

# ŽILINSKO BYTČIANSKO

otvára  
novú predajňu  
v **OC DUBEŇ**  
Žilina

viac info  
na 4. strane

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 50 780 domácností

**BM KOMÍNY** **KOMINÁR**

**FRÉZOVANIE  
A VLOŽKOVANIE  
KOMÍNOV**

**MUROVANIE  
KOMÍNOV  
s nerezovou  
vložkou**

ZAREZERVUJTE SI OBHLIADKU ZDARMA!

0911 315 249 • [www.bmkominy.sk](http://www.bmkominy.sk)

**PALIVOVÉ  
DREVO  
UKLADANÉ**

mäkká metrovica - 53 €/prn  
klátiky štiepané - 67 €/prn

tvrdá metrovica - 63 €/prn  
klátiky štiepané - 77 €/prn

DOVOZ ZABEZPEČÍME  
0911 090 185  
0905 193 790

**ŽALÚZIE**

• ISO design retiazka (celotieň)  
cena: 11 €/m<sup>2</sup>

• ISOLINE retiazka (jednoliaty nosník)  
cena: 13,50 €/m<sup>2</sup> ceny vrátane montáže

• ROLETKY: - DEŇ a NOC,  
- PLISE - TEXTILNE - STREŠNÉ

• VERTIKÁL. ŽALÚZIE

• SIETKY pevné, navijacie  
- okenné - dverové

**OPRAVY ŽALÚZIÍ**  
0903 525 784  
[vlado.michal72@gmail.com](mailto:vlado.michal72@gmail.com)

**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) výpočet ceny  
[www.nabytokgabor.sk](http://www.nabytokgabor.sk) cez telefón

**ZBERNÉ SUROVINY**  
Teplička nad Váhom

**MEĎ až 7€**

**ŽELEZO až 0,25€**

**MOSADZ až 4,40€**

0902 916 093  
Polnohospodárska 1539  
Teplička nad Váhom

OTVORENÉ  
až do 17:00

**RIČI**

**PAPLÓNY A VANKUŠE  
ČISTENIE PERIA**

[www.rici.sk](http://www.rici.sk)  
TEL: 0908 838 838

**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

**ŠTAHOVANIE**

0911 319 509  
0918 799 309

**SVD**

[www.stahovaniesvasnou.sk](http://www.stahovaniesvasnou.sk)  
BYTY, KLAVIRE, KANCELARIE, TREZORY, DOPRAVA

**VŔTANIE  
STUDNÍ**

0908 943 835  
0918 570 286

**ČISTENIE HROBOV**

1HROB 90€ 2HROB 140€ 70€

Obnova písma 1,5€ 1€/znak  
Dosekávanie písma  
Dátum 100€, text 10€/znak  
Posledná akcia pred Dušičkami!!!  
Ceny platné do 31.8.!!  
Ing. Miroslav Greisiger  
0940 653 651, 0919 205 521  
[www.cisteniehrobu.sk](http://www.cisteniehrobu.sk)

**INZERCIA**  
0908 979 468

**OKNÁ · DVERE · PERGOLY**

[www.PROFIOKNOSK.eu](http://www.PROFIOKNOSK.eu)

**AKCIA do  
31.8.2024**

0917 606 602

**BRIKETY - PELETY**

EKOHRÁŠOK - PALIVOVÉ DREVO  
ŠKÁROVKY A STUPNICE NA SCHODY

**AUTODOPRAVA NAJNIŽŠIE CENY**  
S HYDRAULICKOU RUKOU ALEBO ČELOM

0948 153 799 [www.drevoza.sk](http://www.drevoza.sk)

**POTREBUJETE REKLAMU  
DO NOVÍN ŽILINSKO-BYTČIANSKO,  
ALEBO DO INÝCH REGIÓNOV  
NA SLOVENSKU?**

**REGION  
PRESS**

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

**LEXAN**

**polykarbonát  
rezanie na mieru**

**Považské Podhradie**  
0904 030 950  
[www.artrade.sk](http://www.artrade.sk)

**AR TRADE - PRO**

**VÝROBA A MONTÁŽ  
PLASTOVÝCH  
A HLINÍKOVÝCH**

**eko  
okna OKIEN A DVERÍ**

Tieniaca technika  
Sieťky proti hmyzu  
Posuvné systémy  
Pergoly

[www.eko-okna.sk](http://www.eko-okna.sk)

0917 173 667 [info@eko-okna.sk](mailto:info@eko-okna.sk)  
0918 392 054 [ekooknaponuky@gmail.com](mailto:ekooknaponuky@gmail.com)

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



Bezplatný týždenník

**ŽILINSKO  
BYTČIANSKO**

EV 6214/24

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

Ročník I, Vydanie 16, týždeň 33/2024.

Redakcia: Vysokoškolačkov 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, Kotrčina 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, Priedmier, Štávnik, Veľké Rovné  
**nepámy týždeň:** Bánová, Brodno, Budatín, Bytča, Mojsová Lúčka, Považský Chlmec, Trnovec, Zástranie, Závodie, Žilina, Žilinská Lehota, Belá, Bitarová, Kamenná Poruba, Kónská, Kotrčina Lúčka, Krasňany, Lietava, Lietavská Lúčka, Babkov, Lietavská Svinná, Mojs, Nededza, Nezbudská Lúčka, Ovčarsko, Podhorie, Porúbka, Rajec, Rajecká Lesná, Poluvsie, Rajecké Tepliče, Rosina, Stráňavy, Stráža, Strečno, Teplička nad Váhom, Terchová, Turie, Varín, Višňové

Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovú úpravu.

Prosa 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	HLOHOCKO-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	SENIČKO-SKALICKO	
TO	41.930	TOPOULČIANSKO-PE-BN	
TN	60.750	TRENČIANSKO-DCA-IL	
TT	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-VIK-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-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	POPRADESKO-KK	
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB	
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL	

## Stále je čas na nové dobrodružstvá

Hoci sa nám letné prázdniny už pomaličky blížia do finále, stále nás ešte čaká dostatok pekných dní vhodných na objavovanie krás našej vlasti.

