

KYSUCKO

ČADČIANSKO-KYSUCKONOVOMESTSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 29 300 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

NALACNEJŠIE PLETIVÁ

- PLETIVÁ
- OBOROVÉ PLETIVÁ
- 3D/2D PANEĽY
- STĽPÍKY A PRÍSLUŠENSTVO

0948 199 128

RÔZNE
FARBY A ROZMERY

VÝKUP KÁBLOV

NAJLEPŠIE CENY

0902 916 095

WWW.ZBERNETEPLICKA.SK


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
www.nabytokgabor.sk
výpočet ceny
cez telefón

ZBERŇA SUROVÍN

Teplička nad Váhom

Vykupujeme staré káble

Med' až 7 EUR/kg

Železo až 4,40 EUR/kg

Mosadz až 0,25 EUR/kg

info: www.zbernezilina.sk, 0902 916 093

OTVÁRACIE HODINY: po – pia 8.00-17.00, so 8.00-12.00

OTVORENÉ
do 17,00 hod.

NÁTERY STRIECH

CERTIFIKOVANÝMI FARBAMI

PRÍJEMNÉ CENY

Volajte: 0944 813 531

INZERCIA

kysucko@regionpress.sk

KAMENÁRSTVO JANTÁR

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



0908 252 071 Doživotná záruka na prácu

www.kamenarstvojantar.sk

Obhliadka, zameranie a grafický návrh ZDARMA

ČISTENIE HROBOV

JEDNOHROB 50 € DVOJHROB 70 €

Dosekávania písma

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

Obnova písma 1 €/znak

Posledná akcia pred Dušičkami!!!

Ing. Miroslav Greisiger
0940 653 651, 0919 205 521AKCIA
do
31.8.2024!!
www.greisiger.sk

HĽADÁME PRACOVNÍKOV

na upratovacie práce do Schaeffleru
KNM

☎ 0903 340 913

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

BRIKETY - PELETY

EKOHRÁŠOK - PALIVOVÉ DREVO
ŠKÁROVKY A STUPNICE NA SCHODY

AUTODOPRAVA NAJNIŽŠIE CENY

S HYDRAULICKOU RUKOU ALEBO ČELOM

0948 153 799 www.drevoza.sk

NÁTERY STRIECH

POSTUP PRÁCE:

- čistenie strechy pomocou tlaku vody
- brúsenie starého náteru
- základný náter
- vrchný náter (2v1)

Máte výhodnejšiu cenu a kvalitu na trhu

0940 969 994



DOVOZ NA ADRESU

18 týž. mládky,
8 týždňové morky,
brojlerové kuriatka
www.hydinashop.sk
0944 842 953

AUTOSERVIS - PNEUSERVIS

Hviezdoslavova 1876,
Čadca /TATRAKLUB/
Kontakt: 0908 962 950
arenatech@arenatech.sk


www.arenatech.sk

ŤAŽNÉ
ZARIADENIA

montáž
a i s
certifikátom

PRÍVESY



0908 962 950



PALIVOVÉ DREVO

- metrovica
- polienka
- pelety

0948 141 080

Z trvalo udržateľného Slovenského lesa



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
doprava: 0,90 €/km

Bezplatný týždenník

KYSUCKO
ČADCIANSKO-KYSUCKONOVOMESTSKO

EV 6220/24

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

Ročník I, Vydanie 15, týždeň 32/2024.

Redakcia: Vysokoskolákov 6
ŽILINA
kysucko@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 (29.300 domácností)

páry týždeň: Kysucké Nové Mesto, Dubie, Čadca, Čierne, Dunajov, Krásno nad Kysucou, Oščadnica, Raková, Stašov, Svíčnovec, Turzovka, Zborov nad Bystricou, Budatínska Lehota, Dubie, Dolný Vadičov, Lodno, Lopušné Pažite, Povina, Radola, Rudina, Rudínka, Snežnica, Koňa, Makov, Nová Bystrica, Olešná, Podvysoká, Skalité, Stará Bystrica, Turzovka, Nižný Kelčov, Vysoká nad Kysucou, Vyšný Kelčov
nepáry týždeň: Koňa, Makov, Nová Bystrica, Olešná, Podvysoká, Skalité, Stará Bystrica, Turzovka, Nižný Kelčov, Vysoká nad Kysucou, Vyšný Kelčov, Dubie, Čadca, Čierne, Dunajov, Krásno nad Kysucou, Oščadnica, Raková, Stašov, Svíčnovec, Turzovka, Zborov nad Bystricou, Budatínska Lehota, Kysucké Nové Mesto, Dolný Vadičov, Lodno, Lopušné Pažite, Povina, Radola, Rudina, Rudínka, Snežnica

