

# ŽILINSKO BYTČIANSKO



Čítajte nás:

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

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 50 780 domácností

L  
E  
X  
A  
N



**polykarbonát  
rezanie na mieru**

**AR TRADE - PRO**

**Považské Podhradie**

**0904 030 950**

**[www.artrade.sk](http://www.artrade.sk)**

**NÁTERY, OPRAVA,  
ČISTENIE**

**- STRIECH  
- KOMÍNOV**

za dobrú cenu

**0940 128 302**

**SKRINE + ŠATNÍKY  
NA MIERU AKCIA**

Hliníkové kovanie, komplet korpus, boky, dná, police, vešiakové tyče, ABS hrany, posuvné dvere

**AKCIA: zameranie, dovoz, montáž V CENE**

**0917 346 632** [nabytokgabor@gmail.com](mailto:nabytokgabor@gmail.com) [www.nabytokgabor.sk](http://www.nabytokgabor.sk) výpočet ceny cez telefón

**STÁHOVANIE**

0911 319 509

0918 799 309

**SVD**

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

BYTY, KLAVÍRE, KANCELARIE, TREZORY, DOPRAVA

**VÝPREDAJ  
PLETIVA**



0948 199 128

ZBERNÉ Pletivo, s.p.a.  
Páľňohospodár č. 1539  
Teplicko-od Vahom

Rôzne farby vzorov

**PALIVOVÉ  
DREVO**

**TVRDÉ  
A MÄKKÉ**

sypané  
v kontajneri  
od 4 prms do 12 prms

**VEĽKOSŤ POLIENOK  
podľa požiadavky  
od 25 cm do 50 cm**

objednávky  
**0917 249 284**

aktuálny cenník:  
[www.pilavelkerovne.sk](http://www.pilavelkerovne.sk)  
doprava: 0,90 €/km



**STK**  
len za **85 €**

Služby technickej, emisnej kontroly a kontroly originality na všetky typy vozidiel.

Rosinská cesta 7, Žilina

0911 754 138 | [www.tuvsud.com/stk](http://www.tuvsud.com/stk)

**INZERCIA**

**0905 362 803**

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

**VYKÚPIME OSOBNÉ AUTÁ**  
- POJAZDNÉ, V HOTOVOSTI **0918/566 211**

**PRENÁJOM KONTAJNEROV**  
Stavebný odpad, Objemný odpad, Bio odpad



AUTODOPRAVA ☎ **0903 431 746**  
[www.kontajneryzilina.sk](http://www.kontajneryzilina.sk)

**ČISTENIE HROBOV**

JEDNOHROB 50 € DVOJHROB 70 €

**Dosekávanie písma**

Do 10 znakov 100 €, 11 a viac 10 €/znak

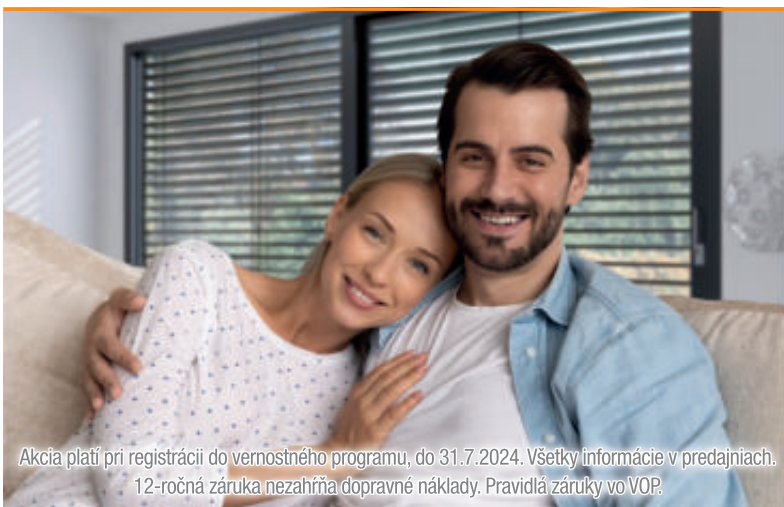
**Obnova písma 1 €/znak**

**Doprava a impregnácia ZDARMA!!**

Ing. Miroslav Greisiger  
**0940 653 651, 0919 205 521**

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

**AKCIA  
do  
16.7.2024!!**



**OKNÁ | BRÁNY | TIENENIE**  
**DARUJEME VÁM 12-ROČNÚ ZÁRUKU**

**ŽILINA:** Kamenná 4, areál KINEKUS, 0907 284 483, [za@ekoprofil.sk](mailto:za@ekoprofil.sk)

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

Akcia platí pri registrácii do vernostného programu, do 31.7.2024. Všetky informácie v predajniach.  
12-ročná záruka nezahŕňa dopravné náklady. Pravidlá záruky vo VOP.

Bezplatný týždenník

**ŽILINSKO  
BYTČIANSKO**

EV 6214/24

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

Ročník I, Vydanie 11, týždeň 28/2024.