Počas leta sa mnohí z nás venujú turistike. Skvelú príležitosť, ako sa naše vychádzky do prírody môžu zmeniť na zaujímavé výlety za poznáním, nám poskytujú náučné chodníky. Nájde ich roztrúsené po celom Slovensku. Niektoré nám umožňujú dozvedieť sa viac o našej faune a flóre, iné spoznávať rozličné kultúrne pamiatky a nájsu sa aj také, ktoré nás prenású do ďalekej histórie.

No a pri histórii ešte chvíľku zostaneme, pretože fascinuje mnohých z nás. Prenikanie do historických súvislostí, odhaľovanie pozadia rozličných udalostí či spoznávanie života významných osobností môže byť častokrát nielen zaujímavé, ale aj poučné a inšpiratívne. Je skvelé, že na Slovensku máme veľa pozoruhodných múzeí a práve vďaka ich návšteve môžeme získať rôznorodé poznatky z čias minulých. Vypraviť sa však do minulosti môžeme aj návštevu hradov, zámkov či zrúcanín, ktorými je Slovensko priam posiate. Z ich krásy im nič neubral ani zub času, a tak obdivujeme tieto naše skvosty a nasávajúme ich magickú atmosféru.

Ak nás história predsa len trošku omrzí, môžeme si spestriť leto obdivovaním kvetov. Myslím, že nepozná nikoho, kto by ich nemal rád. Skvelou príležitosťou, ako sa tešiť z ich krásy, môže byť aj návšteva botanickej záhrady. Veľmi vzácne exempláre rôznych tropických a subtropických rastlín môžeme obdivovať v Botanickej záhrade Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, príjemnú oázu pokoja nájdeme aj v Botanickej záhrade Univerzity Komenského v Bratislave, zaujímavé domáce i exotické kvetiny na nás čakajú v Poľnohospodárskej univerzity v Nitre, no a k tisícakm ruží môžeme privoňať napríklad v Rozáriu v Dolnej Krupej.

Keďže letné horúčavy pravdepodobne ešte nepovedali posledné slovo, občas sa nám žiada trošku sa schladíť. Možností je viacero a jednou z nich môže byť napríklad návšteva niektorej z našich slovenských jaskýň. Nielenže tam nájdeme skvelé útočisko počas horúcich dní, ale budeme mať tiež možnosť obdivovať krásne prírodné úkazy.

» Renáta Kopáčová, redaktorka

## PALIVOVÉ DREVO

- metrovica
- polienka
- pelety

0948 141 080

Z trvalo udržateľného Slovenského lesa



**NÁTERY STRIECH**  
CERTIFIKOVANÝMI FARBAMI  
PRÍJEMNÉ CENY  
Volajte: 0944 813 531

**PEKNÁ STRECHA**  
NÁTERY STRIECH  
VÝMENA STRIECH  
OPRAVA KOMÍNOV  
Za priateľnú cenu  
0908 842 631

**INZERCA**  
zilinsko@regionpress.sk

**SBS LAMA SK**  
hľadá bezpečnostných pracovníkov na objekt  
**Schaeffler**  
v Kysuckom Novom Meste  
1 300 € brutto / mesiac  
POS nutný!  
0948 696 208

**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, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV**  
• Stavba troj vrstvových komínov  
• Prestavby nadstrešných častí komínov  
• Rekonštrukcia a sietkovanie komínov  
• Montáž zrealizujeme za jeden deň

frézovanie od 15€/bm

**OBHĽIADKA KOMÍNOV ZDARMA**

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL  
**ZĽAVA na materiál 35%**

0904 157 144, 0903 874 784

**KAMENÁRSTVO JANTÁR**

• náhrobné pomníky  
• žulové krytia hrobov  
• urny a urnové schránky  
• lampáše, vázy, kríže...

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

**FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE**  
FRÉZOVANIE od 15€/bm

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

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL  
**ZĽAVA na materiál 40%**

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

0948 012 507 • www.profkominny.sk

**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

**NATIERANIE STRIECH**

od 6 €/m<sup>2</sup>

0904 502 196

**24. augusta 79 n.l.**  
erupcia sopky **Vezev** zničila mestá **Pompeje, Herculaneum a Stabiae** (tradičný dátum, možnou reálnou alternatívou je 24. október)

Výročia a udalosti





Správna voľba

34% ZĽAVA

3.29\*

2.15

(1 kg = 8,60)

Tradičné maslo  
250 g



46% ZĽAVA

2.39\*\*

1.29

Slniečnicový olej  
1 l



1 pranie od  
0.23

52% ZĽAVA

41.99\*

19.99

(1 pranie = 0,39 / 0,32 / 0,23)

Ariel tekutý prací gél/kapsuly  
52/63/90 praní  
rôzne druhy



OD PONDELKA

OD PONDELKA 19. 8. DO NEDELE 25. 8.  
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

XXL, XXL, XXL, XXL, XXL, XXL

ŠTEDRÝ PONDELOK

BOBULOVINY

SO ZĽAVOU AŽ DO

-48%

PLATÍ LEN V PONDELOK 19. 8.

50% ZĽAVA

4.98\*\*\*

2.49

Biele hrozno bezjadierkové  
1 kg balenie



LIDL  
STÁNOK  
DENNE ČERSTVÉ

33% ZĽAVA

0.89\*\*\*

0.59

Šalátové uhorky  
kus



35% ZĽAVA

6.99

4.49

Kuracie stehná XXL  
cena za 1 kg  
bez kostí a kože



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



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

\*Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.  
\*\*Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akčných cien, zistených na základe porovnania cien dňa 30. 7. 2024.  
\*\*\*Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnaného produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri prepočte na hmotnosť produktu z akčiového týždňa.

Ponuka tovaru platí od 19. 8. do 25. 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.



## Ako postupovať po návrate z dovolenky

Letné obdobie patrí dovolenkám a výletom. To však môže okrem príjemných zážitkov niekedy priniesť aj nepríjemnosti spojené s rizikom zdravotných problémov, pričom niektoré ochorenia sa môžu prejavíť už počas cesty alebo ihneď po návrate, no väčšina ochorení sa prejaví najneskôr do 6-12 týždňov. Upozorňujú na to odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR).

