

POVAŽSKO BYSTRICKO-PÚCHOVSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 33 590 domácností

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Vetrание a kúrenie počas zimy

Správne nastavená teplota v miestnostiach a ich pravidelné vetranie sú veľmi dôležité pre náš organizmus. Prinášame rady odborníkov, ako na to.

Počas zimných mesiacov treba dbať na pravidelné vetranie miestností, a to takzvané nárazovo, s oknom dokorán na niekoľko minút a niekoľkokrát denne, aby sa vzduch v miestnosti vymenil. Príliš vysoká teplota v miestnosti spôsobuje väčšie vyčerpanie, únavu, bolesti hlavy a znižuje vlhkosť vzduchu. Suchý vzduch vysušuje sliznice očí a dýchacie cesty a narúša ich prirodzenú vlhkosť. „Dôsledkom suchého vzduchu môže byť zvýšená chorobnosť, opakované zápal spojiviek, nosovej sliznice, hrdla a dráždivý kašeľ. Suchý vzduch má vplyv aj na vysušovanie pokožky tváre, čo sa prejavuje jej predčasným starnutím a vznikom vrások,“ hovoria odborníci z Odboru hygieny životného prostredia Úradu verejného zdravotníctva Slovenskej republiky. Optimálna vlhkosť vzduchu by sa mala počas chladného počasia pohybovať od 30 – 50%. Vhodná úprava vlhkosti vzduchu v miestnostiach sa dá dosiahnuť vetraním. Vzduch sa v byte zvlhčuje aj v dôsledku varenia, prania, či sušenia mokrej bielizne.

Výskyt viróz sa častokrát mylne pripisuje iba chladnému počasiu. Vedeli ste, že ich šíreniu sa darí aj v príliš prekurých miestnostiach? V teplých priesto-

roch sa podľa odborníkov všeobecne sústreďuje viac vírusov a baktérií, pričom radia: „počas zimných mesiacov je z hľadiska prevencie pred ochorením potrebné v každej obývanej miestnosti udržiavať určitú optimálnu teplotu.“ V priestoroch, kde človek dlhšie sedí, je optimálne zvolenou teplotou 22 – 26 °C. Odporúčané teploty pre kúpeľne sú 22 – 24 °C, vstupné haly 18 až 20 °C, chodby a schodiská 15 – 18 °C. V spálni by sa teplota mala pohybovať na úrovni 16 – 20 °C, pričom pri novorodencoch by to malo byť 20 °C a pri menších deťoch 18 až 20 °C. „Takto zvolené teploty v miestnostiach sú vhodné pre regeneráciu organizmu. Urýchlia sa procesy v tele, posilňuje sa imunitný systém a napomôže to ku kvalitnému spánku. Teplota v spálni by ale nemala klesnúť pod 16 °C pre zníženú obranyschopnosť organizmu voči respiračným ochoreniam,“ odporúčajú hygienici.

Náš tip - Ako zvlhčiť vzduch?

Pokiaľ je v priestoroch bytu veľmi suchý vzduch, na zvlhčovanie môžete použiť rôzne druhy zvlhčovačov, prípadne na radiátory umiestniť odparovače – treba ich však udržiavať v čistote a pravidelne v nich vymieňať vodu, aby ste predišli tvorbe baktérií.

Informácie poskytol

Odbor hygieny životného prostredia,
Referát komunikačný ÚVZ SR
» [ren](#)

LEXAN



Zľava 70% na odrezky do vypredania zásob

polykarbonát
rezanie na mieru

AR TRADE - PRO

Považské Podhradie

0904 030 950

www.artrade.sk

Pálenica Vieska s.r.o. "Máme Čas"
"v medi na dreve" už od 1938

k dispozícii:

- individuálny prístup bez hnania a vody
- odborná miniknižnica
- vernostný program
- drevo po dohode

0905 359 273

palenica.vieska@gmail.com
<https://palenice.sk/palenica-vieska/>
Púchov - Vieska Bezdedov 107



f PálenicaVieska

Ponúkam všetky
stavebné
a maliarské práce,
striekanie striech



Kvalita a serióznosť
0910 993 219

LACNÉ
PALIVOVÉ
DREVO

0911 301 185




ŤAŽBA DREVA

Čistiareň peria
výroba paplónov
a vankúšov
Púchov
-Dolné Kočkovce
0915 664 775
Odvoz aj dovoz po dohode

6. novembra 1945

prezident Edvard Beneš vymenoval druhú povojnovú vládu vedenú Zdeňkom Fierlingerom.

Výročia a udalosti



Na podanie si INZERÁTU

píšte povazsko@regionpress.sk

POŽIČOVŇA NÁRADIA, TEPOVAČOV A JADROVÉ VŔTANIE OTVOROV



Bezuhlíková príklepová aku vrtačka
+ 2ks 2,0 Ah akumulátor

!!! AKCIA !!! 165,- € s DPH
+ DARČEK



Bezuhlíková príklepová aku vrtačka
+2ks 5,0 Ah akumulátor

!!! AKCIA !!! 219,- € s DPH
+ DARČEK

Uhlová brúska
DEWALT 950W

59,90€



+ DARČEK



Čistič okien
45 €

SNP 1425, Pov.Bystrica, pri POŠTE - areál Práčovne 0911 137 347

www.kerapol.sk

NÁBYTOK EXKLUZIV

Streženická cesta,
Púchov

Príďte si k nám vybrať novú posteľ

Predajňa oproti bývalému BIZNIS CENTRU

ZĽAVA 50% na iný vybraný tovar

Ponúkame:

- posteľe drevené aj čalúnene
- vályndy pevné aj s rozkladom
- ortopedické matrace
- toper na ochranu matrace
- rošty lamelové, polohovateľné manuálne aj elektrické s nastavením tvrdosti
- veľký výber poťahových látok
- možnosť výberu dennej deky aj vankúšov

Pondelo - Piatok: 9.00 - 17.00
0903 581 551



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

PRACUJEME VÝHRADNE NA ZÁKLADE ZMLUVY

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



ZĽAVA pre seniorov

www.bituflex.sk
Bituflexroznava@gmail.com



Oprava komínu **GRATIS**

0950 266 604

FRÉZOVANIE A VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

Fasádne 3-vrstvové komíny
Rekonštrukcie komínov

Zľava na materiál **45%**

Frézovanie od 15€/m
Obhliadka zdarma

tel: 0907 265 361

NAJVÝHODNEJŠIA DOSTUPNÁ PÔŽIČKA

0905 555 863

HELPECO s.r.o.

