

KYSUCKO

ČADČIANSKO-KYSUCKONOVOMESTSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 29 300 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Začali vydávať nové cestovné doklady

Ministerstvo vnútra SR začalo vydávať nové cestovné doklady s moderným grafickým a bezpečnostným dizajnom. Grafický dizajn, štátne a národné symboly reflektujú národnú hrdosť Slovákov a poukazujú na prepojenosť slovenského národa na jednotlivé regióny.

Farebné prevedenie nových cestovných dokladov je v tónoch zodpovedajúcich národným farbám. Na predsádke je vyobrazený Kriváň - ako symbol majestátnosti slovenských hôr a hrad Devín nad sútokom riek Dunaj a Morava - ako symbol slovenských dejín. Tieto dominanty dopĺňa prvý verš básne Pavla Bellu Horala „Aká si mi krásna“, ktorú zhudobnil Eugen Suchoň. Na vizových stránkach sú dominanty krajských miest a pamiatky UNESCO. Súčasťou grafického dizajnu je štátny znak v národných farbách, národné symboly a ľudové motívy. „Ide o cestovný doklad hodný 21. storočia. Má príťažlivý vizuál a technickú ochranu na vysokej kvalitatívnej úrovni. S čipom novej generácie je oveľa bezpečnejší, pričom umožňuje aj rozvoj ďalších elektronických služieb,“ povedal minister vnútra Matúš Štajer Eštok.

Na projekte nových cestovných dokladov sa spoločne zo strany rezortu vnútra a dodávateľa podieľalo takmer 40 ľudí - tím rezortu vnútra bol zložený z expertov zo sekcie informatiky MV

SR, Kriministického a expertízneho ústavu PZ, Úradu hraničnej a cudzineckej polície P PZ, odboru dokladov a evidencií Prezídia PZ, sekcie ekonomiky a iných útvarov. „Nasadenie bolo obrovské, stihli sme to v rekordnom čase - za pár mesiacov, keďže situácia s pasmi bola kritická. Len dodám, že štandardné uvedenie nových pasov do života trvá aj dva roky,“ doplnil štátny tajomník MV SR Patrik Krauspe.

Rezort vnútra vydáva súčasne šesť typov cestovných dokladov - štandardné cestovné pasy pre občanov, diplomatické pasy, služobné pasy, cudzinecké pasy a cestovné doklady podľa dohovoru OSN 1951 a 1954. „Cestovné doklady majú nový bezkontaktný čip s vlastnosťami spĺňajúcimi vysoké technické a bezpečnostné nároky na bezkontaktné identifikačné doklady,“ povedal generálny riaditeľ sekcie informatiky, telekomunikácií a bezpečnosti MV SR Martin Hrachala.



» ren

zdroj foto Ministerstvo vnútra SR

ČISTENIE HROBOV
HROB HOĽ 90€ ZHROB 180€ 150€
OBNOVA PÍSM: 2€ 1.5€/ZNAK
DO DUŠÍČEK STÍHAME!
ING. MIROSLAV GREISIGER
0940 653 651, 0919 205 521
WWW.CISTENIEHROBU.SK

INZERCIA
kysucko@regionpress.sk

EURO - MONT
Predaj a montáž
DREVENÉ PARKETY
Brúsenie a lakovanie
www.brusenieparkiet.com
0917 755 577

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 výpočet ceny cez telefón
www.nabytokgabor.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

ČISTIAREŇ KÁVOVAROV
Pozáručný servis, diagnostika, čistenie, údržba
+421 910 36 36 06

ZBERŇA SUROVÍN Teplička nad Váhom

Vykupujeme staré káble

Med' až 7,10 EUR/kg
Železo až 0,22 EUR/kg
Mosadz až 4,40 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.

NATIERAČSTVO
MALIARSTVO
NÁTERY STRIECH
OPRAVA KOMÍNOV
mobil:
0940 954 513
Za prijateľnú cenu

NALACNEJŠIE
PLETIVÁ

• PLETIVÁ
• OBOROVÉ PLETIVÁ
• 3D/2D PANELY
• STĽÍPKY A PRÍSLUŠENSTVO
0948 199 128

RÖZNE
FARBY A ROZMERY

KAMENÁRSTVO
JANTÁR

• náhrobné pomníky
• žulové zakrytia hrobov
• urny a urnové schránky
• lampáše, vazy, kríže...