„U niektorých ochorení, ako napríklad malária, sa príznaky môžu objaviť až po pol roku alebo roku. Ak ste sa vrátili z krajín s výskytom exotických ochorení, je dôležité aj po návrate sledovať svoj zdravotný stav. Zároveň je potrebné dodržať pokyny lekára, ktoré sa týkajú napríklad užívania liekov proti malárii v stanovenom období po návrate z exotической destinácie,” radí doktorka Adriana Mečochová, vedúca Sekcie epidemiológie a pripravenosti na pandémie.

### Izolujte sa

„V prípade objavenia sa zdravotných ťažkostí po návrate z dovolenky sa izolujte a skontaktujte svojho ošetrojúceho lekára. Informujte ho o ceste a pobyte v cudzine - a to aj napriek tomu, že od návratu z dovolenky uplynul dlhší čas,” doplnila doktorka Tatiana Červe-

ňová, hlavný hygienik SR.

Ak vyhľadáte zdravotnícku pomoc či diagnostiku, dodržte základné všeobecné opatrenia na zamedzenie šírenia nákazy:

- majte pri kontakte s inými ľuďmi nasadený respirátor,
- priebežne a dôsledne dodržiavajte hygienu rúk,
- v prípade podozrivej vyrážky ju majte preventívne prekrytú - zvolte voľné tričko s dlhým rukávom, vzdušné nohavice.

Ďalší postup a vhodnú liečbu následne určí lekár na základe výsledkov vyšetrenia a podľa stanovenej diagnózy a celkového zdravotného stavu.



» ren  
zdroj foto Bru-nO pixabay

shoemanic since 1872

**HUMANIC**

**NOVÁ PREDAJŇA V OC DUBEŇ!**

AI - GENERATED PHOTO

**VODIČ - SERVISNÝ TECHNIK**  
prevádzka Žilina  
VP: B,C,E  
Mzda v hrubom: 1500€  
JOHNNY SERVIS +421 947 968 218

**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

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**

**Čistenie a kontrola komína s revíznou správou**  
**29€ S DPH**  
**FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE ČISTENIE - KONTROLA**  
Rekonštrukcia a oddechtovanie komínov  
**0914 276 111**  
**0915 483 234**  
kominarstvo-mitasi@centrum.sk

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

**OBNOVA NÁPISOV a DOSEKÁVANIE DÁTUMOV na POMNÍKOKH**  
PRIAMO NA CINTORÍNE  
čistenie dvojhrabu 100€  
**0944 229 001**

**Luxemburská firma hľadá skúsených vodičov MKD veľmi dobré podmienky.**  
tel.: **0918 627 471**

**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

Prijmem **VODIČA**, ktorého bavi jazdiť a spoznať krajiny **ŠVÉDSKO A NÓRSKO** z kamióna.  
Bližšie informácie na tel. čísle **0910 516 993**  
pre skupinu C,E plat od 2200,-eur v čistom + bonusy a 13. plat  
V prípade rozšírenia vodičského preukazu s B na C+E vybavíme



# BOBRIA SILA V AKCII

NAŠA **AUGUSTOVÁ** PONUKA

vhodná na podlahové vykurovanie



Top cena

**6,49** m<sup>2</sup>

## LAMINÁTOVÁ PODLAHA „COMFORT“ BOROVICA MORSKÁ

Rozmery: š 19,3 × d 138,3 cm, hrúbka 7 mm.  
Obsah balenia 2,135 m<sup>2</sup>. OBI č. 5325204

vhodná na podlahové vykurovanie



Top cena

**6,99** m<sup>2</sup>

## LAMINÁTOVÁ PODLAHA „COMFORT“ JEDLOVEC RUSTIK

Rozmery: š 19,3 × d 138,3 cm, hrúbka 8 mm.  
Obsah balenia 1,868 m<sup>2</sup>. OBI č. 5325196

vhodná do vlhkých priestorov

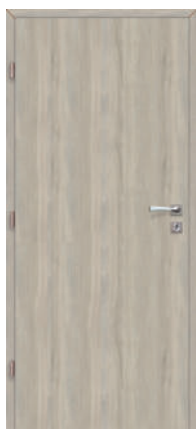


Top cena

**13,99** m<sup>2</sup>

## VINYLOVÁ PODLAHA DUB „PADUA“

Rozmery: š 18 × d 122 cm, celková hrúbka 3,5 mm.  
Obsah balenia 2,635 m<sup>2</sup>. OBI č. 1298397



Top cena

**39,99**

## DVERE INTERIÉROVÉ „ARUBA“<sup>1</sup>

Interiérové dvere plné, lakované, dekor dub  
škandinávsky, pravé/ľavé, šírka: 60, 70, 80 a 90 cm.  
OBI č. 1006808 a i.

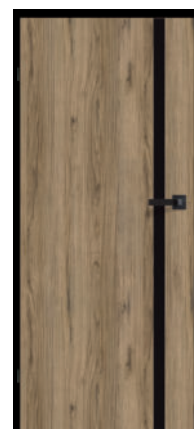


Top cena

**59,99**

## DVERE „METRIX“<sup>1</sup>

Interiérové dvere presklené. MDF rám opláštený  
HDF doskami. Lakované. Pravé/ľavé, šírka: 60, 70,  
80 a 90 cm. Dub bielený. OBI č. 1006881 a i.



Top cena

**79,99**

## DVERE INTERIÉROVÉ „PALLMER“<sup>1</sup>

Interiérové dvere plné, 3D fólie, taliansky orech,  
pravé/ľavé, šírka: 60, 70, 80 a 90 cm.  
OBI č. 2179877 a i.

## Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na [obi.sk](https://obi.sk)

<sup>1</sup>Cena je bez kovania a zárubne.

Platí od 16. 8. do 29. 8. 2024 alebo do vypredania zásob.



