

TRNAVSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 49 930 domácností

Hľadám

2-IZBOVÝ BYT
do 130.000,-
na predaj v Trnave
0903 229 119

**INZERÁT,
KTORÝ
PREDÁVA**

0905 943 528

Prečo sú ľudia chorí?

Prečo majú ľudia zdravotné problémy? Prečo sa mnohým nedarí schudnúť? Prečo niektorí ľudia neúspešne detoxikujú?

Dôvodom týchto stavov je málo funkčný **lymfatický systém**, ktorý nedovoľuje telu zbaviť sa škodlivých látok a nahromadených toxínov.

Revolučným, ale súčasne tradičným riešením, ako aktivovať prúdenie lymfy je **ručná lymfodrenážna masáž**, alebo strojová lymfodrenáž. Vďaka lepšiemu prúdeniu lymfy, dochádza k odstraňovaniu toxínov z pečene a obličiek, k zvýšeniu imunity, k redukcii opuchov, k odstraňovaniu migrén. Dochádza tiež k liečeniu respiračných ochorení a k zastaveniu tvorby celulitidy.

Navštívte nás v **Štúdiu krásy na Jeruzalemskej 33 v Trnave** a vyskúšajte **ručnú lymfatickú masáž**, od našej skúsenej a profesionálnej masérky.

Urobte niečo pre seba a objedajte sa čo najskôr!



Po-Pia: 10:00 - 20:00, So: 9:00 - 14:00, tel.: **0917 378 512**
info@studiokrasytrnava.sk, www.studiokrasytrnava.sk

VÝKUP STARÝCH AUTOBATERIÍ

Cena bateriek od 0,65 €/kg

Volajte:

Cena platí pri osobnom dovoze.
Zvoz od 100 kg zabezpečíme.

0905 964 632 | 031/789 86 28

Inzeráty
0905 534 595



BOZP a ochrana pred požiarmi

- spracovanie dokumentácie, audity, kontroly
- školenia, odborná príprava PH, vzdelávanie
- šetrenie pracovných úrazov, posudzovanie rizík

0905 493 381
irybarov@gmail.com

VÝSTAVBA drevodomov a mobilných domov
STAVBA A REKONŠTRUKCIA striech a altánkov



Kontaktujte nás
0918 456 305
0918 648 687

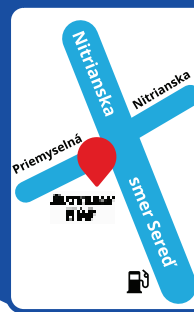


AUTOSKLO H&D TRNAVA

www.autosklotrnava.sk - 0907 600 895 - 033 5514 623

VÝMENA SKIEL CEZ HAVARIJNÉ POISTENIE BEZHOTOVOSTNE A ZA NAJVÝHODNEJŠÍCH PODMIENOK

opravy skiel pre klientov s havarijnou poisťou **ZDARMA** obliadky pre všetky poisťovne ■ najlepšie ceny a doživotná záruka



Priemyselná 1

DVERE - PARKETY

MONTÁŽ

Interiérové dvere
obložkové zárubne
parkety, laminát,
vinyl, drevo

CENOVÁ PONUKA ZAMERANIE ZDARMA

0905 838 835

VSTAVANÉ SKRINE

TERAZ AKCIA -50%

Júlová SÚŤAŽ

O Xiaomi Watch S1



MOJASKRINA.SK

www.mojaskrina.sk

Kontakt Trnava | Štefánikova 22, 917 01 Trnava | trnava@mojaskrina.sk | +421 949 007 914

Len sa nevzdávať

„Nádej je motor života,“ vraví jedno príslovie a tiež sa zvykne hovoriť, že nádej zomiera posledná. Čo to však tá nádej je a prečo je v našom živote také dôležitá?

Slovo nádej pôsobí na prvý pohľad pomerne abstraktné, a tak nie je ľahké ho uchopiť. V podstate však môžeme nádej charakterizovať ako dúfanie, pozitívne očakávanie, vieru, presvedčenie, že sa naše starosti jedného dňa pomínú, že sa raz skončí naše utrpenie či trápenie a že sa splní niečo želané, niečo, o čo sa snažíme, po čom túžime, na čom nám záleží.

Každý z nás v živote niekde kráča, o čosi usiluje. Život je však nevyspytateľný a do cesty nám kladie rozličné prekážky. Neraz narazíme, zakopneme či si spálime prsty, neraz okúsime na vlastnej koži, ako chutí sklamanie, žiaľ, neúspech, pád, bolesť. Práve v týchto chvíľach nás posúva vpred naša odva- ha, naša usilovnosť, naša vytrvalosť a naša schopnosť oprášiť si odreté kolena

a nájsť spôsob, ako ísť ďalej. A práve kdesi tu má svoje miesto aj nádej, ktorá je pre nás v ťažkých časoch častokrát akýmsi dôvodom pokračovať v boji, akýmsi svetielkom na konci tunela, vierou, že sa nám vďaka našej snahe napokon všetko zlé podarí prekonať. Nádej je pre nás veľmi dôležitá, je to mocná čarodějka, je to sila, ktorá nám pomáha pri zdolávaní menších i väčších životných prekážok, ťažkých životných skúšok, ale aj najväčších životných výziev.

Myslím si, že je dôležité nepoddávať sa nepriazni osudu, nikdy sa nevzdávať a zabojovať o to, čo považujeme za dôležité. „Nech je život akokoľvek zlý, vždy jestvuje niečo, čo môžete robiť a dosiahnuť v tom úspech. Kým je život, ostáva nádej,“ povedal Stephen Hawking a jeho slová už nepotrebuje žiaden dôvetok.



» Renáta Kopáčová, redaktorka

3. júla 1988
americký krížnik USS Vincennes zostrelil civilné dopravné lietadlo Airbus A300 spoločnosti Iran Air

Výročia a udalosti

Kamenárstvo

- Široký výber nových pomníkov, chodníkov
- Dlhoročná prax a flexibilita
- Kompletné rekonštrukcie a opravy pomníkov
- Objednávky aj bez zálohy
- Výrazné zľavy pre dôchodcov a ŽŤP

Pri objednaní kompletného pomníka **ZDARMA:** lampáš, váza, 50 písmen, doprava

www.kamenarstvomajstro.sk 0910 444 002 **ZÁRUKA 15 ROKOV**

HLADÁME

OPERÁTOR VÝROBY
jednoduchá práca/výroba bagiet

mzda od 1400 Eur

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

VÝMENA KRYTÍN

opravy starých striech

Tel.: 0917 114 686

DOVOZ NA ADRESU

mládky, brojerové kúriatka, morky

www.hydinashop.sk
0944 842 953

Frézovanie a vložkovanie KOMÍNOV

frézovanie od 15€/m

FRÉZUJEME PO CELÝ ROK

0911 322 495, 0907 362 202, frezovanievložkovanie@gmail.com

klasická banková

MASÁŽ

havajská lomi lomi

Vyškolená a certifikovaná masérka

0915 311 049

Sadrokartón? Malovka? Obklady - dlažby? Kompletná rekonštrukcia? Obhliadka s cenovou kalkuláciou do 24 h.

Promptne bez dlhého čakania

0948 93 62 44
stavbybezcakania@gmail.com

TOPTIEN

Kukučínová 27, Trnava
Termín návštevy je potrebné dohodnúť telefonicky.

PREDAJ | Žalúzie (vnútorné, vonkajšie)
MONTÁŽ | Látkové roletky - markízy
OPRAVY | Parapety
SERVIS | Sieťky - vertikálne žalúzie
| Rolety (plastové, hliníkové)

AUTORIZOVANÝ PREDAJCA

info@toptien.sk 0903 848 837
www.toptien.sk

KRTKOVANIE

ČISTENIE A MONITORING KANALIZÁCIÍ

ČISTENIE LAPAČOV TUKOV

0905 351 406
WWW.KRTKOVANIEZSK.SK

Lexan

Priemyselná 2 Trnava

Predaj PC dosiek ochranej známky Lexan®

tel.: 0903 792 170
033 551 66 88

lexan@lexantrnava.sk • www.lexantrnava.sk

PLOCHÉ STRECHY

Komplexné služby v oblasti hydroizolácií a tepelných izolácií.

Obhliadka, poradenstvo a cenová ponuka ZDARMA!

0908 701 103 | www.hydroizolacie-izoltim.sk

BEMAT

Zberný dvor Mikovíniho 7 Trnava

LIKVIDÁCIA STAVEBNÝCH ODPADOV A VYKOPEJ ZEMINY

PREDAJ KAMENIVA A PIESKU

riečne kamenivo: na betónovanie a potery 0-22, 0-4, triedené: 4-8, 16-22, 22-63
drvené kamenivo: frakcie: 0-4, 4-8, 11-22, 22-32, 0-32, 0-63 na spevnené plochy, zásepové kamenivo, podklad pod zámkovú dlažbu
ťažný piesok: frakcia 0-1

DOPRAVA - vrátane drobného rozvozu

TOVAR VÁŽIME NA CERTIFIKOVANEJ MOSTOVEJ VÁHE ŽIADNY PREDAJ ODHADOM MNOŽSTVA!

0915 930 683 | 0915 930 672 | bemat@betos.sk

TRNAVSKO

Redakcia: Pekárska 40/a TRNAVA
trnavsko@regionpress.sk

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

INZERCIA

Mgr. Jozef Belica 0905 534 595
Mgr. Branislav Kudrňák 0905 943 528
Matúš Vanta 0905 333 832
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk

Redaktorka: Renáta Kopáčová
spravodajstvott@regionpress.sk

Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (49.930 domácností)

Každý týždeň: Trnava, Biely Kostol, Biňovce, Bohdanovce nad Trnavou, Boleráz, Kľčovany, Borová, Brestovany, Horné Lovčice, Bučany, Čífer, Dechtice, Dlhá, Dobrá Voda, Dolná Krupá, Dolné Dubové, Dolné Lovčice, Dolné Orešany, Horná Krupá, Horné Orešany, Hrnčiarovce nad Parnou, Jaslovské Bohunice, Kátľovce, Košolná, Krížovany nad Dudváhom, Lošonec, Majcichov, Mažhenice, Naháč, Opoj, Ružindol, Slovenská Nová Ves, Smolenice, Suchá nad Parnou, Špačince, Šúrovec, Vlčkovce, Voderady, Zvončín, Zavar, Trstín, Zeleneč, Modranka

Yzdavateľ 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	97240	Bratislavsko Východ
BZ	106540	Bratislavsko Západ
DS	34320	Dunajskostredsko
GA	34390	Galantsko+Šaliansko
KC	30330	Hlohovecko+Sereďsko
HM	16450	Komárňansko
LV	30580	Levicko
MA	29680	Malacko
NR	54170	Nitríansko
NZ	35050	Novozámocko
PK	22970	Pezínsko
PN	41870	Piešťansko+NM+MY
SC	35420	Senecsko
SE	36750	Senicko+Skalicko
TO	41930	Topoľčiansko+PE+PU
TN	59870	Trenčiansko+DCA+HL
TT	49930	Trnavsko
ZM	20990	Zlatomoravsko

Stredné Slovensko

BB	56200	Banskobystricko+BR
KY	29300	Kysucko=CA+KM
LI	37270	Liptovsko=LM+RK
LC	30860	Lučenecko+VK+PT
MT	38570	Martinskoko+TR
OR	34980	Oravsko=DK+NO+TS
PB	27190	Považsko=PB+PU
PD	40150	Prievidzsko
ZV	38400	Zvolensko+DT+KA
ZH	26880	Žiarsko+ZC+BS
ZA	50780	Žilinskoko+BY

Východné Slovensko

BJ	37210	Bardějovsko+SK+SP
GE	30830	Gemeroko=RV+RS+RA
HU	27190	Humensko=VT+SV+ML
KE	92130	Košicko
KS	24900	Košicko okolie
SL	12940	Ľubovniansko
MI	31260	Michalovsko+TV+SO
PP	41520	Popradsko+HK
PO	49940	Prešovsko+SB
SN	32540	Spišsko+LE+GL



COOP Jednota Trnava, spotrebné družstvo hľadá do prevádzkovej jednotky v obci **Cífer**

Pokladníka/pokladničku dokladača/dokladačku

na trvalý pracovný pomer

Ponúkame Vám možnosť začleniť sa do tímu našej predajne v Cíferi.

