

NITRIANSKO

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 54 930 domácností

KANÁL SERVIS
RÝCHLO | ČISTO | SPOLAHLIVO | NONSTOP

KRTKOVANIE
ČISTENIE KANALIZÁCIÍ
BEZVÝKOPOVÉ OPRAVY
MONITORING KAMEROU

rýchly zásah
za najlepšie ceny
DOPRAVA ZDARMA
0907 652 710
www.kanalservis.sk

STRECHY
OPRAVY STRIECH

Ďalšie služby:

- izolácie
- klampiarske práce
- opravy komínov
- zamazávanie korýtok
- čistenie a nátery rýn

0903 060 490

SŤAHOVANIE
prof. **SUVKA**
Nitra
Dispečing SK - 0950 333 222
www.stahovanie-profi.sk

ŽALÚZIE SIETE
OPRAVA
plastových
OKIEN
DVERÍ
0940 765 888

VÝKUP AUTOVRAKOV
RECYKLÁCIA AUTOMOBILOV
Autorizovaný spracovateľ - Piec auto s.r.o.
PLATÍME 50 €/T auta
My vaše auto odvezieme zadarmo
a odhlásime ho u vás doma.
0915 261 120

ŠTRK - PIESOK
KAMIEŇ
OKRASNÉ GULÁČE
0905 142 500
Nitra smer Janíkovce

ROLDOR
vstavané skrine
posuvné dvere
šatníky, knižnice
29 ročné skúsenosti
perfektné nápady
najvyššia kvalita
www.roldornitra.sk
tel.: 0905 244 565
AKCIA -30%

GAZDOVSKÝ DVOR VINODOL
Tel.: 0907 960 440, 0909 105 810

PREDAJ
Živé KURENCE
Živé MORKY

DENNÝ ROZVOZ OBEDOV

Cena obedového menu s dovozom 4,20 EUR.

Tel. kontakt: 0918 119 328, 0911 328 119

Nahlasovania objednávok od 07:00 do 09:00 hod.

GASTROGAL
CATERING & FOOD SERVIS

JEDÁLNY LÍSTOK

Pondelok
13.9.2021

Sedliacka krúpková polievka s údeným • 0,31 1
1. Vyprážaný bravčový rezeň, zemiaková kaša, kyslá uhorka • 120g 1,3,7
2. Kurací plátok s grilovanou cviklou a feta syrom, ryža • 164/64g 1,7
3. Pečené buchty so slivkovým lekvárom • 5ks 1,3,7
4. Vegetarián. Spíz (cuketa, šampiňóny, cibuľa, paprika, údený tofu syr), zem. kaša • 200g 6,7
5. Zel. šalát s opraženou šunkou, vajcom a syrom, krutóny, dressing tisíc ostrovov • 450g 1,3,7

Utorok
14.9.2021

Hovädzí vývar so zeleninou a rezancami • 0,31 1
1. Vyprážaný kurací rezeň plnený s nivou, ryža, šalát • 120g 1,3,7
2. Segedínsky bravčový guláš, knedľa • 280/64g 1,3,7
3. Slivkové guľky s makovou posýpkou a maslom • 5ks 1,3,7
4. Pečené baby zemiaky v šupke s bryndzou, slaninou a dusenou cibuľou • 500g 7
5. Zeleninový šalát s kuracím medailónkami (2ks), horčicový dressing • 450g 7,10

Streda
15.9.2021

SVIATOK

Štvrtok
16.9.2021

Krémová brokolícová polievka • 0,31 1,7
1. Vyprážaný syr, varené zemiaky, tatárska omáčka • 120g 1,3,7
2. Perkelt z kuracích stehien, halušky, kyslá uhorka • 1ks/0,25l 1,3
3. Dukátové buchtičky s vanilkovým krémom • 500g 1,3,7
4. Fazulový prívarok s pečenou klobásou, chlieb • 0,31/1ks 1,7
5. Zeleninový šalát s baby mozzarellou, hrianky, bylinkový dressing • 450g 1,7,10

Piatok
17.9.2021

Hrášková polievka s mrkvou a mrvienkou • 0,31 1,3
1. Vyprážané rybie filé, zemiaková kaša, šalát • 150g 1,3,4,7
2. Kuracie soté na kari so smotanou, ½ ryža, ½ pečené zemiaky v šupke • 164/64g 1,7
3. Kakaoový závin s hrozičkami • 1ks 1,3,7
4. Špenátové halušky so syrovou omáčkou • 500g 1,3,7
5. Zeleninový šalát s grilovaným enciánom so šunkou, cesnakový dressing • 450g 7

Prílohy: ryža 300g, zemiaky 300g, knedľa 300g (5ks), halušky 300g, prívarok 300g, cestovina 300g, zemiakový šalát 300g.
Alergény: jedlá môžu obsahovať suroviny obsahujúce alergény. 1. Obilniny obsahujúce lepok, 2. Kôrovce, 3. Vajcia, 4. Ryby, 5. Arašidy, 6. Sójové zrná, 7. Mlieko, 8. Orechy, 9. Zeler, 10. Horčica, 11. Sezamové semená, 12. Oxid siričitý, 13. Včelí bôb, 14. Mákýše

Sťahovanie BLESK
0903 432 588
Sťahovanie a preprava
tovaru!
Aj zahraničie
www.stahovanieblesk.sk

VŔTANIE
STUDNÍ
šírka prechodu
130 cm, hĺbka do 30 m
šetrné gumenné pásy
vrtanie na sucho
bez el. prúdu
Ševčovič
0905 441 627
www.PodrezavamDomy.sk

ČISTENÁ HYDINA K ODBERU
Hodnota tovar musí byť nad 30 EURO - donáška 4 EURÁ

Krímené husokačice s pečenkou	7,70€/kg
Morky a moriaky	4,50€/kg
Kurenice	2,80€/kg
Sliepky na polievku	2,90€/kg

Zemiaky na uskladnenie

DC AUTOMA
Prevíjanie a opravy
elektromotorov
a čerpadiel
Nitra, Priemyselná 4,
objekt bývalej Inštalý, tel. **0904 326 084.**

AKCIA
na objednávky

KAMENÁRSTVO
MM

Veľké Zálužie, bratia Bírovci
0903 255 547, 0903 887 868
www.kamenarstvo-mm.sk
ORIGINÁLNE RIEŠENIA
ZA ROZUMNÉ CENY

NITRIANSKO

Redakcia: Damborského 10/1468
NITRA
nitriansko@regionpress.sk

REGIONPRESS

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

INZERCIA

Veronika Baumajsterová 0910 851 307
Alena Valašková 0910 455 919

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

Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (54,930 domácností)

páry týždeň: Nitra, Dolné Krškany, Dražovce, Horné Krškany, Kynek, Mlynáre, Párovské Háje, Alešince, Bádice, Branc, Veľká Ves, Cabaj, Čápor, Cab, Čakajovce, Čechynce, Čeladice, Dolné Lefantovce, Dolné Obdokovce, Golianovo, Horné Lefantovce, Hostová, Ivanka pri Nitre, Jarok, Jelenec, Jelšovec, Koliňany, Lukáčovce, Lužianky, Malý Cetín, Nitrianske Hrnčiarovce, Nové Sady, Podhorany, Pohranice, Rišňovce, Rumanová, Štitáre, Veľký Cetín, Veľký Lapáš, Vyčapy - Opatovce, Zbehy, Žirany, Ladice, Veľké Žalúzie
ne páry týždeň: Nitra, Dolné Krškany, Dražovce, Horné Krškany, Janíkovce, Kynek, Mlynáre, Alešince, Babindol, Branc, Veľká Ves, Cabaj, Čápor, Čakajovce, Čechynce, Golianovo, Horné Lefantovce, Ivanka pri Nitre, Jarok, Jelenec, Klasov, Koliňany, Lužianky, Malý Cetín, Mojmírovce, Nitrianske Hrnčiarovce, Paňa, Pohranice, Rišňovce, Rumanová, Svätoplukovo, Štitáre, Veľká Dolina, Veľký Cetín, Veľký Lapáš, Vinodol, Zbehy, Žirany, Veľké Žalúzie

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	Galancko+Saliansko
HC	28.510	Hlohovecko+Sered'sko
KM	16.370	Komárňansko
LV	31.310	Levicko
MA	27.450	Malacko
NR	54.930	Nitriansko
NK	34.140	Novozámocko
PZ	18.210	Pezinskó
PN	42.810	Piešťanskó+NM+MY
SC	27.920	Senecsko
SE	34.570	Senicko+Skalicko
TO	40.560	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59.430	Trenčiansko+DCA+HL
TT	46.550	Trnavsko
ZM	18.990	Zlatomoravsko

Stredné Slovensko

BB	50.530	Banskobystricko+BR
KY	29.120	Kysucko=CA+KM
LI	35.020	Liptovsko=LM+RK
LC	30.690	Lučenecko+VK+PT
MT	41.690	Martinskó+TR
OR	36.230	Oravsko=DK+NO+TS
PB	28.230	Považsko=PB+PU
PD	41.340	Prievidsko
ZV	39.560	Zvolensko+DT+KA
ZH	27.490	Žiarsko+ZC+BS
ZA	52.120	Žilinskó+BY

Východné Slovensko

BJ	33.870	Bardajovsko+SK+SP
GE	28.710	Gemersko=RV+RS+RA
HU	26.640	Humensko=VI+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 nepochopia, že tu žijú aj „tí ostatní“

Leto, ktoré bolo (dúfam) aj časom čítania, sa skončilo. Jedna z knížiek, ku ktorej som sa už x-tý raz vrátil, bola Orwellova Zvieracia farma.

