

NOVOZÁMOCKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 35 050 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Schladíme sa trošku

Letné horúčavy udreli v plnej sile, a tak, prirodzene, hľadáme spôsoby, ako sa trošku schladíť či osviežiť. Možností je viacero a jednou z nich môže byť napríklad návšteva niektorých z našich slovenských jaskýň. Nielenže tam nájdeme skvelé útočisko počas horúcich dní, ale budeme mať tiež možnosť obdivovať krásne prírodné úkazy.

Všetky sprístupnené slovenské jaskyne patria medzi skutočné klenoty našej vlasti a viaceré z nich sú známe v celej Európe a dokonca i vo svete. Nechajte sa aj vy zlákať na zaujímavé cesty za ich poznávaním. Vydať sa môžete do Belianskej jaskyne, Brestovskej jaskyne, Bystrianskej jaskyne, Demänovskej jaskyne slobody, Demänovskej ľadovej jaskyne, Dobšinskej ľadovej jaskyne, Domice, jaskyne Driny, Gombaseckej jaskyne, Harmaneckej jaskyne, Jasovskej jaskyne, Ochtinskej aragonitovej jaskyne a Važeckej jaskyne. Uvedené jaskyne sú vyhlásené za národné prírodné pamiatky a Ochtinská aragonitová jaskyňa, Domica, Gombasecká jaskyňa, Jasovská jaskyňa a Dobšinská ľadová jaskyňa sú zaradené dokonca aj do svetového prírodného dedičstva. Okrem týchto trinástich oficiálne sprístupnených jaskýň je však možné navštíviť napríklad aj Krásnohorskú jaskyňu, Jaskyňu mŕtvych netopierov, jaskyňu Zlá diera a mnoho ďalších.

Ak sa vyberiete do Krásnohorskej jaskyne nachádzajúcej sa v severnej časti Silickej planiny v Slovenskom krase, obdivovať tam môžete najväčší stalagmit vysoký 32,6 metra. Jaskyňa Domica zasa patrí medzi najvýznamnejšie lokality výskytu sintrových štítov a bubnov na svete. Gombasecká jaskyňa je výnimočná výskytom tenkých a krehkých trubicovitých sintrových brčiek a najväčšie náteky bieleho mäkkého sintra sú v Harmaneckej jaskyni. Najväčší objem ľadu je v Dobšinskej ľadovej jaskyni, ktorá patrí medzi najvýznamnejšie ľadové jaskyne na svete. Medzi významné ľadové jaskyne patrí tiež Demänovská ľadová jaskyňa. Medzi jaskyňami s aragonitovou výplňou je najvýznamnejšia kryptokrasová Ochtinská aragonitová jaskyňa na Hrádku v Revúckej vrchovine, ktorá sa bohatosťou a rôznorodosťou foriem aragonitovej výplne radí medzi najhodnotnejšie aragonitové jaskyne na svete.

V našich jaskyniach môžeme obdivovať veľa nevedených prírodných krás a v lete je na to ten správny čas.



» Renáta Kopáčová, redaktorka

tesárstvo - klmpiarstvo - pokrývačstvo
TOVAR, SERVIS - DODÁME DO 2 HODÍN

Okoč
 ceny DOHODOU

TERRAN, BRAMAC, Tondach, BLACHOTRAPEZ
 Rezivo, OSB dosky, škridla, odkvap, strešné okná

PLECHY a škridle ihneď zo skladu.
 Strechy na kľúč a rekonštrukcie striech.
 Neváhajte zavolať!

ARRI s.r.o., Budovateľská 20, Okoč, tel.: 0905 746 124, www.strecha.ws

STAVEBNÉ A MURÁRSKE PRÁCE
ZATEPLENIE BUDOV
REKONŠTRUKCIE BYTOV
BYTOVÉ JADRÁ
MUROVANÉ PLOTY
ZÁMKOVÁ DLAŽBA
DLAŽBY | OBKLADY
KÚPELNE NA KĽÚČ
OMIETKY | STIERKY
BÚRACIE PRÁCE

dodanie materiálu - záruka na prácu
 0907 369 497 - CENY DOHODOU

NOVAPLAST
PLASTOVÉ, HLINÍKOVÉ OKNÁ A DVERE

- 5-6 komorový profil
- 2-3 sklo až U=0,5
- výmena a murárske práce
- sieťky, parapety, žalúzie, rolety
- stavebné úpravy
- maľovanie priestorov
- odvoz starých okien ZADARMO