Odvoz kompletých vozidiel do 50km ZDARMA

Autorizované stredisko PRE ZBER A SPRACOVANIE STARÝCH VOZIDIEL A PREDAJ POUŽITÝCH NÁHRADNÝCH DIELOV

Info: **0903 511 858**
0903 830 629

Ponúkame komplexné služby - preprava a právne úkony pri odhlásení vozidla z evidencie na doprav. inšpektoráte vyrobíme bezplatne za Vás

PRIEMYSELNÝ PARK /smer RAVEN a.s./
Mládežnícka 2275
01701 Pov. Bystrica

Otvorené: **PO-PI: 8.00-15.30 h.**

EURO - MONT

Predaj a montáž **DREVENÉ PARKETY**

Brúsenie a lakovanie
www.brusenieparkiet.com
0917 755 577

KERAMIKA LUXUSNÉ KÚPEĽNE

Serepec bývalá budova „Koník“

0949 204 816
keramika@keramikasro.sk

- ▶ obklady ▶ dlažby ▶ sanita
- ▶ kúpeľňový nábytok ▶ vane
- ▶ batérie ▶ sprchové kúty
- ▶ fasádne prírodné kamene
- ▶ imitácie tehly a kameňa
- ▶ plávajúce a kompoz. podlahy
- ▶ zrkadlá na mieru

Úplne nový showroom
3D grafický návrh ZADARMO!

Najnižšie ceny na Slovensku

INTEGRA s.r.o. Komínové systémy

MÁTE PROBLÉMY S KOMÍNOM?

Frézovanie, vložkovanie, údržba, kompletne služby

Viac ako 20 rokov skúseností!

Považské Podhradie 357
Telefón: +421 42 432 05 57
Mobil: 0905 548 264, 0905 879 164
Email: integra@integra-sk.sk
www.integra-sk.sk

Rekonštrukcie domov-bytov

zámková dlažba, zateplenie - fasády, kúpeľne, maľovanie, izolácie domov a striech, altánky

0907 382 062

Zateplenie domov-fasády

rekonštrukcie domov-bytov, izolácie domov a striech, nátery striech, oprava komínov, výmena rýn, výmena krytiny, altánky

0944 805 999

Prijmem na TPP šikovného, samostatného DISPEČERA

Výkon práce: **Ilava**
Bližšie informácie: **0905 449 843**

Prijmem na TPP šikovného, samostatného DISPEČERA traktoristov

Výkon práce: **Ilava**
Bližšie informácie: **0905 449 843**

- BETÓNOVÉ PLOTY
- 2D/3D PLOTY
- PLETIVOVÉ PLOTY
- PODHRABOVÉ DOSKY
- BRÁNY POSUVNÉ A OTVÁRAVÉ
- OPORNÉ MÚRY

Ing. Vladimír Stacha:
0903 658 177, 0903 556 016
www.plotystacha.sk

Zameriame, navrhujeme, postavíme. Váš plot na kľúč.

Predajňa Ploty Stacha. Sládkovičova 127/1, Pov. Bystrica.

IMAKO

Slovenská kvalita 34 rokov na trhu

Prevádzka: **UDIČA 38**
Po zavolaní na mobil otvoríme v sobotu aj v nedeľu
Tel.: **0908 711 677, 0905 365 873**
www.imako.sk

ZĽAVY
na vystavené sedačky 20-40%



KAŽDÝ DEŇ
NÍZKE CENY

%

KÚPTE VIAC
ZAPLAŤTE MENEJ!
XXL TÝŽDEŇ

35%
ZĽAVA

6.99
4.49

Kuracie stehenné
rezne XXL
cena za 1 kg
bez kostí a kože



42%
ZĽAVA

7.48***
4.29

Kešu natural
500 g

500 g



37%
ZĽAVA

1.89*
1.19

Pepsi/Pepsi Zero/
Mirinda/7 UP Zero
2,5 l
* záloh za obal 0,15 €



XXL XXL XXL XXL XXL

OD PONDELKA

OD PONDELKA 4. 11. DO NEDELE 10. 11.
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

1+1
ZADARMO



0.98**

0.49*

Šalátové uhorky
kus

*Cena za kus pri kúpe 2 kusov = 0,49 €
**Cena za kus pri kúpe 1 kusov = 0,98 €
Cena za 2 kusy = 0,98 €



LIDL
STANOK
DENNE ČISTVÉ

67%
ZĽAVA

11.98***
3.98

Konzumné
zemiaky neskoré
10 kg balenie
neprané
varný typ B - prílohové

1 kg iba
0.39



35%
ZĽAVA

6.99
4.49

Bravčové karé
cena za 1 kg
bez kostí, v celku



49%
ZĽAVA

1.09
0.55

Zlatý Bažant radler
0,5 l
rôzne druhy
v ponuke aj Zlatý Bažant
10° 0,5 l za 0,55 €
+ záloh za obal 0,15 €



*Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávaneho produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri prepočte na hmotnosť produktu z akčiového týždňa.

Ponuka tovaru platí od 4. 11. do 10. 11. 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

Bezplatný týždenník

POVAŽSKO
BYSTRICKO-PŮCHOVSKO

EV 6203/24

vydáva spoločnosť

REGIONPRESS

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

Ročník I, Vydanie 27, týždeň 44/2024.

Redakcia: Partizánska 1128
POVAŽSKÁ BYSTRICA
povazsko@regionpress.sk

INZERCIA

Emília Rosinová 0907 673 930

www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.skVychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (33.590 domácností)

Každý týždeň:

Dolný Moštenec, Horný Moštenec,
Milochov, Orlové, Podmanín, Považská
Bystrica, Považská Teplá, Považské Pod-
hradie, Praznov, Šebestánová, Dolný
Lieskov, Domaníža, Plevník - Drienové,
Prečín, Pružina, Sverepec, Udiča, Horné
Kočkovce, Hrabovka, Nosice, Púchov, Be-
luša, Dolné Kočkovce, Horovce, Lednické
Rovne, Nimnica, Strežnice, Visolaje,
Brnište, Dolná Mariková, Hatné, Horný
Lieskov, Jasenica, Papradno, Stupné,
Dohňany, Dolná Breznica, Lúky, Lysá pod
Makytou, Mestečko, ZáriečieVydavateľ nezodpovedá za obsah a
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazy-
kovou úpravou.Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípa-
de, že viete o mieste, kam naše noviny
nechodia, dajte nám, vedieť. Ďakujeme.

