POTERY • OMIETKY • FASÁDY
56-0002

REGIONPRESS Č. 47 / 26. NOVEMBER 2021 / 25. ROČNÍK

ORAVSKO
DOLNOKUBÍNSKO-NÁMESTOVSKO-TVRDOŠÍNSKO

AKCIA JESEŇ od 5,19 € s materiálom!
STAVEBNÉ IZOLÁCIE
15 ROKOV SKÚSENOSTÍ
Baumit
PARTNER FIRMY STAVPOČ
VÝBORNÁ KVALITA ZA NÍZKU CENU
0915 363 983
56-0002

Najčítanejšie regionálne noviny
Týždenne do 36 230 domácností
oravsko.sk

VÝKUPŇA NA KOLESÁCH → PRÍDEME PRIAMO K VÁM
VÝKUP kovov
• železný šrot
• farebné kovy
• autobatérie
0949 444 151
KOVOT
presné váženie
CENY AKO NA VÝKUPNIACH KOVOT
● PRESNÉ VÁŽENIE NA NÁPRAVOVÝCH CERTIFIKOVANÝCH VÁHACH.
● PRI NÁKLADKE K DISPOZÍCII HYDRAULICKÁ RUKA.
● VYPLÁCANIE ŠROTU V HOTOVOSTI.
● PRÍDEME AJ PO MENŠIE MNOŽSTVÁ.
56-0004

LEKÁREŇ Sv. Michala
A ZDRAVOTNÍCKE POMÔCKY
PARTNER
Akcie v našej lekárni. ... čítajte na stranách 6. a 7.
MAXIMÁLNE ZĽAVY na Recepty a eRecepty
PO - PI | 7:00 - 20:00
SO | 7:00 - 13:00
NE | podľa rozpisu služieb
NAJDLHŠIE OTVORENÁ pohotovostná lekáreň na ORAVE
Budova ORNEXT Hviezdoslavova 45/24, NÁMESTOVO
0904 737 444 info@lekarensvmichal.sk
www.lekarensvmichal.sk Lekáreň Sv. Michala
86-0223

Autoservis ŠÁLKA s.r.o.
Tvrdošín oproti žel. stanici
0904 252 197
0903 395 114
OPRAVA KLIMATIZÁCIÍ
autobusy, nákladné autá, poľnostroje
SERVISUJEME AJ NAJNOVŠIE KLÍMY MONTOVANÉ DO ÁUT PO ROKU 2013 R 1234YF
čistenie ozónom
OPRAVY A VÝMENA OLEJA AUTOMATICKÝCH PREVODOVIEK
Máme u nás voľné pracovné miesto. Zavolaj.
86-0208

POTERY A OMIETKY
STROJOVÉ
ZATEPĽOVANIE
RODINNÝCH DOMOV FASÁDY
MONTÁŽ SADROKARTÓNOV
0904 845 444
Baumit
56-0002

Maľovanie
Stierkovanie
Sádrokartón
Rekonštrukcie
Zatepľovanie
info: 0911 866 130
86-0050

PROFESIONÁLNE TEPOVANIE ČALÚNENÝCH POVRCHOV
(matrace, koberce, sedacie súpravy ...)
TEPUJEME DOMÁCNOSTI AJ FIRMY.
0908 201 569
73-0195

BETÓN
0918 411 178
PIESKY, ŠTRKY, MAKADAM
0918 411 177
MegaBet, s.r.o. Kvalitne a lacno - len u nás !
86-0156

VÝKUP KOŽÍ a PREDAJ KRMÍV
PREDAJ MLÁDOK od 1.3.2022
www.slovakiaskins.sk
Viac informácií NA STRANE č.2
46-0002

UHLIE
HNEDÉ UHLIE ČIERNE UHLIE BRIKETY
KOKS EKOHRÁŠOK PIESOK, ŠTRKY
PEPO A KOMINÍČEK NAD 2 TONY ZDARMA!
ANNA KOLEŠTÍKOVÁ - UKO, TVRDOŠÍN
tel.: 043/532 20 77, 043/532 24 11
T: 0903 527 356, 0903 527 355, 0918 521 102
www.uko.sk uko.orava@gmail.com
86-0004

SLOVENSKÉ BRAVČOVÉ POLOVICE
BEZKONKURENČNÁ CENA!
Doprava v cene!
T: 0908 13 11 99
13 121 0564

Pizzeria Žiarec
ROZVOZ TS a OKOLIE
Objednávky aj online
t: 0902 841 841
www.pizzeria-ziarec.sk
Obedové menu
86-0233

ŽALÚZIE
0905 514 279
Pri montáži do celého bytu sietka zdarma
www.mimax.sk
Pre novostavby 30% zľava
56-0020

ORAVSKO
DOLNOKUBÍNSKO-NÁMESTOVSKO-TVRDOŠÍNSKO

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

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

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

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

Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (36.230 domácnosti)
Každý týždeň:
Dolný Kubín (+ prímestské časti), Tvrdošín, Námestovo, Nižná, Trstená, Zábiedovo, Brezovica, Čimhová, Liesek, Štefanov, Vavrečka, Ťapešovo, Lokca, Vasiľov, Babín, Hruštín, Podbiel, Krivá, Dlhá nad Oravou, Chlebnice, Sedliacka Dubová, Horná Lehota, Oravský Podzámok, Medzibrodie nad Oravou, Bziny, Veličná, Revišné, Oravská Poruba, Párnica, Istebné, Žaškov, Vyšný Kubín, Jasenová, Zemianska Dedina

+ v párnom týždni navyše:
Oravský Biely Potok, Habovka, Klin, Bobrov, Zubrohlava, Rabča, Rabčice, Sihelné, Oravská Polhora, Pribiš, Leštiny, Osádka, Malatiná

+ v nepárnom týždni navyše:
Oravská Jasenica, Oravské Veselé, Mútne, Beňadovo, Breza, Krušetnica, Lomná, Zákamenné, Novoť, Oravská Lesná, Vitanová, Hladovka, Suchá Hora, Zázrivá, Kraľovany

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

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

Západné Slovensko

BV	86.750	**Bratislavsko** Východ
BZ	87.350	**Bratislavsko** Západ
DS	33.080	**Dunajskostredsko**
GA	31.290	**Galantsko+Šaliansko**
HC	28.510	**Hlohovecko**+Sereďsko
KM	16.370	**Komárňansko**
LV	31.310	**Levicko**
MA	27.450	**Malacko**
NR	54.930	**Nitriansko**
NZ	34.140	**Novozámocko**
PK	18.210	**Pezinsko**
PN	42.810	**Piešťansko**+NM+MY
SC	27.920	**Senecko**
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	**Martinsko**+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	**Žilinsko**+BY

Východné Slovensko

BJ	33.870	**Bardejovsko**+SK+SP
GE	28.710	**Gemersko** = RV+RS+RA
HU	26.640	**Humensko**=VT+SV+ML
KE	83.740	**Košicko**
KS	20.730	**Košicko** okolie
SL	12.970	**Ľubovniansko**
MI	29.620	**Michalovsko**+TV+SO
PP	41.130	**Popradsko**+KK
PO	48.090	**Prešovsko**+SB
SN	32.750	**Spišsko**+LE+GL

Pozor, prichádzame o empatiu!

Byť empatickým znamená, že máme vrodenú schopnosť sa vcítiť do druhých a vnímať ostatných ľudí. Byť empatickým je oveľa viac, než byť len veľmi citlivým. Empatia je schopnosť porozumieť citom a vnímať pocity druhého človeka. Pramení zo sebauvedomenia.

Čím otvorenejší ste k vlastným emóciám, tým dokážete lepšie rozoznávať a rozumieť city iných ľudí. Nemenej dôležitým predpokladom je schopnosť a vôľa počúvať. Vcítenie, vciťovanie sa, alebo empatia, je prenášanie sa do sveta predstáv druhého, do jeho emócií, spôsobu myslenia a postojov. Vcítenie je zložitý emocionálny proces či schopnosť premietnuť svoje vlastné „ja“ do psychického obrazu inej osoby tak, že nastane súznenie a následné porozumenie postupujúce od emotívnej k racionálnej rovine. Vciťovanie sa je podmienkou možnosti chápania druhého. Lenže, sú tu aj takí, o ktorých by sme v podstate mohli pokojne hovoriť ako o ľuďoch bezcitných. Tí, ktorým empatia chýba. Človek s nižšou empatiou nehľadí na následky svojich rozhodnutí či činov. Nie vždy bude pozerať na možné názory a pocity človeka, ktorému uštedrí hodnotenie, prípadne ranu pod pás.

Empatický človek ani nemusí vedieť, čo to empatia je. Ak sa však rozvoju empatie dostatočne nevenujeme, začíname sa prejavovať čoraz ľahostajnejšie. Za posledných 20 rokov sa empatia výrazne znížila. Vytláča ju oveľa módnejšia nevšímavosť, surovosť, ignorancia a arogancia. Na všetkých stupňoch riadenia a vo všetkých vrstvách spoločnosti. Lebo je to módne, lebo hlupáci si zamenili empatiu za slabošstvo. Lebo hlupáci nikdy nemali k vciťovaniu sa do situácie iných nejaký pozitívny vzťah. Lebo hlupáci sú presvedčení, že na svete sú iba oni, potom oni, potom dlho nikto a napokon zas iba oni. Módnosť sa neuveriteľne rýchlo šíri. Tak, ako módne tepláky, tak aj bezcitnosť. A nemyslime si, že bezcitnosť je iba surovosť. Je to aj bezohľadnosť. Tupá bezohľadná potreba presadzovať svoje ja. Iba to svoje.

A to je viac ako iba smutný jav. Pokojný vstup do emaptického adventu, milí čitatelia!

» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor

Výročia a udalosti

28. novembra 1989
Nežná revolúcia: Československá vláda a Občianske fórum sa dohodli **na zrušení článku ústavy o vedúcej úlohe komunistickej strany**

VÝKUP KOŽÍ od 0,50 € za kus
Aktuálne ceny na www.slovakiaskins.sk
Kože vykupujeme vysušené, bez hláv a nožičiek. Cena kože sa môže meniť.
AKCIA za každých 30 ks kože 5 kg KRMIVA ZDARMA
Akcia platí do 28.2. 2022.
a PREDAJ KRMÍV
Výkup sa opakuje každé 3 týždne
PREDAJ MLÁDOK od 1.3. 2022
králik s liečivom, nosnice, brojlery a kačice, bažant, ovce, kozy, ošípané, husi, morky, psy
vždy v UTOROK v týchto termínoch:
7.12. 2021
16 18.1., 8.2., 1.3., 22.3. 2022

Stankovany-Coop	9,00 hod.	Orav. Poruba	13,50 hod.
Švošov	9,15 hod.	Istebné	14,05 hod.
Hubová	9,30 hod.	Párnica	14,20 hod.
Černová-Coop	9,45 hod.	Žaškov	14,35 hod.
Likavka	10,00 hod.	Zázrivá-Coop	15,00 hod.
Valašská Dubová	10,20 hod.	Terchová-Lidl	15,20 hod.
Komjatná	10,40 hod.	Belá-Coop	15,35 hod.
Jasenová	11,00 hod.	Dolná Tižina	15,50 hod.
Vyšný Kubín	11,15 hod.	Stráža-kaplnka	16,05 hod.
Leštiny	11,30 hod.	Krasňany-námestie	16,20 hod.
Bziny	12,00 hod.	Varín	16,35 hod.
Oravský Podzámok	12,25 hod.	Mojš	16,50 hod.
Dolná Lehota-Coop	12,40 hod.	Gbeľany	17,05 hod.
Horná Lehota	12,55 hod.	Nededza	17,20 hod.
Sedl. Dulová-kostol	13,10 hod.	Teplička-Coop	17,35 hod.
Veličná	13,35 hod.		

