXNÉ RIEŠENIA
Výnimočná kvalita, za najlepšiu cenu
18 rokov na trhu 2001 - 2019
HLINÍKOVÉ OKNÁ
GARÁŽOVÉ BRÁNY
www.HSG.sk tel.: +421 43 58 93 011
86-0189

Dávkovanie liekov

Účinok lieku závisí nielen od jeho zloženia, ale aj od množstva potravín, ktoré či už bezprostredne spolu s liekom alebo v čase dôležitom pre účinok lieku pacient príjme. Pacient by preto mal vedieť, ako sa liek správne užíva: či nalačno, alebo s akým časovým odstupom od jedla.

Ak vás lekár alebo lekárnik upozorní na termíny ako „užívať liek nalačno" alebo „po jedle", je dôležité sa uvedenými odporúčaniami riadiť. Dôležité je ale poznať aj význam uvedených odporúčaní. *„Liek nalačno"* **znamená užitie na prázdny žalúdok**, teda pacient by mal byť „hladný". Hlavným miestom absorpcie liekov je tenké črevo, preto objem, ale aj zloženie stravy prechádzajúcej žalúdkom môže ovplyvniť rýchlosť vstrebávania liekov v organizme. Niektoré lieky, ako napr. lieky proti osteoporóze sa užívajú ráno nalačno tak, aby už pacient zostal vo vzpriamenej polohe, aby bola zabezpečená správna absorpcia liečiva a predišlo sa nežiadúcim účinkom.

Naopak, máme lieky, u ktorých je žiadúce užívať ich spolu s potravou, resp. po jedle, nielen kvôli ich spôsobu vstrebávania v organizme ale napríklad aj pre zníženie výskytu nežiadúcich účinkov. *„Po jedle"* **znamená, aby pacient užil lieky najneskôr do 2 hodín po jedle** alebo inak povedané, aby v čase užitia lieku bol „sýty". Napríklad tzv. nesteroidné antiflogistiká, teda protizápalové lieky (napr. s obsahom kyseliny acetylsalicylovej, ibuprofénu alebo diklofenaku) sa užívajú po jedle, aby sme zabránili prípadnému dráždeniu sliznice žalúdka a možnému vzniku vredov.

Kľúčovým faktorom pre správne dávkovanie a teda aj pre zníženi výskytu nežiaducich účinkov liekov je aj tekutina, s ktorou pacienti lieky zapíjajú. Všeobecne platí pravidlo, že **lieky sa zapíjajú čistou vodou, najlepšie z vodovodu**. Mlieko a minerálne vody obsahujú rôzne ióny, ktoré môžu vytvoriť s molekulou liečiva v organizme nerozpustné komplexy, čím môže dôjsť k oneskorenému účinku, dokonca sa môže stať, že liek nebude účinný vôbec.

Aj u liekov, ktoré pacienti používajú lokálne v ústach (napríklad rôzne pastilky, kloktadlá alebo spreje), je dôležité po ich použití resp. aplikácii **minimálne polhodinu nič nejesť, ani nepiť**.

Je nevyhnutné poznať správne užívanie liekov, či už viazaných na lekársky recept alebo aj tzv. voľno-predajných. K efektívnej liečbe nestačí iba správne určená diagnóza a správne zvolený liek, jedným z rovnako dôležitých faktorov je správne dávkovanie lieku a dodržiavanie odporúčaní lekárov a lekárnikov.

» *Miroslava Snopková, PharmDr., PhD.*

Jesenná vakcinácia líšok

Štátna veterinárna a potravinová správa Slovenskej republiky oznamuje, že v dňoch od 7. októbra do 20. októbra 2019 sa uskutoční štyridsiata kampaň orálnej vakcinácie líšok proti besnote leteckou pokládkou na území Slovenskej republiky spolufinancovaná Európskou úniou.

Na orálnu vakcináciu líšok proti besnote bude použitá vakcinačná návnada LYSVULPEN por. a. u. v., ktorá obsahuje modifikovaný oslabený vakcinačný kmeň besnoty SAD Bern v celkovom počte 347 250 vakcinačných návnad. Zmes je naplnená do plastikových toboliek (blistrov), ktoré sú obalené návnadovou hmotou. Návnada je čiernohnedej farby, guľatého alebo hranatého tvaru, pevnej konzistencie. Vakcinačné návnady sú v čase aplikácie v zmrazenom stave. Pre človeka je vakcinačná návnada pri bežnom zaobchádzaní neškodná. Ak sa obsah blistra zapracovaného v návnade dostane na ruky, je potrebné ruky ihneď umyť vodou a mydlom.

Ak sa obsah blistra dostane na sliznicu úst, nosa alebo očí človeka, je potrebné okamžite vyhľadať lekárske ošetrenie. V prípade nálezu vakcinačnej návnady je potrebné sa vyvarovať manipulácii s ňou a urýchlene opustiť miesto nálezu z dôvodu minimalizácie pachovej stopy, ktorá by mohla líšku odradiť od príjmu vakcinačnej návnady.

Nakoľko Česká republika a Rakúsko sú vyhlásené za krajiny bez výskytu besnoty a v Maďarsku je priaznivá situácia vo výskyte besnoty, vakcinácia líšok sa nebude vykonávať na územiach Regionálnych veterinárnych a potravinových správ (ďalej len „RVPS“): Bratislava, Senec, Dunajská Streda, Galanta, Trnava, Senica, Komárno, Nové Zámky, Levice, Nitra, Topoľčany, Šaľa, Nové Mesto nad Váhom, Trenčín, Prievidza, Púchov, Žiar nad Hronom, Zvolen, Veľký Krtíš, Lučenec, Rimavská Sobota, Banská Bystrica, Martin a na území okresu Ružomberok.

Letecká pokládka bude vykonaná v Žilinskom kraji na území okresov Žilina, Bytča, Kysucké Nové Mesto, Čadca, Námestovo, Tvrdošín, D

» Zdroj: ŠVaPS SR

Spoločnosť KOVOZ SK s.r.o.
ponúka prácu na pozíciu

ZVÁRAČ CO2

PRACOVNÍK V KOVOVÝROBE

OBCHODNÝ REFERENT, ROZPOČTÁR / KALKULANT

EKONÓMKU – PROFESIONÁL PRE PODVOJNÉ ÚČTOVNÍCTVO

Práca v okrese Námestovo. Nástup ihneď
Volať od 8:00 - 17:00 Tel: 0903 248 413
86-0227

PRIJMEM STOLÁRA
Mzda 800 € brutto + benefity, 0905 922 037
86-0193

INZERCIA
0908 792 859

HĽADÁME INŠTALATÉRA
plat 1400 € netto + výhody
(doprava domov, cestovné)
príp. živnosť 10 - 12 €/hod.
podmienka vyučný list
EGO Námestovo
0905 467 794
86-0167

DAKNA Námestovo, družstvo
Kliňanská cesta 970
029 01 Námestovo
HĽADÁME
ZOOTECHNIKA
CHOV DOJNÍC
mzda 800 €/mes., ročné prémie
TRAKTORISTU
mzda 3,70 € – 4,50 €/hod
úkolová mzda podľa platových tarif
kontakt: 0911 448 980
e-mail: dakna@dakna.sk
56-0181

Rusina
Pekárne a cukrárne Rusina, spol. s r. o.
príjme do pracovného pomeru zamestnancov na pozície:

EXPEDIENTKA/EXPEDIENT PEČIVA
Náplň práce:
- príprava výrobkov na expedovanie
- práca len na nočnú zmenu
- základná mzda 2,85 €/hod. + prémie 10% = 3,14 €/hod.
- možnosť celkového hrubého zárobku (s prémiami a priplatkami) 800-900 € (*pri odpracovaní plného pracovného fondu)
- príplatky za prácu v noci, soboty, nedele

POMOCNÝ PEKÁR/ PEKÁRKA
Náplň práce:
- správne formovanie, plnenie, výpek pečiva
- práca na 2 zmeny / poobedná, nočná /
- základná mzda 2,80 €/hod. + prémie 10% = 3,08 €/hod.
- možnosť celkového hrubého zárobku (s prémiami a priplatkami) 750-850 € (*pri odpracovaní plného pracovného fondu)
- nemusí byť vyučená pekárka – zaškolíme

OPERÁTOR/KA ZARIADENIA NA SPRACOVANIE CESTA
Náplň práce:
- obsluha stroja na spracovanie cesta
- práca na 2 zmeny / poobedná, nočná /
- základná mzda 3,10 €/hod. + prémie 10% = 3,41 €/hod.
- možnosť celkového hrubého zárobku (s prémiami a priplatkami) 800-900 € (*pri odpracovaní plného pracovného fondu)
- nemusí byť vyučená pekárka – zaškolíme

Ponúkame:
- zamestnanecký zľavu na výrobky vo výške 20%
- stabilnú prácu v dynamickej, rozvíjajúcej sa spoločnosti
- príplatky za prácu počas víkendov a sviatkov, popoludňajšej a nočnej zmeny
- stravné lístky v hodnote 3,83 €
- výplata vo výplatnom termíne
- výhodou pre uchádzača je bydlisko v okolí DK

Vaše žiadosti o prijatie do pracovného pomeru spolu so životopisom zasielajte na adresu:
Pekárne a cukrárne Rusina, spol. s r.o.,
Matúškova 1537/15, 026 01 Dolný Kubín
e-mail: pam@rusina.sk
Informácie sú k dispozícii na tel. č.: 043/58 121 31, 0911 126 438
Uchádzači o zamestnanie zaslaním svojej žiadosti a životopisu dávajú spoločnosti Pekárne a cukrárne Rusina, spol. s r.o. súhlas so spracovaním osobných údajov.
56-0178

Visteon
Chceme byť najlepší na svete spolu s našimi zákazníkmi, poskytovať inovatívne, vysoko kvalitné produkty, ktoré prinesú výnimočnú hodnotu...
Hľadáme nových kolegov
Od 739 €* mesačne + PRÍPLATKY
PRÁCA VHODNÁ PRE ŽENY:
- všetko pre prácu Vás naučíme
- budete pracovať s modernými technológiami
- 365 dní v roku v čistom a nehlučnom prostredí, so stálou teplotou
- na 3 zmeny, v stoji
- 24 hod. výber zo 7 teplých jedál
- bohatý sociálny program
- príplatok za poobednú zmenu 0,13 €/hod.
- príplatok za nočnú zmenu 1,38 €/hod.
- nástupný bonus 200 € pri splnení stanovených podmienok
Visteon Electronics Slovakia s.r.o., Námestovo 1088
Bývalý areál Punch
+421 43 5301 442
+421 918 085 720
mzatkula@visteon.com
Výberové konanie prebieha formou testovania zručnosti. Kandidátkov prijímame prostredníctvom personálnych agentúr.
*od 4,53 €/hod., mesačne pri priemernom prac.fonde 163,125 hod.
86-0036

Nestrašme ľudí a zoberme tromfy Ficovi z rúk

OBYČAJNÍ ĽUDIA a nezávislé osobnosti

Myslíte si, že je najpodstatnejším problémom Slovenska to, či majú homosexuáli registrované partnerstvá? Určite nie a ani my nie. Bohužiaľ - PS/SPOLU a KDH sa tak celé leto tvária. Nerokujú o inom, len o tom, či návrh na partnerstvá homosexuálov predložia hneď po voľbách, ako chce PS/SPOLU, alebo až za 2 roky, ako navrhuje predseda KDH.

A rozumní ľudia sú na Slovensku z toho v šoku. a najmä voliči KDH, ktorí nechápu o čo Hlinovi ide. Akoby sme v štáte, ktorý nám spod rúk uniesla mafia, nemali teraz iné problémy! Zároveň platí, že takto úplne zbytočne lejú tieto strany vodu na mlyn Ficovi a spol, ktorému teraz len stačí ľudí týmto strašiť a môže mu to pomôcť vyhrať voľby.

Preto sme minulý týždeň prišli s prvou časťou plánu, ako opozícia môže spoločne poraziť mafiu vo voľbách. Nazvali sme ju „NESTRAŠME ĽUDÍ" - a sľúbili sme, že naše hnutie nevstúpi do vládnej koalície, ktorá by chcela zaviesť registrované partnerstvá a adopcie detí homosexuálmi. Že nevstúpime do vlády, ktorá by chcela uvoľniť boj voči drogám, ktorá by chcela brať ľuďom sociálne výhody, ktorá by chcela súhlasiť s kvótami pre migrantov.

Jasné, že teraz budú chvíľu na nás peniť ľudia z PS/SPOLU, KDH či od Kisku. Ale to nevadí a to sa poddá. Urobili sme to v dobrom záujme všetkých ľudí, ktorým na Slovensku úprimne záleží. Poďme bojovať za podstatné veci - poďme vrátiť unesený štát späť do rúk ľudí a nenahrávajme úplne zbytočne našimi chybami Ficovej mafii. Dlhé roky ľudia túžia po zmene a nekazme si to zbytočným strašením týmito témami, ktoré mnohých ľudí môžu od volieb odstrašiť.

Máme pred sebou posledných 5 mesiacov boja za lepšie a spravodlivé Slovensko. Máme pred sebou finálny zápas za Slovensko, kde budeme radi žiť. Nekazme si to.

PS. Pellegriniho sa nám síce odvolať nepodarilo, ale bojovali sme dobrý boj. Sám som na schôdzi rečnil vyše troch hodín a pomohli aj moji kolegovia. Veľmi ma však mrzí, že nás poslanci za strany PS/SPOLU, KDH a ani kolegyňa Remišová zo ZA ĽUDÍ, nedokázali podporiť ani jednou jedinou vetou v rozprave - v našom spravodlivom boji za spravodlivosť na Slovensku. Opäť zvíťazilo ego, opäť sme museli bojovať sami.

» Igor Matovič
predseda hnutia OĽANO

VZDUCHOTECHNIKA

APIAGRA s.r.o. KLIMATIZÁCIA A VETRANIE

NÁBOR ŠIKOVNÝCH PRACOVNÍKOV A ABSOLVENTOV NA MONTÁŽ A DO VÝROBY

SPOLOČNOSŤ A P I A G R A rozširuje svoj tím.

Príležitosť pre mladých, zručných spolupracovníkov, ktorým je profesionálne odvedená práca samozrejmosťou.

Naplň práce montážneho pracovníka

- Schopnosť pracovať v time
- Zručnosť pri remeselných prácach
- Technické myslenie
- Montáž VZT potrubia a elementov
- Schopnosť prevziať zodpovednosť za svoju prácu

Naplň práce výrobného pracovníka

- Obsluha výrobných strojov
- Výroba vzduchotechnického potrubia
- Výroba vzduchotechnických elementov
- Finálna úprava a tmelenie potrubia
- Kontrola zhotovených VZT výrobkov

Ponúkame vám

Pravidelný príjem a výplatu vždy na čas.
Kompletný pracovný odev, ochranné pomôcky a náradie najvyššej kvality.
Možnosť byť súčasťou tímu pracujúceho na najväčších stavbách na Slovensku, Českom a Poľskom trhu.

