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

POVAŽSKO BYSTRICKO-PÚCHOVSKO

Najčítanejšie regionálne noviny Týždenne do 28 230 domácností

čujte.sk
Čítajte nás:
www.cujte.sk

VÝKUP KOŽÍ
a PREDAJ KRMÍV
PREDAJ MLÁDOK od 1.3. 2022
www.slovakiaskins.sk
Viac informácií NA STRANE č.4
46-0002

UPRATOVANIE
domácností a firiem
Tepovanie gaučov, kobercov, umývanie okien...
PELAME s.r.o.
Kontakt :0944 685 524
75-99

PREDAJŇA KRMIVA
Orlové 139
www.krmivoshop.sk
09-79

Ponúkam všetky stavebné a maliarske práce, striekanie striech
Kvalita a serióznosť
0910 993 219
75-08

ZATEPĽOVANIE
OBKLADY, DLAŽBY, OMIETKY, SADROKARTÓN, REKONŠTRUKCIE BYTOV/RD, VODOINŠTALÁCIE
0911/17 18 16
09-71

HELPEco s.r.o.
Odvoz kompletných vozidiel do 50 km zdarma
Autorizované stredisko
PRE ZBER A SPRACOVANIE STARÝCH VOZIDIEL A PREDAJ POUŽITÝCH NÁHRADNÝCH DIELOV
INFO: 0903 511 858
0903 830 629
Ponúkame komplexné služby - prepravu a právne úkony pri odhlásení vozidla z evidencie na dopravn. inšpektoráte vybavíme bezplatne za Vás
PRIEMYSELNÝ PARK
OTVÁRACIA DOBA Po-Pi 8:00-15:30
75-07

ARtrade-pro
Pov. Podhradie 317
Považská Bystrica
www.artrade.sk
0904 030 950
0903 557 685
042 432 6250
PLOTY, PLETIVÁ LEXAN-ANTIKOR-ZÁBRADLIA
09-11

LETÁKY
0905 915 035

Čistiareň peria
výroba paplónov a vankúšov Púchov
0915 664 775
jungova.lenka@zoznam.sk
Odvoz aj dovoz po dohode
09-83

Kurz SBS
v POVAŽSKEJ BYSTRICI
od 6.12. 2021
Info: 0905 626 836
0905 802 510
www.tross.sk
75-109

PRACUJ NA NAJMODERNEJŠÍCH CNC STROJOCH

PONUKA PRÁCE NA HLAVNÝ PRACOVNÝ POMER V POVAŽSKEJ BYSTRICI

personalne@medeko.sk
+421 917 146 595

NÁPLŇ PRÁCE

- samostatná obsluha
  5-osej CNC frézy alebo
  3-osej CNC frézy alebo CNC sústruhu
- bez programovania
- nepretržitá prevádzka
- prax v obore min 1 rok

MZDA

- HRUBÝ PRÍJEM 1 350 €
  (obsluha 5-osej frézy)
- HRUBÝ PRÍJEM 1 200 €
  (obsluha 3-osej frézy alebo sústruhu)
  + 13. a 14. plat
  (základná mzda 700 €)

PONÚKANÉ BENEFITY

- 150 € cafeteria systém (wellnes, masáže atď)
- obedy v cene 0,5 €
- dochádzkový bonus
- firemné akcie a výlety

MEDEKO®

09-115

POVAŽSKO BYSTRICKO-PÚCHOVSKO

Redakcia: Partizánska 1128 POVAŽSKÁ BYSTRICA
povazsko@regionpress.sk

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

INZERCIA
Lenka Migilová 0905 915 035
Emília Rosinová 0907 673 930

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

Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (28.230 domácností)
Každý týždeň:
Dolný Moštenec, Horný Moštenec, Milochov, Orlové, Podmanín, Považská Bystrica, Považská Teplá, Považské Podhradie, Praznov, Šebeľanová, Dolný Lieskov, Domaniža, Plevník - Drienové, Prečín, Pružina, Sverepec, Udiča, Horné Kočkovce, Hrabovka, Nosice, Púchov, Beluša, Dolné Kočkovce, Horovce, Lednické Rovne, Nimnica, Streženice, Visolaje, Brvnište, Dolná Mariková, Hatné, Horný Lieskov, Jasenica, Papradno, Stupné, Dohňany, Dolná Breznica, Lúky, Lysá pod Makytou, Mestečko, Záriečie

Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo 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

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

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

INTEGRA s.r.o. Komínové systémy
MÁTE PROBLÉMY S KOMÍNOM?
Frézovanie, vložkovanie, údržba, kompletné služby
Viac ako 20 rokov skúseností!
Považské Podhradie 357
Telefón: +421 42 432 05 57
Mobil: 0905 548 264, 0905 879 164
Email: integra@integra-sk.sk
www.integra-sk.sk
75-29