>> Auto bude stáť na stanovišti alebo Obecným úradom 10 minút <<

VOLAJTE 0907 893 351 • 0907 684 441
0915 252 372 • 0905 345 352
www.slovakiaskins.sk
Slovakia Skins s.r.o. • 913 24 Svinná 466
46-0002

UŽITOČNÉ KONTAKTY
www.mojinzerat.sk

FINANČNÁ OCHRANA pred EXEKÚTORMI, SÚDMI aj DRAŽBAMI!
! Volajte na 0905 638 627 !
66-0143

www.mojinzerat.sk
INZERÁT TU UŽ OD 3,50 EUR

Kompletná rekonštrukcia bytov & domov
0948 516 538
86-0303

LekárenPlus.sk
ANTIGÉNOVÉ TESTY SKLADOM!!!
Vianočné respirátory FFP2
Objednávaj na www.lekarenplus.sk
85_0910

Krátke správy z regiónu

/Dolný Kubín/ - V očkovacom centre dolnokubínskej nemocnice zdravotníci pracovali aj počas voľného dňa v stredu 17. novembra 2021. Záujemcovia mohli prísť bez registrácie na prvú, druhú alebo tretiu dávku vakcíny proti ochoreniu covid-19. „Očkovanie v tomto období je tiež takou cestou k slobode ako bol kedysi 17. november 1989. Zaočkovaní ľudia chránia seba, ale aj svojich blízkych, spolupracovníkov, priateľov, celú spoločnosť a môžu získať väčšiu slobodu k pohybu. Väčším množstvom očkovanej populácie sa chránia aj nemocnice,“ povedala MUDr. Beáta Dudášiková, koordinátorka vakcinačného centra v Dolnooravskej nemocnici s poliklinikou.

/im, ww, or/

/Orava/ - Covid automat platný od pondelka 22. 11. 2021 výrazne zvýhodnil ľudí, ktorí sú kompletne očkovaní a ktorí prekonali ochorenie v období pred nie viac ako 180 dňami /režim OP/. Vláda zaviedla tzv. lockdown len pre neočkovaných, ktorí majú zákaz vstupu do nákupných centier, do hotelov a reštaurácií, na všetky hromadné podujatia i na športoviská. S aktuálne negatívnym testom môžu ísť len do zamestnania. Okresy Dolný Kubín a Námestovo sú bordové, Tvrdošín je v čiernej farbe. Oravské nemocnice už začali liečbu covidu-19 kombináciou monoklonálnych liekov a vekovo vhodný pozitívny pacient ich musí dostať do siedmich dní od objavenia prvých ťažkostí. Lieky indikujú obvodní lekári a špecialisti. Liečba má 70-percentnú úspešnosť a mohla by pomôcť zastaviť negatívny vývoj pandémie.

/im, ww, or/

Eurotelevízia

ako darček pod stromček

Darčekové ročné predplatné
65,79 €

Darčekové polročné predplatné
33,54 €

Darčekový set objednávajte:

predplatne@mafraslovakia.sk www.eurotelevizia.doschranky.sk +421 917 238 238

Darčekové predplatné je možné zakúpiť ročné aj polročné. Ročné predplatné zahŕňa doručenie 50 vydaní týždenníka Eurotelevízia plus jedno dvojčíslo. Polročné predplatné zahŕňa doručenie 25 vydaní týždenníka Eurotelevízia. Darčekové predplatné je možné objednať od 1. 11. 2021 do 22. 12. 2021. Platba za objednávku musí byť zrealizovaná najneskôr do 15. 12. 2021. Predplatné zakúpené po dátume 15. 12. 2021 nebude zasielané spolu s darčekovou krabičkou, ale len vo forme vianočného voucheru, ktorý bude zasielaný iba e-mailom. Ak chcete obdarovať svojich blízkych, je potrebné na www.hnkonto.sk pri nákupe predplatného rozlíšiť údaje platcu, t. j. osoby, ktorá produkt uhradí (tzv. fakturačné údaje), a údaje obdarovanej osoby, ktorej bude časopis doručovaný na adresu (tzv. dodacia adresa). Darčekový set bude zaslaný na adresu platcu a predplatné časopisu bude zasielané na adresu obdarovaného. Predplatné z tejto ponuky sa začína od vydania 01/2022, ktoré vychádza 30. 12. 2021.

33-0098

ZATEPĽOVANIE RD OMIETKY STROJOVÉ 0904 845 444
56-0002

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

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

03 BYTY / predaj

04 BYTY / prenájom

05 DOMY / predaj

06 POZEMKY / predaj

07 REALITY / iné

08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie, 0908 532 682.

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

»Predám ošípané domáci chov 0911808698

11 HOBBY A ŠPORT

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 OR medzera Číslo rubrikymedzera Text inzerátu

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

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor.
Cena je **0,60 € s DPH** za každých začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme.
TIP 1: Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať.
TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, **OR** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete na zadnej strane vľavo dolu. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

Anti

32 rokov žijeme v demokracii. Nie je ideálna. Narúšajú ju skorumpovaní politici a mafiáni.

Demokracia je nebezpečná sama pre seba.

V histórii sa viackrát stalo, že umožnila fašistom alebo komunistom vykrikovať ich heslá a agitovať ľudí - až kým nevyhrali voľby a demokraciu jednoducho zrušili. Dnes majú extrémisti a rôzni blázni aj iné možnosti ako iba demonštrovať na ulici. Na destabilizáciu spoločnosti môžu používať internet alebo mobilné telefóny. Sú to rôzne "anti" skupiny, ktoré nájdu nepriateľa a bojujú proti nemu. Nepriateľ ani nemusí reálne existovať, oni sa však potrebujú organizovať, kričať a bojovať. V skutočnosti bojujú s vlastnou hlúposťou alebo komplexmi. Niekedy sa prejavujú nenávistnými útokmi na internete, inokedy útočia aj fyzicky - na futbalových štadiónoch alebo bez rúška v obchodoch. Otravujú tak ostatných normálnych ľudí, predavačky aj policajtov. Potrebujú robiť okolo seba cirkus, natáčať si ***hrôzostrašné*** videá a dávať ich na sociálne siete. Ktovie, či to majú z vlastnej hlavy, alebo ich platia politici a mafiáni, ktorým hrozí väzenie a vedia, že ich už môže zachrániť iba ***revolúcia.*** Mám veľkú obavu z koalície FIKOPEKO - Fico, Kollár, Pellegrini, Kotleba.

Aj ja som proti niektorým veciam - korupcii, násiliu, vojnám alebo znečisťovaniu životného prostredia. Môžem si vybrať nejakú skupinu anti demonštrantov a ísť proti nim bojovať. Alebo sa môžem snažiť o slušnosť, poctivosť, pokoj, mier, spoluprácu, čisté vzťahy a ochranu prírody. Slovo boj možno ani nie je na mieste. Dobré veci sa majú robiť v tichu a s láskou v srdci. Tí, čo hulákajú, prišli iba rozbíjať a ničiť. Tí, čo stavajú, nepotrebujú nenávistné pokriky. Bolo by dobré, keby sme mali viac ľudí za ***dobro,*** ako tých anti krikľúňov. Som dosť antisystémový človek. Nemám veľmi v láske štát a úradníkov, ktorí nám komplikujú život. Nezbavíme sa ich však tým, že im budeme nadávať. Potrebujeme prebrať niektoré ich funkcie na seba a obmedziť im tak pole pôsobnosti. Naše zdravie, podnikanie, pomoc núdznym alebo vzdelávanie detí nepatria štátu. Venujme sa im - bez zbytočného kriku.

» Ján Košturiak

27. novembra 1095 **Výročia a udalosti**
pápež Urban II. vyhlásil **prvú krížiacku výpravu.**

oravsko.sk

ReMaB obchod pre remeselníkov
www.remab.sk
Skvelé zľavy KAŽDÝ DEŇ
Viac info na www.remab.sk/aktualna-akcia
PROMA odsávače prachu 3 roky od 249 €
HiKOKI stolové píly C10RJWAZ 399 €
Makita MLT100N 449 €
metabo pásová píla BAS 261 PRECISION XXL 251,10 €
Güde invertorová zváračka GIS 141 82 €
PROTECO momentové kľúče 30-345 Nm 1/2" 58 €
65-415 Nm 3/4" 89 €
Tvrdošín
Trojičné námestie 194
Tel.: +421 43/532 24 30
E-mail: info@remab.sk
86-0174

DOMÁCA ZABÍJAČKA?
Maspoma
Črevá, koreniny, mäsiarenske náradie nakúpite na e-shope
klobásky.sk
28-0363

Krátke správy z regiónu

/Tvrdošín/ - Vynikajúca interpretka ľudových piesní Darina Laščiaková sa narodila v Tvrdošíne a tento týždeň sa dožila krásnych 90 rokov. Je známa aj ako neúnavná etnografka a rozhlasová redaktorka. Svoj vzťah k rodnej Orave zvlášť citlivo vyjadrovala osobitým a dokonalým spievaním ľudovej piesne Ej, pod Roháčom žijem. Pôsobila v Lúčnici i v súbore Ľudovej umeleckej tvorivosti. Po slovenských dedinách zbierala pre rozhlas ľudové piesne. V Hudobnom centre vyšla nedávno publikácia a CD nosič s názvom Darina Laščiaková Cesty za ľudovou piesňou. Za svoju prácu získala mnohé ocenenia.

/ww, or/

/Habovka/ - Do jesennej celoslovenskej akcie DO ŠKOLY NA BICYKLI sa v Habovke zapojilo 91 žiakov, ktorí prichádzali do školy na bicykli, kolobežke, skateboarde i peši. Mnohí aj po skončení akcie. Zlepšovali si svoju fyzickú kondíciu a prispeli k ekologickému a zdravému spôsobu života. Najúspešnejšou triedou bola a tortu vyhrala 7. A. Cieľom aktivity bolo motivovať deti, aby čo najmenej jazdili autami a autobusmi.

/ww zš, or/

/Žilinský kraj – Orava/ – V 46. kalendárnom týždni chorobnosť na akútne respiračné ochorenia klesla v kraji o 20,8 percenta. Klesla najmä v okresoch Martin o 37,6 percenta a Tvrdošín o 37,5 percenta a hlavne vo vekovej skupine od 20 do 59 rokov. Pri chrípke a jej podobných ochoreniach klesla chorobnosť o 15,57 percenta, výrazne vo vekovej skupine od 20 do 59 rokov. Informoval o tom odbor epidemiológie Regionálneho úradu verejného zdravotníctva v Žiline.

/im, ww rúvz, or/

/Bobrov/ - V Bobrove pribudlo nové samoobslužné miesto na doručovanie zásielok objednaného tovaru. Z- Box sa nachádza vedľa pošty a po vzájomnej dohode s obcou ho tam inštalovala spoločnosť Zásielkovňa. Z-Box funguje 24 hodín denne a 7 dní v týždni. Výdaj zásielky, resp. platba za zásielku funguje cez mobilnú aplikáciu.

/ww ocu, or/

/Habovka/ - Obec Habovka patrí do územia s vysokým výskytom medveďa hnedého a preto obecný úrad vyzval obyvateľov, aby venovali pozornosť krátkej reportáži od spoločnosti NATUR-PACK verejnosti na odkaze: https://youtu.be/yEwlkcc-Fwhs. Tam sa dozvedia, aké opatrenia je potrebné dodržiavať na zamedzenie prístupu medveďa hnedého k odpadom.

/ww ocu, or/

Blížia sa Vianoce

REMESLO MJ

Miloš Jurči - REMESLO MJ
ul. Nová 295
Tvrdošín 027 44 / vedľa TESCO

mob.: 0948 / 75 66 76
e-mail: predajna@rmj.sk
www.rmj.sk

Vychutnajte si vôňu Vianoc
Živé stromčeky v Remesle MJ

od 19,90 €

V ponuke od 1.12. !!!