„Kto kontroluje minulosť, má pod kontrolou budúcnosť. Kto kontroluje súčasnosť, má pod kontrolou minulosť.“ Napísal v tejto knihe jej autor, Eric Arthur Blair, známy pod literárnym pseudonymom George Orwell, britský novinár a spisovateľ. A autor Orwell k tomu ešte veľavravne dodáva smutné konštatovanie, že „podľa všetkého nič nenaučí niektorých ľudí, že existuje aj ostatných 99 percent populácie.“ Možno dnes celkom nesedia percentá, ale konštatovanie ako také je stále platné, aj u nás, aj dnes.

V Orwellovej Farme je ustanovený nový režim, ktorý sa zo začiatku zdá byť skvelý, ale dobré časy netrvali dlho. Prasa Napoleon za pomoci psov, ktorých samo potajne vycvičilo, prevzalo moc. Napoleon používa rôzne metódy demagógie a zvieratá si stále viac a viac podmaňuje. Nakoniec bez toho, aby si to uvedomili, sa majú horšie ako za predchádzajúcej vlády farmára Jonesa. Keď sa začítate pozornejšie, zistíte, že sa vám pred očami odohráva temný a

silný príbeh. Keď skupina hospodárskych zvierat vyštve zlomyseľného majiteľa farmy, zdá sa, že všetko v tomto novom féro- vom a spravodlivom svete bude čoskoro dokonale. Avšak prasatá začnú medzi sebou viesť vojnu a nútia ostatné zvieratá, aby si zvolili, na čej strane budú stáť.

Orwell varoval, že prehliadať totalitný charakter režimu je nielen zbabelé, ale aj nebezpečné. Zvieracia farma je preto preplnená odkazmi ako zákazom zhromaždení, kastovaním zvierat, existenciou bojových psov, do zblbnutia blačiacich ovci, vnútornými spormi medzi prascami, nimi inscenovanými procesmi či vynútenými priznaniami. Sú to až mrazivo skutočné obrazy. „Tajomstvo vládnutia spočíva v tom, ako spojiť vieru vo vlastnú neomylnosť so schopnosťou učiť sa z minulých chýb.“ Píše vo Zvieracej farme Orwell a dodáva: „Vrcholom všetkého kacírstva je zdravý rozum.“

Zachovajte si zdravý rozum, vážení čitatelia, aj keď to nie vždy je ľahké. A knižky sú vždy poučné. Aj na jeseň.

S pozdravom

» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor



VYKÚPIME VAŠE VOZIDLO
od roku 2005. Férové ceny, platba v hotovosti
Tel.: 0901 747 444

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV
SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA na materiál 30%
• PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV
• ZATEPLOVANIE A SIEŤOVANIE KOMÍNOV
OBHLIADKA KOMÍNOV **ZDARMA**
0948 012 507 • www.profikominy.sk

čujte.sk
Čítajte nás:
www.cujte.sk

www.termowin.sk
TERMOWIN
NITRA Coboriho 1, Polygon
/1.poschodie nad butikom Sára/
e-mail: info@termowin.sk
tel.: 0905 560 054

OKNÁ a DVERE = NA KLÚČ =
Parapety-Žalúzie-Sieťky
Demontáž-Montáž
Murárske výspravky
Profilový systém Streamline - bluEvolution
ZĽAVY AŽ DO 45%

OREZÁVANIE A VÝRUB STROMOV
v ťažko dostupných a priestorovo obmedzených miestach.
Tel.: 0902 593 835

KÚPIM
STARÉ OBRAZY a iné starožitnosti
0915 982 680

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

KÚPIM ORNÚ PÔDU V NITRE A OKOLÍ
Ponuky posielajte na E-MAIL alebo cez SMS
! Volajte po 15:00 hod !
0903 360 600
zdenek79@orangelmail.sk

Predaj mladých nosníc
9-týždňové vysokoznáškové mládky plemeno DOMINANT
4,00 € / ks
Predaj kŕmnych zmesí
OBJEDNÁVKY UŽ PRIJÍMAME
Rozvoz objednávok zadarmo, OD MARCA DO NOVEMBRA
Farma Frajkovci: 160 Veľčice
frajka.team1@gmail.com • www.farmafrajkovci.sk
0905 355 145
0918 812 466

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

REKONŠTRUKCIE BYTOV-DOMOV
• nadstavby a prístavby
• zateplenia domov
• fasády
• oplotenia
• maľovanie
• zámková dlažba
• rekonštrukcia striech
• stierkovanie
• strechy
• krovky
• altánky
• prístrešky
• pergoly
MATERIÁL KUPUJEME ZO SVOJHO
Tel.: 0907 382 062

DREVO EXPRESS
Štiepané tvrdé drevo, dĺžka polienok 33 cm - 50 cm (+/- 3cm)
Cena 42€/ pms (bez dopravy)
Cena za 6pms z dopravou 285€
(Okolie od Zlatomoraveckej cesty - 5km)
Cena za 10pms z dopravou 470€
(Okolie od Zlatomoraveckej cesty - 5km)
Cena za 10pms z dopravou 480€
(napr.: Lužianky, Lehota, Ivanka pri Nitre, Veľký Cetín)
0911 041 654

Kúpeľňové štúdio Nitra

Jesenné zľavy

teraz s grafickým návrhom kúpeľne zdarma*

Navštívte kúpeľňové štúdio Nitra
ul. Bratislavská 35, tel. +421 905 372 467
a využite aktuálnu akciovú ponuku na nákup.

*Podmienky akcie na www.kupelne-ptacek.sk.



kúpeľne

Občianska riadková inercia

01 AUTO-MOTO / predaj

» Predám Fiat Punto 0917 049 831

02 AUTO-MOTO / iné

» ČZ-JAWA Odkúpim Motocykel/ Diely- SERIOZNA DOHODA 0908 205 521

» CZ JAWA 175 250 JAWA 90 PIONIER MUSTANG STADION SIMSON KÚPIM TIETO MOTORKY 0915 215 406

» Kúpim motocykle Jawa/ CZ/ Babetta/ Stadion/ Simson aj iné 0949 371 361

» Odkúpim továrenský traktor alebo malotraktor, aj v zlom stave alebo nepojazdný. 0949 350 195

» KÚPIM VETERÁNY: Autá, Motorky, Traktory, Stabílaky. Tel. 0944 212 081

» Kúpim starý traktor Zetor 0902 449 970

03 BYTY / predaj

» Predám garsonku Novomeského Nitra. Cena 63000. Tel. 0915 037 726

» Predám v ZM 2-izb. byt-loggia. Cena 61000. Tel. 0918 142 619

04 BYTY / prenájom

05 DOMY / predaj

06 POZEMKY / predaj

07 REALITY / iné

» Kúpim RD v okolí Nitra 0905 283 550

» Kúpim RD v okolí Nitra, Vráblov, Zl Moraviec, 0907 147 430

08 STAVBA

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

» Vykupujeme Hovädzie kože, 0907 502 077

11 HOBBY A ŠPORT

» Kúpim akordeón, heligónku, husle, saxafón 0915 876 860

» ODKÚPIM KROJE MINCE BANKOVKY PAROŽIE A INÉ 0903 868 361

» Kúpim ľudové kroje 0902 708 047

» 20 STARÝCH DOMOV KÚPIM STAROŽITNOSTI, STARÉ VECI A ĽUDOVÉ KROJE 0918 439 124

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

» Kúpim staré Československé hračky a vzduchovku 0905 651 837

15 HLADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

» 56r hľadá priateľku 0917 049 831

» Vzdelaný seriózny muž hľadá vyššiu štíhlu priateľku nad 60r. SMS 0949 516 743

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

Risnúť so žiakmi pobyt v prírode?

