

ŽILINSKO BYTČIANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 52 120 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

PRENÁJOM KONTAJNEROV

stavebný alebo
objemový odpad

www.kontajneryzilina.sk 0903 431 746

ZBERŇA SUROVÍN Teplička nad Váhom

Využite výhodné výkupné ceny

Med' 5,70 až 6,40 EUR/kg

Železo 0,26 až 0,31 EUR/kg

Mosadz 3,10 až 3,90 EUR/kg

info: www.zbernezilina.sk, 0902 916 093

Otváracie hodiny: po – pia 8.00–17.00, so 8.00–12.00

OTVORENÉ
až do
17.00 hod.

VSTAVANÉ SKRINE

SUPER KVALITA • ABS HRANY • HLINÍKOVÉ KOVANIE

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

AKCIA: zameranie, dovoz, montáž V CENE

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

recruitment@hyundai-transys.sk

0948/259 305

Bratislavská cesta 119

010 01 Žilina

Nástupná mzda 895 €

+ variabilná zložka mzdy
do 150 € / mesiac

- Príplatok za nočnú prácu 1,90 €/hod., sobota s 50% zvýhodnením, nedeľa / sviatok so 100 % zvýhodnením
- Zimný a letný bonus vo výške 55% základnej mzdy, ročný výrobný bonus 500€
- Letné darčekové poukážky 50€, vianočné poukážky 100€
- Bonus "Zamestnanec mesiaca" v hodnote 50€
- Príspevok na dopravu 15 €/mesiac
- Stravné lístky v hodnote 3,83€ + bufet
- Narodeninové poukážky v hodnote 25€
- Príspevok do 3. piliera
- Príspevok na rekreáciu na Slovensku
- Zdarma doprava na všetky zmeny z autobusovej stanice Žilina do závodu a naspäť
- Spoločné večere, teambuildingy, spoločen. podujatia
- Množstvo príspevkov zo sociálneho fondu, príležitostné darčeky
- Zľavy u vybraných obchod. partnerov v Žiline a okolí (reštaurácie, obchody, wellness, športoviská)
- Prijemné, nové a čisté pracovné prostredie v modernom závode

Práca v automobilovom priemysle
Operátor výroby
Kmeňové zamestnanie v centre Žiliny

PALIVOVÉ DREVO UKLADANÉ

mäkká metrovica - 25 €/pru

klátiky štiepané - 34 €/pru

tvrdá metrovica - 35 €/pru

klátiky štiepané - 44 €/pru

DOVOZ ZABEZPEČÍME

0911 090 185

0905 193 790

SŤAHOVANIE

BYTY • KANCELÁRIE
TREZORY • KLAVÍRE041- 565 0330
0902 902 482

NÁKLADNÁ DOPRAVA

HĽADÁM VODIČA VP C

- aj brigádne

0911 849 167

SŤAHOVANIE

0911 319 509
0918 799 309www.stahovanievasnou.sk
BYTY, KLAVÍRE, KANCELÁRIE, TREZORY, DOPRAVA

PONÚKAM ŠETRITÉ ČISTENIE HROBOV

2-hrob 60€

0903 977 736

Chcete **investovať bez rizika?**

PONÚKAM 8% ROČNÝ ÚROK

s ručením bytom.

0919 175 335



Pozývame vás na

SLÁVNOSTNÉ
OTVORENIEŠPORTOVO
RELAXAČNÉ
CENTRUMKragujevská 385/1, Žilina
(budova tlačiarne PRINTIO)

Kontakt:

Ján Hodoň 0910 715 111
info@janhodon.skSlávnostne otvára Ján Hodoň
- účastník EXTRÉMNE PREMENY

09.09.2021 o 18:00 vstup voľný

Krstný otec: Maroš Molnár

JÁN HODOŇ
PREMENA

CENTRUM ZDRAVIA

VODA
PLYN
KÚRENIE
KANALIZÁCIA
POŽIARNY VODOVOD
0904 021 994DREVENÉ BRIKETY
1t-190 €Teplička n/Váh.,
Sklad: Za kaštieľom 482
www.najlacnejšiebrikety.skOtvorené: 17:00-19:00
0911 697 417, 0903 014 011

POTREBUJETE REKLAMU

DO NOVÍN ŽILINSKO BYTČIANSKO,
ALEBO DO INÝCH REGIÓNŮV
NA SLOVENSKU?LETÁKY, VIZITKY ALEBO
ONLINE PROPAGÁCIU?

+421 905 362 803

BM KOMÍNY

KOMINÁR

FRÉZOVANIE
A VLOŽKOVANIE
KOMÍNOVčistenie
komínov a
spotrebičov

ZAREZERVUJTE SI OBHLIADKU ZDARMA!

0911 315 249 • www.bmkominy.sk

ŽILINSKO BYTČIANSKO

Redakcia: Vysokoškolačkov 6
ŽILINA
zilinsko@regionpress.sk

REGIONPRESS

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

INZERCIA

Mgr. Dana Mirázková 0908 979 468
Veronika Žideková 0905 362 803

www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk

Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (52 120 domácností)

pámy týždeň: Bánová, Brodno, Budatín, Bytča, Považský Chlmec, Trnové, Zádubnie, Zastranie, Závodie, Žilina, Belá, Bitarová, Dolný Hričov, Gbelany, Horný Hričov, Kotrčina Lúčka, Krasňany, Horný Hričov, Lietavská Lúčka, Nededza, Porúbka, Rosina, Stráža, Teplička nad Váhom, Terchová, Turie, Varín, Višňové, Hliník nad Váhom, Veľká Bytča, Hvozdnica, Kolárovice, Kotešová, Predmier, Štiavnik, Veľké Rovné

nepámy týždeň: Bánová, Brodno, Budatín, Bytča, Mojšová Lúčka, Považský Chlmec, Trnové, Zastranie, Závodie, Žilina, Žilinská Lehota, Belá, Bitarová, Kamenná Poruba, Kanská, Kotrčina Lúčka, Krasňany, Lietava, Lietavská Lúčka, Babkov, Lietavská Svinná, Mojš, Nededza, Nezbudská Lúčka, Ovdčiaro, Podhorie, Porúbka, Rajec, Rajecká Lesná, Poluvsie, Rajecké Teplice, Rosina, Stráňavy, Stráža, Strečno, Teplička nad Váhom, Terchová, Turie, Varín, Višňové

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

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

Západné Slovensko

BV	86.750	Bratislavsko Východ
BZ	87.350	Bratislavsko Západ
DS	33.080	Dunajskostredsko
GA	31.290	Galantsko+Šaliansko
HC	28.510	Hlohovecko+Seredsko
KM	16.370	Komárňansko
LV	31.310	Levicko
MA	27.450	Malacko
NR	54.930	Nitravsko
NZ	34.140	Novozámocko
PK	18.210	Pezinskó
PN	42.810	Piešťansko+NM+MY
SC	27.920	Senecsko
SE	34.570	Senicko+Skalicko
TO	40.560	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59.430	Trenčiansko+DCA+IL
TT	46.550	Tmavsko
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=OK+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	Žilinsko+BY

Východné Slovensko

BJ	33.870	Bardajovsko+SK+SP
GE	28.710	Gemercko = 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	48.090	Prešovsko+SB
SN	32.750	Spišsko+LE+GL

Nikdy nevieš dňa ani hodiny

V Biblii nájdeme poučný odkaz, že človek ani netuší, kedy sa priblíži jeho koniec. „Bedlite teda, lebo nevieť dňa ani hodiny“ - Evanjelium podľa Matúša.