Umelý 3D vianočný stromček
Dva druhy : Smrek ,Jedľa
Výška: 150 cm
180 cm
220 cm

od 71 €

Umelý vianočný stromček
Rôzne druhy a veľkosti

Ovocná špecialitka

31,20 € - 180cm

Vianočná led svietiaca kocka

23,90 € - 25 cm

Umelý stromček

13,60 € - 60 cm

Umelý stromček na pníku
skladom rôzne druhy
a veľkosti

od 33 €

Vianočné gule
Rôzne farby a rozmery

4,90 € - 10ks

Vianočná led svietiaca kocka

23,90 € - 25 cm

Vianočné svetielka
- interierové
- exterierové
- farebné
- biele
- žlté
- rôzne druhy
- rôzne veľkosť

od 14,40 €

Mini stromčeky
30 cm - 3,70 €
40cm - 15,40 €
60cm - 23,90 €

od 3,70 €

Vianočná ozdoba

39,20 €

Adventné vence a svietniky
rôzne druhy a veľkosti

od 16,90 €

Plátené vrecko na darčeky

1,70 € - 50 x 70 cm

Mikulášska ponožka

5,20 € - rôzne druhy

Adventný kalendár

14,20 €

Vianoční škriatkovia

od 7,20 - rôzne druhy a veľkosti

Vianočný betlehem postavičky
Výška postavičiek 40cm

243 €

Stojan na stromček

7,90 €

Stojan na stromček

9,40 €

Stojan na stromček

16,40 €

Stojan na stromček

23,50 €

Najväčší výber vianočných stromčekov živých aj umelých skladom

Dostupnosť tovaru je len do vypredania zásob. Uvedené ceny sú s DPH. Jednotlivé obrázky sú ilustračné. Za prípadne tlačové chyby a farebné odchýlky v zobrazení neručíme

56-0030

/vasrodinnylekarnik
/lekaren_partner

LEKÁREŇ
Sv. Michala
A ZDRAVOTNÍCKE POMÔCKY

PARTNER
VÁŠ RODINNÝ LEKÁRNIK

AKCIE PRE FIRMY A ŠKOLY

DARUJTE VAŠIM NAJBLIŽŠÍM ZDRAVÝ DARČEK

Objednávajte rýchlo a bezpečne na 0904 737 444
www.toplekaren.eu
www.lekarensvmichal.sk

LEKÁREŇ Sv. Michala A ZDRAVOTNÍCKE POMÔCKY

LIVSANE **AKCIA**

PARTNER

VIANOČNÉ BALÍČKY AKCIOVÁ CENA ALEBO 2+1 ZADARMO

Objednávajte z pohodlia vášho domova,
www.toplekaren.eu
www.lekarensvmichal.sk

Akcia platí do 30.11.2021
Akcie nieje možné kombinovať

Balíček Imunita

O0056174	LIVSANE Vitamín C 500 mg vysoká dávka 30 cps	4,99€
O0054175	LIVSANE Lipový čaj 20x1,8 g	2,49€
O0054934	LIVSANE Immune Power 8 ampúl	11,99€
O0051261	LIVSANE Selén 55mcg 60 tbl	2,99€
O0049751	LIVSANE Zinok + vitamín C broskyňa mučenka šumivé tablety 20 tbl	2,49€

Balíček Energia

O0054869	LIVSANE Energy power 8 ampúl	11,99€
O0050466	LIVSANE Magnézium 500 mg šumivé tablety 2x10 tbl	3,29€
O0056174	LIVSANE Vitamín C 500 mg vysoká dávka 30 cps	4,99€
O0054683	LIVSANE B12 Vysoká dávka šumivé tablety 20 tbl	3,29€
O0053814	LIVSANE Hroznový cukor s vitamínom C, višňová príchuť, rolka 1x 44 g	1,29€

Balíček Senior

O0050806	LIVSANE A-Z multivitamín komplex 50+ 60 tbl	9,99€
O0052264	LIVSANE Omega-3 plus vitamín E 60 cps	8,99€
Z0039450	LIVSANE Týždenný dávkovač liekov	3,99€

Balíček Vitamíny – minerály mini

O0056174	LIVSANE Vitamín C 500 mg vysoká dávka 30 cps	4,99€
O0050465	LIVSANE Vitamín B komplex 60 tbl	2,99€
O0049749	LIVSANE Multivitamín tropik šumivé tablety 20 tbl	2,49€
O0053812	LIVSANE Hroznový cukor s vitamínom c, pomarančová príchuť, rolka 1x 44 g	1,29€

Balíček Relax mini

O0049748	LIVSANE Horčík čierna ríbezľa šumivé tablety 20 tbl	2,49€
O0054174	LIVSANE Medovkový čaj 20x1,5 g	2,19€
O0050885	LIVSANE Magnézium + vitamín B6 60 tbl	5,99€

Detský vitamínový balíček

O0053232 LIVSANE Gumové medvedíky multivitamínové 90 g 6,39 €
O0052248 LIVSANE Multivitamín pre deti šumivé tablety 20 ks 3,29 €

* Vždy si pozorne prečítajte poučenie o správnom používaní lieku obsiahnuté v pribalenej písomnej informácii pre užívateľov liekov. O použití lieku sa poraďte s lekárom alebo lekárnikom.

Budova ORNEXT
Hviezdoslavova 45/24,
029 01 Námestovo

0904 737 444
info@lekarensvmichal.sk

NAJDLHŠIE OTVORENÁ
pohotovostná lekáreň na ORAVE

86-0222

Učebnice

Minister školstva otvoril trh učebníc. Škola si môže vyberať učebnicu podľa seba. Teda už ju neurčuje štát. Problémom je, že je málo učebníc, autorov. Niektoré predmety učebnicu doposiaľ nemajú. A niektoré vydané učebnice sú nekvalitné.

Učebnica je dôležitým prostriedkom vzdelávania. Najmä v období dištančného vyučovania, keď škola musí spolupracovať aj s rodičmi pri samoštúdiu žiakov. Máme veľa rodičov, ktorým na vzdelávaní detí záleží a spolu s nimi sa učia. Preto je dôležité, aby bola učebnica zrozumiteľná aj pre nich. Nemôže sa stať, že rodič po otvorení knihy netuší, ktorý z textov má žiak vedieť, čo má v danej úlohe riešiť.

Problémom je, že učebnice sú preplnené, sú v nich zaujímavosti, obrázky a rôzne alternatívne texty. Laik ťažko vie, čo musí žiak zo zhluku textu ovládať. Nehovoriac o tom, že máme učebnice, ktoré nemajú systém. Potom sa to rieši tak, že si žiaci píšu poznámky. Aký zmysel má taká učebnica, keď musíme učivo nanovo zapísať?

Orientovať sa v učebnici treba učiť aj žiakov. Najmä v situácii, keď sú ozaj preplnené a obsahujú rušivé prvky (veľmi veľa ilustrácií). Veď už šiestaci majú učebnice ako dospelí - plné strany textov. Neraz s informáciami, ktoré sa nemajú učiť. Učebnica totiž môže obsahovať viac informácií ako štátny vzdelávací program. No v dnešnej dobe je neúnosné všetko vyžadovať od žiakov. Žiaľ, mnohí učitelia stále učia systémom - je to v učebnici, musíš to vedieť. Učebnica k tomu navádza aj žiaka, aj rodiča.

Kým na I. stupni by sme ešte mohli povedať, že učebnice sú viac-menej dobrým sprievodcom, tie na II. stupni majú závažnejšie nedostatky. Napr. učebnice matematiky. Na nich ozaj záleží, aby aj slabší žiak pochopil. Keď sa však učím so synom, pravidelne si musím vyhľadávať výklad na internete. Učebnica témy vysvetľuje tak, akoby boli všetci jednotkári. Je graficky neprehľadná a obsahuje málo príkladov na precvičenie. Preto k nej treba pracovný zošit. Ten zas obsahuje nejasné úlohy, ktoré bežný rodič nepochopí. „Chlieviky“ na vpisovanie riešenia príkladov sú také malé, že žiak by musel písať miniatúrnym písmom. Miesto je iba na výsledok, avšak vieme, že v matematike je dôležitý aj postup.

Aj od učebnice závisí úspech žiaka. Žiaľ, niekedy sú v kritériách na učebnicu aj požiadavky, ktoré ju robia nezrozumiteľnou. Možno by namiesto desiatok pracovných zošitov stálo za pozornosť vrátiť sa ku klasickým učebniciam so systémom: učivo, práca s textom, vysvetlenie, cvičenia. Keď sa žiak k takejto knihe kedykoľvek vrátil, vedel, čo má vedieť.

» PhDr. Ján Papuga, PhD.
pedagóg

Krátke správy z regiónu

/Žilinský kraj – Dolný Kubín/ - Priemerná evidovaná miera nezamestnanosti v kraji klesla v októbri o 0,26 % na úroveň 5,35 %. Úrady práce evidovali 20 400 uchádzačov o zamestnanie a v októbri ich počet klesol o 871. Nezamestnanosť klesla vo všetkých okresoch, ale najvýraznejšie o 0,45 % v okrese Dolný Kubín na 5,66 percenta. Najnižšia miera nezamestnanosti bola v okrese Tvrdošín 4,55 %. Okres Námestovo mal na konci októbra 4,75 percentnú nezamestnanosť. Vyplýva to z informácií Ústredia práce, sociálnych vecí a rodiny.

/im, ww úpscr, or/

/Dolný Kubín – Orava - Kanada/ – Aj v Kanade si pripomenuli diela básnika Pavla Országha Hviezdoslava v rámci projektu Hviezd1ooslav, ktorý pripravila Oravská knižnica v Dolnom Kubíne. Čitatelia, známe osobnosti, školy aj inštitúcie vo videách čítali básnikovu tvorbu deväť hodín a šesť minút. O vytvorenie videa Kanada číta Hviezdoslava sa veľkou mierou zaslúžil Vít Koziak, veľvyslanec Slovenskej republiky v Ottawe. Zapojili sa krajanské školy v Edmontone, Calgary, Montreale a Vancouveri, ako aj Honorárny konzulát SR v Calgary. Vo videu sa zobrazili aj vzdialení príbuzní Hviezdoslava žijúci v Edmontone. Do projektu sa zapojili napríklad primátor mesta Dolný Kubín Ján Prílepok, oravské obce, stredné a základné školy, ale aj Spojená škola sv. Rodiny v Bratislave, Krajská knihovna Karlovy Vary i Diagnostické centrum Ružomberok. Súčasťou projektu sú dve výstavy v Oravskej knižnici a on-line prednášky historikov, odborníkov a nadšencov.

/im, ww ok mbf, or/

ACER Nitro 5

- Nadupaný **Intel i5** procesor
- Grafická karta **GTX 1650**
- **Windows 11**

759€

LAMAX BCool

Inteligentné hodinky,
ktoré si vaše deti zamilujú!

39€

Hry na herné konzoly a počítače

od 15€

Marvo KM400

Sada klávesnice s hernou myšou a podložkou.

19€

Samsung Galaxy A03s

Smartfón Galaxy A03s vás ohromí trojicou fotoaparátov, s ktorými zaobstaráte vždy nádherné a detailmi prekreslené snímky.

119€

LAMAX X3.1 Atlas

Zaznamenajte si úžasné momenty jedným dotykom spúšte kamery! Či už ste na lyžiach, snowboarde alebo na bicykli.

45€

extreme computers

Štefánikova 208/7
Kino Námestovo
PO-PIA 8:00-17:00
SO 9:00-12:00
0911 544 443
info@extremecomp.sk

Extreme Computers
@extremecomp.sk

86-0291

Je tu Advent, čas na vstúpenie do seba

Advent alebo adventné obdobie je prvá časť liturgického roka rímskokatolíckej cirkvi vymedzená štyrmi nedeľami pred sviatkom narodenia Ježiša Krista a obdobie duchovnej prípravy na Vianoce.