Redakcia: Vysokoškôľakov 6  
ŽILINA  
zilinsko@regionpress.sk

**INZERCIA**

Mgr. Dana Mráziková 0908 979 468  
Veronika Žideková 0905 362 803  
Barbora Gajdošová 0915 780 751

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

**Vychádzame na recyklovanom papieri**

**DISTRIBÚCIA** (50.780 domácností)

**pámy týždeň:** Bánová, Brodno, Budatín, Bytča, Považský Chlmec, Trnovec, Zádubnie, Zástranie, Závodie, Žilina, Belá, Bitarová, Dolný Hričov, Gbeľany, Horný Hričov, Kotlíčna Lúčka, Krasňany, Horný Hričov, Lietavská Lúčka, Nededza, Porúbka, Rosina, Stráža, Teplička nad Váhom, Terchová, Turie, Varín, Višňové, Hliník nad Váhom, Veľká Bytča, Hvozdnica, Kolárovice, Kotešová, Predmier, Štávanik, Veľké Rovné

**nepámy týždeň:** Bánová, Brodno, Budatín, Bytča, Mojsová Lúčka, Považský Chlmec, Trnovec, Zástranie, Závodie, Žilina, Žilinská Lehota, Belá, Bitarová, Kamenná Poruba, Kronska, Kotlíčna Lúčka, Krasňany, Lietava, Lietavská Lúčka, Babkov, Lietavská Svinná, Mojs, Nededza, Nezbudská Lúčka, Otvčarsko, Podhorie, Porúbka, Rajec, Rajecká Lesná, Poltvice, Rajecké Tepliče, Rosina, Stráňavy, Stráža, Strečno, Teplička nad Váhom, Terchová, Turie, Varín, Višňové

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	97.240	BRATISLAVSKO	východ
BZ	106.540	BRATISLAVSKO	západ
DS	34.320	DUNAJSKOTREDSKO	
GA	34.390	GALANTSKO-ŠALANSKO	
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	PEZINSKO	
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY	
SC	35.420	SENECKO	
SE	36.750	SENICKO-SKALICKO	
TO	41.930	TOPOĽČIANSKO-PE-BN	
TT	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	LUČEŇSKO-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-BS	
ZA	50.780	ŽILINSKO-BY	

**Východné Slovensko**

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

## Užívajme si leto každý deň

Leto sa už pomaly, ale isto rozbehlo, počasie nám praje, a tak si môžeme užívať pekné dni plné zaujímavých zážitkov.

Leto je na množstvo a výber všakovakých podujatí asi tým najbohatším ročným obdobím. A hoci dovolenka ako taká trvá zvyčajne len nejaký ten týždeň či dva, užívať si relax a oddych môžeme doslova každý deň.

Keďže dni sú oveľa dlhšie ako po zvyšok roka, nič nám nebráni naplánovať si vždy po práci nejaký zaujímavý program. Prijemné letné večery priam lákajú na vychádzky do parku, na posedenia pri chladenom nápoji kdesi v meste na terase, na návštevu filmových predstavení v letnom kine, ale aj na rozličné koncerty.

Vikendy sú zasa priam stvorené na vylihovanie s dobrou knihou pri vode, na oddych na chate či chalupe, na rybárčenie či na zorganizovanie dobrej grilovačky, počas ktorej si môžeme užiť pekné chvíle s blízkymi a priateľmi. Zlákať sa môžeme dať aj na návštevu rozličných hudobných festivalov, divadelných predstavení pod holým

nebom či prehliadok folklórnych súborov. Veľa zábavy nám môže do života priniesť aj plánovanie všakovakých dobrodružných výprav a výletov. Počas nich môžeme napríklad splavovať mnohé slovenské rieky, ryžovať zlato, pozorovať hviezdnu oblohu, vydať sa na turistiku a spoznávať našu pestrú faunu a flóru či zažiť prekrásne výhľady z desiatok rozhľadní. Vďaka návšteve slovenských hradov a zámkov môžeme spoznávať históriu, počas horúcich dní sa zasa schladíť v niektorej z našich krásnych jaskýň. Podniknúť tiež môžeme návštevu zoolologickej záhrady, zvieracej farmy, botanickej záhrady či prezrieť si rozličné technické pamiatky.

Možností, ako si užiť leto, stráviteľne príjemne nezabudnuteľné chvíle a nabiť sa dobrou energiou, sa nám ponúka veľa. Využime ich a užívajme si leto každý deň.