O niekoľko dní si možno viacerí pripomenú smutné výročie zo 7. septembra 2011 – pri leteckom nešťastí zomrelo 26 hráčov a realizačný tím hokejového klubu Lokomotiv Jaroslavl, vrátane nášho Pavla Demitru. Nastupuje nejakú cestu, robíš si plány čo na nej a čo po nej a zrazu – tma. Nič. Koniec.

Moja stará mama, zbožná, hlboko veriaci žena, vždy svojším slovníkom nám všetkým okolo nej pripomínala: „Čo si človek predkladá, to si Pán Boh za ric odkladá“. Inak povedané, nerozťahujeme sa vo svojich nárokoch, potrebách, predstavách. Život je tu a teraz. My chceme mať moc a majetky o rok, o dva, po voľbách. Celý život našich politikov je podriadený iba tomuto „chceniu“. Väčšina z nich, tej, ktorá je pri moci a rozhoduje. Slušných a pokorných politikov vo výkonných funkciách máme pramálo. Takých, čo nemyslia iba na seba, na svoje ego, na stranu a jej peniaze. Lebo si takých nevolíme. Asi ich ani nechceme. Nepotrebuje. Ako to v praxi potom vyzerá, vidíme každý deň, každú hodinu.

Škoda reči, to sa u nás nezmení, kým sa nezmeníme my sami. Kým ne-

začneme žiť prítomnosťou, aj keď to akokoľvek divne znie. Ak sa nenaučíme žiť a dôstojne, tu a teraz, darmo sú nám sľuby o krásnej politickej a teda – vraj – našej budúcnosti zo strany egoistov. Ak sa raz naučíme vnímať, čo je slušné, dôstojné, ľudské, až potom príde aj tá správna politická voľba. Naša.

Zabúdame na to biblické - „nikdy nevieš... Mrháme s časom, ktorý je nám daný. Nevyužívame príležitosti, ktoré sú okolo nás, ale aj v nás, ľuďoch samotných. Naše bytie zabíjame a ak nie zabíjame, tak ubíjame nesvármí a nenávisťou, ktorú do nás zámerne zasievajú predstavitelia nespoločenskej politiky, aby sme si menej všimli ich podnikanie so štátom, so stranou, s mocou.

Nastupujeme do lietadla, v ktorom doslova chceme obletieť celý svet a ono pritom môže padnúť už na konci vzletovej dráhy.

Snívať je krásne a povznáša to. Ale žiť prítomnosťou je zas dôležité, nadovšetko dôležité. A snažiť sa z tej prítomnosti vytláčať všetko zlé, nepriateľné, neakceptovateľné a odsúdenia hodné. Ide predsa o nás, o náš život a nie o ich takzvané blaho a pokoj!

Všetko dobré do začínajúcej sa jesene

» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor

FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE ČISTENIE - KONTROLA

KOMÍNOV

+ REVÍZNA SPRÁVA
A CERTIFIKÁT V CENE

CENA
od 15 €/m

ZĽAVA
na materiál
30 %

oddechtovanie komínov

Top komín s.r.o.

0911 220 067

ČISTENIE FASÁD

- OD MACHOV, PLESNÍ A PRACHU
- ODSTRÁNENIE GRAFITOV
- APLIKÁCIA ANTIGRAFFITI NÁTERU

ZĽAVA
30 %

NA VŠETKO do konca septembra

TEL:
0902 621 669

OCHRANA ZADĹŽENÝCH pred
BANKAMI, SÚDMI aj DRAŽBAMI !
! Volajte na 0905 638 627 !

Predaj a montáž komínov

OravaKrb



najväčší výber

sporákov na drevo
za najlepšie ceny

Doprava až k vám domov

ceny
od 189€



Oravakrb - Žilina 0918 364 633

Matice slovenskej 3723, ŽILINA - Vlčince 3
www.oravakrb.sk

PALIVOVÉ DREVO

- v celých dĺžkach
- metrovica • polienka
- peleta

0948 141 080

Z trvalo udržateľného Slovenského lesa



LAMINÁTOVÉ PODLAHY • KOBERCE • VINYL • TAPET

DIEGO AKCIA ŠITIE ZÁVESOV A ZÁCLON

ZDARMA

ŽILINA, Bajzova 39/B
Tel.: +421 910 330 077 • www.diego-slovakia.sk

VŔTANIE
STUDNÍ

0908 943 835
0918 570 286

0904 766 280 NOVINKA - STRIEKANIE POLYUERY

STRIEKANIE PURIZOLÁCIE, HYDROIZOLÁCIE, POLYUERY



www.mkpur.sk

✓ stiech
✓ stien

✓ základov
✓ podláh

✓ bazénov
✓ ...

0907 240 268
STROJOVÉ ČISTENIE
HROBOV - ZÁMKOVEJ DLAŽBY
- PLOTOV

1-hrob-45€ 2-hrob-65€ impregnácia v cene
AKCIA

PRED

PO

pri objednaní min.
dvoch hrobov dodatočná
ZĽAVA 5%

PALIVOVÉ DREVO

AKCIA

ŠTIEPANÉ POLIENKA
33, 35, 40 cm

MÄKKÉ DREVO
od 30 €/prms³

TVRDÉ DREVO
od 42 €/prms³

*prms - priemerový meter vypäť

0917 249 284

ROZVOZ - 0,65 €/km
kontajnery 7,9,10 a 12 m³
www.pilavelkerovne.sk

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie **-20%**

- chemická injektáž **STOP VODA**

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

KAMENÁRSTVO

JANTÁR

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

0908 252 071
www.kamenarstvojantar.sk

Ku každej zakázke váza + svietnik ZDARMA

PLECHOVÉ STRECHY
montáž,
výmena rýn

Rekonštrukcie
a obnova
starších domov

Tel.: 0948 107 877

AUTODOPRAVA
S HYDRAULICKOU RUKOU

IVECO EUROTRAKKER 6X4, NOSNOSŤ 12 000 kg,
LOŽNÁ PLOCHA 6,3 X 2,5 m, RUKA DOSAH 9,8m, NA KONCI 1,5t
1 €/km, min. 20€, práca s rukou 25€/hod., alebo 3€/paleta

0948 153 799 www.drevoza.sk

PÍLA Bánová
Družstevná ul., Žilina, (vedľa družstva)

predaj hranolov dosiek
rezanie krovov na mieru

PALIVOVÉ DREVO:

klátiky štiepané - tvrdé drevo od 37 €/PRM
mäkké drevo od 19 €/PRM

Kontakt: 0911 124 308 ZABEZPEČENÁ DOPRAVA

VŔTANIE A ČISTENIE STUDNÍ

vŕtanie aj malou súpravou
budovanie Ø 160mm

0918 620 100

ŠUMNÁ STRECHA
-nátery striech
-nátery kostolov
-oprava komínov
MICHAL
0908 337 893

OBNOVA NÁPISOV
a DOSEKÁVANIE
DÁTUMOV na
POMNÍKOV
PRIAMO NA CINTORÍNE

čistenie dvojhrobu 100€
0944 229 001

drevené brikety
z tvrdého dreva
160 €/1 tona
t.č.: 0903 525 764

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

VŔTANIE STUDNÍ
0905 635 960 - 0948 333 073

0911 923 920

PREDAJ
LAMINÁTOVÝCH
PODLÁH
INTERIÉROVÝCH
DVERÍ

NAJ LEPŠIE CENY

www.nabytok-rajec.sk
jozefjakubsky@gmail.com



STOLIČKOVÉ VÝŤAHY
Stannah

Veľmi obľúbené

- Pre ŤŽP občanov možnosť vybaviť na zakúpenie stoličkového výťahu peňažný príspevok
- Vynikajúca kvalita prevedenia
- Funguje aj v prípade výpadku elektrického prúdu
- Inštalácia za 1 deň a bez potreby stavebných úprav
- Náš vlastný technický tím pre rýchly zákaznícky servis