Adventné obdobie má kajajúci charakter, ale nechápe sa ako čas pokánia v tom zmysle, ako je to vo Veľkom pôste. Obdobie prípravy na slávenie Narodenia Pána sa dostalo v štvrtom. storočí z kresťanského Východu do Galie a Španielska. Odtiaľ pochádza zvyk spájať advent s očakávaním Krista na konci časov. V Galii sa od 5. storočia advent začínal už na sv. Martina a v Španielsku 24. novembra. V rímskej liturgii trvalo obdobie adventu dva týždne a malo charakter očakávania či prípravy na vtelenie Božieho Syna.

Vianočná doba sa od 4. storočia pohybovala medzi 11. novembrom a 6. januárom, na ktorý pôvodne pripadala oslava narodenia Ježiša Krista (dnes slávnosť Zjavenia Pána čiže Epifaneia). Týchto osem týždňov predstavovalo spolu 40 dní.

V ľudovej kultúre Slovenska má advent magický charakter začiatku, kedy môžu pozitívne či negatívne ovplyvniť budúcnosť nadprirodzené sily (stridžie dni). S tým súvisia rôzne ľudové obyčaje a povery, ako veštenie, vinšovanie, zatváranie dvier pri rannom zvonení a podobne. Nakoľko advent sa vyznačuje dvojakým očakávaním (narodenie a druhý príchod), je rozdelený na dve časti, kde hranicu tvorí 17. december. Prvá časť dáva dôraz na očakávanie druhého príchodu Krista a druhá časť je prípravou veriacich na stretnutie s Kristom pri jasliach. Toto delenie je veľmi dobre vidieť v liturgických textoch a modlitbách.

Obsah adventnej doby výstižne vyjadrujú staré adventné piesne – roráty – zostavené podľa biblických textov, prevažne prorockých. Roráty sa začínali pred svitaním a pripomínali, že pred narodením Krista ľudstvo „kráčalo v tmách“ (Iz 9,2). Názov roráty pochádza z najznámejšej latinskej adventnej piesne pochádzajúcej zo 16. storočia z Francúzska: „Rorate coeli de super ...“ („Rosu dajte nebesia zhora ...“).

» red

86-0005

86-0004

86-0269

BICYKLE X SPORT

Ľadové korčule už od od 19,90 €

Pennyboard

Lyžiarske prilby od 19 €

Sánky

LYŽE A SNOWBOARDY
nové (Sporten, Rossignol, Fischer) aj použité

SET NA BEŽKY
set kvalitných bežiek s dreveným jadrom (bežky, viazanie, topánky, palice) + malý vianočný darček
už od 159 €

Freestylové kolobežky od 54,90 €

Detské bicykle

Odrážadlá

Kolobežky s nafukovacími kolesami

Potreby pre box

NÁMESTOVO, OC KLINEC, 4. poschodie
po-pia: 8:00-17:00, so: 9:00-12:00
tel: 0948 038 414

PRVÉ NOVÉ MODELY 2022 E-BIKE
CRUSSIS
ČESKÝ VÝROBCE ELEKTROKOL
UŽ V NAŠEJ PREDAJNI

86-0160

super LIDL ceny

od pondelka 29. 11.

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

Banány

cena za 1 kg

-38%

~~1.39~~

0.85

+ pohár

7 x 0,5 l

3,5 l

6.99 (1 l = 2,00)

Pilsner Urquell
- svetlý ležiak

87,5/90/100 g

-38%

~~1.29~~

0.79 (100 g = 0,90/ 0,88/0,79)

Milka Mliečna čokoláda
- rôzne druhy

Supercena

1 kg balenie

2.99

Mleté bravčové mäso

700 g

-35%

~~4.49~~

2.89 (1 kg = 4,13)

Saláma Vysočina

200 g

-40%

~~5.99*~~

3.59 (100 g = 1,80)

Jacobs Velvet
- instantná káva

cena za 1 kg

-33%

~~5.59~~

3.69

Kuracie prsné rezne

* Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

Ponuka tovaru platí od 29. 11. do 5. 12. 2021 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný len v obvyklom množstve.

52-0184

od pondelka
29. novembra

480 g
-20%
~~4.99*~~
3.99
(1 kg = 8,31)

Kokosová kocka

400 g
-16%
~~2.99*~~
2.49
(1 kg = 6,23)

Orechové/ Škoricové rožky

Supercena
130 g
0.75
(100 g = 0,58)

Rodinné oblátky
- rôzne druhy

Smotana na šľahanie
- 33 % tuku

250 ml
-24%
~~0.99~~
0.75
(1 l = 3,00)

1,5 l
-46%
~~1.29~~
0.69
(1 l = 0,46)

Vinea
- rôzne druhy

Bryndza

Supercena
125 g
0.89
(100 g = 0,71)

1 kg
-40%
~~0.65**~~
0.39

Pšeničná múka
- rôzne druhy

Arašidy
- nelúpané

1 kg
2.99

Supercena
200 g
1.39
(100 g = 0,70)

Maslo

* Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.
**Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania cien dňa 21. 10. 2021.

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

Ponuka tovaru platí od 29. 11. do 5. 12. 2021 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný len v obvyklom množstve.

52-0184

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
RENO jelša | RENO buk | RENO orech | DOMINANT | LUX
86-0008

JAGA stavby
JAGA stavby, Bernolákova ulica 104, Trstená (Fortuna)
Marek Jankola 0905 266 954
Rastislav Gaššay 0917 926 070
372 € 372 €
AKCIA
PLASTOVÉ A HLINÍKOVÉ OKNÁ A DVERE
VCHODOVÉ BEZPEČNOSTNÉ DVERE
GARÁŽOVÉ BRÁNY, ŽALÚZIE A SIEŤKY
PLÁVAJÚCA PODLAHA, INTERIÉROVÉ DVERE
86-0112

Kamenárstvo KAMPOL
Oravská Lesná
Ponúkame kompletné kamenárske práce z prírodného kameňa (pomníky, parapety, schody, hrobky, urny, ...)
ZÁRUKA 10 ROKOV
www.kampol.sk
polec@centrum.sk
0908 910 437
86-0013

KVALITNÉ RUSKÉ UHLIE
KOCKA
ORECH
EKO-HRÁŠOK
0908 944 618
Záruka kvality
KANEX s.r.o.
BOBROV – Obchodná 73
TRSTENÁ – Oravická 758
Balené v BIG-BAG (1000 kg) a 25 kg
DOPRAVA K VÁM DOMOV
KANEX
86-0077

Realizujeme strojové - vápenno cementové sadrové omietky
Veľká akcia za dostupnú cenu
tel. 0904 194 814
strojoveomietkyy@gmail.com
86-0018

- Frézovanie komínov
- Vložkovanie komínov
- Revízie komínov na kolaudáciu
- Výstavba nerezových a betónovo-nerezových komínov

Všetko pre Váš komín
kontakt: 0905 742 808
86-0159

Zaostrite štýlovo!

Viac ako 2000 rámov v ponuke
GUESS GANT EYEWEAR HARLEY-DAVIDSON EYEWEAR FENDI
GUESS BY MARCIANO SWAROVSKI GUCCI
Najväčší výber v regióne
NOVOOPTIK a.s.
už od 30 €
www.novooptik.sk
/Novooptik
Námestovo, Hviezdoslavova 18 | 0904 545 103 | Pon - Pia 9.00 - 17.00, So 9.00 - 12.00
Tvrdošín, Trojičné nám. 121 | 0911 162 624 | Pon - Pia 8.00 - 16.30, So 9.00 - 12.00
Dolný Kubín, Hviezdoslavovo nám. 42 | 0949 572 426 | Pon - Pia 8.00 - 17.00, So 9.00 - 12.00
43-0131

KÚPEĽŇA
GARBIAR
Mikuláš
aj u nás!
Vianočné ceny
TVRDOŠÍN
Vojtaššákova 846
tel: 043/ 550 7027
0907 725 492
kupelnets@garbiar.sk
DOLNÝ KUBÍN
MOKRAĎ
Nábrežie Oravy 532
tel: 0948 901 903
kupelnedk@garbiar.sk
NÁMESTOVO
Ul. Miestneho
Priemyslu
tel: 043/ 552 01 02
kupelneno@garbiar.sk
86-0203

VIANOČNÁ PONUKA
VEĽKÝ VÝBER
KVALITNÉ HRAČKY
bruder
SNEŽNÉ FRÉZY
Husqvarna
MOTOROVÉ PÍLY
Husqvarna
www.rmatuska.sk
TRSTENÁ OD Jednota, tel: 043/ 5391 185
DOLNÝ KUBÍN oproti autob. nástupišťu, tel: 043/ 5864 147
86-0300

najväčší výber matracov v meste!
Materasso
Pre chvíle, na ktorých záleží
matrace
postele
paplóny
BLACK FRIDAY -25%
na vybrané druhy matracov
matraCentrum
OC KLINEC NÁMESTOVO
4.poschodie
po-pia 8:00-17:00 / so 9:00-12:00
0908 557 255
MATRACE SKLADOM IHNEĎ K ODBERU
BAVLNENÝ SATÉN
NOVÉ VZORY
86-0130

NEREZOVÉ KOMÍNOVÉ VLOŽKY
OCEĽOVÉ DYMOVODY
FASÁDNE 3-VRSTVOVÉ KOMÍNY
komín s.r.o.
FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV
Tel: 0948 267 814
kominsro.sk
kominsro@kominsro.sk
56-0006

• opilovanie konárov
• redukcia stromov
RIZIKOVÉ PÍLENIE STROMOV
0917 578 839
www.altitudo.sk
86-0003

BENDÍK ALU SYSTÉM
ZÁRUKA KVALITNEJ PRÁCE
ZASKLIEVANIE PERGÓL A BALKÓNOV
ZIMNÉ ZÁHRADY
0907 777 127 obchodný zástupca
info@bendikalusystem.sk
Bendík ALUsystém
www.bendikalusystem.sk
771210391

Krátke správy z regiónu

/Tvrdošín/ – Stavbu obchvatu Tvrdošína už sprístupnili z oboch strán vrátane provizórneho premostenia rieky Orava. Aj na hlavnej trase rýchlostnej cesty R3 sa začalo so zemnými prácami a budovaním násypov. Aktuálne sa realizuje špeciálne zakladanie siedmich z desiatich mostov. Ukončené sú preložky vodovodov, vysokotlakových plynovodov aj telekomunikačných káblových vedení. Na stavbe pracuje 110 pracovníkov a mala by byť hotová v roku 2023. Informovala o tom vedúca oddelenia komunikácie Národnej diaľničnej spoločnosti Eva Žgravčáková. Nový 5,6 kilometra dlhý úsek obchvatu Tvrdošína odľahčí mesto od tranzitnej dopravy a zníženie hluku, prašnosti a vibrácií zlepší životné podmienky miestnym obyvateľom. Zvýši sa bezpečnosť a plynulosť cestnej premávky, skráti sa čas jazdy a usporia pohonné látky.

/im, ww nds, or/

/Habovka/ - Do školského kola 12. ročníka Technickej olympiády sa v ZŠ s MŠ v Habovke zapojili Michal Šveláň a Marek Taraj zo šiestej triedy individuálne a Marián Jurina so Samuelom Žmijákom z deviatej triedy súťažili ako dvojica. Slovenská komisia Technickej olympiády a Slovenský inštitút mládeže IUVENTA reagovali na aktuálnu epidemiologickú situáciu, takže súťaž prebiehala online cez prístupový kód. Na vypracovanie úloh v teste mali maximálne 30 minút. Do ďalšieho kola postúpili M. Šveláň (individuálne) a S. Žmiják, M. Jurina (dvojica).