Západné Slovensko

BV	97.240	BRATISLAVSKO	východ
BZ	106.540	BRATISLAVSKO	západ
DS	34.320	DUNAJSKOSTREDSKO	
GA	34.390	GALANTSKO-ŠALIAŇSKO	
HC	30.330	HLOHOCKO-SEREDSKO	
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO	
LV	30.580	LEVICKO	
MA	29.680	MALACKO	
NR	54.170	NITRIANSKO	
NZ	35.050	NOVOZÁMCKO	
PK	22.970	PEZINSKO	
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY	
SC	35.420	SENECKO	
SE	36.750	SENICKO-SKALICKO	
TO	41.930	TOPOĽČANSKO-PE-BN	
TN	60.750	TRENČANSKO-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-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	ŽILINSKO-ZC-BS	
ZA	50.780	ŽILINSKO-BY	

Východné Slovensko

BJ	37.210	BARDEJOVSKE-SK-SP	
GU	30.830	GEMERSKO-RV-RS-RA	
HE	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	
PD	49.940	PREŠOVSKO-SB	
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL	

Zmeny vo výpočte minimálnej mzdy

Minimálna mzda na Slovensku bude v nasledujúcich rokoch stúpať rýchlejším tempom, pričom do roku 2027 by sa mala priblížiť k sume 1000 eur. Novelu zákona, ktorá upravuje automatický výpočet minimálnej mzdy, v uplynulých dňoch definitívne schválil parlament. Novela zákona o minimálnej mzde získala silnú ústavnú väčšinu s podporou 119 poslancov.

Nový automat zvýši podiel priemernej mzdy, od ktorého sa minimálna mzda odvíja, zo súčasných 57 % na 60 % priemernej mesačnej mzdy spred dvoch rokov. Tento krok zaisťuje, že minimálna mzda bude lepšie reflektovať životné náklady a ekonomickú situáciu krajiny, s cieľom dosiahnuť jej rast až k úrovni 1000 eur do roku 2027. V zákone je však ponechaná možnosť dohody na výške minimálnej mzdy medzi sociálnymi partnermi. „Vyššia minimálna mzda vytvorí tlak aj na rast miezd ako takých. A o to nám ide. Aby ľudia mali prácu, ale za dôstojný plat. Chceme sa veľmi pekne poďakovať koalíčnym i opozičným poslancom, ktorí za tieto dobré zákony z dielne ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny hlasovali, či už išlo o 13. dôchodok, alebo minimálnu mzdu,“ uviedol minister práce, sociálnych vecí a rodiny SR Erik Tomáš.

Súčasťou novely sú aj opatrenia na zvýšenie miery pokrytia kolektívnym

vyjednáváním a podporu pre konštruktívne rokovania o mzdách medzi sociálnymi partnermi. „Novela obnovuje právnu úpravu o záväznosti takzvanej reprezentatívnej kolektívnej zmluvy vyššieho stupňa aj na ďalších zamestnávateľov v tom istom odvetví, čím zvyšuje práva zamestnancov a zjednocuje ich sociálne podmienky,“ priblížil rezort práce, sociálnych vecí a rodiny.

Parlament schválil aj ďalšie úpravy právnych predpisov s cieľom zlepšiť podnikateľské prostredie a práva zamestnancov. Tieto zahŕňujú zjednodušenia v oznamovaní zmien v sumách stravného a základnej náhrady pri použití súkromného motorového vozidla zamestnancom pri pracovnej ceste. Okrem toho sa do zákona doplnili pravidlá poskytovania náhrady za pohonné látky pre súkromné elektromobily alebo plug-in hybridy používané zamestnancom počas pracovnej cesty, keďže zákon doteraz riešil len benzínové a dizelové vozidlá.

» ren
zdroj foto martaposemuckel pixabay/

PALIVOVÉ DREVO

- metrovica
- polienka
- pelety

0948 141 080

Z trvalo udržateľného Slovenského lesa



BRIKETY - PELETY

EKOHRÁŠOK - PALIVOVÉ DREVO
ŠKÁROVKY A STUPNICE NA SCHODYAUTODOPRAVA NAJNIŽŠIE CENY
S HYDRAULICKOU RUKOU ALEBO ČELOM
0948 153 799 www.drevoza.sk

HĽADÁME leadec

Manipulačný pracovník s odpadmi

Zmena: 2-zmenná prevádzka
Týždenný pracovný čas: 37,50 hodín
Miesto výkonu práce: Považská BystricaMzda: 733 € / mesiac
+ 28,60% mesačná prémie = 943 €Kontakt: Dáša Potecká - 0911 452 011
dasa.potecka@leadec-services.com

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV
• Stavba trojvrstvových komínov
• Prestavby nadstrešných častí komínov
• Rekonštrukcia a sietkovanie komínov
• Montáž zrealizujeme za jeden deň

frézovanie od 15€/bm

SLOVENSKY CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA 35%
na materiál

OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA
0904 157 144, 0903 874 784

MÁTE VLHKÝ DOM?
- podrezávanie -20%
- chemická injektáž

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

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

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

SLOVENSKY CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA 40%
na materiál

0948 012 507 • www.profikominy.sk



VÝHODNÁ PONUKA V PREDPREDAJI

ILAVA //0907 116 118 //
predaj@byty-ilava.sk// www.bytyilava.sk

- 1-izbový byt ... od 94 584 EUR
- 2-izbový byt ... od 128 950 EUR
- 3-izbový byt ... od 138 900 EUR
- 4-izbový byt ... od 186 251 EUR

Zabezpečíme Vám ÚVER NA KLÚČ *
Všetko vybavíme za Vás*VÝROBA PLASTOVÝCH
A HLINÍKOVÝCHOKIEN
@ DVERÍFASÁD A ZIMNÝCH
ZÁHRAD

www.elasticsro.sk

REHAU
V ponuke máme aj
PROTIPOŽIARNE
DVEREKUPUJTE OKNÁ PRIAMO U VÝROBCU
ILAVA - Kpt. Nálepku 810
tel.: 0905 371 379
elasticsro@elasticsro.sk



PRESTÍŽ V AKCII



UŽ OD **14 990 €**

S BOHATOU VÝBAVOU
S VÝHODNÝM ZNAČKOVÝM FINANCOVÁNÍM PRESTIGE
A 4 ROČNOU ZÁRUKOU

PEUGEOT ODPOŘUČA **TotalEnergies**

Kombinovaná spotřeba 4,5 – 5,6 l/100 km, emise CO₂ 101 – 132 g/km (podľa normy WLTP).