Sme tu pre Vás po celom Slovensku

Volajte teraz pre bezplatnú a nezáväznú obhliadku

BEZPLATNÁ INFOLINKA 0800 162 162

auto brány

Garážové brány
Domové dvere
Interiérové dvere
Plotové pohony

HÖRMANN

0903 82 12 12 www.autobrany.sk

KOMPLETNÉ REKONŠTRUKCIE

- stavebné práce od A po Z **0948 055 722**
- prerábky bytov a bytových jadier
- elektro-vodo inštalačné práce
- výstavba domov na kľúč

REALITNÁ KANCELÁRIA **0903 709 059**
INTERIÉROVÉ ŠTÚDIO **0948 374 008**

www.easybyvanie.sk

ŽALÚZIE

- ISO design retiazka (celotieň)
cena: **11 €/m²**
- ISOLINE retiazka (jednotlivý nosník)
cena: **13,50 €/m²** ceny vrátane montáže
- ROLETKY: - DEŇ a NOC,
- PLISE - TEXTILNÉ - STREŠNÉ
- VERTIKÁL. ŽALÚZIE
- SIETKY pevné, navijacie - okenné - dverové

OPRAVY ŽALÚZIÍ
0903 525 784
vlado.michal72@gmail.com

ZATEPLOVANIE
OBKLADY, DLAŽBY,
OMIETKY, SADROKARTÓN,
REKONŠTRUKCIE
BYTOV/RD,
VODOINŠTALÁCIE

0911/17 18 16

BRIKETY EKOHRÁŠOK STANDARD A ULTRA
breza, buk, dub, smrek, rašelina, valce, RUF, piny kay

SUCHÉ PALIVOVÉ DREVO
PELETY A1, A1 HD+, A2
ŠKÁROVKA - STUPNICE - HRANOLY
dub, buk, jaseň (cinkované, priebežné)

0948 153 799 www.drevoza.sk

Občianska riadková inzerca

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

»Kúpim murovanú garáž. T.č.: 0905 505 129

»KÚPIM STARÉ MOTORKY DIE-
LY DOKLADY MOPEDY BABETU
0940100473

»Odkúpim Vaše auto aj v hor-
šom stave od r.v. 2004 aj bez
STK. 0910710273

03 BYTY / predaj

04 BYTY / prenájom

»Mladá rodina hľadá dlho-
dobé bývanie v Belej (1 po-
schodie v RD) 0915459817

05 DOMY / predaj

06 POZEMKY / predaj

07 REALITY / iné

08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie, 0908
532 682

09 DOMÁCNOST

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

»SYMPATICKÁ 55 R HĽADÁ
PRIATEĽA NA ZOZNÁMENIE
0944724181

**Chcete si
podať riadkový
inzerát?**

Pošlite SMS na číslo
8866 v tvare:
RPmedzera ZA medzera
Číslo rubriky/medzera Text
inzerátu

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

Spätnou SMS vám potvrdíme
prijatie inzerátu a jeho cenu,
ktorú vám vyúčtuje váš mo-
bilný operátor. Cena je **0,60 €**
s DPH za každých začatých 30
znakov textu vášho inzerátu
vrátane medzier. Nič iné neúč-
tujeme. **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 uverej-
niť v ľubovoľných iných našich
novinách, **ZA**meňte za skrat-
ku novín, ktorú nájdete na dru-
hej strane vľavo dole. Službu
PlatbaMobilom.sk technicky
zabezpečuje ELET, s.r.o.

Nezabúdajte dať deťom desiatu

Škola už sa rozbieha naplno, vaše
dieťa v akomkoľvek školopovin-
nom, ale aj stredoškolskom veku je
potrebné denne vybaviť desiataou.
Pripomínajú to odborníci.

Desiata je dôležitá súčasť stravo-
vacieho režimu dieťaťa. Má tvoriť asi
15 percent z denného príjmu energie.
V súvislosti so začiatkom školského
roka to uviedla vedúca sekcie ochrany
a podpory zdravia a špecializovaných
činností Úradu verejného zdravotníct-
va Jana Hamade.

„Kvalitná desiata pre školáka má
obsahovať celozrnné pečivo, nátierku,
prípadne syr, porciu ovocia, zeleniny a
kvalitný nápoj. Pre detský organizmus
vo vývoji je veľmi dôležitý dostatok
vápnika, preto by mali byť súčasťou
desiaty mlieko, najmä probiotické a
acidofilné výrobky, jogurty a syry,“
informovala Jana Hamade. Ak dieťa
trpí intoleranciou laktózy, prípadne
mliečnej bielkoviny, podľa Hamade sa
majú rodičia poradiť s lekárom o potr-
vinách, ktoré sú pre dieťa vhodné.

Z ovocia a zeleniny je podstatné
striedať druhy, ktoré má dieťa rado. Od-
borníčka upozorňuje na to, že sa nemá
zabúdať na nápoj pre školáka. Podľa
Hamade je najzdravšia čistá voda.
„Striadajte ju s nesladeným čajom, do-
mácim sirupom, čerstvými šťavami,
alebo nesýtenou minerálnou vodou.
Nevhodné sú energetické a rôzne sla-

dené nápoje,“ priblížila Hamade.

Deti podľa odborníčky potrebujú
aj rýchle kalórie, sladkosti deťom nie
je potrebné úplne zakazovať, no upred-
nostniť by sa mali kvalitné výrobky,
napríklad cereálne keksíky, sušené
ovocie či tyčinky s vyšším obsahom
kakaa. Dôležité je, aby si dieťa osvojilo
správne stravovacie návyky, tvrdí Jana
Hamade. Ich súčasťou je i dodržiavanie
približne rovnakých časových interva-
lov na jedlo.

Mimochodom, vedeli ste, že prí-
jem tekutín môže ovplyvniť prospech
vašej ratolesti? Mozog tvorí až z 85 per-
cent voda. Schopnosť sústrediť sa, tvo-
rivo premýšľať a rýchlo riešiť problémy
tak vo veľkej miere závisí od toho, či má
hlava malého študenta k dispozícii do-
statok tekutého „paliva“. Tak neyabú-
dajte ani na jeho „pitný režim“.



» Zdroj: ÚVZ

BJORN

Kuchyne NA MIERU

ZA GENU AKO Z POĽSKA

0902 828 109 | ul. Robotnícka 18 A, MT
(bývalý hutnícky závod)

ČISTENIE HROBOV DOSEKÁVANIE PÍSM

Čistenie: Jednôhrob **80€ 50€** Dvojôhrob **140€ 70€**
Impregnácia, obhliadka a doprava je **ZDARMA**
Dosekávanie písma priamo na cintoríne:
Do 10 znakov **80€**, 11-30 znakov **7€/znak**,
30 a viac znakov **6€/znak** (dohoda)
Obnova písma: **1,3€ 0,80€/znak**

**Do Dušičiek
stíhame!!**

Pri objednaní pomníka alebo krycej dosky máte
ČISTENIE A IMPREGNÁCIU HROBU ZDARMA!!