ZĽAVA -50%
 na okná a dvere

Forgáchova bašta 4, 940 01 Nové Zámky
 +421 905 738 415 / +421 903 039 191
 www.novaplast.biz info@novaplast.biz

KANÁL SERVIS
 RÝCHLO | ČISTO | SPOLAHLIVO | NONSTOP

KRTKOVANIE
ČISTENIE KANALIZÁCIÍ
BEZVÝKOPOVÉ OPRAVY
MONITORING KAMEROU

rýchly zásah
 za najlepšie ceny
DOPRAVA ZDARMA

0907 652 710
 www.kanalservis.sk

Predaj mladých nosníc

7-týždňové vysokonázkové mládky plemeno DOMINANT

5 € / ks

OBJEDNÁVKY UŽ PRIJÍMAME
 Dovož priamo na adresu
OD MARCA DO NOVEMBRA

Farma Frajkovci: 160 Veľčice
 frajka.team1@gmail.com • www.farmafrajkovci.sk

0905 355 145
0918 812 466

Vlhne murivo? VYRIEŠIME!!!
 podrezávanie muriva, injektáž proti vlhkosti
 0902 897 906, podrezavanie1web@gmail.com

KAMENÁRSTVO
 MONUMENT - PALÁRIKOVO

- ponúka náhrobné kamene z rôznych materiálov
- zlátenie, dosekávajúce písma a ďalšie kamenárske práce
- poradenstvo ZADARMO

Bezkonkurenčné ceny náhrobných kameňov

INFO: **0905 328 814**

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%
- chemická injektáž

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

ROLETY - ŽALÚZIE - SIEŤKY
PLASTOVÉ OKNÁ a DVERE

HELUX - Peter Helmeš
 Ďalej ponúkame:

OPRAVY a SERVIS

- okien a dverí
- roliet a žalúzií
- vymieňame kovania
- vymieňame tesnenia

Predaj Montáž Servis Opravy

tel.: 035 6420 166, mobil: 0918 109 149
 e-mail: helux@helux.sk, www.helux.sk

DOVOZ NA ADRESU

mládky, brojlerové kuriatka, morky

www.hydinashop.sk
0944 842 953

KÚPIM BYT, DOM

Po dohode môžete ostať v podnájme

0907 833 771

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	ZM	

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

0915 261 120

NOVOZÁMOCKO

Redakcia:

novozamocko@regionpress.sk

REGIONPRESS

Vydavateľ:

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

INZERCIA

Veronika Baumajsterová 0910 851 307
baumajsterova@regionpress.sk
Alena Valašková 0910 455 919
valasekova@regionpress.sk
Daniela Rezáková 0910 569 093
rezakova@regionpress.sk

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



Vychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (35.050 domácností)

pámy týždeň:

Nové Zámky, Bánov, Komjatice,
Možeso, Palárikovo, Šurany, Tvrdo-
šovce, Úľany nad Žitavou, Dvory
nad Žitavou, Kmetovo, Maňa, Veľký
Kýr

+ nepámy týždeň:

Nové Zámky, Andovce, Bánov, Kom-
jatice, Palárikovo, Šurany, Tvrdo-
šovce, Dvory nad Žitavou, Bešeňov,
Komoča, Semerovo, Veľké Lovce,
Veľký Kýr



Vydavateľ nezodpovedá za obsah a
pravosť inzerátov. Neprešlo jazy-
kovú úpravu.

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípa-
de, 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	Galancko+Šaliansko
HC	30330	Hlohovecko+Sereďsko
KM	16450	Komárňansko
LV	30580	Levicko
MA	29680	Malacko
NR	54170	Nitriansko
NZ	35050	Novozámocko
PK	22970	Pezínsko
PN	41870	Piešťansko+NM+MY
SC	35420	Senecsko
SE	36750	Senicko+Skalicko
TO	41930	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59870	Trenčiansko+DCA+HL
TT	49930	Trnavsko
ZM	20930	Zlatomoravsko