J. T. International s.r.o. Považské Podhradie 80, POVAŽSKA BYSTRICA, 0903 55 33 37, jti@jti.sk, www.jti.sk

Objavili amulet hadieho božstva aj črep z gréckej vínnej amfory

Egyptológovia SAV s cennými zisteniami

Uplynulé týždne priniesli slovenským egyptológom na egyptskej lokalite Tell el-Retábí zásadné objavy. Výskum slovenskej časti misie obohatil poznanie pevnostnej architektúry 20. dynastie, sídliska z 18. dynastie a pohrebiska z Druhého prechodného obdobia.

Pri pokračovaní prác, ktoré započali egyptológovia počas uplynulých sezón, dokopali hrobovú jamu veľkého hyksóskeho hrobu, objaveného už v roku 2012. Nebožtík, ktorý mal v dobe svojej smrti viac ako 50 rokov, mal východne od svojej tehlovej hrobky pochovaného osla. „Somáre boli pochovávané v Egypte už pred viac než päťtisíc rokmi a našli sa aj pri hrobkách najstarších egyptských faraónov v Abyde. V našom prípade však bol somár o viac ako tisíc rokov mladší než jeho abydoski predchodcovia.



Kostra osla. autor foto Jozef Hudec

Mohli ho k hrobu uložiť niekedy medzi 18. až 16. storočím pred Kristom. Nález pochovaného osla zaradil Tell el-Retábí medzi významné pohrebiská z Druhého prechodného obdobia, ako napríklad Tell el-Dabaa, či Tell el-Kua, kde sa tiež našiel tento typ hrobov,“ vysvetľuje Jozef Hudec z Ústavu orientalistiky SAV, v.v.i. Vo vzdialenosti približne 10 až 15 metrov od somára objavila výprava dve kostry hovädzieho dobytku. Pochádzajú pravdepodobne tiež z Druhého prechodného obdobia, lebo boli prekryté stavbou zo súčasnej 18. dynastie. Zostáva otáznne, či na lokalite, alebo v širšej oblasti zúrila infekcia, prípadne či mali vtedajší obyvatelia nejaké iné, možno rituálne, dôvody pre svoje konanie. Prekvapením sezóny bol podľa egyptológov malý detský hrob v tehlovej komôrke, blízko hrobu so somárom.

Objavili aj amulet

„Skúmali sme aj obranné konštrukcie zo záveru Novej ríše, z 12. storočia pred Kristom. Okrem ich lepšieho poznania sme získali aj poznatky o zániku pevnosti faraóna Ramesseho III. Na povrchu rozpadnutého zvyšku hradby faraónovej pevnosti bol objavený amulet hadieho božstva menom Nehebkau, z Neskorej doby, čiže 664 až 332 pred Kristom. Nález amuletu na hradbe by mohol naznačovať, že musela byť už



Zvyšky hradby Ramesseho III.

autor foto Jozef Hudec

v polovici prvého tisícročia pred Kristom rozrušená a zničená do výšky, ako sme ju odkryli,“ povedal egyptológ.

Našli črep z amfory

Výskum priekopy, na okraj ktorej slovenskí odborníci narazili už v roku 2023, ukázal, že jej vrstvy nad úrovňou súčasnej spodnej vody sú z Neskorej až Ptolemaiovskej doby. Našiel sa napríklad črep z gréckej vínnej amfory s pečatou ΑΠΙΣΤΟ, pravdepodobne z ostrova Rodos. To by znamenalo, že ak bola priekopa vyhlbená ešte za Ramesseho III, bola v poslednej štvrtine 1. tisícročia pred Kristom, po viac ako 700 rokoch, ešte asi meter hlboká. „Naše výskumy objavili viaceré podobnosti medzi opevneným zádušným chrámom Ramessa

III v luxorskom Medinet Habu a pevnosťou na Tell el-Retábí. Ak by sa podobali aj priekopy, tak pôvodná ramessovská priekopa na Retábí mohla byť široká 6 metrov a hlboká cez 2 metre, s plochým dnom. Ak by však bola priekopa otvorená viac ako 700 rokov, pri zosúvaní sa jej štrkopieskových svahov a ich údržbe sa mohla rozšíriť až na predpokladaných 18 metrov,“ dodal Jozef Hudec.

Slovenská časť poľsko-slovenskej egyptologickej misie vyrazila na štrnástu sezónu 14. septembra 2024. Počas štyroch týždňov sa pri multidisciplinárnom výskume na severovýchode Egypta vystriedal šestnásťčlenný tím.

