

L'UBOVNIANSKO



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 12 940 domácností

ČISTENIE HROBOV

- Čistenie hrobov • Obnova písma
- Dosekávanie písma

AKCIA

JEDNOHROB 90€ **70€**

DVOJHROB 140€ **100€**

Obnova písma 1,50€ 1,30€/ZNAK

Impregnácia a doprava ZDARMA

0911 996 087 0949 651 250
www.cistenie-hrobov.sk

BEZPEČNOSTNÉ DVERE

Naše **OCELOVÉ DVERE** so ZÁRUBŇOU, CHRÁNIA-ZATEPLIA-ODHLUČNIA Váš domov



CENA od 390 €

kovanie ZDARMA
zameranie ZDARMA

v ponuke aj
INTERIÉROVÉ DVERE

v ponuke aj hladké dvere a odtieň Wenge **všetky dvere SKLADOM**

**odborná montáž s licenciou
technickej služby od polície SR**

www.ocelovedvere.sk
ocelovedvere@ocelovedvere.sk

0905 468 802 KEŽMAROK, Hlavné námestie 78

Otvorené:
Po-Pia: 9:00-17:00

SE
KOMPLEXNÉ ELEKTROINŠTALAČNÉ SLUŽBY

- ELEKTROINŠTALÁCIE RODINNÝCH DOMOV A BYTOV
- REKONŠTRUKCIE A OPRAVY ELEKTROINŠTALÁCIÍ
- KAMEROVÉ SYSTÉMY A SMART DOMÁCNOSŤ
- BLESKOZVODY A REVÍZIE

+421 905 508 133 es.elektro@outlook.sk

Steel SK ...
Strojárska výroba
ponúka
voľné pracovné miesta

CNC Sústružník

- riadiaci systém Siemens, Fanuc

CNC Frézar

- riadiaci systém Heidenhain

0908 974 489 Práca je v Bardejove

Steel SK ...
Strojárska výroba
ponúka
voľné pracovné miesta

Technológ - konštruktér

- práca s CAD-CAM softvérom, tvorba technologických postupov

Kontrolór kvality

- potrebná prax z metrológie

0908 974 489 Práca je v Bardejove

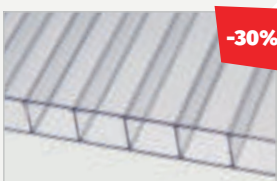
4. septembra 2005 Výročia a udalosti
otvorenie stavby Most Apollo v Bratislave

ZENIT

AKCIA NA POLYKARBONÁT

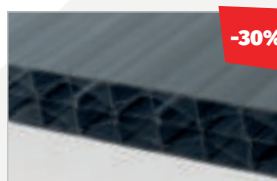
REZANIE MATERIÁLU ZDARMA

eshop.zenitsk.sk/akcia



-30%

Ultralight 2/10 číra
9,50 €/m² s DPH



-30%

Exolon 5X/16 2UV šedá
16,51 €/m² s DPH

ROZVOZ PO CELOM SLOVENSKU

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

VÝKUP STARŠÍCH VOZIDIEL

STAČÍ ZAVOLAŤ PRÍDEME KEDYKOLVEK
ODŤAHOVÁ SLUŽBA



FORMALITY VYBAVÍME ZA VÁS

PENIAZE V HOTOVOSTI **IHNEĎ**

sídlo Sabinov **0917 722 447**

kalejatransport@gmail.com

Bezplatný týždenník

LUBOVNIANSKO

EV 6208/24

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

Ročník 1, Vydanie 18, týždeň 35/2024.