Stredné Slovensko

BB	56200	Banskobystricko+BR
KY	29300	Kysucko=CA+KM
LI	37270	Liptovsko=LM+RK
LC	30860	Lučenecko+VK+PT
MT	38570	Martinskovo+TR
OR	34980	Oravsko=DK+NO+TS
PB	33590	Považsko=PB+PU
PD	40150	Prievidsko
ZV	38400	Zvolensko+DT+KA
ZH	26880	Žiarisko+ZC+BS
ZA	50780	Žilinskovo+BY

Východné Slovensko

BJ	37210	Bardajovsko+SK+SP
GE	30830	Gemersko=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+KK
PD	49940	Prešovsko+SB
SN	32540	Špišsko+LE+GL

Pomôžme
voľne žijúcim zvieratám

V horúcich letných dňoch by sme nemali zabúdať ani na voľne žijúce zvieratá, pretože najmä v mestách majú veľký problém dostať sa k vode.

Ježkom, veveričkám alebo vtákom, ktoré sa pohybujú na zemi, môžeme pomôcť plytkou miskou vody. „Vložte však do nej pár kamienkov, aby z nej mohol vyliezť hmyz, ktorý sa potrebuje takisto napiť,“ radia odborníci. Pre iné druhy vtákov môžeme zavesiť na konár napájačku alebo hlbšiu misku s kamienkami. „Vodu sa vždy snažte umiestniť do tieňa a nezabudnite ju pravidelne vymieňať, aby sa nestala zdrojom chorôb,“ upozorňujú odborníci a dodávajú: „Dôležité je spomenúť aj to, aby si ľudia zabezpečili vodné plochy, ktoré majú na záhradách. Práve kvôli nedostatku zdrojov vody sa zvieratá snažia napiť aj z bazénov, sudov alebo krhli. Všetky tieto miesta sa pre ne môžu stať pascou, z ktorej sa nevedia dostať von. V obchodoch sa dajú už kúpiť špeciálne plaváky, na ktoré vedia žaby, vtáky, ale aj hmyz vyliezť, ale úplne postačí aj doska ponorená do vody.“

Kedy kontaktovať odborníkov?

V mestách sa môžeme počas horúcich dní stretnúť s mláďatami dažďovníkov, ktoré majú hniezda v dutinách najmä na panelákových. Ak sa priestor s hniezdom príliš rozhorúči, mláďatá vyskakujú z

hniezd ešte pred tým, než vedú lietať a sú schopné samostatného života. Narozdiel od iných vtákov ich rodičia mimo hniezdo už nenájdu a nebudú sa o ne starať. V takýchto prípadoch je potrebné kontaktovať Štátnu ochranu prírody alebo záchrannú stanicu a poradiť sa o ďalšom postupe. „U voľne žijúcich zvierat nie je vždy jednoznačné, čo je príčina ich zhoršeného stavu, platí to hlavne v pri takýchto prípadoch, kedy sa do záchranných staníc dostanú dehydrované, zoslabnuté jedince bez evidentných zranení. Dôležité ale je povedať, že vtáky by sa nemali nikdy napájať nasilu, majú dýchací otvor v zobáku na jazyku a neodbornou manipuláciou sa dajú veľmi ľahko zadusiť,“ odporúča Adriana Hološková zo Záchranných staníc pre voľne žijúce živočíchy Brezová pod Bradlom a dodáva, že o radu treba vždy požiadať Štátnu ochranu prírody alebo záchrannú stanicu.

Zdroj informácií: Zvierací ombudsman



» ren

zdroj foto hapr80 pixabay

Odvážna Slovenka
smeruje do vôd La Manche

Diaľková plavkyňa Soňa Rebrová sa koncom júla pokúsí pokoriť legendárny kanál La Manche. Doteraz sa to samostatne podarilo len jednej Slovenke v roku 2017. Odvážna žena strávi v studenej vode približne 16 hodín, aby preplávala okolo 40 kilometrov.

Plavkyňa sa do boja púšťa v spolupráci s WWF Slovensko (Svetový fond na ochranu prírody) a s cieľom vrátiť život do slovenských riek. Motivovala ju najmä environmentálna katastrofa v Želiezovciach a stovky posekaných rýb pod tunajšou malou vodnou elektrárnou. „Budem plávať za prírodu, lebo to potrebujeme! Tak, ako ja mám možnosť slobodne preplávať priehradami, riekami či dokonca svetoznámych kanálov La Manche, tak by mali mať aj ryby na Slovensku absolútnu voľnosť pri svojom putovaní,“ hovorí so zanietením Soňa Rebrová, ktorá sa prieliv medzi britskými ostrovmi a európskym kontinentom chystá pokoriť posledný júlový týždeň. Svoj veľký deň sa rozhodla pripojiť so zápasom WWF za slobodu riek, odstraňovanie škodlivých bariér a zabezpečenie kvalitnejšieho života pre naše vodné živočíchy, vrátane mnohých ohrozených druhov rýb.