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	Komárňanské
LV	30.580	Levicko
MA	29.680	Malacko
NR	54.170	Nitranské
NZ	35.050	Novozámocké
PK	22.970	Pezinské
PN	41.870	Piešťanské+NM+MY
SC	35.420	Senecské
SE	36.750	Senicko+Skalické
TD	41.930	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59.870	Trenčiansko+DCA+IL
TT	49.930	Trnavsko
ZM	20.930	Zlatomoravsko

Stredné Slovensko

BB	56.200	Banskobystrické+BR
KY	29.300	Kysucko=CA+KM
LI	37.270	Liptovsko=LM+RK
LC	30.860	Lučenecko+VK+PT
MT	38.570	Martinské+TR
OR	34.980	Oravsko=DK+NO+TS
PB	33.590	Považsko=PB+PU
PD	40.150	Prievidzsko
ZV	38.400	Zvolensko=DT+KA
ZH	26.880	Žiarsko+ZC+B5
ZA	50.780	Žilinské+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	Ľubovniansko
MI	31.260	Michalovsko+TV+SO
PP	41.520	Popradsko+KK
PO	49.940	Prešovsko+SB
SN	32.540	Spišsko+LE+GL

Nech sa navzájom snúbia

Nedávno som na sociálnej sieti čítala príspevok o pozitívnych ľudských vlastnostiach. Jeho autor v ňom položil nasledovnú otázku: „Ktorá z týchto ľudských vlastností je podľa vás najdôležitejšia? Usilovnosť, odvaha, trpezlivosť alebo odhodlanie?“ Pokúsila som sa nájsť na ňu odpoveď.

Isto mi dáte za pravdu, že ak chceme v živote niečo dosiahnuť, potrebujeme mať predovšetkým odhodlanie, alebo inak povedané mať úmysel niečo vykonať, o čosi usilovať či o niečo zabojovať. Je to akýsi motor, ktorý nás poháňa vpred.

Hoci sa na to pripravíme čo najlepšie, predsa len vopred nevieme presne odhadnúť, čo všetko nás počas novej výzvy čaká. Vydať sa tak musíme do neznáma a byť si vedomí toho, že asi žiadna cesta sa nezaobíde bez nutnosti prekonať aj nejaké tie úskalia. To si však vyžaduje istú dávku odvahy, guráže či statočnosti. Práve tá nám pomáha zba-

viť sa obáv z niečoho nepoznaného, ale aj nepodľahnúť strachu zo zlyhania.

Pravdepodobne by sme nedosiahli to, čo sme si zaumienili, ak by sme neboli usilovní, snaživí či pracovití. Veď už ako deti nás učili, že „bez práce nie sú koláče“.

Rovnako však treba spomenúť, že nie všetko a nie vždy sa dá dosiahnuť rýchlo či ihneď. Cesta k úspechu či dosiahnutiu vytúženého cieľa zvyčajne nebýva ľahká ani jednoduchá. Sú veci, ktoré prosto potrebujú dozrieť, potrebujú čas. K tomu nám môže pomôcť práve štvrtá zo spomínaných dôležitých vlastností a tou je trpezlivosť.

Myslím si, že ak sa navzájom snúbia odhodlanie, odvaha, usilovnosť a trpezlivosť, mnohé z našich snov sa môžu skôr či neskôr stať skutočnosťou.

» *Renáta Kopáčová, redaktorka*



OravaKrb

NAJVÄČŠÍ VÝBER

SPORÁKOV NA DREVO



DOPRAVA AŽ K VÁM DOMOV

- SPORÁKY A KACHLE S TEPLOVODNÝM VÝMENNÍKOM
- PELETOVÉ KACHLE
- radiátory BOSCH
- KRBY - NEREZOVÉ TROJPLÁŠŤOVÉ KOMÍNY S MONTÁŽOU od 652 €

www.oravakrb.sk

Oravakrb - Žilina **0918 364 633**
Matice slovenskej 3723, ŽILINA - Vlčince 3

Náučný chodník v Šiatorskej Bukovinke

V Šiatorskej Bukovinke v okrese Lučenec pribudol nový náučný chodník, ktorý návštevníkov privedie až ku Kamennej izbe - unikátnemu skalnému stupňu vytvorenému spätnou eróziou.

