

POVAŽSKO BYSTRICKO-PÚCHOVSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 28 230 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Sklamanie sú iskrou života

Každá iskra, ak je v správnom čase na správnom mieste iniciovaná, spôsobí oheň. Sklamania sú iskry, ktoré z nášho života vypaľujú všetko zlé, temné, smutné, všetko, čo by sme už nechceli, aby sa niekedy ešte opakovalo.

Sklamanie medziľudské sú asi najťažšie. Nikto s nimi neráta vopred a už vôbec nie je pripravený na okamih, keď prichádzajú. Iba ak ten, kto ich už zažil veľa. Poznáme sklamanie z eufórie nad novým zamestnaním. Práve tak, ako sklamanie z volieb a z toho, čo po nich v spoločnosti nasleduje.

Tu sa ukazuje sila človeka, ako dokáže „zamávať“ so sklamaním on a nie ono s ním. Sklamanie totiž bolí a nateraz ešte naň nikto nevymyslel nejaké prášky. A ak by ste netušili, tí šťastnejší, o čom píšem, potom ešte na vysvetlenie – sklamanie je pocit duševného rozladenia, rozčarovania zo zmarenia nejakých nádejí. Býva trpké, bolestné, ale aj ľúbostné. Sklamanie často vyúsťuje do dlhodobého trápenia. Slabší z pocitu sklamanie nezriedka prepádajú depresiam a to už je chorobný stav.

Berme preto sklamanie iba ako emócie, bez ktorých by bol život príliš

všedný. Ako pocity, ktoré nám signalizujú, že sa máme obrátiť viac k sebe a do seba. Nie egoisticky, to vôbec nie, ale ide o nachádzanie pozitívnych javov v našich životoch a stavanie ich do kontrastu so sklamaniami v nich.

Asi poznáte nádherný Benigniho film, plný pozitívnych emócií – Život je krásny. Po piatich rokoch šťastného manželstva je Guido kvôli svojmu židovskému pôvodu odľechený spolu so synom do koncentračného tábora. Aby pred malým chlapcom zatajil šokujúce okolnosti a uchránil ho pred hrôzami nacizmu, predstiera, že všetko okolo je samotná hra, pripravená k synovým narodeninám. Hra, na konci ktorej na oboch čaká veľká odmena.

Berme život ako hru, s prehrami, výhrami, remízami, často aj sklamanými nádejami. A budme pri jej hraní spokojní, ak nie už šťastní. Napokon, každé zlo je na niečo dobré, nie? Ozaj, ak pôsobíte sklamanie, všetci vaši blízki sú z toho smutní. Tak načo im to robiť?

Pekný týždeň
vám želá

» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor



PROFI PLAST SK
Miroslav Paur
Považská Bystrica
Moyzesova ul. 816/101
tel.: 0905 142 990, 0908 833 086
e-mail: okna@profiplastsk.eu
www.profiplastsk.eu

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

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



NOVOOTVORENÉ!

Sonografická ambulancia v Považskej Bystrici

v budove HANT - Hliny na prízemí vedľa lekárne vyšetruje
všetky orgány tela - aj prsníky/okrem gynekológie /
denne dopoludnia okrem stredy.

Nepracujeme na zdravotné poisťovne cena za vyšetrenie je 20 €
netreba žiadanku od obvodného lekára. Objednávania: 0948 665 320

Prijmem stolára

do dielne
v Beluši
na TPP

Kontakt:
0915 709 333

**Ponúkam všetky
stavebné
a maliarske práce,
striekanie striech**



Kvalita a serióznosť
0910 993 219

ZATEPLOVANIE

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

0911/17 18 16

PRÁCA pre vodiča/ku

autobusu, dôchodcu
aj brigádne.
7,- €/hod. brutto.
Okolie Pov. Bystrica,
Púchov, Ilava,
Dubnica n/V a Trenčín
Tel.: 0908 710 099

Prijmeme skladníka

do skladov
v Dolnom Moštenci
Plat (brutto) od 5,30€/h.
Kontakt: 0903 195369

HELP EKO s.r.o.
Odvoz kompletných vozidiel do 50 km zdarma
Autorizované stredisko
PRE ZBER A SPRACOVANIE
STARÝCH VOZIDIEL
A PREDAJ POUŽITÝCH
NÁHRADNÝCH DIELOV
INFO: 0903 511 858
0903 830 629
Poskytujeme komplexné služby - prepravu a prípravu
sikory pri odložení vozidla z evidencie na
dopravu, inšpekciu výbavy bezplatne za Vás

OTVÁRACIA DOBA
Po-Pi 8:00-16:30

**PREDAJŇA
KRMIVA
Orlové 139**
www.krmivoshop.sk

Čistiareň peria
výroba paplónov
a vankúšov
Púchov
0915 664 775
jungova.jenka@oznam.sk
Odvoz aj dovoz po dohode

MA
KOZMETICKÝ
SALÓN

Mária Zacková
Pribinova 963
/vedľa bývalej Golden pizerie/
017 01 Považská Bystrica
Tel: 0904 817 803

**Sme firma zaoberajúca
sa stavebnými prácami:**

- základové dosky od 65€ m²
- stavby na kľúč
- zemné búracie a výkopové práce
- zámkové dlažby
- autodoprava

PATOSTAV
www.patostav.sk
Tel: 0948 155 283

KVALITNÉ VÝROBKÝ za SUPER CENY!

**ANTIKOROVÉ
ZÁBRADLIA**
PLOTY-PLETIVÁ-LEXAN

Pov. Podhradie 317, Pov. Bystrica
0904 030 950, 0903 557 685, 042 432 6250
www.artrade.sk

POVAŽSKO
BYSTRICKO-PÚCHOVSKO

Redakcia: Partizánska 1128
POVAŽSKÁ BYSTRICA
povazsko@regionpress.sk

REGIONPRESS

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

INZERCIA

Lenka Migilová 0905 915 035
Emília Rosinová 0907 673 930

Distribúcia:
Jozef Zacko 0905 976 503
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk

Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (28.230 domácností)

Každý týždeň:
Dolný Moštenec, Horný Moštenec, Milochovo, Orlové, Podmanín, Považská Bystrica, Považská Teplá, Považské Podhradie, Praznov, Šebeštanová, Dolný Lieskov, Domaníža, Plevník - Drienové, Prečín, Pružina, Sverepec, Udiča, Horné Kočkovce, Hrabovka, Nosice, Púchov, Beluša, Dolné Kočkovce, Horovce, Lednické Rovne, Nimnica, Strežnice, Visolaje, Brvníšte, Dolná Mariková, Hatné, Horný Lieskov, Jasenica, Papradno, Stupné, Dohňany, Dolná Breznica, Lúky, Lysá pod Makytou, Mestečko, Záriečie



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	86.750	Bratislavsko Východ
BZ	87.350	Bratislavsko Západ
DS	33.080	Dunajskostredsko
GA	31.290	Galantsko+Šaliansko
HC	28.510	Hlohovecko+Sered'sko
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	42.810	Piešťansko+NM+MY
SC	27.920	Sencko
SE	34.570	Senicko+Skalicko
TO	40.560	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59.430	Trenčiansko+DCA+IL
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	Martinskotrans
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	Žiarisko+ZC+BS
ZA	52.120	Žilinskotrans

Východné Slovensko

BJ	33.870	Bardajovsko+SK+SP
GE	28.710	Gemersko+RV+RS+PA
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

Byť vďačný

Napriek tomu, že väčšinu dní v roku neoslavujeme narodeniny, meniny, ani výročia, aj tak sme každý deň priam „obsypaní“ celou kopou vzácných darov. Či už je to dar života, rodiny, priateľov, alebo dar zdravia, zamestnania, domova...

Všetky tieto veci sú veľkým darom – a neprestávajú ním byť ani vtedy, keď ich pokladáme za absolútnu samozrejmosť.

Pôvodca týchto darov je veriacemu človeku známy. Je ním samotný Boh – ten, ktorý stvoril celý svet a dal ho človeku ako dar, ktorý nám daroval svojho jediného Syna, aby nás vykúpil, a ktorý nám – opäť raz celkom nezištne – chce darovať večný život a večné šťastie, naplňujúce celú našu bytosť.

Otázka znie: sme mu za tieto dary vďační? A dávame mu svoju vďaku najavo?