0908 252 071 Doživotná záruka na prácu

www.kamenarstvojantar.sk

Obhliadka, zameranie a grafický návrh ZDARMA

Garážové brány
Domové dvere
Interiérové dvere
Plotové pohony

HÖRMANN

0903 82 12 12 www.autobrany.sk

VÝKUP KÁBLOV

NAJLEPŠIE
CENY

0902 916 095

WWW.ZBERNETEPLICKA.SK

PALIVOVÉ
DREVO

TVRDÉ
A MÄKKÉ

sypané
v kontajneri
od 4 prms do 12 prms

VELKOSŤ 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

REGIONPRESSso sídlom Pekárska 7489/40A,
917 01 Trnava, IČO: 36252417.

Ročník I, Vydanie 22, týždeň 39/2024.

Redakcia: Vysokoškôľakov 6
ŽILINA
kysucko@regionpress.sk

INZERCIA

Mgr. Dana Mráziková 0908 979 468
Veronika Žideková 0905 362 803
Barbora Gajdošová 0915 780 751www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.skVychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (29.300 domácností)

páry týždeň: Kysucké Nové Mesto, Dubie, Čadca, Čierne, Dunajov, Krásno nad Kysucou, Ošadnica, Raková, Staškov, Svíčnovce, Turzovka, Zborov nad Bystricou, Budatínska Lehota, Dubie, Dolný Vadičov, Lodno, Lopušné Pažite, Povina, Radola, Rudina, Rudinka, Snežnica, Koňa, Makov, Nová Bystrica, Olešná, Podvysoká, Skalitz, Stará Bystrica, Nižný Kelčov, Vysoká nad Kysucou, Vyšný Kelčov**nepáry týždeň:** Koňa, Makov, Nová Bystrica, Olešná, Podvysoká, Skalitz, Stará Bystrica, Turzovka, Nižný Kelčov, Vysoká nad Kysucou, Vyšný Kelčov, Dubie, Čadca, Čierne, Dunajov, Krásno nad Kysucou, Ošadnica, Raková, Staškov, Svíčnovce, Turzovka, Zborov nad Bystricou, Budatínska Lehota, Kysucké Nové Mesto, Dolný Vadičov, Lodno, Lopušné Pažite, Povina, Radola, Rudina, Rudinka, Snežnica

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

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

Západné Slovensko

BV	97240	Braťlavsko	Východ
BZ	106540	Braťlavsko	Čiápad
DS	34.320	Dunajskostredsko	
GA	34.390	Galanťsko+Šaliansko	
HC	30.330	Hlohovecko+Sereďsko	
KM	16.450	Komárňansko	
LV	30.580	Levičko	
MA	29.680	Malacko	
NR	54.170	Nitriansko	
NZ	35.050	Novozámocko	
PK	22.970	Pezinsko	
PN	41.870	Piešťansko+NM+MY	
SC	35.420	Sencko	
SE	36.750	Senicko+Skalitzo	
TO	41.930	Topoľčiansko+PE+BN	
TN	59.870	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	Lučenecko+VK+PT	
MT	38.570	Martinsko+TR	
OR	34.980	Oravsko=DK+NO+TS	
PB	33.590	Považsko=PB+PU	
PD	40.150	Prievidsko	
ZV	38.400	Zvolensko+DT+KA	
ZH	26.880	Žiarsko+ZC+BS	
ZA	50.780	Žilinsko+BY	

Východné Slovensko

BJ	37.210	Bardejovsko+SK+SP	
CE	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	Lučoviansko	
MI	31.260	Michalovsko+TV+SO	
PP	41.520	Popradsko+KK	
PO	49.940	Prešovsko+SB	
SN	32.540	Spišsko+LE+GL	

0 Alzheimerovej chorobe

Svetová zdravotnícka organizácia vyhlásila 21. september za Svetový deň Alzheimerovej choroby. Pripomíname si ho už od roku 1994. Celý septembrový mesiac je zároveň vyhlásený ako Svetový mesiac Alzheimerovej choroby.