Informácie poskytla Slovenská akadémia vied (SAV)

» ren

Nakúpte výhodne
vo vybraných E-shopoch

Využite kód:

OPLATISA

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

decoreum

109,00 EUR **98,10 EUR**



PÍSAČÍ STŮL SO ZÁSUVKOU A DVOMI POLICAMI

-10%

decoreum

85,50 EUR **85,50 EUR**



VIANOČNÝ STROMČEK PE ŠKANDINÁVSKY SMREK

-10%

decoreum

49,00 EUR **44,10 EUR**



KRESLO VEIRA ČALUNENÉ HORČICOVÝM ZAMATOM

-10%

	2		1	8				3	
S		7				6			
U				5				9	
D						9		8	
O		4				3			
K			2	6				9	
U	6								1
			5		1	8			
		3					7	2	5

	9	1						3	
S			8			4			
U	7			8	9				
D				6			9		
O		6					5	7	
K			9		5			8	4
U				7		1			
	6					3	8		
	3	7				6			

		6	1	5				4	
S									
U						8		5	7
D			8		7				6
O		4			9	1	7		
K	5	2		4					8
U			6						
	4	9			7	6			5

Darujte si pod stromček to najvzácnejšie - ostrý zrak

Tieto Vianoce môžete dať definitívne z bohom okuliarom na čítanie. **Špecialisti** na žilinskej VESELY Očná Klinika **vám dokážu vrátiť ostrý zrak** prakticky na počkanie. **Existuje hádam krajší vianočný darček?**

Ak máte po štyridsaťpäťke, zrejme nosíte okuliare na čítanie, aby ste dokázali zreteľne prečítať esemesku v mobile alebo text v časopise. A ak nie, zrejme beztak nevidíte na písmená do blízka úplne dobre a musíte si odťahovať predmety od očí, aby neboli rozmazané, však? Problém zhoršeného zraku sa vás môže týkať aj vtedy, ak ste po celý život výborne videli a ťažkosti so zrakom ste nikdy nemali. Je to prirodzený prejav starnutia očí, ktorý si počká na každého z nás. Každý z vašich rovesníkov skôr či neskôr siahne po okuliaroch na čítanie. "Presbyopiu, teda ľudovo povedané chorobu krátkych rúk, zapríčiňuje postupná strata prirodzenej pružnosti ľudskej šošovky a jej schopnosti zaostrovať. Narastajú plusové dioptrie a ľudia sú ďalekozrakí. Začína sa objavovať u ľudí po prekročení štyridsiatky.

U krátkozrakých pacientov zvyčajne tieto prejavy nastupujú neskôr. Objavujú sa aj u ľudí, ktorí v mladosti podstúpili chirurgické odstránenie dioptrickej chyby," vysvetľuje MUDr. Andrea Falátová, primárka žilinskej VESELY Očná Klinika. S ťažkosťami zaostriť na blízku vzdialenosť ruka v ruke kráčajú i ďalšie nepríjemné príznaky - bolesti hlavy či nadmerne prekrvenie spojiviek. MUDr. Falátová preto odporúča, aby ste ani prvotné príznaky - horšie videnie - nepodceňovali, ale čím skôr vyhľadali lekára. Ten vám na liečbu presbyopie predpíše okuliare na čítanie. Ich nosenie však mnohých ľudí obmedzuje, najmä ak na ne nie sú navyknutí, pretože po celý život mali ostrý zrak. Ešte nekomfortnejšie to majú ľudia, ktorí celý život nosili okuliare do diaľky - budú totiž musieť nosiť dvojokuliarov: do blízka i do diaľky alebo špeciálne bifokálne okuliare na obe vzdialenosti.

Prevenia pred sivým zákalom

Máme však dobrú správu, v dnešnej

dobe existuje aj iné riešenie. "Mnohým pacientom, ktorí kvôli presbyopii navštívia na našu kliniku, sa uľaví, že namiesto doživotného nosenia okuliarov môžu podstúpiť zákrok s názvom PRELEX, ktorým im dokážeme vrátiť ostrý zrak na všetky tri vzdialenosti, teda do blízka, do diaľky aj na strednú vzdialenosť. Nebudú tak do konca života potrebovať už vôbec žiadne okuliare," hovorí primárka MUDr. Falátová. Dodáva, že benefitom zákroku je aj prevencia pred sivým zákalom. To je ďalšie ochorenie podmienené vekom, ktoré sa začína objavovať po prekročení 60. roku života a súvisí so zakaľovaním a tvrdnutím ľudskej šošovky. Aj toto očné ochorenie sa týka všetkých ľudí bez rozdielu, u niekoho však nastúpi skôr, u iného neskôr. Ak sa nelieči, v konečnom štádiu môže viesť až k slepote. Zákom PRELEX sa však tomuto ochoreniu dá predísť. "PRELEX je refrakčná výmena šošovky, teda vašu pôvodnú šošovku nahradíme mäkkým, skladateľným vnútroočným implantátom, ktorý z 95% imituje funkcie ľudskej šošovky. Umelá šošovka sa na rozdiel od ľudskej nezakaľuje, a teda nemôže byť postihnutá sivým zákalom," objasňuje MUDr. Falátová. Dodáva, že vnútroočné šošovky, ktoré na VESELY Očná Klinika implantujú v rámci zákroku PRELEX, majú doživotnú záruku. "Ak sa v očiach neprejaví iné očné ochorenie a nezmení sa zakrivenie rohovky či dĺžka oka (to sa v dospelom veku prakticky nestáva), pacienta po PRELEXE čaká život bez obmedzení a okuliarov."

Pri vianočnom stole bez okuliarov

Hoci ide o refrakčnú výmenu šošovky, vďaka použitiu najmodernejšieho femtosekundového lasera ide o mimoriadne bezpečný zákrok, ktorý v súčasnosti celosvetovo patrí medzi najbežnejšie, najčastejšie vykonávané a najúspešnejšie operácie na ľudskom tele. Vykonáva sa ambulantne, dokonca len v lokálnej anestézii. Vďaka laseru je rýchlejší, bezpečnejší, precíznejší a šetrnejší k očiam než konzervatívna chirurgická liečba. Je pri ňom minimálna šanca komplikácií. "Ide o približne desaťminútový zákrok, pacient je pri



plnom vedomí a nepocituje žiadnu bolesť. Najprv sa operuje jedno oko, potom druhé.

Vďaka použitiu laserovej technológie ide o minimálne invazívny zákrok. Implantát dokážeme vložiť do oka otvorom menším ako 2 milimetre a tento rez sa nemusí šiť, čím sa výrazne skráti aj doba hojenia. Pacientom oči po zákroku neprelepujeme, pretože prakticky ihneď po ňom už vidia a v sprievode ďalšej osoby môžu opustiť kliniku. Aj návrat do každodenného života je pomerne rýchly. Pacient sa už na druhý deň môže vrátiť k svojim bežným povinnostiam," hovorí MUDr. Falátová. Nečaká vás teda žiadna hospitalizácia ani zdĺhavé, bolestivé zotavovanie, ktoré by vás vyradilo z bežného života. Práve naopak, ak by ste podstúpili PRELEX v tomto období, pri vianočnom stole už budete vidieť i bez okuliarov jasne, ostro a pravdepodobne i lepšie než vaši blízki.