Hoci sú školy právnymi subjektmi, teda aspoň na papieri a vtedy, keď to vyhovuje ich nadriadeným, je neuveriteľné, ako ľahko sa zhadzuje na ne zodpovednosť v zásadných veciach, najmä v súvislosti s covidom.

Ministerstvo školstva síce nezakázalo lyžiarske zájazdy a školy v prírode, no pripomenulo, že školy preberajú zodpovednosť za prípadné problémy pri ich organizovaní. Na druhej strane však odporúča robiť v rámci vyučovania aktivity čo najviac vonku. Opäť protirečivosť opatrení.

Pod farchou zodpovednosti, ktorá síce vždy pri organizácii pobytových aktivít je, sa ťažko nejaká škola podujme plánovať pobyt v prírode, na ktorý sa deti zväčša tešia a navyše opustia aspoň na chvíľu znečistené prostredie miest. Dozaista si to odnesie aj toľko skúšaný cestovný ruch, ktorému hrozí veľký výpadok napriek tomu, že školám ponúkajú kvalitné a isto aj bezpečné služby.

Ak sa aj škola rozhodne zorganizovať zájazd, riskuje, že sa pre ďalší lockdown nezrealizuje. Ale aj to sa dá ošetriť v rámci zmluvy o zájazde, ak ide o seriózneho prevádzkára. Potom je už len na učiteľovi, či pod vplyvom tlaku z ministerstva alebo pod vplyvom strachu z ochorenia obetuje svoj voľný čas a ozvláštni žiakom vyučovanie niekoľkodňovým pohybom v prírode

namiesto sedenia s rúškami v školách.

Aj na zájazdoch sa dajú aplikovať ochranné opatrenia. Je ale výhoda, že sa žiaci pohybujú časť dňa vonku. A že môžu ochorieť? Máme skúsenosti, že niektoré deti po zmene prostredia môžu citlivo zareagovať, môžu ochorieť počas zájazdu alebo po ňom. Učitelia poznajú postupy a riešenia v prípade ochorenia žiaka. Okrem toho na pobyt musí byť aj zdravotník. V prípade nevoľnosti sa udržiava aj kontakt s rodičom. A ak ochorejú na covid? Postupuje sa presne tak, ako keď ochorie doma. Vírusy nie sú hmota, nachádzajú sa rozprášané hoci kde a napádajú aj tých najopatrnnejších.

Aj keď sa obávam, že prehnane prísny epidemický semafor čoskoro všetko znova uzatvorí, dajme žiakom aspoň možnosť, že sa vypadne z prostredia školy. Zrušiť zájazd je to najmenej. Samozrejme, je tu otázka, či je platovo i spoločensky ponížovaný učiteľ ochotný obetovať sa v prospech vyššieho dobra, v prospech žiakov, keď stále počúva varovania, hrozby úradov a prenáša sa naňho všetka zodpovednosť. Len aby štát zostal bez viny a prívlastňoval si iba úspechy škôl.

Pobyt v prírode posilňuje imunitu detí. Kiež by sa mohol konať častejšie.

» PhDr. Ján Papuga, PhD.
pedagóg

TATRANSKÝ PROFIL - PERODRÁŽKA
DLÁŽKOVICA, ZRUBOVINA, LÁTY
PLOTOVÉ LÁTY 0917 266 883

SLUŽBY

**VÝMENA
KRYTÍN**
opravy starých
striech
Tel.: 0948 893 282

**IZOLÁCIE
PLOCHÝCH
STRIECH**
Obhliadka zdarma
0904 005 299

**ČISTENIE HROBOV
DOSEKÁVANIE PÍSM**
Čistenie: Jednohrob 90€ 65€ Dvojhrob 140€ 100€
Impregnácia hrobu ZDARMA, Doprava ZDARMA
Obnova písma: 1,2€ 1€/znak.
Dosekávania písma: Do 10 znakov 80€, 11-30 znakov 7€/znak, 31 a viac znakov 6€/znak (dohoda) AKCIA do 30.9!
Ing. Miroslav Greisiger S Vami od roku 2014
Do Dušičiek stíhame!!
0940 653 651, 0919 205 521 www.cisteniehrobu.sk

EXEKÚCIE
STOP
Pomoc pri
STOPNUTÍ EXEKÚCIÍ
Kancelária:
Nové Zámky L. Štúra 1
D. Streda Kukučínova 5515
Komárno Dunaj. náb. 14
Štúrovo Sv. Štefana 79
Levice Dopravná 14
0915 896 536
PROFESIONÁLNE
ODBORNÉ PORADENSTVO
www.novyzaciatok.eu
Oddelenie fyzických a právnických osôb (s.r.o. a iné)
Konzultácie ZADARMO

**LIGA
MAJSTROV
NA DIGI**
VIAC AKO 145 PROGRAMOV PRE CELÚ RODINU
TV + Internet bez viazanosti X AŽ 100% zľava na inštaláciu
0850 211 112 www.digitlovakia.sk

Dňa 21.9.2021 o 9:00 sa uskutoční
na exekútorском úrade
Mgr. Stanislava Poláka, Moyzesova 5, Nitra

dražba nehnuteľnosti v k.ú.:

Ľvanka pri Nitre – rodinný dom,
Adresa: Beňadikova 580/30,
vedenej na LV č. 1848 a LV č. 512.

Zverejnenie podané v Obchodnom vestníku č. 156/2021.

Najnižšie podanie: **113.000 EUR,**

pre viac informácií kontaktujte: **0911 239 521.**

**POWER
BATTERY**
RECHARGE RENEW RECYCLE

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

VÝKUP

**BATÉRIÍ A AKUMULÁTOROV
ZA VÝHODNÝCH PODMIENOK**

Tel.: **0905 750 613**

Kontaktujte nás v pracovných dňoch
v čase od 8:00 - 16:00 hod.

Tretia osoba a organizácia zodpovednosti výrobcu (OVZ) zabezpečujú pre zastúpených výrobcov, resp. dovozov automobilových, priemyselných a prenosných batérií a akumulátorov systém zrušenia nakladania s vyhradeným prídom odpad v súlade so zákonom č. 79/2015 Z. z. o odpadoch. Tretia osoba a OVZ zabezpečuje zber, prepravu, triedenie, prípravu na opätovné použitie, zhodnotenie a recykliáciu použitých automobilových, priemyselných a prenosných batérií a akumulátorov v rámci SR.

Akumulátory a batérie sú najvýznamnejšou skupinou, ktorá sa podieľa na ohrození životného prostredia ťažkými kovmi. Takmer všetky totiž obsahujú zvlášť nebezpečné látky – ťažké kovy – ortuť, kadmium a olovo. Základným predpokladom pre každú krajinu, aby nedochádzalo k znečisťovaniu životného prostredia odpadovými akumulátormi a batériami, je vybudovaný účinný a ľahko dostupný systém nakladania s nimi, v ktorom všetci občania sú neoddeliteľnou súčasťou ich triedenia zberu a aktívne tak prispievajú k ich recyklácii.

Odvodením použitej batérie alebo akumulátora chránite svoje životné prostredie! Použitú batériu a akumulátor odovzdávajte iba osobe na to oprávnennej - špecializovanej firme zabezpečujúcej zber nebezpečného odpadu, na zberný dvorco vašej obce alebo do správneho zberu batérií a akumulátorov.

Použitú batériu a akumulátor sú NEBEZPEČNÝ ODPAD,
NEPATRIA do zmesového komunálneho odpadu
a preto sú označené symbolom



Triedený zber použitých automobilových, priemyselných a prenosných batérií a akumulátorov, vrátane tých, ktoré sú zloženou komunálnym odpadom, zabezpečujú ich výrobcovia a znášajú všetky finančné náklady s tým spojené. Náklady na triedený zber použitých batérií a akumulátorov, oddelené od zmesového komunálneho odpadu, nie sú súčasťou miestneho poplatku za komunálny odpad a drobný stavebný odpad, (okrem nákladov spôsobených nedodržaním triedenia v zmysle § 81 ods. 10 zákona o odpadoch).