Čaká Vás rozmanitá práca na predajni, ako je práca s elektronickou registračnou pokladňou, za obslužným pultom, kontrola kvality tovaru a záručných lehôt, vykladanie a vystavenie tovaru, či označovanie tovaru správnou cenovkou a iné práce súvisiace so zabezpečením chodu predajne.

Ponúkame Vám

- mesačnú mzdu **1000,- Eur** (brutto) pri týždennom úväzku 38,75 h.
- prácu v stabilnej slovenskej obchodnej spoločnosti s dlhoročnou tradíciou
- prácu na **HPP** bez sprostredkovateľských agentúr
- garanciu pravidelnej výplaty mzdy
- možnosť vzdelávať sa a profesijne rásť
- príspevok na doplnkové dôchodkové poistenie
- **stravné lístky** alebo príspevok na stravovanie v hodnote **6,- Eur**
- 3 dni mimoriadnej dovolenky s náhradou mzdy na kúpeľnú a rehabilitačnú starostlivosť
- príspevok na rekreáciu
- organizáciu detského tábora pre deti našich zamestnancov a výletov pre zamestnancov
- príspevok **100,- Eur** za každé darovanie krvi
- mesačný príspevok na cvičenie
- odmeny pri životných a pracovných jubileách
- finančný príspevok na okuliare až do výšky **100,- Eur**
- preplácanie nákladov spojených s nástupom do zamestnania (vstupná lekárska prehliadka, zdravotný preukaz)
- odmenu za dobre vykonanú prácu
- voľné nedele

Ak máš chuť pracovať, si bezúhonný, zodpovedný s aktívnym prístupom k práci, vieš komunikovať v slovenskom jazyku a máš rád prácu s ľuďmi, neváhaj nás kontaktovať na 0917 899 216 / praca@tt.coop.sk alebo priamo na predajni.



PSYCHOSOMATIKA
PSYCHOLÓGIA • TAROT
Analýza a riešenia konkrétnych problémov, vzťahov a budúcnosti s 10 ročnou praxou.
0903 789 933

STAVEBNÉ A MURÁRSKE PRÁCE OD A PO Z

REKONŠTRUKCIE domov a bytov, bytové jadrá
ZATEPLENIE rodinných domov, FASÁDY, MAZOVKY
INJEKTÁŽ proti vlhkosti domu

ZÁRUKA NA PRÁCU NAJLACNEJŠIE V REGIÓNE
0919 193 878

PLOCHÉ STRECHY
0905 662 229

7. júla 1945 Výročia a udalosti
v Turčianskom Svätom Martine sa začal (dvoj-dňový) **prvý celoslovenský zjazd Demokratickej strany**, na ktorom 446 delegátov okresných a miestnych organizácií a viacero ústredných, okresných a miestnych funkcionárov strany zvolilo **Jozefa Lettricha za predsedu strany**



Trnavská cesta č. 9, Trnava
predajňa@zahradadombyt.sk
033/5516500

Záhrada Dom Byt

- POHONY PRE POSUVNÉ A KRÍDLOVÉ BRÁNY
- SAMONOSNÉ SYSTÉMY, HUTNICKY MATERIÁL
- KOVANÉ, NEREZOVÉ A HLINÍKOVÉ POLOTOVARY
- PLECHY: PERFOROVANÉ, 3D, DEKORATÍVNE



SUZUKI

Spoznajte bližšie nový SUZUKI S-CROSS

Silný a šetrný zároveň.

Suzuki S-Cross svojim mild-hybridným pohonom boduje.

SUV S-CROSS od prvého momentu ukazuje svoju pravú tvár. Ide o robustné SUV s výrazným dizajnom a veľmi veľkou hornou aj dolnou maskou chladiča, ktoré priťahujú pozornosť a volajú po dobrodružstve. Ani jednému oku neunikne, že je štýlové, elegantné a prepracované. Z predných svetlometov a zadných združených svetiel vyžaruje vitálnosť a absolútna pohoda. Obrysovú LED svetlú navodujú dynamický dojem. Hranaté výrezy blatníkov vpredu a vzadu dodávajú exteriéru štýlový charakter. Výrazné strieborné ozdobné prvky vytvárajú intenzívny prvý dojem, ktorý pretrváva a zdôrazňuje sebavedomý vzhľad SUV.

MOTOR

Sila, ktorá vás poháňa vpred



Dokonalý priestor na život

Aj interiér modelu S-CROSS podporuje veľkolepý životný štýl. Vďaka veľkému čelnému sklu a dobrému výhľadu do strán vzbudzuje kabína dojem, ako keby sa rozširovala. Operadlá zadných sedadiel sú nastaviteľné do dvoch polôh, vďaka čomu možno maximalizovať flexibilitu batožinového priestoru. Navyše je model S-CROSS vybavený multifunkčným dotykovým panelom, ktorý obsahuje najnovšie digitálne funkcie, poskytuje tiež neustály prehľad o vozidle a zvyšuje komfort jazdy.

Vychutnajte si život naplno

Pocit, že sa môžete vydať kamkoľvek, prevyšuje len poznanie, že bezpečnostné technológie Suzuki pozorne strážia vás aj vašich cestujúcich. Vďaka ich spojeniu je cestovanie vo vozidle S-CROSS pohodlné, uvoľňujúce a bezpečné.

Viac očí na ceste

Dokáže detegovať prekážky, jazdné pruhy či dopravné značky, upozorní vás na premávku za vozidlom, 360-stupňová kamera vám zabezpečí rozhľad napríklad pri parkovaní a pomocný systém vám pomôže rozbehnúť sa do kopca či z kopca.

Bezpečný, výkonný a úsporný motor

Pod kapotou nájdete 1,4-litrový motor BOOSTERJET so 48 V systémom SHVS Mild Hybrid. Každým prejdeným kilometrom šetrí vaše peniaze aj našu prírodu. Vďaka legendárnemu pohonu všetkých štyroch kolies AllGrip Select sa na neho môžete spoliehať aj v náročnejších terénoch.

Zdoláte každú cestu

Preslávená technológia pohonu všetkých kolies spoločnosti Suzuki posúva vozidlá na novú úroveň. So systémom AllGrip Select si môžete zvoliť režim jazdy spomedzi štyroch voliteľných jazdných režimov (automatický, športový, na snehu a uzamknutý) jednoduchým stlačením alebo pootočením ovládača na stredovej konzole. Funkcia pomáha vylepšiť stabilitu vozidla v rôznych cestných a poveternostných podmienkach na maximum.

SUZUKI connect

Majitelia rodinného SUV S-Cross teraz môžu získať novú úroveň komfortu a istoty s aplikáciou Suzuki Connect. Stiahnite si ju, prihláste sa do svojho konta a monitorujte vaše auto na diaľku priamo cez váš smartfón. Zistíte napríklad, či ste auto po vašom odchode zamkli, aká je úroveň vášho paliva, kde máte vozidlo zaparkované, kedy s ním treba do servisu alebo si môžete preštudovať históriu vašich jazd. Využite všetkých 7 funkcií a užite si ešte väčšie pohodlie s vašim Suzuki S-Cross.

Pokiaľ by ste chceli využiť balíky výhod a zliav, neváhajte nás navštíviť v našom showroome

AUTO TT Ulica Nová č. 1 (smer OBI), 917 01 Trnava
www.autott.sk predaj vozidiel: 0910 888 190
V prípade kúpy nového vozidla u nás, Vám vykupíme Vaše jazdené vozidlo.

SUZUKI **EASY WAY** 3+7
SUZUKI FINANCE

Už má stovku

Aj ket už otedy prešól mesác, furt na tú slávu spomíname. Áno je to tak, náš Spartak má už celú stovku. Je to moc, alebo málo? To je otázka, že? Šak čo je to proci večnosci? Ale taký vek jedného mančafu, to už je něčo. Aby bolo čo oslavuvat, zapríčinily dvaja páni, kerý pozbyraly šecker o Spartaku a kniha bola na svete. Bolo to težké, vácerý, aj ja s trnafičnu, sme mosely pomáhat, ale podarilo sa. Šak je to veliké dzílo, hrubé a težké. Ket je kniha tu, mosí sa pokrscit. Do dzivadla pozval vydavatel kopu hosći (aj ja som tam bola) a bola to paráda, dóstojná a elegantná. Farárko sedemsto padesát stranovú knihu plnú fotografij pokrscil. Vým to určite, šak sedzel vedla mna. Spravyl tak po otrúbený spartakovskej hymny. Potom byly rozhovory ze slávnyma fotbalistáma, veselé príhody, premýtaný fotbalovej slávy, kamery, fotáky, mobyly to šecker zachycily. Aj prípitek v zrkadlovke.

Druhé dejstvo začalo presne o 19. 23. Spartak sa narodzil 30. mája roku 1923. Druhý ráz trúbyl mladý trubač slávnu hymnu z balkóna Zrkadlovej sály, pre obrovský dav fanúšikov na Trojičném námesci. Transparenty, zástavy, červeno-čirno oblečený muži, ženy, dzeci. Dav jednohlasne skanduval voláný na slávu. Vydzela som to šecker z okna tej krásnej sály. Ket vyšly na balkón Bily andely, námesci praskalo v švíkoch. Bubny, trúpky, píšťalky, rachot jak pri zemetrasený. Oslava skončila za tmy ohnostrojom, byly aj dymovnyce a fakle. No čo, šak Trnava vý oslavuvat.