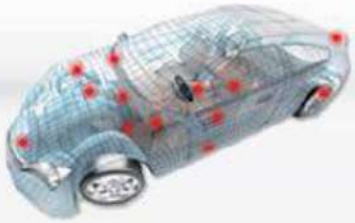
www.apiagra.sk Pre viac informácii volajte 0915 947 971

V zmysle § 63 ods. 2 zákona č. 4/2014 Z.z. o službách zamestnanosti informujeme, že suma základnej zložky mzdy pre pracovnú pozíciu výroba a montáže je minimálne 4 eura/ hod. a 660 eur/mes. K základnej mzde sa zamestnancovi poskytujú príplatky a mzdové zvýhodnenia a taktiež odmeny a prémie.

0319012 zodpovedný: OĽANO a nezávislé osobnosti (OĽANO), Záhradná 58/7/14, 811 01 Bratislava, IČO: 42267511 dodávateľ: rigoPRESS s.r.o., Štúrtínska 2, 917 01 Trnava, IČO: 35212447

86-0256

PROKEŠ & Co.SK
RUBBER PRODUCTION



Firma Prokeš & Co.SK, s. r. o. so sídlom v Oravskej Jasenici prijme do pracovného pomeru uchádzačov na tieto pracovné pozície:

OPERÁTOR VÝROBY
PRÁCA PRI LISE

MZDA:

4,85 € / hod. (pri splnení výkonu)
+ príplatok za poobednú zmenu: 1 € / hod.
+ príplatok za nočnú zmenu: 2 € / hod.
Práca na 3 zmeny (vrátane nočnej zmeny)

PRACOVNÍK ČISTENIA FORIEM

MZDA:

5,50 € / hod.
+ príplatok za poobednú zmenu: 1 € / hod.
+ príplatok za nočnú zmenu: 2 € / hod.
Práca na 3 zmeny (vrátane nočnej zmeny)

PONÚKAME:

– pracovné oblečenie - starostlivosť o oblečenie (pranie, žehlenie) zaisťuje firma
– príspevok zamestnávateľa na teplú stravu
– ovocie pre zamestnancov zdarma a zabezpečenie pitného režimu pre zamestnancov (sóda bar) zdarma
– darčekové poukazy na Vianoce a narodeniny

KONTAKT: tel: 043/552 42 77, 0917 383 901, e-mail: jana.dirgova@prokes-rubber.sk, lenka.mihaliakova@prokes-rubber.sk

86-0297

Oplatí sa !

TOP PONUKY TÝŽDŇA

POWER BATTERY
RECHARGE RENEW RECYCLE

POWER BATTERY, s.r.o.
Majerská cesta 36, B. Bystrica
www.powerbattery.sk
dispecing@powerbattery.sk

VÝKUP
BATÉRIÍ A AKUMULÁTOROV
ZA **NAJLEPŠIE CENY**
NA SLOVENSKU.
Tel.: 0905 750 613

Tretia osoba a organizácia zodpovednosti výrobcov (OZV), zabezpečujú pre zastúpených výrobcov, resp. dovozcov automobilových a priemyselných batérií a akumulátorov systém združeného nakladania s vyhradeným prúdom odpadu v súlade so zákonom č. 79/2015 Z. z. o odpadoch. **Tretia osoba a OZV zabezpečuje zber, prepravu, triedenie, prípravu na opätovné použitie, zhodnotenie a recykláciu použitých automobilových a priemyselných batérií a akumulátorov v rámci SR.**

Akumulátory a batérie sú najvýznamnejšou skupinou, ktorá sa podieľa na ohrození životného prostredia ťažkými kovmi. Takmer všetky totiž obsahujú zvláť nebezpečné látky – ťažké kovy – ortuť, kadmium a olovo.

Základným predpokladom pre každú krajinu, aby nedochádzalo k znečisťovaniu životného prostredia odpadovými akumulátormi a batériami, je vybudovaný účinný a ľahko dostupný systém nakladania s nimi, v ktorom všetci občania sú neoddeliteľnou súčasťou ich triedeného zberu a aktívne tak prispievajú k ich recyklácii.

Odovzdaním použitej batérie alebo akumulátora chránite svoje životné prostredie!

Použité batérie a akumulátory odovzdávajte iba osobe na to oprávnenej - špecializovanej firme zabezpečujúcej zber nebezpečného odpadu, na zberný dvor vo vašej obci alebo do spätného zberu batérií a akumulátorov.

Použité batérie a akumulátory sú NEBEZPEČNÝ ODPAD, NEPATRIA do komunálneho odpadu a preto sú označené symbolom

Triedený zber použitých automobilových a priemyselných batérií a akumulátorov, vrátane tých, ktoré sú zložkou komunálneho odpadu, zabezpečuje ich výrobcovia a znášajú všetky finančné náklady s tým spojené.

Náklady na triedený zber použitých batérií a akumulátorov, oddelene od komunálneho odpadu, ne sú súčasťou miestneho poplatku za komunálny odpad a drobný stavebný odpad, (okrem nákladov spôsobených nedôsledným triedením v zmysle § 81 ods. 10 zákona o odpadoch).

POWER BATTERY RECHARGE RENEW RECYCLE
ENVIBAT

28-0340

Okenné sušiaky

Montáž bez narušenia fasády alebo okenného rámu

AKCIA -25% do 30.9.2019

0944 113 140
www.susiakynaokna.sk

1319-0333

PRIJMEME

Skladník (Nemecko)
2200 EUR/mesačne Brutto
Mäsiar (Rakúsko)
3000 EUR/mesačne Brutto
Mäsiar-pomocník (Rakúsko)
2400 EUR/mesačne Brutto

0903 431 350

85_0646

SIEŤKY
rolety-žalúzie

kontakt: 0905 918 036
www.deckers.sk

56-0183

HĽADÁME PRACOVNÍKOV

- montáž vodoinštalačné, kúrenárske a plynoinštalačné práce
- prax výhodou (nie je nutná)
- možnosť ubytovania
- možnosť zárobku za 24/hod. od 70 - 100 Eur/brutto
- TPP, živnosť

0903 440 046 • 0951 182 068

09-0137

Hľadáme BRIGÁDNIKOV na roznos tlačovín pre obec

Nižná

info 0905 400 035
e-mail: oravsko@regionpress.sk

Roznos sa vykonáva týždenne

16 str. noviny
19€ / 1 roznos
24 str. noviny
21 € / 1 roznos
32 str. noviny
27 € / 1 roznos
+ príplatky za možné letáky

Personálna & pracovná agentúra

EURO personal

PRÁCA IHNEĎ

VOLAJ IHNEĎ:
0800 500 002
0800 500 502
0800 500 520

• BRATISLAVA • TRNAVA • HLOHOVEC • NITRA • MALACKY • LOZORNO ...

Personálna & pracovná agentúra

34-0162

PRÁCA V ČR
OPERÁTOR VÝROBY - VODIČ VZV
PRÁCA S PC - ZORAĎOVAČ - ZVÁRAČ
A INÉ ....