Spôsobom, ako Bohu prejaviť vďačnosť za jeho dary, je mnoho. Existuje však jeden, o ktorom možno bežne takýmto spôsobom ani neuvažujeme, a pritom sa na tento účel hodí snáď najviac zo všetkých. Je ním svätá omša.

Vedeli ste napríklad, že aj samotné slovo „Eucharistia“ (z gr. eucharisteo) znamená „vzdávať vďaku“? Celá svätá omša je vlastne modlitbou vďakvyznaní. V niektorých momentoch to počujeme celkom zreteľne: „Vzdávajme vďaky Pánovi, Bohu nášmu,“ a inokedy je táto

skutočnosť skôr naznačená – napr. pri rôznych hymnoch a zvolaniach, v ktorých Bohu vyjadrujeme chválu a vďaku.

V mnohých krajinách na svete veriaci prirodzene túžia takýmto spôsobom ďakovať Bohu a sláviť Eucharistiu, no čelia pritom neľahkým problémom, akými sú náboženská nesloboda, neistota v dôsledku civilných a vojenských konfliktov, veľké vzdialenosti a chýbajúce možnosti prepravy či chudoba.

Pápežská nadácia ACN – Pomoc trpiacej Cirkvi ako medzinárodná katolícka organizácia pomoci preto podporuje aj projekty, ktoré umožňujú, aby Eucharistia mohla byť prítomná medzi ľuďmi. Vela z týchto projektov je celkom praktickej povahy: „Zabezpečíme napríklad motocykel pre kňaza, aby mohol prísť sláviť svätú omšu do vzdialenej misijnej stanice, prispejeme na výstavbu kaplnky v odľahlej púštnej oblasti alebo horách. Naša pomoc má veľa foriem – od praktických, ako je zakúpenie stroja na pečenie hostií, po dlhodobé, ako je vzdelávanie budúcich kňazov,“ vysvetľuje vedúca projektov ACN, Regina Lynchová.

Využijeme teda aj my dnešný deň ako príležitosť byť viac vďační za to, čo máme. Uvedomme si, aké vzácne dary nezaslúžene dostávame – a poďakujeme za ne. Napríklad aj pri svätej omši.

Viac o projektoch ACN sa dozviete na webovej stránke: www.acnslovensko.sk.
» Zdroj: ACN

Žiaci si žiadajú aktivity podporujúce zdravý životný štýl

Žiaci by na školách privítali osvetu a aktivity, ktoré podporujú zdravý životný štýl. Vyplýva to z prieskumu občianskeho združenia Skutočne zdravá škola od agentúry Zmuse.

Prieskum ukázal, že zdravšie sa stravujú tie deti, ktoré majú o zdravom a vyváženom stravovaní viac informácií. Na prieskume, ktorého cieľom bolo zmapovať vedomosti a návyky slovenských žiakov súvisiace so zdravým životným štýlom, sa zúčastnilo 1369 detí. Išlo o žiakov základných a stredných škôl z celého Slovenska vo veku 11 až 18 rokov. Prieskum sa realizoval v online podobe od marca do mája 2021.

Deti hodnotili ako najdôležitejšie pre udržiavanie zdravia dostatok pohybu, kvalitný spánok a zdravé stravovanie. Tieto aktivity deti zároveň aj najčastejšie dodržiavajú. Až 62 percent detí spontánne uviedlo, že pre udržanie zdravia pravidelne športuje. Prieskum ukázal, že mladí si neuvedomujú vplyv dlhšie stráveného času pred obrazovkou na zdravie. Menej ako polovica z respondentov považuje za dôležité obmedziť ho.

V oblasti zdravého stravovania považujú školáci za najmenej dôležité zaujímať sa o potraviny, ktoré jedia, uvedomovať si súvislosti medzi jedlom a náladami či pravidelne sa stravovať.

Len 33 percent z nich uviedlo, že sa počas dňa stravuje pravidelne.

Prieskum ukázal, že deti vedia odlišiť zdravé stravovacie návyky od nezdravých, no mnohé z nich nepovažujú za rizikové. Spomedzi nezdravých stravovacích návykov im najmenej škodlivé pripadalo dosolovanie jedla, špeciálne diéty a pravidelné užívanie bielych potravín. Nesprávnym stravovacím návykom podľa prieskumu skôr podliehajú deti, ktoré v danej oblasti nie sú dostatočne informované.

Väčšina respondentov prejavila záujem o ďalšiu osvetu ohľadom zdravého životného štýlu. Mladší žiaci považujú za najdôveryhodnejší zdroj informácií najmä rodičov. Starší viac dôverujú odborníkom ako lekárom a psychológom. Prieskum tiež ukázal, že mladší žiaci dôverujú pedagógom viac než stredoškólaci.



» red

INTEGRA s.r.o.
Kamenné spracovanie

MÁTE PROBLÉMY S KOMÍNOU?

Frézovanie, vložkovanie, údržba, kompletne služby

Viac ako 20 rokov skúseností!

Považské Podhradie 357
Telefón: +421 42 432 05 57
Mobil: 0905 548 264, 0905 879 164
Email: integra@integra-sk.sk
www.integra-sk.sk

KAMENÁRSTVO

JANTÁR

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

0908 252 071
www.kamenarstvojantar.sk

Ku každej zakázke váza + svietnik ZDARMA

FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE ČISTENIE - KONTROLA

KOMÍNOV + REVÍZNIA SPRÁVA A CERTIFIKÁT V CENE

CENA od 15 €/m

ZĽAVA na materiál 30 %

oddechtovanie komínov
KOMINÁRSTVO DUBOVEC

0914 276 111

BM KOMÍNY KOMINÁR

FRÉZOVANIE A VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

čistenie komínov a spotrebičov

ZAREZERVUJTE SI OBHLIADKU ZDARMA!

0911 315 249 • www.bmkominy.sk

0907 240 268

STROJOVÉ ČISTENIE HROBOV - ZÁMKOVEJ DLAŽBY - PLOTOV

1-hrob-60€ 2-hrob-90€ impregnácia v cene

AKCIA

PRED PO

pri objednaní min. dvoch hrobov dodatočná **ZĽAVA 5%**

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

Novootvorená predajňa v PB

Aprilia • Piaggio • Vespa

www.motokubo.sk

Výroba plastových a hliníkových OKIEN, DVERÍ fasád a zimných záhrad

V ponuke máme aj **PROTIPOŽIARNE DVERE**

ELASTIC S. r. o.

ILAVA

Kpt. Nálepku 810
019 01 Ilava
tel.: 0905 371 379
elasticsro@elasticsro.sk
www.elasticsro.sk

KUPOJTE OKNÁ PRIAMO U VÝROBCU

PREFA - STAV s.r.o. **27 ROKOV TRADÍCIE**

www.prefastav.sk **SLOVENSKÉ VÝROBKY**

Tel.: 0903 714 855

PREFA PODLUŽNÝ - 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, $\perp$ prefabrikáty, cestné panely, atypické prefabrikáty, ...
- piesky, štrkopiesky, stavebná armatúra

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

BETONÁRKA TOPOLEČANY

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 TOPOLEČANOCH

- výroba a predaj pieskov a štrkopieskov
tel.: 038 / 5390 422, 0903 161 924
e-mail: lomzavada@prefastav.sk

ZÁMOČNÍCI TOPOLEČANY

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

Gardenteam®
zeleň nás baví...

ZÁHRADNÉ CENTRUM BYTČA
www.garden-team.sk

VRESY AKCIA

1,8 €
0,99 €

BITU FLEX s.r.o.

