

TOPOLČIANSKO PARTIZÁNSKO-BÁNOVECKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 40 560 domácností

Nájdete
vo vnútri

33-0062

o k n á a d v e r e

Slovaktual®

TOPOLČANY • Čsl. armády 32
038/531 58 79 • 0911 311 220
topolcany2@slovaktual.sk

PARTIZÁNSKE • Februárová 1478/2
038/749 12 88 • 0905 211 572
topolcany2@slovaktual.sk

www.slovaktual.sk

ZÁHRADNÍCTVO na HRADE ponúka

TRVALKY:

okrasné trávy, rudbekie, floxy,
margarétky, kokardy a iné...

OKRASNÝ KAMEŇ

rôzne druhy

KRMIVA: nosnice (sypké a granule)
zajace, brojler a kačice

TUJA SMARAGD
5 veľkostí v cene od 1,60 €

f Záhradníctvo Hrad

Hrad 323, TOPOLČANY 0911 732 755 0903 511 654

43-0011

žalúzie * rolety * siete
0905 633 521

43-0005

Premium individuálny prístup
k zákazníkom

second hand

PREDAJŇA PRESTÁHOVANÁ
na ul. Kap. Jaroša za Orange,
Topolčany (bývalé kino)

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

0948 038 516

JARNÉ ZĽAVY

- PLASTOVÉ OKNÁ
- VCHODOVÉ DVERE
- VONKAJŠIE ŽALÚZIE
- INTERIÉROVÉ ŽALÚZIE
- SIETKY

HOOP s.r.o.
okná, na ktorých necháte zrak

HOOP, s.r.o.
Budova Biznis Centrum Dukas
1.poschodie
Generála Svobodu 1069/4
Partizánske

Tel/Fax: 038 749 26 78
Mobil: 0905 574 262
0907 302 864
0911 104 864

www.hoop.sk
hoop@hoop.sk

43-0018

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%
- chemická injeckcia

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

Najčítanejšie
regionálne
noviny

REGION
PRESS

**OBNOVA NÁPISOV
a DOSEKÁVANIE
DÁTUMOV na
POMNÍKACH**

PRIAMO NA CINTORÍNE
čistenie dvojrobu 100€
0944 229 001

74-0082

**KAMENÁRSTVO
HUMAJ TOVARNÍKY 252**

pri objednávke zálohy neberieme
platba až po ukončení prác
volať vopred

objednávky: 0905 268 842
viac na kamenarstvohumaj@zoznam.sk

43-0014



Pestovanie,
predaj a pokládka
trávných kobercov

☎ 038 538 6000



Stummerova 99, 955 01 Topolčany ☎ infosystem@oasis.sk 🌐 www.oasis.sk

43-0072

TOPOĽČIANSKO PARTIZÁNSKO-BÁNOVECKO

Redakcia: Stredčanská 4055
TOPOĽČANY
topolciansko@regionpress.sk

REGIONPRESS

Vydavateľ:
REGIONPRESS, s.r.o.
Pekárska 7489/40A, 917 01 Trnava
IČO: 36252417
reg. MKSR EV 3676/09

INZERCIA

Ľubomír Žaitko 0905 719 135

Distribúcia:
Ing. Vladimír Šmehýl 0908 979 519
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk
Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (40 560 domácností)

pámy týždeň: Bánovce nad Bebravou, Biskupice, Dolné Ozorovce, Horné Ozorovce, Malé Chlievany, Dvorec, Horné Naštice, Kšimá, Rusovce, Rybany, Uhrovec, Veľké Chlievany, Zlatník, Malé Bielice, Partizánske, Veľké Bielice, Chynorany, Kolačno, Malé Uherce, Ostratice, Topoľčany, Bojná, Horné Obdokovce, Chrabrany, Jacovce, Krušovce, Lúdanice, Nemčice, Nitrianska Blatnica, Radošina, Tesáre, Tovarníky, Tvrdomestice, Urmínce, Veľké Dvory, Veľké Rípiňany
ne pámy týždeň: Bánovce nad Bebravou, Partizánske, Bošany, Biskupice, Dolné Ozorovce, Horné Ozorovce, Malé Chlievany, Malé Bielice, Veľké Bielice, Brodzany, Hradište, Ješkova Ves, Klátova Nová Ves, Krásko, Nedanovce, Skačany, Veľké Uherce, Veľký Klíž, Žabokreky nad Nitrou, Topoľčany, Malé Bečzany, Veľké Bečzany, Belince, Čeladince, Dvory nad Nitrou, Horné Chleby, Hrušovany, Chrabrany, Kamanová, Koniarovce, Kovarce, Krnáč, Krušovce, Lúdanice, Nitrianska Streda, Oponice, Prázelany, Račany, Rajčany, Solčany, Súľovce, Tovarníky, Veľké Dvory, Veľké Rípiňany, Solčany

Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovú úpravu.