S nami vždy viete aká je cena,
ceny sú konečné bez skrytých poplatkov!

**POMNÍKY, TABUĽKY S MENAMI, KRYCIE DOSKY,
FOTOGRAFIE, VÁZY A SVIETNIKY**

Ing. Miroslav Greisiger www.cisteniehrobu.sk
0940 653 651, 0919 205 521

AKCIA!! Ceny platné pri objednaní do 30.9!
SME TU PRE VÁS UŽ OD ROKU 2014 A MÁME
ZA SEBOU VIAC AKO 9 000 SPOKOJNÝCH
ZÁKAZNÍKOV, STAŇTE SA ĎALŠÍM Z NICH.

Milwaukee Nothing but **HEAVY DUTY.** **SLOVAK HOLDING**

MILWAUKEE® TOUR

V NOVO OTVORENEJ PREDAJNI V ŽILINE

so žrebovaním o super ceny!

17. 9. 2021
OTVÁRACIE HODINY 10⁰⁰ - 15⁰⁰
KAMENNÁ 8330/16B • 010 01 ŽILINA

**Vyhrajte Milwaukee
akumulátorový skrutkovač**
M18 FDD2 502 X4933464267 v cene 550€
Podmienka: do súťaže je zaradený každý
nákup nad 500€ s DPH

Hlavná cena

Špeciálna ponuka
DOSTUPNÁ IBA POČAS
TRVANIA AKCIE!

Prezentácia
NÁRADIA
MILWAUKEE®

Profesionálne
PORADENSTVO OD
SPECIALISTOV Z TÍMU
MILWAUKEE®

PRE BLIŽŠIE INFORMÁCIE O UDALOSTI KONTAKTUJTE
JURAJ PEČARKA
+421 910 193 232 • JURAJ.PECARKA@SLOVAKHOLDING.SK

**FRÉZOVANIE
VLOŽKOVANIE**

**REKONŠTRUKCIA
KOMÍNOV**

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
**ZĽAVA
na materiál 30%**

• PRESTAVBY
NADSTREŠNÝCH
ČASTÍ KOMÍNOV
• ZATEPLOVANIE
A SIETKOVANIE
KOMÍNOV
OBHĽADKA KOMÍNOV
ZDARMA

0948 012 507 • www.profikominy.sk

**NEREZOVÉ
KOMÍNOVÉ
VLOŽKY** | **OCEĽOVÉ
DYMVOODY** | **FASÁDNE
3-VRSTVOVÉ
KOMÍNY**

komín s.r.o.

**FRÉZOVANIE,
VLOŽKOVANIE KOMÍNOV**
Tel: 0948 267 814

kominsro.sk | kominsro@kominsro.sk

**Ponúkam vám veľmi kvalitné
nátery striech
za výhodné ceny!**

Dohodnite si obhliadku
zdarma na t.č. **0940 744 422**
Farba podľa vlastného výberu!
Kvalitná práca a dobrá cena

**náš
diskont**
akciové ceny po celý rok



zabudnite na letáky – u nás nájdete
**najvýhodnejšie
ceny po celý rok**

www.nasdiskont.sk

potraviny • nápoje • drogeria

Nimm2 Smile Gummi

rôzne druhy

100g



045

Karpatské Brandy

Špeciál

700ml



23⁹⁹

Persil gél

rôzne druhy

36-40
praní



5⁹⁹

Platnosť do 19.9.21 alebo do vypredania zásob

Nájdete nás v LIVING Centre

Po – Pia: 8.00 – 17.30

Sobota: 8.30 – 12.00

pri **METRE**

3% zľava
z celého nákupu

MIMORIADNA
AKCIA ZA KOMPLETNÝ
AUTOVRAK!
BEZKONKURENČNÝCH
100 €/T

**ZBAVÍME
VÁS VÁŠHO ŠROTU**

ZBER A ODHLASOVANIE STARÝCH VOZIDIEL



ŽILINA **0903 553 558**

INZERCIA
0905 362 803



**NÁTERY
STRIECH
KOSTOLOV
OPRAVA KOMÍNOV
MICHAL
0908 288 350**

**PLYNOVÉ KOTLY
DESTILA**

spĺňajú požiadavky EÚ 2016/426

Plynex, Kátlovce 2

0905 908 867, 033/5576 143

Predajňa: Trnava

Rybníková 14 • 0905 160 148

PEKNÁ STRECHA

OPRAVY

VÝMENA

NÁTERY

STRIECH

lacno a kvalitne

tel.: **0908 842 631**

Frézovanie a vložkovanie

KOMÍNOV

- frézovanie **1 m - 15 €**
- vložkovanie, certifikovaný žiaruvzdorný materiál
- **zľava 30%** na materiál
- obhliadka zdarma
- dohoda istá

samotná realizácia
priemer 4-6 hodín

frézovanie
od 15€/m

Tel: **0911 322 495, 0915 386 362**

frezovanievložkovanie@gmail.com



**OPAKOVANÝ
ZÁMER
PRIAMEHO
PREDAJA**

MAJETKU ŽSK č. 2/2021/RÚ



ŽILINSKÝ
SAMOSPRÁVNÝ
KRAJ

Žilinský samosprávny kraj, Komenského 48, 011 09 Žilina
(ďalej len „vyhlasovateľ“) podľa § 9a ods. 1 písm. a) zák.
č.446/2001 Z. z. o majetku vyšších územných celkov v platnom
znení zverejňuje zámer priameho predaja svojho majetku:

Druh: osobné motorové vozidlo
Kategória: M1
Značka: Škoda Superb 2,0
TDI PD Elegance
Rok výroby: 2008
Druh paliva: nafta
Prevodovka: AT/D
Farba: šedá metalíza
Najazdené km: 372 741km k 1.4.2021



Podmienky predaja pre uchádzačov sú uverejnené na úradnej
tabuli v sídle vyhlasovateľa a na www.zilinskazupa.sk v časti:
Ponuka prebytočného majetku.

Lehota na doručenie cenových ponúk je **do 21.09.2021**
do 13:00 h na adresu vyhlasovateľa.

Informácie: tel. č. **041/5032 410, 0918 493 223**

YAMAHA - Jakub Vallo, Žilinská 810
Považská Bystrica, 0903 692 094



6.190€
s DPH



5.790€
s DPH



YAMAHA XMAX300 TECH MAX

YAMAHA XMAX300

www.yamahapb.sk, yamahapb@yamahapb.sk



**Chodníky, chodci
a kolobežkáři**

www.cujte.sk



super

LIDL
ceny

od pondelka 6. 9.

U nás si nemusíte
vyberať medzi
čerstvosťou,
kvalitou a cenou.



Mleté
mäso mix

chladené

Supercena

1 kg balenie

3.49



Cherry paradajky
datľové

• extra sladké

Supercena

350 g balenie

1.59

• (1 kg = 4,54)



Štrasburské párky

350 g

-25%

~~1.99~~

1.49

• (1 kg = 4,20)



Kuracie
prsné
rezne

chladené

cena za 1 kg

-32%

~~5.59~~

3.79



-33%

~~0.59**~~

0.39

• (100 g = 0,65)



-36%

~~2.29*~~

1.45

• (1 kg = 5,80)



Ryža guľatozrnná

-55%

~~2.22*~~

0.99

Arašidové
chrumky

Rajo
maslo



* Odporúčaná bežná maloobchodná predaná cena výrobku.

**Zlata stráža z najnižšej bežnej predanej ceny, v j. mimo akčných cien, zistených na základe porovnania cien dňa 24. 8. 2021.