# OBI

**DOKÁŽETE ČOKOLVEK**

# Zvýšte pozornosť v období tehotenstva Toxoplazmóza - parazitárne ochorenie

Vedci zo Slovenskej akadémie vied (SAV) priniesli v uplynulých dňoch informácie o ochorení, ktoré sa častokrát spája s mačkami. Toxoplazmózu spôsobuje mikroskopický parazit *Toxoplasma gondii*. Uvádza sa, že v závislosti od hygieny a stravovacích návykov je vo svete nakazených 10 % až 60 % ľudí. Podľa prieskumov parazitológov zo Slovenskej akadémie vied je na Slovensku infikovaných v priemere 21 % dospelých ľudí.

„Mačka je definitívnym hosťom parazita, ktorý u nej žije v čreve. Počas akútnej fázy infekcie vylučuje v truse do prostredia obrovské množstvo oocýst (vajíčok), ktoré sú infekčné pre človeka, pre mačky, ale aj pre všetky druhy teplokrvných živočíchov. Táto fáza vylučovania oocýst trvá v priemere dva týždne. Po tomto období toxoplazma zamigruje do svalov a orgánov mačky, kde sa opuzdí a mačka prestáva byť pre človeka nebezpečná. Preto nie je dôvod na paniku,“ vysvetľuje parazitologička.

### Pozor na tehotenstvo a oslabenú imunitu

„Infekcia sa u človeka najčastejšie

neprejavuje vôbec, prípadne prebehne vo forme mierneho, chrípku pripomínajúceho ochorenia. Problémy môže spôsobiť v prípade, že sa žena nakazí počas tehotenstva, keď môže dôjsť k poškodeniu plodu alebo až k potratu. Ďalšou rizikovou skupinou sú ľudia s oslabenou imunitou, u ktorých sa môže rozvinúť závažné, niekedy až fatálne ochorenie,“ tvrdí parazitologička Daniela Antolová z Parazitologického ústavu SAV, v. v. i.

### Ako sa môžeme nakaziť?

Toxoplazmózou sa môžeme nakaziť pri konzumácii jedla, pití vody alebo náhodným požitím pôdy, ktoré boli kontaminované mačacím trusom. Podobne je to aj pri konzumácii surového alebo tepelne nedostatočne upraveného mäsa zvierat, ktoré boli nakazené *Toxoplasma gondii*. Vedci ale zdôrazňujú, že zdraví imunokompetentní ľudia aj tehotné ženy, ktorí už boli v minulosti vystavení infekcii a majú pozitívne protitátky proti *Toxoplasma gondii*, sa nemôžu znova nakaziť.

### Nie všetky sú rizikové

Štúdia vo Švajčiarsku ukázala, že len menej ako 1 % mačiek vylučuje oocysty do prostredia. Potvrdzujú to aj výsledky parazitológov SAV - zo 750 mačiek



Ilustračné foto.

zdroj foto IlonaBurschl pixabay

vyšetrených v roku 2022 boli oocysty *T. gondii* potvrdené len u šiestich zvierat. „Mačky, ktoré sú chované výlučne vo vnútri a nie sú kŕmené surovým mäsom, nepredstavujú pre ľudí prakticky žiadne riziko. Je nepravdepodobné, že sa nakazíte dotýkaním sa nakazenej mačky, pretože oocysty sa zvyčajne nenachádzajú na srsti mačky a po opustení tela v truse trvá minimálne 2 až 4 dni, kým sa stanú infekčnými,“ dodala vedkyňa.

### Dôležitá je prevencia

Parazitológovia odporúčajú ako prevenciu umývanie ovocia a zeleniny, ktoré by mohli byť kontaminované pôdou, a teda potenciálne aj mačacím trusom. Pri tepelnej úprave by teplota vo vnútri mäsa mala dosiahnuť min. 70 °C po dobu 3 minút. Toxoplazmu ničí aj zmrazenie na -20 °C po dobu minimálne 3 dní.

Informácie poskytl SAV

» ren

Oplatisa.sk

NAJLEPŠIE PONUKY

 101,00€  
Paco Rabanne 1 Million Toaletná voda 100 ml  
Demro.sk

 390,00€  
Pánske hodinky casio g-shock gst-w310d-1aer  
ZlatnictvoLion.sk

 7,99€ / 9,99€ -20%  
Tronic® Nabijacie batérie Ni-MH Ready 2 Use, 8 kusov  
Lidl.sk

 1.179,00€  
Americká chladnička Whirlpool WQ9 E1L  
ZlavneneSpotrebiice.sk

 27,90€  
Musetti zrnková káva Armonico - 1kg  
Domkavy.sk

 42,00€  
ASIR Nástenné hodiny na plátne VÁZA 60 cm  
Nabytkomania.sk

 451,60€ / 6,00€  
Kosačka Worcraft RLM-20Li, 20V 4ah, Li-Ion, 220 mm  
ZEPA.sk

 39,99€  
Parkside® Regál s 5 policami 180 x 90 x 45 cm  
Lidl.sk

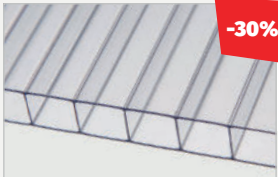


**ZENIT**

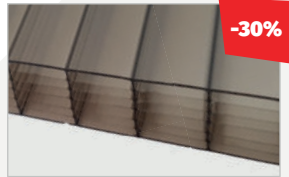
**AKCIA NA POLYKARBONÁT**

**REZANIE MATERIÁLU ZDARMA**

[eshop.zenitsk.sk/akcia](http://eshop.zenitsk.sk/akcia)



Ultralight 2/10 číra  
**9,50 €/m<sup>2</sup> s DPH**



Exolon 7/16 BF bronz  
**16,51 €/m<sup>2</sup> s DPH**

**ROZVOZ PO CELOM SLOVENSKU**

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

**VCHODOVÉ DVERE**

**VCHODOVÉ DVERE DO BYTOV**

15-bodové bezpečnostné zamykanie  
zvukovotesniaca a tepelná izolácia  
oceľová zosilnená konštrukcia



cena od  
**409 €**  
+ montáž

záručný  
a požárny servis

**DOPRAVA ZDARMA**

**0917 678 746**  
[www.vchodove-dvere.sk](http://www.vchodove-dvere.sk)

**Dražba 2-izbového bytu vo vyhľadávanej lokalite v Žiline**

Byt č.4 je zapísaný na LV č. 5080, k.ú. Žilina.  
Nehnuteľnosť sa nachádza na adrese:  
Komenského 63, 010 01 Žilina.