» Renáta Kopáčová, redaktorka

**KÚPIM  
DOM, CHATU**  
**PLATBA IHNEĎ**  
Zaplatím právnik a kataster. Nie RK  
**0902 614 251**

**19. júla 1903** Výročia a udalosti  
skončila sa prvá Tour de France, víťazom sa stal **Maurice Garin**

**KOMINÁRSTVO**  
• FRÉZOVANIE • OBHLIADKY ZDARMA  
• VLOŽKOVANIE  
• ODDECHTOVANIE  
• STAVBY KOMÍNOV  
**www.krbyakominy.sk 0904 947 422**

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

**KAMENÁRSTVO RIEDL**  
**MRAMOR • ŽULA • ONYX • TRAVERTÍN**  
• kompletne zhotovenie hrobov a rekonštrukcie  
• kuchynské dosky, schody, dlažby, obklady krbov  
• rezanie materiálov vodným lúčom **www.riedl.sk**  
Žilina-Považský Chlmec Varín Rajec  
Bytčianska 56 Martinčekova 55 Hollého 47  
tel.: 041/500 11 85 tel.: 041/569 12 72 tel.: 041/542 43 31

**BRIKETY - PELETY**  
**EKOHRÁŠOK - PALIVOVÉ DREVO**  
**ŠKÁROVKY A STUPNICE NA SCHODY**  
**AUTODOPRAVA NAJNIŽŠIE CENY**  
**S HYDRAULICKOU RUKOU ALEBO ČELOM**  
**0948 153 799 www.drevoza.sk**

**KÚPIM MALOVANÉ KACHLICE A INÉ ČASTI Z KERAMICKEJ PECE Z MODRANSKEJ KERAMIKY, AJ JEDNOTLIVO. KÚPIM AJ SOŠKY Z MODRANSKEJ KERAMIKY.**  
**0907 032 070, michal.hlubovic@gmail.com**

**PALIVOVÉ DREVO UKLADANÉ**  
mäkká metrovica - 53 €/prn  
klátky štiepané - 67 €/prn  
tvrdá metrovica - 63 €/prn  
klátky štiepané - 77 €/prn  
DOVOZ ZABEZPEČÍME  
**0911 090 185**  
**0905 193 790**

**ŽALÚZIE**  
• ISO design retiazka (celotieň)  
cena: 11 €/m2  
• ISOLINE retiazka (jednotly nosník) ceny vrátane montáže  
cena: 13,50 €/m2  
• ROLETKY: - DEŇ A NOC,  
- PLISE - TEXTILNE - STREŠNÉ  
• VERTIKÁL. ŽALÚZIE  
• SIETKY pevné, navijacie - okenné - dverové  
**OPRAVY ŽALÚZIÍ**  
**0903 525 784**  
**vlado.michal72@gmail.com**

**OravaKrb**  
**NAJVÄČŠÍ VÝBER SPORÁKOV NA DREVO**  
**DOPRAVA AŽ K VÁM DOMOV**  
- SPORÁKY A KACHLE S TEPLOVODNÝM VÝMENNÍKOM  
- PALETOVÉ KACHLE  
- radiátory BOSCH  
- KRBY - NEREZOVÉ TROJPLÁŠTOVÉ KOMÍNY S MONTÁŽOU od 652 €  
**www.oravakrb.sk**  
Oravakrb - Žilina **0918 364 633**  
Matice slovenskej 3723, ŽILINA - Vlčince 3

**ČISTENIE PERIA**  
**ŠITIE PAPLÓNOV**  
**VANKÚŠOV**  
**041-568 92 51, 0904 962 821**  
ul. Na Stanicu 1032  
Žilina-Bytča  
**OTV. HODINY: Pon - zatvorené, Ut-Pia: 8.00 - 17.00**



Správna voľba

**250 g**  
**1.99**  
• (1 kg = 796)  
Maslo



**9+3**  
**ZADARMO**  
0.89\*\*  
**0.67\***  
Trvanlivé mlieko 1 l



**47% ZĽAVA**  
1.89\*  
**0.99**  
• (1 l = 0,40)  
Pepsi/Pepsi Max/  
Mirinda/7 UP  
2,5 l  
+ záloh za obal 0,15 €

**35% ZĽAVA**  
2.79  
**1.79**



**50% ZĽAVA**  
2.79  
**1.39**  
Nektárinky  
cena za 1 kg

**56% ZĽAVA**  
4.58\*\*\*  
**1.99**  
• (1 kg = 332)  
Cherry paradajky  
strapcové  
600 g balenie



LIDL  
STANOK  
DENNE ČASŤE

**38% ZĽAVA**  
8.98  
**5.49**  
Mleté hovädzie  
mäso XXL  
1 kg balenie  
15 % tuku



# OD PONDELKA

OD PONDELKA 15. 7. DO NEDELE 21. 7.  
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

ŠTEDRÝ PONDELOK

VŠETKY  
VODY  
— Saguario —

**4+2**  
ZADARMO  
PLATÍ LEN V PONDELOK 15. 7.



# KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

\*Odpovedaná bežná maloobchodná predajná cena výrobku.  
\*\*Cena za spoviedajúcej predajnej ceny generovaného produktu zaradeného do súčasného sortimentu spoločnosti LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri prepisovaní na iné miesto predajného miesta.  
\*\*\*Cena za 1 kg.