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

BRIKETY EKOHRÁŠOK ŠTANDARD A ULTRA
breza, buk, dub, smrek, rašelina, valce, RUF, piny kay
PALIVOVÉ DREVO BUK
PELETY A1, A1 HD+, A2
ŠKÁROVKA - STUPNICE - HRANOLY
dub, buk, jaseň (cinkované, priebežné)
0948 153 799 www.drevoza.sk
47-012

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

KAMENÁRSTVO
JANTÁR
· náhrobné pomníky
· žulové zakrytia hrobov
· urny a urnové schránky
· lampáše a vázy...
0908 252 071
www.kamenarstvojantar.sk
Ku každej zakázke váza + svietnik ZDARMA
47-017

ZBAVTE SA VLHKOSTI
pivnice šachty základy obytné priestory
0907 55 77 78 obhliadka + ponuka ZADARMO
17-0005

PT GAS
AKCIOVÝ PREDAJ FLIAŠ
PLNENIE ZÁKAZNÍCKYCH FLIAŠ
PREDAJ FLIAŠ
PLNENIE: kyslík, dusík, argón, dusíkové zmesi, argonové zmesi, acetylén, CO_2
www.ptgas.sk
PLATÍTE IBA ZA CENU PLYNU, BEZ ZBYTOČNÝCH NÁJMOV A POPLATKOV
0948 320 204
0911 780 448
65-136

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

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

Občianska riadková inzercia

02 AUTO-MOTO / iné

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

»Kúpim JAWU alebo Cz 175,250,350 aj nepojazdné.0949505827

»KÚPIM STARÉ MOTORKY,-DIELY,DOKLADY,MOPEDY,BABETU,0940100473

»KÚPIM STARÉ MOTORKY,-DIELY,DOKLADY,MOPEDY,BABETU,0940100473

07 REALITY / iné

»Kúpim byt v PB/PU v hotovosti do 100000 eur, 0951677592

08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie, 0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

14 RÔZNE / iné

»KÚPIM PROPAGAČNÉ PREDMETY Z POVAZSKYCH STROJARNI, PLAGÁTY, NÁVODY, PROSPEKTY, VLAJKY A INÉ. KÚPIM AJ NEPOUŽITÉ DIELY NA MOTOCYKLE Z P.S. 0904274781

16 ZOZNAMKA

»56. Ročný hľadá pria, na vážny vzťah od 49 do 55 môže biť aj vdova alebo moletka. tel. kontakt: 0944 603 462

Chcete si podať inzerát?

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

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

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor. Cena je **0,60 € s DPH** za každých začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme. **Upozornenie! Služba nefunguje u operátora 4ka.**
TIP 1: Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať.
TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, **PB** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete na zadnej strane vľavo dolu. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

IMAKO
Slovenská kvalita 30 rokov na trhu
Prevádzka: UDIČA 38
Po zavolaní na mobil otvoríme v sobotu aj v nedeľu
Tel.: 0908 711 677, 0905 365 873
Slovenské sedačky na mieru
30% zľava
Pohodlie vášho domova
na sedačky v predajni v Udiči
www.imako.sk
09-12

DREVENÉ BRIKETY
RUF (hranaté), NESTRO (valcové)
Cena už od 205,-€/ paleta
PALIVOVÉ DREVO
Cena už od 50,-€/ paleta
VÝPREDAJ
Viac info na tel: 0908 710 704
Pri objednávke 2ks paliet - PODPAĽOVACIE TRIESKY
75-114

VŔTANIE A ČISTENIE STUDNÍ
vŕtanie aj malou súpravou
budovanie ∅ 160mm
0918 620 100
68-02

OBKLADY A DLAŽBY
Kontakt:
0903 523168
75-107

GLAZÚROVANIE VANÍ
„Už 26 rokov od firmy MOLNÁR“
0903 405 588
0905 983 602
94-009-19

FRÉZOVANIE A VLOŽKOVANIE KOMÍNOV NEREZOM
STAVBY KRBOV
0904 947 422
47-125

Realizujeme
STROJOVÉ POTERY
0948 300 988
61_0056

VÝKUP KOŽÍ a PREDAJ KRMÍV
Výkup sa opakuje každé 3 týždne
Aktuálne ceny na www.slovakiaskins.sk
Kože vykupujeme vysušené, bez hláv a nožičiek. Cena koží sa môže meniť.
od 0,50 € za kus
AKCIA za každých 30 ks koží 5 kg KRMIVA ZDARMA
Akcia platí do 28.2.2022.
králik s liečivom, nosnice, brojlery a kačice, bažant, ovce, kozy, ošípané, husi, morky, psy
PREDAJ MLÁDOK od 1.3. 2022

vždy v STREDU v týchto termínoch:
8.12. 2021
(22) 19.1., 9.2., 2.3., 23.3. 2022

Rašov	9,30 hod.	Rosina	12,50 hod.
Predmier	9,45 hod.	Višňové	13,05 hod.
Súlov - Hradná	10,00 hod.	Turie	13,20 hod.
Hlboké nad Váhom	11,00 hod.	Poluvsie	13,35 hod.
Dolný Hričov	11,15 hod.	Kam. Poruba	13,50 hod.
Bitarová	11,30 hod.	Konská pri Rajci	14,05 hod.
Hôrky	11,45 hod.	Zbyňov	14,20 hod.
Brezany	12,00 hod.	Jasenové	14,35 hod.
Horný Hričov	12,15 hod.	Rajec	14,50 hod.