/ww zš mt, or/

/Orava – Istebné – Dolný Kubín – Vasiľov/ - Na majstrovstvách sveta v kulturistike v Španielsku obsadila slovenská výprava štvrté miesto spomedzi zúčastnených 49 krajín. Na doposiaľ najväčšom úspechu majú výrazný podiel aj oravskí kulturisti. Peter Tatarka, rodák z Istebného získal bronzovú medailu v kategórii muži do 90 kg a tri zlaté v kategórii Classic Physique, keď zvíťazil v súťaži mužov do 180 cm, v kategórii Masters 40 až 45 rokov a stal sa absolútnym víťazom štyroch výškových kategórií Masters. Majster Európy a tréner Peter Kokoška v kategórii Classic Physique Masters do 171 cm získal striebornú medailu. Člen klubu FC Dynamic Dolný Kubín Martin Sagan si v klasickej kulturistike vybojoval bronzovú medailu a striebornú v súťaži Games Classic Bodybuilding. František Feja z Vasiľova získal druhé miesto v kategórii Masters Bodybuilding 40 až 44 rokov do 90 kg. Junior Kristián Meško z FC Dynamic Dolný Kubín skončil štvrtý v súťaži Games Classic Bodybuilding. Ako jediná bikiny fitneska zo Slovenska vo vekovej kategórii žien sa do finále prebojovala Beáta Graňáková z Vasiľova a skončila na 6. mieste.

/ww fc, pk, or/

29. novembra 1877 **Výročia a udalosti**
Thomas Alva Edison prvý raz predstavil svoj **fonograf na verejnosti**

KÚPEĽNE
BYTOVÉ JADRÁ
• prestavba bytových jadier
• rekonštrukcie kúpelní v rod. domoch a bytoch
• realizácia bezbariérových kúpelní - ZŤP
• rekonštrukcie rodinných domov a bytov (obklady a dlažby, omietky, sádrokartón, maliarske práce, plávajúce podlahy)
www.kupelne-bytove-jadra.sk
tel: 0911 699 577
86-0105

Vianoce už klopú na dvere!
Príďte si vybrať zo širokej ponuky vianočných stromčekov
Pri kúpe živého vianočného stromčeka sada vianočných gúľ GRÁTIS!
Dieťa v sprievode rodiča dostane darček!
RMJ REMESLO MJ
ul. Nová 295
Tvrdošín vedľa TESCO
0948 / 75 66 76
56-0030

UHOĽNÉ SKLADY
MATIS s.r.o.
NÁMESTOVO
HNEDÉ UHLIE kocka/orech
ČIERNE UHLIE kocka/orech
UHOĽNÉ BRIKETY
EKO HRÁŠOK
DREVENÉ PELETY
DREVENÉ BRIKETY
ŠTRKY, PIESKY
DOPRAVA K VÁM DOMOV
objednávky:
0905 281 702
043/558 1713
56-0045

Frézovanie a vložkovanie
KOMÍNOV
- frézovanie 1 m - 15 €
- vložkovanie, certifikovaný žiaruvzdorný materiál
- zľava 30% na materiál
- obhliadka zdarma
- dohoda istá
samotná realizácia priemer 4-6 hodín
frézovanie od 15€/m
Tel: 0911 322 495, 0915 386 362
frezovanievlozkovanie@gmail.com
56-0014

www.zahradneploty.sk
www.kovane-ploty.sk

0911 847 674

Výstavná plocha
Univel Tvrdošín
kovové ploty | brány | zábradlia

86-0047

INTERNET A TV
Oranet
Vysokorýchlostný internet
za skvelé ceny – už od 5,99€
502 FLAT neobmedzený
6144/1024 – 8,99 €
LTE FLAT neobmedzený
20480/2048 – 9,99 €
AKCIA JESEŇ
TV AKCIA
6 mesiacov TV Zadarmo
Wifi router za 1,– €
Optické rýchlosti do 800 Mbit
www.oranet.sk
tel. 0907 822 870
Uvedené ceny sú s DPH
56-0005

Poľský výrobca
NÁBYTKU
v Tvrdošíne
tel: 0951 662 601

Tvrdošín, ul. Trojičné námestie 171/28
PO-PIA 09:00 - 16:00 hod. | SO 09:00 - 12:00 hod.
86-0246

PALIVOVÉ DREVO
BUK 49€/prms sypané
BUK 69€/prm ukladané
SMREK 35€/prms
25 cm, 33 cm alebo 50 cm štiepané klátiky
0909 172 597 alebo 0909 216 888 www.drevotvrdosin.sk
86-0016

VIANOCE
PLNÉ ZLIAV
v predajni
MT-SPORT LOKCA
BICYKLE A
ELEKTROBICYKLE
LOKCA 141/22, Hradská, pri hl. ceste
Po-Pia 8:00 - 11:30, 12:00 - 18:00
So 8:00 - 17:00
e-mail: mt.sport.turac@gmail.com
tel: 0910 199 178
86-0301

Poctivá
striekaná
PUR
izolácia

0944 365 113
0948 875 040

vysnivanebyvanie.sk

D 5090821A DRAŽBA - 4-IZBOVÝ BYT č. 10 V BYTOVOM DOME s. č. 3333 - KUBÍNSKE TERASY, ul. NEMOCNIČNÁ, OBEC DOLNÝ KUBÍN (LV č. 5808)

Podlahová plocha: 102,70 m²

Nakupujte, dražte! Obhliadky: 19.11.2021 o 14:00 hod. 01.12.2021 o 14:00 hod.

Vyvolávacia cena: 123.000,- €
Termín konania dražby: 14.12.2021
Dražobná zábezpeka: 12.000,- €
Čas konania dražby: 10:00 hod.
Miesto konania dražby: LICITOR group, a. s., Sládkovičova 6, 010 01 Žilina (dražobná miestnosť)

LICITOR www.licitor.sk info: 0918 834 834 041/763 22 34

52-004

D 5090821B DRAŽBA - 3-IZBOVÝ BYT č. 10 V BYTOVOM DOME s. č. 3333 - KUBÍNSKE TERASY, ul. NEMOCNIČNÁ, OBEC DOLNÝ KUBÍN (LV č. 5808)

Podlahová plocha: 74,60 m²

Nakupujte, dražte! Obhliadky: 19.11.2021 o 14:00 hod. 01.12.2021 o 14:00 hod.

Vyvolávacia cena: 99.100,- €
Termín konania dražby: 14.12.2021
Dražobná zábezpeka: 9.000,- €
Čas konania dražby: 10:30 hod.
Miesto konania dražby: LICITOR group, a. s., Sládkovičova 6, 010 01 Žilina (dražobná miestnosť)

LICITOR www.licitor.sk info: 0918 834 834 041/763 22 34

56-0141 52-004

Autoimunitné poruchy a CBD

Autoimunitné poruchy patria medzi problémy, ktoré postihujú čoraz väčšiu časť populácie. Celkovo postihujú 5 až 7 percent ľudstva, v rozvinutých krajinách však býva tento podiel vyšší. Momentálne je popísaných už viac ako 100 diagnóz, ktoré sa radia do skupiny autoimunitných ochorení.

Spoločným znakom autoimunitných chorôb je, že sa náš vlastný imunitný systém omylom zameriava na naše zdravé tkanivá a náš organizmus dostáva signály, aby proti nim bojoval. Môže sa to diať v takmer v každej časti tela – týmito poruchami môže byť postihnuté naše srdce, mozog, nervy, svaly, pokožka, oči, kĺby, pľúca, obličky, žľazy, tráviaci trakt a cievy. Medzi najčastejšie autoimunitné poruchy patria:

- Celiakia
- Crohnova choroba
- Lupus
- Psoriáza
- Cukrovka 1. typu
- Skleróza multiplex
- Addisonova choroba
- Grevesova choroba
- Reumatoidná artritída

Sprievodným znakom autoimunitnej poruchy je vznik zápalu, častokrát na viacerých miestach zároveň. Presná príčina autoimunitných porúch nie je známa a zrejme ide o kombináciu genetických a vonkajších faktorov. To ovplyvňuje aj možnosti liečby. Pri väčšine nie je možné úplne vyliečenie.

Každé autoimunitné ochorenie je vážnou poruchou, ktorú treba riešiť s lekármi. Viacerí pacienti potýkajúci sa s problémami spôsobenými autoimunitnými chorobami skúšajú popri liečbe hľadať úľavu, ktorá by zmierňovala sprievodné nepríjemnosti. Jednou z alternatív takejto úľavy je aj kanabidiol, teda CBD.

CBD má pri ľuďoch trpiacich autoimunitnými ochoreniami viac dôvodov, pre ktoré si ho vyberajú. Prvým je, že medzi známe účinky CBD patrí modulácia imunitných reakcií. CBD pôsobí na receptory tzv. endokanabinodného systému, ktorý máme všetci v tele. Napríklad štúdia vedcov J. Nicholsa a B. Kaplanovej z Univerzity v Missisipi konštatuje, že tento systém po pôsobení CBD prispieva k regulácii imunitnej odpovede, presnejšie k tlmeniu nadmernej produkcie niektorých cytokínov a chemokínov.

Ďalšou dôležitou vlastnosťou CBD je jeho protizápalový účinok. Práve zápaly sú typickým a nepríjemným sprievodným javom mnohých autoimunitných ochorení. Aj v tomto ohľade je CBD u pacientov s imunitným ochorením vítanou úľavou. Spolu so zápalmi sa CBD podieľa aj na potláčaní bolesti. Vďaka tomu, že CBD nemá na rozdiel od niektorých liekov nepriaznivé vedľajšie účinky, používajú ho v súvislosti s tlmením bolesti najmä ľudia, ktorých trápi bolesť dhodobo.

Medzi známe príbehy patrí príbeh Constance Finley. Tá v roku 1996, veku 44 rokov

Foto: constancefinley.com

ochorela na zriedkavé autoimunitné ochorenie ankylozujúca spondylitída, z ktorej sa neúspešne liečila až do roku 2008, kedy jej predikovali už len pár týždňov života a vysoké riziko infarktu. V zúfalstve sa chytala čohokoľvek a tak sa dostala k informáciám o produktoch z konope. Vzhľadom jej stavu musela byť veľmi opatrná a tak sa rozhodla sama pestovať konope a robiť čo najdokonalejšiu extrakciu účinných látok z nej.

Po tom, čo konečne zaznamenala zlepšenie stavu zmenila svoj život a rozhodla sa venovať výskumu možností ako využiť výťažky z konope v prospech zdravia. Dnes je šéfkou vlastnej firmy podnikajúcej v oblasti výroby konopných produktov, držiacej viaceré patenty a pomáhajúcej veľkému množstvu pacientov ďalšími ochoreniami. Jej podnikateľská filozofia vychádza z jej skúsenosti a tak sa snaží o čo najdokonalejšie postupy a čo najčistejšie produkty. **» red.**

VEĽKÉ ZNIŽOVANIE CIEN
BLACK FRIDAY
OD 20. DO 30. NOVEMBRA
CBDexpert

5% CBD olej 24,00 EUR 31,50 €

10% CBD olej 36,00 EUR 45,90 €

20% CBD olej 50,00 EUR 63,00 €

6% CBD olej 25,00 EUR 34,80 €

3% CBD olej 21,00 EUR 28,80 €

www.cbdexpert.sk
+421 904 552 345
objednávky@cbdexpert.sk

33-0099

TERAZ JE TVOJ ČAS.

VEDÚCI ÚSEKU PREDAJNE (m/ž)

obchodný dom v Tvrdošíne

Plný úväzok:
- nástupná mzda **od 900 € brutto**

(základná mzda 870 € brutto + fixný príplatok 30 € brutto)

PRACOVNÍK PREVÁDZKY (m/ž)

obchodný dom v Tvrdošíne

Plný úväzok:
- nástupná mzda **od 790 € brutto**

Možnosť práce aj na skrátený úväzok.