Ide o medzinárodnú kampaň a upozorňujúcu na problémy, ktorým čelia ľudia s demenciou. Kampaňou sa zvyšuje povedomie, prevencia a podpora kognitívneho zdravia. Cieľom prevencie je oddialiť znižovanie úrovne poznávacích procesov v dôsledku starnutia či neurodegeneratívnych procesov.

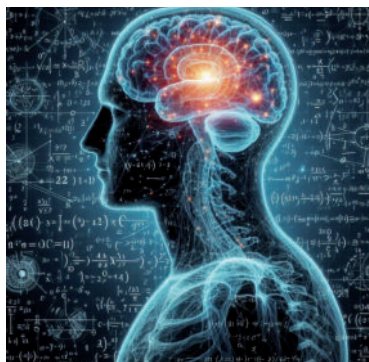
Poruchy pamäti a demencia

„Poruchy pamäti sú v starobe časté, no môžu sa vyskytnúť už od stredného veku. Staroba je prirodzenou etapou ľudského života. Avšak demencia je choroba, ktorá k normálnemu starnutiu nepatrí,“ približuje na sociálnej sieti Úrad verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) a uvádza tiež, že najčastejším typom demencie je Alzheimerova choroba, ktorá sa niekedy u pacientov vyskytuje aj v kombinácii s inými typmi demencie.

O Alzheimerovej chorobe

„Alzheimerova choroba má veľmi pomalý nástup. Začína sa prejavovať poruchami krátkodobej pamäti. Ľudia,

ktorí trpia Alzheimerovou chorobou, majú často problém sa koncentrovať, zapamätať si nové informácie, sú menej schopní logicky myslieť alebo si vytvárajú úsudok. Dlhodobá pamäť spočiatku zostáva zachovaná. Postupne sa objavujú aj poruchy orientácie v čase a priestore. V pokročilejších štádiách pacienti prestávajú spoznávať svojich blízkych, nie sú schopní sa o seba starať a vykonávať každodenné aktivity, na ktoré boli zvyknutí,“ približuje ďalej ÚVZ SR a radí: „Výživná strava, fyzická aktivita, sociálna angažovanosť a duševne stimulujúce aktivity - to všetko pomáha zostať zdravými aj v starobe. Pomocou týchto faktorov je tiež možné znižovať riziko poklesu poznávacích procesov v dôsledku starnutia a Alzheimerovej choroby.“



Ilustračné foto. zdroj foto David_SMC pixabay

2. októbra 1995**Oasis vydali jeden z najúspešnejších albumov vôbec – (What's the Story) Morning Glory?****Výročia a udalosti**

VCHODOVÉ DVĚRE DO BYTOV

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

cena od **409 €** + montáž

záručný a pozáručný servis

DOPRAVA ZDARMA

0917 678 746
www.vchodove-dvere.sk

PALIVOVÉ DREVO

- metrovica
- polienka
- pelety

0948 141 080

Z trvalo udržateľného Slovenského lesa

DOVOZ NA ADRESU

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

ŠUMNÁ STRECHA

-nátery striech
-nátery kostolov
-oprava komínov
MICHAL
0908 337 893

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA na materiál 40%

FRÉZOVANIE od 15€/bm

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

0948 012 507 • www.profikominy.sk

NEREZOVÉ KOMÍNOVÉ VLOŽKY OCEĽOVÉ DYMOVODY FASÁDNE 3-VRSTVOVÉ KOMÍNY

komín s.r.o.

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

0948 267 814
kominsro@kominsro.sk
kominsro.sk

Slovenský certifikovaný výrobca nerezových komínov

OKNÁ · DVĚRE · GARÁŽE TIENIACA TECHNIKA

AKCIA do 31.10.2024

www.PROFIOKNOSK.eu 0917 606 602

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, frezovanievložkovanie@gmail.com

čujte.sk

Objavme krásy prírody v Nízkych Tatrách

www.cujte.sk

NAJLACNEJŠIA LIKVIDÁCIA NEBEZPEČNÉHO ODPADU A AZBESTOVÝCH STRIECH

0910 336 600 • 0905 655 414
likvidovatazbest@gmail.com



ROKOV NA SLOVENSKU

31% ZĽAVA

3,49**

2,39

(1 kg = 9,56)