Peniaze tovaru platí od 6. 9. do 12. 9. 2021 alebo do vyčerpania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmeniť v baleníach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber matnej lene v obvyklom množstve.



Nektárinky

cena za 1 kg

-33%

~~2.99~~

1.99



Červené jablká

- odroda Gala
- nová úroda

cena za 1 kg

-33%

~~1.49~~

0.99

od pondelka
6. septembra



Kyslá smotana
• 14 % tuku

250 g

-17%

~~0.45~~

0.37

• (1 kg = 1.43)



Nescafé Classic

- rôzne druhy

200 g

-41%

~~5.79**~~

3.39

• (100 g = 1.70)



Exkluzívna čokoláda

- rôzne druhy

125 g

-33%

~~1.49~~

0.99

• (100 g = 0.79)



Radler
• rôzne druhy

0.51

-38%

~~0.86*~~

0.59

• (1 l = 1.18)



SLEDOVÉ FILETY
v rastlinnom oleji

170 g

-20%

~~0.99~~

0.79

(100 g = 0.77)

• (0.93/PP)



Syrová nátierka
• rôzne druhy



Sledové filety

- rôzne druhy

150 g

-34%

~~0.99*~~

0.65

• (100 g = 0.43)



Smotanový jogurt
• rôzne druhy

145 g

-34%

~~0.44~~

0.29

• (100 g = 0.20)

* Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

** Zlata anketa z najvyššej bežnej predajnej ceny, s. j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania cien dňa 24. 8. 2021.

Ponuka tovaru platí od 6. 9. do 12. 9. 2021 alebo do vyčerpania zásob. Chyby v tlačí vyhradené. Ceny sú bez daňov. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmeny v balení a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný len v obvyklom množstve.

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



OKNÁ A DVERE

o k n á a d v e r e

Slovaktual®



www.slovaktual.sk
slovaktual@oknazilina.sk

F. Mráza 285/12 **ŽILINA**
0902 950 702

DVERE VCHODOVÉ

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 299,- + montáž



PROFI PLAST SK

Miroslav Paur

Kontakt:

0905 142 990

0908 833 086

e-mail: okna@profiplastsk.eu

www.profiplastsk.eu

PASÍVNY dom
Uw=076,W/m²k

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

- Systém Salamander, Gealan, Aluplast, Decco
- Vchodové dvere PVC a AL
- Bezpečnostné dvere HI/SEC, SOFIA
- Tieniaca technika, okenné a dverové sitá
- Servis okien a dverí



5. septembra 1960

Muhammad Ali získal v boxe **zlatú medailu** na letných olympijských hrách v Ríme

Výročia a udalosti

OKENNÉ A INTERIÉROVE ŠTÚDIO

☎ 0911 421 966
✉ vteplesk@gmail.com
📍 M. Rázusa 1134, ZA

BEZPLATNÉ ZAMERANIE

vteple.sk



OKNÁ



PERGOLY



ZIMNÉ ZÁHRADY

Okná stvorené pre váš domov

ŽILINA: Bulvár, A. Bernoláka 75/35
0907 284 483, 0948 365 005, za@ekoprofil.sk

www.ekoprofil.sk



PRÉMIOVÁ ZÁRUKA až 12 rokov



RI OKNA
www.riplast.sk



**PLASTOVÉ - HLINÍKOVÉ
DREVENÉ - DREVOHLINÍKOVÉ
OKNÁ A VCHODOVÉ DVERE**

INOTHERM SALAMANDER
NAJLEPŠIEHO AOS KVALITAMOM INDUSTRIE A PRODUKTE

tel. č. : 0915 82 61 81, 041 – 5007 167

e-mail : zilina@riplast.sk

ZA PLAVÁRŇOU 3937/1, ŽILINA
(budova TENIS POINT)

OKNÁ•DVERE

- bezpečnostné dvere
- garážové brány

-55%

Profi OKNO SK
PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE www.profioknosk.eu

TERMORÁMIK AKCIA

info: zilina@profioknosk.eu, 0917 606 602



PREFA - STAV s.r.o.
www.prefastav.sk
Tel.: 0903 714 855

27 ROKOV TRADÍCIE

**SLOVENSKÉ VÝROBKY**

PREFA PODLUŽANY - PRI BÁNOVCIACH n/B.
tel./fax: 038 / 7682 186, 038 / 7682 307, 0903 730 282
e-mail: prefastav3@prefastav.sk

- betónová zmes, čerpadlo betónu 24 m
- železobetónové prefabrikáty - žumpy, vodomerné šachty, stropné panely, L prefabrikáty, cestné panely, atypické prefabrikáty, ...
- piesky, štrkopiesky, stavebná armatúra

VODOTESNÁ KRABICOVÁ ŽUMPA 20m³, 32m³ A VIAC
výška zásyvu 800mm,
počet dielov ovplyvňuje objem žumpy

BETONÁRKA TOPOĽČANY
tel.: 038 / 5328 832, 0903 730 281
e-mail: betonarka@prefastav.sk

- betónová zmes, čerpadlo betónu 28 m
- prefabrikované garáže
- piesky, štrkopiesky

PREFABRIKOVANÁ BETÓNOVÁ GARÁŽ ZBG-99
5500 X 3150 X 2340, možnosť dodania s bránou

LOM ZÁVADA - PRI TOPOĽČANOCH

- výroba a predaj pieskov a štrkopieskov

tel.: 038 / 5390 422, 0903 161 924
e-mail: lomzavada@prefastav.sk

ZÁMOČNÍCI TOPOĽČANY

- ocelové konštrukcie a zámočnicke výrobky

tel.: 038 / 5326 566 kl. 20, 0911 500 513
e-mail: kovo@prefastav.sk



JAKUB LALLO
Žilinská 810, P. Bystrica
0903 692 094 motokubo@motokubo.sk

Novootvorená predajňa v PB
Aprilia • Piaggio • Vespa
www.motokubo.sk



Fakulta priemyselných technológií v Púchove

- SKÚMAJ
- NAVRHUJ
- ZÍSKAJ

perspektívne technické materiály kolekcie pod vlastnou značkou prax a perspektívu pre svoju budúcnosť



- MATERIÁLY A TECHNOLOGIE PRE AUTOMOBILOVÝ PRIEMYSEL
 - profesijné bakalárske štúdium
- POČÍTAČOVÁ PODPORA MATERIÁLOVÉHO INŽINIERSTVA
 - bakalárske štúdium
- TEXTILNÁ TECHNOLOGIA A NAVRHARSTVO
 - bakalárske štúdium
- MATERIÁLOVÉ INŽINIERSTVO
 - inžinierske štúdium s certifikátom EUR-ACE
- MATERIÁLY/MATERIALS
 - doktorandské štúdium

Podaj prihlášku online

študuj čo ťa baví!



Problémy so spánkom? Pomôcť môže CBD

Kvalitný spánok je základným predpokladom telesného a duševného zdravia. Sedem až desať hodín spánku denne telu dodá potrebnú energiu, posilní imunitu a regeneruje svalstvo. Zdravý spánok však nie je pre každého samozrejmosťou, spánkovými poruchami môže podľa Svetovej zdravotníckej organizácie trpieť až tretina ľudí.

Najčastejšie ide o insomniu alebo nespavosť, ktorá spôsobuje ťažkosti so zaspávaním, prejavuje sa prerušovaným spánkom či skorým prebudením. Vzniká najmä v stresovom období, pri nadmernom toku myšlienok alebo zvýšenej citlivosti na vonkajšie prostredie.