Redakcia:

lubovniansko@regionpress.sk

INZERCIA

Alena Berithová 0907 877 862

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



Vychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (12.940 domácností)

Každý týždeň:

Stará Ľubovňa, Čirč, Forbasy, Hniezdne,
 Hromoš, Chmeľnica, Jakubany, Ka-
 mienka, Kolačkov, Kyjov, Ľubotín, Nižné
 Ružbachy, Nová Ľubovňa, Orlov, Plaveč,
 Plavnica, Podolínec, Šambron, Šarišské
 Jastrabie, Údol, Veľký Lipník, Vyšné
 Ružbachy

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

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

Občianska
riadková
inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

08 STAVBA

» Kúpim haki lešenie. Tel. 0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

www.regionpress.sk

REGION
PRESS

Vyberte správnu školskú tašku

Škola volá a pozornosť by sme mali podľa odborníkov z Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) venovať aj výberu školskej tašky.

Školská taška by mala byť podľa ich odporúčaní vyrobená z kvalitných, zdraviu neškodných materiálov. Zároveň má byť čo najľahšia, zaisťovať dieťaťu stabilitu a má kopírovať tvar chrbtice. Popruhy nesmú byť príliš úzke, musia byť nastaviteľné a obopínať obe plecia rovnomerne, aby sa hmotnosť školskej tašky rozdelila rovno. Taktiež majú byť z mäkkého materiálu, aby sa čo najmenej vtlačali do kľúčnej kosti.

Hmotnosť plnej školskej aktovky nemá byť vyššia než 10 percent hmotnosti dieťaťa, teda zhruba:

- Žiaci 1. a 2. ročníka – 2,5 kg
- Žiaci 3. a 4. ročníka – 3,5 kg
- Žiaci 5. a 6. ročníka – 4,5 kg
- Žiaci 7. až 9. ročníka – 5 kg

„Zdôrazňujeme, že ide o odporúčané hodnoty, nie právne záväzné,“ hovoria odborníci a zároveň upozorňujú, že príliš ťažká aktovka preťažuje svalstvo chrbtice a prispieva k stuhnutiu svalov v krčnoročnej časti chrbtice. „Dlhodobé preťaženie chrbtice môže spôsobiť trvalejšie ťažkosti, deformácie a aj vznik skoliózy. Ak sa skolióza nelieči včas, môže chrbticu poškodiť tak, že v dospelosti sa už nebude dať napraviť,“ prízvukujú.

ÚVZ SR hovoria, že rodičia by mali dbať, aby taška nebola ťažká a pridávajú nasledovné rady:

- Pravidelne kontrolujte aktovky najmä menším deťom, či v nich nenosia zbytočnosti, ale iba pomôcky, ktoré potrebujú každý deň do školy - zošity, učebnice, peračník a desiatu; hoci sú jednotlivé veci zdanlivo ľahké, keď sa poskladajú dohromady do tašky, vážia aj niekoľko kilogramov. Keď navyše nesie dieťa napríklad veci na telocvik, taška váži ešte viac.
- Skúste nahradiť ťažké veci ľahšími. Príkladom sú tvrdé dosky. Je možné ich vymeniť za ľahšie plastové dosky. Deti tiež nemusia nosiť plnú fľašu s vodou. Stačí prázdna, ktorú si napustia v škole.
- Ak je to možné, skúste sa s vedením školy dohodnúť na úprave spôsobu používania učebníc a školských pomôcok tak, že niektoré z nich by bolo možné nechávať v škole a nenosiť ich každý deň v školskej aktovke.



» ren

Kontrola je dôležitá - Odborníci z

zdroj foto dimitrisvetsikas1969 pixabay

Hodinový hotelík
SABINOV

Máte s kým, ale nemáte kde?
SME TU PRE VÁS + HODINOVÝ HOTELÍK SABINOV

REZERVUJTE SI

0948 133 709 www.hodinovyhoteliksbsk

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare:
 RP medzera SL medzera Číslo rubriky medzera Text inzerátu

Príklad: RP SL 12 Predám kočík, 0987 654 321

Riadková inzercia realit je od 26.10.2023 zrušená,
 inzerát si môžete podať len cez www.mojinzerat.sk