Rajo maslo
250 g



60% ZĽAVA

2,49

0,99

Hrušky Conference
cena za 1 kg



LIDL STANOK
DENNE ČISTVÉ

31% ZĽAVA

1,89*

1,29

(1 l = 0,65)

Coca-Cola/
Coca-Cola Zero/
Fanta/Sprite

2 l
+ záloh za obal 0,15 €



42% ZĽAVA

1,19

0,69

Šalátové uhorky
kus



46% ZĽAVA

1,49

0,79

Kačacie stehná XXL
cena za 100 g



55% ZĽAVA

1,59

0,89

Kačacie prsia XXL
cena za 100 g
s kožou



ZA POSLEDNÝ ROK
NAJNIŽŠIA CENA
V LIDL!



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY
MÁME PRE VÁS UŽ 20 ROKOV!



*Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.
**Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania cien dňa 9. 9. 2024.
Ponuka tovaru platí od 30. 9. do 6. 10. 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

Kamerové systémy na školách

Vláda schválila koncepciu posilnenia bezpečnosti škôl prostredníctvom inštalácie kamerových systémov. „Analýza verejných objektov, pri ktorých je potrebná zvýšená kontrola a ochrana, ukázala ich najväčšiu potrebu pri školách,“ informoval rezort vnútra. Pilotný projekt by mal byť realizovaný na troch vybraných školách už v najbližších mesiacoch.

Hlavným cieľom inštalácie kamerových systémov je zvýšenie kontroly nad prístupom do školských objektov a monitorovanie pohybu osôb v okolí škôl. Tieto systémy podľa rezortu vnútra nielenže znížia riziko neoprávneného vstupu, ale poskytnú aj dôležitý nástroj pre rýchlu reakciu v prípade bezpečnostného incidentu. Každá škola tak bude môcť byť vybavená kamerami so zreteľom na legislatívne predpisy o ochrane osobných údajov a ochrany súkromia. Do systému, ktorý bude pracovať so softvérom rozpoznávajúcím tváre, bude mať prístup aj polícia. „Tento systém nevytvorí ďalšiu záťaž na policajtov základných útvarov. Kamerové systémy budú pomocou umelej inteligencie schopné identifikovať rizikové správanie. Až potom bude hlásenie posunuté operačnému stredisku. Myslím, že to pomôže zvýšiť bezpečnosť na školách. Systém si nebude vyžadovať špeciálnu obsluhu,“ objasnil minister

vnútra Matúš Šutaj Eštok.

Projekt je realizovaný v úzkej spolupráci s bezpečnostnými expertmi a školskými inštitúciami. Odborníci navrhli umiestnenie kamier tak, aby zabezpečili optimálny dohľad nad rizikovými zónami bez narušenia súkromia študentov a zamestnancov. Počet kamier sa môže líšiť v závislosti od veľkosti či dispozície školy.

Predpokladaná nákladovosť pilotného projektu sa pohybuje na úrovni 137 700 eur. Ministerstvo vnútra v pokračovaní projektu ráta s celkovými nákladmi 62 706 153 eur na celkový počet 2 967 základných a stredných škôl. Inštalácia kamerových systémov by bola v pokračovaní projektu postupne realizovaná v najbližších dvoch rokoch. Projekt bude financovaný zo zdrojov Európskej únie.



» ren

Ilustračné foto. zdroj foto steveriot1 pixabay

LESNÉ PNEUMATIKY NA VŠETKY STROJE ZA ATRAKTÍVNE CENY

VOLAJTE 0911 403 927

Bohnenkamp
Moving Professionals

ALLIANCE

UPRATOVAČKA

Teplička nad Váhom



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

DREVENÉ SCHODY

NA MIERU

obhliadka
ZADARMO

+421 949 826 529

+48 603 071 169, Podwilk 262a



DLHOROČNÉ
SKÚSENOSTI

Prijmeme na prácu v Rakúsku

Druh práce:

montáž drevených fasád

dlhodobá práca pre živnostníkov aj celé partie 4-5 členné

Požiadavky: vlastné pracovné náradie,
prac. čas 60 hod. týždenne (pondelok – sobota)

Ponúkame: • turnusová práca (plánovanie turnusov po dohode)

- zabezpečené ubytovanie
- nástup po dohode

Zmluva sa uzatvára priamo s rakúskou firmou.