OBNOVA PLECHOVEJ a ETERNITOVEJ STRECHY

- odstránenie nečistôt
- vynikajúca nepriepustnosť vody
- vzhľad škridle
- nízka hmotnosť
- vysoká životnosť

- 25 rokov záruka a dlhoročné skúsenosti
- zameranie zdarma
- bez zálohy
- kvalitný taliansky materiál zn. Index

AKCIOVÁ ZĽAVA PRE SENIOROV

0950 266 604

Bituflexroznava@gmail.com

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

DreVeg **Beluša - Staničná 1689** www.dreveg.sk

PALIVOVÉ DREVO

PELETY, BRIKETY (RUF, NESTRO)

+421 911 505 718

VŔTANIE A ČISTENIE STUDNÍ

vŕtanie aj malou súpravou
budovanie $\varnothing$ 160mm
0918 620 100

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

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE

FRÉZOVANIE od 15€/bm

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL

ZĽAVA na materiál 30%

- PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV
- ZATEPLOVANIE A SIEŤKOVANIE KOMÍNOV

OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA

0948 012 507 • www.profikominy.sk

ZEMNÉ A BÚRACIE PRÁCE

PRÍPOJKY, OPLOTENIE ZÁMKOVÉ DLAŽBY

+ AUTODOPRAVA

0905 835 191

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

»Predám Škoda Octavia combi r.2016, manual 6st., 2.0TDI, 110 kW. 0908680941
»Predám KIA SORENTO r.v.2007 Spôhlivé auto aj do terénu. Cena dohodou. 0907 418 749

02 AUTO-MOTO / iné

»ČZ-JAWA Odkúpim Moto-cykel/Dielu-SERIÓZNA DO-HODA 0908205521»Kúpim motocykle Jawa/ CZ/ Ba-betta/ Stadion/ Simson aj iné 0949371361»Odkúpim továrenský traktor alebo malotraktor, aj v zlom stave alebo nepojazdný. 0949350195»KÚPIM VETE-RÁNY: Autá, Motorky, Trak-tory, Stabilitáky. Tel. 0944 212081

03 BYTY / predaj

07 REALITY / iné

08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie, 0908 532 682

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare:

RPmedzera PB medzera
Číslo rubriky medzera Text inzerátu

Príklad:
RP PB 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, **PB** zameňte za skratku novin, ktorú nájdete na zadnej strane vľavo dole. Službu PlátbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

Drahota

Ludia si začínajú všimnúť zdražovanie. Nie o pár percent, ale o desiatky. Videli sme to už pred vyše rokom, keď sa začali spomaľovať a zdražovať dodávky z Číny.

Dodacie termíny súčiastok na bicykle narástli na vyše roka a ich ceny sa zvýšili o desiatky percent. V desiatkach percent rástli aj ceny ocele, plastov, dreva a ďalších vecí. Prepravcovia nestačia vracat prázdne kontajnery do Ázie a ich cena je sedemnásobná. Výrobcom už cenu ani neriešia, pretože všetko chýba – materiál pre výrobu, stavebné komponenty, súčiastky, čipy, všetko... O príčinách tohto stavu diskutujú odborníci. Niektorí hovoria o Číne, ktorá zvýšila svoju produkciu a spotrebu, skupuje a hromadí strategické suroviny a materiály. Ďalší spomínajú problémy s covidom, zatvorené fabriky, požiare a iné dôvody. Hovorí sa aj o špekuláciách a dohodách veľkých svetových hráčov. Výsledok je rovnaký – obrovský rast cien všetkého okolo nás. Nedostatok spôsobuje ďalšie zvyšovanie dopytu a cien. Následne sa ľudia domáhajú vyšších plátov a inflačná spirála sa rozšľachá. Hodnota peňazí klesá.

Tento vývoj nám prináša niekoľko poučení. Nemali by sme zbytočne vy-

hadzovať toľko vecí, znovu ich vyrábať a ničiť tak prírodu. Mali by sme predlžovať životnosť výrobkov, opravovať, repasovať a recyklovať ich tak, ako to robili naši starí otcovia. Vážme si viac prírodné zdroje a ľudskú prácu a neplet-vajme nimi. Nemali by sme podporovať neustály rast spotreby a produkcie a dať svoje projekty do súladu s prírodou. Všade sa rozpráva o digitalizácii. Mladí chcú študovať digitálne technológie, firmy budujú digitálne systémy, politici hovoria a digitálnej krajine. Počas covidu sa zvýšili požiadavky na kapacity počítačových serverov a sietí. Elektromobily potrebujú viac čipov a digitálnych systémov ako tradičné automobily. A tak sa dnes mesiace čaká na nové auto alebo stroj – lebo chýbajú čipy, ktorých hlavné výrobné fabriky sú v Ázii. Čína skupuje suroviny na ich výrobu. Najbohatšie firmy sveta budujú digitálne siete na predaj výrobkov. A nemajú čo predávať. Ešte nevynasli digitálnu pšenicu, drevo alebo železo.

» Ján Košťuriak



DRAŽBA rodinného domu súp. č. 232 na parc. č. 638 a pozemkov na parc. č. 637 a 638 o celkovej výmere 865 m², kat. územie Stupné, okres Považská Bystrica

Vyvolávací cena: 138 000,- € Zábezpeka: 20 000,- €

Termíny obhliadok: 24.09.2021 11:00 hod., 06.10.2021 11:00 hod.

Termín a miesto dražby: 12.10.2021 o 11:00 hod.

Penzión na Sihoti, Jiráskova 5, Trenčín, seminárna miestnosť

Kontakt: 0911 620 317, www.dupos.sk

19. septembra 1848

vypuknutie prvého Slovenského povstania, vyhlásenie Slovenskej národnej rady a jej zasadanie v dome pani Kolényovej v Myjave

Výročia a udalosti

INZERCIA

0907 673 930

cujte.sk

Čítajte nás:



www.cujte.sk

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

Muštáreň Farmárik v Bolesove

Sušenie ovocia
Muštovanie Vami privezeného ovocia
Predaj 100% prírodných štiav a sušeného ovocia
Priprava a predaj ovocných kvasov a ovocia
Predajňa farmárskych a potravinárskych potrieb

042 20 21 228
mustaren@farmarik.sk www.farmarik.com

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%

- chemická inekcia

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

Oznámenie o opakovanej dražbe

Dražobník: JUDr. Lukáš Tyko, správca, značka správcu: S1333, adresa kancelárie: Piaristická 46, 911 01 Trenčín, správca dlžníka: **Jozef Košút**, bytom 017 01 Sverepec 198, dátum nar.: 07.05.1961

Miesto konania dražby: Notársky úrad Mgr. Zuzana Karasová, Piaristická 44, 911 01 Trenčín

Čas otvorenia dražby: 30.09.2021 o 11:00 hod.

2. kolo dražby

Označenie predmetu dražby: Pozemok, parcela registra „C“, par. č. 864/2, orná pôda o výmere 835 m², zapísaná na LV č. 475, katastrálne územie Sverepec, obec Sverepec, okres Považská Bystrica. Pozemok sa nachádza podľa listu vlastníctva mimo zastavaného územia obce, ale v skutočnosti sa nachádza na ulici v severozápadnej časti obce, kde prebieha výstavba rodinných domov a aj podľa územného plánu obce je určený na individuálnu bytovú výstavbu. Na parcele je možnosť napojenia sa na elektrickú energiu a vodu v dosahu cca 70 m, plyn a kanalizácia nie je dostupná. Pozemok je mierne svahovitý a má výbornú orientáciu na juhovýchod.

Najnižšie podanie: 40.035,- EUR

Kontakt: lukas.tyko@gmail.com, 0950 411 267

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

	4							9
S								
U			2			7		4
D	8				6		4	7
O		9		4	1	6		2
K							9	
U	7			3				1
	1	3		9	7			
	2					8		

KÚPEĽNE



KEREKO

KÚPEĽNOVÉ ŠTÚDIO



44 VYSTAVENÝCH
NOVÝCH KÚPEĽNÍ
3D GRAFIKA
ZDARMA

0905 298 161 | Pov. Podhradie 1313 | www.kereko.sk | kereko@kereko.sk

ČISTENIE HROBOV DOSEKÁVANIE PÍSM

KRYCIE DOSKY
POMNÍKY
TABUĽKY
SVIETNIKY
FOTOGRAFIE

Čistenie: Jednohrob 90€ 65€ Dvojhrob 140€ 100€
Impregnácia hrobu ZDARMA, Doprava ZDARMA
Obnova písma: 1,3€ 1€/znak.
Dosekávajúce písma: Do 10 znakov 80€, 11-30 znakov 7€/znak,
31 a viac znakov 6€/znak (dohoda) AKCIA do 30.9!!
Ing. Miroslav Greisiger Do Dušičiek stíhame!!
S Vami od roku 2014
0940 653 651, 0919 205 521 www.cisteniehrobu.sk