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor. Cena je 0,60 € s DPH za každých začiatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme. **Upozornenie! Služba nefunguje u operátora 02 a 4ka.** TIP 1: Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať. TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, SL zamerajte za skratku novín, ktorú nájdete v tiráži. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

INZERCIA

0907 877 862

Nakúpte
výhodne
vo vybraných
E-shopoch

Využite kód:

OPLATISA

DACHMANN
www.dachmann.sk

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

DREVENÉ A HLINÍKOVÉ
OKNÁ

SERVIS A OPRAVA OKIEN

EXTERIÉROVÉ ŽALÚZIE, ROLETY
 PREDAJ PARAPETNÝCH DOSIEK
 ZASKLIEVANIE BALKÓNŮV
 SIETE PROTI HMYZU, ŽALÚZIE
 GARÁŽOVÉ BRÁNY

Levočská 2, 080 01 Prešov, maxidachmann@gmail.com

051/7718 607, 0903 634 202, 0915 547 169

Čistenie hrobov

AKCIA

Jednohrob 70€
 dvojhrob 100€
 malba písma 1,30€/znak

impregnácia a doprava zdarma

0902 509 700

Výmena krycích dosiek, pomníky s nápismi, náhrobné fotky, tabuľky s menami, čistenie zámkových dlažieb

www.cisteniehrobvarsarisk

NDF spol. s r.o.
Trenčianska Teplá

prijme väčší počet
VODIČOV na zvoz cukrovej repy

do cukrovaru v Trenčianskej Teplí
 v období september 2024 - február 2025
 s možnosťou nástupu ihneď a pokračovanie PP.

Požadujeme: • platné doklady vodiča - VP sk C+E, Iekárska prehládka vodiča, psychotesty, KKV, tachografová karta
 • flexibilitu - prax so sklápacím návěsom a návěsom s posuvnou podlahou je výhodou nie podmienkou
 Ponúkame: • finančnú istotu - vyplácanie mzdy vždy načas
 • mzdu min. 1600 € - v závislosti od počtu najazdených kilometrov a hospodárnosti • bezplatné ubytovanie
 • dochádzkový bonus do výšky 200,- € / mesiac

Kontakt:
 tel.: 0902 924 400, e-mail: praca@ndf.sk

OBNOVA STRIECH

Reálna záruka 12 ROKOV Obhliadka ZDARMA

Letná AKCIA!

ETERINITOVÉ a PLECHOVÉ
 (aj PLOCHÉ) strechy

VÝMENA ODKVAPOVÝCH ŽLBAVŮV
 OBNOVA KAMÍNOV
 OBNOVA KANADSKÉHO ŠINDELA

INDEX 3D PVC

0949 765 613

decorem.sk

SADA KEMPINGOVÉHO NÁBYTKU

-10%

59,00€ 53,10€

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



OD PONDELKA

OD PONDELKA 2. 9. DO NEDELE 8. 9.
ALEBO DO VYPREDANIA ZASOB

Lidl
STANOK
DENNE ČERSTVE



31% ZĽAVA
4.49
3.09
• (1 kg = 4,33)
Bravčové párky
750 g

**83%
PODIEL
MASA**



35% ZĽAVA
1.69
1.09
Banány
cena za 1 kg

41% ZĽAVA
1.69
0.99

PLATÍ DO 4. 9.

AKTÍVNY KUPÓN
8+4 ZADARMO
0.75**
0.50*
Trvanlivé mlieko
1 l
1,5 % tuku
Mliečkový nápoj
je 12 kusov 8g nádob.
*Cena od 2. 9. 2014 - 8. 9. 2014
**Cena od 2. 9. 2014 - 8. 9. 2014
Cena do 2. 9. 2014 - 4,21 €



33% ZĽAVA
2.69***
1.79
Konzumné zemiaky
neskoré
2 kg balenie
varný typ 3 - prílišné
prázdne
1 kg iba
0.90



40% ZĽAVA
2.99
1.79
• (100 g = 0,90)
Kešu orechy
300 g



35% ZĽAVA
6.99
4.49
Kuracie stehenné
rezne XXL
cena za 1 kg
bez kože a kostí



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnateľného produktu za 1 kg. Platí do doby, keď sa vyčerpajú zásoby.