PRACUJ U NÁS
MZDA OD 850 € DO 1300€
BEZPLATNÁ INFOLINKA
0800 500 091

35_0005

ODPREDÁME STAVEBNÉ PROJEKTY V NEMECKU
pre firmy
a živnostníkov
ZA 1000€

0948 952 320
0948 297 597
www.bauservice.sk
info@bauservice.sk

35_0637

MÁTE VLHKÝ DOM?
- podpilovanie muriva
- chemická injektáž

ZĽAVY 20%

STOP vlhkým múrom
0918 671 541

40-0015

ZASKLIEVANIE TERÁS A ZIMNÉ ZÁHRADY

zimné záhrady
splátky od 149 €
zasklievanie terás
splátky od 98 €

ZĽAVY AŽ DO 25%
Možnosť výhry 250 €

www.balkona.eu
0948 787 777
Ku každej objednávke darček
Možnosť splátok s 0% úrokom
BALKÓNA
BALKÓNOVÉ A OKENNÉ SYSTÉMY

63-0147

REGIONPRESS Č. 38 / 20. SEPTEMBER 2019 / 23. ROČNÍK

ORAVSKO
DOLNOKUBÍNSKO-NÁMESTOVSKO-TVRDOŠÍNSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 38 600 domácností

TEPOVANIE A ČISTENIE
SEDAČIEK KOBERCOV ÁUT ...
0903 581 518
86-0070

RÝCHLOČISTIAREŇ PERIA
Šitie paplónov a vankúšov
AKCIA pri predložení inzerátu
čistenie + vankúšik, alebo nákupná taška ZDARMA
ODVOZ A DOVOZ ZDARMA
0950 626 815 Liesek 441
68-06

www.kovane-ploty.sk
0918 847 674

0911 847 674
záhradné a kované ploty | brány | zábradlia
65-0640

DEŇ OTVORENÝCH DVERÍ
v novopostavenom expozičnom dome v areáli firmy Drevodom Orava s.r.o.
DREVODOM ORAVA
Srdečne Vás pozývame na prehliadku v dňoch 30. 9 až 4. 10. 2019
Podbiel 56, tel. 0911 143 343 • www.drevodom.sk

56-0168

Hladené priemyselné PODLAHY

tel: 0904 252 197
betonorava@gmail.com
66-0125

kamstav
kompletné kamenárske služby
www.kamenarstvo-kamstav.sk
DOLNÝ KUBÍN, Bysterecká 1263/55
(pri čerpacej stanici BENZINOL)
SERIÓZNOSŤ • FLEXIBILITA • TRADÍCIA od r. 1989
Spisujeme objednávky bez finančnej zálohy.
0908 917 634

BAROVÉ PULTY
KRBY A SCHODY
ŽULOVÉ DLAŽBY
OBKLADY BUDOV
KUCHYNSKÉ LINKY
PARAPETNÉ DOSKY
18-0913

BORA s.r.o. BOBROV
bora@orava.sk, bora.orava.sk
VÝROBA A PREDAJ
Univerzálna zemina – izbové kvety, dreviny, zelenina
Boravit AB – muškáty, balkónové kvety a výsevy
Rašelina biela kyslá – čučoriedky, vresy, rododendrony
Rašelina Bora – kvety, kríky, stromy, zakladanie a údržba trávnikov
Rašelina voľne ložená – obohatenie ťažkých pôd v záhradách

Bobrov 436
Po-Pia 7:00 – 15:00, tel: 0903 443 958, 0948 310 771
86-0149

ORAVSKO
DOLNOKUBÍNSKO-NÁMESTOVSKO-TVRDOŠÍNSKO

Redakcia: Trojičné námestie 191
TVRDOŠÍN
oravsko@regionpress.sk
spravodajstvodk@regionpress.sk

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

INZERCIA
Marta Kontrová 0907 727 203
Bc. Anna Lukáčková 0908 792 859

Distribúcia:
Ján Lajmon 0905 400 035
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk

Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (38 500 domácností)
Každý týždeň: Dolný Kubín, Námestovo, Trstená, Tvrdošín, Čimhová, Liesek, Brezovica, Žaškov, Ústie nad priehradou, Štefanov, Nižná n/ Oravou, Zemianska Dedina, Podbiel, Tapešovo, Vavrečka, Lokca, Vasiľov, Babín, Hruštín, Krivá, O.Podzámok, D. a H.Lehota, Dlhá n/ Oravou, Sedliacka Dubová, Vyšný Kubín, Jasenová, Leštiny, Osádka, Veličná, Vaňovka, Medzibrodie, Chlebnice, Malatiná, Párnica, Žaškov, O.Poruba a Istebné

+ v párnom týždni navyše: O.Biely Potok, Habovka, Zuberec, Klin, Bobrov, Zubrohlava, Sihelné, Rabčice, Rabča, O.Polhora, Pucov, Pribiš, Pokryváč

+ v nepárnom týždni navyše: Beňadovo, Mutné, O.Veselé, O. Lesná, Zákamenné, Lomná, Novoť, Vitanová, Oravská Jasenica, Breza, Krušetnica, Hladovka, Suchá Hora, Zázrivá a Kraľovany

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

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade, že viete o meste, 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+Senecko
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+PU
PD	35.000	Prievidsko
ZV	36.500	Zvolensko+DT+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

Zlo rozbíja, dobro spája

Sedeli sme nedávno s jezuitským mníchom Bernardom Mišovičom. Pýtal som sa ho, prečo sa všetko fragmentuje, drobí, rozdeľuje na menšie časti – úzke špecializácie, špecifické komunity a skupinky, vyhranené názory ľudí, malé politické strany, ktoré hľadajú na druhých, čo ich rozdeľuje.

Môj učiteľ Bernard mi odpovedal, že rozdrobovanie celku je dielom diabla. Boh stvoril celok a diabol sa ho snaží rozdeliť na malé časti, ktoré môže lepšie klamať a ovládať. Boh vytvoril systém, z ktorého sa nedá nič len tak vyčleniť, aj keď sa nám to niekedy hodí. Duchovné cvičenia sv. Ignáca z Loyoly nás učia žiť v tomto systéme.

Nemusíme byť veriaci, aby sme si uvedomili, že rozbíjanie celku a vytrhávanie častí zo systému nie je dobré. V podnikoch chceme vidieť a zlepšovať celý hodnotový tok a úzke miesta v ňom, nie iba izolované procesy. Holistická medicína prekonáva úzke pohľady špecialistov na uši, nervy alebo svaly na nohách. Odmietame liečbu, ktorá iba tlmí bolesť, ale nepozná jej skutočnú príčinu. Pol roka pred voľbami si všímam, ako rôzni politici hľadajú, čo ich rozdeľuje a nie to, čo by ich mohlo spojiť. Experti im píšu programy na to, ako zlepšia rôzne „rezorty" – ale príroda a spoločnosť okolo nás sú predsa jeden celok.

Spájanie je ťažšie ako rozdeľovanie a tvorenie náročnejšie ako deštrukcia. Spájať stavebné prvky v architektúre je ťažšie ako ich ničiť. Na rozdeľovanie ľudí stačí zloba, ohováranie a klamstvo, na spájanie potrebujeme dialóg, rešpekt a počúvanie. Postaviť chrám alebo vybudovať fungujúce spoločenstvo ľudí trvá roky. Na ich zničenie stačí niekedy pár dní alebo týždňov.