» **babka Blaškova**

Možno je to tak

Afrodiziakum

Kúpil som si bestseller, nosím si ho v taške, dodá telu chuť a silu, bez celeru je to težké.

Čo s vakcínami

Zvýšili nám dôchodky a keby sme nemali dosť, covidové vakcíny nám pribalia len tak pre radosť.

Nie som moreplavec

Neotravujte v jednom kuse, volajú ma síce Krištof, ale Ameriku vám nenájdem ani na glóbusu.

Legálne žobranie

Žobrať nie je zakázané, len ak z toho, pane, odvádzate štátu pravidelne dane.

Lacná dovolenka

Že nebude more, iba pešie túry, priniesol mi priateľ domov rok staré lastúry.

Kam „smerujeme“

Zeleninu sme presadili, môžeme ísť smelo nato, chýba už len presadiť vystúpenie štátu z NATO.



» **Eva Jarábková - Chabadová**

KNIŽNICA JURAJA FÁNDLYHO V TRNAVE

PODUJATIA PRE DOSPELÝCH

INOVATÍVNA LIEČBA RAKOVINY

• prednáška v rámci projektu VedoMost
6. júl o 16.30 - záhradná čítareň

SCRABBLE V KNIŽNICI

• pravidelné stretnutia seniorov pri spoločenskej hre
• **každá streda o 14.00 - študovňa**

PRE DETI A MLÁDEŽ

PRÁZDNINOVÝ SUPERKLUB

Každý utorok a štvrtok o 10.00 - knižničná záhrada
4. júl - KOMPOST STORY. Divadelné predstavenie NevaDivadlo
6. júl - ROBOT PHOTON V AKCII. Hravé programovanie robotov

PREČÍTANÉ LETO V POBOČKE PREDNÁDRAŽIE

Mozartova 10
6. júl o 9.00 - O HVIEZDACH Čítania a súťaž pre deti.

PREČÍTANÉ LETO V POBOČKE TULIPÁN

V piatok o 10.00 - Ul. M. Gorkého 21
7. júl - O HVIEZDACH Čítania a súťaž pre deti.

SÚŤAŽ

SLOVENSKO - PRECHÁDZKA STOROČIAMI

• súťaž o skvelé ceny, otázky na www.kniznicatrnava.sk alebo priamo v oddelení pre deti a v pobočkách Prednádražie a Tulipán

SLEDUJTE NÁS

<https://www.kniznicatrnava.sk/>

Cujte.sk
Čítajte nás:
www.cujte.sk

KOVOŠROT VAŠIN s.r.o.
Prevádzky: GÁRY GBELY (objekt tehelne) HOLIČ (pri smaltovni)

• **Likvidácia autovrakov**
• **Vyradíme Vám vozidlo z evidencie**
• **Odt'ahová služba ZADARMO!**

www.kovosrotvasin.sk
Tel: 0903 373 854

One Trade s.r.o. **Výroba a predaj palivového dreva**
Sereď, Ul. Ku Campingu - areál kasární

www.drevodokrbu.sk

- gufatina
- sypané
- paletované
- preprava dreva
- **REZIVO Agát/Dub**

0915 445 364

Recyklácia a vyradenie vozidla z evidencie
Autorizovaný spracovateľ - Piec auto s.r.o.

Akcia na šrotovné - platíme 30 € za auto
Odvoz auta zadarmo
GA SA HC LV NR NZ PE PN BN NM TO TT ZH ZC BS.

Už nemusíte chodiť na dopravný inšpektorát, my všetko odhlásime za Vás.
0915 261 120

Frézovanie komínov

• Stavba teplovzdušných krbov a teplovzdušných rozvodov
• Vložkovanie komínov
• Rekonštrukcia starých komínov
• Obhliadka komína zdarma

ZĽAVA NA NEREZ

www.kominicek.sk
0905 702 276 • 0917 850 155

Zámková dlažba Zavorský

• pokládka zámkovej dlažby
• zemné a výkopové práce minibagrom a mininakladačom

0905 580 848
dlazbazavarsky@gmail.com

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj
» Predam zimne pneumatiky Barum 165/70 R 13 1ks za 25€, tel: 0914 190 920

02 AUTO-MOTO / iné

03 BYTY / predaj

04 BYTY / prenájom
» Dám do prenajmu garsonku na dedine, dlhodobo, zariadená, tel: 0903311946

08 STAVBA
» KÚPIM HAKI LEŠENIE 0908532682

09 DOMÁCNOSŤ
» Predám 70ročný nábytok, nočné stolíky, 1ks zo zrkadlom posteľa a 2 kasne 800Eur, tel: 0950448321

10 ZÁHRADA A ZVERINEC
» Predám zajace, mamička stojí 20eur, otecko 17eur, mladé 1ks za 5eur, polovičiaci + 1 mláďa 5eur, tel: 0950448321

11 HOBBY A ŠPORT
» KUPIM LUDOVE KROJE 0902708047
» VŠ(66r.) bývalý stredoškolský profesor známy pod menom Čučincho sa veľmi rád po rokoch stretne s chlapcami, spartakovcami futbalistami - Špako, Džeky, Iřecký, Laco Gádoši, Golva a ďalší... Pookrejeme. Volajte na tel. č: 0911808262

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné
» Predám nábytok z ambulance (kartotéky kovové, vyšetrovacie lôžka, skrine, stoly). 0908 873 013
» Kupim po starence z hure stare sukne, Konopné gate, košele škrobenice vlnáky, bluzky. Veci ku krojom. Vánoční ozdoby, Obrazy taniere, hrnky sošky a iné. Tiež starú motorku do 2500 eu. Tel: 0904582551
» Veľmi rád sa stretnem a pocestujem v auguste (septembri) s človekom ktorý má rád more a španielske flamenco, tel: 0911808262

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA
» 39 r sympatak, dvoverčivý, milý, uprimný, hľada dievča na vážny vzťah 0907261901
» 68r s domom hľada partnerku 0910706265

YELLOW TAXI

*Odvezieme vás pohodlne
na letisko aj z letiska*



TRNAVA



**LETISKO
BRATISLAVA**



ZA ZVÝHODNENÚ CENU

29€

OBJEDNÁVKA



**Úplne nový
vozový park**

Pohodlné a klimatizované autá

minimálne 1 deň vopred

pondelok - piatok: 7:00-16:00

na čísle 0911 03 03 03



KAMENÁRSTVO

**NAJŠTÝLOVEJŠIA PREDAJŇA
S VYSTAVENÝMI POMNÍKMI:**

TRNAVA

*Bratislavská cesta 45
oproti Drevoma, Mikona*

**Po - Pia: 10:00 - 16:00
každá párna sobota: 9:00 - 12:00**

0905 333 339

DOPRAVA ZADARMO



**Slovenský výrobca pomníkov
za dostupné ceny, s tradíciou od r. 1991**

www.zulovepomniky.sk

**JARNÁ AKCIA -40%
ZĽAVY PRE SENIOROV**

Nezabúdajme na hlávkový šalát

Hlávkový šalát by sa mal stať na jar aj v lete súčasťou našich pokrmov, pretože obsahuje množstvo zdraviu prospešných látok. Vybrať si pritom môžeme z viacerých kultivarov, či už ide o šalát cukrový, červenkastý, kučeravý, svetlozelený, alebo takzvaný ladový.

„Ukrýva sa v ňom množstvo vitamínov – B1, B2, B6, B9, C, E, K a hodnotný je aj pre obsah železa, vápnika, sodíka, zinku, selénu, horčíka a draslíka. Jeho priaznivé účinky sa prejavujú aj vďaka obsahu vlákniny,“ vyratúva Mgr. Blažová z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava. Konzumácia šalátu nám môže pomôcť pri tráviacich ťažkostiach, posilní náš imunitný systém, odstráni únavu, podporí okysličenie buniek, zabezpečí lepšie zúžitkovanie bielkovín v našom organizme, posilní nervy a pre nízky obsah kalórií pomôže aj pri redukcii hmotnosti. Čím je šalát tmavší, tým viac obsahuje antioxidantov a tie zabraňujú vzniku zápalových procesov.

Šalát a cievy - Vitamín C a betakarotén v šaláte chránia a posilňujú naše cievy, zlepšujú prietok krvi a tým zabraňujú vzniku infarktu. Draslík prítomný v hlávkovom šaláte znižuje krvný tlak a výhodný pomer omega-3 a omega-6 mastných kyselín má priaznivý vplyv na zvyšovanie hladiny HDL cholesterolu („dobrého

cholesterolu“) a zároveň na zníženie hladiny LDL („zlého cholesterolu“).

Šalát a diabetes melitus - Je štúdiami preukázané, že zelená zelenina znižuje riziko vzniku diabetu 2. typu. Dôvodom je nízky glykemický index, ktorý nespôsobí vysoký nárast hladiny cukru v krvi. Odporúčajú sa najmä rímsky šalát, pretože obsahuje viac esenciálnych mikroživín, tiež obsahuje lactucaxantín – anti-diabetický karotenoid, ktorý znižuje hladinu glukózy.

Šalát a nespavosť - Pri rozrezaní šalátu je vidno bielu tekutinu, ktorá obsahuje lactucarium, látku, ktorá má relaxačné a spánok vyvolávajúce účinky podobné ako pri pôsobení ópia. Nemusíte sa však báť vedľajších účinkov.

Šalát a zdravie očí - V šaláte sa nachádza aj látka nazývaná zeaxantín, ide o antioxidant, ktorý zlepšuje videnie a bráni vekom podmienenej makulárnej degenerácii. V kombinácii s luteínom, ktorý je v ňom tiež prítomný, znižuje vznik katarakty - sivého zákalu.

Informácie poskytol Regionálny úrad verejného zdravotníctva Bratislava



» ren
zdrafy foto pexels pixabay

Peletové Pece **PONÚKAME POHODLNÉ A EKONOMICKÉ KÚRENIE S PELETOVÝMI PECAMI** **Doprava k Vám ZDARMA**

možnosť nákupu na splátky

- **ROZMĚRY NA MĚRO**
- **PELETY VŠECHNÝCH DRUHŮ**
- **PELETY VŠECHNÝCH DRUHŮ**
- **PELETY VŠECHNÝCH DRUHŮ**

AKCIA na všetky pece skladom

Poukážka na nákup peliet v hodnote 50 €

0951 400 245 • info@peletovepece.sk • www.peletovepece.sk

R&T TRADE

SME PRVÁ FIRMA, KTORÁ NEVYBERÁ ZÁLOHU NA OKNÁ

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE **Vonkajšie hliníkové rolety**

1500 1500 2100 1000 1500 1200 800 2300

549€ 599€ 849€

10% ZĽAVA

vymalovanie interiéru pri výmene okien

cena zahŕňa: demontáž, montáž, parapety, žalúzie, murárske práce a DPH

0903 342 475 | rttrade@rttrade.sk

Upečiem i zabezpečím prasiatka na pečenie a bavorské kolená.