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

Západné Slovensko

BV	94,750	Bratislavsko Východ
BZ	100,200	Bratislavsko Západ
DS	33,080	Dunajskostredsko
GA	31,290	Galančsko-Saliansko
HC	28,510	Hlohovecko-Sereďsko
KM	16,370	Komárňansko
LV	31,310	Levicko
MA	27,450	Malacko
NR	54,930	Nitriansko
NZ	34,140	Novozámocko
PK	18,210	Pezínsko
PN	38,810	Piešťansko+NM+MY
SC	27,920	Senecko
SE	34,570	Senicko+Skalité
TO	40,560	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59,430	Trenčiansko+DCA+HL
TT	46,550	Trnavsko
ZM	18,990	Zlatomoravsko

Stredné Slovensko

BB	50,530	Banskobystricko+BR
KY	29,120	Kysucko+CA+KM
LI	35,020	Liptovsko+LM+RK
LC	30,690	Lučenecko+VK+PT
MT	41,690	Martinskó+TR
OR	36,230	Oravsko+DK+NO+TS
PB	28,230	Považsko+PB+PU
PD	41,340	Prievidsko
ZV	39,560	Zvolensko+DT+KA
ZH	27,490	Žiarsko+ZC+BS
ZA	52,120	Žilinskó+BY

Východné Slovensko

BJ	33,870	Bardajovsko+SK+SP
GE	28,710	Gemersko+RV+RS+RA
HU	26,640	Humensko+VT+SV+ML
KE	83,740	Košicko
KS	20,730	Košicko okolie
SL	12,970	Ľubovniansko
MI	29,620	Michalovsko+TV+SO
PP	41,130	Popradsko+KK
PO	45,115	Prešovsko+SB
SN	32,750	Spišsko+LE+GL

Krik zlodejov

Ak by niekoho slovo zlodej už v ti-tulku dnešného príhovoru náhodou urážalo, prosím, treba dočítať do konca a už vopred za to ďakujem.

Moralista alebo mravokárca alebo moralizátor je osoba hlásajúca prísnu mravnosť a morálka je zas súbor uznávaných mravných noriem.

Dávidov syn v Biblii hovorí: "Čím viac je múdrosti, tým väčšmi pribúda aj mrzutosti a ako si niekto zväčšuje vedomosti, tak si zväčšuje aj bolesť."

Od moralistov by sa očakávalo, že žijú prísne mravne. Že uznávajú mravné a zákonné normy. Že rešpektujú pravidlá celku, v ktorom žijú. A že ich aspoň z času na čas vedomosti, teda poznanie trochu zabolí, dá podnet k zvažovaniu a až po jeho rozboře potom nasleduje vlastné konanie. A najmä vyjadrovanie.

Najpočuvanejším rozhlasovým vysielaním sú správy o hliadkach polície a ich meraniach. Najaktívnejšou podnikateľskou činnosťou je optimalizácia daní. Internet je plný ponúk na predaj už vypracovaných referátov, najrôznejších záverečných prác, vrátane tých diplomových. Biznis so vzdelaním prekvitá a čím viac prekvitá, tým menej

vzdelania sa dostáva do nás prirodzenou cestou a tým viac hlúpame. Propaganda potrebuje nemysliacich.

Médiá zneužívajú svoju moc a pod frázou akejsi svätej povinnosti kráľujú ľuď. Dobré, začnem aj ja? Mám tú moc ako šéfredaktor. Ale nezneužijem ju a ani ju nevyžijem. O tom totiž moja pracovná pozícia vôbec nie je. A som si tiež jasne vedomý vlastnej nedokonalosti. Ctím výzvu pápeža Františka - "Kto som ja, aby som súdil?"

Samozvaných mediálnych ale aj tých bežných "božstiev" na Slovensku, ktoré sú aj prokurátori, aj vyšetrovatelia, aj sudcovia, aj kati v jednom - je naozaj už dosť. Pritom kradne každý, kto obchádza pravidlá, normy a najmä morálku a etiku.

No, na dnes končím, ide dopravný servis... Aby som vedel, kde chvíľku musím a kde inak potom nemusím. A kde môžem, keď sa MNE zachce.