Pomôcť môže každý

Soňa zasiahol príbeh zo Želiezoviec na Hrone. V roku 2017 tu došlo k environmentálnej škode veľkého rozsahu, keď pod ma-

lou vodnou elektrárnou (MVE) našli svoju smrť stovky rozsekaných rýb. Tie počas svojej migrácie z Dunaja hore Hronom pravdepodobne vošli namiesto rybovodu do turbíny. Od nešťastia v Želiezovciach uplynulo už 6 rokov, no napriek vytrvalým snahám odborných inštitúcií k náprave environmentálnej skazy zatiaľ nedošlo. „Je hrozné, čo musí taká ryba prekonať pri svojom prirodzenom putovaní riekami. Nemalo by to tak byť, preto som sa rozhodla upozorniť na problém s život berúcimi bariérami priamo v La Manche. Kto by rád videl slobodne plávať nielen mňa, ale aj ryby v našich riekach, môže dobrovoľnou čiastkou prispieť na zbierku, ktorú organizuje WWF Slovensko,“ vyzýva plavkyňa.

Vizitka - Soňa Rebrová sa amatérsky venuje diaľkovému plávaniu iba päť rokov, no za sebou má už niekoľko rekordov. Kanál La Manche v 2020 pokorila spolu s ďalšími piatimi Slovenkami v rámci historicky prvej ženskej štafety.



» ren

zdroj foto WWF Slovensko

REGIONPRESS

KONTAKTY:

Veronika Baumajsterová
baumajsterova@regionpress.sk
0910 851 307

Alena Valašková
valasekova@regionpress.sk
0910 455 919

Daniela Rezáková
rezakova@regionpress.sk
0910 569 093

www.regionpress.sk

Nakúpte
výhodne
vo vybraných
E-shopoch

decorem.sk

85,50
EUR
95-EUR

HERNÁ STOLIČKA SOFO
MASTER ČIERNO-MODRA

-10%

decorem.sk

11,70
EUR
13-EUR

KOBEREC CHEAP D317A
TMAVO SIVÝ 80 X 150 CM

-10%

Využite kód:
OPLATISA10

Pre získanie zľavy zadajte kód
OPLATISA10 do poľa pre zľavový
kupón v nákupnom košíku e-shopu.

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Občianska
riadková
inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

03 BYTY / predaj

04 BYTY / prenájom

05 DOMY / predaj

06 POZEMKY / predaj

07 REALITY / iné

08 STAVBA

» Kúpim haki lešenie .tel.
0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

» Predám pšenicu a jačmen
1q 20 E Možeso 0910 176
040

11 HOBBY A ŠPORT

» ODKÚPIM STARÉ MINCE A
BANKOVKY 0903 868 361
» ZO STARÝCH DOMOV KÚ-
PIM STAROŽITNOSTI, ĽUDOVÉ
KROJE A STARÉ VECI 0918
439 124

12 DEŤOM

» Kúpim literatúru k starým
motocyklom. Návod, ka-
talógy, plagáty atď. 0950
413 276

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

» SYMPATICKÁ 56 R HĽADÁ
PRIATEĽA NA ZOZNÁMENIE
0907 277 466

SPOMIENKY

BLAHOŽELANIA

Chcete si
podat
inzerát?

Pošlite SMS na číslo

8866 v tvare:

RP medzera NZ medzera
Číslo rubriky medzera Text
inzerátu

Príklad:

RP NZ 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 nefungu-
je u operátora 02 a 4ka.