Dátum a čas dražby: 11.09.2024 o 10:00 hod  
Miesto dražby: Hotel Galileo, Hlinská 25, 010 01 Žilina.  
Obhliadka: 04.09.2024 o 10:30 hod na mieste samom.  
Najnižšie podanie: 111.000,- EUR s možnosťou ZNÍŽENIA.

Pre viac informácií nás prosím kontaktujte na tel. č. 0915 850 667,  
emailom: [info@licify.sk](mailto:info@licify.sk) alebo navštívte našu stránku [www.licify.sk](http://www.licify.sk).  
Organizátor dražby: Licify s.r.o., IČO: 54 314 585

**Výročia a udalosti**

**25. augusta 1609**

Galileo Galilei predstavil svoj prvý ďalekohľad

**26. august 1883**

erupcia sopky Krakatoa

**INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA**

**0908 979 468**

**SLOVENSKÝ VÝROBCA SEDACÍCH SÚPRAV NA MIERU**



Polohovateľné opierky

Možnosť polohovania opierky

Roh na sedenie

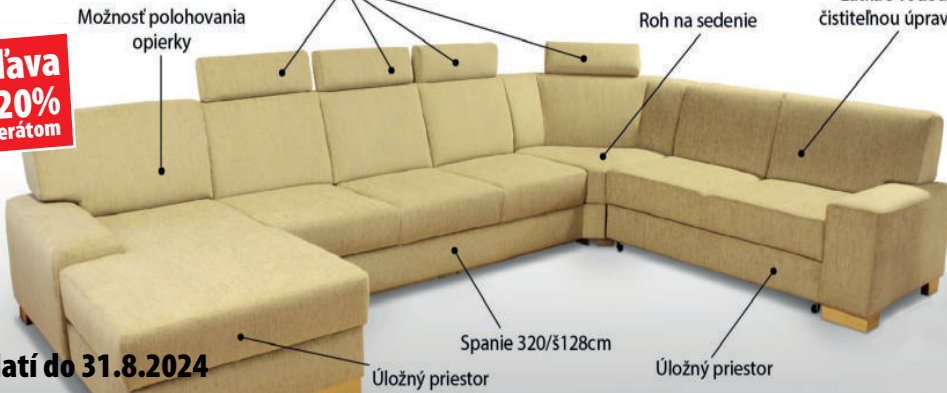
Látka s vodou čísteľnou úpravou

**Celomasívna kostra + HRPENA**

**PREDĹŽENÁ ZÁRUKA 5 ROKOV**

**ADRESA PREDAJNE**  
Kamenná cesta 8  
Žilina  
0908 787 089  
[www.zarpa.sk](http://www.zarpa.sk)

**Zľava -20% s inzerátom**



**Platí do 31.8.2024**

Spanie 320/š128cm

Úložný priestor

Úložný priestor

**PRAVNO**

M26-MOD1-3BF195/P03/-R100/PO-2BU132-M26  
**Rozmer: 166/383/258cm**

Látka-kat-A-2382-20%= **1 905 Eur**  
Celokožená-4413eur-20%= **3 530 Eur**

**TABURET - PUFF, 2X OKRASNÝ VANKUŠ ZADARMO**

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

	9	8	6			4	3
S	5	3	4			9	
U							
D		4	2	5	3		8
O		5		6		8	9
K		8				2	1
U						3	
	2			9		3	1
			2				4

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

## Potláčajú nepokoj a zlepšujú náladu

# Doprajme si šťavnaté broskyne

Broskyne patria vďaka svojej výbornej a osviežujúcej chuti medzi obľúbené druhy ovocia. Vďaka obsahu vitamínov, minerálov a rôznych iných látok, majú veľmi blahodárne účinky aj na naše zdravie.

### Pestovanie

Hoci broskyne pochádzajú z Číny, dokážeme ich pestovať aj v našich záhradách. Treba mať však na pamäti, že vyžadujú úrodné, stredne ťažké pôdy s dostatočnou vlhkosťou. Keďže sú broskyne náročné na teplo a svetlo, mali by sme im nájsť slnečné miesto chránené pred vetrom. Aj u broskýň platí, že ak sa chystáte vysadiť rastliny pestované v kontajneri, môžete tak urobiť počas ce-

lej doby vegetácie. Pokiaľ ste si zakúpili voľnokorenné stromčeky, teda rastliny predávané s holými koreňmi, bez črepníka, je možné ich vysadiť do záhrady výlučne na jar, alebo na jeseň.

### Účinky na zdravie

Broskyne obsahujú veľké množstvo draslíka, vápnika, sodíka, železa, horčíka, zinku a niacínu, ktoré pozitívne vplyvajú na duševnú pohodu človeka. „Vďaka vysokému podielu niacínu spolu s horčíkom, selénom a zinkom potláčajú vnútorný nepokoj, nervozitu a zlepšujú náladu,“ približuje na sociálnej sieti Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava odborníčka na zdravú výživu Mgr. Klinčáková. Broskyne sú bohaté na vitamín C, A, B1 a B2, karotény a xantofyli, ktoré zlepšujú imunitný systém. Majú močopudné účinky, čím čistia naše obličky a močový mechúr a tiež odstraňujú červy z čriev.

### Použitie

Broskyne najlepšie chutia čerstvé. Pridávať si ich môžeme do ovocných šalátov, nápojov či drení. Konzervované broskyne majú podobné využitie ako tie čerstvé a rovnako si z nich môžeme pripraviť rôzne koláče, dezerty či zmrz-



Ilustračné foto.

zdroj foto Kathas\_Fotos pixabay



Ilustračné foto.

zdroj foto MrGajowy3 pixabay

liny. Džem z týchto chutných plodov poslúži ako nátierka na chlieb s maslom či ako lahodná plnka do palacinek.