Pri vstupe do lesa na pravej strane je umiestnené oddychové miesto, drevený stôl s lavicou a na ľavej strane chodníka sú informačné tabule. Spoznaj les. „Kamenná izba je zaujímavá turistická lokalita, ktorá vznikla spätnou eróziou a preto sme sa rozhodli pri nej vybudovať náučný chodník, ktorý je tvorený dvomi časťami,“ upresnil Peter Badínka, starosta obce. V prvej časti sú informačné tabule, ktoré informujú o rôznych druhoch živočíchov a po krátkej prechádzke sa dostane návštevník k vodopádu, ktorý vytvára Kamennú izbu, ku ktorej je vybudované schodisko aj s vyhlídkou.

Plány do budúcnosti

Táto lokalita bola podľa slov riaditeľky Správy CHKO Cerová vrchovina Evy Belanovej turistami neobjavená. „Veľmi sa tešíme, že v rámci Cerovej vrchoviny, územia, ktoré na Slovensku možno nie je až tak známe, pribudne niečo nové a zaujímavé. Náučný chodník plánujeme v budúcnosti prepojiť aj na už existujúcu cyklotrasu - Novohradskú

magistralu. Toto územie je zaujímavé aj pre milovníkov geológie, kde môžu sledovať históriu vzniku Cerovej vrchoviny,“ priblížila Eva Belanová.

Novohrad – Nograd

Dominantnou turistickou atrakciou regiónu je neďaleký hrad Šomoška. Novo prístupnená lokalita rozširuje turistickú ponuku regiónu a popularizuje Globálny geopark Novohrad – Nograd, na ktorého území sa nachádza.

Náučný chodník vznikol v spolupráci s Oblastnou organizáciou cestovného ruchu (OOCR) Turistický Novohrad a Podpoľanie cez finančný príspevok Rozvojovej agentúry Banskobystrického samosprávneho kraja v sume 8000 eur.

Zdroj informácií a foto ŠOP SR / Správa CHKO Cerová vrchovina



FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE

FRÉZOVANIE od 15€/bm

- PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV
- ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV

OBHLIADKA KOMÍNOV **ZDARMA**

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

ZĽAVA na materiál 40%

0948 012 507 • www.profikominy.sk

ŠUMNÁ STRECHA

-nátery striech
-nátery kostolov
-oprava komínov

MICHAL

0908 337 893

OKNÁ · DVERE · PERGOLY

www.PROFIOKNOSK.eu

AKCIA do 31.8.2024

0917 606 602

PEKNÁ STRECHA

NÁTERY STRIECH VÝMENA STRIECH OPRAVA KOMÍNOV

Za priateľnú cenu **0908 842 631**

NÁTERY STRIECH OPRAVA KOMÍNOV ČISTENIE A MALOVANIE FASÁD

mobil: **0940 954 513**
Za prijateľnú cenu

MAĽOVANIE + VAPKOVANIE STRIECH

od 4,50 €/m² – v cene je farba + práca
tel: **0905 129 718**

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

Frézovanie a vložkovanie KOMÍNOV

frézovanie od 15€/m

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

Zľava na materiál 40%

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



Správna voľba

42% ZĽAVA

3.48***

1.99

• (1 kg = 5,69)

Edam
350 g
bloček



AKTIVUJ KUPÓN



1+1

ZADARMO

1.98**

0.99*

Slnecnicový olej

1) Maximálny odber je 6 kusov na nákup.

**Cena za liter pri kúpe 2 litrov = 0,99 €

***Cena za liter pri kúpe 1 litra = 1,98 €

Cena za 2 litry = 1,98 €



AKTIVUJ KUPÓN



9+3

ZADARMO

0.69**

0.52*

Trvanlivé mlieko

1) 1,5 % tuku potratučne
Maximálny odber je 12 kusov na nákup.

**Cena za liter pri kúpe 12 kusov = 0,52 €

***Cena za liter pri kúpe 9 kusov = 0,69 €

Cena za 12 kusov = 6,72 €



CELÉ BALENIE UŠETRÍ BALÍK

PLATÍ LEN DO 14. 8.

OD PONDELKA

OD PONDELKA 12. 8. DO NEDELE 18. 8.
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL

ŠTEDRÝ PONDELOK

VYBRANÉ

PIVÁ

4+2

ZADARMO

PLATÍ LEN V PONDELOK 12. 8.