Pečiem v šamotovej peci.

Tel.: 0915 457 637

KANÁL SERVIS

RÝCHLO | ČISTO | SPOLAHLIVO | NONSTOP

KRTKOVANIE ČISTENIE KANALIZÁCIÍ MONITORING KAMEROU

DOPRAVA ZDARMA

0918 907 920
www.kanalservis.sk

REGION PRESS

STRECHY - MONTÁŽ - VÝMENA

- PLECHOVÉ
- ŠKRYTOVÉ
- ŠINDROVÉ
- HYDROIZOLÁCIE
- VÝMENA RÍN
- PRÍSTAVBY
- REKONŠTRUKCIE
- ZATEPL. DOMOV
- FASÁDY
- NÁTERY
- VÝMENA KROVŮV

0948 107 877

NAJLACNEJŠIA LIKVIDÁCIA

NEBEZPEČNÉHO ODPADU A ETERNITOVÝCH STRIECH

0910 336 600 • 0905 655 414
likvidovatazbest@gmail.com

PRIJMEME ZÁMOČNÍKA

Práca na živnosť cca 12,-€/hod. podľa odbornosti.

0904 959 034

STAVEBNÁ FIRMA - REALIZUJE KOMPLETNÉ ZATEPLENIA DOMOV - FASÁD

Rekonštrukcie domov, bytov
Oplotenia, izolácie domov - striech
Altánky, prístrešky, oprava striech za najlepšie ceny

Kontakt: 0940 588 979

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA

PONÚKA NA PREDAJ: (PRI GALANTE)

KURIČKY NOSIVÉ RÔZNEJ FARBY 8-12-15-18 TÝŽ
BROJLEROVÉ KAČICE 1-14 DŇOVÉ
MULARD KAČICE - KÁČERE 1-14 DŇOVÉ
HÚSATÁ LANDESKÉ
MORKY BIELE BIG-6
BROJLEROVÉ KAČICE NA VÝKRM
MULARD KAČICE A KÁČERE NA VÝKRM

AKTUÁLNE DO VYPREDANIA ZÁSOB

PREDAJ RASTOVEJ A ZNÁŠKOVEJ KŔMNEJ ZMESI

0905 551 499 • 031/781 15 63 • WWW.HYDINARSKAFARMA.SK

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA

ROZVOJ ZABEZPEČÍME

MACH

MACH HYDINA BUDMERICE s.r.o.

prijme pracovníka s nástupom ihneď do trvalého pracovného pomeru:

ÚDRŽBÁRA - ELEKTRIKÁRA

NÁPLŇ PRÁCE:

- oprava strojov a technologických zariadení fariem
- opravy stavieb a budov, iných strojov a zariadení
- údržba prevádzkových zariadení v chove, odchove a v liahni hydiny
- elektrikárske práce
- inštalatérske práce

POŽIADAVKY:

- vyučenie v odbore inštalatér, samostatný elektrikár
- vyhláška č. 508/2009 Z. z. §21, §22
- ochota pracovať, flexibilita

PONÚKAME:

- prídel hydiny a vajec za výhodné zamestnanecké ceny
- kvartálne odmeny za „neabsenciu“
- mesačné odmeny za pracovný výkon
- vernostné odmeny
- príspevok na stravovanie

MZDA: 1000 € / mesiac + odmeny

Kontakt pre záujemcov: telefón: 0901 905 521
e-mail: krchnava@machhydina.sk

VYPRAŤAVANIE DOMY, BYTY, POVALY, ZÁHRADY, GARÁŽE

- likvidácia nebezpečného odpadu
- búracie práce, odvoz zabezpečený

Kontakt: 0940 588 979

SBS GUARDING s. r. o.

prijme strážnikov na oblasť Trnava (stavba)

Mzda: 5,52 €/h. brutto
Nástup ihneď. POS možné robiť popri práci

0948 113 319 • martin.kotlarik@guarding.sk

SBS GUARDING s. r. o.

prijme strážnikov na obchodnú prevádzku v Trnave (Lidl)

Mzda: 5,77 €/h. brutto
Nástup ihneď. POS možné robiť popri práci

0948 113 319 • martin.kotlarik@guarding.sk

Hľadáme: Pracovníka údržby

Práca v potravinárskom podniku

- Vyžadované vzdelanie: stredoškolské
- Odbor: údržba
- 900 € brutto
- Tel. č.: 0907 171 888

ponuka voľných pracovných príležitostí na www.traust.sk

Na Liptove pribudol singltrail

Nad Liptovským Mikulášom sprístupnili prvý oficiálny singltrail. V podstate ide o jednosmernú cyklistickú trasu horským terénom.

Nový singltrail na Háji Nicovô s názvom High flow je zhruba 800 metrov dlhý s prevýšením 100 metrov a poteší mnohých milovníkov horských bicyklov. Práce na výstavbe trvali niekoľko mesiacov. Išlo najmä o ručnú prácu množstva dobrovoľníkov a nadšencov, ktorým čiastočne pomohol aj minibager. Je koncipovaný tak, aby ho zvládli aj deti a zároveň si ho užili aj trailoví fajnšmekri. „Štart trailu je situovaný na konci lúky vedľa vojenského pamätníka a je viditeľne označený drevenou bránou a orientačnými tabuľkami. Výstupová trasa je vedená po oficiálnej asfaltovej ceste na Háj Nicovô,“ prezradila riaditeľka Oblastnej organizácie cestovného ruchu REGION LIPTOV Darina Bartková.

Potešia aj terénne vlny

Z pohľadu bezpečnosti je kladený dôraz na plynulosť trasy. Preto sú súčasťou singltrailov aj terénne vlny, protisvahy alebo rôzne zatáčky, ktorých úlohou je jazdu spomaliť. „Naším spo-

ločným zámerom bolo vytvoriť trail, ktorý bude pre širšiu verejnosť. To sa podarilo a trail je vhodný pre cyklistov začiatočníkov, teda aj väčšie deti, ale rovnako si ho užijú aj fajnšmekri vďaka jeho technickým detailom,“ povedal cyklo koordinátor Oblastnej organizácie cestovného ruchu REGION LIPTOV Andrej Medla.

Na Liptove si milovníci zjazdov užijú ešte singletrailový park Hradská hora v Liptovskom Hrádku, v Ružomberku je to veľmi obľúbený bike park na Malinom Brde a singltrail v lokalite Sidorovo.

Informácie a foto poskytl
Oblastná organizácia cestovného ruchu
REGION LIPTOV



» [ren](#)

aj na počkanie

VÝROBA PEČIATOK • GRAVÍROVANIE **0903 263 633**

REKLAMA - VEĽKOFORMÁTOVÁ TLAC' **Coburgova 17/B, Trnava**

SAMOLEPKY • PLACHTY • TABULE • VÝKLADY • AUTÁ **www.reklamnatvorba.sk**

Zmeny v sociálnom poistení

Na väčšinu živnostníkov a ostatné samostatne zárobkovo činné osoby (SZČO) čakajú v lete zmeny, ktoré súvisia s ich odvodovými povinnosťami voči Sociálnej poisťovni. Tá im do 21. júla 2023 sama oznámí vznik, trvanie alebo zánik povinného sociálneho poistenia a výšku ich odvodovej povinnosti, ktorá sa na nich bude vzťahovať od 1. júla.

Z oznámenia Sociálnej poisťovne sa živnostníci dozvedia všetky potrebné informácie o výške ich vymeriavacieho základu na platenie poistného, o výške poistného na sociálne poistenie, vrátane informácie o dátume splatnosti a spôsobe úhrady poistného. Prvý raz SZČO zaplatia poistné v novo určenej výške do 8. augusta 2023. Týka sa to živnostníkov a ostatných SZČO, ktoré podali daňové priznanie v riadnom termíne, teda do 31. marca 2023. Netýka sa to SZČO, ktoré podávajú daňové priznanie za kalendárny rok 2022 v predĺženej lehote – tým Sociálna poisťovňa informácie o vzniku, pokračovaní alebo zániku povinného sociálneho poistenia oznámi do 23. októbra 2023 a novo určené poistné následne prvý raz zaplatia do 8. novembra 2023.

Komu vzniká či zaniká sociálne poistenie - „Povinné poistenie SZČO vzniká od 1. júla 2023 tým fyzickým osobám, ktoré za kalendárny rok 2022 dosiahli príjem z podnikania a inej samostatnej

zárobkovej činnosti vyšší ako 7 266 eur (čiže mali príjem 7 266,01 eura a viac), za rok 2022 nemali predĺženú lehotu na podanie daňového priznania a zároveň majú k 1. júlu 2023 platné oprávnenie na vykonávanie činnosti. Ak SZČO nevykonáva činnosť na základe oprávnenia, povinné poistenie SZČO jej vzniká na základe dosiahnutej hranice príjmu. Tým SZČO, ktoré dosiahli príjem rovný alebo nižší ako je suma 7 266 eur, povinné sociálne poistenie nevzniká, respektíve 30. júna 2023 im povinné sociálne poistenie zaniká,“ informuje Sociálna poisťovňa.

Minimálna a maximálna výška poistného – V kalendárnom roku 2023 platí pre povinne poistenú SZČO minimálny mesačný vymeriavací základ 605,50 eur a z toho vyplývajúce poistné je mesačne vo výške 200,72 eura. Pre SZČO, ktoré majú priznaný starobný dôchodok alebo predčasný starobný dôchodok a pre SZČO, ktoré sú poberateľmi výsluhového dôchodku a dovŕšili dôchodkový vek, je mesačná suma poistného 164,39 eura. Maximálny mesačný vymeriavací základ pre SZČO v kalendárnom roku 2023 je 8 477,00 eur, z toho vyplývajúce poistné je vo výške 2 810,11 eura mesačne. Pre SZČO, ktoré majú priznaný starobný dôchodok alebo predčasný starobný dôchodok a pre SZČO, ktoré sú poberateľmi výsluhového dôchodku a dovŕšili dôchodkový vek, je mesačné poistné 2 301,49 eura.

» [ren](#)

KP KEPRO *to najlepšie riešenie pre moderné domy*

EUROOKNÁ A DVERE

- HLINÍKOVÉ OKNÁ
- PLASTOVÉ OKNÁ
- Posuvné systémy
- Exteriérové žalúzie a doplnky
- Garážové brány

AKCIA NA VONKAJŠIE ŽALÚZIE A OKNÁ

Trnava, Suchovská 5
mob.: 0911 391 426, 0902 469 252
info@eurokepro.sk, www.eurokepro.sk

Kamenárstvo ADAM - RUŽA

AKCIA JÚL – AUGUST 2023

1 HROB: od 990 €
2 HROB: od 1300 €

seriózne, kvalitne, bez zálohy, doprava ZDARMA

- Nové pomníky - žula, terazzo
- Krycie dosky, sekanie písma
- Obnova písma - brúsenie pomníkov strojom
- Rekonštrukcie starých hrobov, zakrývanie hrobov
- Dlažba, betónové chodníky

DÔCHODCI A ZŤP VÝRAZNÉ ZĽAVY NA VŠETKO

0911 499 871 vaskovicadam@gmail.com
0940 098 504 **fb: Kamenarstvo Adam ruza**
Radi Vás navštívime aj doma.