SBS GUARDING s. r. o.
prijme strážnikov na obchodnú prevádzku
v Nových Zámkoch (Lidl) - na dohodu
Mzda: 5,20€/h. brutto
Nástup ihneď. POS NUTNÝ / OSV o kurze
0948 022 519 • milan.bozik@guarding.sk
volať v pracovné dni od 8:00h do 16:00h

SBS GUARDING s. r. o.
prijme strážnikov na obchodnú prevádzku
v Šuranoch (Lidl)
Mzda: 5,20€/h. brutto
Nástup ihneď. POS NUTNÝ
0948 022 519 • milan.bozik@guarding.sk
volať v pracovné dni od 8:00h do 16:00h

	5	8		7					
S									
U			2		6	1			
D	9		1		3		6		
O		7	6			3			
K					6	2	5		8
U					1		6	3	
	8			9	3			7	

	4			1		5	7	6	3
S									
U					7		8	1	
D	3		7	4		2			8
O					8		6		
K				7				2	
U		5	4						1
	7			3		4			6

24. júla 1847
po 17 mesiacoch cesty dorazila skupina 148 mormónov do údolia
Vel'kého sol'ného jazera a založili tam Salt Lake City

Výročia a udalosti

25. júla 1897
spisovateľ Jack London odplával na Klondike, aby sa pripojil k Zlatej horúčke; tu napísal svoje prvé úspešné príbehy

Výročia a udalosti

OBNOVA PLECHOVEJ A ETERNITOVEJ STRECHY

BITUFLEX s.r.o.

- odstránenie nečistôt
- vynikajúca nepriepustnosť vody
- vzhľad škridle
- vysoká životnosť
- záruka 25 rokov a dlhoročné skúsenosti

- zameranie zdarma
- bez zálohy
- prvotriedny materiál zn. Index mineral design

**ZĽAVA pre seniorov**

**Oprava komínu GRÁTIS**

0950 266 604

**www.bituflex.sk**



Bituflexroznava@gmail.com

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 81G-6
BROJLEROVÉ KAČICE NA VÝKRM
MULARD KAČICE A KÁČERE NA VÝKRM
PREDAJ RASTOVEJ A ZNÁSKOVEJ KŔMNEJ ZMESI

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

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA

ROZVOJ ZABEZPEČÍME

**AKTUÁLNE DO VYPREDANIA ZÁSOB**



AKCIA LETÁ

KOMPLETNÉ DIOPTRICKÉ OKULIARE

LEN 85€





KORZO M.R. ŠTEFÁNIKA 9, NOVÉ ZÁMKY

OPTIKADROPTIK DR.OPTIK_SK 0947 955 044 WWW.DROPTIC.SK

Akcia platí na vybrané rámy a okuliarové sklá do 31. 8. 2023.

Vydaajte sa po stopách zaplavených obcí

Na Liptove otvorili novú tematickú cyklotrasu. Trasa s názvom Po stopách zaplavených obcí, ponúka cyklistom športový zážitok obohatený o poznanie histórie Liptovskej Mary, najväčšej dominanty regiónu. Desať tabúl novej trasy ukazuje mnohé fakty a zaujímavosti o druhej najväčšej priehrade na Slovensku aj niektoré z tajomstiev tejto časti Liptova. Cyklistov zaujme aj atraktívna vyhládka a oddychové miesto.

Liptákom sa podarilo spojiť športový zážitok s poznaním histórie. Nová cyklotrasa odhaľuje tajomstvá trinástich zatopených obcí Liptova. Pohľad na Kostol Panny Márie na okraji priehrady Liptovská Mara a na pozadí hory, to je ikonický záber na Liptov. Vďaka novej tematickej cyklotrase jej návštevníci pochopia čo všetko predchádzalo tomu čo vidia teraz. „Priehrada Liptovská Mara v minulom storočí definitívne zmenila tvár nášho regiónu, kontinuálne osídleného už od doby kamennej. Prostredníctvom novej tematickej cyklotrasy „Po stopách zaplavených obcí“ odhaľujeme našim návštevníkom mnohé zaujímavosti. Vďaka drevenej vyhládke Kyselovec, ktorú sme vybudovali v kopci nad Liptovskom Marou, ponúkame cyklistom aj miesto na oddych a dychberiacu vyhládku,“ hovorí predseda predstavenstva Oblastnej organizácie cestovného ruchu REGION

LIPTOV Ján Blcháč. Na Liptove majú v rovnakom dizajne viac ako 100 drevených prvkov – prístrešky, posedenia, mapy, informačné tabule, cyklostojany.

