

# KYSUCKO

## ČADČIANSKO-KYSUCKONOVOMESTSKO



Čítajte nás:

[www.cujte.sk](http://www.cujte.sk)

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 29 300 domácností

**VÝKUP KÁBLOV**  
**MEĎ** až **8,40** EUR/kg  
 0903 431 746  
[www.zberneteplicka.sk](http://www.zberneteplicka.sk)

**NÁTERY STRIECH 2x**  
 OPRAVA, BRÚSENIE, Všetko za dobrú cenu  
 VAPKOVANIE STRIECH A MAĽOVANIE FASÁD  
 VÝMENA ŽLABOV  
 +421 940 187 990

**VYKÚPIME DOM, BYT AJ V EXEKÚCII**  
**PLATBA IHNEĎ**  
 Bez provízie a poplatkov  
 0902 614 251

**SUSED NA POMOC**  
 (hodinový manžel) Čadca a okolie  
 Domáce opravy a montáže  
 Elektroinštalačné práce  
 Montáž-demontáž, odvoz nábytku  
 Pomocné práce a omnoho viac  
 0952 616 826 @susednapomoc

**NÁJDITE NOVÝCH ZAMESTNANCOV**  
 EFEKTÍVNEJŠIE  
 ZAVOLAJTE  
 0915 780 751  
**LEPŠIA PRÁCA SK**

**KÚPIM ORNÚ PÔDU**  
 0948 107 044

**PALIVOVÉ DREVO**  
**AKCIA MAREC**  
 POLIENKA TVRDÉ DREVO SYPANÉ  
 25 cm 65,- €  
 30 cm 62,- €  
 33 cm 59,- €  
 40 cm 54,- €  
 50 cm 49,- €  
 + balík podpaľovacích triesok zdarma  
 0917 249 284  
 aktuálny cenník:  
[www.pilavelkerovne.sk](http://www.pilavelkerovne.sk)  
 doprava: 1 €/km

**PALIVOVÉ ŠTIEPANÉ DREVO**  
 SMREKOVÉ, BUKOVÉ  
 0917 296 904

**Predám PALIVOVÉ DREVO**  
 viacerých typov-smrek, buk-kratina, metrovica, polienka. **UKLADANÉ**  
 Cena od 30€  
 Bližšie info 0944 047 780

**Príviesy** výroba • oprava •  
**AUTOKLÚČE** výroba • oprava •  
 • požičovňa  
 • predaj  
**ARENATECH, s.r.o.**  
 0908 962 950 [www.arenatech.sk](http://www.arenatech.sk)

**PALIVOVÉ DREVO**  
 - metrovica  
 - polienka  
 - pelety  
 0948 141 080  
 Z trvalo udržateľného slovenského lesa

**23. marca 1983** Výročia a udalosti  
 prezident USA **Ronald Reagan** prišiel so strategickou obrannou iniciatívou, návrhom na vývoj technológie na obranu proti nepriateľským raketám

**TIPOS** Vaše výhry, naša radosť  
  
**Každý deň sa môžeš mať ako prasa v žite**  
 HRAJ ZODPOVEDNE 18+

Bezplatný týždenník

**KYSUCKO**  
ČADČIANSKO-KYSUCKONOVOMESTSKO

EV 6220/24

vydáva spoločnosť  
**REGIONPRESS**  
so sídlom Pekárska 7489/40A,  
917 01 Trnava, IČO: 36252417.

Ročník III, rok 2026

Redakcia: Vysokoškolačkov 6  
ŽILINA  
kysucko@regionpress.sk

**INZERCIA**

Mgr. Dana Mráziková 0908 979 468  
Barbora Gajdošová 0915 780 151

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



**DISTRIBÚCIA** (29.300 domácností)

**páry týždeň:**  
Kysucké Nové Mesto, Dubie, Čadca, Čierne, Krásno nad Kysucou, Raková, Staškov, Turzovka, Zborov nad Bystricou, Budatínska Lehota, Dolný Vadičov, Lodno, Lopušné Pažite, Radola, Rudina, Rudinka, Snežnica, Nová Bystrica, Stará Bystrica, Vyšný Keľčov