vždy v SOBOTU v týchto termínoch:
18.12. 2021
(30) 29.1., 19.2., 12.3., 2.4. 2022

Povina-kostol	9,00 hod.	Kolárovice	12,10 hod.
D.Vadičov-COOP	9,20 hod.	Petrovice	12,25 hod.
L.Pažite-COOP	9,35 hod.	Bytča-Tržnica	12,40 hod.
Radoľa-COOP	9,50 hod.	Pšurnovice	13,00 hod.
Rudina-OÚ	10,10 hod.	Štiavnik	13,20 hod.
Rudinka-OÚ	10,25 hod.	Hvozdnica	13,35 hod.
Divinka-COOP	10,40 hod.	Stupné	13,50 hod.
Dlhé Pole	11,00 hod.	Brvnište-Coop	14,00 hod.
Kotešová	11,20 hod.	Pov. Podhradie	14,20 hod.
Veľké Rovné	11,35 hod.	Podmanín	14,40 hod.
Hliník n/V	11,50 hod.	Praznov	14,55 hod.

>> Auto bude stáť na stanovišti alebo Obecným úradom 10 minút <<
VOLAJTE 0907 893 351 • 0907 684 441 • 0915 252 372
www.slovakiaskins.sk • Slovakia Skins s.r.o. • 913 24 Svinná 466
46-0002

ZBORAN
výroba postelí a matracov na mieru
Matrace pre zdravie
0907 714 329
www.matraceprezdravie.sk
09-106

PROFI PLAST SK
Miroslav Paur
Považská Bystrica
Moyzesova ul. 816/101
tel.: 0905 142 990, 0908 833 086
e-mail: okna@profiplastsk.eu
www.profiplastsk.eu
PASÍVNY dom Uw=076,W/m²K
PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE
- Systém Salamander, Gealan, Aluplast, Decco
- Vchodové dvere PVC a AL
- Bezpečnostné dvere HI/SEC, SOFIA
- Tieniaca technika, okenné a dverové sitá
- Servis okien a dverí
09-07

INZERCIA
0907 673 930

BM KOMÍNY
KOMINÁR
FRÉZOVANIE A VLOŽKOVANIE KOMÍNOV
čistenie komínov a spotrebičov
ZAREZERVUJTE SI OBHLIADKU ZDARMA!
0911 315 249 ▪ www.bmkominy.sk
47-026

REALIR s.r.o.
VEĽKOOBCHOD · MALOOBCHOD
Rozkvet 2010/24, Pov. Bystrica
e-mail:realir@realir.sk
0911 900 443
• OKNÁ
• DVERE
• PODLAHY
• VONKAJŠIE ŽALÚZIE
www.realir.sk
09-35

ZENIT
Predaj a rozvoz po celej SR
POLYKARBONÁT
KOMÔRKOVÝ, TRAPÉZOVÝ
Za akciové ceny!
-20% Frost 2/10 bronz
12,60 €/m2 s DPH
-20% Ultralight 2/10 číra
10,98 €/m2 s DPH
eshop.zenitsk.sk
KOŠ - 046/5430 771, zenit@zenitsk.sk
KOŠICE - 055/6254 006, kosice@zenitsk.sk
13 121 0611

MÁTE VLHKÝ DOM?
- podrezávanie -20%
- chemická injektáž
STOP VODA
100% odstránenie vlhkosti
www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331
40-0016

čujte.sk
Čítajte viac na
www.cujte.sk

ŽP EKO ELET
VIANOČNÁ AKCIA
MIMORIADNE CENY ZA VÝKUP ŠROTU!
OD 1. DECEMBRA 2021
POVAŽSKÁ BYSTRICA 0911 711 885
PÚCHOV 0911 711 570
19-0106

Výročia a udalosti

2. decembra 1805 **v bitke troch cisárov pri Slavkove** zvíťazilo vojsko cisára Napoleona Bonaparteho nad spojenými silami rímskonemeckého cisára Františka II. a ruského cára Alexandra I., **čo viedlo k uzavretiu bratislavského mieru** (26. decembra)

Na svätého Ondreje ešte sa nám ohreje

Sviatok sv. Ondreja bol jedným z najznámejších a zvykmi najbohatších dní v roku, najmä pre dievčatá. Priadky na Ondreja boli jedinečné rôznymi „bosoráckymi“ praktikami dievčat.