Ľudia venujú veľa dôvtipu a námahy konštrukciám, ktorých účelom je zabíjať a ničiť. Potrebujeme spoločenstvá a konštrukcie, ktoré slúžia Dobru. Sú postavené na pevnom fundamente. Rešpektujú princípy sveta, v ktorom žijeme. Sú v súlade s plánom Stvoriteľa a nie iba nášho ega. Boh počíta návratnosť investície a rentabilitu podľa iných vzorcov ako my. Aj preto sú mnohé naše spoločenstvá a konštrukcie také krehké a dočasné.

» Ján Košturiak

Kamenárstvo B+B
Vojtech Botoš
JEDNOHROB od 653€
DVOJHROB od 1 600€
AKCIOVÉ CENY
Platí do vyčerpania zásob
Najväčší výber tvarov a farieb, najlacnejšie v regióne
Ku kompletnej objednávke MISA NA KVETY v hodnote 60 € GRÁTIS
NOVÉ MODERNÉ TVARY LEN U NÁS!
AKCIA ! POMNÍK už za 129€
Stačí len prezvoniť, zavoláme späť, alebo Vás radi navštívime.
0905 296 197 • kamenarstvobotos@gmail.com
www.kamenarstvobplusb.sk
17-0062

NAJLACNEJŠIA LIKVIDÁCIA
NEBEZPEČNÉHO ODPADU A AZBESTOVÝCH STRIECH
0949 188 661 • 0905 655 414
likvidovatazbest@gmail.com
59-0000

P-Parket
TVRDOŠÍN železničná stanica tel: 0915 573 300
RUŽOMBEROK za Kauflandom tel: 0915 573 301
P-Parket
LAMINÁTOVÉ A VINYLOVÉ PODLAHY
DREVENÉ PARKETY, DVERE, ZÁRUBNE
TERASY, OBKLADY BEZ ÚDRŽBY
DVERE + ZÁRUBŇA + KĽUČKA 99€
KOMPOZITNÁ VINYLOVÁ PODLAHA CLICK od 23,90 €
LAMINÁTOVÁ PODLAHA 7 mm od 4,90 €
PRIPRAVILI SME PRE VÁS
NOVÉ KOLEKCIE DVERÍ A PODLÁH
www.pparket.sk
88-0130

Autorizované organizácie zodpovednosť výrobcov E- cycling s.r.o., NOWAS s.r.o., SLOVMAS, a. s. a ZEO Slovakia s.r.o. týmto informujú:
• Do skupiny vyhradených výrobkov patria elektrozariadenia, batérie a akumulátory, obaly, neobalové výrobky, vozidlá a pneumatiky.
• Na vyhradené výrobky sa vzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov, t. z., že výrobca takéhoto výrobku je povinný plniť súbor povinností pre vyhradený výrobok uvedený na trh SR. Tým je zabezpečené, že o vyhradený výrobok, resp. vyhradený prúd odpadu bude postarané vo všetkých fázach jeho životného cyklu.
• Financovanie triedeného zberu vyhradeného prúdu odpadu, vrátane triedeného zberu zložiek komunálneho odpadu patriacich do vyhradeného prúdu, znášajú výrobcovia v rámci systému rozšírenej zodpovednosti výrobcov. V prípade nedôsledného triedenia oddelene zbieraných zložiek komunálneho odpadu, na ktoré sa vzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov, náklady na triedený zber vyhradeného prúdu odpadu znáša obec.
• Každý môže predchádzať vzniku odpadu už pri rozhodovaní o kúpe nového výrobku. Pre ochranu životného prostredia je dôležité, aby sme kupovali výrobky, ktoré majú čo najmenej obalov, pokiaľ možno z rozložiteľných materiálov, aby sme kupovali elektrozariadenia s najvyššou energetickou triedou, pretože šetríme prírodné zdroje potrebné na výrobu elektrickej energie. V prípade batérií a akumulátorov sa snažíme o používanie batérií s dlhou životnosťou alebo využívame nabíjateľné akumulátory.
• Zakazuje sa do voľnej prírody ukladať akýkoľvek odpad. Batérie a akumulátory, elektrozariadenia a odpadové pneumatiky sa nesmú vyhadzovať do komunálneho odpadu.
• Konečný používateľ môže odovzdať elektrozariadenia, batérie a akumulátory na miestach spätného zberu a odpadové pneumatiky u distribútorov pneumatík. Nakladanie s odpadom z obalov a neobalových výrobkov je určené vo všeobecne záväznom nariadení obce.
Viac informácií nájdete na webových sídlach www.e-cycling.sk, www.nowas.sk, www.slovmas.sk, www.zeo.sk.
08-3040 TT10

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

Kúpim jelenie, srnčie, danielie zhody a trofeje.
tel. 0910 331 212
46-004

ČÍTAJ!

AKCIA NA SERVIS BICYKLOV

Jeseň/Zima

MALÝ SERVISNÝ BALÍČEK V HODNOTE 19,99 €

- kontrola a dotiahnutie všetkých skrutiek bicykla
- nastavenie bŕzd s prípadnou výmenou brzdových klátikov/platničiek
- kontrola funkčnosti prehadzovačiek a ich nastavenie
- centrovanie kolies s kontrolou výpletu
- prípadná výmena plášťov
- odmeranie reťaze a namazanie
- dofúkanie kolies, vidlíc a tlmičov
- očistenie a ošetrenie gufier na vidliciach a tlmičoch

STREDNÝ SERVISNÝ BALÍČEK V HODNOTE 39,99 €

- obsahuje kompletný malý servisný balíček
- + výmena všetkých laniek a bowdenov
- + výmena reťaze a ozubenia
- + repas alebo výmenu opotrebovanej nábojovej časti

VEĽKÝ SERVISNÝ BALÍČEK V HODNOTE 59,99 €

- Obsahuje kompletný malý + stredný servisný balíček
- + servis všetkých 4 nábojových častí (rozobratie,vyčistenie, namazanie)
- + výmena všetkých opotrebovaných a nefunkčných dielov
- + detailne vyčistenie bicykla

* V cene servisných balíčkov nie sú zahrnuté náhradné diely.

Lokca 141/22 Hradská
PRI HLAVNEJ CESTE
Po-Pia 9:00 – 11:30
12:00 – 17:00
So 8:00 – 12:00

e-mail: mt.sport.turac@gmail.com
tel: 0940 506 003

MEGA VÝPREDAJ NA BICYKLE A ELEKTROBICYKLE STÁLE POKRAČUJE

MT-SPORT LOKCA

86-0268

PALIVOVÉ DREVO
BUK 47€/prms - sypané
BUK 67€/prm - ukladané
SMREK 31€/prms
25 cm, 33 cm alebo 50 cm štiepané klátiky
0909 172 597 alebo 0909 216 888 www.drevotvrdosin.sk
86-0094

STADREKO
KOMÍN
DOPRAVA GRÁTIS PO CELOM ÚZEMÍ SR
AKCIA
588,- komín 8 m ∅ 200
550,- komín 8 m ∅ 160
KONTAKT tel: 0908 111 696
stadreko@stadreko.sk
www.stadreko.sk
ilustračné foto
86-0041

sádrokartonárske PRÁCE s materiálom aj bez
PRENÁJOM STROPNÉHO DEBNENIA
tel: 0911 377 503
86-0294

Kontaktujte nás !
- Vypracujeme podnikateľské zámery pre ÚPSVaR
- Vybavíme za Vás formulár A1 do zahraničia
- Spracujeme a vedieme jednoduché účtovníctvo
- Bezplatne poradíme a vybavíme hypo úvery
- Poradíme v oblasti poistenia
Ing. Mária Jankuliaková: 0903/027 191
86-0283

VŔTANIE STUDNÍ
Geologický prieskum
Vrty pre tepelné čerpadlá
Rozbor vody
tel: 0905 663 333
www.vrtanie-studni.eu
56-0065

PREDÁM DREVENÉ PELETY BRIKETY EKOHRÁŠOK
www.be-prostav.eu 0905 783 360
86-0023

NEREZOVÉ ZÁBRADLIA A BALKÓNY
Brúsené
Lesklé
Drevonerez
+ Kompletná montáž
0948 724 276
86-0282

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

Všetko pre Váš komín
kontakt: 0905 742 808
86-0021

PLOCHÉ STRECHY
- rodinné domy
- terasy
- garáže
- balkóny
- altánky
- PVC fólie (Fatrafol, ...)
- asfaltové pásy
- zateplenie striech
poradenstvo a cenová ponuka ZADARMO
mobil: 0905 364 559
mail: strechyploche@gmail.com
86-0277

REGIONPRESS

Vďaka vám sme najčítanejší týždenník na Slovensku.