18-0012

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

47-012



čujte.sk

Ochrana
pred črevnými
nákazami

www.cujte.sk



21. septembra 1937

bol vydaný román J. R. R. Tolkiena Hobbit

Výročia a udalosti

23. september

Deň jesennej rovnodennosti

Výročia a udalosti

Oplatí sa.sk

NAJLEPŠIE PONUKY



17,00 €

JAR na riad 5L
Profesional Lemon

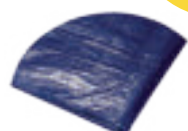
Čistá domácnosť



145,00 €
~~164,90 €~~

Izbové lešenie
Krause

Železiarstvo JUMI



21,60 €

Plachta Tarpaulin Poolco 5,5 m,
120 g/m, prekryvacia, okrúhla

Profitent.sk



5,85 €

SORIN Káva "Brazília"
Hmotnosť: 250g

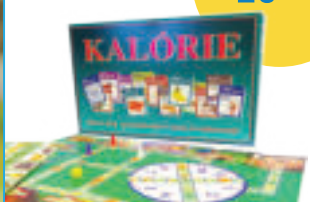
SORIN



550,00 €

Altánok
300cm x 300cm

Ivan Olajec - R O D A K



20,00 €

KALÓRIE
spoločenská hra

REGIONPRESS



899,00 €

Motor Jikov MULCOVAC
BRAVO MHR 875 B

HUMEX - Supertechnika



13,90 €
~~15,90 €~~

Skladacia rybárska
stolička - zelená

shopjk.sk

super
LIDL
ceny

od pondelka 20. 9.

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



10 kg



Konzumné zemiaky

- varný typ B - prílohové
- neprané

10 kg

balenie

3.39

• (1 kg = 0,34)



Kuracie
prsne
rezne

chladené

cena za 1 kg

-32%

5.59

3.79



-40%

0.59

0.35

Šalátové uhorky



**Jogurtový
nápoj**

- rôzne druhy

chladené

1500 g

1.99

• (1 kg = 1,33)



Actimel

- rôzne druhy

chladené

12 x 100 g

1200 g

2.99

• (1 kg = 2,49)



Mlieko

- 3,5 % tuku

Supercena

1 l

0.55



**Smotanová
nátierka**

- rôzne druhy

chladené

250 g

0.99

• (1 kg = 3,96)



**Balkánsky
syr**

3 x 200 g

3 x 200 g

600 g

2.99

• (1 kg = 4,98)



***Zlata ušetrená z najnižšej bežnej predajnej ceny, s. j. mimo akčných cien, zistených na základe porovnania cien dňa 7. 9. 2021.

Posledná ponuka platí od 20. 9. do 26. 9. 2021 alebo do vyčerpania 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.

od pondelka
20. septembra

Mleté bravčové mäso

chladené

Supercena

1 kg balenie

3.19

Treska v majonéze
Exklusiv

• v ponuke aj Treska
v majonéze 400 g za 1,79 €

400 g

-20%

~~2.99~~
2.39
• (1 kg = 5.98)

Vysočina

805 g

Vysočina

805 g

3.99
• (1 kg = 4.96)

Jahňacie
pliecko

chladené

Supercena

cena za 100 g

0.99

10 KG + 1 KG
zdarma

PROPEŠKO

Suché
krmivo
pre psy

11 kg

7.99
• (1 kg = 0.73)

2,5 L

pepsi

Pepsi/
Pepsi
Black/
7UP/
Mirinda

2,5 l

0.79
• (1 l = 0.32)

Nitran

120 g

Nitran/Paprikáš
+ krájaný

120 g

0.89
• (100 g = 0.74)

72

FAMILY PACK

Persil
DUO-CAPS

Persil
DuoCaps

up to
30
days of
FRESHNESS

-55%

~~28.99~~

12.99
• (1 pranie = 0.38)

Ponuka tovaru platí od 20. 9. do 26. 9. 2021 alebo do vyčerpania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez daňového. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmen v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný len v obvyklom množstve.

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



Do Vysokých Tatier už len s obmedzeniami

Jeseň je v našich veľhorách najkrajším ročným obdobím. Tento rok však zas pandémie mnohým zatvára dvere od Národného parku Vysoké Tatry.

Tatry sú v červenom režime, do lanoviek sa dostanú už len zaočkovaní. Prevádzkovateľ kabínkových lanoviek v Tatranskej Lomnici, spoločnosť Tatry mountain resorts (TMR), obmedzil od pondelka 13. septembra počet osôb v kabínke na 50 percent alebo na členov jednej domácnosti. Preprava v lanovkách je v režime kompletne zaočkovaní. Opatrenie sa netýka detí do 12 rokov. Informoval o tom riaditeľ strediska Vysoké Tatry Dušan Slavkovský. Dôvodom je prechod okresu Poprad do červenej fázy varovania podľa COVID automatu.

„Splnenie tejto podmienky sa bude kontrolovať pri nákupe lístkov, ako aj pred nástupom do kabínkových lanoviek. Povinnosťou je tiež prekrytie dýchacích ciest počas cesty lanovkou, ako aj v interiéri respirátorom FFP2,“ zdôraznil Slavkovský.

Ako dodal, v gastronomických prevádzkach ostávajú naďalej v režime OTP. Na dvoch miestach, na Hrebienku a Skalnatom Plese, nechávajú dve oddelené terasy s okienkovým predajom bez stolov k dispozícii pre všetkých, teda v režime základ. „Od príchodu pandémie naďalej vo zvýšenej miere dezinfikuje-

me kabínkové lanovky nielen dezinfekčnými prostriedkami, ale aj špeciálnymi lampami. Snažíme sa urobiť všetko pre to, aby sme ľuďom zabezpečili maximum možných služieb a zároveň im dopriali možnosť bezpečne si v horách oddýchnuť,“ poznamenal Slavkovský.

Zmeny sa dotkli aj strediska Jasná v Nízkych Tatrách, v ktorom sú aktuálne v prevádzke lanovky na Chopok z juhu aj zo severu. „V praxi ide predovšetkým o kontrolu režimu OTP na lanovkách aj v gastronomických prevádzkach,“ uviedol riaditeľ strediska Jiří Trumpeš.

V Tatralandii taktiež sprísnilo opatrenia z dôvodu vstupu okresu do oranžovej fázy ostražitosť. Vstup je umožnený len osobám v režime OTP. Kapacita areálu i saunového sveta je obmedzená na polovicu,“ priblížil riaditeľ vodných parkov Igor Mráz.



» red

Na svete je druhé vydanie Turistického atlasu Slovenska

Najvyšší vrchol východnej časti Nízkych Tatier sa stal miestom, kde sa uviedol do života Turistický atlas Slovenska. Legendárny vydavateľ máp ako pokračovateľ vo výrobe a aktualizácii turistických máp bývalého Vojenského kartografického ústavu Harmanec, vydal po 16 rokoch druhé vydanie turistického veľdiela.

Slávnostné uvedenie atlasu do života bolo spojené so 4. ročníkom VKÚ výstupu na Kráľovu hoľu v druhý septembrový víkend.

Turistický atlas sa pokrší na najkrajšom vrchu v Nízkych Tatrách

Jedenásty september patrila nielen kartografickému tímu, ktorý pracoval na aktualizácii Turistického atlasu Slovenska, ale aj leteckým pilotom, fotografom a všetkým tým, ktorí obľubujú horskú turistiku. Na každého účastníka čakalo prekvapenie v podobe praktického darčeka na turistiku, vynikajúca fazuľovica a osviežujúci nápoj.

„VKÚ výstup na Kráľovu hoľu organizoval v spolupráci s Klubom slovenských turistov už štvrtý rok. Tým, že rok 2021 bol pre náš vydavateľský tím jedinečný, rozhodli sme sa kartografické veľdielo, Turistický atlas Slovenska, netradičným spôsobom uviesť do živo-

ta na tejto turistami obľúbenej akcii.“ Vysvetlil vydavateľ máp a pilot Milan Paprčka.

Prítomní sa dozvedeli, ako prebiehala aktualizácia územia Slovenska, koľko ľudí sa na samotnom spracovaní diela podieľalo a aké novinky čakajú každého turistu po nazretí do Turistického atlasu Slovenska.