Ponuka tovaru platí od 2. 9. do 8. 9. 2014 alebo do vyčerpania zásob. Čhlyby v itali vyhradené. Ceny sú bez daňov. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch porovnateľného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

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

Ranné kruhy na školách

Základné školy môžu začať používať novú praktickú príručku na ranné kruhy. Podpora pravidelných krátkych stretnutí učiteľov a žiakov je jedným z opatrení ministerstva školstva, ktorým sa môžu školy inšpirovať, aby zlepšili duševné zdravie detí. Rezort školstva odporúča venovať osobitnú pozornosť spôsobu vedenia ranných kruhov a výberu aktivít, keďže tieto faktory sú kľúčové pre ich účinnosť a prínos.

Ranné kruhy sú krátke, väčšinou 15-minútové stretnutia pred vyučovaním, počas ktorých učelia a učiteľky pomáhajú žiakom a žiačkam lepšie sa naladiť na školský deň a budovať pozitívne vzťahy. Cieľom príručky je podporiť ich potenciál v prevencii rizikového správania a zlepšovaní atmosféry v triede. Ministerstvo plánuje v septembri 2024 vydanie príručky aj v maďarčine a ukrajinčine. „Naša nová príručka pre základné školy je výsledkom spolupráce so školami, občianskymi združeniami a jednotlivcami, ktorí majú bohaté skúsenosti s rannými kruhmi a sú inšpiráciou pre druhých. Veríme, že príručka pomôže učiteľom a učiteľkám efektívne viesť ranné kruhy vo svojich triedach a posilní ich prínos pre žiakov a žiačky. Ak školy využijú túto možnosť, pravidelnými rannými kruhmi môžu prispieť k zlepšeniu vzťahov a klímy v triedach a tým aj väčšej

kvalite vzdelávania,“ uviedol minister školstva Tomáš Drucker.

Infoseminár pre pedagógov

Ministerstvo školstva pripravilo pre učiteľov a učiteľky infoseminár, ktorý sa zameriava na efektívne využívanie ranných kruhov v triede. „Na seminári získajú praktické tipy na vytvorenie bezpečného prostredia a naučia sa pracovať s príručkou, aby nové poznatky mohli uplatniť v praxi. Na webovej stránke ministerstva nájdu ďalšie materiály, ako sú návody, plagáty a hry,“ informoval rezort školstva.

Chystajú ďalšie kroky

Ranné kruhy sú len jedno z preventívnych opatrení podporujúcich duševné zdravie. Ministerstvo školstva pripravuje viaceré ďalšie kroky. Do konca tohto roka plánuje vydať Metodiku tvorby školskej stratégie prevencie rizikového správania, spolu s návodom na výber kvalitných a efektívnych preventívnych programov a aktivít. Na začiatku roka 2025 bude spustená historicky prvá databáza preventívnych programov, ktorá bude dostupná spolu s ďalšími materiálmi na podporu prevencie. Okrem toho sa v spolupráci Banskobystrickým samosprávnym krajom začne v novom školskom roku pilotný projekt anonymného nahlasovania šikany na školách.