23% ZĽAVA

7.16***

5.49

• (1 kg = 10,98)

30% ZĽAVA

7.16***

4.99

• (1 kg = 9,98)

Čučoriedky

500 g balenie



45% ZĽAVA

11.98***

6.49

Konzumné zemiaky skoré

10 kg balenie

varný typ B - prílohové

neprane



1 kg iba

0.65

XXL

35% ZĽAVA

3.39

2.19

Kuracie štvrte XXL

cena za 1 kg



XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

***Cena zápočetná bežnej predajnej ceny porovnávaného produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri porovnaní na rovnakom mieste a v rovnakej triedke.

Ponuka tovaru platí od 12. 8. do 18. 8. 2024 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 v obvyklom množstve.

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

sventek stavebná firma

- ✓ Stavby domov na kľúč
- ✓ Rekonštrukcie domov
- ✓ Zemné práce
- ✓ Zateplovanie
- ✓ Elektroinštalácie, voda, kúrenie

stavby@sventek.sk
0904 150 004

Michal Sventek - Čadečka 2500, Čadca

kamstav kompletne kamenárske služby

www.kamenarstvo-kamstav.sk
MARTIN Kollárova 79 (pri SAD Martin)
Radi Vás navštívime: 0908 965 976

SERIÓZNOSŤ • FLEXIBILITA • TRADÍCIA od r. 1989

-50% na všetky pomníky

SPISUJEME OBJEDNÁVKY PRE ROK 2024 ZA MINULOROČNÉ CENY

DOPRAVA ZDARMA

Bohnenkamp Moving Professionals

ALLIANCE

AGRO PNEUMATIKY
ATRAKTÍVNE CENY

VOLAJTE 0911 403 927

BITUFLEX s.r.o. OBNOVA PLECHOVEJ A ETERNITOVEJ STRECHY

PRACUJEME VÝHRADNE NA ZÁKLADE ZMLUVY

- odstránenie nečistôt
- penetrácia
- vynikajúca nepriepustnosť vody
- vzhľad skridle
- vysoká životnosť
- ZAMERANIE ZDARMA
- BEZ ZÁLOHY
- prvotriedny materiál zn. Index mineral design
- záruka 25 rokov a dlhoročné skúsenosti

Oprava komínu **GRÁTIS**
0950 266 604

ZEVA pre seniorov

www.bituflex.sk
Bituflexroznava@gmail.com



3Energy

Strojárska firma 3 Energy, s.r.o. v Krásne nad Kysucou

HĽADÁ pracovníka na pozíciu

ZVÁRAČ

Mzda: 7-13€/hod – podľa skúseností

Náplň: zváranie konštrukcií (CO₂, tig, mig) a montáž

Miesto práce: Krásno nad Kysucou

Viac info na tel. čísle: +421 948 646 124
e-mail: michal.sapieta@3energy.sk
www.3energy.sk

TEPELNÉ ČERPADLÁ

3 x AKCIA

1. Zľava -20 % na všetky tepelné čerpadlá.
2. Grátis 5-ročná záruka a servis.
3. Štátnu dotáciu vám z ceny hneď odpočítame.

IME

VZDUCH-VODA 7 kW
Cena s dotáciou: 2 540 €

www.ime.sk 0948 106 722

UPRATOVAČKA

Teplička nad Váhom SSI GROUP

plný úväzok, na dohodu (brigády)

Termín nástupu: **ihneď, príp. dohodu**

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

Dôležité sú záľuby, kamaráti ale aj zaujímavá brigáda

Pomôžme dospievajúcim s aktivitami na leto

Leto a s ním spojené prázdniny sa prehupli do druhej polovice. Podľa odborníkov z Ligy za duševné zdravie je veľmi dôležité, aby mladí ľudia trávili leto zmysluplne. Nachystali zopár tipov, ako môžeme byť našim dospievajúcim ratoľstiam v tejto oblasti nápomocní.

„Nie pre každého leto znamená čas výletov, dovoleníek a zábavy s kamarátmi. Absencia školskej rutiny u dospievajúcich môže spôsobiť nárast pocitov izolácie, úzkosti či celkovej nepohody. Je to podmienené tým, akými aktivitami daný mladý človek letný voľný čas vyplní. Nie každý sa totiž okamžite vyberie na kúpalisko či na hory, niekto len napríklad zatiahne v izbe roletu, aby mu slnko nesvietilo do monitora. Je dôležité, aby dospievajúci načerpali v lete čerstvé sily,“ približujú odborníci z Ligy za duševné zdravie a ponúkajú niekoľko jednoduchých tipov, vďaka ktorým možno dokážete nenásilným spôsobom vášho dospievajúceho presvedčiť, že aj v lete existuje priestor mimo jeho izby a spoločne dokážete vytvoriť zmysluplné prázdniny.