**nepáry týždeň:**  
Nová Bystrica, Stará Bystrica, Turzovka, Vyšný Keľčov, Dubie, Čadca, Čierne, Krásno nad Kysucou, Raková, Staškov, Zborov nad Bystricou, Budatínska Lehota, Kysucké Nové Mesto, Dolný Vadičov, Lodno, Lopušné Pažite, Radola, Rudina, Rudinka, Snežnica

# Obezita predstavuje jeden z významných zdravotných problémov

Svetový deň obezity, ktorý sme si pripomenuli v uplynulých dňoch, bol vyhlásený v roku 2015 organizáciou World Obesity Federation v spolupráci so Svetovou zdravotníckou organizáciou (WHO). Jeho cieľom je upozorniť ľudí na narastajúci výskyt obezity a podporiť riešenia, ktoré im pomáhajú dosiahnuť a udržať si zdravú telesnú hmotnosť.

„Obezita je stav, pri ktorom dochádza k nadmernému ukladaniu telesného tuku v organizme. Tento stav môže výrazne zvýšiť riziko vzniku viacerých ochorení, najmä srdcovo-cievnych chorôb, cukrovky 2. typu, vysokého krvného tlaku, ochorení pohybového aparátu alebo niektorých druhov rakoviny,“ objasňuje na sociálnej sieti Regionálny úrad verejného zdravotníctva (RÚVZ SR) Bratislava a dodáva, že v posledných desaťročiach sa výskyt nadváhy a obezity výrazne zvýšil. V európskom regióne má približne polovica dospelých populácie nadváhu a významná časť z nej trpí obezitou. Tento problém sa čoraz častejšie objavuje aj u detí a dospievajúcich.

Na posúdenie primeranej telesnej hmotnosti sa najčastejšie používa BMI (Body Mass Index) – index telesnej hmotnosti. „Tento ukazovateľ sa vypočíta ako pomer telesnej hmotnosti a druhej mocniny telesnej výšky. Okrem BMI sa pri hodnotení zdravotného rizika využíva aj meranie

obvodu pásu alebo pomeru obvodu pásu a bokov (WHR), ktoré pomáhajú posúdiť rozloženie telesného tuku v tele,“ objasňuje Mgr. Klinčáková z Poradne zdravia RÚVZ SR Bratislava.

Na vzniku obezity sa podieľa viacero faktorov, ktoré sa často navzájom kombinujú. Môžeme medzi ne zaradiť:

- nadmerný energetický príjem
- nevhodné stravovacie návyky
- nedostatok pohybovej aktivity
- sedavý spôsob života
- nedostatok spánku a zvýšená miera stresu
- genetické predispozície
- hormonálne poruchy, napríklad poruchy štítnej žľazy
- užívanie niektorých liekov
- vplyv rodinného a sociálneho prostredia

Prevenca obezity je kľúčová pre zachovanie dobrého zdravotného stavu a kvality života. Jej základom je najmä:

- vyvážená a pestrá strava s dostatkom ovocia, zeleniny a vlákniny
- pravidelná fyzická aktivita, aspoň 30 minút denne
- obmedzenie konzumácie sladkých nápojov a vysoko spracovaných potravín
- dostatočný a kvalitný spánok
- menej stresu a podpora zdravého životného štýlu.

» ren

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

*Všetko pro Vaš komín*

www.kominy-kabac.sk

☎ 0908 591 216 ☎ 0905 742 808

**FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE**

od 15€/bm

• PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV  
• ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV  
• OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL

ZĽAVA na materiál 45%

0948 012 507 • www.profikominy.sk

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

**21. marca 1953** Výročia a udalosti

**Antonín Zápotocký** bol Národným zhromaždením zvolený za **prezidenta ČSR**

**FARMA**  
U FLÁŠKOV

**MLÁDKY DOMINANT**

Vek OD 14 týždňov  
(rozvoľ od 1. marcového týždňa)

Cena od **8,20 eur** za 1 ks  
od 10ks doprava **zdarma**

☎ 0915 988 336  
www.uflaskov.sk

**ZATEPLENIE DOMOV, FASÁDY, STRECHY, OPRÁVY KOMÍNOV, NÁTERY STRIECH, FASÁD, REKONŠTRUKCIE, ELEKTROINŠTALÁCIE, JADRÁ, OBKLADY, POTERY, MALOVKY, OMIETKY, IZOLÁCIE DOMOV, OPLOTENIA, ZÁMKOVÁ DLAŽBA, VÝMENA RÍN**

**0902 266 147**

**ŠUMNÁ STRECHA**

-nátery striech  
-nátery kostolov  
-oprava komínov

**MICHAL**

**0908 337 893**

Kúpim hodinky, budíky a hodinárske súčiastky či náradie, aj po inom hodinárovi alebo z pozostalosti. Tel.: 0918 170 073

**PLECHOVÁ STREŠNÁ KRYTINA**  
cena za materiál a prácu 26,99 € / m<sup>2</sup>

0915 470 099 | SME MAĎARSKÁ FIRMA

23. decembra 2024 sa môj život navždy zmenil...