Uchádzaj sa na:
kariera.kaufland.sk
alebo napíš na
personalne@kaufland.sk

top EMPLOYER SLOVENSKO SLOVAKIA 2021
CERTIFIED EXCELLENCE IN EMPLOYEE CONDITIONS

top EMPLOYER EUROPE 2021
CERTIFIED EXCELLENCE IN EMPLOYEE CONDITIONS

Kaufland

32-0162

SOŠ polytechnická, Jelšavská 404, 026 01 Dolný Kubín - Kňažia (ďalej „vyhlasovateľ“) podľa § 9a ods. 9 zák. č. 446/2001 Z.z. o majetku vyšších územných celkov v platnom znení zverejňuje zámer priameho nájmu majetku:

nebytový priestor – časť strechy internátu o výmere 1 m, parc. č. 243/1, KÚ Kňažia, LV č. 3830

Účel nájmu: umiestnenie anténnej jednotky

Ďalšie podmienky pre uchádzačov sú uverejnené na úradnej tabuli v sídle vyhlasovateľa a na www.sospknazia.sk.
Lehota na doručenie ponúk: 08.12.2021 do 10.00 hod. na sekretariáte SOŠP

56-0138

ZÁMER a PODMIENKY priameho nájmu majetku Žilinského samosprávneho kraja č. 01/2021/GymDK

Gymnázium P. O. Hviezdoslava, Hviezdoslavovo námestie 18, 026 24 Dolný Kubín, v zriaďovateľskej pôsobnosti Žilinského samosprávneho kraja, Komenského 48, 011 09 Žilina (ďalej len „vyhlasovateľ“) podľa § 9a ods. 9 zákona č. 446/2001 Z. z. o majetku vyšších územných celkov v znení neskorších predpisov a v zmysle Zásad hospodárenia a nakladania s majetkom Žilinského samosprávneho kraja, zverejňuje **zámer prenajať časť** svojho dočasne prebytočného majetku **formou priameho nájmu**.

PREDMETOM PRIAMEHO NÁJMU JE:

nebytový priestor o celkovej výmere 50 m2, nachádzajúci v stavbe so súpisným číslom 1659, ktorá je postavená na pozemku parc. KN-C č. 231/1, zapísaná na liste vlastníctva č. 4424 pre katastrálne územie Dolný Kubín.

PODMIENKY PRIAMEHO NÁJMU:

1. Najnižšia ponuková cena za predmet nájmu: 8,50 €/m2/rok.
2. Doba nájmu: určitá, na dobu 3 rokov,
3. Účel nájmu: prevádzkovanie bufetu
4. Lehota na doručenie cenových ponúk záujemcov je do 15.12.2021 do 10.00 hod. Ponuku je potrebné predložiť v podateľni alebo poštou na adresu: Gymnázium P. O. Hviezdoslava, Hviezdoslavovo námestie 18, 026 24 Dolný Kubín tak, aby bola zaevidovaná v podateľni Gymnázia P. O. Hviezdoslava, Hviezdoslavovo námestie 18, 026 24 Dolný Kubín do 15.12.2021 do 10.00 hod.
5. Ponuka uchádzača musí obsahovať:
   – pri FO: meno, priezvisko, rodné priezvisko, adresa trvalého bydliska,
   – pri FO – podnikateľovi: meno, priezvisko, obchodný názov, miesto podnikania, IČO, DIČ, IČ DPH (ak je pridelené) pri PO: obchodné meno, právnu formu, sídlo, IČO, DIČ, IČ DPH (ak bolo pridelené), doklad o ustanovení štatutárneho zástupcu konať za PO, ponúknutú cenu a spôsob jej úhrady, účel využitia predmetu priameho nájmu vzhľadom na predmet činnosti, ktorý bude záujemca na predmete nájmu vykonávať.
6. Ponuka musí byť v zalepenej obálke, označenej heslom „Priamy nájom č. 01/2021/GymDK, NEOTVÁRAŤ“.
7. Uchádzač nesmie byť osobou v zmysle § 9a odsek 6 a 7 zákona č. 446/2001 Z. z. o majetku vyšších územných celkov v znení neskorších predpisov, o čom je povinný predložiť písomné prehlásenie ako súčasť svojej ponuky.
8. Obhliadka predmetu priameho nájmu sa uskutoční dňa 13.12.2021 v čase od 9:00 hod. do 10:00 hod. Mimo tohto termínu je možné obhliadku predmetu nájmu uskutočniť vo vopred dohodnutých termínoch podľa záujmu uchádzačov tak, že uchádzač nahlási svoj záujem o miestnu obhliadku predmetu nájmu telefonicky na tel. číslach: 043/5864785, mobilné číslo 0908 909 629 riaditeľovi školy RNDr. Petrovi Strežovi.
9. Vyhlasovateľ je oprávnený zmeniť alebo zrušiť podmienky nájmu, prípadne odmietnuť všetky predložené ponuky.
10. Každý uchádzač je oprávnený oboznámiť sa s identifikačnými údajmi predmetu priameho nájmu (list vlastníctva, prípadne iné písomnosti a skutočnosti viažuce sa k predmetu priameho nájmu) priamo u kontaktnej osoby: RNDr. Peter Strežo, riaditeľ školy, tel.: 043/5864785, mobilné číslo 0908 909 629. Uchádzač sa podaním svojej ponuky zaväzuje zachovávať mlčanlivosť o všetkých skutočnostiach, o ktorých sa dozvie v súvislosti s procesom získavania informácií ohľadom nájmu.
11. Vyhlasovateľ si vyhradzuje právo určiť právnu formu realizácie priameho nájmu nájomnou zmluvou. Uchádzač sa zaväzuje akceptovať zmluvné podmienky uvedené v nájomnej zmluve (označenie zmluvných strán, predmet nájmu, účel nájmu, výška a splatnosť nájomného, doba nájmu, práva a povinnosti zmluvných strán, skončenie nájmu).
12. Vyhodnotenie predložených ponúk sa vykoná na škole komisionálne (najmenej traja členovia) v kancelárii riaditeľa školy dňa 16.12.2021 o 11,00 hod. Každý uchádzač má právo zúčastniť sa na otváraní obálok. S víťazom predloženej ponuky môže správca majetku uzatvoriť nájomnú zmluvu podľa dohodnutých podmienok.
13. O výsledku vyhodnotenia budú všetci záujemcovia písomne informovaní.

Za vyhlasovateľa:
RNDr. Peter Strežo, riaditeľ školy

86-0299

D 5090821C DRAŽBA - 2-IZBOVÝ BYT č. 8 V BYTOVOM DOME s. č. 3333, VCHOD č. 8B - KUBÍNSKE TERASY, ul. NEMOCNIČNÁ, OBEC DOLNÝ KUBÍN (LV č. 5808)

Podlahová plocha: 76,10 m²

Nakupujte, dražte! Obhliadky: 19.11.2021 o 14:00 hod. 01.12.2021 o 14:00 hod.

Vyvolávacia cena:	91.300,- €	Termín konania dražby:	14.12.2021
Dražobná zábezpeka:	9.000,- €	Čas konania dražby:	11:00 hod.

Miesto konania dražby:
LICITOR group, a. s., Sládkovičova 6, 010 01 Žilina (dražobná miestnosť)

LICITOR www.licitor.sk info: 0918 834 834 041/763 22 34

52-004

MERKUR SLOVAKIA s.r.o.
LES • ZÁHRADA • KOMUNÁL
www.merkur.sk
MTD WOLF-Garten STIGA
HONDA
Cub Cadet
NOVINKA
HYBRIDNÉ FRÉZY
najvýkonnejšie prevedenie, ktoré hravo zvládne aj zľadovatelý sneh!
TRETÍ STUPEŇ
odprace o 25% viac a o 30% rýchlejšie ako dvojstupňové snežné frézy!
SERVIS LM: 044 5570 647, servis@merkur.sk
LM, Kamenné pole 4554/6 (pri TESCU) 0915 813 617, LM@merkur.sk
RK, Bystrická cesta 178 (za ČS Benzinol) 0907 461 578, RK@merkur.sk
73-0089

D 5090821D DRAŽBA - 3-IZBOVÝ BYT č. 14 V BYTOVOM DOME s. č. 3333, VCHOD č. 8B - KUBÍNSKE TERASY, ul. NEMOCNIČNÁ, OBEC DOLNÝ KUBÍN (LV č. 5808)

Podlahová plocha: 80,80 m²

Nakupujte, dražte! Obhliadky: 19.11.2021 o 14:00 hod. 01.12.2021 o 14:00 hod.

Vyvolávacia cena:	98.400,- €	Termín konania dražby:	14.12.2021
Dražobná zábezpeka:	9.000,- €	Čas konania dražby:	11:30 hod.

Miesto konania dražby:
LICITOR group, a. s., Sládkovičova 6, 010 01 Žilina (dražobná miestnosť)

LICITOR www.licitor.sk info: 0918 834 834 041/763 22 34

52-004

D 5090821E DRAŽBA - 4-IZBOVÝ MEZONET č. 23 V BYTOVOM DOME s. č. 3333, VCHOD č. 8B - KUBÍNSKE TERASY, ul. NEMOCNIČNÁ, OBEC DOLNÝ KUBÍN (LV č. 5808)

Podlahová plocha: 172,70 m²

Nakupujte, dražte! Obhliadky: 19.11.2021 o 14:00 hod. 01.12.2021 o 14:00 hod.

Vyvolávacia cena:	210.000,- €	Termín konania dražby:	14.12.2021
Dražobná zábezpeka:	21.000,- €	Čas konania dražby:	12:00 hod.

Miesto konania dražby:
LICITOR group, a. s., Sládkovičova 6, 010 01 Žilina (dražobná miestnosť)

LICITOR www.licitor.sk info: 0918 834 834 041/763 22 34

52-004

Realizujeme
STROJOVÉ POTERY
0948 300 988
61_0056

PONUKA PRÁCE: HĽADÁME
SKÚSENÉHO MURÁRA a MALIARA
zateplenie, omietky, potery, maliarske práce, pokládka dlažby, celoročne na práce v BB a okolí
Kontaktné t. č.: +421 905 656 319
28-0333

PRENÁJOM PLOŠINY
do výšky 21 m
do boku 12 m
- čistenie fasád
- čistenie striech
- úprava stromov
- umývanie okien
- čistenie komínov
- lepenie billboardov
- a iné práce vo výškach
TEL.: 0940 499 606
56-0125

Krátke správy z regiónu

/Dlhá nad Oravou/ - Vo viacerých európskych krajinách vrátane Slovenska sa v prvej polovici novembra uskutočnila informatická súťaž iBobor. V Základnej škole s materskou školou v Dlhej nad Oravou sa do súťaže zapojilo 46 našich od tretieho po deviaty ročník a zmerali si tak sily s ostatnými žiakmi z celého Slovenska. Medzi úspešných riešiteľov sa zaradilo 15 žiakov školy. Sú to: 3. trieda Filip Novák, Eliška Chajdiaková, Michaela Karetková, Simona Žufková, Alexandra Kozáčiková, 4. trieda Martin Drobul, Patrik Murcin, Eva Kapustová, Sabína Kňazúrová, Johana Murínová, Elizabeth Antónia Zaťková 5. trieda Tibor Osadský 8. B Alica Lucia Kravská 9. trieda Peter Kajan, Matúš Baláž. Hlavným cieľom súťaže je podporiť záujem o informačné a komunikačné technológie u všetkých žiakov. Súťaž chce iniciovať v deťoch využívanie IKT, posmeliť ich v intenzívnejšom a kreatívnejšom používaní moderných technológií pri učení a chce žiakov posmeliť v odovzdávaní svojich skúseností.