ZBAV SA ODPADU
ceny sú bez DPH

» betón 6 €/t
» bio odpad 22 €/t (záhradný odpad, drevené okná, palety)
» suť 9 €/t
» zemina 8 €/t

DOVOZ KAMENIVA

0/63 - 6,30 €/t	4/8 - 9,90 €/t	v ponuke
0/32 - 6,90 €/t	11/22 - 10,20 €/t	aj iné frakcie

0905 224 945

5. júla **Výročia a udalosti**
Sviatok svätých Cyrila a Metoda – štátny sviatok SR

DIAGNOSTICKÉ CENTRUM

Kompletné vyšetrenie, stanovenie Vašej diagnózy, určenie príčiny chorôb a doporučenie liečby:

cievnych problémov, postcovidového syndrómu, chrbtice a kĺbov, reumatizmu, artrózy, osteoporózy, cukrovky, pankreasu, prostaty, vysokého krvného tlaku, sexuálnej dysfunkcie, psychických porúch, migrény, depresie, úzkosti, nervového systému, alergií ...

Objednať sa môžete na tel. č. 0903 412 343

Nakúpte výhodne
na TonerPartner.sk

TonerPartner.sk

29⁹⁴ € 41,86[€]

FZG 1009 Gril na drevené uhlie FIELDMANN

-29%

TonerPartner.sk

18⁹¹ € 24,95[€]

FZG 1003 Gril na uhlie + taška FIELDMANN

-24%

Využite kód:
OPLATISA

Pre získanie zľavy zadajte kód **OPLATISA** do poľa pre zľavový kupón v prvom kroku košíka. Zľavenná cena je po zrážaní zľavy zobrazenej v e-shopu a zľavy 5% z tohto kupónu.

REKONŠTRUKCIE
BYTOVÝCH JADIER DOMOV A BYTOV

obklady a dlažby
ZĽAVA DO 30%

sadrokartón

vodoinštalácie, elektroinštalácie

plávajúce podlahy

maliarske práce a stierkovanie

0949 319 336

Oplatí sa!

**TOP
PONUKY
TÝŽDŇA**

GS
EUROTHERM

ZIMNÉ ZÁHRADY
ZASKLENIA BALKÓNOV
A TERÁS • PRÍSTREŠKY
PREKRYTIA BAZÉNOV
HLNÍKOVÉ A NEREZOVÉ
ZÁBRADLIA A BRÁNY

gszasklenie.sk
0800 333 223

ZAMERANIE A
3D VIZUALIZÁCIA
ZDARMA

**ZĽAVY AŽ
DO 50%**

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD

rodinné
domy
ZĽAVA 50%

Patentovaná
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových
čističov

f BombaFasada
www.BombaFasada.sk

0905 148 393

**BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA**

KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje
i celé poľovnícke zbierky.

VÝKUP MINCÍ
do roku 1945

Kúpim veci z 1. a 2.
sv. vojny, vzduchovky.

Celá SR

tel. 0904 474 597
vykupparoziaeu@gmail.com

KOMTECH 0914 706 703
info@komtech.sk

**FRÉŽOVANIE - VLOŽKOVANIE
NEREZOM A ŠAMOTOM**

**ČISTENIE - KONTROLA
ODDECHTOVANIE**

**STAVBA KRBOV, PEČÍ
A ŠPORÁKOV**

VLOŽKOVANIE komína od 95 €/bm
+ revíz. správa a certifikát v cene, 4 ROKY ZÁRUKA

AKCIA
na ČISTENIE
KOMÍNA 29€

**Teraz
je vhodný čas,**
spoločne sa zamyslieť
nad našou pôdou.

Živá pôda
Záhady a riešenia

PODPORTE VYDANIE KNIHY
Živá pôda
záhady a elegantné riešenia

www.zivazahrada.sk/zivapoda

**NAŠA FIRMA ZABEZPEČUJE KOMPLETNÚ ADMINISTRÁCIU PRE ZÍSKANIE DOTÁCIÍ
NEPOŽADUJE DOPREDU ŽIADNU ZÁLOHU • MONTÁŽ DO 1 MESIACA***

ENVIRO THERM
PROFESIONALITA & KVALITA

www.envirotherm.sk infolinka: 0800 909 909
kontakt@envirotherm.sk 0951 909 909

EUROPSKA UNIA
Tehovky, ktorá podporuje rast
Zelená domácnosťami

Dotácie od EU
1 500 €

***Fotovoltaická elektrárň
2300 Wp**

- pozostáva z 5 panelov o výkone 455 Wp
- inštalovaný výkon 2300 Wp
- zariadenie na kľúč
- návratnosť investície 4-5 rokov

už od
1 990 €

- ročná výroba
el. energie 3000 kWh
vrátane montáže

zvýšok životnosti elektrárne máte vami vyrobenú elektrinu úplne zdarma

**Nemecké tepelné čerpadlo
vzduch - voda**

- vhodné pre rodinné domy od 70-500 m²
- pracuje aj pri teplote -25°C
- vo výkonoch 8 kW, 10 kW, 12 kW a 16 kW
- ekonomické a komfortné riešenie vhodné aj pre vykurovanie podlahovky a radiátorov
- mesačné náklady na vykurovanie a ohrev od 40 - 60 €

SERVIS
ZABEZPEČUJE
VÝROBCA

už od
4 990 €

vrátane montáže

Dotácie od EU
3 400 €

65-01

58-05

65-05

96-011

86-0004

TRNAVSKO



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 49 930 domácností

AUTOSERVIS

Predaj jazdených vozidiel FORD

Ďalej ponúkame:

- oprava poistných udalostí
- servis vozidiel

AUTO J&J 033/55 32 613-615
Priemyselná 9, Trnava

Bližšie informácie priamo na predajni alebo na www.autojj.sk

PRIPRAVTE SA NA LETO!

dezinfekcia / servis / doplnenie klimatizácie

	Mondeo Combi 2,0 TDCi 8/2018 111 000 km 17 890€
	Focus Combi 1,5 TDCi 7/2019 139 000 km 13 490€
	Kuga 4x4 2,0 TDCi 12/2018 110 000 km 19 990€

YELLOW TAXI

HĽADÁME VODIČOV

HPP | Brigáda | Externe

ROZŠIRUJEME VOZOVÝ PARK



VIAC INFORMÁCIÍ
yellow@taxisluzbatrnava.sk

0908 789 674

www.markbal.sk
veľkoobchod obalových materiálov a papiera
POHÁRE
ECO-BIO
ul. pri Kalvárii 25A, Trnava
033/552 15 20, 0905 96 54 48

PEDIKÚRA SILVIA
kombinovaná mokrá | suchá
Hospodárska 53, TT
0948 549 772

ZO STARÉHO AKO NOVÉ
Zmeňte vizáž vašich dverí
RENOVÁCIA dverí a zárubní
a rôzne stolárske práce
KONTAKT 0905 58 57 59

REZANIE BETÓNU
www.jadrovevrtanie.sk
www.rezaniebetonu.eu
0908 447 006
• otvorov do panelu
• jadrové vrtanie otvorov
• statické posudky
• odvoz odpadu
AKCIOVÉ CENY!

30 rokov 1993-2023
čavojský okná dvere
Nájdete nás na adrese:
Coburgova 82/A Trnava 917 02
mobil: **0905 699 066** pevná linka: **033/381 81 34**
www.cavojsky.sk e-mail: cavojsky@cavojsky.sk

• OKNÁ •
• DVERE •
• PARAPETY •
• SIEŤKY •
• ŽALÚZIE •
• ROLETY •

ELEKTRIKÁR
JURAJ JAMRICH
elektroinštalácie
rekonštrukcie
el. prípojky
opravy
VÝMENY vypínačov sietídiel zásuviek
0949 188 961

BALU pohony
0911 421 691
Suchovská 5, Trnava
www.balu-pohony.sk

sady posuvných motorov od 239€
sady krídlových pohonov od 299€

GARÁŽOVÉ BRÁNY S MONTÁŽOU od 699€

Rolling Door	automatizácia brán	alarmy, videovrátnici	garážové brány	markízy, tieniaca technika	kované a nerezové diely

Srandoň Tetee

Práve pred letnými prázdninami Región Trnava odhalil identitu nového živočicha, ktorý deťom a ich rodičom ukáže zaujímavé miesta na výlety, hru i zábavu. Je to vymyslený druh Srandoňa hravého zvaného Tetee.

Oblasťná organizácia cestovného ruchu Trnava Tourism si dala za cieľ priniesť najmenším obyvateľom a návštevníkom Regiону Trnava niečo netradičné, čo by ich previedlo všetkými zaujímavými miestami, ktoré môžu počas roka spolu s rodičmi objavovať. Tetee je síce vymysleným živočíchom, no autori mu dali reálnu podobu. Celým menom Srandoň hravý alebo latinsky Iocularis lasciva je z čelade ľudoplachých a vyskytuje sa výhradne na území Regiону Trnava, ktorý je jeho domovom. „Podľa skratky mesta Trnava - TT - dostal aj svoje meno Tetee. Patrí medzi všeobecne ohrozené druhy a jeho tvar nie je možné jednoznačne popísať, pretože má schopnosť meniť svoju štruktúru podľa prostredia a situácií. Najčastejšie sa Srandoň hravý vyskytuje na detských ihriskách a miestach s možnosťou zábavy. Keďže sa stretáva hlavne s deťmi, tie majú najväčšiu šancu ho spozorovať,“ predstavil príbeh nového ambasádora Alexander Prostinák a dodal: „Naším cieľom bolo vytvoriť postavíčku, pomocou ktorej by sme predstavili prehľadný zoznam atrakcií vhodných pre deti, pretože rodiny s deťmi tvoria veľkú čas turistov v Regiоне Trnava. Mapu s vyše 60 miestami, kde bol doteraz Srandoň hravý vidieť, a ktoré môžu navštíviť, nájdete na web stránke www.srandon.sk. Zároveň si budú môcť v budúcnosti vyzdvihnúť aj mapu v Turistickom informačnom centre Regiону Trnava, ktoré sídli v mestskej veži.“ *ren*

Smolenická fčela vyráža na cesty

Návštevníkov obce Smolenice bude počas letných prázdnin vozíť vyhládokový autobus Smolenická fčela, ktorá ich odvezie zo železničnej stanice cez centrum obce až k jaskyni Driny. Auto budú môcť nechať doma a vďaka autobusu prejsť pohodlne viacero turistických miest.