Ponuka tovaru platí od 15. 7. do 21. 7. 2024 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vybrať. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

... a mnoho ďalších výrobkov na [www.lidl.sk](http://www.lidl.sk)

**Frézovanie a vložkovanie KOMÍNOV**

frézovanie od 15€/m

- Frézovanie 1 m - 15 €
- Certifikovaný žiaruvzdorný materiál
- Akcia 10m komín vyfrézovanie, vylúčkovanie komplet 900€
- Obhliadka zdarma, dohoda istá

**Zľava na materiál 40%**

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

**AKCIA na JÚL PELETY ANI PLUS**

**CENA 29 0€**

**0915 212 021**

**Kvalitné NÁTERY STRIECH a za dobrú cenu!!!**

**Nátery a čistenia striech Dlhá životnosť náteru**

*Obhliadka zadarmo a RÔZNE ZĽAVY hlavne pre dôchodcov!*

Kontakt: **0903 846 665**  
info@renaclean.sk www.renaclean.sk

**Čistenie a kontrola komína s revíziou správou**

**29€ S DPH**

**FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE ČISTENIE - KONTROLA**

Rekonštrukcia a oddechtovanie komínov

**0914 276 111**  
**0915 483 234**  
kominarstvo-mitasi@centrum.sk

**Zateplenie domov-fasády**

rekonštrukcie bytov-domov, omietky, sadrokartóny, dlažby, maľovanie, výmena rýn, altánky a prístrešky.

**0949 506 153**

**FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE**

FRÉZOVANIE od 15€/bm

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV  
ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV  
OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA

**ZĽAVA na materiál 40%**

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

**SKLÁDKA STAVEBNÝCH ODPADOV**

**ERPOS** VÁŠ STAVEBNÝ PARTNER

LIKVIDÁCIA STAV. ODPADOV    PRENÁJOM KONTAJNEROV    PREDAJ RECYKLÁTOV    PREDAJ KAMENIVA    DOPRAVA

**ODVEZIEME, USKLADNÍME, ZRECYKLUJEME**

**RECYKLÁTY betónové, tehlové, asfaltové**  
na zásypy, obsypy, podsypy

**MOŽNÉ ZĽAVY**

**KAMENIVO rôznych frakcií**

Tel: 041/ 724 7722    Mobil: 0902 634 914  
e-mail: doprava@erpos.sk    www.erpos.sk

**KAMENÁRSTVO JANTÁR**

- náhrobné pomníky
- žulové zakrytia hrobov
- urny a urnové schránky
- lampáše, vázy, kríže...

**0908 252 071** Doživotná záruka na prácu  
www.kamenarstvojantar.sk  
Obhliadka, zameranie a grafický návrh ZDARMA

**Rekonštrukcie domov-bytov na kľúč**

- zateplenie domov-fasády
- strechy, krovy, izolácie
- oplatenia
- elektroinštalácie
- zámková dlažba
- nátery strešných krytín
- jadrá, maľovky
- výmena rýn

**0904 865 898**

**OBNOVA STRIECH**

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH, KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

BITUMÉNOVOU LEPENKOU bez demontáže pôvodnej krytiny

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

**NON STOP - 0944 720 932**

ZÁRUKA 25 ROKOV

**NÁTERY STRIECH**

CERTIFIKOVANÝMI FARBAMI

PRÍJEMNÉ CENY

Volajte: 0944 813 531

**UPRATOVAČKA**

**Teplička nad Váhom SSI GROUP**

plný úväzok, na dohodu (brigády)

Termín nástupu: **ihneď, príp. dohodou**  
Mzda: **750-1000 EUR/mesiac**  
Základ 4,31 - 4,60 EUR /hod.+ príplatky, dochádz. bonus, prís. strava a doprava

praca@ssigroup.sk, +421 905 168 503

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽĽABOV

**18. júla 2009** Výročia a udalosti  
na hudobnom festivale Pohoda v Trenčíne **spadol počas búrky hlavný stan** – 1 mŕtvy a viac ako 50 ľudí bolo zranených

**23. júla 1992** Výročia a udalosti  
v Bratislave sa dohodli zástupcovia českej ODS a slovenského HZDS na **zániku česko-slovenskej federácie**

## Na cestu sa vopred pripravte

# Dovolenka a cestovanie s deťmi

Letné obdobie môže okrem príjemných zážitkov priniesť pri nedostatočnej prevencii aj nepríjemnosti spojené s rizikom zdravotných problémov. Treba na to obzvlášť pamätať, ak cestujeme s malými deťmi. Aby bol priebeh vášho cestovania i dovolenky čo najviac pokojný a bez komplikácií, Úrad verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) odporúča riadiť sa nasledovnými základnými radami.

**Radí docentka Jana Hamade, zástupkyňa hlavného hygienika so zameraním na deti a mládež:**

- Pri voľbe dovolenky s malými deťmi dávajte prednosť krajinám s časovo prijateľnými trasami, ubytovaniu v hoteli na dobrej úrovni a dostatočne dlhej príprave na cestu. Voľte skôr európsku destináciu, cestu vlastnou dopravou a miesta mimo preplnených hotelov. Na spríjemnenie cestovania vezmite so sebou dostatok hračiek, prípadne kníh.
- Pre deti mladšie ako dva roky nie je vhodná časovo náročná cesta lietadlom z dôvodu ešte krehkej detskej imunity. S deťmi do troch rokov neodporúčame cestovať do tropických krajín predovšetkým pre riziko nákazy infekčnými ochoreniami. Hrozbu pre zdravie môže byť aj kontakt s exotickými mik-

roorganizmami, jedovatými živočíchmi, či parazitmi.