/ww ocu, zg, or/

/Habovka/ - Žiaci 5. ročníka Základnej školy v Habovke navštívili Etnodom v Zuberci, kde im život predkov regiónu priblížila Mgr. Eva Janoštínová. Deti sa dozvedeli, aké predmety a nástroje ľudia používali v minulosti na zabezpečenie svojho živobytia, čo jedli, čo chovali a ako sa odievali. Už vedia od akého slova vznikol názov Roháče, prečo máme vrchy s názvami zvierat, ako napríklad Volovec. Vyskúšali si čuchranie a česanie vlny a pri pradení pomocou vretienka si všetci spoločne zaspievali. Cieľom projektu „Poznávame náš región“, bolo žiakom sprístupniť učivo vlastivedy a dejepisu zaujímavým spôsobom, lebo ako sa hovorí, je lepšie raz vidieť ako stokrát počuť.

/ww zš, pš, or/

/Bobrov/ - V Bobrove zrekonštruovali Dom smútku. V interiéri vymaľovali, vymenili osvetlenie, osadili novú čelnú stenu, vymenili sedačky a vchodové dvere. V exteriéri omaľovali steny, strechu a na vstupnú stenu bol osadený nový obklad. Osadili novú orientačnú mapu cintorína. Zrekonštruovali aj starý dom smútku, ktorý teraz slúži ako sklad.

/ww ocu,or/

ROBÍM KÚPEĽNE, OBKLADY, DLAŽBY
Bytové jadrá, stierkovanie, maľovanie, bezbariérové kúpeľne, plávajúce podlahy, dvere+montáž.
Tel: 0951 387 690
86-0051

56-0126

Drevospracujúca firma hľadá
Operátorov, operátorky do výroby
Mzda: 900 € brutto
p. Kaco, 0917 617 298
kaco@slovlepex.sk
SLOVLEPEX
56-0133

86-0119

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE
FRÉZOVANIE od 15€/bm
REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV
• PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV
• ZATEPĽOVANIE A SIEŤKOVANIE KOMÍNOV
SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA na materiál 30%
OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA
0948 012 507 • www.profikominy.sk
461210068

STAVOTECH SK
Všetko pre komfort Vášho domova pod jednou strechou...
Prijmeme do nášho tímu:
ELEKTRIKÁRA
- prax v odbore výhodou, prípadne zaškolíme
- stabilná dlhodobá práca
MZDA od 9 EUR na hodinu
NÁSTUP IHNEĎ
TEL: 0918 117 193
56-0128

Spoločnosť **Envis** Žilina, s.r.o.
PRÍJME do pracovného pomeru, alebo na živnosť, prípadne dohodu nových kolegov na pozície:
• **STAVEBNÝ ROBOTNÍK**
• **STROJNÍK**
Realizujeme výstavbu vodovodov, kanalizácií, IS, ČOV, vodojemov, protipovodňových opatrení, zemných prác, pozemných stavieb, atď. na najväčších projektoch po celom Slovensku.
Hľadáme pracovitých, zodpovedných ľudí s technickým myslením a pozitívnym prístupom so skúsenosťami, alebo mladých šikovných absolventov, ochotných sa učiť.
Ponúkame motivujúce finančné ohodnotenie, prácu na zaujímavých projektoch po celom Slovensku.
Podľa skúseností a konkrétnej pozície ponúkame **6 - 8€** + výkonnostný bonus.
Zamestnancom poskytujeme dopravu a ubytovanie v mieste výkonu práce.
Práca vhodná aj pre absolventa.
Termín nástupu ihneď.
Kontaktná osoba:
Mgr. Katarína Zacharová, t.č.: +421 904 598 558
47-131

HRADEC KRÁLOVE
145 KČ/ NETTO HODINA
OPERÁTOR VÝROBY
- ubytovanie zabezpečené
VIAC INFO NA TEL. ČÍSLACH:
0800 500 091 +420 702 193 121
85_0655

SBS GUARDING s. r. o.
príjme strážnikov na prevádzky
v Námestove
Mzda: 3,50 €/h. brutto
Nástup ihneď. POS nutný!
0948 219 522 • radovan.gubany@guarding.sk
36-0002

GSK SPOL. S R.O.
Stavebná spoločnosť prijme
• **TESÁROV**
Ponuka vhodná pre:
• **TPP** - 7 EUR/hod./ úkol
• **ŽIVNOSTNÍCI** - podľa dohody
Práca na území SR. Nástup po dohode.
tel: 0918/413582 | mail: info@gsksro.sk
85_0901

Kamenárstvo B+B
Vojtech Botoš
JEDNOHROB od 653€
DVOJHROB od 1600€
AKCIOVÉ CENY
Najväčší výber tvarov a farieb, najlacnejšie v regióne
Platí do vypredania zásob
AKCIA ! NOVÉ MODERNÉ TVARY LEN U NÁS !
POMNÍK už za 129€
0905 296 197 • kamenarstvobotos@gmail.com
www.kamenarstvobplusb.sk
17-0028

STAVEBNINY GRÍGEĽ

v prípade záujmu kontaktujte:
tel.: **0905 800 906**
email: **grigel@grigel.sk**

Námestovo

PRACOVNÉ PONUKY

Účtovníčka
Účtovník senior

Náplň (druh) práce
- samostatné vedenie kompletnej účtovnej a mzdovej agendy
- zostavenie ročnej závierky a uzávierky vrátane inventarizácie
- príprava a vyhotovenie daňového priznania, hlásení, prehľadov
- komunikácia so štátnymi inštitúciami v SR

Ponúkané výhody
- potenciál kariérneho rastu
- systematický školiaci proces
- stabilné zamestnanie

Požiadavky na zamestnanca
Úplné stredné odborné vzdelanie v odbore ekonomické služby
Vyššie odborné vzdelanie
Vysokoškolské vzdelanie prvého stupňa
Vysokoškolské vzdelanie druhého stupňa
Dĺžka praxe aspoň 3 roky

Plat 1300 €

Predavačka / Predavač stavebného materiálu

Náplň (druh) práce
- výdaj a príjem stavebného materiálu
- práca s registračnou pokladňou
- komunikácia so zákazníkmi
- práca na dve zmeny 06:00 - 14:30, 08:00 - 17:00

Ponúkané výhody
- potenciál kariérneho rastu
- systematický školiaci proces
- stabilné zamestnanie

Požiadavky na zamestnanca
Pracovné miesto vhodné aj pre absolventa
Stredné odborné vzdelanie
Práca na PC Microsoft Excel / Word - pokročilá

Plat 1000 €

56-0037

HYDAC ELECTRONIC

Hľadáme Ťa!

OPERÁTOR NA VÝROBNEJ LINKE

HYDAC Electronic , s. r. o. v Tvrdošíne hľadá šikovných operátorov do výroby, ktorí sa chcú stať stabilnou súčasťou nášho tímu a podieľať sa na našich úspechoch. Ponúkame istotu zamestnania v medzinárodnej spoločnosti, stabilnú prácu v čistom prostredí a možnosti pre ďalší kariérny rast.

PRACOVNÁ NÁPLŇ:
– jednoduchá práca na výrobnej linke
– vizuálna kontrola kvality vyrobených dielov podľa predpísaného postupu
– dodržiavanie technologických a pracovných postupov a návodov
– pozícia je vhodná pre ženy aj mužov
– práca v 3-zmennej prevádzke

MIESTO VÝKONU PRÁCE: Krásna Hôrka 290, Tvrdošín

POŽADOVANÉ VZDELANIE A PRAX:
stredoškolské bez maturity, stredoškolské s maturitou, nadstavbové, vyššie odborné vzdelanie

ZAMERANIE: elektrotechnika, elektronika a podobné odbory
OSTATNÉ POŽIADAVKY: skúsenosti na pozícii operátorov výroby výhodou, manuálna zručnosť, vzťah k výrobe, zodpovednosť
NÁSTUPNÝ PLAT: ***od 750 €*** mesačne v závislosti od skúseností a praxe uchádzača.

PONÚKANÉ VÝHODY:
● 13. a 14. plat ● Doplnkové dôchodkové sporenie
● Motivujúce mzdové podmienky v závislosti od schopností a skúseností
● Ročné prehodnocovanie platov, možnosť kariérneho rastu

Nepremeškaj svoju príležitosť a pošli nám svoj životopis na email: ***janka.fukasova@hydac.com, tel: 043/ 583 19 14***

56-0136

FRÉZOVANIE A VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

Fasádne 3-vrstové komíny
Rekonštrukcie komínov

tel: 0907 265 361

86-0006

30. novembra 1939 **Výročia a udalosti**
Zimná vojna: sovietske vojská vstúpili **do Fínska a postúpili k Mannerheimovej línii**

KAŠTIEĽ KUBÍNYI

Voľné pozície
ponúka prácu

ČAŠNÍK
RECEPČNÁ
KUCHÁR

Študentská brigáda aj TPP

5-8€ / hod

- príplatky
- motivačné odmeny
- teambuildingy, školenia
- zamestnanecké benefity
- výnimočné pracovné prostredie

Vaše CV posielajte na
kariera@kastielkubinyi.sk

86-0296

PRIJMEME
○ ***Dojičky***
○ ***Vodičov na rozvoz pekárenských výrobkov***
○ ***Ošetrovateľov HD***

Rolnícke podielnícke družstvo Zuberec
tel: 0903 540 686

56-0134

METAL Trim

Strojárska firma METALTRIM s.r.o. v Oravskej Jasenici

Prijme ihneď do zamestnania:

SÚSTRUŽNÍK
1 osoba

CNC SÚSTRUŽNIK
6 osôb

CNC FRÉZAR
5 osôb

MANIPULAČNÝ PRACOVNÍK VZV
1 osoba

PRACOVNÍK NA MONTÁŽ
3 osoby

MZDA Mzda bude dohodnutá na pracovnom pohovore podľa odbornosti uchádzača.
- **zamestnanci od 850€ do 1350€ brutto.**
- **živnostníci: od 8 do 15€.**

Prijímame aj nevyučených uchádzačov pokiaľ majú predpoklady sa túto prácu naučiť robiť.

Bližšie informácie poskytneme osobne na pohovore prípadne telefonicky.
Kontakt: Tel.: 0905 718 308
e-mail: konatel@metaltrim.sk

www.metaltrim.sk

86-0079

Visteon

Hľadáme nových kolegov na pozíciu Technik testovania

Náplň práce:
- analýza chybných výrobkov
- definovanie zdrojov chýb vo výrobnom procese
- detekcia a popis koreňovej príčiny
- odstraňovanie chýb
- nastavovanie nápravných opatrení
- zlepšovanie výrobného procesu

Požiadavky:
- SŠ/VŠ vzdelanie elektrotechnického zamerania
- skúsenosti s SMD komponentami
- technické myslenie
- ovládanie práce s počítačom
- analytické myslenie
- samostatnosť
- zodpovednosť

Mzda od 6.07€/hod. brutto
+ príplatky na zmennosť
+ príplatky za nepretržitú prevádzku

Nepretržitá prevádzka

Kontakt
+421 43 5301 306 (office)
+421 918 065 720 (mobile)
veronika.strbova@visteon.com

86-0227

Spoločnosť Apiagra rozširuje svoj tím. Príležitosť pre mladých, zručných spolupracovníkov, ktorým je profesinálne odvedená práca samozrejmosťou.

