



ORAVSKO

DOLNOKUBÍNSKO-NÁMESTOVSKO-TVRDOŠÍNSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 34 980 domácností

FOTOVOLTAICKÉ INŠTALÁCIE

32 ROKOV SKÚSENOSTÍ



VEĽKOOBCHOD S FOTOVOLTAIKOU
ZĽAVY PRE INŠTALÉTOROV

KONŠTRUKCIE, MENIČE, BATÉRIE,
SOLÁRNE KÁBLE

410W / 460W / 545W



UL. SOBIESKIEGO 5, JABĽONKA 34-480
+48 605 284 317
biuro@elmax.net

STROJOVÉ POTERY A OMIETKY
ZATEPLOVANIE
RD FASÁD
MONTÁŽ
SADROKARTÓNU

0904 845 444



UHLIE

HNEDE UHLIE • ČIERNE UHLIE • BRIKETY
KOKS • PIESOK, ŠTRKY • EKOHRÁŠOK
PEPO A KOMINÍČEK
NAD 2 TONY ZDARMA!

NAJNIŽŠIE
CENY
V ROKU

ANNA KOLEŠTÍKOVÁ - UKO, TVRDOŠÍN
tel.: 043/532 20 77, 043/532 24 11
T: 0903 527 356, 0903 527 355, 0918 521 102
www.uko.sk E-mail: uko.orava@gmail.com



VOĽNÉ PRACOVNÉ MIESTA:

Projektový manažér

Nástupný plat 1200-1600 €
v závislosti od skúseností
- flexibilný pracovný čas

Majster výroby

Priemerná mzda 1350 €
Práca na 12 hodinové zmeny
- veľa osobného voľna

Inšpektor kvality

Priemerná mzda 1000 €
Práca na 12 hodinové zmeny
- veľa osobného voľna

Operátor výroby

Priemerná mzda 950 €
Práca na 12hod zmeny
- veľa osobného voľna

Kontakt:
+421 905 529 661



HDF, s.r.o., prevádzka Nižná

Ďalšie podrobnosti ohľadom mzdy, odmien a ostatných
benefitov budú upresnené na osobnom pohovore.
e-mail: m.franeckova@hdf-sk.sk, www.hdf.sk

VÝKUPŇA NA KOLESÁCH

PRÍDEME PRIAMO K VÁM

VÝKUP
KOVŮ

0949 444 151

ŽELEZNÝ ŠROT HRUBÝ - 180 €/t
PLECH - 140 €/t

doprava v rámci Oravy zdarma • ceny platné do 29.7.2023

- PRESNÉ VÁŽENIE NA NÁPRAVOVÝCH CERTIFIKOVANÝCH VÁHACH.
- PRI NÁKLADKE K DISPOZÍCII HYDRAULICKÁ RUKA.
- VYPLÁCANIE ŠROTU V HOTOVOSTI.
- PRÍDEME AJ PO MENŠIE MNOŽSTVÁ.

presné váženie



PALIVOVÉ DREVO

SMREK
59€
prms
sypané



BUK
84€
prms
sypané

33cm, 50cm štiepané klátiky a 25cm za príplatok

Celoročný predaj aj sušeného dreva za príplatok.
0909 172 597 alebo 0909 216 888

Objednajte už aj na
www.drevotvrdošin.sk

ORAVSKO
DOLNOKUBÍNSKO-NÁMESTOVSKO-TVRDOŠÍN

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

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

INZERCIA
Marta Kontrová 0907 727 203
Slávka Sigetová 0908 792 859

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



DISTRIBÚCIA (34.980 domácností)

Každý týždeň:
Dolný Kubín (+ prímestské časti),
Tvrdošín, Námestovo, Nižná, Trste-
ná, Zábjedovo, Brezovica, Čimhová,
Liesek, Štefanov, Vavrečka, Ťapešovo,
Lokca, Vasilov, Babin, Hruštín, Pod-
biel, Krivá, Dlhá nad Oravou, Chlební-
ce, Sedliacka Dubová, Homá Lehota,
Oravský Podzámok, Medzibrodie
nad Oravou, Bziny, Veličná, Revišné,
Oravská Poruba, Párnica, Istebné,
Žaškov, Vyšný Kubín, Jasenová, Ze-
mianska Dedaňa
+ v párom týždni navyše:
Oravský Biely Potok, Habovka, Klín,
Bobrov, Zubrohľava, Rabča, Rabčice,
Sihelné, Oravská Polhora, Pribiň, Leš-
tín, Osádka, Malatiná
+ v nepárom týždni navyše:
Oravská Jasenica, Oravské Veselé,
Mútne, Beňadovo, Breza, Krušetnica,
Lomná, Zákamenné, Novot', Oravská
Lesná, Vitanová, Hladovka, Suchá
Hora, Žázrivá, Kralovany

Vydavateľ nezodpovedá za obsah a
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazy-
kovou úpravou.

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	Galantašiansko
HC	30330	Hlohovecko+Sereďsko
KM	16450	Komárňansko
LV	30580	Levicko
MA	29680	Malacko
NR	54170	Nitriansko
NK	35050	Novozámocko
PZ	22970	Pezínsko
PN	41870	Piešťansko+NM+MY
SC	35420	Senecko
SE	36750	Senicko+Skalicko
TO	41930	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59870	Trenčiansko+DCA+IL
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	Martinskotrans
OR	34980	Oravsko=DK+NO+TS
PB	33590	Považsko=PB+PU
PD	40150	Prievidsko
ZV	38400	Zvolensko+DT+KA
ZH	26880	Žiarsko+ZC+BS
ZA	50780	Žilinskotrans

Východné Slovensko		
BJ	37210	Bartolajovsko+SK+SP
GE	30830	Gemerisko=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
PO	49940	Prešovsko+SB
SN	32540	Spišsko+LE+GL

LETNÁ AKCIA

PALIVOVÉ DREVO
čisté triedené, bez drobných triesok

BUK 69 € bez DPH /1 prm sypaný

SMREK 49 € bez DPH /1 prm sypaný

0902 115 577 **DOLNÝ KUBÍN**

FOTOVOLTIKA PRE FIRMY
FOTOVOLTICKÉ SYSTÉMY NA KľÚČ

FOTOVOLTIKA RODINNÉ DOMY
3,22kWp za 2 699€

NAJSOLAR
+421 950 754 159
www.najsolar.sk

od 0,79€ za 1 Wp

UHOĽNÉ SKLADY

Hnedý ekohrašok
Hnedé uhlie Bilina
Čierne uhlie Ekoret
Brikety uhoľné

SKLADOM IHNEĎ K ODBERU ALEBO DOVOZU

KOTLY LOKCA
Výroba teplovodných kotlov

KOTLY LOKCA, s.r.o., Urbárska 509, 029 51 Lokca
kotlylokca@kotlylokca.sk • www.kotlylokca.sk
0915 823 741 • 043/559 11 74

Neváhajte nás navštíviť, navrhujeme a zrealizujeme pre Vás kuchyňu snov

NOVÁ EXPOZÍCIA

decodom
Tradičný slovenský výrobca nábytku

Možnosť objednania tovaru e-mailom namesstovo@slobyt.sk alebo tel.: 0915 819 356
Pri objednaní kuchynskej linky 3D návrh zadarmo.