• „Pri starších deťoch by už nemali byť cestovné obmedzenia, odporúča sa však cestovať so zaočkovaným dieťaťom vzhľadom na vek, podľa očkovacieho kalendára. V prípade ciest do exotických krajín by dieťa malo byť zaočkované aj proti ochoreniam, proti ktorým existuje odporúčané očkovanie. Vyhnite sa rizikovej destinácii, ak dieťa vzhľadom na vek či ďalšie odporúčania ešte nie je očkované,“ doplnila doktorka Adriana Mečochová, vedúca Sekcie epidemiológie a pripravenosti na pandémie ÚVZ SR.

**Odporúčania pre rodičov počas cesty na dovolenku a počas pobytu v cieľovej destinácii:**

**Radí doktorka Tatiana Červeňová, hlavný hygienik SR:**

- Pri cestovaní s malými deťmi uprednostnite ranné, skoré dopoludňajšie, respektíve neskoršie popoludňajšie hodiny s použitím vhodnej pokrývky hlavy dieťaťa - ideálne so šiltom na chránenie tváre a predĺženou zadnou časťou na ochranu krku a uší pred priamym slnkom.
- Samozrejmosťou je použitie detských opaľovacích krémov, ktoré chránia cit-



Ilustračné foto.

zdroj foto pexels pixabay

livú detskú pokožku pred nežiaducimi účinkami UV žiarenia.

- Strava má byť ľahká a pravidelná, s väčším prísunom ovocia a zeleniny, ktoré treba bezprostredne pred konzumáciou dôkladne umyť pod tečúcou pitnou vodou. Vyberajte najmä také druhy, ktoré obsahujú väčšie množstvo vody a minerálnych látok.
- Rýchlo sa kaziace potraviny do jedálnečky dieťaťa odporúčame nezaraďovať vôbec.
- Dôležitý je adekvátny pitný režim. Vhodné sú vlhčné tekutiny vo zvýšenom množstve. Uprednostňujte čistú pitnú vodu, pitný režim môžete dopĺňať

aj nesladenými ovocnými čajmi.

- Rešpektujte dostatok spánku pre dieťa, dodržiavajte ho aj počas dovolenky. Dieťaťu zabezpečte príjemný denný aj nočný odpočinok v závislosti od jeho veku, v prostredí, ktoré nie je prehriate, nie je vystavené priamemu slnečnému žiareniu a nie je extrémne klimatizované.
- Počas pobytu na pláži sa deťom odporúča mať plážové oblečenie s UV filtrom, použiť krém s SPF 50 a nosiť klobúk s ochranou tváre, krku a uší. Mokré oblečenie im po kúpaní vymeniť za suché. V obmedzených hodinách sa nevystavujte priamemu slnku.

» ren

**ZÁHRADNÁ A LESNÁ TECHNIKA**

Husqvarna HONDA EGO

**PREDAJ - SERVIS - POŽIČOVŇA**  
Velká Okružná 5, Žilina (Agrobon), tel: 0907 156 866

**LETNÁ AKCIA**

**Kultivátory Prevzdušňovače Kosačky Malotraktory**

Robotické kosačky | AKU technika | www.OBAS.sk

**OKNÁ · DVERE · PERGOLY**

www.PROFIOKNOSK.eu

**AKCIA do 31.7.2024**

0917 606 602

**Vypratávanie domov-bytov, pílenie stromov a likvidácia nebezpečného odpadu.**

0904 865 898

**PEKNÁ STRECHA**

NÁTERY STRIECH  
VÝMENA STRIECH  
OPRAVA KOMÍNOV

Za priateľnú cenu  
0908 842 631

**OBNOVA NÁPISOV a DOSEKÁVANIE DÁTUMOV na POMNÍKOKH**

PRIAMO NA CINTORÍNE

čistenie dvojhrobu 100€  
0944 229 001

**SŤAHOVANIE**

profí  
SUVKA

Žilina  
Dispečing SK - 0950 333 222  
www.stahovanie-profi.sk

**VÝROBA A MONTÁŽ PLASTOVÝCH A HLINÍKOVÝCH OKIEN A DVERÍ**

eko OKNA

Tieniaca technika  
Sieťky proti hmyzu  
Posuvné systémy  
Pergoly

www.eko-okna.sk

0917 173 667 info@eko-okna.sk  
0918 392 054 ekoooknaponuky@gmail.com

**GARÁŽOVÉ BRÁNY**

J.M. Hurbana 348/4, ŽILINA **ZA BEZKONKURENČNÉ CENY**

**DRAŽBA - 1/3 RODINNÉHO DOMU SÚP. Č. 1040 NA UL. DOLINKY V OBCI VEĽKÉ ROVNÉ, OKRES BYTČA (LV č. 318)**

D 5090324 Zastavaná plocha: 363,22 m<sup>2</sup>  
Výmera pozemku: 661,67 m<sup>2</sup>

Vyvolávacia cena: 21.700,- €

Dražobná zábezpeka: 5.000,- €

Dátum konania dražby: 30.07.2024

Čas konania dražby: 10.30 hod.