Bližšie info: **0905 540 098**

Platové podmienky
22,- €/hod.

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.

www.ime.sk 0948 106 722



VZDUCH-VODA 7 kW

Cena s dotáciou: 2 540 €

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

Všetko pre Váš komín

www.kominy-kabac.sk

0908 591 216

0905 742 808

BE-PROSTAV s.r.o.

AKCIA

Ekohrášok premium

28MJ

370€/tona

(cena s dovozom)

tel: 0905 783 360 • www.be-prostav.eu

Doprajte svojim očiam mladost'. Áno, aj po štyridsiatke

Robí vám problém zaostriť na blízke predmety, potrebujete si od očí vzdalovať displej telefónu či jedálny lístok, inak drobné písmená neprečítate? Ak máte viac než 40 rokov, zrejme sa u vás začína prejavovať tzv. syndróm krátkych rúk. Dá sa mu predchádzať? A musíme sa zmieriť s tým, že až do konca života budeme musieť nosiť okuliare na čítanie? Odpovedá **MUDr. Andrea Falátová**, primárka žilinskej pobočky VESELY Očná Klinika.

Ako sa prejavuje starecká slabozrakosť alebo choroba krátkych rúk? Kedy zbystriť pozornosť?

Starecká slabozrakosť, odbornou nazývaná presbyopia, je strata schopnosti zaostrovať na blízke predmety. Súvisí s tým, že očná šošovka po 45. roku života postupne stráca svoju prirodzenú elasticitu a schopnosť zaostrovať. V dôsledku toho narastajú plusové dioptrie, teda ďalekozrakosť. Dá sa teda povedať, že toto ochorenie je vlastne prejavom starnutia. Týka sa úplne každého. Dokonca aj ľudí, ktorí ťažkosti so zrakom nikdy nemali. U krátkozrakých pacientov obyčajne prejavy presbyopie nastupujú neskôr. A objavujú sa aj u ľudí, ktorí v mladosti podstúpili operačné odstránenie dioptrickej chyby.

Čo ak zhoršenie zraku ignorujeme?

Spočiatku môžete mať len problém zaostriť, no ak zhoršenie zraku neriešite, neskôr sa môžu pridružiť aj ďalšie neprijemnosti. Napríklad bolesti hlavy, únava očí alebo ich začervenanie v dôsledku prekrvenia spojovky.

Ako sa dá choroba krátkych rúk resp. starecká slabozrakosť liečiť?

Jediným riešením boli odjakživa dioptrické okuliare s plusovými dioptriami. Pacienti trpiaci presbyopiou nosili okuliare na čítanie a ak popritom potrebovali aj okuliare do dialky, museli mať dvojicu okuliarov, alebo nosiť tzv. bifokálne okuliare. Mnohí pacienti si však na ne nevedia zvyknúť, najmä ak nikdy predtým okuliare nepotrebovali. V dnešnej dobe našťastie pacientom vieme ponúknuť aj iné riešenie - zákrok s názvom PRELEX, ktorým ich dokážeme

tejto dioptrickej chyby zbaviť rýchlo, bezpečne a bezbolestne. Je u nás veľmi vyhľadávaný. Dokonca patrí medzi najčastejšie vykonávané zákroky na našej klinike.

V čom spočíva zákrok PRELEX? Akým spôsobom odstraňuje dioptrie?

Zákrok PRELEX je v podstate refrakčná výmena šošovky za mäkký, skladateľný multifokálny vnútroočný implantát, ktorým vám zabezpečíme absolútnu nezávislosť od okuliarov na všetky tri vzdialenosti. Výrazov "operácia" či "refrakčná výmena šošovky" sa netreba báť. Ide o pomerne rýchly, približne desaťminútový zákrok, ktorý sa vykonáva ambulantne a v lokálnej anestézii. Pacient môže ihneď po ňom v sprievode ďalšej osoby opustiť kliniku a na druhý deň sa už dokáže vrátiť do bežného života.

Čo umožňuje také rýchle hojenie, bezpečnosť a šetrnosť tohto zákroku?