OBJEDNAJTE SA:

📍 Obchodná 9076/3D, Žilina

✉ info@veselyok.com

☎ 02/3211 4644

www.veselyok.com

VOĽNÉ PRACOVNÉ POZÍCIE

HYUNDAI
MOBIS

PRE AUTOMOBILOVÝ PRIEMYSEL

- Operátor výroby
- Práca v trojzmennej prevádzke
- Odmeny a bonusy (mesačné, štvrťročné, polročné, ročné)
- Doprava do zamestnania firemnými autobusmi
- Možný príspevok na ubytovanie

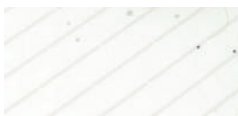


Plat: 7,48 € - 8,11 €/hod
Príplatky za zmenovosť:
0,35 €/hod - poobedná zmena
2,20 €/hod - nočná zmena

Miesto práce: Žilina – Gbelany
kontakt: praca@mobis.sk
041 515 8158, 041 515 8169

DOVOZ NA ADRESU

18 týž. mládky,
brojlerové kurence
1-3 dňové, 2,8 - 3,5 kg
www.hydinashop.sk
0944 842 953



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

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

PRACUJEME VÝHRADNE
NA ZÁKLADE ZMLUVY

- odstránenie nečistôt
- penetrácia
- vynikajúca nepriepustnosť vody
- vzhľad škridle
- vysoká životnosť

- ZAMERANIE ZDARMA
- BEZ ZÁLOHY
- prvotriedny materiál zn. Index mineral design
- záruka 25 rokov a dlhoročné skúsenosti



Oprava komínu GRÁTIS

0950 266 604



www.bituflex.sk
Bituflexroznava@gmail.com

SAMOZBER MALÍN - JABLÍK

Ukončenie samozberu 10.11.2024

BLIŽŠIE INFO 0902 982 120, 0903 767 190

PREDAJ JABLÍK NA KVAS

0903 426 217,
0911 153 041



V OSTRATICIACH PRI PARTIZÁNSKOM

PRED PRÍCHODOM SI OVERTE DOSTUPNOSŤ A POVETERNOSTNÉ PODMIENKY
www.samozberjablk.sk, www.samozbersliviek.sk



Organizácia NATUR-PACK vyhlasuje súťaž k téme triedenia odpadov

Triedenie odpadov sa týka každého z nás. Je to jedna z možností, ako môže každý jednotlivec prispieť k ochrane životného prostredia. A aj preto je dôležité odpady správne triediť. Organizácia zodpovednosti výrobcov NATUR-PACK zabezpečuje triedenie odpadu v približne 1 000 obciach a mestách po celom Slovensku. Popri triedení odpadov sa tiež venuje zvyšovaniu povedomia o odpadoch a aj z tohto dôvodu vyhlasuje teraz súťaž k téme triedenia odpadov.

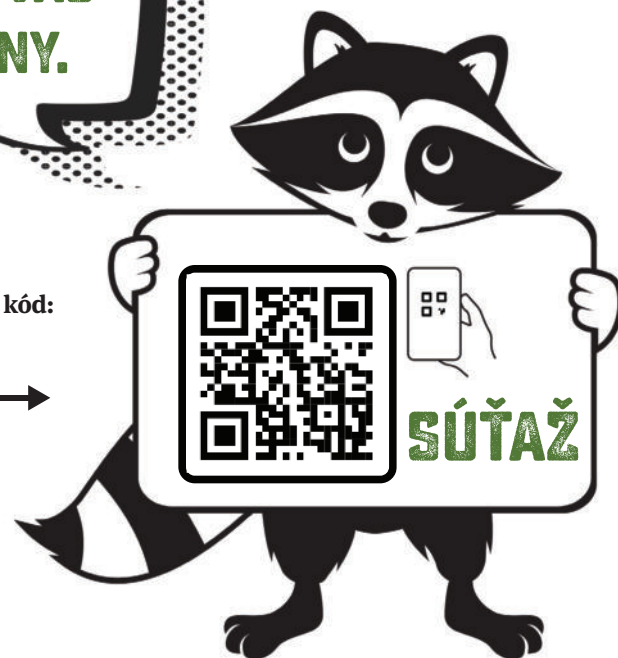
Ako sa zapojiť? Je to jednoduché. Stačí vyplniť náš súťažný kvíz, ktorý nájdete na www.naturpack.sk, alebo sa doň dostanete jednoducho pomocou QR kódu umiestneného v obrázku s našim maskotom. Súťaž prebieha do 20. novembra 2024.

ČAKAJÚ NA VÁS
PEKNÉ CENY.

Stačí jednoducho
oskenovať tento QR kód:



SÚŤAŽ



9. novembra 1938

nacisti počas tzv. Krištáľovej noci podpálili v Nemecku synagógy a kruto perzekvovali židovských kníhkupcov

Výročia a udalosti

11. novembra 2000

pri svätej omši o 11. hodine posvätil Mons. Alojz Tkáč, arcibiskup-metropolita košický, kostol Krista Kráľa na sídlisku Sekčov v Prešove

Výročia a udalosti

Cigaretový zápach mi prekážal v práci



Marek (46)

„Celý svoj profesijný život som zasvätil práci v službách a osobný kontakt so zákazníkom bol pre mňa na každodennom poriadku. Uvedomoval som si síce, že zo mňa ako fajčiara musí byť cítiť dym, ale nikdy som to príliš neriešil. Neskôr som sa však dostal na dôležitejšie pracovné pozície a vtedy mi začalo dochádzať, že práve cigaretový zápach môže byť prekážkou pri obchodných rokovaniach. Snažil som sa ho maskovať parfumom, to však nepomáhalo, a tak som premýšľal, ako to vyriešiť. Prelomový moment prišiel vo chvíli, keď som na spoločenskej akcii stretol kamaráta, ktorý v ruke držal pre mňa dovtedy neznámu vec. Prezradil mi, že ide o zariadenie na nahrievanie tabaku, ktoré je alternatívou ku klasickým cigaretám, ale bez cigaretového zápachu. To ma hneď zaujalo. Bez váhania som sa obrátil na obchodnú manažérku, ktorá mi prišla osobne vysvetliť, ako toto zariadenie funguje a teraz je to už šesť rokov, čo som si nezapálil cigaretu.“

Fajčiari, pozor!