VÝKUP STARÝCH AUTOBATÉRIÍ
Cena bateriek
od 0,55 €/kg
Volajte:
0905 964 632 | 031/789 86 28

VYPRATÁVANIE
Domov, bytov, poval, garáže, záhrad
aj iných rôznych priestorov. **Odvoz**
zabezpečím. Info: 0907 382 062

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA
(PRI GALANTE) **PONÚKA NA PREDAJ:**
• 8-15 TÝŽŇOVÉ NOSNICE
• BROJEROVÉ KAČICE
NA VÝKRM
• MULARD KAČICE A KÁČERE
NA VÝKRM
KRMIVO PRE NOSNICE RASTOVÁ A ZNÁŠKOVÁ
ROZVOJ ZABEZPEČÍME
0905 551 499, 031 781 15 63, 0905 450 432

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie **-20%**
 - chemická injeckcia
- 100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

**KAMENÁRSTVO MAMAJO**

Ponúkame:

- ❖ nové žulové pomníky
- ❖ krycie dosky
- ❖ brúsenie starších pomníkov
- ❖ rekonštrukcie starších hrobov
- ❖ betónové chodníky

1 HROB
od 990 €

2 HROB
od 1300 €

0950 296 523

kamenarstvomamajo@azet.sk

SOŠS,
Nábřeží mládeže 1,
Nitra,
zverejňuje zámer
prenajať miestnosť
telocvičňu s výmerou
360,00 m², na športovú
činnosť v čase vyučova-
vania, **s dobou nájmu**
do 30.6.2022, s výškou
nájomného min. 12€/hod.

V prípade záujmu
Vaše cenové ponuky
zasielajte na adresu:
SOŠS, Nábřeží ml. 1,
950 28 Nitra
do 27.9.2021
v označenej obálke:
„**NÁJOM - neotvárať**“.

Blížišie inf.:
Ing. E. Ficová, 037/772
18 41 na int. stránke:
www.sosnabrmla-dezenr.edupage.org
- oznamy a na úradnej
tabuli školy.



velcon®
PRE RADOSŤ Z BEZBNÝCH DNI

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

HĽADÁME PRE NAŠICH KLIENTOV
RODINNÉ DOMY, POZEMKY,
2 - 3 IZBOVÉ BYTY v lokalite NR a ZM.

Ponúkajte a my Vám zabezpečíme kompletne realitné služby.

j.galovicova@directreal.sk | 0905 120 216



KAMENÁRSTVO



Najväčšia predajňa (700 m²)
vystavených pomníkov v regióne.

Jelšovce

Jelšovce 421 (pri pošte)

Po - Pia: 9:30 - 16:30 | Sobota: 9:00 - 13:00

0903 747 666



Najväčší výrobca a predajca žuly
za dostupné ceny na Slovensku od roku 1991

www.zulovepomniky.sk

ZĽAVY AŽ DO -35%
ZĽAVY PRE SENIOROV

Na podujatia s pápežom vstup jednoduchý

Pre návštevníkov v režime OTP budú na podujatiach v Prešove, Košiciach a Šaštíne vytvorené vlastné sektory s vlastnými vstupmi, všetko v zmysle platných vyhlášok.

Verejné podujatia počas návštevy pápeža Františka v Prešove, Košiciach a Šaštíne budú teda dostupné aj v režime OTP (očkování, testování a po překonání ochorenia COVID-19). Nezaočkovaní návštevníci sa budú musieť evidovať v registrácii OTP, ktorá sa na stránke navstevapapeza.sk spustila v pondelok. Informovala o tom tlačová kancelária Konferencie biskupov Slovenska (KBS).

KBS upozorňuje záujemcov o účasť v rámci OTP, aby sa zo začiatku neprihlasovali do existujúcej registrácie pre plne zaočkovaných, ale aby počkali na spustenie registrácie OTP.

Pre návštevníkov v režime OTP budú na podujatiach v Prešove, Košiciach a Šaštíne vytvorené vlastné sektory s vlastnými vstupmi, všetko v zmysle platných vyhlášok,“ uviedli z tlačovej kancelárie KBS. „Plne zaočkovaní, ktorí budú mať vlastné vstupy, sa môžu rozhodnúť, či pôjdu do sektoru pre plne

zaočkovaných alebo do sektoru OTP,“ dodala kancelária.

Avizovali tiež, že pri vstupe do sektoru OTP sa návštevníci budú musieť preukázať vstupenkou, dokladom totožnosti a negatívnym testom alebo potvrdením o prekonaní ochorenia COVID-19 v ostatných 180 dňoch.

Zatiaľ platí upozornenie, aby sa návštevníci nespoliehali na to, že sa nechajú otestovať v blízkosti podujatia. „O prípadných mobilných odborných miestach (MOM) pred podujatiami budeme vopred informovať,“ uviedla KBS.

Pápež František navštívi Slovensko v dňoch 12. až 15. septembra. Okrem Bratislavy navštívi Prešov, Košice a zúčastní sa aj na národnej púti v Šaštíne.



» red

Pápež František vyvracia fámy

Pápež František nepredpokladá, že jeho nedávna operácia ovplyvní jeho nabitý program na Slovensku. Pontifik to povedal v rozhovore pre španielsku rozhlasovú stanicu COPE. Rozhlasová stanica vo vlastníctve Konferencie biskupov Španielska odvysielala rozhovor minulú stredu. Kompletný prepis interview následne zverejnil spravodajský aj portál Vatican News.

Novinár Carlos Herrera sa Františka počas rozhovoru spýtal, či bude jeho program počas návštevy Slovenska „intenzívny“.

„Budete sa musieť po operácii (hrubého čreva) viac starať o svoje sily, alebo nie?“, opýtal sa Herrera.

„Možno by som mal byť pri tejto prvej ceste (po operácii) opatrnejší, pretože človek sa musí úplne zotaviť, ale nakoniec to bude rovnako (intenzívne) ako ostatné (cesty), uvidíte,“ povedal s úsmevom na tvári 84-ročný pápež.

František začiatkom júla podstúpil operáciu, pri ktorej mu lekári odobrali časť hrubého čreva. Tesne po zákroku talianske médiá informovali o tom, že úkon sprevádzali komplikácie, čo vtedy Vatikán poprel. Hlava katolíckej cirkvi bola v rímskej klinike Gemelli celkovo desať dní. Vatikán počas tohto obdobia akékoľvek špekulácie o jeho zlom zdravotnom stave nepotvrdil. V najnovšom rozhovore pápež reagoval

aj na otázku, či mu lekári zakázali niektoré činnosti, alebo mu nariadili špeciálnu diétu.

„Teraz môžem jesť všetko, čo sa predtým pri divertikuloch (vydutínach sliznice hrubého čreva) nedalo. Môžem jesť všetko. Ešte však beriem pooperačné lieky, pretože mozog musí zaznamenať, že má črevo kratšie o 33 centimetrov. A všetko manažuje mozog, celé naše telo a potrebuje čas, aby to zaregistroval. Ale viem úplne normálny život,“ dodal pápež.

František sa podľa vlastných slov rozhodol dať pri svojich cestách prednosť malým štátom, medzi ktoré patrí aj Slovensko.

Pápež sa ešte pred cestou na Slovensko zastaví v susednom Maďarsku.



» red, (Zdroj - internet)

NAJKVALITNEJŠIE SLOVENSKÉ PELETY

- smrekové 6mm/A1
- brikety extra valcové, tehlové, pinikay

Zamat s.r.o.

- predaj peletových kotlov a kachlí
- predaj peliet a brikiet

Hlohovská cesta 106, Nemčice pri Topoľčanoch (areál bývalého družstva)
Tel.: 0908 157 257

Zelená domácnostiam
kotly so štátnou dotáciou

www.zamatsro.sk

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

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare:
RP medzera NR medzera Číslo rubriky medzera Text inzerátu

Príklad:
RP NR 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. Upozomenie! Služba nefunguje u operátora 4ka.