Ak bol tento deň studený a biely, veštilo to tuhú a dlhú zimu. Hovorilo sa, že sneh na Ondreja napadnutý dlho leží, len na Gregora do potoka beží. Nebolo to po vôli ani hospodárom, lebo vraj Ondrejský sneh žitu nehovie.

Aj tento deň sprevádzali rôzne povery. Ženy nepriadli, aby vraj ovce nedostali motolicu. Chlapi nechodili do hory, aby ich neprivalilo. Z domu, kde býval Ondrej, nesmeli nič požičať, aby cez rok neškodovali. No a bavila sa najmä mládež. Dievčatá chceli odplatiť chlapcom predošlé katarínske žarty a preto im vyvalili ploty alebo lavičky na priedomí, zabielili okná vápnom, pováľali naukladané drevo, alebo z ich dvorov poskrývali náradie, či priamo mládencom niektoré časti ich oblečenia.

Sv. Ondrej bol rovnako ako jeho brat Šimon rybárom a pochádzal z galilejskej Betsaidy. Bol učeníkom Jána Krstiteľa a prvým učeníkom Ježiša Krista. Ondrej bol vždy medzi prvými 4 apoštolmi uvádzanými v evanjeliách a bol zmieňovaný spravidla v súvislosti so zázračným nasýtením 5 tisíc ľudí. Neskôr bol ukrižovaný na kríži do tvaru X. Sv. Ondrej je patrónom sedliakov, rybárov a neviest, ďalej Ruska a Škótska, býva vzývaný na pomoc proti dne a najčastejšie je zobrazovaný na kríži v tvare X alebo s rybárskou sieťou a rybami.

Deň (ale aj v predvečer sviatku), kedy sa slávil tento sviatok, patril okrem Štedrého večera k najdôležitejším veštecким dňom v roku. Väčšina veštenia malo jedno spoločné, a to, že sa dievčatá snažili zistiť, kedy alebo za koho sa vydajú. Preto niet divu, že bol sv. Ondrej i patrónom neviest.

O pol noci pred sv. Ondrejom dievčatá vstávali a chodili klopať na kurník, pričom hovorili: „Kohútik, kohútik, zakotkodákaj. Ak muža dostanem, vedieť mi daj. Sliepočky vy nechajte kotkodákanie, nekazte mi, nekazte vydávanie.“ Ozval sa kohút, malo dievča nádej, že sa toho roku vydá. Ozvala sa skôr sliepka, znamenalo to, že má dievča prísť za rok opäť.

» red

Za pani Hildou

S našou minulosťou nezadržateľne odchádzajú aj jej protagonisti. Slovensko zasiahla smutná správa, zomrela pani Hilda Múdra.

Vo veku 95 rokov zomrela v noci na pondelok legendárna trénerka krasokorčuľovania Hilda Múdra. Pani Múdra počas svojej kariéry priviedla svojho najslávnejšieho zverenca Ondreja Nepelu k desiatim zlatým medailám na vrcholných podujatiach. K titulu olympijského šampióna na ZOH 1972 v Sappore, trom zlatým na MS (1971 – 1973), piatim na ME (1969 – 1973) a jednej na Svetovej zimnej univerziáde (1970).

Hilda Múdra sa narodila 1. januára 1926 vo viedenskom okrsku Josefstadt v rodine učiteľa pod menom Hildegard Klimpel. Keď sa však ako členka Viedenskej ľadovej revue zaľúbila do Prešporáka Jozefa Múdreho, manažéra slovenského turné súboru, a na jeseň 1947 sa zaňho v bratislavskom Modrom kostolíku vydala, do nových dokladov si na jeho radu dala zapísať krstné meno Hilda. V roku 1949 sa jej narodila dcérka Dagmar a o rok syn Pavol.

Ondreja Nepelu trénovala od jeho začiatkov, ako deviatak jej na ME v Bratislave venoval k štyridsiatke prvú, bronzovú medailu. Istý čas viedla aj ďalších popredných slovenských krasokorčuliarov: Mariána Filca, Agnesu Búrilovú-Wlachovskú, Miroslava Šošku, Ľudmilu Bezákovú či Evu Križkovú-Ďurišinovú. V zozname jej zverencov figuruje aj úspešný tanečník a neskôr úspešný kouč Martin Skotnický.

Počas Nepelovej kariéry, ale najmä po nej, Hilda Múdra len cez leto alebo neskôr dlhodobo pôsobila aj v zahraničí. Trénovala Švajčiarku Charlottu Walterovú, deviatu na ZOH 1972, alebo Chorvátku Sandu Dubravčičovú, ktorá na ME 1981 získala striebro a na sarajevských ZOH 1984, na ktorých skončila desiata, zapaľovala olympijský oheň.