Výberové konanie **na pozíciu:**

APIAGRA s.r.o.
KLIMATIZÁCIA A VETRANIE

MONTÁŽNIK/OPERÁTOR VÝROBY VZDUCHOTECHNIKY A KLIMATIZÁCIE

Miesto výkonu práce	**Slovensko a Poľsko / Zubrohlava**
Druh pracovného pomeru	**plný úväzok**
Termín nástupu	**ihneď**
Mzdové podmienky	**od 935 € +prémie po zapracovaní. Mzda závisí aj od dohody s uchádzačom, jeho vedomostí a skúseností.**

Očakávame od vás
– Montáž a demontáž vzduchotehcnických a chladiacich zariadení
– Výroba vzduchotechnického potrubia

Ponúkame vám
– Pravidelný príjem
– Práca v stabilnej spoločnosti
– Možnosť pracovať na najväčších stavbách na Slovensku a Poľsku
– Zabezpečenie školení potrebných pre výkon prác
– Možnosť získania osvedčení na obsluhu technických zariadení
– Zabezpečíme diéty, dopravu, ubytovanie, kompletný pracovný odev, ochranné pomôcky, náradie najvyššej kvality.

Očakávame od vás
– Schopnosť pracovať v time
– Lojálnosť
– Zručnosť pri remeselných prácach a technické myslenie
– Zodpovednosť za vykonanú prácu
– Dodržiavanie stanovených pracovných postupov

Kontakt
socha@apiagra.sk

Alebo volajte na tel.:
0915 947 971

86-0281

Spoločnosť zaoberajúca sa výrobou kovových spojok s počtom zamestnancov 50-99, príjme

Operátor CNC strojov

Miesto práce: Nižná • Druh pracovného pomeru: Plný úväzok
Termín nástupu: Ihneď • Mzdové podmienky: (brutto) **od 870 € do 1350 €**

NÁPLŇ PRÁCE, PRÁVOMOCI A ZODPOVEDNOSTI
- práca v 3 zmennej prevádzke
- obsluha CNC strojov a zariadení
- kontrola kvality vyrábaných výrobkov
- sledovanie a dodržiavanie stanoveného výrobného postupu
- iné manipulačné a obslužné práce vo výrobe podľa pokynov nadriadeného

ZAMESTNANECKÉ VÝHODY, BENEFITY
- práca v stabilnej medzinárodnej spoločnosti z dlhodobou perspektívou
- koncoročné odmeny podľa hospodárskeho výsledku
- možnosť kariérneho rastu a odborného vzdelávania
- ročné prehodnocovanie miezd
- príplatok za prácu v noci nad rámec zákona
- práca nadčas vo výške 35 % z priemerného platu
- odmena pri pracovnom jubileu
- firemné akcie pre zamestnancov a rodinných príslušníkov

Uchádzači môžu svoje žiadosti spolu s profesijným životopisom zasielať na e-mail:
milan.letasi@rw-slovakia.com

R+W Slovakia k.s.
Pri rybníkoch 781
027 43 Nižná

KONTAKTNÉ OSOBY:
Pavol Haluska
tel.: 0911 541 977
Zuzana Kozáčiková
tel: 0903 541 976

86-0295

Materasso

Pridaj sa do nášho tímu

HĽADÁME:

Manažéra pre obchodné oddelenie

- Chuť zvládať pracovné výzvy
- VŠ vzdelanie
- **1500 EUR + prémie**

Pošlite svoj životopis na:
recepcia@materasso.sk

56-0142

KOVOHUTY DOLNÝ KUBÍN, s. r. o., NÁBREŽIE ORAVY 625/12
026 01 DOLNÝ KUBÍN **PRIJMEME**

Miesto práce: Dolný Kubín · **Termín nástupu:** ihneď · **Druh PP:** plný úväzok

PREVÁDZKOVÉHO ZÁMOČNÍKA DO HUTNÍCKEJ VÝROBY

Základná zložka mzdy (brutto) a ďalšie odmeny
Základná zložka mzdy 3,90 EUR/hod., od 850 € brutto vrátane základnej zložky, bonus, prémií.
– týždenný pracovný čas 37,5 hod.
– stravné 4,50 € - Callio karta, plne hradené zamestnávateľom aj počas dovolenky
– príplatky nad rámec Zákonníka práce
– doplnkové dôchodkové sporenie do výšky 3 %
– bonusy: osobné hodnotenie 80 € mesačne, kvartálne odmeny, polročné odmeny, koncoročné odmeny, odmeny pri životných jubileách, odmeny za zlepšovacie návrhy

INFORMÁCIE O PRACOVNOM MIESTE
Prevádzkový zámočník vykonáva kontroly a opravy na technických zariadeniach, montáž a demontáž strojných zariadení. Vedie záznamy a požadovanú dokumentáciu, dodržiava predpisy BOZP a PO, životného prostredia a pracovnej disciplíny, čítanie technických výkresov. Práca v 4-smennej prevádzke.
POŽIADAVKY NA ZAMESTNANCA:
Vzdelanie v odbore strojná údržba, stredoškolské bez maturity/ s maturitou, zváračský preukaz Z-E1, Z-C1, Z-M1, oprávnenie na vedenie vysokozdvižného vozíka výhodouvohuty.com

ECHNOLÓGA/METALURGA/ HUTNÍCKEHO INŽINIERA DO HUTNÍCKEJ VÝROBY

Základná zložka mzdy: (brutto): 1000 €/mesiac, zvýšenie platu po zaučení, DDS, stravné lístky

Zamestnanecké výhody, benefity
– Stabilná spoločnosť, unikátna výroba, zameranie na export
– Odmeny, 13. a 14. plat, DDS, Stravné lístky
– Dodatočné vzdelávanie
Pozícii vyhovujú uchádzači so vzdelaním v odbore Hutníctvo, metalurgia, materiálové inžinierstvo
Požiadavky na zamestnanca:
Anglický jazyk – Stredne pokročilý (B2), Microsoft Office – Expert, Vodičský preukaz, Požadovaná prax: 2 roky, zodpovednosť, orientácia na cieľ, motivácia, spoľahlivosť

INFORMÁCIE O PRACOVNOM MIESTE:
– vypracováva pracovné postupy, prevádzkové poriadky, kontrolné predpisy, pracovné inštrukcie, zabezpečuje ich evidenciu a dodržiavanie
– navrhuje opatrenia na zvýšenie produktivity práce, zvyšovanie výťažnosti, znižovanie nezhodných produktov, znižovanie spotreby základných a pomocných materiálov, znižovanie spotreby energie, znižovanie výrobných strát
– prekladá návrhy na obnovu a modernizáciu výrobných zariadení s nimi súvisiacich
– navrhuje používanie nových strojných zariadení vo výrobe a overuje možnosti ich využitia, ...

www.kovohuty.com
Kontakt: **Martina Žúborová,** Tel.: +421-43/ 583 22 01, kovohuty@kovohuty.com

86-0076

Oplatí sa !

TOP PONUKY TÝŽDŇA

499 € ~~503 €~~ Galerica Gamma 3x4 m

ušetríte 100 €

galerica

ODOLNÉ POLYKARBONÁTOVÉ SKLENÍKY

ŠVAJČIARSKY POLYKARBONÁT PRÉMIOVEJ KVALITY

DARČEK ZADARMO

5kg prírodný stimulátor úrodnosti pôdy

Bez budovania základov

Odonosť voči snehu a vetru

5 rokov záruka na konštrukciu
10 rokov záruka na polykarbonát

DOPRAVA ZADARMO ○ VŠETKO SKLADOM

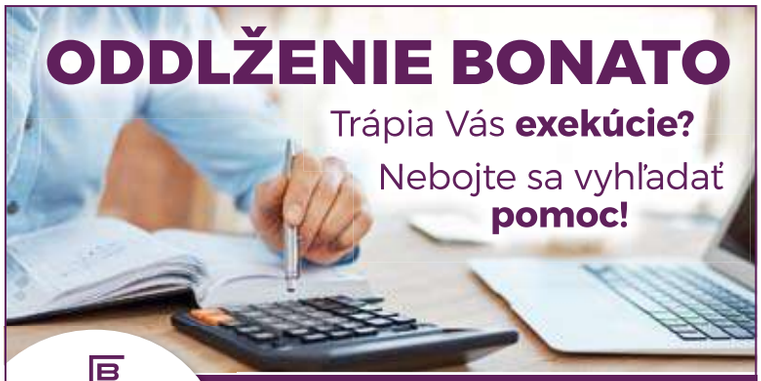
Ponúkame vám oblúkové skleníky rôznych rozmerov a pevností:

Názov	Š x V x D	Cena	Cena za predĺženie	2m
GNOM	1,64 x 1,66 x 4 m	369 €	cena predĺženia o 2m	100 €
GRETA	2 x 2 x 2 m	319 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GLORIA	2,58 x 2 x 2 m	419 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GALA HIT	3 x 2 x 4 m	449 €	cena predĺženia o 2m	150 €
GENIO	3 x 2 x 2 m	319 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GARANT	3 x 2 x 2 m	419 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GAMMA AKCIA	3 x 2,15 x 4 m	499 € ~~599 €~~	cena predĺženia o 2m	150 €
GULLIVER	3 x 2 x 2 m	449 €	cena predĺženia o 2m	200 €
GOLIÁŠ	3 x 2 x 2 m	529 €	cena predĺženia o 2m	200 €
GOLEM	4 x 2,7 x 4 m	1 399 €	cena predĺženia o 2m	400 €
GIGANT	6 x 4 x 10 m	4 999 €	cena predĺženia o 2m	750 €

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

46-0118

ODDLŽENIE BONATO



Trápia Vás **exekúcie?**

Nebojte sa vyhľadať **pomoc!**

BONATO ... SYMBOL POMOCI

Bezplatná linka
0800 221 331 | www.bonato.sk

47-001

ZÁRUKA 5 ROKOV

STOLIČKOVÉ VÝŤAHY

Stannah

Veľmi obľúbené

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

Sme tu pre Vás po celom Slovensku

Volajte teraz pre bezplatnú a nezáväznú obhliadku

BEZPLATNÁ INFOLINKA **0800 162 162**

52-0065

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podpilovanie muriva
- chemická injektáž

ZĽAVY 20%

STOP vlhkým múrom

0918 671 541

40-0062

AIW - Práca pre opatrovateľky seniorov v Rakúsku

- pracovať v Rakúsku môžete už o pár dní
- v decembri výrazná zľava z poplatku!
- 14-dňové turnusy, rakúska živnosť
- zarobte si pred Vianocami alebo dvojnásobne cez Vianoce!

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

Zavolajte hneď a zmeňte svoj život novou prácou

0800 24 24 44

Jednoducho spolu prejdeme všetky kroky k novej práci.

www.aiw.sk Facebook: aiwsk

32-0018

KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje
i celé poľovnícke zbierky.
(PASOVACIE TESÁKY)
Ďalej kúpim militárie
z 1. a 2. sv. vojny +
výkup vzduchoviek.
Celá SR

tel. 0940 723 073
trofejeeu@gmail.com

46-0058

Komíny s najlepším pomerom ceny a kvality na trhu

ceny s DPH	Komíny "TUMA THERM +" šamot plyn, duplovaný plášť - tuhé palivá, najlepší pomer ceny a kvality!							Komíny TUMA FOLK šamot najlacnejší! Tuhé paliva						TECNOVIS nerezový (Nemecko)	
výš.	140/200	150/200	160/450	180/200	150/450	200/200	200/450	150/200	150/450	180/200	180/450	200/200	200/450	150/50	200/50
5m	440	448	426	476	487	482	491	377	384	385	394	389	398	1047	1221
6m	484	464	471	536	544	538	547	422	430	431	439	435	444	1145	1337
7m	523	520	527	593	601	595	604	467	475	477	485	480	489	1244	1454
8m	566	556	563	650	658	652	661	508	516	518	527	523	532	1358	1640

KRBY kachle pece na pelety

DOVOZ do 5 dní

krby - kachle - sporáky
pece a grily

JOTUL Nordica Extraflame

na drevo - uhlie - pelety

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

Ponúkame zimnú ochranu exotických rastlín!

predaj:
- palmy
- olivovníky
- citrusy
- yuccy
- cykasy
- banánovníky

k bazénom, pre firmy, na terasy, zimné záhrady

40-0058