Ďakujeme

Najčítanejším celoštátnym týždenníkom na Slovensku zostáva podľa najnovšieho prieskumu agentúry Median SK **sieť regionálnych novín** REGIONPRESS.

86-0106

NOVOOPTIK a.s.

NOVOOTVORENÁ OPTIKA V DOLNOM KUBÍNE
za ceny, ktoré si môžete dovoliť

OTVÁRACIE HODINY
Pondelok - Piatok:
9:00 - 17:00
Sobota: 9:00 - 12:00

Hviezdoslavovo nám. 42,
DOLNÝ KUBÍN
0908 878 625

MERANIE ZRAKU ZADARMO

- **Dioptrické okuliare** aj bez lekárskeho predpisu
- Základné sklá 13 € pár
- Antireflexné sklá 20 € pár
- Bifokálne sklá 42 € pár
- Multifokálne sklá 114 € pár
- Fotochromatické sklá 60 € pár
- Slnečné dioptrické sklá 24 € pár
- Detské okuliare od 20 €
- Slnečné okuliare zľava 20 až 30%

OPTIKA V RUŽOMBERKU

OTVÁRACIE HODINY
Pondelok - Piatok:
8:00 - 16:30

Podhora 26, Ružomberok
Pod pizzeriou u taliana
0908 878 625

V ponuke viac ako 1200 rámov, cena rámov od 20 € do 120 €

43-0168

KAMKO STAV
KAMENÁRSKE SLUŽBY S TRADÍCIOU

NÁMESTOVO, Hviezdoslavovo nám. 21 (budova JANCKULÍK)
DOLNÝ KUBÍN, Obchodný Dom COOP - centrum

DOPRAVA A ZAMERANIE ZDARMA

www.kamkostav.sk

DLHOROČNÉ SKÚSENOSTI SÚ ZÁRUKOU KVALITY A VAŠEJ SPOKOJNOSTI

AKCIA PLATÍ DO VYPREDANIA ZÁSOB
BEZ ZÁLOH
AJ NA SPLÁTKY

Ilustračné foto

VÝPREDAJ Platí na vybrané produkty

ŽULOVÉ DVOJ-HROBY, ŽULOVÝ JEDNO-HROBY S POMNÍKOM
pomník: **hrúbka 7 cm**, žulový dvoj, jedno-hrob: **hrúbka 4 cm**

tel.: **0903 272 952, 0904 916 896**
e-mail: **kamenarstvokamkostav@gmail.com**

18-0017

Stredná odborná škola podnikania a služieb
Hattalova 968/33, 029 01 Námestovo
(ďalej „vyhlasovateľ") podľa § 9a ods. 9 zák. č. 446/2001 Z. z. o majetku vyšších územných celkov v platnom znení,

ZVEREJŇUJE ZÁMER
PRIAMEHO NÁJMU SVOJHO MAJETKU:

nebytový priestor (učebňa č. 21) o výmere 52,20 m² a nebytový priestor (učebňa č. 22) o výmere 73,92 m² nachádzajúci sa v budove Strednej odbornej školy podnikania a služieb, Hattalova 968/33, 029 01 Námestovo, parc. č. 448/3, KÚ Námestovo, LV č. 1555.

Obchodné podmienky pre uchádzačov sú uverejnené na úradnej tabuli v sídle vyhlasovateľa a na

www.sosno.sk

Lehota na doručenie cenových ponúk je do 25.09.2019 do 8:00 hod. na sekretariáte vyhlasovateľa.

86-0049

KVALITNÉ RUSKÉ
UHLIE
KOCKA ORECH EKOHRAŠOK
RAŠELINOVÉ BRIKETY
Záruka kvality
DOPRAVA K VÁM DOMOV!
KANEX
Balené v BIG-BAG (1000 kg) a 25 kg
KANEX S.R.O.
● BOBROV – Obchodná 73
● TRSTENÁ – Oravická 758
0908 944 618
0915 997 067
86-0031

PRÍVESNÉ VOZÍKY
www.ebeco-predaj.sk
0907 803 512
86-0191

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
od 239,- + montáž
RENO jelša
RENO buk
RENO orech
DOMINANT
LUX
86-0006

Ponúkate prácu? Potrebujete zamestnancov?
Inzerujte v našich novinách.

HYDROIZOLÁCIA
PLOCHÝCH STRIECH, BALKÓNOV TERÁS, SPODNÝCH STAVIEB
S PVC FÓLIAMI
TEL. 0948 128 495
86-0289

AUTOPOŽIČOVŇA
Poškodili Vám vozidlo pri nehode? Potrebujete náhradné vozidlo? Poisťovňa škodcu Vám ho preplatí.
0918 999 515
86-0162

KAMENÁRSTVO
TVRDOŠÍN Vojtaššáková 635 pri hlavnej ceste, vedľa pošty 3
KOMPLETNÉ KAMENÁRSKE PRÁCE
žulové hroby • pomníky • hrobky
urny • renovácie starých hrobov
ZĽAVA NA POMNÍKY
0905 259 926 • www.dobrekamenarstvo.sk
17-0047

OBNOVA STRIECH
RENODACH
- na eternit a plech bez demontáže krytiny
- hydroizolácie plochých striech
- INDEX MINERAL DESIGN • 3D VZOR
V PONUKE AJ STRIEKANÉ TEPELNÉ IZOLÁCIE
12-ročná záruka na prácu
Ing. Jozef Antoni • info@obnovastrechy.sk
www.obnovastrechy.sk
0903 603 755
73-0054

DAIKIN
Umenie ovládania teploty.
Peter
Pán šetrný
až 80% úspora energie
ŠTÁTNA až 3 400 € DOTÁCIA
Daikin PRVÁ VOĽBA v chladení a vykurovaní
Vytvárame dokonalý komfort.
Tepelné čerpadlá presne pre vás.
heating studio
Expert na tepelnú pohodu
HEATING STUDIO
Klimatizácie, Tepelné čerpadlá, Podlahové vykurovanie, Rekuperácia
Obhliadka + projekt zdarma 0911 966 905
info@heatingstudio.sk
73-0112

PRENÁJOM
STAVEBNÉHO LEŠENIA
• cena od 0,06 € do 0,15 € / m² /deň v závislosti od množstva a času prenajatého lešenia
PRENÁJOM STROPNÉHO DEBNENIA
• cena od 0,14 € do 0,17 € / m² /deň v závislosti od množstva a času prenajatého debnenia
viac info: 0911 549 918, 0910 667 678
86-0199