Zväžte ich záujmy

Ak chcete nielen vzbudiť záujem, ale aj posilniť spojenie so svojím dospievajúcim dieťaťom, nájdite most medzi jeho záujmami a rôznymi aktivitami vonku. Skúste nájsť spôsoby, ako jeho hobby preniesť z bytu do prírody či mesta, či možnosti, ako zo solitérnych aktivít urobiť spoločenské.

Nájdite spolu vhodnú brigádu

Brigády nemusia byť vždy len v znameení nekonečne sa vlečúceho času na stavbe, v sklade či za pokladňou. Mnohé z nich ponúkajú prieniky s históriou, umením či inými zaujímavými témami. Nájdite tak spoločne brigádu, ktoré okrem času stráveného vonku či vreckového ponúkne vášmu dospievajúcejmu aj niečo navyiac.

Obmedzte ich čas pred obrazovkou

Len veľmi málo detí a dospievajúcich sa úspešne samoreguluje, pokiaľ ide o videohry alebo sociálne médiá. Snažte sa v rámci možnosti sledovať, koľko času trávia vaše deti pred obrazovkou, v prípade tých mladších môžete skúsiť nastaviť aj pravidlá napríklad 1 hodina



Ilustračné foto.

zdroj foto Dimhou pixabay

vonku / 20 minút na počítači. Nútená pauza od virtuálnych svetov môže podnietiť ich chuť objavovať skutočný svet.

Spojte ich s kamarátmi

Je dôležité, aby váš tínedžer nebol v kontakte s kamarátmi len cez sociálne siete. Skontaktujte sa tak s rodičmi jeho kamarátov či spolužiakov a zorganizujte spoločnú grilovačku či dovolenku. Len málo vecí motivuje deti ísť von ako iné deti a to platí aj pre tínedžerov.

Motivujte ich k vnútornému rozvoju

Relatívne voľnejší letný rozvrh po-

núka priestor nielen na trávenie času v prírode, ale napríklad aj na vytvorenie nových návykov a osobný rozvoj. Predstavte napríklad svojmu tínedžerovi princípy všímavosti - mindfulness. Všímavosť spočíva v zameraní sa na prítomnosť, je o plnom zapojení sa do čohokoľvek, čo práve robíme – bez rozptyľovania alebo posudzovania a uvedomení si svojich myšlienok a pocitov bez toho, aby sme sa v nich stratili.

Informácie poskytl
Liga za duševné zdravie

» ren

S	1				7	2		
U		2			1		7	4
D					3			6
O				7			9	
K		4	7	5				
U			5	9			4	3
	3				2	1		
					6			7

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

SBS LAMA SK

hľadá bezpečnostných pracovníkov na objekt

Schaeffler
v Kysuckom Novom Meste

1 300 € brutto / mesiac
POS nutný!

0948 696 208

PRIJMEME upratovačku

na 2 hod. denne
KNM
- Cesta do Rudiny

250 €/mesiac v čistom
0948 70 70 76

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Jobbees

Oblúbený zber jabĺk v Česku a na Slovensku

Oblúbená brigáda a dobrý zárobok! Priemerný zárobok pracovníka **1600 Kč/deň (62€)** a **VIAC**, t.j. cca 75.400 Kč/2 mesiace (3000€). Hľadáme prednostne ľudí zvyknutých na fyzickú prácu. Práca trvá podľa výberu strediska 6-8 týždňov alebo dohodou. Prac. zmena 10 hod., **pracuje sa na úkol!** Ubytovanie zdarma! Zálogy každý týždeň, výplata na účet každý mesiac. **Nástup 20.8.2024 alebo dohodou.**

Viac na **0948 944 782** (stačí prezvoniť, zavoláme naspäť).
Jobbees - tradičné zárobky u tradičných partnerov

GALMM Čadca príjme pracovníkov do TPP na pozície

Navešivač	od 829 EUR
Laborant	od 910 EUR
Pracovník internej logistiky	od 1086 EUR
Elektromechanik	od 1340 EUR
Vedúci zmeny / Majster	od 1450 EUR

Mesačná mzda brutto vrátane prémie

Ponúkame viacero benefitov, ako príspevok do 3. piliera (DDS), náborový a odporúčací príspevok, ročné a mimoriadne odmeny

V prípade záujmu nás kontaktujte:

0905 652 588 | truchlal@galmm.sk

KEDY JE NAJVHODNEJŠÍ ČAS NA OPERÁCIU SIVÉHO ZÁKALU?