Viem, vedomosti bo-lia, ale, prosím, snažme sa aspoň trochu vedieť a vidieť.

S pozdravom

» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor



Hybrav a.s., hydinárska farma Bodok
951 04 Veľký Lapáš, tel.: 0902 956 500

odpredá dňa 31. 7. 2020 tj. v piatok
v čase od 7:00 do 12:00 hod.

živé brojlerové kurčatá
Cena **1,33€** vrátane DPH.
Pri odbere nad 100 ks je cena za 1 kg/1,28 Eur vrátane DPH



LETNÁ AKCIA

KVALITNÉ BUKOVÉ BRIKETY
189 € / 960 kg

KVALITNÉ SMREKOVÉ BRIKETY
179 € / 960kg

KVALITNÉ VALCOVÉ BRIKETY
199 € / tona

KVALITNÉ SMREKOVÉ PELETKY A1
245 € / tona

DOVOZ k vám ZDARMA

0918 348 999 • info@ekomall.sk • www.ekomall.sk

25. júla 1897

spisovateľ **Jack London** odplával na Klondike, aby sa pripojil k Zlatej horúčke; tam napísal svoje prvé úspešné príbehy.

Výročia a udalosti

UŽITOČNÉ KONTAKTY www.mojinzerat.sk

STAVBA RODINNÝCH DOMOV
Staviame rodinné domy
v cene bytu od 75.000€.

0904 569 006
silvia.terray@gmail.com

www.mojinzerat.sk INZERÁT TU UŽ OD 5 EUR

MEDICENTRUM PIEŠTANY, s.r.o., Pod Párovcami 5190/3C, Piešťany
PLASTICKÁ a ESTETICKÁ CHIRURGIA

MUDr. Juraj PALIATKA operácie viečok, ušnic, prsníkov, nosa, znamienok, liposukcie a iné
KONZULTÁCIA ZDARMA 0917 453 617, 033 77 35091
www.klinika.sk • medicentrum@klinika.sk

IZOLÁCIE PLOCHÝCH STRIECH
Obhliadka zdarma
0904 005 299

Zateká Vám strecha?
Spôľahnite 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

KANÁL SERVIS
RÝCHLO | ČISTO | SPOLAHLIVO | NONSTOP
KRTKOVANIE
ČISTENIE KANALIZÁCIÍ
BEZVÝKOPOVÉ OPRAVY
MONITORING KAMEROU
rýchly zásah
za najlepšie ceny
DOPRAVA ZDARMA
0907 652 710
www.kanalservis.sk

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA
0905 719 135

MIMORIADNA ZĽAVA !!!
Cena: **450 € - 750 €**
Masérská škola REMINY
začiatok kurzu 20.09.2020
miesto: Turčianske Teplice (učebňa masérkej školy REMINY)
0904 561 900
0917 128 155
www.reminy.sk
eva@reminy.sk

Sprostredkovanie **opatrovateľskej práce v Rakúsku** už 15 rokov

Ak máte záujem o dlhodobú spoluprácu a finančnú istotu, kontaktujte nás
www.hilfe-in-wuerde.at
office@hilfe-in-wuerde.at
0908 868 643 | +43 699 190 48 723 | +43 7672 722 51 12

Súkromná firma z Bánoviec nad Bebravou hľadá Zámočníka - oprava strojov - dôchodcu na VPP
Tel.: 0949 720 551

Že by sa samosprávy dočkali?

Predstavitelia ministerstva financií sa nedávno zúčastnili na mimoriadnom predsedníctve Únie miest Slovenska, ktoré sa konalo v Bratislave. Hlavnou témou rokovania bola aktuálna situácia v súvislosti negatívnym dopadom koronakrízy na príjem samospráv.

Predstavitelia Únie miest Slovenska dostali od ministra financií Eduarda Hegera prísľub, že štát urobí všetko preto aby samosprávam pomohol vykryť tohtoročný výpadok podielových daní. Predbežná dohoda, o ktorej ešte bude rezort financií so samosprávami rokovať, hovorí o tom, že štát poskytne samosprávam pôžičky vo výške aké potrebujú, aby mali taký objem peňazí s ktorým rátať pred koronakrízou. Samosprávy by mali mať navyše odložené splácanie pôžičiek o približne 4 roky.