KAMENÁRSTVO

VŠETKY PRÁCE DO VŠETKÝCH SVÄTÝCH

1-hroby, 2-hroby žulové
Zľavy pre dôchodcov

0910 444 002

Nový pomník do týždňa, dvíhanie prepadnutých, konzervácia proti machu a plesni, brúsenie, obnova písma. **BEZ ZÁLOHY**

zľava -30%

EXTERIÉROVÉ ŽALÚZIE Z90

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

LETNÉ ZĽAVY až do 60%

len september - október

žalúzie a sieťky zadarmo

10-ročná záruka

e-mail: nitra@topplast.sk • www.topplast.sk
tel.: 0905 721 070, 0911 721 070

PROFESIONÁLNE PRANIE KOBERCOV

Pre veľký záujem o naše služby pranie kobercov rozširujeme službu pre Nitru, a to v podobe ODVOZU a DOVOZU priamo na adresu zákazníkov.

OBJEDNÁVKY: +421 (0)905 869 836

Služba je spoplatnená 9,90 € (jednorazovo) a obmedzená na jeden deň v týždni, a to v stredu.

Zákazník si môže sám zabezpečiť odvoz a dovoz kobercov na našu kamennú zberňu.

www.pranie-kobercov.sk
PO-PI 9:00 - 18:00

Superluxe s.r.o.
Suchovská 12, Trnava

OZDRAVNÁ REKREÁCIA

Návrat ku zdraviu po COVID-19

177 €

1 osoba

6 dní/5 nocí

s polpenziou

195 €

1 osoba

pobyt na 6 dní/5 nocí

s plnou penziou a uvedenými službami.

REKREAČNÝ OZDRAVNÝ POBYT ZAHŔŇA:

- 5x ubytovanie v pohodlných izbách s vlastným sociálnym zariadením
- 5x obed a 5x trojchodová večera z ponuky 3 jedál
- sinečný kúpeľ podľa želania
- 2x použitie horských bicyklov
- 1x masáž podľa zdravotného stavu
- voľný vstup do miní fitness centra
- bezplatné parkovanie, pripojenie na internet v každej izbe

Rekreačný ozdravný pobyt je podporovaný štátnou dotáciou 50 EUR z Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky pre všetkých, ktorí prekonali vírusové ochorenie COVID-19 s ľahkým priebehom. Dotácia platí aj pre všetky osoby, ktoré boli s vami v jednej domácnosti počas vášho zhoršeného stavu. Stačí podpísať Čestné prehlásenie o prekonaní COVID-19!

VOĽNÉ TERMÍNY

- 27. 9. - 2. 10. 2021
- 4. 10. - 9. 10. 2021
- 11. 10. - 16. 10. 2021
- 18. 10. - 23. 10. 2021
- 25. 10. - 30. 10. 2021

Pôvodná cena pobytu je 245.- EUR !

Využite dotáciu od štátu vo výške 50.- EUR!

REZERVÁCIE:

0918 494 494 / 0918 591 942

repcia@oravskahoraren.sk

www.oravskahoraren.sk

Oravský Podzámok č. 396

Strach je nedostatok viery

Mních sa spýtal starca: „Prečo ma vždy v noci, osamote prepadne strach?“ Stariec mu odpovedal: „Pretože si stále ešte ceníš svet.“ Ak veríme, že sa po smrti stretne s Bohom, tak prečo máme strach? Ak sme sa odovzdali do Božej vôle, tak nám strach o našu budúcnosť hovorí, že sa bojíme, že Pán robí chyby. Obávame sa neúspechu, posmechu, chudoby, hladu alebo bolesti. To všetko sú ale kategórie tohto sveta. Najväčší úspech veriacich je dostať sa do neba. Certifikáty, vysvedčenia a diplomy z tohto sveta tam platiť nebudú, ani peniaze, zlato alebo kryptomeny. Na tomto svete sú vysmievaní a ponížovaní často tí, ktorým Pán otvára dvere svojho kráľovstva dokorán. S veľkými bolesťami odchádzal k Bohu z tohto sveta aj Jeho syn Ježiš Kristus.

Niekedy sme neistí pri zmene a pýtame sa ako to dopadne? Ale môžeme sa na ňu pozrieť aj ako na novú príležitosť! Pri nemoci sa pýtame prečo práve ja? Ale možno mám čas na to, aby som sa zastavil a vyliečil. Keď nás vyhodí z práce, dávame si možno otázku – čo si teraz počnem? A možno práve teraz prišla šanca na nový život. Pri strate blízkeho človeka zostávame bezradní a opustení. A možno nás ten človek iba predbehol do večnosti. Strach je nedostatok viery

– v Pána aj v naše vlastné schopnosti. Možno niekedy venujeme príliš námahy na realizáciu vlastných plánov a dosiahnutie cieľov nášho ega, namiesto toho, aby sme sa modlili a počúvali Boží hlas. Emmanuel Mounier hovoril: „Boh je dosť veľký, aby aj z našich omylov urobil povolanie.“

Zamyslime sa nad tým ako meriame náš život od narodenia až do smrti. Kto som? Tituly a sláva. Aký mám vplyv a funkcie? Moc. Koľko zarobím a ušetním? Peniaze. A ako meriame náš život po smrti? Komu som slúžil? Boh, ľudia a služba druhým. Ako som slúžil? Pokora. Koľko som rozdal? Lásky a peňazí.

Guy Gilbert hovorí: „Nie sú malé alebo veľké činy. Každý skutok lásky je veľkým činom. Hovorím vám, nech ste kresťania, budhisti, moslimovia alebo ateisti, na tom nezáleží. Ak robíte niečo bez nároku na odmenu, môžeme si pripomenúť, že tie najkrajšie skutky, ktoré môžeme urobiť na tejto zemi, sú skutky lásky.“

» Ján Košturiak

11. septembra 1683

bitka pri Viedni znamenala ukončenie tureckej expanzie v strednej Európe

Výročia a udalosti

Okná stvorené pre váš domov

NITRA: Coborího 2125 - Polygon, vedľa železiarstva

0948 365 002, 037 / 651 67 58, nr@ekoprofil.sk

www.ekoprofil.sk

PRÉMIOVÁ ZÁRUKA až 12 rokov

OKNÁ PRE VÁS VYRÁBAME DOMA

499 €
Eco+
úspore 100 €

Galerica Gamma 3x4 m

galerica

ODOLNÉ POLYKARBONÁTOVÉ SKLENÍKY

5kg prírodný stimulátor úrodnosti pôdy

DARČEK ZADARMO

Bez budovania základov

Odolnosť voči snehu a vetru

5 rokov záruka na konštrukciu

10 rokov záruka na polykarbonát

DOPRAVA ZADARMO • VŠETKO SKLADOM

0948 88 88 55 www.galerica.sk www.mundio.sk

BALKÓNY • ZIMNÉ ZÁHRADY • TERASY

balkóny

rámové
bezrámové

splátky od 49 €

zasklievanie terás

splátky od 98 €

zasklievanie zádví

splátky od 99 €

zimné záhrady

splátky od 149 €

LETNÉ ZĽAVY AŽ DO 50%

VYHRAJTE 400 €

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

BALKONA
BALKÓNOVÉ A OKENNÉ SYSTÉMY

NR21-36 strana-

7

24.9. | NITRA | PKO Nitra

THE ORCHESTRA
LORDS OF THE SOUND
s programom
MUSIC IS COMING

GAME OF THRONES / GOOD OMENS / VIKINGS / THE MANDALORIAN
GUARDIANS OF THE GALAXY / HARRY POTTER / WONDER WOMAN
THE LORDS OF THE RINGS / AVATAR / PIRATES OF THE CARIBBEAN
MAD MAX / THE FIFTH ELEMENT / WORLD OF WARCRAFT
ASSASSIN'S CREED / MORTAL KOMBAT / THE WITCHER

Viac info: www.artpartner.sk

Vstupenky:



ticketportal
VSTUPENKY NA DOSAH

Nebojte sa ozvať

Od septembra začal fungovať Úrad na ochranu oznamovateľov protispoločenskej činnosti (ÚOOPČ). „Úplne najväčšou výzvou bude povzbudiť ľudí, aby sa nebáli ozvať, keď ide o zneužívanie verejných zdrojov,“ uviedla pre portál teraz.sk predsedníčka úradu Zuzana Dluhošová.

„V najbližšom období sa budeme zameriavať najmä na šírenie informácií o tom, že úrad existuje a o možnostiach podpory a ochrany tých, ktorí sa rozhodnú poukázať na vážne porušovanie pravidiel,“ podotkla. Dluhošová chce vybudovať z ÚOOPČ inštitúciu, na ktorú sa budú ľudia s dôverou obracať a ktorá prispeje k férovejšej spoločnosti a aj k potláčaniu korupcie.