Treba čakať, kým sa toto ochorenie viditeľne zhorší, alebo treba sivý zákal riešiť už pri jeho prvom slabom príznaku? Je možné podstúpiť operáciu sivého zákalu kedykoľvek, dokonca i počas horúceho leta? Budú sa operované oči v lete po zákroku hojiť dlhšie? Na tieto a iné otázky súvisiace so sivým zákalom odpovedá **MUDr. Andrea Falátová**, primárka novootvorenej žilinskej pobočky VESELY Očná Klinika.

Kedysi sa sivý zákal nechal takzvané vyzrieť – čakalo sa, kým sa pôvodne číra šošovka celkom nezakalila. Dnes sa to už tak nerobí. Prečo?

Nie je vhodné čakať, kým úplne vyzreje, pretože operovať sivý zákal vo veľmi pokročilom štádiu so sebou obnáša možné vážne komplikácie. Na druhej strane nie som zástankyňou ani opačného extrému, teda operovať sivý zákal už v úvodnom štádiu, keď sa prejavuje len veľmi slabými príznakmi a pacientovo videnie nijako neobmedzuje. Sivý zákal by sa mal operovať vtedy, keď už pacientovi prekáža, pretože horšie vidí. Je však na jeho rozhodnutí, kedy zákrok podstúpi.

Je možné sa operácii sivého zákalu vyhnúť? Dá sa vyliečiť napríklad pomocou očných cvikov, kvapiek alebo povedzme upravenej výživy?

Bohužiaľ, neexistuje žiadna medikamentózna liečba ani výživa, ktorou by bolo možné sivý zákal nielen vyliečiť, ale ani zastaviť či oddialiť. Jediný spôsob odstránenia sivého zákalu je pomocou operačného zákroku. Často pacient vidí jedným okom úplne dobre, ale druhé má poškodené. A keď sa vám váš zdravotný stav prestane pozdávať, je najvyšší čas dať si sivý zákal zoperovať.

ČO JE TO SIVÝ ZÁKAL?

Odborne nazývaný **katarakta**. Ide o degeneratívne ochorenie očnej šošovky, ktoré **súvisí s pribúdajúcim vekom** podobne ako vrásky či šediny. Vznik ochorenia súvisí s hromadením splodín látkovej premeny v ľudskej šošovke. Spôsobuje jej zakalenie z čírej na mliečne bielu ba i hnedú a jej „tvrdnutie“. Sivý zákal sa prejavuje zhoršeným vnímaním farieb, stratou kontrastu či neostrým a zahmleným videním. **Najčastejšie sa začína objavovať po prekročení 55. roku života.** Neliečený sivý zákal v konečnom štádiu vedie až k slepote. Podľa údajov Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO) je **sivý zákal zodpovedný za 51 % slepoty na celom svete.**

Mnohé operácie sa z rôznych dôvodov nevykonávajú v lete. Platí to aj o sivom zákale?

Nie, sivý zákal možno operovať prakticky kedykoľvek. Oči sa po tomto zákroku správajú rovnako v ktoromkoľvek ročnom období. Zotavovanie trvá približne 6 týždňov. Ide o pomerne rýchly, približne 10-minútový ambulantný zákrok v lokálnej anestézii, počas ktorého nahrádzame zakalenú šošovku novou, umelou, ktorá pacientom vráti ostrý a jasný zrak. Väčšinou sa operuje najprv jedno oko a potom po dvoch-troch dňoch až týždni druhé. Sivý zákal možno operovať dvoma spôsobmi – klasicky a modernejšou metódou FLACS, teda za asistencie femtosekundového lasera. Pri laserovom odstránení sivého zákalu sa skrúti aj doba hojenia. Na rozdiel od klasickej operácie sivého zákalu, ktorú hradia poisťovne, túto modernejšiu metódu však poisťovne nehradí. Stojí 290 eur na jedno oko.

Je rozdiel medzi operačným odstránením dioptrií po 40-tke a operáciou sivého zákalu?