Obhliadky: 12.07.2024 o 11:00 hod.  
25.07.2024 o 14:00 hod.

Miesto konania dražby: sídlo dražobníka - Sládkovičova 181/6, 010 01 Žilina (dražobná miestnosť - v suteréne)

**LICITOR** info: 0918 834 834, 041/763 22 34, www.licitor.sk

Nekupujte, dražte!

# Tienenie, vetranie a klimatizácia

Medzinárodné zdravotnícke inštitúcie odporúčajú udržiavať v interiéri teplotu pod 32 °C počas dňa, v noci by izbová teplota nemala prekročiť 24 °C. Regulácia teploty je podľa odborníkov obzvlášť dôležitá v prítomnosti detí, seniorov nad 65 rokov a chronicky chorých.

„Domovy a pracoviská zabezpečte pred prehrievaním, napríklad pred prenikaním priamych slnečných lúčov cez okná tienením - žalúziami alebo roletami. Odpojte čo najviac elektrických zariadení, ktorých používanie nie je v tom čase nevyhnutné. Zo zariadení totiž môže sálať teplo a môžu tak prispievať k zohrievaniu vzduchu v interiéri. Ak je to možné, vypnite umelé osvetlenie v domácnosti alebo na pracovisku. Najvhodnejším a najprirodzenejším spôsobom na zvýšenie prúdenia vzduchu v izbe je vetranie. Odporúčame vetrať priestory v nočných alebo v skorých ranných hodinách. V čase vysokých denných teplôt neotvárajte okno, pokiaľ to nie je nevyhnutné,“ uviedla doktorka Tatiana Červeňová, hlavný hygienik SR.

## Ventilátor

Ak sa rozhodnete používať ventilátory, je potrebné ich umiestniť a nasmerovať mimo prítomných osôb. Prúd vzduchu dlhší čas nasmerovaný do tváre prispieva k zápalom očí, uší, dutín, k bolestiam zubov a k ďalším zdravotným problémom.

## Klimatizácia

Pri použití klimatizácie pozatvárajte dvere a okná. Dbajte na prísny režim čistenia klimatizačnej jednotky podľa pokynov výrobcu. Udržujte v čistote klimatizačnú jednotku, filtre a vzduchové preduchy. Výparník klimatizačnej jednotky dezinfikujte. Správnou údržbou klimatizácie predchádzate tomu, aby bola zdrojom choroboplodných mikroorganizmov v priestore. „Pri prechode z chladného do horúceho prostredia môže prísť k takzvanému teplotnému šoku, ktorý dokáže celkovo oslabiť organizmus. Klimatizáciu je preto vhodné nastaviť tak, aby rozdiel teplôt medzi vonkajším a vnútorným prostredím nebol vyšší ako 5, maximálne 7 stupňov Celzia,“ vysvetlila Mgr. Milada Eštoková PhD., vedúca Odboru hygieny životného prostredia ÚVZ SR. Ak v interiéri udržiavate konštantnú teplotu, bez ohľadu na vonkajšiu, môžete mať v horúcich dňoch problémy. K najčastejším ochoreniam patria bolesti hlavy, hrdla, prechladnutie, môže sa oslabiť imunita i celkovo organizmus. Príliš nízka teplota v interiéri môže byť sice osviežujúca, ale prechod do vonkajšieho horúceho prostredia je pre zdravie rizikový. Chladný cirkulujúci vzduch môže vyvolávať dýchacie problémy, spôsobíť nachladnutie, angínové bolesti v krku, pocit upchatého nosa, bolesti dutín, hlavy, chrbtice, kĺbov, alebo vyvolať astmatický záchvat. Pri nesprávnom nasmerovaní chladného prúdu vzduchu do tváre do-



Ilustračné foto.

zdroj foto WebTechExperts pixabay

chádza k vysušovaniu kože, očí, zápalom očí, uší, prínosových dutín, aj k bolestiam zubov a trojklaného nervu.

## Klimatizácia v aute

„Nesprávne používaná klimatizácia môže uškodiť a spôsobiť zdravotné problémy aj v aute, najmä pri dlhších cestách. Klimatizáciu v aute odporúčame časovo regulovať, na 10 až 15 minút za hodinu. Prúd chladného vzduchu smerujte tak, aby nefúkal priamo na posádku - najlepšie je viesť ho na čelné sklo, prípadne k nohám. Aj v aute platí ideálny rozdiel teploty vonku a vnútri 5 až 7 stupňov Celzia, dodržte ho aj v najväčších horúčavách. Ak z auta často vystupujete a nastupujete, rozdiel teplôt by mal byť ešte nižší,“ dodala Mgr. Milada Eštoková PhD., vedúca Odboru hygieny životného prostredia ÚVZ SR. Pri používaní klimatizácie v aute sa okolo výparníka kondenzuje voda obsiahnutá vo vzduchu

na jadre výparníka, odkiaľ sa odvádza pod vozidlo. Okolo výparníka je neustále vlhké prostredie, čo je výborná živná pôda pre rôzne plesne, ktorých spóry sa nachádzajú vo vzduchu a často nepríjemne zapáchajú. Zlikvidujete ich antibakteriálnym sprejom.