„Naším cieľom je tiež poukázať na spoločenský prínos poctivého prístupu v zamestnaní a oceniť tých, ktorí chcú byť zodpovední a ozvú sa,“ spresnila s tým, že úrad bude tiež chrániť zamestnancov, ktorí budú čeliť pre svoje oznámenie odvete od svojho zamestnávateľa.

ÚOOPČ sídli na bratislavskom Námetstí slobody. „Výzvou pred štartom úradu bolo množstvo úloh pri spociatku veľmi malom počte zamestnancov. Začínali sme naozaj z domáчих kancelárií a neskôr v budove s holými stenami so zopár kusmi nábytku,“ dodala s tým, že spociatku musel každý zamestnanec kumulovať úlohy troch až šty-

roch ľudí v porovnaní so zabehnutými organizáciami.

Úrad prijíma od septembra podložené oznámenia občanov o nezákonnej činnosti ohrozujúcej verejný záujem poštou alebo prostredníctvom formulára zverejnenom na webovej stránke oznamovatelja.sk. Od 2. septembra začne fungovať aj bezplatná poradenská linka 0800 221 213 (vždy v utorok, stredu a štvrtok od 9.00 do 12.00 h).

Zriadenie úradu priniesol zákon o ochrane oznamovateľov protispoločenskej činnosti, ktorý vstúpil do platnosti už 1. marca 2019. Dluhošová zvolili poslanci Národnej rady SR na pozíciu predsedníčky ÚOOPČ vo februári 2021. Inštitúcia má byť nezávislým orgánom štátnej správy. Má tiež robiť osvetu v oblasti poskytovania ochrany whistleblowerom. O svojej činnosti má raz za rok predkladať správu parlamentu.



» red

Súťaž pre školy o výsadbový materiál

Aj 19. ročník celoslovenskej ankety Strom roka 2021 ponúka možnosť školám zapojiť sa do súťaže o výsadbový materiál na skrášenie a spríjemnenie svojich školských areálov.

Sprievodná súťaž k ankete Strom roka má za cieľ upriamiť pozornosť na životné prostredie, najmä v oblasti dôležitosti ochrany a ošetrovania stromov. „Vážime si prácu pedagógov, ktorí vynakladajú nemalé úsilie a učia mladú generáciu citlivo pristupovať k otázke životného prostredia. Aj našou anketou sa snažíme priblížiť tému dôležitosti ochrany starých, vzácnych a ohrozených stromov. V budúcnosti sa totiž bez nich nezaobídeme,“ uvádza Martina R. Hromadová, PR manažérka z Nadácie Ekopolis.

Súťaž pre školy spočíva v zbieraní hlasov za najobľúbenejšie stromy z tohtoročnej finálovej dvanástky. Hlasovanie je otvorené pre všetky typy škôl. „Hlasuje sa formou jednoduchých hlasovacích lístkov, ktoré pošleme školám na vyžiadanie. Každý žiak má jeden hlas a vybrať si môže ktoréhokoľvek finalistu,“ dopĺňa Hromadová. Vyplnené lístky treba zaslať do nadácie najneskôr do 5. októbra 2021.

„Na prvé tri školy, ktorých žiaci sa zúčastnia v čo najväčšom počte, čaká odmena v podobe výsadbového mate-

riálu od jedného z partnerov ankety, Záhradníctva ABIES, v hodnote spolu až 500 eur. Takisto aj tento rok odmeníme školy, kde nerozhodne počet hlasov, ale aktivita žiakov, či študentov navyše. Prvé miesto získa výsadbový materiál do školskej záhrady v hodnote 100 eur. Na ďalšie dve vybrané školy čakajú milé vecné ceny. Všetky podmienky súťaže sú prístupné na našej webovej stránke,“ uzatvára Hromadová.

V rámci ankety prebieha naďalej hlasovanie verejnosti. Podľa priebežne zrátaných hlasov doteraz hlasovalo takmer päť tisíc ľudí. Práve hlasy žiakov každý rok ankety v nemalej miere podporia.

Možnosť zapojiť sa do hlasovania potrvá do 30. septembra 2021. Slávnostné vyhlásenie výsledkov sa bude konať na jeseň.



» red, Zdroj – TS Ekopolis

CBD ako prevencia pred Parkinsonom

Pomenoval ju fyzik James Parkinson v roku 1817, no poznali ju už staroveké civilizácie Parkinsonova choroba je porucha centrálnej nervovej sústavy, po Alzheimerovej demencií treťou najčastejšou neurodegeneratívnou chorobou. Podľa organizácie Parkinson's Foundation ňou trpí viac ako 10 miliónov ľudí, pričom ochorenie nastupuje od 60 rokov.

Ide o chronickú chorobu bez presne stanovenej liečby. Z tohto dôvodu sa pacientom otvára možnosť experimentovania. Jednou z metód môže byť CBD, látka získavaná z konopy satej, ktorú v Číne používali ako liečivo už stáročia pred našim letopočtom.

Dopamín a jeho nedostatok

V centrálnej nervovej sústave fungujú neurotransmitery, ktoré naprieč organizmom prenášajú elektrické správy. K neurotransmitterom patrí aj chemická látka dopamín, bežne sa jej hovorí aj hormón šťastia. Dopamín nás motivuje k činnosti a má pozitívny vplyv na naše emócie. Koordinuje našu svalovú funkciu, vďaka čomu sa môžeme bez problémov pohybovať.

Pri Parkinsonovej chorobe však telo postupom času stráca bunky, ktoré látku produkujú. Choroba sa prejavuje trasením rúk v pokoji, stuhnutosťou trupu, zlou rovnováhou či spomalenosťou pohybov. Vo vážnejších prípadoch dochádza k ťažkostiam pri vykonávaní jednoduchých motorických úloh. Nastávajú tiež psychické zmeny ako depresia či úzkosť, v konečnom štádiu aj demencia.

Liečba: CBD ako doplnok

V súčasnosti je Parkinson nevyliciteľný, no je možné stlmiť jeho príznaky. Každodennými aktivitami sa stáva pravidelný pohyb a dostatok príjmu vitamínov, pomáha tiež relaxácia svalov či dychový tréning.

Okrem toho však mnohí pacienti musia siahnuť po liekoch, ktoré v tele dopamín priamo nahrádzajú. Syntetické liečivá môžu efektívne doplniť produkty obsahujúce CBD. Hoci je potrebný širší výskum účinkov CBD na Parkinsona, viaceré štúdie naznačujú, že kanabidiol pacientom dokáže pomôcť.



Foto: freepik / jcomp

Častým príznakom Parkinsona je chvenie rúk v pokoji. Paradoxne, bežne používané lieky, môže tento symptóm zhoršiť a spôsobiť poruchu pohyblivosti hladkého svalstva, takzvanú dyskinézu. Medzi vedľajšie účinky dlhodobého užívania klasických liekov proti Parkinsonovi patrí nepokoj, úzkosť či nevoľnosť.

Podľa výskumu z roku 1986 vykonaného pre International Journal of Neuroscience, môže tieto vedľajšie účinky zmierniť práve CBD. Štúdie sa zúčastnilo päť pacientov s Parkinsonom,

ktorí popri štandardnej liečbe užívali CBD počas šiestich týždňov. Dávkovanie sa postupne zvyšovalo zo 100 na 600 miligramov. So zvýšenými dávkami vedci zaznamenali zlepšenie pohybu z 20 na 50 percent.

Pozitívne skúsenosti pacientov spomína tiež predsedníčka Spoločnosti Parkinson Slovensko Katarína Félixová: „Jeden z pacientov CBD fajčil cez vaporizér. Cítil sa dobre, dokonca na istý čas nepotreboval lieky. Vrátil sa k nim asi po pol roku.“

Symptómom Parkinsona sú tiež psychózy, ktoré menia spôsob vnímania a môžu spôsobiť halucinácie. Výskum z roku 2008 pre britský Journal of psychopharmacology pozoroval efekty CBD na šiestich pacientov, ktorí počas jedného mesiaca popri bežnej liečbe užívali 150 miligramov CBD denne. Výsledky dokázali značný pokles psychózy, pričom neboli zaznamenané nežiaduce vedľajšie účinky.

V minulom článku sme písali o fungovaní endokannabinoidného systému. Keďže CBD tento systém stimuluje, látka pôsobí protizápalovo, podporuje imunitné reakcie a udržiava v tele rovnováhu. Dokáže preto priebeh Parkinsona spomaliť a pôsobiť tak ako prevencia proti zhoršeniu choroby.