*Prosím, pomôžte mi pokračovať.*

Mám ochrnuté horné aj dolné končatiny. Každodenné rehabilitácie sú moja jediná šanca.

**DARUJTE MI 2% Z DANÍ**  
Ďakujem z celého srdca

IČO: 37900706 - NADÁCIA SPOLOČNE PRE REGIÓN  
Blíže info: katkaminarova222@gmail.com, alebo 0911 845 424

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

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

**Západné Slovensko**

|    |        |                     |
|----|--------|---------------------|
| BV | 97240  | BRATISLAVSKO východ |
| BZ | 106540 | BRATISLAVSKO západ  |
| DS | 34.320 | DUNAJSKOSTREDSKO    |
| GA | 34.390 | GALANTSKO-ŠALIANSKO |
| HC | 30.330 | HLOHOVECKO-SEREĎSKO |
| KM | 16.450 | KOMÁRŇANSKO         |
| LV | 30.580 | LEVICKO             |
| MA | 29.680 | MALACKO             |
| NR | 54.170 | NITRIANSKO          |
| NZ | 35.050 | NOVOZÁMCKO          |
| PK | 22.970 | PEZIANSKO           |
| PN | 41.870 | PIEŠŤANSKO-NM-MY    |
| SC | 35.420 | SENECKO             |
| SE | 36.750 | SENICKO-SKALICKO    |
| TO | 41.930 | TOPOĽCIANSKO-PE-BN  |
| TN | 60.750 | TRENČIANSKO-DCA-IL  |
| TR | 49.930 | TRNAVSKO            |
| ZM | 20.930 | ZLATOMORAVSKO       |

**Stredné Slovensko**

|    |        |                    |
|----|--------|--------------------|
| BB | 56.200 | BANSKOBYSTRICKO-BR |
| KY | 29.300 | KYSUCKO-CA-KM      |
| LI | 37.270 | LIPTOVSKO-LM-RK    |
| LC | 30.860 | LUČENECCKO-VK-PT   |
| MT | 38.570 | MARTINSKO-TR       |
| OR | 34.980 | ORAVSKO-DK-NO-TS   |
| PB | 33.590 | POVAŽSKO-PB-PU     |
| PD | 40.150 | PRIEVIDSKO         |
| ZV | 38.400 | ZVOLENSKO-DT-KA    |
| ZH | 26.880 | ŽIARSKO-ZC-BŠ      |
| ZH | 50.780 | ŽILINSKO-BY        |

**Východné Slovensko**

|    |        |                   |
|----|--------|-------------------|
| BJ | 37.210 | BARDEJOVSKO-SK-SP |
| GE | 30.830 | GEMERSKO-RV-RS-RA |
| HU | 27.190 | HUMENSKO-VT-SV-ML |
| KE | 92.130 | KOŠICKO           |
| KS | 24.900 | KOŠICKO okolie    |
| SL | 12.940 | LUBOVNIANSKO      |
| MI | 31.260 | MICHALOVSKO-TV-SO |
| PP | 41.520 | POPRAĎSKO-KK      |
| PO | 49.940 | PREŠOVSKO-SB      |
| SN | 32.540 | SPIŠSKO-LE-GL     |

# Témou roka sa stali liečivé a aromatické rastliny Pripomenuli sme si Svetový deň divej prírody

V uplynulých dňoch sme si pripomenuli Svetový deň divej prírody. Ide o každoročné medzinárodné podujatie Organizácie Spojených národov, ktoré sa slávi na počesť podpísania Dohovoru o medzinárodnom obchode s ohrozenými druhmi voľne žijúcich živočíchov a rastlín – CITES v roku 1973. Tento deň má za cieľ zvýšiť povedomie o dôležitosti ochrany divokej prírody a o jej význame pre planétu aj ľudstvo.