SLOBYT, spol. s r.o. OC Ormo Námestovo, tel: 043/ 552 20 33, 0915 819 356

Quatro

ČAPOVANÉ DOMÁCE PIVO NA OSLAVU

0908 640 353

OBNOVA NÁPISOV a DOSEKÁVANIE DÁTUMOV na POMNÍKOK

PRIAMO NA CINTORÍNE
čistenie dvojrobu 100€

0944 229 001

FRÉZOVANIE A VLOŽKOVANIE KOMÍNOV
Fasádne 3-vrstvové komíny
Rekonštrukcie komínov

Zľava na materiál 30%
Obhliadka zdarma
Montáž v celej SR

tel: 0907 265 361

UŽITOČNÉ KONTAKTY
www.mojinzerat.sk

MAĽOVANIE + VAPKOVANIE STRIECH
od 4 eur/m² - v cene je farba + práca
tel: **0905 922 418**

PRENÁJOM STROPNÉ DEBNENIE
0907 602 631 - HLADOVKA **RÁMOVÉ LEŠENIE**

NEREZOVÉ KOMÍNOVÉ VLOŽKY
OCEĽOVÉ DYMOVODY
FASÁDNE 3-VRSTVOVÉ KOMÍNY

komín s.r.o.

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

0948 267 814
kominsro@kominsro.sk
kominsro.sk

Slovenský certifikovaný výrobca nerezových komínov

MAĽUJEME strechy a brizolity
MONTUJEME lapače snehu
a renovujeme rýny

POĎĽA POTREBY POSKYTNEME PODKLADY PRE POISTOVNE

0904 112 402

DREVENÉ SCHODY
NA MIERU

obhliadka ZADARMO

0949 826 529 **DLHOROČNÉ SKÚSENOSTI**

ZATEPLOVANIE RD OMIETKY STROJOVÉ 0904 845 444

STRECHY Andrzej Kasperek
POKRÝVAČSKÉ SLUŽBY
 • strešná krytina
 • montáž odkvapov
 • panel so stojacou drážkou
 • manuálna a strojná
 tel.: +48 889-388-484

Realizujeme
STROJOVÉ omietky
 tel. 0904 194 814
 strojoveomietky@gmail.com

PRENÁJOM : RÁMOVÉ LEŠENIE GRAF
 ŠALOVACIE STOJKY
 STROPNÉ DEBNENE ŠALOVACIE SVORKY
 PODBIEL 0948 345 111

KVALITNÉ ČIERNE UHLIE Záruka kvality
 0908 944 618
RAŠELINOVÉ BRIKETY
 DOPRAVA K VÁM DOMOV KANEX
KANEX s.r.o.
 BOBROV – Obchodná 73
 TRSTENÁ – Oravická 758
 Balené v BIG-BAG (1000 kg)

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

STAVEBNÉ PRÁCE
 KÚPEĽNE, OBKLADY, DLAŽBY
 Bytové jadrá, stierkovanie, maľovanie, bezbariérové kúpeľne, plávajúce podlahy, dvere+montáž.
FÚKANÉ IZOLÁCIE
 STARŠIE RODINNÉ DOMY, NOVOSTAVBY
 Tel: 0951 387 690

VCHODOVÉ DVERE DO BYTOV
 15-bodové bezpečnostné zamykanie
 zvukovotesniaca a tepelná izolácia
 oceľová zosilnená konštrukcia
 cena od **409 €** + montáž
 záručný a pozáručný servis
DOPRAVA ZDARMA
 0917 678 746
 www.vchodove-dvere.sk

STAVEBNÉ PRÁCE 0911 810 113
 OBKLADY • DLAŽBY • PRERÁBKY KÚPEĽNÍ

INZERCIA
 0908 792 859

NAJVIŠŠÍ ČAS NA ZÁSoby
BUKOVÉ BRIKETY
 CERTIFIKÁT ENplus
 VYROBENÉ ZO 100% BUKOVÝCH PILÍN, BEZ KÓRY
 269€ tona
PALIVOVÉ DREVO
 BREZA SUCHÁ UKLADANÁ, 1,6 prm
 120€ paleta
VYSOKÝ ŠTANDARD KVALITY
 - bez spojiv a iných prísad
 - vysoká výhrevnosť okolo 20 GJ/t
 - dlhá doba horenia
 - malé množstvo obsahu popola 1%
 - popol možno použiť ako záhradné hnojivo
 - praktický tvar, výhodné balenie
 - malé množstvo, nenáročné na skladovanie
 - parametre sú v súlade s DIN
0902 066 166
DOVOZ A VYKLÁDKU ZABEZPEČUJEME HYDRAULICKOU RUKOU ZDARMA (od 2 pallet)

AQUA RELAX
 Po predložení tohto kupónu platí 20% zľava na 3 hod. vstup PB+VS alebo 10 = zľava na RODINNÝ BALÍK. Kupón platí do konca septembra 2023
KUPÓN
 otváracie hodiny JÚL - AUGUST 10:00 - 20:00 hod.
 • letná Aqua
 • plavecký bazén
 • saunový svet
 • vodný svet
 Dolný Kubín - Športovcov 1182/5
 043/23 88 374
 info@aquakubin.eu
 www.aquakubin.eu

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

»Kúpim byt hotovosti na pockanie, ponuknite T.c 0951676236

08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie. tel.0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

»Kúpim KRÁLIČIE KOŽE 0905350531

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

»Darujem retro sekretár 170x160 z 1965. 0902 439 503.