Prečítajte si nasledujúce riadky a cigaretu navždy uhaste

Najlepšie je nefajčiť vôbec, ideálne ani nikdy nezačať. To si uvedomuje azda každý fajčiari. Preto ak fajčíte, tak s tým skončujte! Pre tých, ktorí by inak pokračovali vo fajčení, sú určite lepšou voľbou bezdymové alternatívy.

To, že cigarety nie sú tým najlepším životným spoločníkom, si uvedomujú aj fajčiari. Veľmi dobre vedia o rizikách tejto neresti. Väčšina z nich dokonca skúsila s fajčením skončiť, a to opakovane. Či už to bolo kvôli strachu o vlastné zdravie, zlepšeniu kvality života pre seba aj okolie, alebo pre peniaze.

1 Poznáte to? Chceme skončiť s fajčením, ale...

Skončiť s fajčením nie je jednoduché. Pevná vôľa nám vydrží týždeň či pár mesiacov, v mnohých prípadoch sa zlozvyk vracia späť. „Na pomoc“ mu prídeme celý rad výhovoriek a prekážok. Fajčenie cigariet si ospravedľujeme tým, že nám pomáhajú zvládať stresové situácie alebo nepribráť, a nakoniec začneme zľahčovať vplyvy na naše zdravie. Nemenej osvedčené sú výhovorky, že bez cigariet sa cítíme divne medzi priateľmi. Veď je to len jedna cigareta ku káve alebo dve pri pive. Alebo že fajčenie k nám skrátka patrí. A celé to obvykle uzavrie povzdych, že skrátka nemáme dostatočne pevnú vôľu skončiť.

2 Problémy spôsobuje horenie cigarety

Najlepším riešením je s fajčením skončiť úplne. Mnohí fajčiari však potvrdia, že prestať fajčiť zo dňa na deň je pre nich mimoriadne náročné, a to práve kvôli závislosti od nikotínu.

Čo robiť v takom prípade? Vyhľadajte odbornú pomoc alebo skúste niektorý z dostupných prostriedkov pre odvykanie od fajčenia, ako sú pastilky alebo náplasti. Ak sa nechcete z akéhokoľvek dôvodu nikotínu vzdať, zvážte prechod na bezdymové alternatívy. Medzi ne patria aj zariadenia na nahrievanie tabaku, e-cigarety alebo nikotínové vrecúška.

Klasická cigareta

- Obsahuje nikotín
- Vytvára škodlivý cigaretový dym, decht a popol
- Tabak sa spaľuje
- Zanecháva cigaretový zápach na oblečení, vlasoch a pokožke
- Produkuje 6 000 chemikálií/100 z nich je klasifikovaných ako škodlivé alebo potenciálne škodlivé

Mýtus o nikotíne, pravda o dechte

Mnoho fajčiarov si myslí, že pôvodcom ochorení spojených s fajčením je nikotín. Ako je to však naozaj? Nikotín a decht sú dve rozdielne veci. Cigarety ľudia fajčia kvôli nikotínu. Ten je síce návykový, nie je však hlavnou príčinou ochorení spojených s fajčením. Skutočným vinníkom, ktorý je zodpovedný za najväčšie škody na zdraví dospelých fajčiarov, je tabakový dym, resp. tabakový decht – zmes chemických látok, ktorá vzniká počas horenia cigarety a obsahuje karcinogénne a toxické látky nebezpečné pre zdravie.

Zariadenia na nahrievanie tabaku alebo e-cigarety

- Obsahujú nikotín
- Tabak alebo kvapalina sa nahrievajú
- Produkujú o 95 % menej škodlivín v porovnaní s cigaretami*
- Vytvárajú aerosól
- Nezanechávajú cigaretový zápach na pokožke, vo vlasoch a na oblečení

Bezdymové zariadenia nie sú bez rizika. Obsahujú nikotín, ktorý je návykový. Sú určené výhradne pre dospelých fajčiarov, ktorí by inak pokračovali vo fajčení cigariet alebo užívaní iných nikotínových výrobkov. Bezdymové zariadenia nie sú prostriedkom na odvykanie od fajčenia. Najlepším spôsobom, ako znížiť zdravotné riziká spojené s užívaním výrobkov s obsahom tabaku alebo nikotínu, je prestať ich celkom užívať.

* Platí pre bezdymové zariadenie na nahrievanie IQOS. „O 95 % menej“ predstavuje priemerné zníženie hladiny 9 škodlivých chemických látok, ktorých obsah odporúča Svetová zdravotnícka organizácia znížiť v cigaretovom dyme a ktoré nezahŕňujú nikotín. To nevyhnutne nepredstavuje zníženie rizika o 95 %.

Objavujeme krásy a zaujímavosti slovenských miest

Trnava očarí historickými pamiatkami

Trnava je krajským mestom ležiacim na západe Slovenska a zároveň prvým mestom na území dnešného Slovenska, ktoré dostalo výsady slobodného kráľovského mesta. Udelil jej ich v roku 1238 uhorský kráľ Belo IV. Vďaka veľkému počtu kostolov získala Trnava prezývku Malý Rím.

Trnava je mesto, ktoré si vás získa svojou jedinečnou atmosférou, bohatou históriou a kultúrou. Medzi najvýznamnejšie sakrálné pamiatky patria Katedrála sv. Jána Krstiteľa, ktorá je najstarším barokovým kostolom na Slovensku a Bazilika sv. Mikuláša. Okrem trinástich kostolov môžete v Malom Ríme obdivovať aj množstvo ďalších pamiatok a zaujímavostí, akými sú dozaista mestská veža, mestské opevnenie či meštianske domy. Vzhľadnúť môžete aj rôzne historické budovy, ako napríklad radnicu, Lekársku fakultu, Dom hudby či Divadlo Jána Palárika. Nájdete tu tiež dve synagógy. Či už ste milovníkom histórie,

Zvony z roku 1692 odbíjajú štvrt hodiny a celé hodiny. Na južnom priečelí sú jediné zachované slnečné hodiny v meste. Mestskú vežu je možné navštíviť každý deň. Čaká tam na vás 143 schodov, ktoré musíte prekonať, aby ste sa dostali na vrchol a mohli si vychutnať najkrajšiu a najvyššiu položenú vyhladku v meste.