Nespavosť je problém, ktorý možno v mnohých prípadoch riešiť prírodným spôsobom, a tým zmierniť vedľajšie účinky dlhodobého užívania liekov na spanie. Z niektorých štúdií vyplýva, že z dlhodobého hľadiska sú nefarmakologické postupy pri boji s nespavosťou efektívnejšie.

Jedným z týchto prírodných spôsobov je užívanie kanabidiolu (CBD), látky získavanej z konopy satej. V súčasnosti sa o účinkoch CBD v našom tele stále učíme. Mnoho experimentov však preskúmalo jeho nepriame účinky na náš endokanabinoidný systém (EKS), ktorý v tele reguluje dôležité funkcie, napríklad náš nervový či hormonálny systém.

Vzťah medzi CBD a spánkom

Vďaka nepriamej stimulácii EKS dokáže CBD zmierniť aj niektoré príčiny spánkových porúch.

Tie majú často psychologický pôvod. Insomnia je podľa platformy Harvard Health Publishing bežná pre viac ako polovicu ľudí s úzkosťami.

CBD pomáha regulovať náš nervový systém, a preto tiež pôsobí ako balzam na úzkosti či iné psychické problémy. Prirodzene, s „pokojom v duši“ sa zvyšuje šanca, že sa človeku zlepši kvalita spánku. Potvrdzuje to aj niekoľko štúdií.



Foto: freepik / jcomp

V roku 2019 sa výskumníci pre odborné periodikum Permanent Journal snažili zistiť, či CBD dokáže redukovať nespavosť a úzkosti. Zo 72 ľudí 47 pociťovalo úzkosť a 25 malo slabý spánok. Každý z nich užil 25 miligramov CBD každý deň. Už po prvom mesiaci vyše 79 percent z nich zhodnotilo, že pociťujú menej úzkosti a 67 percent zaznamenalo lepší spánok.

Štúdia z roku 2016 zas hodnotila účinky CBD na 10 - ročné dievča s úzkosťou a post-traumatickým stresom. Popri užívaní farmaceutických liekov CBD pôsobilo ako doplnok, ktorý priniesol okrem poklesu úzkosti zlepšenie kvality a dĺžky spánku.

Ďalšími príčinami nespavosti môžu byť bolesti. Podľa niekoľkých výskumov CBD pôsobí protizápalovo a dokáže zmierniť bolesť pri migréne či reume. Vďaka tomu nepriamo reguluje aj náš spánkový cyklus.

Ako CBD vnímajú jeho užívatelia mimo štúdií? Skúsenosti opisuje Pavol Remiaš z Bratislavy: „CBD vo forme oleja používam nepravidelne pred spaním. Účinkuje na mňa uvoľnením tela, svalov, spomalením dýchania a asi aj istým nervovým uvoľnením. Opadne stres a rušivé myšlienky a ľahšie upadnem do kvalitnejšieho regeneračného spánku.“

Napriek rastúcemu dopytu po CBD, podľa Mayo Clinic doktori neodporúčajú používať látky na zlepšenie spánku dlhodobo. Hoci CBD môže efektívne doplniť či dokonca nahradiť syntetické lieky, najúčinnnejší spôsob, akým nespavosť zmierniť, je odstránenie možných príčin nespavosti.

Dávkovanie

Zatiaľ čo pacienti s nespavosťou by mali CBD užívať niekoľko hodín pred spaním, tí, ktorí trpia nadmernou únavou, ho môžu užiť ráno po prebudení.

Aby CBD čo najefektívnejšie ovplyvnilo váš spánok, odporúča sa pravidelné dávkovanie vo forme olejov, tinktúr, gélových kapsúl. Optimálna dávka závisí od jednotlivca, odporúča sa začať s 20 mg denne hodinu pred spánkom. Pokiaľ sa efekt nedostaví do dvoch týždňov, dávku môžete zvýšiť.

»red.

**CBDexpert**



5% CBD olej **31⁵⁰ EUR**



10% CBD olej **45⁹⁰ EUR** 20% CBD olej **63⁹⁰ EUR**

CBD BIO KONOPNÉ OLEJE si môžete objednať na:

www.cbdexpert.sk

alebo kúpiť v predajni:

TRAFIKA

Námestie NAŠA - Obchodná galéria Žilina
Lenčová 8995

Ak sa chcete stať predajcom aj Vy, kontaktujte nás a získajte zaujímavé podmienky

+421 904 552 345
objednavky@cbdexpert.sk

Možnosť predaja osobne aj na predajni.

ZA21-35 strana 9

Pri Muráni navštívte sysľovisko Biele Vody

Národný park Muránska planina nachádzajúca sa v západnej časti Slovenského rudohoria je jednou z najzachovalejších krasových oblastí Slovenska. Nájdete tam viac ako 500 jaskýň a tiež sysľovisko Biele vody, kde môžete sledovať jednu z najpočetnejších kolónií sysľov pasienkového na Slovensku.

Na sysľovisko sa dostanete z obce Muráň, kde môžete zaparkovať svoje auto a potom už budete pokračovať pešo po vyznačenej trase. Počas sezóny, ktorá trvá približne od marca do konca septembra, môžete v lokalite sysľovisko Biele vody pozorovať sysľov pasienkového a jeho život v prírode. Keďže sú sysľe na návštevníkov zvyknuté, môžete ich



autor foto: Ján Šmídt

tam spozorovať kedykoľvek počas dňa a prídu až do vašej tesnej blízkosti. Mnohé z nich dokonca nemajú problém prijať potravu priamo z vašej ruky.

Sysľe môžete aj kŕmiť

„Sysľe sú živočíchy slnka a tak sú najaktívnejšie počas slnečných dní. Uvidíte ich pravdaže aj počas poloblačných a mierne zamračených dní, ale pri veľmi zlom počasí z nory zvyčajne nevyliezajú,“ hovorí Jana Šmídtová zo Štátnej ochrany prírody SR. Zároveň upozorňuje, že by sme sysľe nemali chytať do rúk. „Jednak sú to chránené živočíchy a manipulácia s nimi je zakázaná a jednak sú to divo žijúce zvieratá. V prípade, že sa budú cítiť ohrozené, môžu sa brániť. Keďže ide o hlodavce s veľmi silnými prednými zubami, môžu človeku spôsobiť pri pohryzení nepríjemné poranenie. No a ako všetky teplokrvné živočíchy, môžu tiež prenášať besnotu,“ objasňuje. Ak vás to láka a chceli by ste sysľe kŕmiť, odporúča odborníčka, aby ste použili iba vhodnú potravu, inak by ste im mohli veľmi ľahko ublížiť. „Potravu nikdy nevkladajte do sysľích dier, nasypte ju alebo uložte do blízkosti dier alebo ju položte voľne na zem. Sysľe si pre ňu prídu až k vám,“ radí Jana Šmídtová a vysvetľuje, že ak potravu vložíte priamo



autor foto: Ervín Hapl

do diery, sysľe cez ňu prebiehajú a tým ju znečistia. O takú potravu potom už zvieratka nemajú záujem, ostáva v diere ležať a môže sa začať kaziť. Dobrou správou však je, že sysľe môžete kŕmiť aj z ruky. „Nasypte si slnečnicu na ruku a nechajte sysľe v klude si ju poodnášať. Nikdy sa so sysľom o potravu nepreťahuje, aby vás v snahe získať potravu nepohrýzol,“ odporúča odborníčka.