CBD je však stále v sfére medicíny novinka a vedcom chýba dostatok informácií na vytvorenie presných záverov. „Budú CBD predpisovať lekári? Dokáže sám pacient korigovať dávku? Zatiaľ sa nedá sa odhadnúť, do kedy budú stačiť tie najnižšie dávky,“ hovorí Katarína Félixová. »red.


CBDexpert



5% CBD olej

31,50 EUR



10% CBD olej

45,90 EUR

20% CBD olej

63,00 EUR

CBD BIO KONOPNÉ OLEJE
si môžete objednať na:

www.cbdexpert.sk

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.

Zázrak menom jablko

Pôvod jabloní sa predpokladá do Strednej Ázie, odkiaľ sa v staroveku Hodvábnou cestou postupne rozšírili do Európy a postupne do celého sveta. Aj k nám sa tak dostalo ovocie, ktoré má až obdivuhodné schopnosti a účinky na naše zdravie.

Dnes vo svete existuje viac ako 20 000 rôznych odrôd jablák. Jablká obsahujú veľa vitamínov. Vitamín C, ktorý je silný antioxidant a podporuje imunitný systém človeka. Hoci v menšom množstve, jablká obsahujú i vitamíny B komplexu (hlavne B1, B2 a B6), ktoré sú dôležité pre podporu nervového systému a červených krviniek.

Taktiež sa v jablkách nachádzajú minerálne látky ako horčík, vápnik a draslík. Jablká sú ovocie veľmi bohaté na vlákninu - pektín, ktorý má funkciu prebiotika, keďže je v hrubom čreve je konzumovaný dobrými črevnými baktériami. Taktiež spomaľuje trávenie, čo podporuje rýchly pocit sytosti a tým, že do seba absorbuje vodu, normalizuje stolicu a pomáha pri hnačkách i zápche. Pektín taktiež absorbuje žlčové soli v črevách, ktoré tvoria jednu zo základných zložiek, z ktorých sa v tele tvorí cholesterol, čím znižujú hladiny cholesterolu v tele.

Jablká obsahujú i flavonoidy, ktoré sú silné antioxidanty, môžu znižovať krvný tlak a tým pomáhať predchádzať srdcovým chorobám, pomáhajú ochraňovať stenu ciev a znižovať LDL (zlý) cholesterol.

Jablká sú síce bohaté na cukry ako glukóza a sacharóza, ale najmä na fruktózu, ktorá sa vstrebáva pomalšie, čím pomáha udržať stálu hladinu cukru v krvi, a preto sú vhodnejšie na konzumáciu pre diabetikov. Jablká sú naopak chudobné na tuk, bielkoviny a sodík.

Viac ako polovica vlákniny a flavonoidov sa nachádza v šupke a tesne pod šupkou jablka, preto je dobré jablká jesť neošúpané.

Jablká by sme mali skladovať na chladnom mieste, nie na priamom slnku, keďže v izbovej teplote dozrievajú až 8-krát rýchlejšie. Je najlepšie ich skladovať oddelene od ostatných druhov ovocia a zeleniny, pretože vylučujú etylén, ktorý by spôsobil, že iné druhy ovocia a zeleniny by zreli rýchlejšie.

Najlepšiu chuť, vôňu aj štruktúru majú naše jablká na jeseň - kedy prirodzene dozrievajú. Kupované jablká bývajú chemicky ošetrované, a preto je odporúčané pred konzumáciou ich dôkladne umyť.



» MUDr. Natália Šranková
Odbor podpory zdravia RÚVZ BA

Odborníci pre bezpečnosť školákov

Deti by mali byť cestou do a zo školy zodpovedné a správať sa bezpečne. Dôležité sú napríklad reflexné prvky na školskej taške, bunde alebo topánkach.

Na sociálnej sieti to zdôraznilo Operačné stredisko záchranej zdravotnej služby (OSZZS) SR, ktoré deťom zároveň poskytlo sériu rád a odporúčaní.

„Keď prechádzate cez cestu, vždy sa presvedčte, či je to bezpečné,“ pripomenulo OSZZS. Operačné stredisko apeluje tiež na to, že nie je správne hrať sa s mobilom počas cesty do a zo školy.

OSZZS rovnako odporúča hudbu v slúchadlách stíšiť, aby deti počuli prichádzajúce auto a mali prehľad o premávke. „Ak sa cítite choré, zostaňte doma,“ dodalo OSZZS.

Predchádzať úrazom a ohrozeniu zdravia pomáha aj to, keď sa deťom pripomenie, ako správne prechádzať cez cestu.

Reflexné prvky na oblečení, školskej taške, na bicykli či kolobežke dieťaťa by mali byť samozrejmosťou. Pri príležitosti nedávneho začiatku školského roka to pripomenula hovorkyňa zdravotnej poisťovne Beáta Dupalová

Ksenzsigová.

„Pri skoršom stmievaní je dobrá viditeľnosť vašich detí alfou a omegou,“ zdôraznila. Predchádzať úrazom a ohrozeniu zdravia pomáha aj to, keď sa deťom pripomenie, ako správne prechádzať cez cestu.

Odporúča tiež vysvetliť dieťaťu, že všetku zvyšnú energiu si treba šetriť na hodiny telesnej výchovy. Treba im zdôrazniť, že po laviciach sa neskáče, po chodbách školy sa nebehá a už vôbec nie, keď práve žiak desiatuje.

Rodičom pripomína, že obuv detí musí mať podrážku, ktorá sa nešmýka. Platí to najmä v čase, keď sú chodníky plné mokrého šmykľavého listia.

Takisto radí, aby rodičia neprepeňovali schopnosti svojho dieťaťa a vybrali mu športové aktivity primerané jeho veku a telesnej zdatnosti.



» red (Zdroj TS)

13. septembra 1944

bombardéry 15. leteckej armády USA zaútočili na zoraďovaciu stanicu vo Vrútkach

Výročia a udalosti

čujte.sk

Kolonádový most
je vynovený

www.cujte.sk



MAHAX Slovakia s.r.o.
Ponuka práce

Ponuka práce
v Nitre - Lužianky,
výroba betónových
prvkov.

Vhodné pre mužov. Práca na 1 zmenu.

Mzda 4,04€/hod.
+ bonusy do výšky 250€.

Pre viac info: **0948 867 761**
Mahax Slovakia, s.r.o.

Prijmeme
do TPP/DOVP pracovníka
na pozíciu:

MALIAR

od 5,00 €/hod
+ mesačná odmena
+ Stravné lístky

Miesto práce: Nitra

Kontakt:
jarosova@novosedlikssro.sk
mobil: **0907 731 489**

čujte.sk
Čítajte nás:

www.cujte.sk

MAHAX Slovakia s.r.o.
Ponuka práce

Ponúkame
brigádu

na balenie plastových
fľaš v Jarku.

Práca je na dve
8-hodinové zmeny.

Doprava z Nitra zabezpečená.

**Mzda 3,90€/hodina/
brutto.**

Pre viac info: **0944 425 183**
Mahax Slovakia, s.r.o.

ENVI-GEOS Nitra
Komplexné nakladanie s odpadmi

Prijme na dohodu o vykonaní práce
ZÁVOZNÍKA

Miesto: Lužianky
Náplň práce: zber a manipulácia so smetnými nádobami
Práca na jednu zmenu od 06:00 hod.
Požadujeme: manuálnu zručnosť, fyzickú zdatnosť.
Ochotu a chuť pracovať.
Hodinová mzda:
4,14€/hodinu.

V prípade záujmu ma kontaktujte telefonicky **0904 852 251**,
alebo mailom: **molnarova@envigeos.sk**

MAHAX Slovakia s.r.o.
Ponuka práce

Prijmeme
pomocníka
na stredisko údržby.

PO - PIA 4 hod./deň, 8.00-12.00.

Mzda 3,70 eur/hod.
Vhodné pre dôchodcov
alebo ako privyrobenie.

Pre viac info: **0905 917 308**
Mahax Slovakia, s.r.o.