Trnavský kraj zážitkov a Regiон Trnava chcú aj takýmto spôsobom povzbudiť turistov, aby sa odviezli na letné výlety do Smoleníc ekologicky. Kyvadlová doprava Smolenická fčela nadväzuje na príchody vlakov do Smoleníc z Trnavy, ale aj z opačného smeru zo Záhoria. Začiatok prázdninových jazd bude vždy v sobotu a nedeľu o 10.10 h. Posledná Smolenická fčela odchádza z parkoviska Jahodník na železničnú stanicu o 19.30 h. Vyhládokový autobus pritom funguje na princípe „vystúp-nastúp“, takže záujemcovia môžu na ktorejkoľvek označenej zastávke vystúpiť, pozrieť si okolité atrakcie a neskôr opäť pokračovať v jazde. Výlet tak môže začať napríklad v múzeu Molpír, odkiaľ návštevníci zamieria na prehliadku najmladšieho zámku na Slovensku v Smoleniciach a počas teplých letných mesiacov sa môžu na záver schladieť v jaskyni Driny. *ren*

Spoznajte nevšedné miesta Trnavy

Štartujú Potulky Malým Rímom

Trnavčania aj návštevníci Malého Ríma sa môžu aj počas tohto leta tešiť na prechádzky nevšednými miestami Trnavy. Potulky Malým Rímom im od 2. júla do 27. augusta 2023 rozpovedia príbehy o trnavskom rektorovi, po ktorom je pomenovaný asteroid, novou optikou záujemcovia nazerú do gymnázia na Hollého ulici aj do okien a vitráží mesta, a budú mať výnimočnú príležitosť vyjsť na vežu Bellušovho vodojemu.

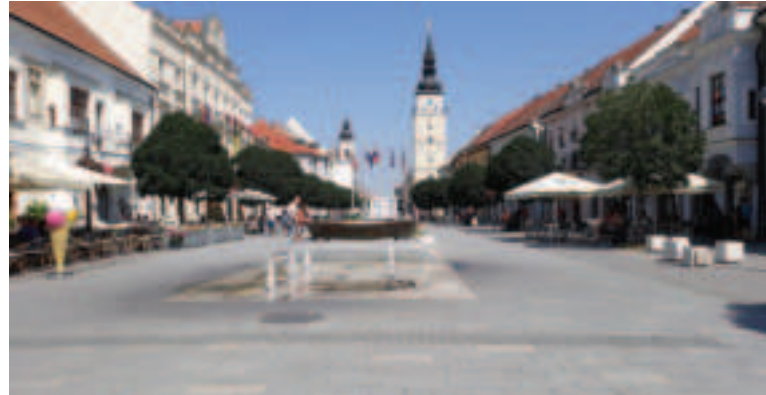
Jedna z budov bývalej Trnavskej univerzity na Hollého ulici – kedysi sídlo Gymnázia Jána Hollého, dnes arcibiskupské gymnázium – odkryje svoje tajomstvá 9. júla o 17.00 h. Sprevädzajú Eva Hirnerová a Róbert Jurík.

O hviezdnom rektorovi

Potulka, ktorá sa uskutoční 16. júla o 17.00 h priblíži život a dielo Antona Hajduka, významného astronóma a zároveň prvého rektora novodobej Trnavskej univerzity (1992 – 1996). Sprevädza Peter Wagner.

Za stratenými dielami

Za stratenými dielami sa záujemcovia vydajú 23. júla o 17.00 h. Adrián Kobetič prezradí, kam sa podeli sochy, maľby a iné diela, ktoré boli kedysi súčasťou Trnavy.



Vydajte sa na prechádzky Malým Rímom.

autor foto Renáta Kopáčová

Mariánska potulka

Mariánske témy patria k najčastejšie zobrazovaným námetom v umení 17. a 18. storočia. Potulka, ktorou bude 30. júla o 17.00 h sprevádzať Adrián Kobetič vám predstaví množstvo viac či menej známych diel, ktorých ústrednou postavou je Panna Mária. Dozviete sa zaujímavosti o jednotlivých scénach a typoch jej zobrazenia, o vzniku konkrétnych diel aj celého mariánskeho kultu v Trnave i celej bývalej monarchii.

Výpalník Tököli

O tienistej časti histórie Trnavy, o tragickom lete 1683, kedy kurucký kráľ Imrich Tököli so svojím vojskom vypálil a vyplenil mesto porozpráva 6. augusta o 17.00 h Emília Valachovicová.

Z výšky vodojemu

13. augusta o 16.30 h a o 18.00 h a 27. augusta o 16.30 h a o 18.00 h čaká na záujemcov nielen prehliadka Bellušovho vodojemu, ktorý je národnou technickou pamiatkou, ale aj výnimočná príležitosť si vychutnať vyhládku na mesto z ochodze vodojemu vo výške tridsiatich metrov. Sprevädza Miroslav Beňák.

Okná a vitráže Trnavy

Premýšľali ste niekedy o tom, ako spôsoby riešenia a vzhľad okien v priebehu času podliehajú aktuálnemu vkusu a technickým možnostiam konkrétnej doby? Práve o týchto zaujímavostiach sa dozviete viac 20. augusta o 17.00 h počas potulky mestom s Danielou Zacharovou. *ren*

Vodácky výlet sa blíži

Výletom Po vode v pohode

Plavky, opaľovací krém, slnečné okuliare. Nič viac nebudú potrebovať účastníci vodáckeho výletu, ktorý sa koná uprostred pracovného týždňa. Po vode v pohode sa záujemcovia vydajú v stredu 5. júla 2023.

Rodiny s deťmi i partie kamarátov v sprievode lokálnych splavovateľov budú mať tak príležitosť objaviť zážitky, ktoré v lete ponúkajú Dunajské ramená, Malý Dunaj alebo Váh. Po netradičných jarných a jesenných splavoch s Vesnou a Svetlonosom prichádza Krajská organizácia cestovného ruchu (KOCR) Trnavský kraj s celodenným vodáckym výletom, ktorého súčasťou bude kúpačka i opekačka. „Po vode v pohode sa môžu vybrať aj ľudia, ktorí splavovať rieku ešte nikdy neskúsili. Vodné toky v našom kraji sú pokojné, o potrebné vybavenie sa postarajú organizátori splavov. Pre účastníkov pripravujú kanoe, pádla i vesty. Všetci absolvujú rýchlokurz. Aj preto si stačí zabalíť iba plavky, opaľovací krém, slnečné okuliare a niečo na



Splavujte rieky trnavského kraja.

zdroj foto KOCR Trnavský kraj

občerstvenie,“ hovorí Petra Hencelová z KOCR Trnavský kraj.

Splavujte rieky trnavského kraja

Skúsení splavovatelia vybrali na túto príležitosť úsek Dunajských ramien v okolí Vojky nad Dunajom. S lokálnymi vodákmi spoznajú účastníci výletu Malý Dunaj v úseku Potónske Lúky – vodný mlyn Tomášikovo. V ponuke je

aj splav Váhu medzi Hlohovcom a Sereďou na nafukovacích raftoch i paddleboardoch. „Splavovanie riek Trnavského kraja je čoraz populárnejšie. Naším cieľom je upozorniť na kvalitné služby, ktoré ponúkajú miestni splavovatelia a pritiahnúť k tomuto aktívnemu spôsobu trávenia voľného času ešte viac ľudí,“ dodáva Katarína Rohalová z KOCR Trnavský kraj. *ren*

Ochladte sa s pomocou klimatizácie zdravo

Lepšie znášať letné horúčavy nám pomáha klimatizácia, dôležité však je, aby bola správne nastavená a udržiavaná v čistote.

Nevhodne nastavená klimatizácia spôsobuje bolesti hlavy, hrdla, prechladnutie, oslabenie imunity i celkovo organizmu, angínové bolesti, pocit upchatého nosa, bolesti dutín, chrčtice, či svalov. Ak máte chladný prúd vzduchu nasmerovaný do tváre, vysušuje vám kožu, oči a prispieva k opakovaným zápalom očí, uší, prínosových dutín, aj k bolestiam zubov a trojklaného nervu.

Pozor na teplotný šok

Rovnako si treba uvedomiť, že pri prechode z chladného do horúceho prostredia môže prísť k takzvanému teplotnému šoku, ktorý dokáže celkovo oslabiť organizmus. Klimatizáciu si nastavte tak, aby rozdiel teplôt medzi vonkajším a vnútorným prostredím nebol vyšší ako 5 maximálne 7 stupňov Celzia.

Čistenie je dôležité

Klimatizačnú jednotku, filtre a vzduchové prieduchy udržiavajte v čistote, inak sa môžu stať zdrojom plesní a baktérií. Celý klimatizačný systém si dajte raz ročne skontrolovať v servise. Súčasťou bežnej údržby je aj pravidelná dezinfekcia výparníka klimatizačnej jednotky.

Klimatizácia v aute

Pamätajte na to, že nesprávne používaná klimatizácia môže uškodiť a spôsobiť zdravotné problémy aj v aute. Najmä pri dlhších cestách môže mať veľmi negatívny vplyv najmä na alergikov. Prúdením vzduchu z ventilácie sa totiž rozhybu čistočky prachu s rôznymi druhmi baktérií. Okrem ochorení dýchacích ciest, bolestí hlavy, alebo prechladnutia chrčtice môžete pri nesprávnom používaní klimatizácie v aute dostať zápal stredného ucha, spojiviek a iných ochorení očí a uší. Dobré je preto klimatizáciu v aute pustiť na 10 až 15 minút za hodinu a prúd chladného vzduchu smerovať tak, aby nefúkal priamo na posádku - najlepšie je viesť ho na čelné sklo, prípadne k nohám. Rovnako aj v aute platí ideálny rozdiel teploty vonku a vnútri 5 až 7 stupňov Celzia, dodržte ho aj v najväčších horúčavách. Ak z auta často vystupujete a nastupujete, rozdiel teplôt by mal byť ešte nižší. Pri používaní klimatizácie v aute sa okolo výparníka kondenzuje voda obsiahnutá vo vzduchu na jadre výparníka, odkiaľ sa odvádza pod vozidlo. Okolo výparníka je neustále vlhké prostredie, čo je výborná živná pôda pre rôzne plesne, ktorých spóry sa nachádzajú vo vzduchu a často nepríjemne zapáchajú. Zlikvidujte ich antibakteriálnym sprejom.