„Z najvyššieho vrcholu východnej časti Nízkych Tatier je možné vidieť až šesť štátov. Je to unikátne miesto, ktoré je predurčené na špeciálne príležitosti. Výnimkou nie je ani dlhoočakávaný atlas, ktorý sme sa rozhodli uviesť do života práve na turistami obľúbenom a veľmi navštevovanom mieste, akým je Kráľova hoľa,“ hovorí Andrea Farkašová, média manažérka vydavateľstva a kurátorka Slovenského múzea máp.



» Zdroj: Andrea Farkašová
Foto: VKÚ Harmanec, s.r.o.



19 ROKOV NA TRHU

SCHODOLEZY, STOLIČKOVÉ VÝŤAHY, PLOŠINY A STROPNÉ ZDVIHÁKY PRE IMOBILNÉ OSOBY



Príspevok od štátu pre ŤZP osoby až do 95% z hodnoty zariadenia. Pomôžeme vám s jeho vybavením.



U NÁS MÁTE BEZPLATNÚ návštevu, zameranie a návrh bezbariérového riešenia v rámci celej SR úplne zadarmo.

bezplatnú infolinku: 0800 199 060
e-mail: velcon@velcon.sk

www.velcon.sk

20. septembra 1633 Výročia a udalosti
Galileo Galilei bol súdený inkvizíciou

PREDÁM MLÁDKY, MORKY, BROJEROVÉ KURENCE
0944 842 953
www.hydinashop.sk

Samozber jablk
Otvorené každý deň od 8:00 do 18:00.
Cena je 0,5 – 0,90/kg v závislosti od odrody.
viac informácií na www.samozberjablk.sk / 0902 982 120
viac informácií na www.samozbersliviek.sk / 0918 417 795

Tento rok aj novinka Samozber sliviek

FRUCTOP OSTRATICE PRI PARTIZÁNSKOM

PALIVOVÉ DREVO

- v celých dĺžkach
- metrovica • polienka
- peleta

0948 141 080

Z trvalo udržateľného Slovenského lesa



CBD pomáha zbaviť sa úzkostí

Buchot srdca, stuhnuté svaly, tlak na hrudi. Stav, kedy telo zostáva paralyzované a realita je skreslená, pretože namiesto celostnej perspektívy vnímame len jej útržky. Konštruktívne myslenie sa mení na unáhlené, mnohokrát dochádza k úplnému zahmleniu mysle. Aj takto sa prejavuje úzkosť alebo anxieta, ktorou podľa Svetovej zdravotníckej organizácie na svete trpí aspoň jedna osoba z trinástich. Na Slovensku sa v roku 2017 na úzkostnú poruchu liečilo až 60 000 ľudí.

Hoci spôsoby, ako sa s ňou vyrovnávať sú rôzne, podľa konkrétneho prípadu, vedci potvrdili, že pomocť so zmiernením anxiety nám môže aj CBD, ktoré sa najčastejšie užíva vo forme olejov.

Hranice úzkosti

Americká psychologická asociácia úzkosť definuje ako pocit napätia, obáv a fyzických prejavov. Tie zahŕňajú napríklad sucho v ústach, potenie, zrýchlený pulz či problémy s trávením. Ľudstvu je tento neduh známy už odpradávna. Lekári v starovekom Grécku ju odlíšili od melanchólie či smútku, navrhli dokonca techniky na jej zmiernenie. Dnes o úzkosti počuť často najmä v západnej hemisfére, kde sa ľudia čoraz viac starajú o mentálne zdravie.

Úzkosť je pritom prirodzenou ľudskou emóciou a do určitej miery ju prežíva každý z nás, telo ju napríklad využíva preventívne, v prípade nebezpečia. Spozornieť však treba, keď úzkosť začne výrazne ovplyvňovať náš život. Ak sa neustále strachujeme aj v bezstresových

situáciách a našu myseľ okupujú často iracionálne a nekontrolovateľné obavy, môže ísť o chronickú neurotickú poruchu, ktorá často spôsobuje pridružené ochorenia.



Foto: freepik / jcomp

Ako CBD pôsobí na úzkosť

Pri liečbe úzkosti je dôležité dostať sa ku koreňu problému, napríklad cez psychoterapiu či meditáciu. Účinné však môžu byť aj prírodné liečivá, ktoré organizmus upokoja. V súčasnosti si čoraz viac ľudí pochvaľuje efekt látky kanabidiol (CBD), ktorá sa získava z kopy siatej.

Pomoc pri boji s úzkosťami patrí medzi najbežnejšie spôsoby využitia CBD. Vďaka jej netoxickým a nenávykovým vlastnostiam je táto látka mnohokrát efektívnym doplnkom k farmaceutickým liekom, v prípade menej závažných porúch ich môže aj nahradiť. Hoci efekty CBD na ľudský organizmus vedci stále skúmajú, viacero štúdií túto tézu potvrdzuje.

Podľa výskumu pre vedecký žurnál Neurotherapeutics z roku 2015 pôsobí CBD proti

rôznym typom úzkosti. Patrí k nim napríklad generalizovaná úzkosť, sociálna fobia či panická porucha. Štúdia pre Journal of Psychopharmacology z roku 2011 porovnávala vplyv placebo a CBD na sociálnu úzkosť a jej základné mechanizmy v mozgu. Oproti placebo, CBD výrazne znížilo hladinu sociálnej fobie vďaka jeho účinku priamo na konkrétnych miestach v mozgu.

Posttraumatická stresová porucha

K poruchám úzkosti patrí aj PTSD – posttraumatická stresová porucha. Výskum z roku 2019 pre Journal of Alternative and Complementary Medicine zaznamenal dopad CBD na jedenásť pacientov s týmto problémom. Pacienti užívali CBD ústne počas ôsmich týždňov. Až 91% z nich cítilo úľavu od úzkosti. Skúmaní ľudia tiež cítili, že sa im obmedzili nočné mory a prehrávanie negatívnych myšlienok v hlave. Magazín Business Insider zas zverejnil výpoveď užívateľky CBD, ktorá registrovala zlepšený spánok a pokojnejšie reakcie na okolnosti, ktoré ju bežne sužovali. „Hoci som počas noci nebola úplne bez stresu, po týždni užívania CBD oleja – približne šesť až osem kvapiek dvakrát denne – úzkosť opadla a cítila som sa uvoľnenejšie.“

Nájsť optimálnu dávku, ktorá uvoľní telo a myseľ, je individuálne a mnohokrát to vyžaduje experimentovanie. Do určitej miery si ho možno dovoliť, keďže CBD je prírodná substancia s malým množstvom vedľajších účinkov. Pokiaľ máte s CBD olejom málo skúseností, začnite s nižšou dávkou, postupne ju zvyšujte, kým nenájdete tú správnu. »red.



5% CBD olej

31,50 EUR



10% CBD olej

45,90 EUR

20% CBD olej

63,90 EUR

CBD BIO KONOPNÉ OLEJE
si môžete objednať na:

www.cbdexpert.sk

alebo kúpiť
v predajniach:



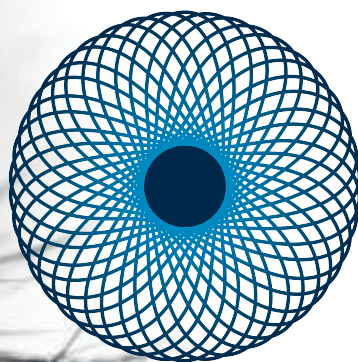
Považská Bystrica, Areál NsP



Púchov, Fresh Nona
Moyzesova 1867/4

+421 904 552 345
objednavky@cbdexpert.sk

33-0072



VISTAMET

OČNÉ CENTRUM

MUDr. Eva Trizuljaková

Operácie sivého zákalu

Komplexné očné vyšetrenie

Preventívne prehliadky

Centrum 12/17, DIAMON Residence,
Považská Bystrica

www.vistamet.sk

0948 345 145

objednavky@vistamet.sk

461210020

PONDELOK 20.9.2021

MARKÍZA 05:00 TELEVÍZNE NOVINY
06:00 Teleráno **08:25** Záměna manželiek **09:45** Oteckovia **10:45** Rodinné prípady **11:45** Kobra 11 XVIII. 10-11 **13:50** FARMA - DUEL **15:55** Rodinné prípady **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:10** Byť zdravý je výhra **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** Pán profesor III. 3 **21:45** FARMA **22:55** Horná Dolná XIII. 3 **00:05** Kobra 11 XVIII. 9 **02:10** Policajné prípady **03:15** FARMA **04:20** Rodinné prípady