„Ministerstvo financií si uvedomuje vážnosť situácie v súvislosti s financovaním miest a obcí. Štát nemôže z vrečka vytiahnuť stovky miliónov eur a darovať ich mestám a obciam. Bolo by to nerozumné a nezodpovedné zo strany vlády. Aj samosprávy si musia uvedomiť, že bremeno, ktoré nám zanecháva koronakríza je na pleciach nás všetkých a zodpovednosť voči obyvateľom musia

prevziať aj samosprávy. Model ktorý sme predstavili je zodpovedný. Samosprávy získajú zdroje, no na druhej strane budú nútené zamyslieť sa nad tým, aké projekty z nich budú financovať. Neznamená to, že v obciach sa teraz zastaví život a rozvoj. Práve naopak. Veríme, že aj tento krok donúti zmeniť skostnatený systém a aj samosprávy naskočia na trend, ktorý je našou prioritou. Správať sa zodpovedne k peniazom občanov a za každých okolností uplatňovať hodnotu za peniaze aj na regionálnej úrovni,“ povedal minister financií Eduard Heger.

Minister financií, ale aj predstavitelia miest zároveň potvrdili svoj záujem na celkovej reforme financovania samospráv. Tie sú totiž v súčasnosti odkázané na výnose z dane z príjmov fyzických osôb, ktorej výber práve v krízových časoch, ako je tento, výrazne klesá a tým výrazne zasahuje aj rozpočty samospráv.



» red

ODKÚPIM
Družstevné
podielnícke listy
PD Tribeč
Nitrianska Streda
tel. č.: 0940 129 854
poda.streda@gmail.com

PLOCHÉ STRECHY
- izolácie, zateplenia
- bezplatná cen.ponuka
- realizácia do 7 dní
0904 644 980

INZERCIA
0905 719 135

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

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

AKCIA OSB dosky
sadrokarton, minerálna vlna
zateplovací systém, polystyrén
0918 472 192
veľkoobchod + maloobchod Bošany
Garancia najnižšej ceny na Slovensku

OBKLADY, DLAŽBY, KÚPEĽNE

HAYDEN STAVEBNINY
0907 750 282

LEXAN BALKÓNY
• balkónové striešky
• zastrešenie terás
• zimné záhrady
• kompletná rekonštrukcia (dlažba, stierka, zateplenie...)
• hliníkové zasklenie
• úprava zábradlia
0908 427 957
... výhodná spolupráca pri rekonštrukcii bytových domov ...
josef.jm@gmail.com

ZENIT
POLYKARBONÁTOVÉ DOSKY
Zľava až do výšky -30% na vybrané komôrkové dosky hrúbky 10mm
Od 8,68 €/m² s DPH
Viac informácií na:
eshop.zenitsk.sk/akcia KOŠ: +421 46 5430 771 KOŠICE: +421 55 6254 006

ZĽAVY AŽ -35%

ZEMNÉ A VÝKOPOVÉ PRÁCE
dovoz-odvoz štrku, zeminy
0910 452 321
martin.matusik1993@gmail.com

MAJTE SLNKO POD KONTROLOU
ŽALÚZIE CIBULA
ŽALÚZIE, ROLETY | SIEŤKY PROTI HMYZU
MARKÍZY, PERGOLY | GARÁŽOVÉ BRÁNY
WWW.ZALUZIE-CIBULA.SK
038 7401 460

Výškové práce - prenájom plošiny
- striekanie a maľovanie fasád domov
- oprava a čistenie komínov
- čistenie fasád a striech
- klampiarske práce
- orezávanie stromov
- dosah plošiny 19 m
kontakt: 0950 600 560, email: jozefsivon@centrum.sk

Hirjak hardwood s.r.o. prijme
PRACOVNÍKA V DREVOPRÁCE
Miesto výkonu práce: Hirjak - Hardwood, Bošany
Druh pracovného pomeru: pracovná zmluva
Požiadavky na zamestnanca: zodpovednosť, manuálna zručnosť, precíznosť
Mzda: 4,30 €/hodina brutto
V prípade záujmu o túto pozíciu pošlite svoj životopis na lh@hardwood.sk alebo nás kontaktujte na tel. čísle 038 54 26 017

PLOCHÉ STRECHY
- izolácie plochých striech
- zateplenia plochých striech
- kaučukové pásy, PVC fólie
- odborné poradenstvo a cenová ponuka na mieste
ZDARMA
0905/66 22 29

Stovky spokojných zákazníkov za 7 rokov poctivej práce, pridajte sa k nim aj Vy.
ČISTENIE HROBOV
Jednohrob 80€ 50€ Dvojhrob 140€ 80€
Ochranný náter **ZDARMA**
Obnova písma 1,2€ 0,80€/znak
Výmena svietnikov a váz. Doprava **ZDARMA**
Ceny platné pri objednaní do 31.7.
0940 653 651 0919 205 521
Ing. Miroslav Greisiger
www.cisteniehrobu.sk