Zákrok vykonávame pomocou najmodernejšieho femtosekundového lasera, ktorý dokáže nahradiť chirurgov skalpel až zo 60% z celkového operačného postupu. Zákrok PRELEX je vďaka tomu oveľa rýchlejší, bezpečnejší, presnejší a šetrnejší k očiam. Vďaka laseru sme navyše schopní implantát vložiť do oka otvorom menším ako 2 milimetre a tento rez sa nemusí šiť, čím sa výrazne skráti aj doba hojenia. Na našich pracoviskách používame najkvalitnejšiu a najmodernejšiu technológiu na trhu, ktorá je zárukou bezpečnosti a precíznosti.

Predstava, že človeku sa namiesto vlastnej šošovky vloží umelá, však môže u niektorých ľudí vyvolať obavy. Má tento strach opodstatnenie?

Pred akýmkoľvek zákrokom na ľudskom tele treba mať určitý rešpekt, ten je v poriadku. Pri každej jednej operácii môže hroziť určité, hoci niekedy len celkom nepatrné riziko, že sa niečo nemusí podať. Treba však povedať, že zákrok PRELEX patrí medzi najbežnejšie, najčastejšie vykonávané a najúspešnejšie operačné zákroky. Vďaka moderným technológiám je to naozaj bezpečný zákrok, pri ktorom je minimálna šanca komplikácií.

Je zákrok PRELEX trvalý? Nemôžu sa dioptrie časom vrátiť?

Mäkký, skladateľný vnútroočný implantát, ktorým pri zákroku nahrádzame pôvodnú



šošovku, dokáže na 95% imitovať funkcie ľudskej šošovky. Pacient teda po zákroku dokáže znovu vidieť ostro. A nielen po zákroku, vnútrošošovkové implantáty najvyššej kvality, ktoré implantujeme na našich klinikách, majú doživotnú záruku. Takpovediac prežijú svojho nositeľa. Ak sa vám v oku neprejaví iné očné ochorenie, nezmení sa dĺžka oka či zakrivenie rohovky (a to by sa v dospelom veku diať nemalo), budete vidieť rovnako dobre a ostro ako dva dni po operácii. Čaká vás teda život bez okuliarov a obmedzení až do konca života.

Tento zákrok slúži aj ako prevencia pred inými ochoreniami, ktoré súvisia s vekom. Ktoré to sú?

Áno, zákrok PRELEX má aj ďalší nesporný benefit - okrem toho, že vám zabezpečí ostrý zrak na všetky tri vzdialenosti, zabráni vzniku sivého zákalu. Je to veľmi zákerné ochorenie, ktoré sa prikráda nenápadne, no ak sa nelieči, v konečnom štádiu môže viesť až k slepote. Vnútroočný implantát sa nezakaluje, čiže pacienti, ktorí podstúpia zákrok PRELEX so zámerom zbaviť sa presbyopie, sa navyše vyhnú sivému zákalu.



OBJEDNAJTE SA:

📍 Obchodná 9076/3D, Žilina

✉ info@veselyok.com

☎ 02/3211 4644

www.veselyok.com

ČO JE TO PRESBYOPIA?

Starecká vetchozrakosť alebo syndróm krátkych rúk je strata schopnosti zaostrovať na blízke vzdialenosti v dôsledku postupnej straty elasticity a akomodačnej schopnosti šošovky. Prejavom presbyopie je ďalekozrakosť, teda plusové dioptrie. Presbyopia sa zvyčajne objavuje po 40- 45. roku života.

Komunikujte a buďte v kontakte s blízkymi Povodne a psychologická pomoc pre ľudí

Nedávne povodne zasiahli na Slovensku veľa ľudí. Prírodné katastrofy, ako sú záplavy, môžu mať podľa odborníkov devastačný vplyv nielen na životné prostredie, ale aj na psychické zdravie zasiahnutých ľudí. Strata alebo zničenie domova, zranenie, odlúčenie od blízkych a neistota ohľadom budúcnosti môžu spôsobiť silný stres, úzkosť, traumy a pocity bezmocnosti. Liga za duševné zdravie preto pripravila rady, ktoré môžu pomôcť pri poskytnutí základnej psychologickéj podpory ľuďom zasiahnutým záplavami.