15 HLADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

Chcete si podať inzerát?

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

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

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor. Cena je 0,60 € s DPH za každých začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme. **Upozornenie!** Služba nefunguje u operátorov 02 a 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, **OR** zameňte za skratku novin, ktorú nájdete na druhej strane vľavo dolu. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

Schladíme sa trošku

Letné horúčavy udreli v plnej sile, a tak, prirodzene, hľadáme spôsoby, ako sa trošku schladieť 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 nevšedných prírodných krás a v lete je na to ten správny čas.

» Renáta Kopáčová, redaktorka



**SÚKROMNÁ
MATERSKÁ ŠKOLA**

MONTESORI DK
Lucenkova 1209/18, Dokný kubín

**Tešíme sa na nových kamarátov
Prijímame detičky
od 2 rokov**

**0917 598 281
www.montessoridk.sk**

KÚPEĽNE BYTOVÉ JADRÁ

- prestavba bytových jadier
- rekonštrukcie kúpeľní v rod. domoch a bytoch
- realizácia bezbariérových kúpeľní - ZTP
- rekonštrukcie rodinných domov a bytov (obklady a dlažby, omietky, sádkokartón, maliarske práce, plávajúce podlahy)

www.kupelne-bytove-jadra.webnode.sk, tel: 0911 699 577

NÁTERY STRIECH



**0917 578 839
www.altitude.sk**

REKONŠTRUKCIE KOMÍNOV A RÍŇ

**UVKUPUJEM
SMREKOVÉ KONÁRE
OČISTENÉ OD ČEČINY
v rôznych dĺžkach**

Cena: 0,15 €/ 1 m dĺžky

Kontakt: **0905 190 514**

NAJLACNEJŠIA LIKVIDÁCIA

NEBEZPEČNÉHO ODPADU A
ETERNITOVÝCH STRIECH

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

BRIKETY

**BUKOVÉ
AKCIA**

Dovezieme.
Vyložíme s hydraulikou.

info: 0908 241 937

SPOĽAHLIVO
A HLAVNE
KOREKTNE

PARTIA ŠIKOVNÝCH ORAVCOV

SA PONÚKA NA VÝSTAVBY RODINNÝCH DOMOV
A PRERÁBKY BYTOVÝCH JADIER

0918 086 431

Ponúkam Vám **veľmi kvalitné
nátery striech
za výhodné ceny!**

Dohodnite si obhliadku
zdarma na t.č. **0940 969 994**
Farba podľa vlastného výberu!
Kvalitná práca a dobrá cena

Oranet

Televízia s archívom
od **4,99 €**

7-dňový televízny archív, pretáčanie zdĺhavých reklám, sledovanie televízie kedykoľvek a kdekoľvek aj v EÚ. Základný program: viac než 95 televíznych programov!

Vysokorýchlostný internet
od **6,99 €**

Uvedené ceny sú s DPH

www.oranet.sk
tel. 0907 822 870

Letná akcia

TV AKCIA
3 mesiace TV Zadarmo
Wifi router za **1,- EUR**
Optické rýchlosti do 1000 Mbit

rubino jewellery

14K zlato!

laura gold

SVADOBNÉ OBRÚČKY

Hviezdoslavovo nám. 200/5, Námestovo - Podhora 10, Ružomberok / oproti Badasu /

JAGA stavby Bernolákova ulica 104, Trstená (Fortuna)

Marek Jankola 0905 266 954 • Rastislav Gaššay 0917 926 070

AKCIA

PLASTOVÉ A HLINÍKOVÉ OKNÁ A DVERE
VCHODOVÉ BEZPEČNOSTNÉ DVERE, GARÁŽOVÉ BRÁNY, ŽALÚZIE A SIEŤKY
PLÁVAJÚCA PODLAHA, INTERIÉROVÉ DVERE

Píla Vasil'ov s.r.o. Pelety A1 certifikované

PELETY BRIKETY

ROZVOZ
- PRIAMO AŽ K VÁM DOMOV
- AJ V SOBOTU

www.pilavasilov.sk
Kontakt 0907105 008

VŠETKO SKLADOM

ZATEPLOVANIE RODINNÝCH DOMOV

0948 197 068

POKLÁDKA ZÁMKOVEJ DLAŽBY

zemné výkopové práce - ploty MINIBÁGROM

+48 721 119 265

KAMENÁRSTVO TVRDOŠÍN **Vojtaššáková 635**
pri hlavnej ceste, vedľa pošty 3
NÁMESTOVO, DOLNÝ KUBÍN

KOMPLETNÉ KAMENÁRSKE PRÁCE

žulové hroby • pomníky • hrobky
urny • renovácie starých hrobov

PREDSEZÓNNE ZĽAVY -30% NA POMNÍKY

0905 259 926 • www.dobrekamenarstvo.sk

HYDRO-INSTAL GROUP

AKCIA

Zavolaj a dohodni DOVOZ ZDARMA

Ekohrášok PREMIUM

A1 pelety platinum
dostupné skladom (Svetlé)

25 kg

Kvalitný, suchý ekohrášok

www.hydroinstalorawa.pl

Najlepšia kvalita v najlepšej cene

ul. Krótka 4, 34-480 Jablonka, Poľsko
hydroinstalorawa@wp.pl
Tel: SK +48 735 555 188
PL +48 666 846 294

Vydať 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. Desť 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 dychberúce výhľady,“ hovorí predseda predstavenstva Oblastnej organizácie cestovného ruchu REGION

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

Na trase je desať informačných tabúl

Nová trasa má dĺžku približne 14 kilometrov. „Kvôli niekoľkým stúpaniam ju odporúčame pre zdravotnejších 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 kópiu 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-

rili 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 Sokolče. Tá mala bohatú a úspešnú športovú minulosť. Bola rodiskom Stanislava Guotha, ktorý bol pod menom Stan Mikita svetoznámy kanadským hokejistom 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.