Prineste zvieratkám vhodnú potravu

Najvhodnejšou potravou pre sysľe je slnečnica, pravdaže chemicky neošetrovaná, nepražená, nesolená, potom jablká,

pričom ideálne sú jabĺčka z vašej záhrady, lebo nie sú chemicky ošetrované, vôbec nevadí, ak sú padané alebo staršie a zošúverené, čo vám zostali v pivnici po zime, ďalej sa hodí mrkva, ale strúhať ju nemusíte, sysľe sú hlodavce, poradia si, chuť im aj cvikla, jačmeň, ovos, či vlašské orechy. „Piškóty a suchý chlieb sysľom síce chutia a neublížia im, ale pre sysľe to nie je prirodzená potrava a budeme radi, ak dáte pri kŕmení prednosť vyššie uvedeným semenám, teda najmä slnečnici alebo jablkám či mrkve,“ uzatvára Jana Šmídtová.

PRIPRAVILA: RENÁTA KOPÁČOVÁ

zdroj foto: ŠOP SR

Jesenné gazdovské tradície

Jeseň sa ešte v nie až tak dávnej minulosti vnímala ako ročné obdobie, ktoré prinieslo plody celoročnej usilovnej práce roľníkov a tiež zabezpečilo zásoby na nadchádzajúce obdobie.

Zber úrody, dožinkové slávnosti a vinobranie patria k oslavám práce, vyjadrené sú hodovaním, veselostou, spevom a tancom. Koniec jesene je spätý so zvykom navštevovania hrobov a vzdania úcty mŕtvym. K najtypickejším jesenným zvykom patria dožinky, hody a Sviatok všetkých svätých.

Jeseň pokladali ľudia vždy za najbohatšie ročné obdobie. Na jeseň dozrievala väčšina ovocia. Na gazdovstve každej rodiny boli ovocné stromy. Najčastejšími boli skorá biela slivka a tiež skoro dozrievajúca bystrická slivka (berbence), z jabloní takzvaná „letná“ jablón, ale pestovali sa aj neskôr dozrievajúce odrody. Niektoré sa zbierali až v čase, keď ranné mrazíky jablká obliekli do nádherných farieb. Na gazdovstvách tiež bývali rozvetvené orechy, pod ktorými sa dobre vysedávalo v čase letných horúčav. Z odrôd orechov bola najobľúbenejšia tá s veľkými plodmi a papierovo tenkou škrupinou. Z ovocí sa slivky zbierali tak, že chlapi zatriasli stromom, ženy a deti ich potom pozbierali zo zeme. Orechy chlapi obhájali asi 6-8 metrov dlhými tyčami, ostatní členovia rodiny ich zbierali zo

zeme. Jablká sa zbierali stojac na rebrikoch rukami, alebo zberákmi, zhotovenými z dreva. Kto vedel vyliezť na strom, ten jablká zbieral jablká do plátenej kapsy. S jablkami zaobchádzali opatrne, aby sa neporušili, lebo len takto ostali trvácne. A mimochodom hrúšky. Tie neskore vydržali uložené v žite až do neskorej nasledujúcej jari.

V každej záhrade bola mrkva, petržlen, kareláb, zemiaky, fazuľa. Šikovnejšie ženy vypestovali pre rodinu kapustu, tekvicu vhodnú na konzumáciu i na kŕmenie zvierat, paradajky, papriku. Ťažšiu prácu v záhradkách vykonávali chlapi (vykopávanie zemiakov, petržlenu, mrkvy), ženy zbierali fazuľu, ktorú vylúpili zo struku, potom ich preberali a zdravú fazuľu usušili a uskladnili na zimu.



» red

Enviromesto Slovenska 2021

Tretí ročník národnej súťaže Enviromesto sa stretol s priaznivou odzvou, čoho výsledkom je vrcholný počet prihlásených miest v histórii celej súťaže.

Vyhlasovateľom národnej súťaže Enviromesto je Ministerstvo životného prostredia. „Rekordný počet prihlásených uchádzačov len podčiarkuje, že slovenské mestá si uvedomujú dôležitosť zabezpečiť pre svojich obyvateľov lepšiu a zdravšiu život. Zároveň chcú kvalitné mestské prostredie, ktoré v konečnom dôsledku pomôže lepšie odolávať dôsledkom klimatickej krízy,“ zdôraznil minister životného prostredia Ján Budaj, ktorý nad súťažou prevzal záštitu.

„Začiatkom septembra bude I. kolo hodnotenia, kedy sa na základe doručených prihlášok určia ocenenia v jednotlivých súťažných oblastiach. Koncom mesiaca sa potom v II. kole hodnotenia predstavia cez prezentácie aj samotné mestá, a na základe toho komisia určí víťaza. Zároveň bude môcť udeliť aj mimoriadne ocenenie za pozoruhodné výsledky,“ približuje Michal Maco, generálny riaditeľ Slovenskej agentúry životného prostredia, ktorá je hlavným organizátorom súťaže. Počas posledného ročníka súťaže Enviromesto v roku 2019 sa mimoriadne ocenenie ušlo desiatke slovenských miest za vzorné aktivity v rôznych oblastiach

životného prostredia, napríklad za nakladanie s biologicky rozložiteľným odpadom či za ochranu vtáctva v mestskom prostredí.

Titul Enviromesto 2021 je prestížne ocenenie, ktoré odzrkadľuje pozitívny, hodnotný a invenčný prístup k starostlivosti o mestské životné prostredie. Vyhlásenie výsledkov súťaže a slávnostné odovzdávanie cien sa uskutoční v priebehu októbra počas konferencie Životné prostredie miest a environmentálna regionalizácia SR. Pre súťažiacich sú pripravené vecné a finančné ocenenia.

Kandidáti na titul Enviromesto 2021: Banská Štiavnica, Brezno, Kežmarok, Liptovský Mikuláš, Nitra, Pezinok, Poprad, Púchov, Trenčianske Teplice, Trenčín, Zvolen.



» red

PRACOVNÁ PONUKA

PRIJMEME ZAMESTNANCA DO TRVALÉHO PRACOVNÉHO POMERU NA PRACOVNÚ POZÍCIU VODIČ DODÁVKY - PREPRAVA TOVARU PRE DEPO V ŽILINE ZÁLOŽŇA BREVA

ROZVOZ TOVARU S DODÁVKOU DO 3,5 TONY PO
PREVÁDZKACH NA SLOVENSKU A ČECHÁCH.
853€ - 1100€/MESIAC. HRUBÁ ZÁKLADNÁ MZDA 853€
(4,00€/HODINU V ČISTOM). PONÚKANÝ MESAČNÝ
PLAT V ČISTOM OD 670,00€. PREPLÁCANIE
NADČASOV. ZĽAVA PRI NÁKUPE FIREMNÉHO
TOVARU A INÉ VÝHODY.

V PRÍPADE ZÁUJMU
SA INFORMUJTE NA TEL. Č.:

0907/519 304, 0904/250 449, 0903/659 318

Oblíbený zber jablák v ČR Ubytovanie a doprava zdarma!

Dobrá, oblíbená brigáda a dobrý zárobok!
Priemerný čistý zárobok pracovníka 1220 Kč/deň
(cca 45 €) a VIAC, t.j. cca 54.000 Kč čistého/2
mesiace (výplata v hotovosti). Hľadáme prednos-
tne ľudí zvyknutých na fyzickú prácu. Práca trvá
podľa výberu strediska 6-8 týždňov alebo
dohodou. Prac. zmena 10 hod., **pracuje sa na
úkol!** Strava za symbolický príspevok, alebo
poskytujeme stravné. Zálhly každý týždeň.
Nástup od cca 12.9.2021.