Akceptujte svoje pocity a dajte im priestor

Katastrofické udalosti vo všeobecnosti spôsobujú emocionálny zmätok. „Je normálne, že môžete cítiť šok, strach, zúfalstvo, zlosť alebo smútok. Nemusíte sa hanbiť za svoje pocity. Je to normálna reakcia na nenormálnu situáciu,“ hovoria odborníci z Ligy za duševné zdravie a odporúčajú:

- Skúste prijať, že v tejto situácii je prirodzené cítiť sa neisto a bezmocne.
- Dovoľte si plakať, byť smutný alebo nahnevaný – tieto emócie sú normálnou reakciou na ohrozenie a stratu bezpečia.
- Rozprávajte sa o svojich pocitoch s blízkymi alebo ľuďmi v okolí, ktorí zažívajú

podobné situácie. Zdieľanie svojich skúseností môže uvoľniť emocionálny tlak.

Komunikujte a buďte v kontakte s blízkymi

„V čase katastrofy je kľúčové udržiavať spojenie s ľuďmi, ktorí vám môžu poskytnúť emocionálnu podporu. Ak je to možné, zostaňte v kontakte s rodinou a priateľmi, ktorí môžu byť mimo zasiahnutej oblasti. Pomôže vám to cítiť sa menej izolovane a bezpečnejšie, zároveň vám môžu pomôcť radou alebo materiálne,“ radia odborníci, podľa ktorých je potrebné byť tiež v kontakte s ľuďmi okolo vás, pretože aj krátke rozhovory s inými evakuovanými môžu byť dôležité pre váš psychický stav - sila komunity sa ukazuje práve v kritických chvíľach. Rovnako by ste sa nemali báť komunikovať svoje potreby. Ak sami cítite, čo by ste potrebovali pre upokojenie, nebojte sa to svojmu okoliu povedať.

Obmedzte prílišné sledovanie médií

Neustále sledovanie správ alebo sociálnych sietí môže podľa odborníkov zvyšovať stres a úzkosť. „Skúste teda sledovať správy len v pravidelných vybraných intervaloch a tiež filtrujte informácie – sústreďte sa na overené zdroje a vyhňte sa zdieľaniu neoverených alebo



Ilustračné foto.

zdroj foto Hans pixabay

poplašných správ,“ odporúčajú.

Ak je to potrebné, vyhľadajte odbornú pomoc

Katastrofy môžu vyvolať veľmi silné reakcie, ako sú pocity beznádeje, chronický stres alebo dokonca posttraumatický stresový syndróm (PTSD). Ak máte pocit, že si neviete rady so svojimi emóciami, alebo ak sa u vás prejavujú vážne príznaky, ako sú nočné mory, flashbaky alebo neustála úzkosť, je dôležité vyhľadať pomoc odborníka.

- Linky dôvery sú dostupné a ponúkajú anonymnú pomoc v čase krízy, nonstop

a bezplatne.

Linka dôvery Nezábudka 0800 800 566
Krízová linka pomoci 0800 500 333

• Psychológovia a terapeuti sú často dostupní aj v evakuačných centrách alebo formou telefonickéj a online podpory.

Pomáhajte si navzájom – v čase katastrofy môže byť veľkým zdrojom úľavy pomáhať ostatným. Aj malé činy solidarity – ako poskytnutie praktickej pomoci alebo emocionálna podpora druhým – nám môžu pomôcť cítiť sa užitoční a podporiť vaše vlastné zvládanie situácie.

» ren



kamstav
kompletné kamenárské 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



Firma ROST, s.r.o.
Považská Bystrica

HĽADÁ

**VODIČOV NÁKLADNEJ
KAMIÓNOVEJ DOPRAVY**

- Preprava sypkých materiálov vyklápacími návěsmi do krajín AT, IT, DE, FR, CZ,...
- Ťahače zn. VOLVO FH, r.v. 2019-2024
- Viac informácií telefonicky na č. 0918 706 706