ČISTENIE HROBOV DOSEKÁVANIE PÍSM

Čistenie: Jednohrob 100€ 65€ Dvojhrob 150€ 95€
Impregnácia hrobu ZDARMA, Doprava ZDARMA
Obnova písma: (zlatá, strieborná, čierna, biela) 2€ 1,2€/znak.
Dosekávanie písma priamo na cintoríne:
Do 5 znakov 80€, 6-11 znakov 120€, 12-30 zn. 12€/znak
31 a viac 11€/znak

AKCIA!!
Ing. Miroslav Greisiger
0940 653 651, 0919 205 521
www.greisiger.sk
S Vami už od roku 2014
Pri objednaní do 31.7.
POMNÍKY,
KRYCIE DOSKY,
TABUĽKY S MENAMI,
VÁZY A SVIETNIKY

FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE ČISTENIE - KONTROLA

KOMÍNŮV + REVÍZNÁ SPRÁVA
A CERTIFIKÁT V CENE

CENA
od 20 €/m
ZĽAVA
na materiál
30 %
oddechtovanie komínov
KOMINÁRSTVO DUBOVEC
☎ 0914 276 111

27. júla 1991
biskupská vysviacka **Františka Rábeka** za
nitrianskeho pomocného biskupa

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNŮV

frézovanie
od 15€/bm
• Stavba troj vrstvových komínov
• Prestavby nadstrešných častí komínov
• Rekonštrukcia a sietkovanie komínov
• Montáž zrealizujeme za jeden deň
**OBHLIADKA
KOMÍNŮV
ZDARMA**
SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA
na materiál
30%
0904 157 144, 0903 874 784

ŠTRKOMO

PREDAJ

- Kameniva
- Zásypových materiálov
- Skládka / recyklácia
stavebného odpadu

+421 917 326 596 lokalita: Trstená
strkomosro@gmail.com

COLOR TOP

FARBY-LAKY-OMIETKY



Klíňanská cesta 1225, Námestovo
0904 917 262 OTVÁRACIE HODINY
 colortop.farby@gmail.com Po-Pia 7.00-16.30
AKCIA Sobota: 8.00-12.00
 21.07.2023 - 18.08.2023

Dulux Acryl Matt

interiérová farba

- dekoračné a ochranné nátery stien a stropov v interiéroch
- odolná voči vlhkosti
- umývateľná

10 L
(15 kg)

29,00 €

JC: 1,93 €/kg



+ pivo gratis

HG odstraňovač

zelených povlakov a machov

použitie:

strechy, terasy, chodníky,
fasády, steny, ...
1L až na 200m²

1 L

6,70 €

JC: 6,70 €/L



Floorpaint Classic

- vodou riediteľný polomatný náter na betón
- interiér / exteriér
- rýchloschnúci
- 6 odtieňov

3 kg

26,00 €

JC: 8,66 €/kg

6 kg

47,00 €

JC: 7,83 €/kg



Adler Pullex SILVERWOOD

impregnačná lazúra na drevo
4 odtiene



5 L

90,00 €

JC: 18,00 €/L

20 L

320,00 €

JC: 16,00 €/L

SYNTETICKÁ POLOMATNÁ VRCHNÁ FARBA

čierna, hnedá čokoládová, hnedá gaštanová, červenohnedá



3,5 L

20,00 €

JC: 5,71 €/L

SPREJ NA KOŽU HNEDÝ

úprava kožených výrobkov
(obuvi, koženej galantérie)



160 ml

2,00 €

JC: 12,50 €/L



Informácie o produktoch: www.colortop.sk, Námestovo, 0904 917 262, www.colortop.sk - AKCIA SA NEVŤAHLA NA AKCIOVÝ TOVAR - AKCIA PLATÍ DO VYPREDANIA ZÁSOB - OBRÁZKY SÚ ILLUSTRÁCIE

Dobrá zvesť na dvoch kolesách

Na takmer všetkých miestach afrického kontinentu sú katechéti dôležitými pomocníkmi kňazov. Vo farnostiach s početnými dedinami, ktoré sa zvyčajne nachádzajú na rozľahlých územiach, práve oni vycúňujú ľudí vo viere, pripravujú ich na prijímanie sviatostí a zhromažďujú veriacich na modlitbu.

Platí to aj v diecéze Mpika na severovýchode štátu Zambia. Diecéza má vyše 86 000 km², je teda skoro dvakrát taká veľká ako Slovensko. Tvorí ju však iba 18 farností. Vzdialenosti sú veľké a navyše sa rozprestiera vo vidieckej oblasti, kde sú na cestách zlé podmienky. Jednotlivé dediny a mestá sú izolované a ťažko dostupné.

Diecéza spravuje vzdelávacie centrum pre katechetov, lebo vie, že ich služba je tu pre Cirkve naozaj dôležitá. Viac ako polovica z nich pracuje na báze dobrovoľníctva, a po vyškolení pravidelne navštevujú vzdialené dediny a osady. Prinášajú ľuďom povzbudenie, Božie slovo a tiež literatúru preloženú do kmeňových jazykov.

Miestny biskup Edwin Mulandu vedel, že bez vhodných dopravných prostriedkov bude cestovanie pre katechetov v subtropoch veľmi náročné. Preto požiadal pápežskú nadáciu ACN – Pomoc trpiacej Cirkvi o podporu pri

zabezpečení 114 bicyklov. Vďaka príspevkom dobrodincov sa podarilo získať potrebnú sumu, a diecéza Mpika v Zambii mohla svojím katechetom nakúpiť želané dopravné prostriedky.

Ako napísal biskup Mulandu, bicykle budú slúžiť tým, ktorí „sú v prvej línii, aby kňazom pomáhali starať sa o ľudí a oživiť miestne spoločenstvá“. Darované bicykle im výrazne uľahčia prácu a zefektívnia ju, pretože sa dostanú z jednej dediny do druhej rýchlejšie.

Radosť v diecéze je veľká: „Sme úprimne vďační za toto gesto lásky a solidarity, ktoré nám pomáha v plnení nášho poslania od Ježiša Krista. Skutočnosť, že katechéti dostali bicykle, ich motivuje pokračovať v tom, čo vedia najlepšie: zasvätiť život ohlasovaniu evanjelia v tejto rozľahlej oblasti,“ uvádza sa v stanovisku biskupa Mulandu zo zambijskej diecézy Mpika.

www.acnslovensko.sk



» acn
zdroj foto ACN

LG Panasonic TOSHIBA SAMSUNG SINCCLAIR GREECE

Klimatizácie

Tepelné čerpadlá

Chladiace zariadenia

Dodávka, montáž, servis

0950 485 461

Aluwing

PLASTOVÉ | HLINÍKOVÉ
okná a dvere, zimné záhrady

NÁMESTOVO U.I. Miestneho priemyslu 571
+421 905 914 271 aluwing@aluwing.sk aluwing.sk

www.krtkovanieorava.sk

NEODTEKÁ?