TV JOJ 05:40 Krimi **06:15** Ranné noviny **08:35** Bez servítky **09:50** Policajti v akcii **12:00** Noviny o 12:00 **12:40** Top Star **13:00** Kosti VIII. 23,24/24 **15:00** Prázdniny 10/10 **16:00** Naši II. 19,20 **17:25** Noviny **17:50** Bez servítky **19:00** Krimi **19:30** Noviny TV JOJ **20:15** Byť zdravý je výhra **20:25** Šport **20:30** Najlepšie počasie **20:35** Inkognito **21:40** Inkognito **23:05** Spackané plastické operácie VI. 17/18 **01:05** Policajti v akcii **03:10** Noviny TV JOJ **03:45** Bez servítky **04:50** Noviny TV JOJ

:1 RTVS 05:45 Dámsky klub **07:30** Ranné správy RTVS **08:30** Bez batožiny **08:55** Rodina doktora Kleista **09:45** Derrick **10:55** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:20** Dámsky klub **14:00** Dedovizeň **14:30** Inšpektor Lynley **15:25** Pravdivé príbehy **16:20** Bez batožiny **16:50** Rodina doktora Kleista **17:40** Duel **18:10** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Úplní cudzinci **22:10** Reportéri **22:55** Detektívi od Najsvätejšej Trojice **00:05** Poirot: Silnejší vyhráva **00:55** Pumpa **01:25** 0 5 minút **12:02:35** Správy RTVS „N“

PIATOK 24.9.2021

MARKÍZA 05:00 TELEVÍZNE NOVINY
06:00 Teleráno **08:25** Varte s nami **08:40** Záměna manželiek **09:45** Oteckovia **10:45** Rodinné prípady **11:45** Kobra 11 XIX. 2-3 **13:50** FARMA **14:55** Policajné prípady **16:00** Rodinné prípady **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:10** Byť zdravý je výhra **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** SuperStar **22:50** Love Island **00:00** Kobra 11 XIX. 1 **02:10** Policajné prípady **03:15** Rodinné prípady **03:55** Záměna manželiek

TV JOJ 05:40 Krimi **06:15** Ranné noviny **08:30** Bez servítky **09:40** Prvé oddelenie 7 **10:00** Policajti v akcii **12:00** Noviny o 12:00 **12:30** Top Star **12:50** Kosti **14:50** Prázdniny **16:00** Naši **17:25** Noviny **17:50** Bez servítky **19:00** Krimi **19:30** Noviny TV JOJ **20:15** Byť zdravý je výhra **20:25** Šport **20:30** Najlepšie počasie **20:35** Kráska a zvieratá Americký rodinný romantický fantastický rozprávkový muzikál. MN 12 2017 Emma Watsonová, Dan Stevens, Kevin Kline **23:10** Bournovo ultimátum **01:35** Šerifovo auto **03:20** Krimi

:1 RTVS 06:00 Dámsky klub **07:30** Ranné správy RTVS **08:30** Bez batožiny **08:55** Doktor z hôr **09:45** Derrick **10:55** Duel **11:25** 5 proti 5 **12:20** Dámsky klub **14:00** Dedovizeň **14:30** Horskí záchranári **15:25** Pravdivé príbehy **16:25** Bez batožiny **16:50** Doktor z hôr **17:35** Duel **18:10** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Milujem Slovensko Súťažno-zábavná šou, v ktorej sa dozviete všetko o našom milovanom Slovensku. MN 12 (SR) 2021 **22:15** Zabijaci **23:40** Trauma **00:25** Správy RTVS „N“ **01:40** Zabijaci

UTOROK 21.9.2021

MARKÍZA 05:00 TELEVÍZNE NOVINY
06:00 Teleráno **08:25** Záměna manželiek **09:45** Oteckovia **10:45** Rodinné prípady **11:45** Kobra 11 XVIII. 12-13 **13:50** FARMA **14:55** Policajné prípady **15:55** Rodinné prípady **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:10** Byť zdravý je výhra **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** Sestričky IV. 3 **21:45** FARMA **22:55** Love Island **00:00** Love Island **01:10** Kobra 11 XVIII. 10 **02:10** Policajné prípady **03:15** FARMA **04:20** Rodinné prípady

TV JOJ 05:40 Krimi **06:15** Ranné noviny **08:35** Bez servítky **09:50** Policajti v akcii **12:00** Noviny o 12:00 **12:30** Top Star **12:50** Kosti IX. 1,2/24 **14:50** Prázdniny II. 1/10 **16:00** Naši II. 21,22 **17:25** Noviny **17:50** Bez servítky **19:00** Krimi **19:30** Noviny TV JOJ **20:15** Byť zdravý je výhra **20:25** Šport **20:30** Najlepšie počasie **20:35** Nemocnica **21:45** Rýchlo a zbesilo **00:00** Letecké katastrofy XVII. 1/10 **01:00** Policajti v akcii **03:05** Krimi **03:30** Prvé oddelenie II. 66/67 **03:45** Bez servítky **04:55** Noviny TV JOJ

:1 RTVS 06:00 Dámsky klub **07:30** Ranné správy RTVS **08:25** Bez batožiny **08:55** Rodina doktora Kleista **09:45** Derrick **10:55** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:20** Dámsky klub **13:55** Dedovizeň **14:25** Inšpektor Lynley **15:20** Pravdivé príbehy **16:25** Bez batožiny **16:50** Rodina doktora Kleista **17:45** Duel **18:15** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Matky **21:50** Peniaze **22:30** Umenie zločinu **23:20** Úplní cudzinci **00:55** Správy RTVS „N“ **01:55** Detektívi od Najsvätejšej Trojice **03:05** Derrick **04:05** Reportéri **04:40** Správy RTVS „N“

SOBOTA 25.9.2021

MARKÍZA 06:00 TELEVÍZNE NOVINY
07:00 Priatelia Toma a Jerryho **07:30** Tom a Jerry **07:50** Batman vs. Superman: Úsvit spravodlivosti **11:10** Policajná akadémia **3 12:45** Pán profesor III. **3 13:50** SuperStar **16:15** 50x a stále po prvý raz **18:20** Smotánka **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** FARMA - DUEL Čakajte nečakané! Kto z farmárov získa výhru 75 000 €? MN 12 **23:00** Love Island **00:15** Svetová vojna Z **02:40** Rambo III. **04:20** Náказа z hĺbín

TV JOJ 05:10 Noviny TV JOJ **06:00** Krimi **06:30** Noviny TV JOJ **07:15** Dobré ráno s Jolkou **07:40** Labková patrola III. 9 **08:05** SpongeBob v nohavičiach VI. 4 **08:40** Naši III. 19,20 **09:50** Česko Slovensko má talent **11:30** Dom snov **13:35** Oceľová päsť **16:20** Pretty Woman **19:00** Krimi **19:30** Noviny TV JOJ **20:25** Šport **20:30** Najlepšie počasie **20:35** Česko Slovensko má talent **22:10** Uhorčík **22:55** Šialená jazda **01:05** Nečakané odhalenie 2 **03:05** Krimi **03:30** Prvé oddelenie 3,4 **04:05** Prázdniny II. 4

:1 RTVS 06:05 Tajomstvo mojej kuchyne **06:45** Nezbedný havran **07:05** To sú veci **08:00** Fidlubumove rozprávky **08:30** Bol raz jeden život **09:10** Český hudobný labák **09:40** Duel JUNIOR **10:15** Mami, kúp mi psa **11:05** KULTÚRA.SK **11:40** On air **12:05** Záhadý tela **13:05** Milujem Slovensko **14:35** Maigret **16:10** Julie Lescautová **17:50** Cestou necestou **18:20** Postav dom, zasaď strom **19:00** Správy RTVS **20:30** Záhadý tela **21:30** Pumpa **22:00** Neskoro večer **23:00** Nikto nie je dokonalý **00:10** Maigret **01:40** Správy RTVS „N“

STREDA 22.9.2021

MARKÍZA 05:00 TELEVÍZNE NOVINY
06:00 Teleráno **08:25** Záměna manželiek **09:45** Oteckovia **10:45** Rodinné prípady **11:45** Kobra 11 XVIII. 14-15 **13:50** FARMA **14:55** Policajné prípady **15:55** Rodinné prípady **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:10** Byť zdravý je výhra **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** Utajený šéf II. **22:10** FARMA **23:25** Love Island **00:35** Kobra 11 XVIII. 11-12 **02:40** Policajné prípady **03:30** FARMA **04:20** Rodinné prípady