Informácie poskytol
Úrad verejného zdravotníctva SR
» ren

OBEC JASLOVSKÉ BOHUNICE VÁS POZÝVA NA

COUNTRYFEST BOHUNICE

21.7. - 23.7. 2023

AMFITEÁTER JASLOVSKÉ BOHUNICE

ČECHOMOR (CZ)

JANA KIRSCHNER (SK)

BYSTRÍK BANDA (SK) • MUSIC ROAD PILOTS (NL)
COP (CZ) • SLNIEČKO (SK) • ALLAN MIKUŠEK & BAND (SK)
MARIEN (CZ) • BRONTOSAURI REVIVAL (CZ) • VIERKA ŠUSTEKOVÁ (SK)
MAJIG MOVEMENTS (GB/IRL/SK) • BLUE GATE (CZ) • GEMINI (SK)
JUMPER CABLES (CZ) • PODJEZD (CZ) • LTT (SK) • FIFO A VIERKA (DETSKÉ PREDSTAVENIE)

A MNOHÍ ĎALŠÍ...

MODERÁTOR CHYNO : MNOŽSTVO SPRIEVODNÝCH PODUJATÍ PRE DETI AJ DOSPELYCH

MOŽNOSŤ STANOVANIA ZDARMA
DETI DO 12 ROKOV • ZTP S DOPROVODOM ZDARMA

COUNTRYFESTBOHUNICE.SK
FACEBOOK.COM/COUNTRYFESTBOHUNICE

PREDPREDAJ V SIETI
predpredaj sk



FRANTIŠKÁNSKA 4, TRNAVA

KAMENÁRSTVO KAMEX

NAJVÄČŠÍ VÝBER VYSTAVENÝCH
DOMNÍKOV V REGIÓNE

VÝRAZNÉ ZĽAVY AŽ DO -40%

ZADARMO:
DOPRAVA, ZAMERANIE, MONTÁŽ, VÁZA + SVIETNIK,
IMPREGNÁCIA, CHOCHNÍKY

0903 792 674 KAMEX.SK

PO - PIA:
8.00 - 16.00 H

ZATEPLENIE DOMOV-FASÁDY REKONŠTRUKCIA DOMOV-BYTOV, ZÁMKOVÁ DLAŽBA-OPLOTENIE, STRECHY- -ALTÁNKY, IZOLÁCIE DOMOV

0907 382 062

DREVOTRIESKA NA MIERU

Drevotrieskové dosky
rôznych dekorov

0949 224 228
www.drevotrieska-na-mieru.sk

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%
- chemická injekcia STOP VODA

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

SERVIS OKIEN & RENOVÁCIA EUROOKIEN

0948 144 844

PONÚKAME - žalúzie, sieťky, oprava
žalúzií a sieťok, plastové a hliníkové rolety,
sklá, tesnenia, parapety, kovania a iné.

RENOVUJEME - drevené okná, dvere, brány,
garážové brány, parkety, ploty, podlahy a iné.

info@renovaciaeurookien.sk | www.renovaciaeurookien.sk
info@servisokientrnava.sk | www.servisokientrnava.sk

9. júla 1968
v Bratislave uskutočnili prvú transplantáciu srdca v strednej Európe a v
poradí 24. na svete (päťdesiatštyriročná pacientka krátko po operácii zomrela)

Výročia a udalosti

Penzión seniorov OÁZA

Penzión seniorov
ponúka bývanie vo
vlastnej izbe.

www.penzion-seniorov.sk
0903 532 487

PALIVOVÉ DREVO

POLIENKA BUK, DUB, HRAB

Neváhajte sa zásobiť
palivovým drevom už dnes!

0917 649 213

NAJLACNEJŠIE VYPRATÁVANIE

DOMOV-BYTOV,
ZÁHRAD, POVÁL

0907 382 062

Pasport miestnych komunikácií je prístupný verejnosti

Trnava sprístupnila verejnosti pasport miestnych komunikácií, teda mapu obsahujúcu názvy ulíc, rozmery jednotlivých úsekov, povrchy, dopravné značenie či parkoviská.

Jednotlivé prvky je možné pridávať či uberať na mape v podobe vrstiev. Pasport alebo Geografický informačný systém (GIS) je nástroj, ktorý sa využíva na získavanie, analyzovanie, vizualizáciu a manažment priestorových dát. Jeho obsah je pre užívateľov prístupný v podobe mapy, v ktorej si môžu tieto dáta prezerať a získať z nich požadované informácie. Pasport miestnych komunikácií mesta je priebežne aktualizovaný, dopĺňaný a dostupný na adrese trnava.gisplan.sk.

info: Mesto Trnava

Trnavčania tento rok vytriedili viac odpadu

V porovnaní s rokom 2021, kedy množstvo vytriedeného odpadu predstavovalo 4 2016 076 kg, sa v roku 2022 vytriedilo o 650 727 kg viac. Aktuálna hodnota vytriedenia komunálneho odpadu je na úrovni 47,37 %, čo predstavuje lepší výsledok v porovnaní s rokom 2022, kedy miera separovania dosiahla výšku 46, 31 %. Spoločne sme tak dosiahli úsporu emisií skleníkových plynov v hodnote 63 527 000 kg CO₂.

Poplatok za uloženie odpadu na skládku je pre Trnavu na tento rok stanovený na sumu 18 eur za tonu. Jeho výška sa odvodzuje od množstva uskladneného odpadu za predchádzajúci rok. Čím viac odpadu mesto vytriedi, tým menej sa ukladá na skládku a tým nižší poplatok za skládkovanie samospráva platí.

Čisté životné prostredie bez odpadov, šetrenie prírodných zdrojov a znižovanie skládkovania sú súčasťou trvalej udržateľnosti, ktorú chce dosiahnuť aj Trnava prostredníctvom triedeného zberu.

Úplne ideálne je však odpad netvoriť, resp. minimalizovať ho alebo uvažovať o tom, či rovnako dobre neposlúži aj vec z druhej ruky. V mestskom re-use centre Back2Life je dostupných mnoho vecí, ktoré už niekto nepotreboval, ale stále môžu potešiť nových majiteľov a predĺžiť tak svoj životný cyklus.

info: Mesto Trnava

Inteligentné križovatky pomôžu doprave v meste

Jedenásť trnavských križovatiek prejde zmenou – bude na nich zavedený inteligentný systém riadenia dopravy pomocou moderných technológií. Hlavným cieľom je zlepšenie plynulosti cestnej premávky, vďaka čomu sa skvalitní prejazdnosť a zvýši sa bezpečnosť dopravy v meste. Sieť križovatiek, ktoré budú navzájom softvérovým prepojené, umožní sledovanie stavu dopravy a dopravných kolón, počítanie času dojazdu či sčítanie a klasifikáciu dopravného prúdu. Nadväznosť jednotlivých križovatiek zabezpečí tzv. zelenú vlnu, ktorá pomôže zvýšiť priepustnosť križovatiek.

Na chodcov a cyklistov čaká novinka v podobe bezdotykových senzorov.

Zmeny sa týkajú nasledovných lokalít: Dohnányho/Stromová, Nitrianska/Priemyselná, Hlboká/Starohájska, Hospodárska/Kollárová a priechod pre chodcov na Hospodárskej, Hospodárska/Študentská/Radlinského, Bučianska/Rybníková/Jerichova, Hospodárska/Šrobárova (Merkur), Hospodárska/Rybníková (Zelený kri-



zdroj Mesto Trnava

čok), T. Vansovej/Š. Moyzesa, Špačinská – priechod pre chodcov, Hlboká/Kollárová a Hlboká/Halenárska.

O postupnosti prác a obmedzeniach na jednotlivých križovatkách budeme verejnosť priebežne informovať.

info: Mesto Trnava

Potulky Malým Rímom a príbehy o meste

Pre všetkých, ktorí sa chcú dozvedieť viac o nevšedných miestach Trnavy, je určený cyklus komentovaných prehliadok s názvom Potulky Malým Rímom 2023. Od 2. júla do 27. augusta ich účastníci spoznajú mesto z iného uhla pohľadu.

Dozvedia sa o trnavskom rektorovi, po ktorom je pomenovaný asteroid, nazrú do priestorov knižnice, ktoré bežne nenavštevujú, budú mať výni-

močnú príležitosť vyjsť na vežu Bellušovho vodojemu či zadívať sa do historických okien a vitráží mesta.

Vstupenky na prehliadky sú v predaji v Turistickom informačnom centre – Región Trnava v mestskej veži. Vstupné pre dospelých je 2 eurá, deti do 18 rokov, študenti a držiteľia preukazu ŤZP zaplatia 1 euro. Detailný program prehliadok nájdú záujemcovia na webstránke mesta.

info: Mesto Trnava



zdroj Mesto Trnava

Trnava pre seniorov

Nezabúdame ani na starších spoluobčanov a aj tento rok prinášame aktuálne informácie o výhodách a službách, ktoré im samospráva poskytuje. Leták s názvom Trnava pre seniorov nájdete v denných centrách, na radnici (Hlavná 1) aj na mestskom úrade (Trhová 3), prípadne online na webstránke mesta trnava.sk.

Infoleták obsahuje podrobnosti o možnostiach trávenia voľného času v Trnave, o kultúrnych a športových aktivitách, sociálnych službách a v neposlednom rade o zľavách z miestnych daní a poplatkov či zľavnom vstupnom na podujatia, na mestské kúpaliská a plaváreň i na cestovné v mestskej autobusovej doprave.

Denné centrá (bývalé kluby dôchodcov) sa nachádzajú na Hlavnej 8, Hospodárskej 35, Ludvika van Beethovena 20, Vladimíra Clementisa 1, Limbovej 11, Ludovej 14 a na Dedinskej 9 v Modranke.

info: Mesto Trnava

Prenájom mestských nebytových priestorov

Spoločnosť STEFE Trnava, s. r. o. ponúka záujemcom nebytové priestory do priameho prenájmu. Podrobnosti

o jednotlivých priestoroch sú uvedené na webstránke stefetrnava.sk v sekcii Aktuality aj na webstránke Mesta

Trnavy trnava.sk v sekcii Úradné oznamy (časť Prenájmy).

info: Mesto Trnava

Slovenskí policajti v Chorvátsku

Prezídium Policajného zboru vyšle v letnej sezóne 2023 do Chorvátska postupne ôsmich policajtov. Pomáhať budú turistom od 1. júla do 31. augusta 2023.

Slovenskí policajti budú mať svoje uniformy a aj slovenské policajné vozidlá, takže ich turisti ľahko spoznajú. Spreádzzať ich bude súčasne vždy aj chorvátsky policajt.

Oblasť I.

Crikvenica, Novi Vinodolski, Opatica, Cres, Krk, Mali Lošinj, Rab, Baška, Malinska, Mošćenička Draga (Primorsko-goranské policajné riaditeľstvo, policajná stanica Crikvenica, Ul. Kralja Tomislava 85).

K dispozícii budú na telefónnom čísle: +421 908 723 525

Oblasť II.

Trogir, Split, Podgora, Tučepi, Brela, Makarska (Splitsko-dalmatínske policajné riaditeľstvo, policajná stanica Trogir, Ul. Put Muline 1).