Téma tohto roka sa sústreďuje na dôležitú a menej známu časť biodiverzity – voľne rastúce liečivé a aromatické rastliny a ich úlohu pri zabezpečovaní ľudského zdravia a zachovávaní tradícií, podpore kultúrneho dedičstva a lokálnych zvykov a vytváraní občiny pre komunitu závislé od prírodných zdrojov. „Tieto rastliny predstavujú základ mnohých liečiv a slúžia ako suroviny pre farmaceutický, potravinársky a kozmetický priemysel. Zároveň sú však vystavené rastúcim tlakom, ako sú nadmerný zber, strata biotopov, klimatické zmeny či neudržateľný obchod s voľne žijúcimi druhmi,“ približil Odbor komunikácie a propagácie Štátnej ochrany prírody SR (ŠOP SR).

### Prečo je táto téma dôležitá?

Svetový deň divej prírody je dnes aktuálnejší než kedykoľvek predtým. Biodiverzita klesá rýchlejšie než v minulosti. „Strácame jednotlivé druhy aj celé biotopy, čím sa osla-

buje stabilita ekosystémov, od ktorých závisí naše zdravie, potravinová bezpečnosť aj dostupnosť vody. Voľne rastúce liečivé a aromatické rastliny môžu byť ohrozené nadmerným zberom a nezodpovednými obchodnými praktikami,“ uvádza ŠOP SR a dodáva, že niektoré druhy sú už zaradené v zoznamoch CITES, preto je ich trvalo udržateľné využívanie kľúčové. Ochrana týchto rastlín podporuje zdravie ľudí, zachovanie tradičných vedomostí a ekonomickú stabilitu komunit, ktoré sú od prírodných zdrojov závislé.

### Aj na Slovensku máme cenné druhy

Aj na Slovensku sa nachádza množstvo cenných druhov, napríklad plúzgerka islandská, horec bodkovaný, medvedica lekárska, vachta trojlístá, rozchodnica ružová alebo kľukva močiarna, z ktorých sa zbierajú napríklad korene ako súčasť tradičného liečiteľstva. „Tieto druhy si dnes vyžadujú citlivú ochranu a udržateľné využívanie. Princíp ochrany a zároveň šetrného využívania prírodných zdrojov je zakotvený aj v slovenskej legislatíve ochrany prírody,“ objasňuje ŠOP SR.

### Ohrozené druhy na Slovensku

Aj na Slovensku máme viacero ohrozených druhov. Tie najviac ohrozené rastlinné a živočíšne druhy sú uvedené v Červených zoznamoch Slovenska. Do kategórie kriticky ohrozený druh patrí napríklad svišť tatran-



Fotografie rastlinných druhov: kľukva močiarna, vachta trojlístá, rozchodnica ružová. zdroj foto Archív ŠOP SR

ský. Medzi ohrozené druhy patrí syseľ pasienkový, hraboš panónsky, rys ostrovid a kamzík tatranský. Medzi zraniteľné druhy patrí napríklad mačka divá, vydra riečna a viaceré druhy netopierov. Z najznámejších skupín bezstavovcov patrí medzi kriticky ohrozené 46 druhov motýľov napríklad jasoň červeno-černý, žltáček zanovňavý, modráčik horcový, 14 druhov chrobákov a 25 druhov mäkkýšov. Medzi kriticky ohrozené patrí aj 12 druhov vtákov, napríklad sokol kobcovitý a murárik červenokrídly.

### Najohrozenejšie biotopy

Najviac ohrozené sú druhy viazané na špecifické a ubúdajúce biotopy, napríklad mokrade, tradične obhospodarované lúky či staré lesy. Na mokrade a vodné ekosystémy sú

viazané napríklad mlok karpatský a viaceré druhy obojživelníkov a plazov, ktoré patria medzi ohrozené skupiny živočíchov. V starých lesoch nachádzajú útočisko druhy ako hlučan hŕbný, orol kriklavý alebo rys ostrovid. Medzi ohrozené rastliny patria druhy viazané na tradičné hospodárenie, ktoré z krajiny postupne miznú, napríklad viaceré druhy orchideí (vstavačov), napríklad vstavač vojenský, alebo hmyzovníky typické pre kosné lúky. Zraniteľnou skupinou sú aj opelovače, ktorých populácie negatívne ovplyvňuje intenzívne poľnohospodárstvo a strata kvitnúcich biotopov – teda zdrojov potravy.