TV JOJ 05:40 Krimi **06:15** Ranné noviny **08:35** Bez servítky **09:50** Policajti v akcii **12:00** Noviny o 12:00 **12:30** Top Star **12:50** Kosti IX. 3,4 **14:50** Prázdniny II. 2 **16:00** Naši II. 23,24 **17:25** Noviny **17:50** Bez servítky **19:00** Krimi **19:30** Noviny TV JOJ **20:15** Byť zdravý je výhra **20:25** Šport **20:30** Najlepšie počasie **20:35** Dom snov Slovenská súťažno-zábavná reality šou. MN 12 **2021 22:40** Creed II Americký športový film. MN 12 **2018** Michael B. Jordan, Sylvester Stallone, Tessa Thompsonová **01:25** Policajti v akcii

:1 RTVS 06:00 Dámsky klub **07:30** Ranné správy RTVS **08:30** Bez batožiny **08:55** Rodina doktora Kleista **09:45** Derrick **10:55** Duel **11:25** 5 proti 5 **12:20** Dámsky klub **14:00** Dedovizeň **14:30** Inšpektor Lynley **15:25** Pravdivé príbehy **16:25** Bez batožiny **16:55** Doktor z hôr **17:40** Duel **18:10** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Vraždy v Lisieux **22:10** EKO ďalej **22:50** Trauma **23:40** Matky **00:55** Slovensko v obrazoch **01:20** Správy RTVS „N“ **02:35** Derrick **03:35** Inšpektor Lynley **04:20** Správy RTVS „N“

NEDEĽA 26.9.2021

MARKÍZA 06:00 TELEVÍZNE NOVINY
06:55 Priatelia Toma a Jerryho **07:15** Tom a Jerry **07:30** Policajná akadémia **3 09:15** 50x a stále po prvý raz **11:15** Utajený šéf II. **13:00** Na telo **13:50** Jumanji **16:25** Horná Dolná VII. 12 **17:50** Horná Dolná XIII. 4 **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** Anna kčný film MN 15 (Francúzsko) **2018** C. Murphyová, H. Mirrenová, L. Evans, S. Lussová, E. Lampaert. **23:10** Love Island **00:20** 50x a stále po prvý raz **02:25** Temná búrka **04:00** Horná Dolná VII. 12

TV JOJ 05:20 Noviny TV JOJ **06:05** Krimi **06:40** Noviny TV JOJ **07:30** Naši III. 21 **08:10** Minna a továreň na sny **10:00** Ratatouille **12:20** Kráska a zvieratá **15:00** Miláčikovo **15:40** Nová záhrada **16:50** Na chalupe **17:50** Nové bývanie **19:00** Krimi **19:30** Noviny TV JOJ **20:25** Šport **20:30** Najlepšie počasie **20:35** Dlhá noc na prežitie Americký akčný triler. MN 15 **2020** Chad Michael Murray, Bruce Willis, Lydia Hullová **22:45** Wanted **01:00** Krimi **01:30** Nová záhrada **02:35** Na chalupe **03:25** Nové bývanie

:1 RTVS 06:10 Mami, kúp mi psa **07:00** Karavan **08:00** Záračný ateliér **08:25** Táraninky **08:45** Bol raz jeden život **09:35** Autosolón **10:05** Japonsko zhora **11:00** Slovensko v obrazoch **11:25** Svet v obrazoch **11:55** 0 5 minút **12 13:20** Občan za dverami **13:45** Peniaze **14:10** Poirot: Žltý kosatec **15:05** Zlaté časy **16:05** V piatok trinásteho **17:45** Hurá do záhrady **18:15** Tajomstvo mojej kuchyne **19:00** Správy RTVS **20:30** Byť zdravý je výhra **21:35** Zaslúbený život **23:35** V piatok trinásteho **01:10** Správy RTVS „N“

ŠTVRTOK 23.9.2021

MARKÍZA 05:00 TELEVÍZNE NOVINY
06:00 Teleráno **08:25** Záměna manželiek **09:40** Oteckovia **10:45** Rodinné prípady **11:45** Kobra 11 XIX. 1 **13:50** FARMA **15:00** Policajné prípady **16:00** Rodinné prípady **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:10** Byť zdravý je výhra **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** Horná Dolná XIII. 4 **21:45** FARMA **22:50** Utajený šéf II. **00:30** Kobra 11 XVIII. 13-14 **02:35** Policajné prípady **03:30** FARMA **04:15** Rodinné prípady

TV JOJ 05:40 Krimi **06:15** Ranné noviny **08:35** Bez servítky **09:50** Policajti v akcii **12:00** Noviny o 12:00 **12:30** Top Star **13:00** Kosti IX. 5,6 **15:00** Prázdniny II. 3 **16:00** Naši II. 25,26 **17:25** Noviny **17:50** Bez servítky **19:00** Krimi **19:30** Noviny TV JOJ **20:15** Byť zdravý je výhra **20:25** Šport **20:30** Najlepšie počasie **20:35** Nemocnica **21:45** Na hrane **22:30** Inkognito **23:40** Spackané plastické operácie **19 00:35** Policajti v akcii **02:40** Krimi **03:10** Prvé oddelenie II. 67/67 **03:30** Prvé oddelenie 1/80 **03:50** Bez servítky

:1 RTVS 06:00 Dámsky klub **07:30** Ranné správy RTVS **08:30** Bez batožiny **09:00** Doktor z hôr **09:45** Derrick **10:55** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:20** Dámsky klub **14:00** Dedovizeň **14:30** Horskí záchranári **15:25** Pravdivé príbehy **16:25** Bez batožiny **16:55** Doktor z hôr **17:40** Duel **18:15** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** 100 rokov slovenského filmu **22:05** Jánošík **23:30** Julie Lescautová **01:00** Vraždy v Lisieux **02:35** Správy RTVS „N“ **03:50** Horskí záchranári **04:35** Správy RTVS „N“



TIP NA SOBOTNÝ VEČER

25.9.2021 20:30

FARMA-DUEL

Volné pracovné miesto MONTÁŽNY PRACOVNÍK TRAKČNÉHO VEDENIA

TTP - 6€ netto Zabezpečené ubytovanie, cestovné, diéty. Turnusová práca na Morave. Pracovníkov zaškoľujeme.
Kontakt: 0948 277 822



Hľadá sa INŠTRUKTOR

do autoškoly v PB

Potrebný preukaz

Volaj 0915 073 651



PONUKA PRÁCE

operátorka vo výrobe

– obstrihávajúce gumového tesnenia

Miesto výkonu práce:

Považská Bystrica

Práca v dvojzmennej aj trojzmennej prevádzke, aj na čiastočný úväzok

3,82 € /hod + bonusový systém a stravné lístky navyše

kontakt:

BnS, s. r. o., 0907 312 909
melichercikova@bnssro.sk



Bonfiglioli je talianska rodinná firma s viac ako 60-ročnou tradíciou v oblasti konštrukcie a výroby prevodoviek. Nadnárodná skupina Bonfiglioli v súčasnosti patrí medzi TOP 5 svetových dodávateľov prevodoviek a integrovaných riešení na prenos sily.

V súvislosti s rozvojom závodu v Považskej Bystrici ponúkame pracovné príležitosti záujemcom v profesii:

• CNC OBRÁBAČ KOVOV

- základná mzda od 865 € btt PLUS mesačné prémie od 130 € btt + príplatky + 13-ty plat

• MONTÁŽNY PRACOVNÍK

- základná mzda 755€ btt PLUS mesačné prémie 115€ btt + príplatky + 13-ty plat

• SKLADNÍK

- základná mzda od 755 € btt PLUS mesačné prémie od 115 € btt + príplatky + 13-ty plat

V základnej mzde nie sú zahrnuté príplatky za nočnú prácu a nadčas, tímový bonus pri splnení skupinového cieľa, letný a zimný bonus.

Budúcim zamestnancom ponúkame:

- motivujúce finančné ohodnotenie, 13-ty plat,
- pracovnú zmluvu priamo s Bonfiglioli, nie s personálnou agentúrou,
- možnosť odborného rastu, pracovné podmienky na vysokej úrovni,
- dopravu do zamestnania v rámci Považskej Bystrice,
- rôzne iné benefity.