V princípe ide o rovnaký zákrok, avšak pacientom po 40-tke v rámci zákroku, ktorý nazývame PRELEX, vymieňame za implantát ešte nezakalenú šošovku. Je ešte mäkkšia, jemnejšia, takže sa ľahšie operuje. Zakalená šošovka postihnutá sivým zákalom je tvrdšia. Zákrok PRELEX výmenou šošovky zbaví pacienta dioptrií a navyše predíde sivému zákalu, lebo sa mu už nemá čo zakaliť. A opačne, operáciou sivého zákalu sa zároveň odstráni aj dioptrie. Ak sa nezmení dĺžka oka a zakrivenie rohovky – a to by sa v dospelom veku nemalo diať – tieto zákroky prinesú doživotné výsledky.

Predstava, že človeku sa namiesto vlastnej šošovky vloží umelá, môže vyvolávať obavu zo zákroku. Je sa naozaj čoho báť?

Pred akoukoľvek operáciou treba mať určitý rešpekt, pretože pri každej môže hroziť určité, hoci niekedy iba



nepatrné riziko, že sa niečo nemusí podariť. Platí to o každej operácii na ľudskom tele. Treba však zároveň povedať, že operácia sivého zákalu patrí medzi najrozšírenejšie, najbežnejšie a zároveň najúspešnejšie operačné zákroky. Vďaka moderným technológiám je to rýchly a bezpečný zákrok, pri ktorom je minimálna šanca komplikácii.

Pobočka VESELY Očná Klinika sa v Žiline otvorila len pred čosi vyše mesiacom. Je medzi žilinskými pacientami záujem o operácie sivého zákalu?

Práve o tento zákrok je medzi pacientami najväčší záujem. Na to, že sme otvorili krátko, máme za sebou už približne 40 operácií sivého zákalu. Väčšina pacientov pritom má záujem práve o špeciálne multifokálne šošovky a o modernejšiu, šetrnejšiu a bezpečnejšiu metódu operácie sivého zákalu za asistencie femtosekundového lasera.



OBJEDNAJTE SA:

📍 Obchodná 9076/3D, Žilina

✉ info@veselyok.com

☎ 02/3211 4644

www.veselyok.com

ADONXS predstaví hudobnú novinku, Simona vtipný stand-up

Tisíce emócií, kvalitná zábava, perfektná hudba, nové chute a vône. Tie prinesie IQOS Zóna na festival LOVESTREAM už v piatok 16. augusta. Pripravení sú komička Simona First, ADONXS, ale aj bohatý sprievodný program či súťaže.

Staré letisko Vajnory sa pripravuje na LOVESTREAM, ktorý aj tento rok prináša počas víkendu od piatka 16. augusta do nedele 18. augusta svetovú hudbu. Brány do novej dimenzie zábavy na festivale otvorí aj IQOS Zóna s perfektným zážitkovým programom. Počas troch festivalových dní si vychutnáte nabité sety slovenských a českých DJ-ov, uvidíte naživo stand-up slovenskej top komičky Simony First či nedeľný

koncert Adama Pavlovčina, na ktorom ADONXS predstaví svoju horúcu novinku - skladbu Inter-galactic Rodeo.

Máte radi súťaže, hry, kvízy? V IQOS Zóne sa bude súťažiť naozaj o zaujímavé ceny. Pripravte sa na zábavný vedomostný kvíz z oblasti ekológie. Napríklad, vedeli ste, že z použitých tabakových náplní sa dá vyrobiť perfektná asfaltová cesta? Zapojte sa

do zberu použitých tabakových náplní môžu všetci dospelí návštevníci aj priamo na festivale. V areáli LOVESTREAMU bude umiestnených 70 špeciálnych košov na použité tabakové náplne a ohorky, ktoré spoločnosť Reneso odvezie na recykláciu a neskôr budú použité na výrobu asfaltovej cesty.