Na trase je desať informačných tabúl
Nová trasa má dĺžku približne 14 kilometrov. „Kvôli niekoľkým stúpaniam ju odporúčame pre zdatnejších cyklistov alebo cyklistov na elektrobicykloch. Na trase sme osadili desať informačných tabúl s údajmi o vodnom diele aj histórii územia. Jej súčasťou je aj komplexná obnova okolia Marského kostolíka, v rámci ktorej sme upravili verejný priestor, vymenili informačnú tabuľu, doplnili dva stojany na bicykle, infopult s informáciami o pamiatke, osadili štyri nové drevené lavičky ako aj prvky zamedzujúce prístupu vozidiel do veľmi tesnej blízkosti tejto národnej kultúrnej pamiatky,“ prezradil cyklokoordinátor Oblastnej organizácie cestovného ruchu REGION LIPTOV Andrej Medla.

Zmenila život celého Liptova
Priehrada v mnohom ovplyvnila život na Liptove. Vyriešila problémy s pravidelnými povodňami, ale od stavebnej uzávery v roku 1950 do spustenia v roku 1976, aj od koreňov zmenila život celého Liptova, najmä však životy ľudí zo zatopených obcí a aj ich potomkov. „Pod hladinou skončilo až 13 liptovských obcí, z nich len jednu, Liptovskú Sielnicu, sa podarilo nanovo vybudovať.



Nová Liptovská Sielnica bola slávnostne otvorená v auguste 1977, pri príležitosti 30. výročia Slovenského národného povstania,“ doplnila riaditeľka Oblastnej organizácie cestovného ruchu REGION LIPTOV Darina Bartková. Medzi zaplavené obce patrili Čemice, Ráztoky, Parižovce, obec ktorej gotický kaštieľ zo 14. storočia bol vzácnou stavbou danej doby a jeho kópia je umiestnená v Múzeu liptovskej dediny v Pribyline, už spomenutá Liptovská Sielnica, tiež obec Zadiel, Nežítovce, Sestrč, Liptovská Mara, ktorá dala meno priehrade a do 16. storočia plnila úlohu svetského aj cirkevného centra Liptova. Časť kostola zostala na okraji priehrady a kópia kostola možno navštíviť v Múzeu liptovskej dediny v Pribyline. Pre zaujímavosť v Liptovskej Mare, upálením na hranici vedľa kostola, zavŕšili osud azda najznámejšieho stredovekého falšovateľa kráľovských donačných listín Jána Literáta z Madočian. Súdny proces s ním zamestnával všetky stupne vtedajšej súdnej moci. Svätomarci tiež pat-

rilu k vyhľadávaniu pltníkom. Splavovali tovar až do Dunaja. Ďalšia z obcí bola Paludza, rodisko iniciátora a spoluzakladateľa slovenského obrodeneckého divadla v Liptovskom Mikuláši Gašpara Fejérpataky – Belopotockého či herca Adama Matejku, ktorý si zahral aj vo filmoch napríklad Obchod na korze, Nevera po slovensky, Sváko Ragan prípadne Pacho, hybský zbojník. K zaplaveným obciam patrila aj obec Dechtáre, Vrbie a Demčiny, ale aj obec Sokolce. Tá mala bohatú a úspešnú športovú minulosť. Bola rodiskom Stanislava Guotha, ktorý bol pod menom Stan Mikita svetoznámy kanadský hokejista aj členom Siene slávy NHL a tiež Jána Staršieho – úspešného československého reprezentanta v ľadovom hokeji a následne aj trénera československej hokejovej reprezentácie.

Informácie a foto poskytla Oblastná organizácia cestovného ruchu REGION LIPTOV.

» **ren**
Tematická cyklotrasa Po stopách zaplavených obcí.

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 vstrebaávajú 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 hydrolizácie 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 antioxidanty organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známk starnutia.

Medika Expert priniesla na trh formu kolagénov, 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

1+1 KUS ZADARMO

Zinok 15mg + Vitamín C

16,60

EUR

Vitamín D3

16,60

EUR

Glutathion - antioxidant

23,10

EUR

B-komplex forte

19,60

EUR

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



PRÍLEŽITOSŤ PRE ŠIKOVNÝCH NOVÝCH KOLEGOV!



PRIPOJ SA K SPOLOČNOSTI S DLHOROČNOU TRADÍCIOU, K SILNÉMU HRÁČOVI NA TRHU.

Pridaj sa k nášmu skúsenému tímu!