Svoje životopisy a žiadosti zasielajte, prosím, na e-mailovú adresu personalne.sk@bonfiglioli.com, alebo na adresu Bonfiglioli Slovakia s.r.o., Robotnícka 2129, 017 01 Považská Bystrica. Kontaktovať nás môžete na tel. č. 0902 925 020

Čujte.sk

Cena plastov
je sporná

www.cujte.sk



PRIJMEME PRACOVNÍKOV DO STRÁŽNEJ SLUŽBY

na objekty a obchodné prevádzky
v Považskej Bystrici, v Púchove a v okolí

Nástup: možný ihneď. Podmienka: preukaz odbornej spôsobilosti. Mzda: 5,00 €/hod. + príplatky, odmeny, stravné, náborový príspevok

Telefón: 0917 961 601

Spoločnosť
PROPER Group
hľadá



šikovných a spoľahlivých ľudí do automobilky
v Tepličke nad Váhom na pozície

pani na upratovanie

na trvalý pracovný pomer a aj brigádu. Pracuje sa od pondelka do piatka ranná, poobedná, nočná zmena. Ide o upratovanie kancelárií a výrobných priestorov.

Platové podmienky: od 3,40 €/h v čistom.

Študenti od 18 rokov na zastupovanie,
mzda 4,00 €/h v čistom.

muža - manipulantu

s kovovými prípravkami po hale a obsluhu chem. práčky do KIA Žilina na trvalý pracovný pomer a aj brigádu. Pracuje sa od pondelka do piatka ranná, poobedná, nočná.

Platové podmienky: od 4,60 €/h v čistom.

muža - manipulantu s VZV

do KIA Žilina na trvalý pracovný pomer a aj brigádu. Pracuje sa od pondelka do piatka ranná, poobedná, nočná.

Platové podmienky: od 4,60 €/h v čistom.

Zmenový majster

Máš skúsenosť s prácou v automobilke alebo podobnej firme? Máš skúsenosť s prácou s ľuďmi a vedením kolektívu?

Tak hľadáme práve teba.

Práca je v KIA Žilina.

Platové podmienky: od 5,25 € netto plus bonusy, odmeny a príplatky, resp. podľa skúseností. Ozvi sa nám a na osobnom pohovore si povieme bližšie info.

Viac info na tel: 0910 180 166

Víkendová brigáda

Chceš si cez víkend zarobiť?

Vhodné pre študentov od 18 rokov.

Pracovná náplň: upratovacie a čistiace práce

Mzda: 4,00 € netto,

po zaučení od 4,66 € netto

Kde: automobilka Teplička nad Váhom

Tel. číslo: 0910 180 166

E-mail: brigada@proberservice.sk



Oblúbený zber jabĺk v ČR

Ubytovanie a doprava zdarma!

Dobrá, oblúbená 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 prednostne ľudí zvyknutých na fyzickú prácu. Práca trvá podľa výberu strediska 4-6 týždňov alebo dohodou. Prac. zmena 10 hod., **pracuje sa na úkol!** Strava za symbolický príspevok, alebo poskytujeme stravné. Zálohy každý týždeň. Nástupy od cca 24.9.2021.

Viac na 0949 016 616 (stačí prezvoniť, zavoláme naspäť).

Jobbees - tradičné zárobky u tradičných partnerov

INZERÁT,
KTORÝ
PREDÁVA



LETÁKY

0907 673 930

22. septembra 1818

bulou rímskeho pápeža Pia VII. Relata Semper bola kanonicky
zriadená Prešovská eparchia

Výročia a udalosti

Oplatí sa!

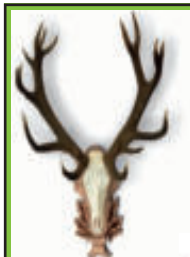
TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

HRADEC KRÁLOVÉ
145 Kč / NETTO HODINA

**OPERÁTOR
VÝROBY**

- ubytovanie
zabezpečené

VIAC INFO
NA TEL.
ČÍSLACH:
BEZPLATNÁ LINKA
0800 500 091
+420 702 193 121



**Kúpim
jelenie,
srnčie,
danielie
zhody
a trofeje.**

VÝKUP

**VOJENSKÝCH
VECÍ** - helmy, bodáky a iné

tel. 0904 474 597
vykupparoziaeu@gmail.com



**Stavbári
a lešenári pozor!**

Nemecko a Švédsko

- celoročná práca na turnusy
- cesta a bývanie zadarmo

- na ŽL od 3 000 do 5 500 € mesačne
- na TPP od 2 400 do 4 200 € (netto)

Volajte: +421 948 672 122
+421 907 780 698

www.alukogroup.com/nabor



EIFEL-Fleisch
Gerolstein



**BRAVČOVÁ A HOVÄDZIA
PORÁŽKA
A ROZRÁBKA V NEMECKU**

17€ - 20€

na 1 hod. podľa kvalifikácie.

**BRUTTO NA HODINU
PRÁCA VHODNÁ
AJ PRE PÁRY**

20 dní platenej dovolenky,
preplácané sviatky

Nemecká pracovná zmluva
Nemecké sociálne poistenie
Vybavíme všetko potrebné pre prácu
Možnosť turnusov
Ubytovanie zabezpečené
Stabilná celoročná práca

www.eifelfleisch-mueller.de
karriere@eifel-fleisch.com

+421 944 995 400

PLASTOVÉ A HLINÍKOVÉ OKNÁ,
VCHODOVÉ A POSUVNÉ DVERE

JEDINEČNÝ
DIZAJN ZA
SUPER CENY

HESTA

www.hesta.sk

PARTNERI KAMPANE:

Bestfenetres (S.A.R.L. / Ltd. / GmbH) - Sarisské Michalany - L.U.N.A.1 - Trenčín - DORADO - Bytča - Arow Košice - Košice - Okno Slovak Detva - Detva
PK plast - Ivanka pri Dunaji - R.H.M. - Zilina - SLOV-MAT - Zilina - VIKO TRADE - Senica - Jaroslav Hutian AGROBET - Stropkov - GLADIUS - Kamenica
Apler - Prešov - Prodax - Galanta - OKNOPORTAL - Bratislava - KINS - Očová - EKONAV - Dunajská Streda - Dobrošlav - Prešov - Pegaplast - Veľký Krtíš

**MÁTE
VLHKÝ DOM?**

- podpilovanie muriva
- chemická injekcia

ZĽAVY 20%

STOP
vlhkým múrom
0918 671 541



**LIMITOVANÁ
AKCIA!**

PREDMONTÁŽ POLYKARBONÁTU ZADARMO

JEDNODUCHÁ MONTÁŽ BUDE EŠTE JEDNODUCHŠIA!
OBJEDNAJTE SI KTORÝKOLIEK SKLENÍK Z NAŠEJ PONUKY, ZÍSKATE
ZADARMO PREDMONTÁŽ POLYKARBONÁTU NA ČELNÉ STRANY
SKLENÍKU, Vďaka čomu Váš NOVÝ SKLENÍK ZLOŽÍTE DO 2 HODÍN.

SKLENÍK VÁM PRIVEZIEME ZADARMO KAMKOLIEK NA SLOVENSKU

Šírka	hĺbka	výška	sklenný rám	sklenný rám
80x100	1,64 x 1,68 x 2 m	209 EUR	CENA PREDLŽENIA O 2 m	100 EUR
80x120	2 x 2 x 2 m	335 EUR	CENA PREDLŽENIA O 2 m	150 EUR
100x120	2,58 x 2 x 2 m	435 EUR	CENA PREDLŽENIA O 2 m	160 EUR
100x140	3 x 2 x 2 m	505 EUR	CENA PREDLŽENIA O 2 m	160 EUR
120x140	3 x 2 x 2 m	435 EUR	CENA PREDLŽENIA O 2 m	160 EUR
120x160	3 x 2 x 2 m	475 EUR	CENA PREDLŽENIA O 2 m	210 EUR
140x160	3 x 2 x 2 m	549 EUR	CENA PREDLŽENIA O 2 m	210 EUR

0948 00 00 50 | sklenik@prozahrada.sk | www.prozahrada.sk



S GARANCIOU



ZHUTŇOVANIE

**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