## Teploty na pracovisku

Vysoké vonkajšie teploty môžu spôsobovať záťaž zamestnancov teplom na väčšine pracovísk. „U zamestnancov môže záťaž teplom viesť k poklesu výkonnosti, zvýšenej únavnosti a môže spôsobiť až prehriatie organizmu so zvýšením telesnej teploty, malátnosťou, ospalosťou, bolesťami hlavy, závratmi, nevoľnosťou,“ vysvetľuje Mgr. Lukáš Juhas z Odboru preventívneho pracovného lekárstva ÚVZ SR. Podrobnejšie rady Odboru preventívneho pracovného lekárstva ÚVZ SR k zvládnutiu horúčav na pracovisku nájdte na webovej stránke ÚVZ SR.

» ren

**ŽALÚZIE, SIEŤKY  
OPRAVY ŽALÚZIÍ**

DEŇ A NOC, DVEROVÉ SIEŤKY, PLISSÉ

0905 467 323 • vagstav@gmail.com

18-0003

**WILLIMAN**  
OKNÁ DVERE

*Siete proti hmyzu  
na okná a dvere*

**AKCIA**

do 10 dní

**KONTAKT: 0907 974 791**  
Tel: 042/4362391, [www.williman.sk](http://www.williman.sk)

74-032

**ŠUMNÁ  
STRECHA**

-nátery striech  
-nátery kostolov  
-oprava komínov  
**MICHAL**

0908 337 893

**REKONŠTRUKCIE  
DOMOV**

ZATEPLENIE DOMOV,  
OPLOTENIA A DLAŽBY

0907 382 062

31-0078

20-0039

**22. júla 1942**

**Holokaust: začala deportácia Židov z varšavského geta**

**Výročia a udalosti**

**KUHN - SLOVAKIA s.r.o. hľadá**

**MECHANIK SENIOR  
STAVEBNÝCH STROJOV**  
Mzdové podmienky (brutto)  
od 1 750 EUR/mesiac

**MECHANIK JUNIOR  
STAVEBNÝCH STROJOV**  
Mzdové podmienky (brutto)  
od 1 250 EUR/mesiac

Celková výška odmeny je dohodnutá individuálne podľa znalostí/skúseností + náborový príspevok.

**Náplň práce:** Výjazdový technik stavebných strojov, záručný a pozáručný servis

**0911 717 719** [komatsu@kuhn.sk](mailto:komatsu@kuhn.sk)

17-0026

	2		8	3		7
S	1					
U	6		2			4
D			4			
O	7					
K			6			8
U		4	1			6
	1	6	3	4		9
	7				2	

			8	1			9
S		1	2				4
U	9				6		
D			4	3		9	
O	2	6					4
K	8	7				3	6
U			4				
				8			
			3	6	7	8	1

Spoločnosť **ERIKS** s.r.o. **PRÍJME**  
zamestnancov do TPP na pozície:

- **Sústružník 6,05 €/hod.**
- **Navíjač kovových tesnení 5,80 €/hod.**
- **Ručný balič – práca v sklade (expedícia) 5,50 €/hod.**

Nástupný bonus 500 €  
Mesačné prémie  
do výšky 20% platu  
Dochádzkový bonus  
Priplatok za 2. zmenu

Práca v čistom  
príjemnom prostredí len  
v dvojzmennej prevádzke  
Pondelok – Piatok

Práca vhodná pre mužov aj ženy

Kontakt: +421 (41) 285 34 21  
alebo osobne u nás v spoločnosti

68-022

## PRACOVNÍK SKLADU

**ZARÁBAJ (BRUTTO)  
990 - 1 250 €/MESIAC**

**A ZÍSKAJ NÁSTUPNÝ  
BONUS AŽ 600€**

- Nástupná mesačná mzda 990,-€
- Záonné vikendové príplatky vo výške 100,-€
- Nástupný bonus 600,-€
- Mesačné odmeny do výšky 120,-€
- 20,-€ na údržbu pracovného odevu
- Odmena 600,-€ za nábor ďalšieho kolegu



## PRACOVAŤ BUDEŠ NA ZMENY

- **Systém krátky a dlhý týždeň:** jeden týždeň pracuješ 2 dni, druhý týždeň pracuješ 5 dni
- **Možnosť práce bez vikendov** (od pondelka do piatku)

## PRACUJ S NAMI

**PONUKU VŠETKÝCH  
PRACOVNÝCH MIEST  
NÁJDEŠ NA STRÁNKE:**

[www.kariera.sconto.sk](http://www.kariera.sconto.sk)

47-085

**Nakúpte  
výhodne**  
vo vybraných  
E-shopoch

[decoreum.sk](http://decoreum.sk)

~~59,00~~ **53,10** EUR



**SADA KEMPINGOVÉHO  
NÁBYTKU**

**-10%**

[decoreum.sk](http://decoreum.sk)