PALIVOVÉ DREVO RUŽOMBEROK
▶ TVRDÉ
▶ MÄKKÉ
▶ 2-METROVICA ŠTIEPANÁ
0918 845 365
www.ekopaliva.sk
14-0080

Frézovanie a vložkovanie komínov
Odborníci na komíny 20 rokov praxe
www.frezkom.sk
tel: 0944 440 870, 0940 109 232
56-0105

NÁTERY STRIECH
ALTITUDO s.r.o. práce vo výškach
0917 578 839
www.altitudo.sk
REKONŠTRUKCIE KOMÍNOV A RÍŇ
86-0116

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
frezovanievlozkovanie@gmail.com
56-0033

PREDAJ SKLOLAMINÁTOVÝCH ŽÚMP
montáž + doprava
kontakt: 0905 925 991
18-0057

Krátke správy z regiónu

/Zubrohlava/ - Piaty ročník rodinného podujatia „Beh zubrohlavským chotárom, memoriál Petra Stoklasu“ absolvovalo na 11-kilometrovej trati 110 bežcov a na 5-kilometrovej 164 pretekárov. Detské preteky sa konali v priestore za Kýčerou. Mladý Peter Stoklas zomrel, keď sa pripravoval na svoj prvý maratón. Išiel si zatrénovať a už sa nevrátil domov. Vo veľmi príjemnej atmosfére a za slnečného počasia si na medailové pozície dobehli: Trať 11 km: muži 18 až 39 rokov – 1. Martin Rusina, 2. Mário Košút (TT Vavrečka), 3. Michal Tuka (Roháče s.r.o), muži 40 a viac rokov – 1. Slavomír Praj (TT Vavrečka), 2. Marek Voška (KB Breza), 3. Marek Buc (TT Vavrečka), ženy 18 až 39 rokov – 1. Miroslava Babinská (BK Dolný Kubín), 2. Jarmila Kakusová (Zákamenné), 3. Dorota Gajdošová (Dolný Kubín), ženy 40 a viac rokov – 1. Anna Chorvátová (Tvrdošín), 2. Silvia Jurigová (Breza), 3. Lenka Mokošáková (Bike run), juniori – 1. Róbert Judiak (KB Breza), 2. Matej Chorvát (Don Bosco Tour), 3. Samuel Florek (KB Breza). Trať 5 km: Muži – 1. Ľubomír Záhumenský (Námestovo), 2. Štefan Piták (Námestovo), 3. Dávid Matis (Námestovo), ženy – 1. Dominika Vaceková (Martin), 2. Lucia Ďuricová (Martin), 3. Barbora Mastráková (Or. Podzámok), juniori – 1. Matej Hušla (Zubrohlava), 2. Radovan Stopjak (Or. Veselé), 3. Slavomír Praj ml. (TT Vavrečka) juniorky – 1. Ema Uhliariková, 2. Nina Škapcová, 3. Žaneta Mazuráková (Sihelné), deti do 13 rokov – 1. Matúš Šimurda (Zubrohlava), 2. Matúš Soľava (Zubrohlava), 3. Matúš Gajdošík (Štefanov).

/im, zu, st, or/

OBNOVA STRIECH
• ETERNITOVÝCH • PLECHOVÝCH
• PLOCHÝCH • KANADSKÝ ŠINDEĽ
RODINNÝCH DOMOV, PANELÁKOV A BYTOVIEK
BEZ DEMONTÁŽE!
SO ZACHOVANÍM PÔVODNEJ KRYTINY
BITÚMENOVOU LEPENKOU
• zameranie • odborné poradenstvo
• cenová kalkulácia na mieste ZADARMO!!!
NAJLEPŠIA CENA NA TRHU už 10 rokov
Slovenská firma
NON STOP linka 0944 720 932
• ZÁRUKA MIN. 20 ROKOV
• NAJLEPŠIA CENA
• ŽIADNA ZÁLOHA
• PRVOTRIEDNA KVALITA
obnova plochých striech technológiou COPERNIT
záruka minimálne 20 rokov
VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽĽABOV
43-0058

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

KÚPEĽNE BYTOVÉ JADRÁ
• prestavba bytových jadier
• rekonštrukcie kúpelní v rod. domoch a bytoch
• realizácia bezbariérových kúpelní - ZŤP
• rekonštrukcie rodinných domov a bytov (obklady a dlažby, omietky, sádrokartón, maliarske práce, plávajúce podlahy)
www.kupelne-bytove-jadra.sk, tel: 0911 699 577
86-0019

NEREZOVÉ KOMÍNOVÉ VLOŽKY | OCEĽOVÉ DYMOVODY | FASÁDNE 3-VRSTVOVÉ KOMÍNY
KOMÍN S.R.O.
FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV
Tel: 0948 267 814
kominsro.sk kominsro@kominsro.sk
56-0005

Prijmeme operátorov/ky výroby priamo v LM na TPP
kontrola dielov
Práca na 12 hod.
mzda 545€-628€/brutto
+odmeny, stravný lístok 4€/2ks/deň
DOPRAVA ZABEZPEČENÁ ZDARMA
Pre viac info volať 0948 732 714
Mahax Slovakia, s.r.o.
43-0008

Prijmeme skladníkov v LM na TPP
Práca na dve 12 hod. zmeny
750€/brutto/mesiac
+ príplatky, stravné lístky 4€/2ks/deň
Na prácu je potrebný vodičský preukaz C, preukaz VZV
DOPRAVA ZABEZPEČENÁ ZDARMA
Pre viac info volať 0948 732 714
Mahax Slovakia, s.r.o.
43-0008

BUKOVÉ brikety
AKCIA do konca septembra
135 € / paleta
Dovoz zabezpečím
Rozvoz aj v sobotu
0915 113 102
15,5 x 9,5 x 6,5 cm
86-0027

Hľadáme AUTOŽERIAVNIKA
Práca je na dlhodobo.
TPP, živnosť alebo dohoda.
Plat: 1200 €/mesiac + príplatky
0948 010 626 www.zeriavy.com
70-0114

A.I.I. Technické služby s. r. o. prijme ihneď
• Ručný pracovník – ruč. čistenie – 680 € mesačne brutto
• VODIČ "B" - 824 € mesačne brutto
• VODIČ "C" - 1.150 € mesačne brutto
Miesto výkonu práce BRATISLAVA
Hrabinská 0948/652104, recepcia@aii.sk
Základná zložka mzdy a ODMENY
UBYTOVANIE ZADARMO – NÁSTUP IHNEĎ
94-0144

INZERCIA
0908 792 859

ORAVSKÝ ZRUB
PENZIÓN S REŠTAURÁCIOU V NIŽNEJ HĽADÁ:
• Pomocná sila 4€/hod.
• Čašník 4,50€/hod.
• Kuchár 5,50€/hod.
MZDA V ČISTOM
t: 0905 116 666
86-0087

Chceme ľuďom prinášať reálne výsledky

DOBRÁ VOĽBA

Dôvodov, prečo som sa rozhodol vstúpiť do politiky je mnoho. Azda najsilnejší je ten, že mi v nej chýba normálnosť. Nielen ľudskosť, solidarita a slušnosť by mali byť normálne. V politike by mali byť normálne aj program a dosahovanie skutočných výsledkov. Pretože reči každodenný život ľudí nezlepšia. A práve normálnosť chýba nielen mne, ale aj ľuďom naprieč Slovenskom. Presvedčil som sa o tom v mestách a obciach počas zbierania podpisov potrebných na registráciu politickej strany Dobrá voľba. Rekordných takmer 30-tisíc podpisov sa nám spoločne podarilo vyzbierať za menej ako mesiac, čo je pre náš tím veľmi motivujúce. Ľudia jasne vyjadrili svoj názor a potrebu obsahu, skutočných výsledkov a riešení vnímame rovnako.