Zdroj foto: PMI



Program v IQOS Zóne na festivale LOVESTREAM 2024

(vstup iba pre osoby staršie 18 rokov)

PIATOK / 16. 8. 2024	SOBOTA / 17. 8. 2024	NEDEĽA / 18. 8. 2024
12:00-13:00 DJ SET - NO DJ	12:00-13:00 DJ SET - NO DJ	12:00-13:40 DJ SET - NO DJ
14:30-15:00 DJ CHOCOLATIC (CZ)	14:15-14:40 DJ CHOCOLATIC (CZ)	13:40-14:10 DJ FLOW (CZ) - ELEKTRONICKÁ HUDBA
15:45-16:15 FREESTYLE RAP - GIG	15:30-16:00 INTERVIEW - SIMONA FIRST	15:10-15:40 INTERVIEW - ADONXS
17:00-17:30 DJ MATYS (SK)	16:00-16:15 MEET & GREET	16:40-17:10 DJ FLOW (CZ) - ELEKTRONICKÁ HUDBA
18:15-18:45 DJ CHOCOLATIC (CZ)	16:45-17:15 DJ MATYS (SK)	18:20-18:50 ADONXS KONCERT
19:45-20:15 DJ MATYS (SK)	18:15-18:45 SIMONA FIRST (SK) STAND UP	

Príklady dobrej praxe klientov NATUR-PACK inšpirujú firmy aj verejnosť

Organizácia zodpovednosti výrobcov (OZV) NATUR-PACK si zakladá na podpore environmentálneho povedomia v oblasti odpadov. Sme radi, že mnohí naši klienti sami prichádzajú s vlastnými inšpiratívnymi projektmi a aktivitami, ktoré veľmi sprístupňujeme na YouTube kanáloch **NATUR-PACK verejnosti a NATUR-PACK klientom**.

Príklady dobrej praxe z oblasti udržateľnosti obalov, spoločenskej zodpovednosti, predchádzania vzniku odpadov patria medzi obľúbené a vysoko sledované. Sú zdrojom inšpirácie nielen pre ďalšie firmy z rôznych segmentov, ale často sa prihovárajú svojim obsahom širokej verejnosti. Tá vďaka nim môže objavovať konkrétne spôsoby, ako minimalizovať negatívne vplyvy na životné prostredie.

OZV NATUR-PACK ponúka svojim klientom možnosť zviditeľniť sa a ukázať odbornej i laickej verejnosti svoj vlastný príklad a prispieť tak k zmene k lepšiemu.



Pozrite si ukážky konkrétnych príbehov, ktoré sme nedávno spracovali u spoločností ako je napríklad CHEMOSVIT FOLIE, KAUF-LAND, COOP Jednota, MARTINUS a ďalšie.

Stačí jednoducho oscanovať tento QR kód:



Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



GS
EUROTHERM
MONTY

ZIMNÉ ZÁHRADY
ZASKLENIA BALKÓNOV
A TERÁS • PRÍSTREŠKY
PREKRYTIA BAZÉNOV
HLNÍKOVÉ A NEREZOVÉ
ZÁBRADLIA A BRÁNY
gszasklenie.sk
0800 333 223



ZAMERANIE A
3D VIZUALIZÁCIA
ZDARMA

**ZĽAVY AŽ
DO 50%**

**EKOLOGICKÉ
ČISTENIE
FASÁD**

rodinné
domy
ZĽAVA 50%

Patentovaná
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových
čističov

f BombaFasada
www.BombaFasada.sk

0905 148 393

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

**MÁTE
VLHKÝ DOM?**

- podpilovanie muriva
- chemická injektáž

ZĽAVY 20%

STOP
vlhkým múrom
0918 671 541



POKRÝVAČ- TESÁR



**RENOVÁCIA STRIECH, RENOVÁCIA GARÁŽÍ,
ZATEPLENIE, OPRAVA A RENOVÁCIA
ŽLABOV KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH**

**ZA NAŠU PRÁCU
RUČÍME!**

Kontakt:
Janek - 0919 495 628
Milan - 0919 495 642

**POKRÝVAČ- TESÁR
TETŐFEDŐ - ÁCS**

renovácia striech,
renovácia garáží,
zateplenie,
oprava a renovácia
žlabov kompletná
výmena striech

tetőfedő mester
vállal tetőfelújítást,
garázsfelújítást,
szigetelést,
ereszcsatornázást
palatető javítást
és felújítását
teljes tetőcserét is

okamžitě začatie prác • azonnali munkakezdés

**ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!
GARANCIÁT VÁLLALUNK MUNKÁNKRA!**

Kontakt / Hívjon bizalommal:
+421 949 623 050

**PRE PODANIE
SI INZERÁTU
PÍŠTE NA**

kysucko@regionpress.sk

**REGION
PRESS**

91-0130

čujte.sk

Čítajte nás

www.cujte.sk



**DOM
KAVY**

**DOMKAVY.SK
TRNAVA**



KAVOVA5

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