» ren

**Nátery striech
Čistenie
a maľovanie
fasád**
0940 823 590

**KRÁSNA STRECHA
NÁTERY STRIECH
VÝMENY STRIECH
OPRAVA A MUROVANIE
KOMÍNOV**
0940 366 431

**NÁTERY
STRIECH
OPRAVA
KOMÍNOV**
NOVÁ STRECHA.
Za rozumnú cenu
0908 152 485

OBNOVA STRIECH
ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH,
KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH
BITUMÉNOVOU LEPENKOU
bez demontáže pôvodnej krytiny
⇒ zameranie ⇒ odborné poradenstvo
⇒ cenová kalkulácia ZDARMA!!!
NON STOP - 0944 720 932

slovenská firma
ZÁRUKA 25 ROKOV

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽLABOV

EURO-MONT
**BRÚSENIE
DREVENÝCH PARKIET**
Odborne a kvalitne!
Kompletná renovácia
s 3x lakovaním
už od 14,99€/m²

- Široký výber povrchových úprav lakom alebo olej-voskom
- Bezprašná technológia
- Predaj a montáž drevených parkiet
- Oprava a výmena poškodených parkiet

0917 755 577 | www.brusenieparkiet.com

Totálny VÝPREDAJ!

-50%

pet center

**KTO SKÔR PRÍDE,
TEN SKÔR BERIE.**

Na všetkých našich predajniach a e-shope petcenter.sk prebieha totálny výpredaj vybraných produktov.

Akcia končí vypredaním zásob.

BOBRIA SILA V AKCII

NAŠA SEPTEMBROVÁ PONUKA

10 kg



Top cena

3,69 10 kg

PILINOVÉ BRIKETKY

OBI č. 4062147 (0,37 €/kg)

10 kg



Top cena

5,29 10 kg

UHOĽNÉ BRIKETKY „REKORD“

Papierový obal. OBI č. 1646512 (0,53 €/kg)

15 kg



Top cena

5,69 15 kg

DREVENÉ PELETY A1

OBI č. 2412864 (0,38 €/kg)

1,8 kW



Top cena

99,99

**EL FUEGO ELEKTRICKÝ
NÁSTENNÝ KRB AARAU**

Výkon: 900/1800 W (možnosť regulácie). Predná časť zo zahutej tabule, bezpečnostného skla (čierneho). S diaľkovým ovládaním. S regulátorom jasú. Zdanlivo skutočný efekt pahreby/plameňov. OBI č. 1599083

6,2 kW



Top cena

157,99

KACHLE „HIRI 3.0“

Pre štiepky, drevené alebo hnedouhoľné brikety, napojenie rúry vzadu, priem. 120 mm. Š 36 × 91,5 × h 28,5 cm. 58 kg. OBI č. 4793170

7 kW

Top cena

299,99

**KRBOVÉ KACHLE
MAGNA 3.0**

Pre miestnosti do 140 m³. Účinnosť až 81 %. Obloženie spaľovacej komory z vermikulitu. Veľké okienko s oplachom. Priestranná priehradka na uloženie dreva. Praktická doska na ohrievanie nápojov a jedla, čierna, 127 × 48 × 35,5 cm. OBI č. 2058774



Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

Platí od 30. 8. do 12. 9. 2024 alebo do vypredania zásob.



OBI

DOKÁŽETE ČOKOLVEK

Prekvapivá návšteva

Vanimo je pobrežné mesto v džungli na severe Papuy – Novej Guinei blízko hraníc s Indonéziou. Dá sa sem dostať iba lietadlom alebo na lodi. Teplomer tu zriedkakedy klesne pod 25 stupňov Celzia a surferi radi využívajú tunajšie nádherné pláže a stabilné vlny. Vo Vanime žije asi 10 tisíc obyvateľov, z ktorých sa tretina hlási ku katolíckej Cirkvi.

Práve na tento malý polostrov pri Tichom oceáne prichádza v týchto dňoch na návštevu pápež František. Martin Prado tu už 10 rokov pôsobí ako misionár. Hovorí, že tunajšie spoločenstvá kresťanov sú veľmi mladé a plné živej a jednoduché viery. Netrpezlivo očakávajú príchod pápeža a svedomito sa naň pripravujú nielen počas modlitbových stretnutí, ale aj chystaním priestranstva. Skromný nízky kostolík Svätého kríža hrdo nesie titul katedrály, pred ktorou sa uskutoční stretnutie hlavy cirkvi s miestnymi veriacimi.