Toaleta, drez, strešný zvod?

RÝCHLO A ÚČINNÉ

Čistenie a **monitorovanie** kanalizácií kamerou, novou vysoko-tlakovou a video technikou od 30-400 mm

/ krtkovanie orava a liptov
/ krtkovanie baník

MONITORING

0905 219 486

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

KOLAGÉN FORTE 2 v 1
41,30
45,90 EUR

Hovädzí kolagén Forte
KOSTÍ A KĺBOVÁ VÝŽIVA

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 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

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

OPRAVA KLIMATIZÁCIÍ

AUTOBUSY, NÁKLADNÉ AUTÁ, POĽNOSTROJE

• **SERVISUJEME AJ NAJNOVŠIE KLÍMY**
MONTOVANÉ DO ÁUT PO ROKU 2013
R 1234YF

• **OPRAVY A VÝMENA OLEJA**
AUTOMATICKÝCH PREVODOVIEK

Autoservis ŠÁLKA s.r.o.

TVRDOŠÍN
oproti žel. stanici

0904 252 197
0903 395 114

Máme u nás voľné pracovné miesto. Zavolaj.

čistenie
ozónom

86-0103

DACH PRO
STRECHY

+421 903 511 778

kelusiak.d@gmail.com
DACH PRO - Strechy

- NATIERANIE STRIECH
- KLAMPIARSKÉ PRÁCE
- POKRÝVAČSKÉ PRÁCE

- MONTÁŽ ODKVAPOVÝCH SYSTÉMOV
- MONTÁŽ STREŠNÝCH DOPLNKOV

86-0020

OBNOVA STRIECH

RENODACH

- na eternit a plech bez demontáže krytiny
- hydroizolácie plochých striech
- INDEX MINERAL DESIGN • 3D VZOR

V PONUKE AJ
STRIEKANÉ
TEPELNÉ
IZOLÁCIE

12-ročná
záruka na
prácu

Ing. Jozef Antoni • info@obnovastrechy.sk
www.obnovastrechy.sk

0903 603 755

73-0032

Cenovo výhodný
internet
a televízia

Pripojenie od **1€**



info@oravanet.sk
0915 707 870

OravaNet
www.oravanet.sk

27-0054

ZENIT

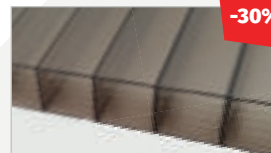
AKCIOVÝ POLYKARBONÁT

REZANIE MATERIÁLU ZDARMA

eshop.zenitsk.sk



Ultralight 2/10 číra
10,57 €/m² s DPH



Exolon 7/16 BF bronz
19,42 €/m² s DPH

ROZVOZ PO CELEJ SR

KOŠ - 046/5430 771, zenit@zenitsk.sk
KOŠICE - 055/6254 006, kosice@zenitsk.sk

13-0982-14



0911 421 966

SHOWROOM

M. RÁZUSA 1134/9, ŽILINA

KOMPOZITNÉ PODLAHY

SKLADOM



KAMEŇ BIANCO



KAMEŇ FUEGO



KAMEŇ LAPPATO



KAMEŇ NEGRO



LAMINÁTOVÁ
PODLAHA

V PONUKE
VIAC
AKO 60
ODTIEŇOV

AKČIÁ
CENA
24 40
EUR



LIZONA



CROFT



TORETO

CENA DO
8 40
EUR

NOVÝ E-SHOP: www.vteple.sk

47-121

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 krhliel. 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.“

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 záchranej stanice 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 zasušiť,“ odporúča Adriana Hološková zo Záchranej stanice pre voľne žijúce živočchy 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

Kedy kontaktovať odborníkov?

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

MERKUR
SLOVAKIA s.r.o.

PREDAJ - SERVIS
NÁKUP AJ NA SPLÁTKY

Doporučuje
Jirka Krampol

Elektro

Seniorské a invalidné vozíky
 Pohyb v každom veku

www.merkur.sk

SELVO

11 modelov v ponuke

Načo TAXI,
načo MHD,
SELVO Vás
všade dovezie.

LM, Kamenné pole 4554/6 (pri TESCOU) **0905 427 822**
RK, Bystrická cesta 178 (za ČS Benzínol) **0907 461 578**

OBNOVA STRIECH
 ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH,
 KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

slovenská firma

ZÁRUKA 25 ROKOV

BITUMÉNOVOU LEPENKOU bez demontáže pôvodnej krytiny

⇨ zameranie ⇨ odborné poradenstvo
 ⇨ cenová kalkulácia ZDARMA!!!

NON STOP - 0944 720 932

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽLABOV

kamstav
 kompletne kamenárske služby

www.kamenarstvo-kamstav.sk

DOLNÝ KUBÍN,
 Bysterecká 1263/55 (pri čerpacjej stanici BENZINOL) **0908 917 634, 0907 840 778**

SERIÓZNOSŤ • FLEXIBILITA • TRADÍCIA od r. 1989
 Spisujeme objednávky bez finančnej zálohy.

-50% od 9.1.2023 na všetky pomníky

SPISOVANIE OBJEDNÁVK NA ROK 2023 ZA MINULOROČNÉ CENY

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

OZNÁMENIE O VYHLÁSENÍ VÝBEROVÉHO KONANIA

ŽILINSKÝ SAMOSPRÁVNÝ KRAJ

Žilinský samosprávny kraj
 Komenského 48, 011 09 Žilina
 informuje verejnosť

o vyhlásení výberového konania na funkciu RIADITEĽA
 organizácie v zriaďovateľskej pôsobnosti
 Žilinského samosprávneho kraja:

Stredná odborná škola lesnícka, Medvedzie 135, 027 44 Tvrdošín

Kvalifikačné požiadavky a podmienky zaradenia uchádzačov do výberového konania sú zverejnené na internetovej stránke **www.zilinskazupa.sk** v rubrike „Volné pracovné miesta“.