K dispozícii budú na telefónnom čísle: +421 908 723 526

Pomohli v rozličných prípadoch

„Našich policajtov minulý rok oslovili najmä slovenskí, ale aj českí, poľskí a iní zahraniční turisti, a dokonca aj domáci turisti, ktorí sa na nich obrátili práve preto, že ich videli na označenom služobnom vozidle,“ informuje Ministerstvo vnútra

SR a dodáva, že slovenskí policajti poskytnú asistenciu predovšetkým v nasledujúcich prípadoch:

- dopravné nehody s účasťou slovenských turistov,
- nesprávne parkovanie a následné odťahnutie vozidla,
- strata a krádež cestovných dokladov, vodičských oprávnení a finančnej hotovosti,
- narušovanie verejného poriadku turistami, hlavne pod vplyvom alkoholu,
- asistencia pri riešení prípadov zadržania slovenských občanov pri spáchaní trestných činov alebo priestupkov,
- asistencia pri pátraní po stratených respektíve nezvestných osobách,
- asistencia v nemocnici pri ohrození života maloletým osobám a podobne.

Chorvátska polícia už v roku 2006 odštartovala projekt Bezpečná turistická sezóna. Cieľom je pomoc zahraničným turistom, prevencia pred páchaním priestupkov a trestných činov, bezpečnosť cestnej premávky, dohľad nad štátnou hranicou a bezpečnosť na mori. V projekte participujú policajti z 19 krajín. Slovenskí policajti pôsobia v projekte od roku 2008 nepretržite.



» ren

Zdroj: Facebook / Policia Slovenskej republiky

Nakúpte výhodne

na TonerPartner.sk

Využite kód:

OPLATISA

Pre získanie zľavy zadajte kód **OPLATISA** do poľa pre zľavový kupón v prvom kroku košíka. Zľavnená cena je po zrátaní zľavy zobrazenej v e-shope a zľavy 5% z tohto kupónu.

TonerPartner.sk



29,74 EUR 41,86^{EUR}

FZG 1009 Gril na drevené uhlie FIELDMANN

-29%

TonerPartner.sk



18,91 EUR 24,95^{EUR}

FZG 1003 Gril na uhlie + taška FIELDMANN

-24%

TonerPartner.sk



271,60 EUR 350,46^{EUR}

FZG 3010 Plynový gril 3+1 hor. FIELDMANN

-23%

33-0010



VAILLANT GROUP

Vyvíjame jedno z najúčinnějších tepelných čerpadiel na trhu. A zapíname svetlá iba v prípade potreby. Oboje sa počítá. Oboje sme my.

Hľadáme operátorov/-ky výroby - montážnych pracovníkov do VAILLANT GROUP Heat Pump Production, s.r.o. v Senici

- práca v najmodernejšom závode na výrobu tepelných čerpadiel v Senici
- hrubá mzda 1 100 € + príplatky
- informujte sa telefonicky na číslach: +421 905 904 995, +421 945 530 820
- mailom na: sona.valachovicova@vaillant-group.com alebo petra.bartalova@vaillant-group.com
- navštívte našu kariérnu stránku (QR kód)



PRACUJEME VO VAILLANT GROUP. STARÁME SA O LEPŠIU KLÍMU.

63-0077

Skladovanie a užívanie liekov v lete

Je dôležité vedieť, ako skladovať lieky pri stúpajúcich teplotách tak, aby nedošlo k ich znehodnoteniu alebo strate účinnosti. Rovnako je dobré mať znalosť o tom, ako ich v letných mesiacoch užívať tak, aby sme sa vyhli prípadným zdravotným rizikám. Radia odborníci zo Štátneho ústavu pre kontrolu liečiv (ŠÚKL).

Lieky sa vo všeobecnosti odporúča skladovať na suchom a tmavom mieste pri teplotách do 25 °C. „Poznáme však veľa výnimiek – lieky, ktoré potrebujú nízku regulovanú teplotu a musia sa skladovať v chladničke. Ide napríklad o inzulín, rôzne kvapky do nosa, oči alebo uší, sirupy, roztoky, masti, čapíky či emulzie a aerosóly,“ hovoria odborníci a pripomínajú: „Pri uskladnení lieku si vždy prečítajte informácie na obale a v takzvanom príbalovom letáku. Nájdete tam aj inštrukcie, pri akej teplote je potrebné liek skladovať. Nezabúdajte ani na kontrolu dátumu expirácie.“ Rovnako je dôležité, aby ste lieky nezabudli na priamom slnku – napríklad položené na stole alebo na kuchynskej linke, prípadne v aute. Bezprostredne po užití lieky treba odložiť naspäť na tmavé a suché miesto, pretože okrem vysokej teploty lieky znehodnocuje aj zvýšená vlhkosť. Ich skladovanie sa preto neodporúča v kúpeľni alebo v kuchyni, kde sa teplota aj vlhkosť často menia. Ideálnym miestom na skladovanie liekov je

podľa odporúčaní odborníkov napríklad spáľňa či obývačka.

Leto a užívanie liekov - Pri užívaní niektorých liekov je naša pokožka citlivejšia na slnečné svetlo a ultrafialové svetlo vrátane solárií, upozorňujú odborníci a prízvukujú tiež, že to môže viesť k nežiaducim účinkom ako sú vyrážky, začervenanie, opuchy či dokonca popáleniny. Medzi lieky, ktoré spôsobujú takúto citlivosť, patria napríklad niektoré antibiotiká, retinoidy, antidepresíva, antiepileptiká, onkologické lieky, lieky na tlak, cukrovku a vysoký cholesterol, protizápalové lieky vrátane tých voľnopredajných, masti a krémy, rastlinné prípravky s obsahom ľubovníka bodkovaného. „Informácie o tom, či váš liek spôsobuje zvýšenú citlivosť na slnko, si prečítate v písomnej informácii pre používateľa - príbalový leták, prípadne sa spýtajte vášho lekárnik,“ radia odborníci zo ŠÚKL. Zvýšená citlivosť pokožky na slnko môže podľa nich negatívne ovplyvniť aj dlhodobé kožné ochorenia ako napríklad atopickú dermatitídu, psoriázu alebo herpes, a dodávajú: „Pri užívaní takýchto liekov sa odporúča obmedziť pobyt na slnku v čo najväčšej možnej miere. Rovnako je dôležité používanie slnečnej ochrany počas celého dňa a to aj v prípade pobytu mimo priameho slnka.“

» ren

Čujte.sk

Na Liptove pribudol singltrail



www.cujte.sk



Kolagén, ktorý si podmaňuje zdravie aj krásu naraz!

V posledných rokoch sa o kolagéne hovorí stále častejšie. Celosvetové štúdie preukázali, že správne užívanie kolagénu pomáha pri súvislosti so starnutím a pohybovými problémami.

Kolagén je bielkovina, ktorú tvorí skladba 19 aminokyselín prospešných pre ľudský metabolizmus a jeho správne fungovanie. Tieto bielkoviny sú dôležitým stavebným prvkom.

Ľudské telo si už od útleho veku dokáže kolagén vytvárať samo a však pribúdaním veku je tvorba tejto bielkoviny v našom tele stále slabšia a slabšia. Bolo preukázané, že už pri dosiahnutí 18 roka života je vo väčšine prípadov tvorba vlastného kolagénu takmer nulová. Každý metabolizmus si dokáže robiť zásoby kolagénu, ktoré sa však vstrebávajú u každého jedince rôzne a podľa toho sa odvíja zásoba kolagénu a s tým spojené vyživovanie pohybového aparátu a pokožky. V dnešnej dobe existujú formy kolagénu, ktoré si vieme načerpať užívaním rôznych výživových doplnkov s obsahom kolagénu.

Rybí a hovädzí kolagén sú veľmi dôležitým stavebným prvkom v oblasti zdravej kĺbovej výživy, podpory správneho fungovania pohybového aparátu, zdravej pokožky, krásnych vlasov a silných nechťov.

Hovädzí kolagén tvorí 2 typy kolagénu a to I a II, tieto kolagény sú neoddeliteľnou súčasťou v raste, obnove a rekonvalescencii kostí, šliach, väzov a kože. Pri dennom

LETNÁ AKCIA

KOLAGÉN FORTE 2 v 1

31,12

38,90-EUR

HOVÄDZÍ KOLAGÉN FORTE

41,30

45,90-EUR

užívaní predpísaných dávok dostáva naše telo skrz hovädzí kolagén veľké množstvo aminokyselín potrebných na regeneráciu tkanív. Hovädzí kolagén je pomocníkom pri bolestiach kĺbov, po úrazoch, problémoch s pohybovým aparátom, bolestiach a pri reumatických ťažkostiach.

Rybí kolagén tvorí kolagén typu I, tento druh kolagénu obsahuje podobné množstvo aminokyselín ako hovädzí kolagén a však v menšom množstve. Zdrojom hydrolyzácie kolagénu z rýb sú šupiny a koža. Tento typ kolagénu je bohatý na aminokyselinu „hydroxyprolín“, ktorá je

základným prvkom pokožky, ciev a tkanív. Rybí kolagén má blahodárne účinky v boji proti vráskam, zvyšuje pružnosť a elasticitu pokožky a podporuje antioxidantáciu organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známok starnutia.

Medika Expert priniesla na trh formu kolagénu, v ktorých sú obsiahnuté zložky v navýšených denných dávkach. Denná dávka kolagénu forte 2 v 1 obsahuje až 6 800 mg kolagénu s pridaným vitamínom C. Denná dávka hovädzieho kolagénu forte obsahuje až 8 000 mg kolagénu s pridaným MSM Opti+.

text: Medika Expert

MEDIKA
EXPERT

1+1 KUS
ZADARMO



Môžete teraz objednať na:

www.medikaexpert.sk

alebo na tel.: 0904 552 345

(dostupné od Pon. - Pia.)

Alebo kúpiť aj v predajni:



SLNIEČKO ZDRAVÁ VÝŽIVA
Coborho 1, Nitra - OC Polygon

**INSTALL
MONT**,s.r.o.



voda



kúrenie



plyn

Riešime veci komplexne

- Rekonštrukcia rozvodov v bytových domoch
- Hydraulické vyregulovanie TUV a UK
- Plynofikácia
- Rekonštrukcia „AZC“ kanalizácie
- Montáž a demontáž vodomero
- Čistenie a monitoring kanalizácie

**REHAU
QUALITY**



ŠPECIALIZOVANÝ
PARTNER



0903 117 530



install-mont.sk

VEĽKÝ VÝPREDAJ V OBI

**Všetko
musí íst von**

**ZĽAVY
NA ZÁHRADNÝ NÁBYTOK AŽ DO 50 %
A NA BAZÉNY AŽ DO 30 %**

**DOKÁŽETE
ČOKOL'VEK**

OBI®

Platí od 30. 6. do 27. 7. 2023 alebo do vypredania zásob.