Jobbees

Viac na 0948 922 937(stačí prezvoniť, zavoláme naspäť). Jobbees.

PONÚKAME PRÁCU V ČR UBYTOVANIE ZABEZPEČENÉ



MZDY OD 900 € DO 1300 €/MESAČNE
BLIŽŠIE INFORMÁCIE NA BEZPLATNEJ LINKE:
0800 500 091

4. septembra 2005

Výročia a udalosti

otvorenie stavby Most Apollo v Bratislave



**Ponuka práce
v automobilovom
priemysle**

Nástup: IHNEĎ

Hľadáme pracovníkov
na pozície:

Vodič VZV
základná mzda 957 €
+ príplatky

Manipulant
základná mzda 881 €
+ príplatky

**Montážny
pracovník VW
Bratislava**

základná mzda 981 €
+ príplatky

**Operátor
výroby v ČR**

základná 23500 Kč
+ príplatky

Ubytovanie zabezpečené

KONTAKT:
0905 281 763
0905 452 659
www.ic-aumont.sk



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

GEODET

Požiadavky:

Vysokoškolské II. stupňa; Vzdelanie v odbore geodézia a kartografia;
Dobrá znalosť AutoCAD a Neumap - (vhodné aj pre absolventa)

Druh pracovného pomeru: **plný úväzok**

Práca vyžaduje cestovanie

Termín nástupu: **dohodou**

Mzdové podmienky (brutto) **1 350 EUR/mesiac**

- finálna mzda závisí od praxe a individuálnych skúseností kandidáta

V prípade Vášho záujmu prosím zašlite svoj životopis na:

TuCon, a.s., K cintorínu 63, 010 04 Žilina alebo katarina.rozova@tucon.sk

SBS GUARDING s. r. o.

prijme strážnikov na prevádzky
v Bytči

Mzda: 3,58 €/h. brutto

Nástup ihneď. POS nutný!

0948 219 522 • radovan.gubany@guarding.sk



Hľadáme skladníkov, vodičov,
operátorov výroby!

Mzda: 900€ až 1200€ brutto

Nástup možný ihneď, práca na pracovnú zmluvu

0910 971 910 www.activejob.sk

IHNEĎ TPP

Balenie automobilových
dielov do **Mobisu**

MZDA: od 680€ brutto + dochádzkový bonus,
zimné, letné odmeny, extra víkendové
príplatky, odmeny.

INFO: 0918 242 686
zamestnanci@mkenterprise.sk



čujte.sk

Rodové stereotypy
v podnikaní

www.cujte.sk



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

PERSONÁLNY A MZDOVÝ ŠPECIALISTA

Požiadavky:

Vzdelanie v odbore: ekonomické; Mzdové účtovníctvo - pokročilý;
Znalosť HUMAN - vítaná; Vyžaduje sa prax na odbornej pozícii

Druh pracovného pomeru: **plný úväzok**

Miesto práce: **Žilina**

Termín nástupu: **dohodou**

Mzdové podmienky (brutto) **1 000 - 1200 EUR/mesiac**

podľa skúseností uchádzača

V prípade Vášho záujmu prosím zašlite svoj životopis na:

TuCon, a.s., K cintorínu 63, 010 04 Žilina alebo katarina.rozova@tucon.sk

**PONÚKAM PRÁCU
V BELGICKU SKÚSENÝM STAVBÁROM**

NOVOSTAVBY A REKONŠTRUKCIE RODINNÝCH DOMOV
Mzda 19€-23€/hod. v závislosti od skúsenosti
v stavebníctve. Pracuje sa 62 hod. týždenne.
Výplata vždy pred odchodom domov !!!
Takže žiadna splatnosť, domov ku rodinám
vždy s celou výplatom. Nutná platná
živnosť minimálne dva mesiace. **0949 122 971**

Prijmeme pracovníkov SBS,

mzda 3,58€/hod brutto,
stravné lístky, TPP.

Podmienky: preukaz SBS,
spoľahlivosť, flexibilita.

Tel. +421905208803

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

Prijímame **do aukcie**
obrazy, plastiky
a starožitnosti.

Info: 0951 276 506
groma@groma.sk

Aktuálne aukcie:
www.groma.sk

OPERÁTOR VO VÝROBE LCD GALANTA

- TVOJ ZÁKLADNÝ PLAT BUDE 640 € -
- VÝKONNOSTNÝ BONUS 50 € -
- DOCHÁDKOVÝ BONUS 50 € -
- 13. A 14. PLAT -
- PRÍVEĎ KÁMOŠA A DOSTANEŠ 20 € -
- STRAVNÉ LÍSTKY V HODNOTE 4,20 € -

MUŽI - ŽENY - PÁRY **ZABEZPEČENÉ UBYTOVANIE**

VOLAJTE NÁM NA BEZPLATNÉ LINKY

0800 500 808

0800 500 909

ALEBO NÁM PIŠTE

NABOR@PROJOB.SK

ProJob



ZASTAVENIE SADANIA BUDOV SPÄTNÉ ZDVIHNUTIE PODLÁH

ČISTO, RÝCHLO a bez BÚRANIA

stabilizujeme základovú pôdu
a zastavíme sadanie budov injektážou syntetickej živice

0918 726 754

PRACUJEME PO CELOM SLOVENSKU

SK.ABAINNOVATOR.COM

Dodržiavame prísne hygienické a bezpečnostné opatrenia



Kúpim
jelenie,
srnčie,
danielie
zhody
a trofeje.

VÝKUP
VOJENSKÝCH
VEČÍ - helmy, bodáky a iné

tel. 0904 474 597
vykupparoziaeu@gmail.com

PRÁCA V ČR
PRE KAŽDÉHO

KŠX-DELTA, s.r.o. prijme

OPERÁTOROV
VÝROBY
do Mikulova, Opavy a Ostravy.

Mzda: 20.000 - 25.000 Kč netto/mes.
dlhodobá práca, týždenné zálohy,
mim. odmena 2 000 Kč
po odpracovaní 1. mesiaca

Ubytovanie ZDARMA
Kontakt: 0911 478 509
Mail: nabor.idelta@gmail.com

MONTER

ZIMNÉ ZÁHRADY • TIENENIE • ZASKLENIE



Farby
IHNEĎ k
MONTÁŽI

ANTRACIT
7016

HNEDÁ
8003



Stavíme tam,
kde potrebujete.

Leto v tieni vašej terasy

E-mail: OBJEDNAVKY@MONTER.SK

Nehľadajte 2 alebo 3 firmy, my robíme všetko čo potrebujete...

www.monter.sk • 0919 365 022

ENVIRO THERM
PROFESIONALITA & KVALITA

ZABEZPEČUJEME
KOMPLETNÚ ADMINISTRÁCIU
PRE ZÍSKANIE DOTÁCIÍ

Zelená
domácnosť

POTVRDENÉ NAŠIMI ZÁKAZNÍKMI !!!

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

€ 1690

vrátane montáže

aj na splátky € 35,57/mes.

ZÁRUKA 10 ROKOV
OD VÝROBCU

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

infolinka 0800 909 909, 0951 909 909 fb.com/envirotherm.sk
www.envirotherm.sk kontakt@envirotherm.sk

FOTOVOLTAICKÁ ELEKTRÁREŇ

3115 W

- pozostáva z 7 panelov o výkone 445W +menič
- 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

€ 2490

aj na splátky € 52,13/mes.

záruka
25
rokov od
výrobcu