KAMKO
 KAMENÁRSKE SLUŽBY

STAV
 S TRADÍCIOU

NÁMESTOVO • TVRDOŠÍN • DOLNÝ KUBÍN

www.kamkostav.sk

DLHOROČNÉ SKÚSENOSTI SÚ ZÁRUKOU KVALITY A VAŠEJ SPOKOJNOSTI

TERAZ LACNEJŠIE AKO V POĽSKU

5 ROKOV ZÁRUKA

DOPRAVA A ZAMERANIE ZDARMA

Výroba aj A-TYPOV, podľa vašich predstáv

tel.: **0903 272 952, 0904 916 896**
 e-mail: **kamenarstvakamkostav@gmail.com**

Krátke správy
z regiónu

/Oravský Podzámok/ - Vysoká turistická návštevnosť z celého sveta motivuje samosprávu v Oravskom Podzámku skvalitňovať podmienky pre návštevníkov obce. Drevená lávka pre peších už tretí rok zlepšuje prístup z parkoviska pod hradným bralom k hradu. V rámci projektu inštalovali aj smerové a informačné panely a s družobnou obcou Brody vydali slovensko-českú brožúru. Nabíjacia stanica pri obecnom úrade je súčasťou európskych staníc a slúži aj návštevníkom Oravského hradu, ktorí prichádzajú na elektromobiloch.

[/ww ocu, nr, or/](#)

/Orava – Pribiš – Or. Veselé – Hruštín/ - Z Oravy postupujú do súťaží riadených Stredoslovenským futbalovým zväzom – dospelí: OŠK Pribiš (VI. liga), dorast U19: TJ Tatran Oravské Veselé (V. liga) a žiaci U15: OŠK Hruštín (II. liga SŽ/MŽ). Gratulujeme!

[/ofz dr, nr, or/](#)

/Dolný Kubín/ - Stojany s vodou parou, drevené pódium s vodnými tryskami a štyri pitné fontány prispievajú k ochladzovaniu počas horúčav v dolnokubínskych uliciach. Bohatosť košatých stromov a kríkov vysadených ešte v minulom storočí poskytuje v celom meste príjemný tieň.

[/im, ww dk, nr, or/](#)

/Beňadovo/ - Prvej beňadovskej kvapky krvi sa zúčastnilo 70 darcov, medzi nimi 23 prvodarcov a viaceré manželské páry. Ďalších záujemcov museli odmietnuť z kapacitných dôvodov. Obnovený spolok Slovenského Červeného kríža v Beňadove pripravuje zaujímavé akcie a ďalšie kvapky krvi plánuje v auguste a decembri.

[/ww ocu, nr, or/](#)

/Dolný Kubín/ - V priestoroch SČK v Dolnom Kubíne odovzdali plakety MUDr. Jána Janského 116 bronzovým, 53 strieborným, 33 zlatým dobrovoľným darcom krvi. Ocenili aj šesť diamantových darcov, ktorými sú Milan Beňuš, Karol Brna, Jozef Dedinský, Ľudovít Gajdoš, Monika Štefaničáková a Eduard Žofaj. Najvyššie ocenenie, medailu profesora MUDr. Jána Kňazovického dostali Maroš Gama, Martin Grísa, Jozef Matejčík a Ján Zábořský.

[/im, ww sčk, nr, or/](#)

/Zákamenné/ - Šesť autobusových zastávok v Zákamennom bude mať moderné smart prístrešky. Obec získala na pozoruhodný projekt 125-tisíc eur z eurofondov. Led obrazovky budú aktuálne informovať o spojoch, solárne panely dodajú energiu nabíjaniu cez usb a indukcie, prístrešok bude mať večerné osvetlenie a bezbariérový prístup. Pred prípadným vandalizmom bude technológia chrániť plášť zastávky. Ak sa potvrdí funkčnosť moderných zastávok, môžu byť vzorom pre iné obce a mestá.

[/ww ocu, nr, or/](#)

/Novoť/ - Na Novoťskej hruďke výrobcovia aj súťažne predstavili syrové dobroty, syrové torty a ozdoby. Za torty získala prvé miesto Katarína Ďadová, druhá bola Lucia Záborská, obe zo Zákamenného a tretia bola spoločnosť Syrové torty z Hričovského Podhradia. Súťaž o najchutnejšiu syrovú hruďku vyhrala spoločnosť Tradičia Kysíc z Oščadnice, druhý bol Salaš Klúka Veličná a tretí Salaš Pastierska z PPS Bobrovec.

[/im, ww ocu, ag, nr, or/](#)

DOVOZ NA
ADRESU



mládky, brojlerové
kuriatka, morky

[www.hydinashop.sk](#)
0944 842 953

NÁTERY
STRIECH

CERTIFIKOVANÝMI FARBAMI

PRÍJEMNÉ CENY

Volajte:0944 813 531

INZERÁT,
KTORÝ
PREDÁVA

0907 727 203
0908 792 859

[oravsko@regionpress.sk](#)



Čítajte nás:



[www.cujte.sk](#)

PROGRAM KINA MIER TRSTENÁ									
AUGUST 2023									
Dátum	Čas	Film	Produkcia	Verzia	Prín.	Cena			
4.8.	pi 19:00	NIKDY NEHovor NIKDY /komédia, romantický/	2D	SVK	OV	+12	6 €		
5.8.	so 19:00	Hovor so mnou! /horor/	2D	AUS	ČT	+15	6 €		
6.8.	ne 16:00	NINJA KORYTNÁČKY: MUTANTSKÝ CHAOS /anim./	2D	USA	SD	+07	6 €		
6.8.	ne 19:00	MEG 2: NÁVRAT DO HLBIN /akčný, dobrodružný/	2D	USA, CHN	ST	+12	6 €		
9.8.	st 16:00	Malá morská víla /dobrodružný, rozprávka/	2D	USA	SD	+07	4 €		
11.8.	pi 19:00	V zajatí zla /horor/	2D	USA	ČT	+15	6 €		
12.8.	so 19:00	Gran turismo /akčný/	2D	USA	ST	+12	6 €		
13.8.	ne 16:00	Elementy /animovaný/	2D	USA	SD	+07	6 €		
13.8.	ne 19:00	NIKDY NEHovor NIKDY /komédia, romantický/	2D	SVK	OV	+12	6 €		
16.8.	st 16:00	Účasný Mauric /animovaný/	2D	GER, GER	SD	MP	4 €		
17.8.	št 19:00	Blue Beetle /akčný, dobrodružný/	2D	USA	ST	+12	6 €		
18.8.	pi 19:00	#annaissmiling /triler/	2D	CZE	OV	+15	6 €		
19.8.	so 19:00	Onemanshow: The movie /komédia/	2D	CZE	OV	+12	6 €		
20.8.	ne 16:00	NINJA KORYTNÁČKY: MUTANTSKÝ CHAOS /anim./	2D	USA	SD	+07	6 €		
20.8.	ne 19:00	Blue Beetle /akčný, dobrodružný/	2D	USA	ST	+12	6 €		
23.8.	st 16:00	MEGA SUPER /animovaný/	2D	NOR	SD	MP	4 €		
25.8.	pi 19:00	Vražedná jazda /akčný, triler/	2D	USA	ČT	+12	6 €		
26.8.	so 19:00	Psiá jazda /komédia/	2D	USA	SD	+18	6 €		
27.8.	ne 16:00	Bocian Ríško 2 /animovaný/	2D	GER, NLD	SD	MP	6 €		
27.8.	ne 19:00	NIKDY NEHovor NIKDY /komédia, romantický/	2D	SVK	OV	+12	6 €		
30.8.	st 16:00	SUPER MARIO BROS VO FILME /animovaný/	2D	USA	SD	MP	4 €		