„Dúfam, že pápežova návšteva posilní našu vieru a duchovný život,“ nádeja sa páter Martin Prado. Od domorodých veriacich sa sám veľa učí – hoci prví misionári prišli do krajiny len pred sedemdesiatimi rokmi, ľudia sú veľmi otvorení a túžia spoznávať Boha.

Podľa pátra Martina je úlohou misionára pomôcť ľuďom rozoznať poveru

a zakorenené zlozvyky spojené s pôvodnými náboženstvami od posolstva kresťanskej lásky. Zaužívané spoločenské nastavenie nepraje celoživotným záväzkom a mladí nepoznajú žiadne vzory, ktorými by sa mohli inšpirovať. Pre misionárov je preto veľkou výzvou povzbudzovať mladých k založeniu verného manželského zväzku.

Okrem toho miestni potrebujú aj materiálnu pomoc. Mnohí žijú vo veľmi chudobných podmienkach bez akejkoľvek zdravotnej starostlivosti. Cirkev sa snaží podporovať ľudí tam, kde sú najslabší: stavia domov pre zdravotne postihnuté deti, školu, ale aj dom pre osirelé dievčatá, ktoré sa stali obeťami násillia. „Vieme, že Boh sa o nás vždy postará. Jeho pomoc cítime aj cez srdcia štedrých dobrodincov, ktorí nás podporujú cez nadáciu ACN,“ ďakuje Martin Prado.

www.acnslovensko.sk



» acn

zdroj foto ACN

Výletná loď na Zemplínskej šírave

Po dlhých rokoch absencie sa na hladinu Zemplínskej šíravy vrátila najväčšia návštevnícka atrakcia – výletná loď kategórie Bifa, ktorá naraz odvezie až 164 cestujúcich a poskytne im komfortný zážitok z plavby nielen v lete, ale aj v prechodných ročných obdobiach. Loď menom LABE, ktorej domovom bola doteraz pražská Vltava, sa na Širavu dostala po 3500 kilometrov dlhej plavbe strednou Európou a po logisticky zaujímavom pozemnom presune, ktorý sa skončil jej opätovným položením na vodu.

Výletná loď LABE, ktorá v uplynulých dňoch rozvírila hladinu Zemplínskej šíravy, je dlho očakávanou atrakciou. Bola vyrobená v Nemecku, má kapacitu 164 osôb a jej konfigurácia ju predurčuje na plnohodnotnú prevádzku nielen v letnom období. „Výhlady z hornej paluby LABE, ale aj z pohodlia uzatvoreného klimatizovaného priestoru na jej hlavnej palube si obľúbia všetci návštevníci, pre ktorých návšteva Šíravy nadobudne úplne nový rozmer. Zážitky z otvorenej vodnej plochy budú lákadlom pre tisíce nových návštevníkov, pre ktorých sa práve LABE stane novým dôvodom na návštevu slovenského Východu,“ uviedol Rastislav Trnka, predseda Košického samosprávneho kraja.

Plavba cez sedem krajín

LABE dorazila po plavbe cez sedem európskych krajín do doku v Ladmovciach 2. júna. Odtiaľ sa počas operácie Guľový

blesk, na trase dlhej viac ako 60 km, presunula nadrozmerou prepravou 20. augusta cez Cejkov, Zemplínske Jastrabie, Oborín, Bracovce, Ložín, Bánovce nad Ondavou, Trhovište a Pozdišovce do Michaloviec a následne odtiaľ na Zemplínsku širavu. Loď bola položená na špeciálny podvozok, ktorý sa skladá z viacerých častí a celkovo má 19 náprav, žeriavom s nosnosťou 780 ton. Takýto náklad naposledy prechádzal Michalovcami presne pred 30 rokmi, v roku 1994, keď boli lode Atlantída a Andante zo Zemplínskej šíravy odpredané a odvezené do Prahy.