OD PONDELKA 27.7.
u nás si nemusíte
vyberať medzi
**ČERSTVOŠŤOU,
KVALITOU A CENOU**



Vypestované
na Slovensku



Hrozno biele
stolové

kg

-54%

~~3.29~~

1.49



Supercena

600 g balenie

1.19
• (1 kg = 1.98)



Vypestované
na Slovensku

5 kg balenie

-43%

~~3.69~~

2.09
• (1 kg = 0.42)

Konzumné
zemiaky skoré
• varný typ B - prílohové



Gambrinus
• svetlé pivo

0,55 l

-36%

~~0.69~~

0.44
• (1 l = 0.80)



Vyrobené
na Slovensku

-48%

~~1.25~~

0.65
• (1 l = 0.33)

Kofola



Vyrobené
na Slovensku

Minerálna
voda
• jemne perlivá/
perlivá

2 l

-30%

~~0.42~~

0.29
• (1 l = 0.15)

8 x 0,5 l



Supercena

4 l

4.99
• (1 l = 1.25)

Svijanský Máz
• svetlý ležiak
• záloha 1,04 €

*Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania cien dňa 14. 7. 2020.

... a mnoho ďalších výrobkov na www.lidl.sk

Ponuka tovaru platí od 27. 7. do 2. 8. 2020 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný len v obvyklom množstve.



Odchované
a spracované
na Slovensku



Mleté bravčové
mäso

500 g balenie

-40%

~~2.99~~
1.79
• (1 kg = 3,58)

Vyrobené
na Slovensku



100 g

-40%

~~0.99~~
0.59

OD PONDELKA
27. JÚLA

Tavený syr
• čievko



235 g

Medové guľôčky

- rôzne druhy
- v ponuke aj Medové guľôčky bezlepkové 235 g za 4,99 €

-30%

~~5.29*~~
3.69
• (100 g = 1,57)



Kuracie stehná horné
alebo dolné

cena za 1 kg

-26%

~~2.69~~
1.99



8/16 kusov

-35%

~~5.69*~~
3.69
(1 kus = 0,46/0,23)

Tassimo
Jacobs

- rôzne druhy



Losos

- fileta s kožou vcelku

cena za 100g

-40%

~~1.99~~
1.19

Slniečnicový
olej



1 l

-33%

~~1.79*~~
1.19

*Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania cien dňa 14. 7. 2020.

Ponuka tovaru platí od 27. 7. do 2. 8. 2020 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný len v obvyklom množstve.

... a mnoho ďalších výrobkov na www.lidl.sk



Občianska
riadková
inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

»ČZ-JAWA Odkúpim Motocykel/Diely- SERIÓZNA DOHODA 0908205521

03 BYTY / predaj

04 BYTY / prenájom

05 DOMY / predaj

»Predám bungalov v Neďašovciach. Cena 93000€ vrátane pozemku. Tel. : 0904569006

06 POZEMKY / predaj

07 REALITY / iné

08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie, 0908 532 682.
»Kúpim lešeniarske trubky. tel: 0911113727

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

»Kúpim akordeón, heligónku, husle. 0915876860

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

»Kúpim staré hodinky Prim a iné mechanické náramkové hodinky. Tel. 0905/767 777

Chcete si
podať
inzerát?

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

Príklad:
RP TO 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. **Upozornenie! Služba nefunguje u operátora 4ka.**
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, TO zameňte za skratku novin, ktorú nájdete na zadnej strane vľavo dolu. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

Pribrali sme a riadne

Je leto a snažíte sa v plavkách vyzerat' aspoň ako tak k svetu? Lahké to nebude. Vďaka pandémie sme vraj v priemere na hmotnosti pribrali všetci dva kilogramy.

Prišli s tým rakúski odborníci na výživu. Dva kilogramy plus je však len priemer, takže u niektorých to už môže znamenať vážny problém. Ako vždy, každý prírastok na hmotnosti znamenal mnohé vynálezy, ako sa zas vrátiť do normálu, len nech to nepotrebuje veľa námahy.