Za svoju celoživotnú prácu dostala aj viacero ocenení. Trofej MOV Šport a etika (1998), Zlaté kruhy SOV a Cenu fair play SOV (2000), Medailu Pierra de Coubertin od MOV (2003) i čestné členstvo v Slovenskom olympijskom a športovom výbore (2004).

Česť jej pamiatke!

» red

Zdroj reprofoto YouTube (@ Dúbravská televízia)

PALIVOVÉ DREVO
• v celých dĺžkach
• metrovica • polienka
• peleta
0948 141 080
Z trvalo udržateľného Slovenského lesa

Výroba plastových a hliníkových
OKIEN, DVERÍ
fasád a zimných záhrad
V ponuke máme aj
PROTIPOŽIARNE DVERE
REHAU
ELASTIC s. r. o.
ILAVA
Kpt. Nálepku 810
019 01 Ilava
tel.: 0905 371 379
elasticsro@elasticsro.sk
www.elasticsro.sk
KUPUJTE OKNÁ PRIAMO U VÝROBCU
05121001

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
DOMINANT
LUX
86-0008

INZERCIA
0907 673 930

Výročia a udalosti

27. novembra 1095 **pápež Urban II.** vyhlásil **prvú križiacku výpravu.**

čujte.sk
Blížia sa k nám kométy
www.cujte.sk
01 Feb
Comet
15 Nov
Canis Minor

ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY

veľký knižný VÝPREDAJ

~~22.90~~ 13.99

~~9.90~~ 4.99

~~9.90~~ 4.99

~~12.90~~ 6.99

~~11.90~~ 5.99

~~11.90~~ 5.99

~~13.90~~ 5.99

www.knihyprekazdeho.sk

NÁŠ TIP

DARČEKOVÉ POUKÁŽKY NAKÚPITE CEZ NÁŠ E-SHOP A PREDAJNE

~~11.95~~ 3.99

~~5.95~~ 2.99

~~14.95~~ 3.99

~~10.90~~ 3.99

~~12.90~~ 8.99

~~13.90~~ 0.50

~~14.90~~ 1.99

~~12.90~~ 6.99

~~34.90~~ 19.99

~~13.90~~ 5.99

~~9.95~~ 3.99

~~12.90~~ 5.99

~~13.90~~ 3.99

~~14.95~~ 4.99

~~11.95~~ 4.99

~~39.90~~ 19.99

~~14.90~~ 5.99

KNIHY PRE KAŽDÉHO s.r.o.
tvoja sieť kníhkupectiev

1.99

Pov. Bystrica: OD Prior, Centrum 3/5, prízemie
OD PRIOR: Banská Bystrica • Lipt. Mikuláš • Nitra • Partizánske • Piešťany • Prievidza • Trenčín • Zvolen • Žiar nad Hronom • Košice: Žel. stanica • Martin: Ul. 29. augusta 5 • Trnava: OD Jednota • Bratislava: Obchodná ul. 62 • OC Retro • OC Danubia

ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY • ZĽAVY

18-0071

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

200 g

-40%

~~5.99*~~

3.59 (100 g = 1,80)

Jacobs Velvet
- instantná káva

700 g

-35%

~~4.49~~

2.89 (1 kg = 4,13)

Saláma Vysočina

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

bez éčok

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)

Arašidy
- nelúpané

1 kg
2.99

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

Pšeničná múka
- rôzne druhy

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

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.**

33-0099

STREDNÁ ODBORNÁ ŠKOLA STAVEBNÁ

Tulipánová 2, 011 62 Žilina

www.sosstavebna.sk sekretariat@sosstavebna.sk www.facebook.com/sosstavebna/ www.instagram.com/sosstavebnazilina/

CENTRUM ODBORNÉHO VZDELÁVANIA A PRÍPRAVY PRE STAVEBNÍCTVO

ODBORNÍCI DREVÁRSKYCH ODBOROV SÚ NA TRHU VEĽMI ŽIADANÍ

Vzdelávanie a príprava kvalifikovaných odborníkov pre oblasť drevostavieb a drevovýroby je mimoriadne aktuálna, dopyt prudko rastie a stavebné firmy, ktoré takúto činnosť realizujú, žiadajú absolventov drevárskych odborov.

V súčasnosti podiel drevostavieb na výstavbe rodinných domov na Slovensku za posledných 5 rokov vzrástol dvojnásobne a perspektíva ukazuje potenciál nárastu do roku 2025 až na 35%. S tým súvisí aj výroba nábytku a iných stolárskych výrobkov.

SOŠ stavebná v Žiline rada prijíma nové výzvy a preto už druhý rok ponúka záujemcom o štúdium atraktívne študijné odbory **- technik drevostavieb a operátor drevárskej a nábytkárskej výroby - absolventi získajú výučný list aj maturitné vysvedčenie.** Počas štúdia získajú žiaci základné poznatky o vlastnostiach a použití dreva, materiáloch na ochranu a povrchovú úpravu dreva, spôsoby prípravy materiálov a ich uskladňovania.