Terasa aj salón

Aj prevádzkovateľ lode podčiarkuje mieru komfortu, ktorý LABE, dlhá 37 m a vážiaca 70 ton, svojim cestujúcim poskytne. „Na palube sú pre návštevníkov k dispozícii sociálne zariadenia, slnečná terasa i klimatizovaný salón v prednej časti lode. Občerstvenie počas plavby zabezpečí palubný bufet a neskôr pribudne aj kuchyňa,“ hovorí Matej Kapraľ.

Informácie a foto poskytla Krajská organizácia cestovného ruchu Košice Región Turizmus



» ren

Železnica aj architektonické pamiatky

Blížia sa Cyklotúlačky po Záhorí

Úvod jesene bude patriť Cyklotúlačkám po Záhorí. Tie zavedú výletníkov k zabudnutej železnici a predstavia im tvorbu Dušana Jurkoviča. Turisti tak budú na bicykloch a v sprievode odborníka objavovať zaujímavosti severnej časti Trnavského kraja.

„Cyklotúlačkami po Záhorí chceme upozorniť na menej známe zaujímavosti, ktorými môže tento región upútať turistov. Bicykle na ich spoznávanie ideálnym dopravným prostriedkom a pridanou hodnotou oproti individuálnym výletom je skúsený sprievodca – odborník na architektúru a technické pamiatky,“ približuje Agáta Mikulová, riaditeľka KOČR Trnavský kraj.

Cyklovýlet s nádychom histórie

Cyklotúlačky po Záhorí sa budú konať každú septembrovú sobotu. Dva termíny



Cyklotúlačky Skalica.

sú venované Skalici 7. a 21. 9. a dva okoliu Jablonice 14. a 28. 9. Užijú si ich dobrodružnejšie povahy i rodiny s väčšími deťmi, ktoré zvládnu aj 30 km dlhý cyklovýlet a baví ich história. Účastníci týchto výletov po málo náročnom teréne nepotrebnú špeciálne vybavenie – iba občerstvenie, vlastné bicykle a dobrú náladu.

Nedokončená železnica

Architekt a skúsený sprievodca Miroslav Beňák zo združenia Čierne diery predstaví výletníkom nedokončenú železnicu pod pohorím Malé Karpaty. Málo známa „záhorácka spojka“ mala doplniť vlakovú infraštruktúru po Viedenskej arbitráži, keď Slovensko prišlo o stovky kilometrov železníc. Realizácia projektu, ktorý dodnes ovplyvňuje podobu krajiny v okolí Jablonice, sa začala v roku 1943. Nikdy ho však nedokončili. „Dodnes sa zachovali násypy a mosty, ktorých pôvod je pre mnohých tajomstvom. Na bicykloch sa vydáme po stopách tejto železničnej trate a spoznáme jej príbeh,“ hovorí Miroslav Beňák, ktorý bude výletníkov sprevádzať aj na cyklotúlačkách zameraných na diela architekta Dušana Jurkoviča.

Diela architekta Dušana Jurkoviča

„Autorovi Mohyly Milana Rastisla



Cyklotúlačky Jablonica.

va Štefánika bola Skalica veľmi blízka, žili tam jeho sestry a jeho blízkym priateľom bol Pavel Blaho. Okrem Spolkového domu, najznámejšieho diela Dušana Jurkoviča v Skalici, navštívime aj Slovenskú búdu, ktorú navrhol pre tohto svojho priateľa – známeho lekára a politika,“ dodáva Miroslav Beňák. Blahova búda je postavená v secesnom štýle s prvkami ľudového staviteľstva a tradičných výzdobných motívov. Vynikajúcou ukážkou secesie v architektúre je aj samotný Spolkový dom, v ktorom sídli Turistická informačná kancelária, a ktorý susedí so Záhoriským múzeom. Priamo vo vnútri Spolkového domu

sprievodca účastníkov cyklotúlačiek upozorní na detaily, ktoré nesú rukopis Dušana Jurkoviča. Ďalšou zastávkou bude evanjelický kostol. Jeho veža je strohá, chýbajú jej zdobné prvky. Aj jej autorom je Dušan Jurkovič, ale ovplyvnený funkcionalizmom. Výletníci navštívia tiež skalickú kalváriu, ale aj evanjelický a katolícky cintorín, kde stoja náhrobky od Dušana Jurkoviča. Sprievodca upriami ich pozornosť aj na ďalšie stavby ovplyvnené secesiou.