### Náš tip:

#### Tvarohové rezy s broskyňami

(plech rozmer cca 30x40 cm)

**Suroviny:** na cesto: 340 g polohrubá múka, 220 g kryštálový cukor, 4 vajcia, 100 ml vlažná voda, 130 ml rastlinný olej, 1 prášok do pečiva, 2 PL kakao

**na plnku:** 750 g jemný tvaroh, 130 g práškový cukor, 1 vanilkový cukor, 1 vanilkový puding v prášku, 2 vajcia, 740 ml broskyňový kompót

**Postup:** V miske vyšľaháme 4 vajcia

s cukrom, pridáme olej, vodu, múku zmiešanú s práškom do pečiva a 2 lyžice kakaa. Hlboký plech vystelieme papierom na pečenie a vylejeme naň polovicu cesta.

V druhej miske vyšľaháme vajcia s cukrom a vanilkovým cukrom, jemne zamiešame tvaroh a vanilkový pudingový prášok. Plnku opatrne vylejeme na cesto a následne na ňu poukladáme scedené na menšie kúsky pokrúpané broskyne. Potom na tvarohovú plnku nalejeme zvyšok cesta a upečieme.

Múčnik podávame pokrúpaný na kocky a posypaný práškovým cukrom.

» ren

## 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

# AKCIA

## 2+1 ZADARMO

HOVÄDZÍ KOLAGÉN FORTE  
45,90 EUR / 1 KS

KOLAGÉN FORTE 2+1  
38,90 EUR / 1 KS

(Akcia platí iba pri nákupe dvoch rovnakých druhov kolagénu.)

užívaní predpísaných dávok dostáva naše telo skrz hovädzí kolagén veľké množstvo aminokyselín potrebných na regeneráciu tkanív. Hovädzí kolagén je pomocníkom pri bolestiach kĺbov, po úrazoch, problémoch s pohybovým aparátom, bolestiach a pri reumatických ťažkostiach.

Rybí kolagén tvorí kolagén typu I, tento druh kolagénu obsahuje podobné množstvo aminokyselín ako hovädzí kolagén a však v menšom množstve. Zdrojom hydrolizácie kolagénu z rýb sú šupiny a koža. Tento typ kolagénu je bohatý na aminokyselinu „hydroxyprolín“, ktorá je

základným prvkom pokožky, ciev a tkanív. Rybí kolagén má blahodárne účinky v boji proti vráskam, zvyšuje pružnosť a elasticitu pokožky a podporuje antioxidantáciu organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známok starnutia.

Medika Expert priniesla na trh formu kolagénu, 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

Môžete teraz  
objednať na:

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

alebo na tel.:

**0904 552 345**

Volajte v pracovné dni:  
od Pondelka do Piatka,  
od 10:00 do 16:00 hod.

Alebo kúpiť  
aj v predajni:

Slniečko  
zdravá výživa

SLNIEČKO ZDRAVÁ VÝŽIVA  
Coborho 1, Nitra - OC Polygon



# ROZDÁVAME 20 KUSOV ZDARMA

magneto-turmalínového pásu proti bolesti *HIP KNEE*,  
zmierňujúceho až 5 zdrojov bolesti!

## TO NIE JE CHYBA TLAČE

**Ak ste sa narodili pred rokom 1976 a:**

- ➔ unavuje Vás dlhotrvajúca bolesť bedier, ktorú chcete zmierniť,
- ➔ máte bolesti chrbta, drieku, kolien, laktov a ramien,
- ➔ trpíte degeneráciou bedrového kĺbu, tenisovým laktom alebo diskopatiou,
- ➔ trápia Vás iné druhy bolesti spôsobené degeneráciou ...

...vyzdvihnite si magneto-turmalínový pás proti bolesti *HIP KNEE*, na ktorý máte nárok, a ktorý pomáha zmierniť bolesti vyvolané ochoreniami bedier, drieku, kolien, laktov, či ramien a môže pomôcť zvrátiť degeneratívne zmeny bez ohľadu na ich príčinu.

Na sklade čaká 20 kusov najnovšieho modelu magneto-turmalínového pásu proti bolesti *HIP KNEE* pripravených na odoslanie! Rozdávame ich ÚPLNE ZADARMO - na princípe "kto prv príde, ten prv melie" - každému, kto zavolá do **23.08.2024**.

Inovatívna kúra magneto-turmalínovým pásom proti bolesti pomáha odstrániť dlhodobé bolesti kĺbov, ako je bežne známe z tlače. Pre úľavu od bolesti si stačí pás jednoducho navliecť na bedrá, ruku alebo koleno a nosiť ho minimálne

2-3 hodiny denne. 2 segmenty biomagnetov s celkovou silou 7500 Gs vsíté do materiálu, vytvárajú magnetický obal, ktorý pôsobí hlboko v bunkách. Nimi generované terapeutické biomagnetické pole zlepšuje mikrocirkuláciu krvi a urýchľuje potlačanie zápalových stavov, vďaka čomu sa zvyšuje vyživovanie chrupaviek a tvorba synoviálnej tekutiny. Výsledkom je, že dochádza k regenerácii kĺbov. Prírodné magnetické impulzy generované pásom pôsobia na celú oblasť zasiahnutú bolesťou, odstraňujú napätie a blokády. Bolesť ustupuje - bez ohľadu na jej zdroj alebo príčinu. Nanokryštály turmalínu zasadené do materiálu vyžarujú oživujúce infračervené vlny, čo dodatočne zosilňuje protibolestné účinky. Posilňujú pôsobenie biomagnetov, zlepšujú krvný obeh a urýchľujú regeneráciu šliach, svalov a väzov postihnutých zápalmi.

Jedná sa o najpopulárnejší a najnovší model, aký bol kedy prístupný v odvetvi zdravotníckych prístrojov s celosvetovým pôsobením. Vďaka jeho univerzálnej veľkosti a jednoduchému nastaveniu ho bez problémov prispôsobíte rôznym častiam Vášho tela bez ohľadu na Vašu postavu. Bude Vám roky slúžiť.