Iní vedci - z Kanady a z Peru nedávno poukázali na diétny boom, ktorý mal svoj vrchol vo Francúzsku v 18. storočí. Archívne sa zachoval prípad istej mademoiselle Lapaneterie - dievčaťa z dobrej rodiny a slečny veru mohutnej postavy. Táto jemná bytôstka sa často trápila tým, že jej pleť má príliš červené podfarbenie. Obávala sa, práve tak, ako jej príbuzní, že ju budú považovať za alkoholika, čo samo o sebe je už vo Francúzsku mierne výnimočné. Víno a destilát je tam totiž súčasťou bežného stolovania aj v tých najslušnejších rodinách. Slečna si teda nechala poradiť od istej "babonárky". (Babona je viera, že niektoré javy a udalosti sú prejavom nadprirodzených síl alebo znamením budúcnosti, predsudok, zžitý názor bez rozumového zdôvodnenia.) Na základe rady tejto ženy vypila každý deň malý pohárik octu - a prišiel predpo-

kladaný úspech. Mademoiselle Lapaneterie schudla, jej pleť bola bledšia. Po mesiaci však prišiel šok. Mladá žena zomrela.

Boj proti zbytočným kilogramom zúri už celé stáročia. Je známa reklama na dietetický výrobok z roku 1895 - na priloženom obrázku. Inak, vo Francúzsku ešte aj v minulom storočí pretrvávala fáma, že octový liek môže spôsobiť chudnutie. Dodnes sa zachovalo nedokázané tvrdenie, že ocot môže prispieť k štihlej postave. Rôzne hollywoodske krásky ešte stále v takejto viere konzumujú zmes jablčného muštu a octu.

Vládca Dionýzios zo Syrakúz (narodený okolo roku 360 pred Kristom) bol legendárny žrút a teda aj veľkolepo tučný. Svoju morbidnu tlstotu však vyriešil tak, že schoval svoje telo do veže veľkosti človeka, z ktorej mu vykukovala iba hlava. Na leto a pláž je to veľmi nepraktické, to verte!



» red

Keď sa povie mydlo

To najobvyčajnejšie, najnevyhnutnejšie, každodenné mydlo. Mydlo a mydlenie sa. To je základ hygieny súčasného civilizovaného tvora z rodu homo sapiens.

V prípade mydla viaceré dochované legendy ako o mieste jeho zrodu hovoria o úpätí hory Sapo a čase asi tisíc rokov pred našim letopočtom. Viaceré zhody poukazujú na istý vrch neďaleko Ríma. K Sapo ľudia nosili obetné dary pre uctievané božstvá. Tuk obetovaných zvierat kvapkal do rozpáleného ohňa a miešal sa s popolom. Táto zmes sa premiešala s pôdou a časom presiakla do blízkeho potoka, kam ženy chodili prať šatstvo. Všimli si, že šaty majú bez veľkej námahy krásne vypraté. Aj to je však nateraz iba jedna z legiend.

"Sapo" sa však stalo základom slova mydlo v najrôznejších jazykoch sveta a je ním dodnes.

Avšak, ako vždy, aj v prípade mydla boli zrejme prví Sumeri. Ich prapôvodná zmes čohosi, čo by sme dnes nazvali modlovou, sa začala používať medzi riekami Eufrat a Tigris asi v čase 2500 rokov p.n.l. Na Summerských doskách archeológovia objavili vyryté pokyny na výrobu základnej mydlovej zmesi. V recepte odporúčajú zmiešať vodu s popolom rastlín a vyvariť spolu s lojom. Táto receptúra prechádza neskôr kultúrami Babylončanov, Egypťanov, Feničanov, Grékov, Rimanov.... Prvé

známky vedomého mydlárskeho remesla v Európe boli objavené v starovekom Ríme, kde v ruinách Pompejí odkryli mydláreň so zásobami hotových mydiel. Avšak Rimania používali mydlo len na pranie alebo čistenie nástrojov.

Naopak, takí starovekí Egypťania sa pravidelne kúpali. Ebersov papyrus, lekársky dokument z obdobia okolo roku 1550 pred n. l., popisuje miešanie rastlinných a živočíšnych olejov s alkalickými soľami na vytvorenie mydlového materiálu používaného na liečenie kožných ochorení, ako aj na umývanie. Niekedy v tých časoch vraj dal Mojžiš Izraelitom detailné zákony nariaďujúce osobnú čistotu. Tiež poukázal na súvislosť hygieny so zdravím a náboženskou očistou.

Nuž, mydlo naše každodenné, buď pochválené!