AKTUÁLNE OBSADZUJEME PRE NAŠU

NAJVÄČŠIU SPRACOVATEĽSKÚ PREVÁDZKU V REGIÓNE **ŠURANY** TIETO POZÍCIE:

- **STROJNÍK** práca na dve zmeny
 - **MANIPULANT**
 - **VYKUPOVAČ**
- ## DRUHOTNÝCH SUROVÍN

NEVIEŠ, ALE CHCEŠ? NAUČÍME ŤA!
Ponúkame možnosť zvyšovania odbornej kvalifikácie a získania preukazov na obsluhu VZV, HR, KN, vybraných stavebných strojov prípadne rozšírenia vodičského oprávnenia.

MZDA AŽ DO 1 600 € PODĽA POZÍCIE A SKÚSENOSTÍ.

0918 371 130, kariera@zsza.sk

www.zsza.sk

LIDL. STABILNÁ PRÁCA, KTORÁ ŤA POSÚVA VPRED.

Spoľahni sa na stabilného zamestnávateľa, ktorý je pevnou súčasťou života ľudí na Slovensku.



Správna voľba



**EQUAL-SALARY
CERTIFIED**

najzamestnávateľ' 2022
1. miesto **Obchod a služby**



www.lidl.sk – sekcia: kariéra

Karin, 2010
práca popri štúdiu

Karin, dnes
manažérka predajne



Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



GS
EURO THERM
MONT

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%**

Kúpim parožie

Zhody, trofeje i celé
poľovnícke zbierky.

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

Výkup mincí
do roku 1945

Celá SR

0904 474 597
vykupparozi.eu@gmail.com

**EKOLOGICKÉ
ČISTENIE
FASÁD**

Patentovaná
kontaktná
technológia

BEZPLATNÁ
UKÁŽKA
A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

Bez vysokotlakových
čističov

**ZĽAVA
50%**
rodinné
domy

f BombaFasada
www.BombaFasada.sk
0905 148 393

Oplatí sa.sk

ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE!



Komíny s najlepším pomerom ceny a kvality na trhu

ceny s DPH	Komíny "TUMA THERM +" šamot duplovaný plášť - tuhé palivá										Komíny TUMA FOLK šamot nailacnejší! Tuhé palivá										TECNOVIS nerez	
	plyn	najlepší pomer ceny a kvality!									pre dvojkomíny platí suma za 2 jednokomíny									závesný - 12,32 mm		
výš.	140/90xL	160/90xL	180/90xL	180/90xL	180/90xL	180/90xL	200/90xL	200/90xL	200/90xL	200/90xL	160/90xL	150/90xL	180/90xL	180/90xL	200/90xL	200/90xL	200/90xL	200/90xL				
5m	537	491	500	555	564	560	570	445	453	454	463	459	469	445	453	454	463					
6m	590	541	549	617	626	621	631	493	502	502	512	508	518	493	502	502	512					
7m	632	590	599	678	687	683	693	541	550	551	560	557	567	541	550	551	560					
8m	685	640	649	740	749	744	754	586	594	596	605	603	613	586	594	596	605					

DOVOZ do 5 prac.dní

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

www.krby-tuma.sk
tel. 0905 394 055
Bánovce n. Bebravou - showroom
najväčšie krbové štúdio v SR
prev.: Pezinok - 0917 861 305
prev.: Košice - 0915 147 170
prev.: Nitra - 0908 136 854
prev.: Bans.Bystrica - 0915 905 112

Exotická záhrada Bánovce n. Bebr.
www.palmy-cykasy.sk
predaj:
- palmy
- olivovníky
- citrusy
- yuccy
- cykasy
- banánovníky
K bazénom, pre firmy, na terasy, zimné záhrady

**STREŠNÉ CENTRUM
TOMÁŠ MOLNÁR**
www.strechymolnar.sk

strechymolnar@zoznam.sk
0918 361 701, 0907 752 282

LIKVIDÁCIA AZBESTU
zo striech
a exteriérových priestorov
ZA VÝHODNÉ CENY!

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

ENVIRO THERM
PROFESIONALITA & KVALITA

www.envirotherm.sk
kontakt@envirotherm.sk

infolinka: 0800 909 909
0951 909 909

EURÓPSKA ÚNIA
Európsky fond regionálneho rozvoja

Zelená domácnostiam

***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

**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 €**

zvyšok životnosti elektrárne máte vami vyrobenú elektrinu úplne zdarma