### Prečo ROZDÁVAME magneto-turmalínový pás proti bolesti *HIP KNEE*?

Nie sme charitatívnou organizáciou. Očakávame, že táto propagačná akcia upúta výraznú pozornosť v celej republike, vďaka čomu získame mnoho nových klientov.

**Táto príležitosť je garantovaná len do 23.08.2024**

Magneto-turmalínový pás proti bolesti *HIP KNEE* nebude dostupný bežne v obchodoch. ROZHODUJE PORADIE VOLAJÚCICH. Odporúčame sa poponáhľať a zavolať ihneď na číslo: **055/230 42 88**, aby ste to stihli skôr ako sa minú **BEZPLATNÉ** zásoby.

**POZOR:** limit je 1 kus na domácnosť.

Opísané produkty nie sú zdravotníckymi pomôckami alebo liekmi a neslúžia na určenie diagnózy, obnovenie, zlepšenie alebo modifikáciu fyziologických funkcií organizmu prostredníctvom farmakologického, imunologického alebo metabolického účinku. Produkty nie sú zdravotnými pomôckami a nenahrádzajú zdravotnú starostlivosť. Pri zdravotných problémoch a dysfunkciách je vždy potrebné navštíviť lekára. INZERENT: TWT GROUP



## Pozrime sa na svet z výšky

V posledných rokoch vyrástlo na Slovensku rozhladní ako húb po daždi a všetky majú jedno spoločné. Poskytujú nám jedinečnú príležitosť pozrieť sa na svet okolo nás z celkom inej perspektívy.

Ak vás cesty počas leta zavedú do okolia Novej Bane, isto si naplánujte vychádzku k rozhladni Háj. Stojí na mieste bývalého kameňolomu a pri pohľade z jej veže je vidieť aj Slovenskú bránu, teda priestor pri Hronskom Beňadiku, kde sa končí pásma sopečných pohorí a Hron sa dostáva na Podunajskú nížinu. Za veľmi dobrej viditeľnosti je možné zahliadnuť dokonca aj baziliku až v maďarskom Ostrihome.

V pohorí Považský Inovec severne od obce Nitrianska Blatnica sa zasa týči vrch Marhát a na jeho vrchole sa nachádza sedemnášť metrov vysoká rozhladňa. Ponúka pôsobivý výhľad na tri samosprávne kraje - Nitriansky, Trnavský a Bratislavský.

Na Devínskej Kobyle v Bratislave vás prekvapí rozhladňa s netradičným tvarom pripomínajúcim hmyz. Ak budete mať šťastie na priaznivé podmienky, môžete si dopriať výhľady na Viedeň a Alpy, ale aj Zobor pri Nitre.

Na území Národného parku Muránska planina nad sedlom Zbojská medzi obcou Pohronská Polhora a mestom Tisovec môžete navštíviť Vyhliadkovú vežu Zbojská.



Vyhliadková veža Zbojská.

*zdroj foto OOCR Regiön Horehronie*

Na území Lesoparku mesta Košice sa nachádza vyhliadková veža ponúkajúca panoramatický pohľad na mesto. Týči sa na vrchole kopca, kde v minulosti stával stredoveký hrad.

No a uprostred viníc malebnej obce Malá Třňa v tokajskej vinohradníckej oblasti zasa vyrástla turistická rozhladňa, ktorá už z diaľky zaujme svojím nevšedným architektonickým riešením v tvare vínného suda. Jej vyhliadková plošina poskytuje krásne pohľady na celý tokajský región.

V rozličných kútoch našej vlasti nájdeme mnoho ďalších zaujímavých rozhladní či vyhliadkových veží. Snáď vás ochutnávka v podobe tých vyššie uvedených inšpirovala a doprajete si aj vy výhľady, vďaka ktorým spoznáte Slovensko trochu inak.

» ren

# Náučný chodník, vodopád, hradisko aj viadukt

## Vydajte sa na potulky Horehroním

Leto je skutočne veľmi vhodným obdobím na potulky prírodou. Pre tých, ktorí sa chystajú lepšie spoznať Horehronie a túžia obdivovať jeho očarujúcu prírodu, sme nachystali tipy na nenáročné vychádzky.

### Náučný chodník Tále

Náučný chodník vedie od vodnej nádrže Tále do obce Bystrá. Pôjdete lesíkom popri golfovom ihrisku a neskôr drevenými lávkami popri koryte Bystrianky. Na trase nájdete zábavno-edukačné prvky o lese ako dendrofón, triplexo, či hlasy lesa, ktoré môžete spoznávať pomocou aplikácie s názvom Lesní svet. Ďalšia etapa chodníka je venovaná včelárstvu, ale nájdete tu aj drevenú sochu jeleňa v životnej veľkosti.

### Vajskovský vodopád

Ak túžite obdivovať pozoruhodný deväť metrov dlhý Vajskovský vodo-



Vajskovský vodopád

pád, vyberte sa do Vajskovskej doliny, rozprestierajúcej sa severne od obce Dolná Lehota. Vaším štartom môže byť turistický rozcestník Črnné v Dolnej Lehote, odkiaľ sa asfaltovou cestou lemovanou vajskovským potokom môžete vydať k polovníckej chate Dve vody. Pri chate sa cesta rozvetvuje dvoma smermi, a tak si môžete v Kulichovej doline pri pamätníku uctiť obeť lavíny, alebo môžete turistickým chodníkom pokračovať k vášmu cieľu vedúcemu cez Pálenice, teda k Vajskovskému vodopádu. Počítať treba len s nenáročným miernym stúpaním a v cieľi budete za približne tri hodiny. Naskytnete sa vám podhľad na kaskádovitý vodopád obklopený lesom.