„Výzvou zostáva systematická ochrana krajiny ako celku, najmä mimo veľkoplošných chránených území,“ uzatvára Odbor komunikácie a propagácie ŠOP SR.

» ren

**REGIONPRESS**

# NAHLAS...

...o veciach verejných

## Nástroj pre efektívnu komunikáciu s občanmi

**Chcem prísť do nášho mesta poctívnu prácu, otvorenosť a riešenia, ktoré ľudom pomôžu**

*„Buduším som sa kandidovať na post starostu nášho mesta. Chcem byť poctivý a otvorený, a hlavne som ochotný počúvať ľudí. Chcem byť transparentný a zodpovedný.“*

**Štvrtstranový PR článok**

**Kandidujem do VÚC, aby som do kraja priniesol viac poriadku, otvorenosť a zodpovedného riadenia**

*„Chcem byť otvorený a komunikovať s ľuďmi. Chcem byť poctivý a zodpovedný. Chcem byť transparentný a zodpovedný.“*

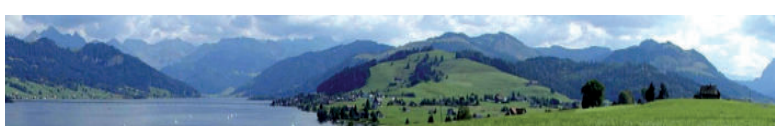
**Polstranový PR článok**

**0911 593 555**  
moriak@moriak.sk

# PONÚKAME MORIAKY na ďalší chov

**FARMA ČREMOŠNÉ** Dovezieme až k Vám

**Zarezerwujte si 6+ týždňové moriakky na ďalší chov priamo od chovateľa** **Cena 15-16 €/ks**



# POTREBUJETE REKLAMU DO NOVÍN KYSUCKO, ALEBO DO INÝCH REGIÓNOV NA SLOVENSKU?

✉ [kysucko@regionpress.sk](mailto:kysucko@regionpress.sk)

Kontakt: Dana Mráziková | [mrzikova@regionpress.sk](mailto:mrzikova@regionpress.sk) | 0908 979 468

**18+ HRAJ  
ZODPOVEDNE**

Zákaz hrania hazardných hier osobám mladším ako 18 rokov.  
Hazardné hry predstavujú riziko vysokých finančných strát.  
Nadmerné hranie prináša so sebou možné zdravotné riziká.  
Viac info na [www.tipos.sk](http://www.tipos.sk)

**TIPOS** 20 €

**PARTY**  
prasa v zite

200 000 € ihneď! a 12 000 €  
ako DARČEK NAVYŠE na celý rok!

**TIPOS**

**VÁŠE VÝHRY, NAŠA RADOSŤ**

# Každý deň sa môžeš mať ako

**prasa v žite**

Žreb **Párty prasa v žite**  
ti dáva šancu na výhru  
až **200 000 €** ihneď  
a 12 000 € na rok

[WWW.TIPOS.SK](http://WWW.TIPOS.SK)



**Raiffeisen  
Bank**

Želáte si  
**veľa rokov**  
**bez úrokov?**  
Raifkujte.



Raiffeisen banka, Táto banka os. organizácia zložené podnikár - Raiffeisen banka.

Parádna pôžička s **0 % úrokom**  
už po dvoch rokoch splácania  
až do **40 000 €**.  
A ešte k tomu úplne **bez poplatkov**.

Viac informácií o podmienkach výhodnej Pôžičky získate v pobočke alebo na  
[www.raiffeisen.sk/pozicka](http://www.raiffeisen.sk/pozicka). Infolinka: 0850 850 555 | [www.raiffeisen.sk](http://www.raiffeisen.sk)