Operátori drevárskej a nábytkárskej výroby budú vedieť zhotovovať a montovať stolárske a nábytkárske výrobky, plánovať a riadiť technologický proces podľa technickej dokumentácie, odstraňovať výrobné chyby a možné výrobné riziká v drevárskej a nábytkárskej výrobe, komplexne riešiť úlohy a posudzovať podnikateľské príležitosti, využívať dostupné softvérové a informačné technológie pri riešení praktických úloh.

Absolventi študijného odboru technik drevostavieb môžu vykonávať kvalifikovanú odbornú prácu v oblasti konštrukcie drevených stavieb – rodinných drevodomov, drevených chát, pergol, drevených prístreškov a garáží. Budú ovládať kreslenie pomocou CAD kresliacich programov, programovanie CNC obrábacích strojov, poznať fázy investičného procesu od prípravy stavby po jej realizáciu, vedieť vytvoriť ekonomické podklady.

Absolventi majú perspektívu dobrého uplatnenia u firiem nielen v danom regióne, aj na celom Slovensku a v rámci duálneho vzdelávania vo firme FINES, a.s. Žilina a Maruna s.r.o. Terchová alebo pokračovať v štúdiu na Drevárskej fakulte TU vo Zvolene, ale aj na Fakulte architektúry SVŠT v Bratislave či Stavebnej fakulte STU v Bratislave.

Úsek praktického vyučovania má k dispozícii dielňu pre ručné spracovanie dreva, dielňu pre ručné spracovanie kovov, dielňu pre strojové opracovanie dreva, sušiareň dreva, miestnosť na povrchovú úpravu dreva, sklad hotových výrobkov, sklady náradia, základných konštrukčných materiálov a reziva pre cvičné práce žiakov.

V roku 2020 začala škola cez svojho zriaďovateľa Žilinský samosprávny kraj v rámci Integrovaného regionálneho operačného programu **stavať novú halu pre drevo odbory** s novým vybavením v náklade 1 380 000 € (hrúbkovačka, CE zrovnávačka, formátovacia píla, reťazová dlabačka, hobľovací a profilovací CNC automat).

Naši žiaci sa uplatnia v stavebných firmách na Slovensku alebo v EÚ a čo je nezanedbateľné, po 3 – 5 rokoch praxe sa ich zárobky pohybujú vysoko nad úrovňou priemernej mzdy v národnom hospodárstve SR. Zo stretnutí s bývalými žiakmi vieme, že väčšina z nich je zamestnaná v odbore, prípadne príbuznom odbore a máme aj absolventov - a nie je ich málo, ktorí pracujú v zahraničí - sú výborne teoreticky a prakticky pripravení a tým aj dobre uplatniteľní na trhu práce s nadpriemernými zárobkami, niektorí naši absolventi majú už svoje stavebné firmy alebo živnosti.

Virtuálny Deň otvorených dverí

2. december 2021 (8.00 – 15.00 hod.)

viac info na: dod.sosstavebna.sk

Medzinárodné programy ERASMUS +

Naša škola realizuje každoročne od školského roku 2009/2010 európske projekty v rámci programu Erasmus+. **Ich cieľom je umožniť mladým ľuďom otvoriť brány do pracovného sveta, v ktorom dokážu, že kvalitný odborník sa nikdy nestratí.**

Mnohí žiaci sa vďaka takýmto projektom dostanú prvý krát do zahraničia, kde majú možnosť spoznať technologické postupy a materiály používané v zahraničí a rozšíria si svoje odborné a jazykové kompetencie, spoznajú inú krajinu, jej históriu a kultúru.

Momentálne naša škola spolupracuje so strednými školami a vzdelávacími centrami **v Česku, Poľsku, Nemecku, Rakúsku, Taliansku, Španielsku a Portugalsku.**

Našim dlhodobým cieľom je podporovať realizovanie medzinárodných projektov, pretože majú pre žiakov veľký prínos nielen po stránke profesijnej, ale aj osobnej a kultúrnej.