### Z Hornej Lehoty k hradisku – Hrádok

Národnú chránenú kultúrnu pamiatku Hrádok (834 m. n. m.), sídlo niekdajších Keltov, tvorí sústava výšinných hradísk, ku ktorému vedie náučný chodník. Východiskovým bodom vašej vychádzky, ktorá bude dlhá približne 3,5 km, môže byť izba „Kelti na Horehroní“, ktorá je situovaná v centre obce Horná Lehota. Odtiaľ sa vydáte po



Náučný chodník Tále

modrej turistickej značke. Archeologický výskum, ktorý v lokalite Hrádok prebiehal v rokoch 1999 až 2002 dokázal, že táto poloha bola osídlená počas trvania doby železnej a jej prví osadníci - Kelti, sa zaoberali predovšetkým spracovávaním železa, čo dokazujú cenné objavené nálezy. Lokalitu Hrádok si zamiloval dejateľ slovenského národ-

Nachádza sa priamo vedľa lavičky zalúbencov, ktorá je ideálnym miestom na oddych pre unavené nohy. K hojdačke je možné dostať sa hneď niekoľkým rôznymi spôsobmi - na bicykli, pešo alebo v zimnom období aj na bežkách, pričom východiskovým miestom je obec Lom nad Rimavicou. Najväčšia horehronská hojdačka s výškou 4 m je skutočným skvostom v regióne. Na nej si môžu oddýchnuť a užiť si výhľady na okolité hory a dedinky až dve osoby. Z vrcholu hojdačky sa naskytá úchvatný pohľad na Nízke Tatry, Klenovský a Lubietovský Vepor. V prípade jasného počasia je možné vidieť aj Vysoké Tatry a malebnú obec Lom nad Rimavicou.

### Unikátne železničné technické dielo

Veľkým lákadlom pre turistov prechádzajúcich cez východnú časť regiónu Horehronie je i jedna z našich najfotografovanejších technických pamiatok Chmarošský viadukt, nachádzajúci sa za obcou Telgárt. Tento 113,6 metrov dlhý a 18 metrov vysoký železničný most bol postavený v 30. rokoch 20. storočia na trati 173 Červená Skala – Margecany, priamo pod majestátnou Kráľovou hoľou, a je historicky prvou členenou oblúkovou kon-



Chmarošský viadukt

### Náučným chodníkom k najväčšej hojdačke

Najväčšia horehronská hojdačka je súčasťou náučného chodníka Od prameňa Rimavice k prameňu Iplá.

štrukciou zo železobetónu na území bývalého Československa.

Informácie a foto poskytla Oblastná organizácia cestovného ruchu Horehronie

» ren



# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA

## MONTTER

### ZIMNÉ ZÁHRADY PERGOLY • ZASKLENIE

11  
ROČNÉ  
SKÚŠENOSŤI

NAKUPUJTE OD VÝROBCU!

OVERENÁ FIRMA

Drevo

HLINÍK VO FARBE K MONTÁŽI

ANTRACIT	7016
HNEDÁ	8003
HNEDÁ	8017
BIELA	9016

LETO SA BLÍŽI!

Hliník

**POZOR!**  
na podvodné firmy  
U nás si viete objednať  
zimnú záhradu aj

**bez ZÁLOHY!**

Akcia sa vzťahuje len na skladové farby RAL.

Montujeme  
po celom Slovensku

WWW.MONTTER.SK • 0919 383 881

OBJEDNAVKY@MONTTER.SK

## SIMON - Fleisch

**BRAVČOVÁ  
A HOVÄDZIA  
PORÁŽKA  
V NEMECKU**

**14€ - 20€**

OBSLUHA UMÝVACEJ

LINKY

**od 13€**

PODĽA KVALIFIKÁCIE  
Brutto na hodinu

20 dní platenej dovolenky  
preplácané sviatky

Nemecká pracovná zmluva  
Nemecké sociálne poistenie

Vybavíme všetko  
potrebné pre prácu  
Možnosť turnusov  
Ubytovanie zabezpečené  
Stabilná celoročná práca

www.simon-fleisch.de | job@simon-fleisch.de

**+421 944 995 400**



DOM  
KAVY

DOMKAVY.SK  
TRNAVA

**KAVOVA5**

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

NA PODANIE  
SI INZERÁTU  
PÍŠTE NA

zilinsko@regionpress.sk

REGION  
PRESS

 Centrum Dent

U nás o  
**BONUS**  
neprídete!

Pre stálych klientov ponúkame

poukaz v **HODNOTE 50€**

raz ročne

na zubné ošetrenie  
a dentálnu hygienu



Žilina

Mariánske  
námeste 29/6



Otvorené  
7:00 - 17:00



0901 751 901

Viac nformácií na našej recepcii

0901 751 901





# 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%**



Stannah

**Ahoj, Leto!**  
PONUKA  
**GRIL alebo  
FRITÉZA**

**Aké máte plány na zajtra?  
So spoločnosťou Stannah  
máte nekonečno možností.**

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

Zavolajte zadarmo  
**0800 162 162**

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



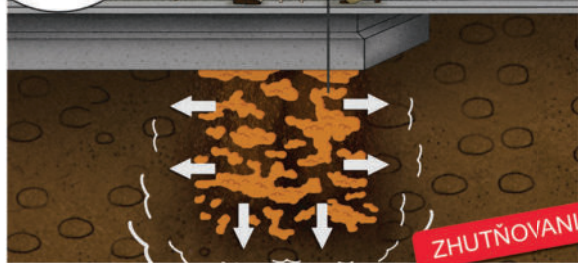
Služby  
**Špičkovej**  
Kvality



Táto ponuka platí pri kúpe schodiskového výťahu Stannah do  
31.8.2024 a nie je platná s inými akciami alebo ponukami.

**TOP INJECT**

S GARANCIOU



**ZASTAVENIE SADANIA BUDOV  
SPÄTNÉ ZDVIHNUTIE PODLÁH**

**ČISTO, RÝCHLO a bez BÚRANIA**

stabilizujeme základovú pôdu  
a zastavíme sadanie budov injektážou syntetickej živice



**0918 726 754**

PRACUJEME PO CELOM SLOVENSKU

**SK.ABAINNOVATOR.COM**

**EKOLOGICKÉ**

**ČISTENIE  
FASÁD**

rodinné  
domy  
**ZĽAVA 50%**

Patentovaná  
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových  
čističov

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

**0905 148 393**

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

**čujte.sk**

**Čítajte nás**

**www.cujte.sk**