Považujem za normálne, keď štát pomáha tam, kde máme najväčší problém a najväčší dlh voči spoločnosti. A práve na tieto skupiny sa sústreďuje program Dobrej voľby. Dôstojný život a podpora najzraniteľnejších skupín sú oblasti, ktoré boli roky zanedbávané. Založenie rodiny musí byť pre mladých radosťou a životným poslaním, a nie finančnou záťažou. Rovnako nesmieme zabúdať ani na seniorov, ktorí majú po rokoch ťažkej práce nárok na zaslúžený odpočinok a odmenu, a nie nedôstojné prežívanie zo dňa na deň. Toto však nevyrieši jednorazový vianočný príspevok. Veľkú pozornosť si nepochybne zaslúžia aj pacienti a celé zdravotníctvo. Zdravotnú politiku musíme nastaviť tak, aby bola zdravotná starostlivosť dostupná pre všetkých bez rozdielu. Tieto oblasti však musíme riešiť naprieč všetkými regiónmi Slovenska. Ak sa totiž budeme sústrediť len na región hlavného mesta, rozdiely v našej krajine sa budú prehlbovať. Obce, mestá a regióny najlepšie vedia, čo potrebujú, a preto musia spolurozhodovať o tom, čo sa s nimi bude diať.

V našom tíme sú ľudia, ktorí pre túto spoločnosť už niečo dokázali a ich cieľom je urobiť ešte viac. Verím, že spoločnými silami sa nám podarí naplniť naše ciele a ľuďom doručiť reálne výsledky. Lebo len rečami nič nezlepšíme.

Ďakujem, ak mi v tom pomôžete a spoločne pomôžeme Slovensku a všetkým, ktorí tu žijeme.

Tomáš Drucker
Dobrá voľba

33-0034

STOMATOLOGIA II
STARÁME SA O TVOJ ÚSMEV
w Zubrzycy Górnej 48b
tel: 12 272 63 55
tel: 604 519 887
tel: 735 989 347
bolestivé prípady
dospelé, detské
estetika - chirurgia - protetika
smer Krakow
smer Zawoja
Zubrzyca
len 10 km cesty z Jablonky
Jablonka
Spokojnosť a dobrá cena
88-0305

Opatrovateľka / opatrovateľ v terénnej službe
Hľadáme opatrovateľku/opatrovateľa v teréne na poskytovanie kompletnej opatrovateľskej starostlivosti osobám v ich domácom prostredí. Jednozmenný pracovný čas 40 hod. týždenne.
BRATISLAVSKÁ ARCIDIECÉZNA Charita
Ponúkame mzdu 728 € brutto a osobný príplatok, príspevok na MHD v Bratislave, príspevok na obuv; ubytovanie za 210,- € / mesiac
Záujemci musia mať absolvovaný akreditovaný opatrovateľský kurz v rozsahu najmenej 220 hod.
Miesto výkonu práce: Bratislava
Kontaktné údaje: Ing. Miroslava Stružáková, 02/ 44 25 03 74, charitaba@charitaba.sk
Mgr. Margita Orichelová, 0904 062 054, opatrovanie@charitaba.sk
49-0113

PARTIA ŠIKOVNÝCH ORAVCOV
SA PONÚKA NA VÝSTAVBY RODINNÝCH DOMOV A PRERÁBKY BYTOVÝCH JADIER
Sme šikovní, spoľahliví a hlavne korektní
Tel: 0918 086 431
86-0273

PRIJMEME Brigádnikov
4,00 - 4,50 €/hod.
tel: 0905 510 001
86-0309

Prijmeme personál do baru a herne Combo v Dolnom Kubíne.
Na TPP. Nástup ihneď.
INFO: 0919 172 277
86-0265

REGIONPRESS
Pre posilnenie pracovného tímu príjmeme pracovníkov do tlačiarenskej prevádzky na pozíciu:
TLAČIAR - STROJMAJSTER
NÁPLŇ PRÁCE:
» obsluha rotačného offsetového tlačiarenského stroja ROTOMAN (16, 32 strán)
POŽIADAVKY:
» min. 1 rok prax v oblasti offsetovej tlače na pozícii tlačiar
BLIŽŠIE INFORMÁCIE:
» miesto výkonu práce - Trnava
» možnosť pracovať aj na vedľajší PP, (živnosť, dohoda)
PONÚKANÝ PLAT:
» základná zložka mzdy 980 € (brutto) / mesiac
» + variabilná zložka, až do výšky 2 000 €

0905 555 044
rado@regionpress.sk
REGIONPRESS, s.r.o.
Študentská 2,
917 01 Trnava

Prijmeme
Pracovníkov na brigádu
Mzda: 4,00 €/hod. Miesto práce: Bziny
Peter Snovák
tel. 0917 617 298
snovak@slovlepex.sk
SLOVLEPEX
56-0116

METAL Trim
Strojárska firma METALTRIM, s.r.o. Oravská Jasenica
prijme do trvalého pracovného pomeru Zvárač MIG
Požadujeme:
– platný zváračský preukaz Z-M1 podmienkou
– minimálne ročná prax na pozícii zvárač
– fyzická zdatnosť (manuálna práca)
– všeobecná manuálna zručnosť
– tímová práca
– flexibilita
– schopnosť čítať výkresovú dokumentáciu
Ponúkame:
– Pracovný pomer : Živnosť alebo plný úväzok.
– Plat: Živnosť 1250€ a viac, Trvalý prac. pomer 900€/ brutto a viac
– Práca na 1. smenu
– Víkendy voľné
– Dotované obedy - výber zo štyroch jedál za 1€
Kontakt: 0905 718 308, konatel@metaltrim.sk
www.metaltrim.sk
86-0093

PRO Business Solutions
Do tímu nášho klienta v regióne Orava HĽADÁME odborne skúsenú HLAVNÚ ÚČTOVNÍČKU
Skúsenosti: - minimálne 5 rokov praxe v danej oblasti
- dokonalá znalosť podvojného účtovníctva a legislatívnych predpisov
- skúsenosť s vedením ľudí
Ponúkame: - plat od 1500 eur brutto fix + 13.plat
- možnosť ďalšieho vzdelávania - zamestnanecké benefity
Kontakt: silvia.stranska@probs.sk, 0948 847 403, www.probs.sk
47-116

PRACOVNÁ PONUKA:
Príjmeme na TPP dievčatá 18-40 rokov:
TANEČNICE / STRIPTÉRKY
do nočného klubu Afrodita v Nových Zámkoch.
Ubytovanie zdarma, stála klientela,
mesačný bonus 300 EUR
0903 404 935
78-0009

NAJVYŠŠIA KVALITA NAJNIŽŠIA CENA

VÝHODNÁ PONUKA

FZ ŠIROKÁ

čierne uhlie - ekohrášok 179,90 €/t

čierne uhlie - orech 179,90 €/t

eko hrášok balený 25 kg 210,00 €/t

tel. kontakt: 0907 693 663

86-4293

Povedzte si svoje „ANO“ v Hoteli PARK ****

Radlinského 1739/21
Dolný Kubín 026 01
Tel. č. +421 43 581 11 11
mob. č. +421 918 913 012

PARK HOTEL ****

86-0300