ŠTVORROČNÉ ŠTUDIJNÉ ODBORY (ISCED 3A)

technické lýceum (3918 M) *- maturitné vysvedčenie*
- v 3. ročníku štúdia si žiak vyberá zameranie na požiarnu ochranu alebo realitné maklérstvo

bezpečnostný technik - bezpečnosť a ochrana zdravia pri práci (3965 M)

ODBORY SÚ URČENÉ PRE DIEVČATÁ AJ CHLAPCOV

ŠTVORROČNÉ ŠTUDIJNÉ ODBORY (ISCED 3A)

- maturitné vysvedčenie a výučný list

technik drevostavieb (3349 K)
operátor drevárskej a nábytkárskej výroby (3341 K)
technik energetických zariadení budov (3693 K)
operátor stavebnej výroby (3656 K)
mechanik hasičskej techniky (2447 K)

TROJROČNÉ UČEBNÉ ODBORY (ISCED 3C)

murár – obkladač (3661 H) *- výučný list*
inštalatér (3678 H)

DVOJROČNÝ UČEBNÝ ODBOR (ISCED 2A)

stavebná výroba (3686 F) *- záverečná skúška*
- žiaci, ktorí nedokončili 9. ročník základnej školy, majú možnosť prihlásiť sa do Kurzu na získanie nižšieho stredného vzdelania a po jeho úspešnom ukončení pokračovať v štúdiu vo zvolenom 3-ročnom učebnom odbore

DVOJROČNÉ NADSTAVBOVÉ ŠTÚDIUM (ISCED 3A)

stavebníctvo (3659 L) - denné a externé *- maturitné vysvedčenie*

65-021

Oplatisa.sk

NAJLEPŠIE PONUKY

114,50 € ~~176,99 €~~
Makita Aku skrutkovač HP488DWE
Železiarstvo JUMI

549,00 €
Fukar motorový cifarelli bl1200
www.topnaradie.sk

6,99 €
Penosil SpeedFix construction 878
www.profisiet.sk

3,30 €
Cheiron odstraňovač vodného kameňa 1l
Čistá domácnosť

www.TonerPartner.sk

24,34 €
HP 44A
Toner PREMIUM, čierny

37,34 €
HP 106A
Toner PREMIUM, čierny s čipom

12,32 €
HP 650-XXL
Cartridge PREMIUM, čierny

Chcete ušetriť na toneroch? Pri objednávke v e-shope **www.tonerpartner.sk** zadajte v nákupnom košíku zľavový kód **OPLATISA** a získajte zľavu 10% na kompatibilné náplne a 3% na originálne náplne.

BLACK FRIDAY
OD 20. DO 30. NOVEMBRA

Lovely Day

Využite AKCIU 2+1 na všetky typy ponožiek

PERNÍKY 6,90 EUR

SANTA 6,90 EUR

ŠPORTOVÉ 7,50 EUR

Tešíme sa na Vás v NOVOOTVORENOM stánku v Bratislavskom nákupnom centre CUBICON
Staré grunty 24 / Bratislava

VIAC VZOROV PONOŽIEK NA
mylovelyday.sk

KOZMETICKÝ SALÓN
Mária Zacková
Pribinova 963
/vedľa bývalej Golden pizerie/
017 01 Považská Bystrica
Tel: 0904 817 803
09-50

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

LES zelená energia
spoľahlivý slovenský výrobca
PRVOTRIEDNE
DREVENÉ BRIKETY
- výborná náhrada mokrého dreva a špinavého uhlia
- máme pre Vás skladom
- doručíme ich až k Vám domov
- vysoká výhrevnosť
- ľahká manipulácia
Objednávky aj online
www.LESTRENCIN.sk
tel. 0905 628 027
46-197

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

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

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

adventná zbierka na Charitu
Pomôž v čase Adventu
NA ÚČET:
SK55 0900 0000 0051 4610 5190
VARIABILNÝ SYMBOL: 111
POMOCOU QR KÓDU PO PRIHLÁSENÍ DO MOBIL BANKINGU
POŠTOVOU POUKÁŽKOU
DIECÉZNA Charita ŽILINA
spolu blízko pri človeku
Ďakujeme!
Nová adresa sídla:
Bratislavská 423/27, 010 01 Žilina
www.charitaza.sk
65-143

EKO PROFIL
ANTRACITOVÉ OKNÁ
vám vyrobíme
DO 4 TÝŽDŇOV
POVAŽSKÁ BYSTRICA: Centrum 18/23
- budova Slov. sporiteľne
0948 365 004, 042 / 426 19 37, pb@ekoprofil.sk
www.ekoprofil.sk
Akcia platí len do vypredania zásob.
47-022

iBO® s.r.o.
iBO LESY

prijme do zamestnania pracovníka na pozíciu:

TRAKTORISTA VODIČ UKT

Fortera s navijakom Uniforest na približovanie dreva (SZČO)

Žiadosti posielajte e-mailom na:
zamestnanie@ibo.sk

Plat 2000 € + prémie podľa výkonu

www.iBO.sk

05120010 5

iBO® s.r.o.
iBO LESY

prijme do zamestnania pracovníka na pozíciu:

VODIČ LKW+HR

(Mercedes, MAN, Tatra) (SZČO)

Žiadosti posielajte e-mailom na:
zamestnanie@ibo.sk

Plat 2000 € + prémie podľa výkonu

www.iBO.sk

05120010 5

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

85_0655

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

PRÁCA
pre vodiča/ku autobusu, dôchodcu aj brigádne.
Okolie Dubnica n/V, Ilava, Púchov, Považská Bystrica a Trenčín
Tel.: 0908 710 099