» red

NDF spol. s r.o. Trenčianska Teplá prijme väčší počet
VODIČOV na ZVOZ CUKROVEJ REPY
Obdobie september 2020 - január 2021 s možnosťou pokračovania v PP.
Mesačný plat 1000-1700 €. Bezplatné ubytovanie.
Dochádzkový bonus až do výšky 200€.
Požiadavky: VP sk. C+E, KKV, TK, lek. prehl., psych. vyšetrenie vodiča.
Prax s vyklápacím návesom výhodou.
Info: 0902 924 400, praca@ndf.sk

28. júla 1976

Výročia a udalosti

udiala sa najväčšia letecká havária československých aerolinií – lietadlo Il-18 na linke Praha – Bratislava po poruche dvoch motorov a nedokončenom pokuse o pristátie spadlo do jazera Zlaté piesky v Bratislave; zahynulo 76 ľudí a 3 ľudia prežili.

S							
U	8		1			2	5
D				7	4	5	
O					1		
K				2		4	8
U	1		7		5	3	4
		4	5	1	8		9

S		1					
U				4	5		3
D	6		2	9			
O					3	6	9
K				6	8		9
U	8		6	2		9	4
				3		8	6

S	4		7		1		
U		6			4		7
D			2	9		8	
O		8			2		5
K	1			4			6
U		9	4		7	1	
	6				8		

Dna a iné prejavy zvýšenej hladiny kyseliny močovej

Ak trpíte na zvýšenú hladinu kyseliny močovej alebo máte aj prejavy dny, mali by ste zmeniť spôsob stravovania.

Ak vo svojej strave konzumujete príliš veľa purínov alebo ak sa vaše telo nedokáže dostatočne rýchlo zbaviť tohto vedľajšieho produktu, môže sa v krvi nahromadiť kyselina močová. Základom každej liečby zvýšenej hladiny kyseliny močovej alebo dny je nízkopurínová strava – diéta s obmedzením purínov.

Pri dne sú absolútne nevhodné potraviny s vysokým obsahom purínov:

- vnútornosti - pečeň, obličky, brzlík, srdce, mozoček, pľúca
- mäsové vývary, silné mäsové polievky a vývary
- divina,
- údené výrobky
- sardinky, šproty
- hotové koreniate zmesi, sójové omáčky a bujóny
- alkohol, - hlavne pivo a ťažké vína

Potraviny, ktoré treba obmedziť:

- Červené mäsa – hovädzie, jahnňacie, bravčové
- strukoviny - hrach, fazuľa, šošovica,
- špenát, karfiol, cvikla
- tuky, maslo, oleje,
- plesnivé sýry.
- káva, čaj, kakao
- víno

Vhodné potraviny:

- zelenina (okrem tých, ktoré treba obme-

dzíť), ovocie,

- mlieko, mliečne výrobky, sýry,
- vajička,
- obilniny, zemiaky, ryža,
- dostatok tekutín

Rada: Ľudia so zvýšenou hladinou kyseliny močovej alebo s prejavmi dny kedykoľvek v anamnéze, by mali častejšie konzumovať bezmäsité jedlá ako hlavný pokrm, z mäsa uprednostniť chudé biele druhy. Vegetariáni trpia na zvýšenú hladinu kyseliny močovej iba zriedka.

Kryštáliky kyseliny močovej opísal už v roku 1679 Antonie van Leeuwenhoek, označovaný za otca mikrobiológie. Ochorením trpel Karel IV, Newton, Richelieu, Luther, Kalvin, Goethe, Rubens, Michelangelo a mnohí iní. Je predpoklad, že výskyt zvýšenej kyseliny močovej a aj dny bude stúpať, minimálne preto, lebo sa za posledných 100 rokov jej hladina v krvi u mnohých zvýšila dvojnásobne. Aj práve preto je dôležité preventívnymi opatreniami, ktoré sú vysoko účinné, zabrániť, aby jej zvýšená hladina spôsobila komplikácie kdekoľvek v organizme.

Vhodné sú všetky rekreačné športy, chôdza, plávanie, bicyklovanie a dosiahnutie normálnej hmotnosti.

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



fixneprotezy.sk

SEBAVEDOMÝ ÚSMEV V KAŽDOM VEKU

Objavte opäť radosti každodenného života s fixnými protézami

Antolská 4
851 07 Bratislava

0904 492 725

www.fixneprotezy.sk

NOVOOPTIK a.s. - optika za ceny, ktoré si môžete dovoliť

NOVOOTVORENÁ OPTIKA V TOPOLČANOKH oproti Mestskej polícii

• 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
- Slnéčné dioptrické sklá 24 € pár
- Detské okuliare od 20 €
- Slnéčné okuliare zľava 20 až 30%



**V ponuke viac ako 1 500 rámov
v cene od 20 € do 120 €.**

📍 **Cyrila a Metoda 5
TOPOLČANY**

OTVÁRACIE HODINY

Pondelok - Piatok:

9:00 - 17:00

Sobota: 9:00 - 12:00

Otvorené aj v sobotu!



Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



Kúpim jelenie, srnčie, danielie zhody a trofeje.

VÝKUP VOJENSKÝCH VECÍ - MILITÁRIÍ

tel. 0904 474 597

Prijmeme nových zamestnancov do ČR na pozíciu

OPERÁTOR VÝROBY a OBSLUHA VZV.

Výhodné platobné podmienky, dlhodobá práca, týždenné zálohy, výplaty načas, ubytovanie zabezpečené.

Viac info na bezplatnej linke
0800 500 091.



„Trápia Vás dlhy?“

MÁME PRE VÁS RIEŠENIE...

- **ČO VÁM PONÚKAME?** Vieme Vám ponúknuť skutočnú, overenú, bezpečnú a rýchlu pomoc.
- **ČÍSLA HOVORIA ZA NÁS:** Za 8 rokov sme pomohli **6 608 klientom** zbaviť sa dlhov vo výške **178 173 779,- €.**
- **AKO SA S NAMI SPOJÍTE?:** Zavolajte nám na bezplatnú linku **0800 221 331** alebo napíšte na **www.bonato.sk** v časti „Dohodnúť si schôdzku“



BONATO
...SYMBOL POMOCI

ZÍSKAJTE POKOJNÝ A KLUDNÝ ŽIVOT

Spoločnosť NKK - BAU s.r.o. ponúka prácu na pozíciu

MONTÉR / ZÁMOČNÍK ZVÁRAČ CO2

na rôznych projektoch v Nemecku

Požadujeme:

- prax v odbore minimálne 2 roky
- Vodičský preukaz sk "B"
- vlastné auto výhodou
- výhodou základná znalosť NJ / AJ

Ponúkame:

- stabilnú a dlhodobú prácu na HPP
- 4-týždňové turnusy
- cesta a ubytovanie hradené
- možnosť záloh po 1. týždni
- pracovný odev

Mzda: od 2000 €

V prípade záujmu nás môžete kontaktovať od 08:00 do 16:00 na tel. čísla: **0948 632 588, 0901 712 616** alebo e-mailom na **praca@nkk-bau.com**

NOVÉ PRACOVNÉ MIESTA!!!

- prijmeme (mužov, ženy, páry)
PRACOVNÍKOV DO VÝROBY

- práca na montážnych linkách do zvarovne, lisovne, lakovne, kontroly, logistiky
- základná mzda **27.000 Kč + odmeny, bonusy a príplatky až do výšky 10.000 Kč mesačne**
- práca na českú pracovnú zmluvu

Miesto práce: Kolín, ČR.

DOPRAVA ZDARMA, UBYTOVANIE DOTOVANÉ.

Kontakt: 0918 493 960
Mail: mhruby.idelta@gmail.com

Tesár, Železiar, Murár a Elektrikár

pre dlhodobú prácu do Nemecka aj cez zimu

11-16 € netto /hod.

- mesačne cca 200-220h
- 4 týždenné turnusy
- ubytovanie a doprava hradené firmou
- týždenné zálohy 100€
- výplaty načas

0904 516 707
praca@granila.eu

Predám Dvojgeneračný rožný RD
v tichej časti obci Žabokreky/Nitrou
okres Partizánske



Kompletná rekonštrukcia v roku 2011.
Všetky inžinierske siete kanalizácia, voda, plyn, elektrina.
Zastavaná plocha, nádvorie 421m². LV256 parcela 802.

Cena dohodou.

Tel.: 0907 550 994

www.TonerPartner.sk

ZĽAVA
10%

na kompatibilné náplne

ZĽAVA
3%

na originálne náplne

Ako získate zľavu?

Pri objednávke v e-shope **www.tonerpartner.sk** zadajte v nákupnom košíku zľavový kód **TOPOLCIANSKO** a získate zľavu 10% na kompatibilné náplne a 3% na originálne náplne.



BALKÓNY • ZIMNÉ ZÁHRADY • TERASY

zasklievanie terás



splátky od 98 €

zimné záhrady



splátky od 149 €

Zľavy platia do 31. 7. 2020



VYUŽITE ŠPECIÁLNE ZĽAVY AŽ DO 35%

VYHRAJTE 400 €

0948 787 777 | www.balkona.eu Ku každej objednávke darček | Možnosť splátok s 0% úrokom **BALKONA**