ST, 2D = slovenské, české, maďarské, 3D, 2D = slovenské, české, dánske, OV = originálna verzia, MP = miliónkrát prehrané, 2D, 3D = 3D, * - Mladým divák 12

Prehľad vstupeniek: Elektronický predaj vstupeniek na: [http://kino.trstenaj.sk/](#)
obľad v kinosálach Orava-kultúra v praxi: obľad od 7.00 – 15.00 hod., THE Trstená v praxi: obľad od 8.00 – 16.00 hod.,
v Mestskom kinosále: predajňa, vstupné od 8.00-17.00 a vstupné, vstupné 8.00-16.00
a v pokladni Kina Mier 1 hod. pred predstavením.
Zoznam programov vyhradený. Viac info na [www.kino.trstenaj.sk](#) a v PPS Kina Mier Trstená





47. PODROHÁČSKE FOLKLÓRNE SLÁVNOSTI

ZUBEREC – BRESTOVÁ

4.–6. AUGUST 2023



[www.pfs.zuberec.sk](#)

❖ najstarší a najväčší folklórny festival na Orave

❖ bohatý trojdňový folklórny program

❖ predstavia sa slovenskí a zahraniční folkloristi

❖ cyklus prednášok predstavujúci kultúru Oravy

❖ Múzeum oravskej dediny v Zuberci na Brestovej

❖ 31. Oravský tradičný jarmok oživených remesiel

❖ sprievodné programy, tvorivé dielne a výstavy

❖ množstvo stánkov a atrakcií pre deti

Festival z verejných zdrojov podporil

Fond na podporu umenia



OR23-29 strana-

11

Odvážna Slovenka smeruje do vôd La Manche

Diaľková plavkyňa Soňa Rebrová sa koncom júla pokúsi pokoriť legendárny kanál La Manche. Doteraz sa to samostatne podarilo len jedinej Slovenke v roku 2017. Odvážna žena stráví 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 potrebuje! 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 zánietením Soňa Rebrová, ktorá sa prieliv medzi britskými ostrovmi a európskym kontinentom chystá pokoriť posledný júlový týždeň. Svoj veľký deň sa rozhodla prepojiť so zápasom WWF za slobodu riek, odstraňovanie škodlivých bariér a zabezpečenie kvalitnejšieho života pre naše vodné živočích, vrátane mnohých ohrozených druhov rýb.

Pomôcť môže každý
Soňu 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

Potrebujete pomoc?

Hasičská a záchranná služba, polícia: 112

Hasičská služba: 150, 112

Záchranná služba: 155, 112

Polícia: 158, 112

Mestská polícia: 159

Havarijná služba: 0123

Letecká záchranná služba: 18 155

Horská záchranná služba: 18 300

Odstraňovanie následkov dopravných nehôd: 154

Havarijná a núdzová služba pre motoristov: 18 128, 18 154

Krátke správy z regiónu

/Dolný Kubín/ – Nový kamerový systém za pol milióna eur z eurofondov má Dolný Kubín. Monitorovanie verejného priestoru skvalitňuje 51 na seba nadväzujúcich digitálnych kamier, inteligentný systém osvetlenia a centrála nového operačného systému mestskej polície. Detské ihriská sú pod stálym dohľadom a kamery na vjazde a výjazde z mesta zaznamenávajú evidenčné číslo a druh vozidla. Niektoré kamery sú analytické a schopné upozorniť operátora na priestupky. Úplne nové kamery sú pri Kotve, na ulici M. R. Štefánika i pri akvaparku.
/im, ww dk, nr, or/

/Oravský Podzámok/ - Múzeum šľachtických kočiarov a saní v Oravskom Podzámku č. 18 je jedinečnou a najrozsiahlejšou zbierkou takýchto povozov na Slovensku. Je v ňom 21 exkluzívnych exponátov v pôvodnom a precízne zrenovovanom stave. Návštevníkov očaria luxusné Landauery a Landauety, elegantné Mylordy pre pánov a Viktórie pre dámy. Nechýbajú diskrétny mestské Coupé, poľovnícke kočiare ani pohodlné sane. Celá expozícia je doplnená sprievodnými textami.
/ww ocu, mk rc, nr, or/

/Dolný Kubín – Orava/ - V Oravskej galérii v Dolnom Kubíne sú dve nové výstavy – Ján Vasilko „Konštruktor mesta“ a Lucia Papčová & Štefan Papčo „Ďalšie leto / Summer Again“. Pozrieť si ich možno do 8. októbra 2023.
/og, nr, or/

/Orava/ - Zhabaný alkohol z neznámych zdrojov, alebo bez platných kontrolných známok likvidovali na Orave príslušníci finančnej správy z Trstenej. Do čistiarne odpadových vôd vyliali obsah fliaš s etiketami borovičky, koňaku, slivovice, vodky, likérov, whisky, ginu aj demižóna slivkového destilátu, ktorý počas niekoľkých rokov zabezpečili v regiónoch Oravy a Liptova. So slivkovým destilátom bola zaistená aj nelegálna domáca pálenica a jej vlastníci sa vystavili trestnému stíhaniu.
/im, ww cú, ch, nr, or/

/Tvrdošín/ - Sedem členov mladšieho žiactva MPK Tvrdošín reprezentovalo Oravu na majstrovstvách Slovenska v plávaní v Štúrove. Najúspešnejšia bola Dominika Kubinčáková, ktorá sa stala štvornásobnou majsterkou Slovenska. Zvítazila na 400 a 800 m voľný spôsob, 200 m znak a 400 m polohové preteky. Striebornú medailu získala na 200 m motýlik. V každom výkone zaznamenala aj nový osobný rekord.
/ww, mpk, or/