09-99

SBS LAMA SK
príjme pracovníkov na fyzickú ochranu obchodnej prevádzky v Považskej Bystrici
Nástup ihneď!
POS nutný!
800€ brutto + var. zložka/mesiac
0948 002 204

36-0003

Hľadáme práca v skladoch
VODIČOV NA VZV
BRANDYS NAD LABEM, ČR
plat od 30 000 Kč
- možnosť nadčasov
- týždenné zálohy
- nástupný bonus 5000 Kč
- ubytovanie a doprava
- zabezpečujeme preukaz na VZV (obnova)

0919 496 491, info@empres.sk, www.empres.sk

85_0847

Výročia a udalosti
1. decembra 1835
Hans Christian Andersen publikoval svoju **prvú knihu rozprávok**

Výročia a udalosti
3. decembra 1973
Program Pioneer: Pioneer 10 poslal **prvé snímky Jupitera zblízka**

Špeciálna ponuka pre školy

PREDAJ SPOLU 869 € s DPH

WORKFORCE PRO WF-C5790DWF

336 € s DPH

CENA NÁPLNÍ S DPH:
10 000 čierna = 110 EUR
5 000 čierna = 56 EUR
5 000 farba = 70 EUR
3 000 čierna = 39 EUR
3 000 farba = 51 EUR
Odpadová nádoba = 25 EUR

- Záruka 3 roky aj pre IČO po registrácii
- Kompletné duplexné zariadenie vrátane DADF skenera na 50 listov
- Pripojenie: NFC, LAN, WIFI , USB , Wifi-direct
- 34/34 str za minútu rýchlosť tlače
- Kompletné pigmentové farby = odolné voči UV, vode i alkoholu + certifikát na archivačnú tlač
- Možnosť dokúpiť ďalší kazetový podávač na celkovú kapacitu 250 + 500
- Samozrejmosť je zadný podávač pre špeciálne média s kapacitou 50 listov A4

TravelMate P2 15,6" FHD

NX.VPREC.002

559 € s DPH

- TravelMate P2 (TMP215-53-36EP)
- Windows® 10 Professional 64-bit EDU
- Intel® Core™ i3-1115G4
- 4 GB DDR4 Memory + N
- 256 GB PCIe NVMe SSD + N (HDD upgrade kit)
- SD card reader
- Intel Xe Graphics
- HD Camera with 2Mic. with camera shutter
- 3x USB 3.1 Gen1
- USB Type-C port USB 3.1 Gen1 (up to 5 Gbps)
- HDMI - VGA - RJ-45 - 48Wh Li-Ion battery

Akékoľvek otázky vrátane objednávok posielajte na:
notebooky@regionpress.sk
alebo volajte: 0907 673 926

uni elektroinštalačný materiál

KVALITA JE PRE NÁS NA 1. MIESTE

NAKUPUJTE NA NOVEJ ADRESE...

EATON OSRAM legrand Schneider Electric GREENLUX SKYLIGHTING TRACON ELECTRIC ABB SEZ

NOVÁ PREDAJŇA:
Spojová 1609,
Púchov
/smer Horné Kočkovce/

KONTAKT:
tel.č.: +421 42 240 02 62
e-mail: obchod@unipuchov.sk

VŽDY ZA SUPER CENY!!!

75-101

Oplatí sa !

TOP PONUKY TÝŽDŇA

Bez budovania základov | Odonosť voči snehu a vetru | 5 rokov záruka na konštrukciu, 10 rokov záruka na polykarbonát | 5kg prírodný stimulátor úrodnosti pôdy

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

47-001

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. 0904 474 597
vykupparoziaeu@gmail.com

46-0058

Komíny s najlepším pomerom ceny a kvality na trhu

DOVOZ do 5 dní

ceny v €/m	Komíny "TUMA THERM +" šamot – dupl. plášť – tuhé palivá – najlepší pomer ceny a kvality!							Komíny TUMA FOLK šamot – najlacnejší! – tuhé palivá						TECNOVIS nerezový (Nemecko)	
výš.	200x6m	150x6m	200x6m	200x6m	150x6m	200x6m	150x6m	200x6m	150x6m	150x6m	200x6m	150x6m	150x6m	150x6	150x6
5m	440	416	426	478	487	482	491	377	384	385	384	389	393	1047	1221
6m	454	464	471	556	544	538	547	422	430	431	439	435	444	1143	1337
7m	523	510	517	593	601	595	604	467	473	477	485	480	488	1244	1454
8m	516	552	565	630	655	622	661	508	516	518	527	525	532	1352	1549

KRBY kachle pece na pelety

krby - kachle - sporáky
pece a grily

JOTUL

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.

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

k bazénom, pre firmy, na terasy, zimné záhrady

40-0058