S	8								
U	7	4			5	3			
D				2			8	3	
O		8					4	9	
K		5	7			2			
U	4			7		8	9		
				3			6		

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

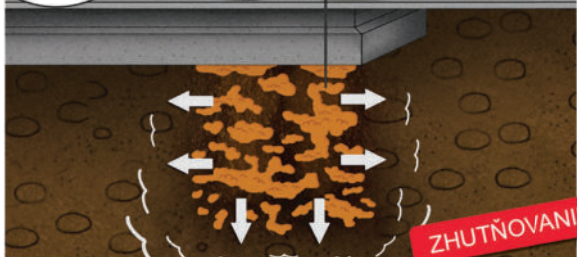
S	6	7		4	8				3
U				2				1	
D									1
O	3	4		8				2	
K					2			5	4
U				6				7	1
				4		3		8	5
	3						7		4

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

TOP INJECT

S GARANCIOU



ZHUTŇOVANIE

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

f BombaFasada
www.BombaFasada.sk

0905 148 393

BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

Zdravie z Oravskej horárne



Pobyty so štátnou účelovou dotáciou
1 nepracujúci dôchodca aj v roku 2024

Dovolenkujte iba za 230 EUR

1 dôchodca/6 dní/5 nocí

VOLNÉ TERMÍNY: 14. 10. - 19. 10. • 21. 10. - 26. 10.,
28. 10. - 2. 11. • 4. 11. - 9. 11. • 11. 11. - 16. 11. • 18. 11. - 23. 11. 2024.

Cena zahŕňa:

- > 5 x ubytovanie, 5 x plnú penziu,
- > 1 x celodenný autobusový zájazd za krásami Oravy

Bonus:

- 1 x folklórne vystúpenie, bezplatné WIFI,
- vstup do herní, parkovanie v areáli, požičanie bicyklov
- a darček Oravskej horárne na pamiatku

Penzión * Oravská horárň, Oravský Podzámok č. 396, lokalita Hruštín Zábava**
Informácie nájdete na www.oravskahoraren.sk • Rezervácie: **0918 591 942**, info@oravskahoraren.sk

MONTTER

ZIMNÉ ZÁHRADY PERGOLY ZASKLENIE

ROČNÉ
11
SKÚSEBNOSŤ



Hliník



Drevo

Kvalita ktorú si môžete dovoliť!

ZOSTÁVA MENEJ AKO **100** DNÍ DO VIANOČ

0919 383 881 • www.MONTTER.sk

Montujeme
po celom Slovensku

OBJEDNAVKY@MONTTER.SK



POKRÝVAČ- TESÁR



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

OKAMŽITÉ ZAČATIE PRÁČ

ZDARMA

doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁČU RUČÍME!

Kontakt: +421 949 623 050

Oplatisa.sk

ZAČNITE PREDÁVAŤ
ONLINE!



DOM
KAVY

DOMKAVY.SK
TRNAVA

KAVOVA5

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

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%**

NORWIT

Kubota

**VYSKÚŠAJTE SI
ŠPIČKOVÉ
JAPONSKÉ
MINIBAGRE
KUBOTA**

Každý návštevník
od nás dostane
**ZĽAVOVÝ
VOUCHER**
na nákup až do výšky
1000 €

KEDY A KDE?

15.10 Prešov, Petrovianska ul. (pri ČS Shell), viac info: 0903 610 809
16.10 Banská Bystrica, Zvolenská cesta 37, viac info: 0903 723 690
17.10 Bratislava, Staviteľská 9, viac info: 0903 903 320

Stannah

**Darček v
hodnote až
do 100,- €***

Ponuka

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 výtah 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 ŽP občanov možnosť vybaviť na zakúpenie stoličkového výtahu peňažný príspevok od štátu.

*Kampaň platí pre každú objednávku do 31.10.24, nie je retroaktívna ani kumulovateľná s inými ponukami alebo kampaňami.

KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje i celé poľovnícke zbierky.

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

Výkup mincí do roku 1945

Celá SR

0940 723 073
trofej.eu@gmail.com

POKRYVAČ- TESÁR

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

**ZA NAŠU PRÁCU
RUČÍME!**

Kontakt: Janek - 0919 495 628

Vypestujte si to svoje domáce! :)

SKLENÍKOVĽO

Jesenný výpredaj!

- Skleníky %
- Sudy na vodu %
- Kompostéry %
- Krycie plachty %
- Udiarne %

Môžete nám aj zavolať!

0915 516 672

www.sklenikovo.sk
Navštívte náš e-shop!