Informácie a foto poskytla Krajská organizácia cestovného ruchu Trnavský kraj

» ren

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

Tankujte kvalitu bez kompromisov



ORLEN express
Šetrí váš čas a peniaze

9140112

BUĎTE NA OČIACH AJ V SEPTEMBRI



Vyskúšajte čím skôr

ÚČINNÚ REKLAMU

v najčítanejšom
týždenníku na Slovensku

ĽUBOVNIANSKO



Týždenne až v **12 940**
domácnostiach

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 jedinca 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 nechtov.

Hovädzí kolagén tvoria 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**

45,90 EUR / 1 KS
HOVÄDZÍ KOLAGÉN FORTE

38,90 EUR / 1 KS
KOLAGÉN FORTE 2+1

(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 hydrolyzácie kolagénu z rýb sú šupiny a koža. Tento typ kolagénu je bohatý na aminokyselinu „hydroxyprolín“, ktorá je

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

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
Coborho 1, Nitra - OC Polygón

33-0028

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



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

**-10%
ZĽAVA**



Toto hovoria naši zákazníci.
Neni k tomu čo dodať

Služby
Špičkovej
Kvality

Už po prvom kontakte sme boli veľmi milo prekvapení ochotou, ústretovosťou a profesionálnym prístupom tejto spoločnosti. Stoličkový výťah mi zmenil kvalitu môjho života a umožnil mi stráviť zvyšok môjho života v našom rodinnom dome. Moje poďakovanie patrí celému tímu spoločnosti Stannah.

Helena Sotáková

Trustpilot

Zavolajte zadarmo

0800 162 162 • www.stannah.sk

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

Ponuka sa nekumuluje s inými zľavami a kampaňami. Platí do 13/9/2024

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD

rodinné domy
ZĽAVA 50%

Patentovaná
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových
čističov

BombaFasada
www.BombaFasada.sk
0905 148 393

BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

NORD | Nórska kvalita za najlepšie ceny

Zabezpečujeme kompletný proces na úspešné získanie dotácie

- ZÁRUKA 10 ROKOV** (výmena kus za kus na mieste, nečakáte na reklamáciu, teplo máte hneď)
- NÓRSKY PRODUKT**
- UMELÁ INTELIGENCIA** (tepelné čerpadlo myslí za Vás a šetrí značné množstvo elektrickej energie. Je to jediná taká technológia na svete)
- ŠPIČKOVÝ KOMPRESOR PANASONIC**
- POSKYTUJEME KVALITNÚ MONTÁŽ A SERVIS**

ÚŽASNÝ
VÝKON ZA
FANTASTICKÚ
CENU

Akčná cena NORD – od 4800+ (7kw)

Pri montáži tepelného čerpadla od nás, máte u nás zľavu na fotovoltaiku 200 eur na kw

tel. č.: 0951 909 909
e-mail: obchod@nord-ai.eu

MONTTER

ZIMNÉ ZÁHRADY PERGOLY • ZASKLENIE

11
ROČNÉ
SKÚSENOSTI

NAKUPUJTE OD VÝROBCU!

OVERENÁ FIRMA

Drevo

HLINÍK VO FARBE K MONTÁŽI

ANTRACIT
7016
HNEDÁ
8003
HNEDÁ
8017
BIELA
9016

LETŮ 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

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podpílovanie muriva
- chemická injekcia

ZĽAVY 20%

STOP
vlhkým múrom
0918 671 541