Príklad výpočtu ročnej percentuálnej miery nákladov Parádnej pôžičky (RPMN): celková výška pôžičky: 40 000 €, výška mesačnej splátky prvých 24 mesiacov je 525,31 €, výška mesačnej splátky po 24 mesiacoch je 437,36 € (výška poslednej splátky pôžičky je 437,19 €), poplatok za poskytnutie: 0 €, počet splátok 96, doba splatnosti 8 rokov. Štandardná úroková sadzba prvých 24 mesiacov je 5,90 % p. a. (fixná), po 24 mesiacoch je 0 % p. a., RPMN je 6,16 % (upozorňujeme, že pre výpočet RPMN sme použili dodatočný zákonný predpoklad a počítali sme, že úroková sadzba bude 5,90 % p. a., počas celej doby splácania pôžičky a nezahrňuje zníženie úrokovej sadzby na 0 % po 24 mesiacoch splácania), celková čiastka ktorú zaplatíte po znížení úroku je 44 104,29 €. Pre všetky príklady platí, že pri výpočte úrokov vychádzame zo skutočného počtu dní v jednotlivých mesiacoch a predpokladu dĺžky kalendárneho roka 360 dní.

# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA

## EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU



BEZ  
WAPKY

BEZPLATNÁ  
UKÁŽKA

### BOMBA FASÁDA

[www.bombafasada.sk](http://www.bombafasada.sk)  
+421 905 148 393  
[info@bombafasada.sk](mailto:info@bombafasada.sk)

UŽ OD  
**499 €**

DARČEK  
ZADARMO  
4L HNOJIVA

**galerica**  
ODOLNÉ SKLENÍKY  
Z POLYKARBONÁTU

|                  | Š x V x D      |       |
|------------------|----------------|-------|
| <b>GRETA</b> TIP | 2 x 2 x 4 m    | 499 € |
| <b>GLORIA</b>    | 2,58 x 2 x 4 m | 599 € |
| <b>GALA</b>      | 3 x 2 x 4 m    | 469 € |
| <b>GENIO</b>     | 3 x 2,07 x 4 m | 499 € |
| <b>GARANT</b>    | 3 x 2,07 x 4 m | 599 € |
| <b>GULLIVER</b>  | 3 x 2,07 x 4 m | 669 € |
| <b>GOLIÁŠ</b>    | 3 x 2,1 x 4 m  | 749 € |
| <b>GORAL</b>     | 3 x 2,3 x 4 m  | 749 € |
| <b>GALINA</b>    | 3 x 2,27 x 4 m | 899 € |

Všetky modely je možné predĺžovať o 2m.

- o DOPRAVA ZADARMO
- o JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 [galerica.sk](http://galerica.sk)

## POKRÝVAČ STRIECH MAJSTER TESÁR

- kompletná montáž nových striech
- kompletná renovácia striech
  - renovácia žľabov
- renovácia hospodárskych budov
- pokládka strešnej krytiny • zateplenie



ZĽAVA  
-15%

Kontakt: +421 917 506 871

LEPŠIA SK  
PRÁCA

PERSONÁLNA AGENTÚRA

NÁJDITE  
NOVÝCH  
ZAMESTNANCOV

EFEKTÍVNEJŠIE

## Revolúcia vo svete fitness dorazila na Slovensko



[www.imbodysport.sk](http://www.imbodysport.sk)

- Viac ako 500 cvikov so záťažou do 100 kg na všetky časti tela v jedinom stroji
- Futuristický dizajn s minimálnym nárokom na priestor
- Cvičenia si môžete nastaviť sami alebo sa necháte viesť umelou inteligenciou
- Na veľkom displeji uvidíte ukážky ako cvičiť a potom priebeh vášho výkonu
- Stroj je prepojený s mobilnou aplikáciou, ktorá zaznamenáva Vaše cvičenia a umožní plánovať ďalšie

## VŠESTRANNÉ VYUŽITIE

### FITNESS CENTRÁ

Cvičenie s trénerom aj individuálne  
Od jednoduchých po komplexné cviky

### DO DOMU A BYTU

Využitie pre celú rodinu. Stačí minimum priestoru. Cvičíte kedy chcete

### REHABILITÁCIA

Kontrolovaný pohyb, progresívna záťaž,  
bezpečná spätná väzba

**IMBODY SPORT**

[info@imbodysport.sk](mailto:info@imbodysport.sk)