~~89,00~~ **80,10** EUR



**2-KOMOROVÝ  
BOTNÍK - LOFT**

**-10%**

Využite kód:

**OPLATISA10**

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

Hľadáme **šikovných  
pracovníkov** do Mobisu  
na pozíciu **balič/balička**  
automobilových komponentov

Mzda na živnosť: **7,50 €/h.** + bonus  
Mzda na TPP: **od 750€** + bonus + stravný lístok  
**Možnosť brigády - 5€** /hodina

**0918 242 686**

47-003



Pre podanie si **INZERÁTU**

pište [zilinsko@regionpress.sk](mailto:zilinsko@regionpress.sk)

# BOBRIA SILA V AKCII

NAŠA JÚLOVÁ PONUKA

**DOKÁŽETE ČOKOLIEK S**

**OBI**



**Od 10 ks<sup>1</sup>**  
**5,99**  
ks

**DOSKA OSB „3 ECO“**

62,5 × 205 cm, hrúbka od 12 mm. OBI č. 4735486 (4,67 €/m<sup>2</sup>)



**Od 10 ks<sup>2</sup>**  
**6,49**  
ks

**SADROKARTÓNOVÁ DOSKA**

Biela. Rozmery: 1200 × 2000 × 12,5 mm. OBI č. 5250196 (2,71 €/m<sup>2</sup>)



**Od 10 bal.<sup>3</sup>**  
**3,99**

**CEMENT „32,5 R“**

OBI č. 4887782 (od 0,16 €/kg)

ilustračné foto



**NAJDOVEREJNEJŠIA  
ZNÁCHA  
2023**

**obi.sk**

<sup>1</sup> Cena pri kúpe 1 ks: 6,99 €/ks. Najnižšia cena v období 30 dní pred znížením ceny tovaru: 6,69 €/ks (v OBI Trnava), 6,99 €/ks (vo všetkých ostatných zúčastnených predajniach). Cena pri kúpe od 10 ks: 5,99 €/ks.

<sup>2</sup> Cena pri kúpe 1 ks: 8,13 €/ks. Najnižšia cena v období 30 dní pred znížením ceny tovaru: 7,65 €/ks (v OBI Trnava), 8,13 €/ks (vo všetkých ostatných zúčastnených predajniach). Cena pri kúpe od 10 ks: 6,49 €/ks.

<sup>3</sup> Cena pri kúpe 1 bal.: 4,99 €/bal. (0,20 €/kg). Najnižšia cena v období 30 dní pred znížením ceny tovaru: 4,79 €/bal. (v OBI Zvolen), 4,99 €/bal. (vo všetkých ostatných zúčastnených predajniach). Cena pri kúpe od 10 bal.: 3,99 €/bal. (0,16 €/kg). Platí od 28. 6. do 31. 7. 2024 alebo do vypredania zásob. Platí len pre predajne: OBI Banská Bystrica, OBI Trnava, OBI Zvolen a OBI Žilina.

# 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%**

**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**

**KÚPIM  
PAROŽIE**

Zhody, trofeje i celé  
poľovnícke zbierky

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

Výkup mincí  
do roku 1945

**KONTAKT** Celá SR

**0904 474 597**  
vykuppároziaeu@gmail.com



ZĽAVOVÝ KÓD - 5% ZĽAVA NA NÁKUP  
ZO STRÁNKY WWW.DOMKAVY.SK  
**KAVOVAS**

DOM  
KAVY



**Oplatisa.sk**

**ZAČNITE PREDÁVAŤ  
ONLINE!**

**PANTUM**  
The New Era for Printing

**Výkonné  
multifunkčné  
zariadenie  
za rozumnú cenu**

Pantum **BM5115FDW**

- Rozlíšenie pri tlači: Max 1200 x 1200 dpi
- Odporúčané mesačné zaťaženie: 750–4 000 str.
- Obojstranný jednoprechodový **podávač DADF** s kapacitou na 50 strán
- Scan to PC, E-mail, FTP, SMB, Thumb drive, APP(iOS/Android/iPad OS)
- Vstupný zásobník: 250listov + **60 listov** univerzálna priehradka
- Automatická obojstranná tlač
- Rozmery: 415 x 365 x 370 mm

PRENÁJOM SO SERVISOM NA **36 MESIACOV**

**12,00 € s DPH / mesiac**

Cena zariadenia po skončení nájmu: 1€

Cena zariadenia pri predaji: 360,00 € s DPH



**A4**  
BLACK

**40**  
str. / 1 min

**WiFi**

**DU**  
PLEX

Z + M group, a.s.  
Martinčekova 17 | 851 04 Bratislava | Slovak Republic  
pobočka: Pribinova 13 | 022 01 Čadca | Slovak Republic  
pobočka: Čermeľská 3 | 040 01 Košice | Slovak Republic  
[www.zmgroup.sk](http://www.zmgroup.sk) [zmgroup@zmgroup.sk](mailto:zmgroup@zmgroup.sk)

**Z+M**  
GROUP