/Dolný Kubín/ – O 17 klientov v domácom prostredí sa v Dolnom Kubíne aktuálne starajú tri sociálne pracovníčky. Prácu im uľahčí nové auto, na ktoré mesto dostalo príspevok od ministerstva regionálneho rozvoja a informatizácie /miri/. Doteraz opatrovatelky chodili za klientmi MHD a peši. Nové auto pomáha aj pri rozšírení sociálnych služieb do mestských častí.
/im, ww dk, nr, or/

/Chlebnice/ - Obecnú knižnicu v Chlebniciach obnovili z výzvy Miestnej akčnej skupiny (MAS) Orava. V rámci projektu za 27 tisíc eur vymenili krov, strešnú krytinu a schody. Podkrovné priestory chcú ešte zmeniť na priestor pre tvorivé dielne, besedy, prednášky a minikino.
/im, mas, nr, or/

RÝCHLY INTERNET A TELEVÍZIA

NOVINKA

U VÁS DOMA

SUPER CENA TV + INTERNET 16,90 €

Televízia cez internet

Neobmedzený optický internet až 300 Mbit/s

7-dňový archív zadarmo

Najlepší svetový šport

DIGI SLOVAKIA

0850 211 112

Pre okamžité využitie služby internetového prístupu je potrebné min. 1 káblový Wi-Fi router. Ideálny nájsť je osobitne spoplatnený. Informácie a poplatky sú uvedené v Ceníku, ktorý je spolu so všetkými informáciami distribuovaný na www.digitalslovakia.sk. Tento status má iba informatívny charakter.



KVALITNÉ POTRAVINY za DISKONTNÉ CENY

od pondelka
24. júla



Supercena

75 g

0.65

• (100 g = 0,87)

Paštéta
• rôzne druhy



150 g

-45%

~~0.60*~~

0.33

• (100 g = 0,22)

Smotanový jogurt
• rôzne druhy



185 g

-44%

~~2.49*~~

1.39

• (100 g = 0,75)

Tuniakový šalát
• rôzne druhy

92 %
podiel
mäsa



Morčacia šunka

- v ponuke
aj Kuracia
šunka
100 g
za 1,19 €

100 g

-23%

~~1.69~~

1.29



Lubovnianska

- rôzne druhy
- + záloh za
obal 0,15 €

1,5 l

-32%

~~0.49~~

0.33

• (1 l = 0,22)



35 g

-33%

~~0.59~~

0.39

• (100 g = 1,11)

Oriešková tyčinka
• rôzne druhy

1 kus
iba 1 €



4x0,5 l = 2 l

-28%

~~5.56*~~

3.99

• (1 l = 2,00)

Pilsner Urquell

- svetlý ležiak
- + záloh
za obaly 0,60 €



Perwoll

- tekutý prací
prostriedok
- rôzne druhy

73 praní

-50%

~~19.99~~

9.99

• (1 pranie = 0,14)

*Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

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

Ponuka tovaru platí od 24. 7. do 30. 7. 2023 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.



49-0036

**POMÔŽEME
VÁM
NAŠTARTOVAŤ
VAŠE
PODNIKANIE !**



INZERCIA



TLAČ



DISTRIBÚCIA



ONLINE

ORAVSKO
REGIONPRESS

Oravsko.sk

0907 727 203, 0908 792 859

oravsko@regionpress.sk

S	9		3				7	5	
U						2			
D			4			1		3	
O		3		5			8		
K		4		1					
U	7	9			4				1
			5					7	
	8					2	4		9

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

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

**MT-SPORT
LOKCA**



BICYKLE & ELEKTROBICYKLE

so zľavami do

-25%

Akcia prebieha v kamennej predajni **MT sport Lokca**

LOKCA 141/22, Hradská, pri hlavnej ceste | 0910 199 178 | mt.sport.turac@gmail.com | Po-Pia 8:00 - 11:30, 12:00 - 17:00 | So 8:00 - 17:00

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

GS
EUROTHERM
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

0940 723 073
trofejeeu@gmail.com

**EKOLOGICKÉ
ČISTENIE
FASÁD**

Patentovaná
kontaktná
technológia

BEZPLATNÁ
UKÁŽKA
A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

Bez vysokotlakových
čističov

f BombaFasada
www.BombaFasada.sk
0905 148 393

**ZĽAVA
50%**
rodinné
domy

Oplatí sa!.sk

**ZAČNITE PREDÁVAŤ
ONLINE!**

**Stavba a rekonštrukcie
RD a bytov
Zatepľovanie RD
Sadrokartón**

**Obklady
Dlažby
Kúpeľne**



tel: 0905 244 170

Komíny s najlepším pomerom ceny a kvality na trhu

ceny + DPH		Komíny "TUMA THERM +" Samot duplovany pláče - duté paliek		Komíny TUMA POLK Samot nailacnejší! Tuhé paliek		TECNOVIS		KRBY kachle pece na pelety	
výš.	110-124	125-149	150-174	175-199	200-224	225-249	250-274	275-299	300-324
3m	387	481	500	515	554	567	370	445	438
4m	390	491	549	617	626	621	481	495	502
5m	411	510	579	678	687	681	511	521	512
6m	432	531	609	728	737	731	541	551	542
7m	453	552	649	787	796	791	571	581	572
8m	474	573	699	846	855	849	601	611	602

DOVOZ do 5 pracovných 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.: **Banská Bystrica** - 0915 905 112

Exotická záhrada Bánovce n. Bebr.
www.palmy-cykasy.sk

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

na drevo - uhlie - pelety

INZERUJTE
V NAJČITANEJŠÍCH
REGIONÁLNYCH NOVINÁCH
NA CELOM SLOVENSKU



0907 727 203, 0908 792 859

**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
Kvalitný finančný príspevok na obnovu

Zelená domácnosť

**Dotácie od EU
1 500 €**

***Fotovoltaická elektrárňa
2300 Wp**

- pozostáva z 5 panelov o výkone 455 Wp
- inštalovaný výkon 2300 Wp
- zariadenie na kľúč
- návratnosť investície 4-5 rokov
- ročná výroba el. energie 3000 kWh
vrátane montáže

**už od
1 990 €**

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 €**