FIRMA EUROBUV, s.r.o. HĽADÁ
PRACOVNÍKA NA POZÍCIU
TECHNICKÁ KONTROLA
RUČNÉHO ŠITIA OBUVI
do ÚVTOS Nitra

Mesačná mzda: 740,-EUR
(hrubý zárobok) + variabilné zložky

Bližšie informácie na tel. čísle:
035 790 05 60, 035 790 05 62

čujte.sk

Ako správne poliť tabletky



V záhrade je práce vyše hlavy

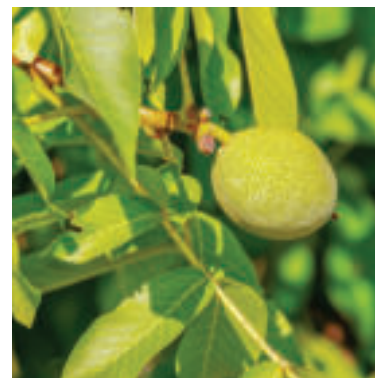
Máme tu nádhernú jeseň. Podľa dlhodobých odhadov by mohla ešte niekoľko týždňov vydržať. A to je dobre, lebo v záhradách je vari ešte viac práce, ako na jar.

Popozerať sa na pivoňky, ktoré nám koncom jari tak nádherne kvitli. Blíži sa čas, kedy ich je treba zrezať tesne nad zemou. Ich listy by mohli byť v zime vstupnou bránou pre hubové choroby, a tak netreba riskovať. Ide o dobre mrazuvzdorné rastliny, ktoré pod zemou zimu bez problémov prečkajú. Skoro na jar sa z koreňov začnú na povrch predierať nové výhonky.

Neprijemnejšou prácou je likvidácia padajúcich lôstov orecha. Aj keď, málokto vie, že obsahujú látku juglon. Ten patrí medzi najsilnejšie prírodné fyto toxické látky. Má fungicídne (ničí huby a plesne), insekticídne (ničí odpudzuje hmyz) a antibiotické (ničí baktérie a vírusy) účinky. Bolo zistené, že má negatívny vplyv na rast a vývoj niektorých rastlín (napr. paradajky, zemiaky, paprika, hrach, uhorky, špargľa, rebarbora, žerucha siata, baklažán, jablone, hrušky, černice, čučoriedky, rododendrony, azalky). Aj preto je namieste otázka - ako je to teda s kompostovaním orechového listia? V pôde sa juglon rozkladá asi dva mesiace, v komposte 2 až 4 týždne. Ak si chceme byť absolútne istí, že v komposte už nie je juglon, nechajme podvrvené listy,

kôru a vetvičky z orechov kompostovať šesť mesiacov. Potom môžeme použiť takýto kompost aj na rastliny, ktoré sú veľmi citlivé na juglon. Vraví sa, že ak nie ste si istí tým, že kompost už môžete použiť, vysejte na konci zimy semená paradajok do kompostu a pozorujte, či vyklíčia. Ak áno, juglon je preč.

V záhrade sa teraz nebudeme stačiť obracať. Zbierame jesenné odrody ovocia, dokončujeme presvetľovanie kôstkovín a orechov. Vo vinohrade postupne zbierame hrozno skorších muštových a neskorých stolových odrôd. Do konca mesiaca ešte môžeme sadiť jahody. Kkoncom septembra môžeme začať s vysádzaním ríbezlí, egrešov a malín a súčasne začíname s prípravou jám a kolov na novú ovocnú výsadbu. Jamy by sa mali asi mesiac „vetrať“.



» red

15. septembra 1935

v nemeckom ríšskom sneme bol **schválený zákon o ríšskych občanoch**, ktorý **diskriminoval Židov**

Výročia a udalosti

Firma R. J. Transport SK, s.r.o.
prijme vodičov MKD
na trase Slovensko - Taliansko
Mzda 1700€ za mesiac,
vrátane cestovné
náhrady a príplatky.
Tel: 0905 716 916

ZAMESTNANIE

HĽADÁME
ELEKTRIKÁROV

na živnosť / dohodu do zahraničia
od 15€/hod + ubytovanie

LETKEN

LETKEN s.r.o., contact@letken.com

DORUČUJ PRE WOLT!

Ty sa rozhodni kedy pracuješ.

Stačí ti smartfón
a vlastné auto/bicykel.

Zárobok 8-11 Eur
za hodinu.

Wolt

Viac na: <https://bit.ly/kurierwolt>



Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

ZVÝŠTE HODNOTU VAŠEJ NEHNUTELNOSTI

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD A STRIECH RODINNÝCH DOMOV A BYTOVIEK

Náš systém zaručuje

profesionálne a ekologické čistenie fasád od všetkých nežiadúcich mikroorganizmov, rias, machov, plesní

Patentovaná
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových
čističov

BombaFasada

0905 148 393

BEZPLATNÁ UKÁŽKA
A KONZULTÁCIA
PRIAMO V VÁS DOMA

5 ROČNÁ ZÁRUKA

rodinné
domy
**ZĽAVA
40%**



RÝCHLO, PROFESIONÁLNE A S DLHOTRVAJÚCIM ÚČINKOM

WWW.BOMBAFASADA.SK

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

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

tel. 0904 474 597
vykupparoziaeu@gmail.com

**AIW - Práca pre opatrovatelky
seniorov v Rakúsku**

- pracovať v Rakúsku môžete už o pár dní
- máme stále ponuky aj pre mužov!
- 14-dňové turnusy, rakúska živnosť
- sme partnerom rakúskeho Červeného kríža

Honorár 1 200 až 1 800 € brutto / 15 dní
Dopravu hradí klient, strava a ubytovanie ZDARMA!

**Kritériá
pre spoluprácu:**

- opatrovateľský kurz a prax
- dobrá znalosť nemeckého jazyka
- vek 25 až 60 rokov

**Máme zástupcov
v každom kraji Slovenska!**

Volajte na bezplatné číslo
0800 24 24 44
a dohodnite si pohovor.

www.aiw.sk Facebook: aiwsk

GSK
SPOL. S R.O.

Stavebná spoločnosť prijme

- **TESÁROV**
- **ŽELEZIAROV**

- Ponuka vhodná pre:
- **TPP** - 7 EUR/hod./ úkol
- **ŽIVNOSTNÍCI** - podľa dohody

Práca na území SR. Nástup po dohode.
tel: **0918/413582**
mail: **info@gksro.sk**

NEMECKO
**POMOCNÁ SILA
V DOMÁCNOSTI**
1.500 € NETTO

UBYTOVANIE ZDARMA - MOŽNOSŤ TURNUSOV

Slovenská rodina v Nemecku hľadá ženu na pomoc pri zabezpečovaní bežných denných činností ako príprava jedál, upratovacie práce, starostlivosť o domácich miláčikov a pod.

+421 944 995 400

**PONÚKAME
PRÁCU V ČR**
UBYTOVANIE ZABEZPEČENÉ

**MZDY OD 900€
DO 1300€/MESAČNE**

**BLIŽŠIE INFORMÁCIE
NA BEZPLATNEJ LINKE:**
0800 500 091

Komíny s najlepším pomerom ceny a kvality na trhu

ceník	Komíny "TUMA THERM 4" šamot duplexový plášť - tuhé palivo										Komíny TUMA FOLK šamot najlacnejší! Tuhé palivo										TECNOVIS nerezový (Nemecko)		KRBY kachle pece na pelety
výška	2000mm	2200mm	2400mm	2600mm	2800mm	3000mm	3200mm	3400mm	3600mm	3800mm	4000mm	4200mm	4400mm	4600mm	4800mm	5000mm	2000	2500					
5m	440	418	426	478	487	482	491	577	394	385	384	389	395	395	395	395	1047	1121					
6m	484	464	471	526	544	538	547	622	430	431	439	435	444	443	443	443	1143	1197					
7m	523	510	517	573	591	585	594	667	467	473	477	480	483	483	483	483	1244	1304					
8m	566	556	563	620	638	632	641	708	510	515	527	523	532	532	532	532	1352	1419					

**DOVOZ
do 5 dní**

**krby - kachle - sporáky
pece a grily**

www.krby-tuma.sk
tel. 0905 394 055
Bánovce n. Bebravou - showroom
najväčšie krbové štúdio v SR

prev.: **Pezinok** - 0917 861 305
prev.: **Košice** - 0915 147 170
prev.: **Nitra** - 0908 136 854
prev.: **Bans.Bystrica** - 0915 905 112

Exotická záhrada Bánovce n. Bebr.
bonsaje
predaj:
- palmy
- olivovníky
- citrusy
- yuccy
- cykasy
- banánovníky

Ponúkame zimnú ochranu
exotických rastlín!
k bazénom, pre firmy, na terasy, zimné záhrady