INFORMÁCIE: +421 907 895 865



### ŠPORTOVÉ KLUBY

Pokročilé funkcie pre profesionálov  
a kondičných trénerov

### HOTELY & WELLNESS

Prémiový zážitok, minimum priestoru,  
maximálna pridaná hodnota



# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA

**GS**  
EUROTHERM  
MONT



ZASKLENIA TERÁS A BALKÓNOV  
PRÍSTREŠKY NAJVIŠŠEJ KVALITY  
NAJLACNEJŠIE PREKRYTIA BAZÉNOV  
ZÁBRADLIA A BRÁNY NA MIERU

**gszasklenie.sk**  
**0800 333 223**

DAJTE PREDNOŠŤ SLOVENSKEJ KVALITE  
S NAMI SA VŽDY VIETE DOHODNÚŤ  
ODOLNÉ ZVÁRANÉ KONŠTRUKCIE  
SME VEĽKÁ SPOLOČNOSŤ, VIAC NEŽ 90 ĽUDÍ  
MENÍME VAŠE SNY NA REALITU UŽ 25 ROKOV



HLINÍK, DREVO  
ČI NEREZ?  
S TÝM SI HRAVO  
PORADÍME!  
ZAMERANIE A  
3D VIZUALIZÁCIA  
**ZDARMA**



**Stannah**



**Ponuka**  
Darček  
v hodnote  
až 200,- €

**Môj domov. Môj život.  
Môj Stannah výťah.**

Keď sa zhorší mobilita a každý krok je náročný, schodisková stolička Stannah môže byť riešením, ktoré vám pomôže zostať nezávislý a žiť naplno vo vlastnom domove.

Pre ŤŽP občanov možnosť vybaviť na zakúpenie stoličkového výťahu peňažný príspevok od štátu.



Pretože Stannah zmení Váš život.



**0800 162 162**

[www.stannah.sk](http://www.stannah.sk)

**EXPERTI NA STRECHY**  
POKRÝVAČSKÉ / TESÁRSKE PRÁCE

» POKLÁDKA PLECHOVEJ STREŠNEJ KRYTINY  
» RENOVÁCIA STRIECH / GARÁŽÍ  
» ZATEPLENIE, OPRAVA ŽĽABOV  
» KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH

**OBHLIADKA  
A PONUKA  
ZDARMA**

**-10%  
Z CENY PRÁCE**



**ZA KVALITU PRÁCE RUČÍME!**

**Kontakt: Janek - 0919 495 628**

## OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH,  
KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

BITUMÉNOVOU LEPENKOU bez demontáže pôvodnej krytiny

⇒ zameranie ⇒ odborné poradenstvo ⇒ slovenská firma  
⇒ cenová kalkulácia ZDARMA!!!

**!!! NOVINKA !!!**

BITUMÉNOVÁ LEPENKA určená pod solárne panely.  
Veľmi výhodná aj na bežné prekrytie strechy  
- znižuje teplotu strechy na 40 až 50 stupňov.

**NON STOP - 0944 720 932**

**VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽĽABOV**



**ZÁRUKA  
20 ROKOV**

**SOS STREŠNÉ PRÁCE**  
Tesár, klampiar, pokrývač

Pokrývačské práce  
Nové strešné konštrukcie, Opravy  
Izolácia plochých striech  
Klmpiarske práce, Zateplenie

**Obhliadka a cenová ponuka ZDARMA**

**Zľava 15%  
na objednávky  
prac do 31.3.**



**KONTAKT: +421 918 081 699**

**PRE VEĽKÝ ZÁUJEM PREDLŽUJEME AKCIU AŽ DO KONCA MARCA**



info@ecoenergy.sk  
www.ecoenergy.sk

**VOLAJTE: 0914 403 131**  
Alebo: 0909 131 131



Spolufinancované  
Európskou úniou



Zelené domácnostiam  
Podpora využitia  
obnoviteľných zdrojov  
ENERGIE

**DOTÁCIU ODPOČÍTAME IHNEĎ**

**Tepelné čerpadlo Galmet Prima**

**4790€\***

\*platí pre verziu 10kw

**...nečakajte kým zdražíme**

**VYUŽITE BEZPLATNÚ OBHLIADKU**



- s našim tepelným čerpadlom zabudnete na uhlie a drevo  
- užite si komfort, pohodlie a teplo domova bez námahy  
- dostupné verzie 6kw, 8kw, 10kw, 12kw a 16kw  
- vhodné pre radiátory  
- pracuje aj pri teplote -25°C  
- 10kw verzia vykúri 180m2