Súsošie Najsvätejšej Trojice

Na Trojičnom námestí môžete obdivovať aj Súsošie Najsvätejšej Trojice. Toto impozantné barokové súsošie vytvoril Ján Krištof Khien v roku 1695. Na rohoch štvorhranného základu sú sochy: sv. Florián, sv. Agáta, sv. František Xavierský a sv. Anton Paduánsky. V kamennom hrobe je ležiaca socha sv. Rozálie, na vrchole 4 m vysokého stĺpa súsošie Najsvätejšej Trojice korunujúce Pannu Máriu. Na kartušiach umiestnených uprostred stien základu sú erby mesta Trnavy, Uhorského kráľovstva, biskupa Štefana Dolného a reliéf Panny Márie Immaculaty.



Trnavské hradby.

zdroj foto Mesto Trnava

umenia, chcete sa zabaviť alebo len hľadáte miesto na relax, Trnava vám má čo ponúknuť. Jej srdcom je jej historické centrum, ktoré bolo v roku 1987 vyhlásené za Mestskú pamiatkovú rezerváciu.

Mestská veža

Hlavnou dominantou Trnavy je už takmer pol tisícročia Mestská veža. Nájdete ju v centre mesta, na Trojičnom námestí. Postavená bola ako pozorovateľňa. Má štvorcový pôdorys a osem podlaží. Ochozda je vo výške 29 m, celková výška veže je 57 m. Horné podlažie a nárožia zdobí iluzívne kvádrowanie. Na vrchole barokovej kupoly je pozlátená socha Panny Márie – Immaculaty. Hodinový stroj vo veži pochádza z roku 1729 a ovláda päť ciferníkov.



Bazilika sv. Mikuláša.

zdroj foto Región Trnava

Mestské opevnenie

Trnavské mestské opevnenie je jedno z mála zachovaných najstarších tehlových opevnení na Slovensku. Malo obdĺžnikový tvar s rozmermi 800 x 700 m. Vytvorilo priestor pre mesto 56 ha, čím sa Trnava zaradila v 13. storočí medzi najväčšie mestá v strednej Európe. V opevnení boli štyri brány, dve na južnej a dve na severnej strane. Žiadna z nich sa však nezachovala v pôvodnom stave. Náznakovo je rekonštruovaná dolná brána pri Námestí SNP. Z jednej z malých brán vznikla Bernoláková brána, ktorá v súčasnosti predstavuje jeden z hlavných vstupov do mesta.

Bazilika sv. Mikuláša

Charakteristickou dominantou Trnavy



Mestská veža.

zdroj foto Región Trnava

je Bazilika sv. Mikuláša, ktorá bola postavená v rokoch 1380-1421. Gotická trojlodová bazilika s dvojvežovým priečelím a barokovými kaplnkami má vo svätyni osem vysokých okien s kamennými kružbami a farebnými vitrážami. Najstarším oltárom je ranobarokový oltár Všetkých svätých /1659/. V barokovej kaplnke Panny Márie Trnavskej je milostivý obraz, vďaka ktorému je Trnava známym pútnickým miestom. V bočných kaplnkách sú vzácne renesančné a barokové epitafy ostrihomských arcibiskupov. Na juhovýchodnej strane presbytéria Baziliky sv. Mikuláša bol objavený románsky karnér – kostnica. Archeológovia predpokladajú, že vznikla v 13. storočí. Karnery slúžili v minulosti na uloženie ľudských kostí zo starších hrobov. Trnavská kostnica je raritou v rámci Slovenska, keďže patrí medzi najväčšie. Ide tiež o najstaršiu sakrálnu stavbu v meste a v súčasnosti ju chráni drevené krytie. V rámci komentovanej prehliadky so sprievodcom je kostnicu možné navštíviť.

Unikátom je zabudovaný a zachovaný autentický stav najstaršej budovy trnavskej mestskej samosprávy z prelomu 14. a 15. storočia, ktorý je na Slovensku ojedinelý. Najväčším prvkom z doby vzniku radnice a samosprávy je trojdielna gotická zostava okien. Mimoriadnu hodnotu má gotická pivnica, ktorá zrejme slúžila ako väzenie. Zvlášť cenný je barokový žalár s pôvodnými zaklenutými malými celami a miestnosťou pre žalárnik. Celý interier je doplnený replikami pôvodného nábytku.

Trnavské parky

Ak vás potulky Trnavou už trochu unavia, príjemné posedenie a oddych si môžete užiť v niektorom z krásnych parkov situovaných v centre mesta. Ružový park ponúka multifunkčnú oddychovú zónu s ležadlami, výhľadom na Trnávku a niekoľko fontán. V parku sa nachádza nová výsadba ale aj niekoľko vysokých stromov, ktoré spolu s pergolami poskytujú v lete tieň. Výnimočnými prvkami sú mosty



Ružový park.

zdroj foto Mesto Trnava

Radnica

Trnavskú radnicu tvorí komplex stavieb od gotiky po klasicizmus. Budova s arkierom na rohu Radlinského ulice je barokovým objektom zo začiatku 18. storočia s križovými klenbami a bohatou štukovou výzdobou, ktorá je dielom talianskych štukatérov. Samotná radnica je barokovo-klasicistickým objektom palácového typu. Na čelnej fasáde je vysunutý balkón nesený toskánskymi stĺpmi. Je na ňom erb mesta a chronogram. Za pozornosť stojí skutočnosť, že trnavská radnica, štvorkrídlový areál lemujúci nádvorie, ukrýva v sebe významnú a zriedkavú pozoruhodnosť. Jej západné krídlo predstavuje cennú ukážku stredovekej radnice ako celku.

ponad Trnávku a zaujímavý pohľad na prekrytie rieky pri Knížnici Juraja Fándlyho z 19. storočia.

Zaujímavú atmosféru má aj Park Bella IV., ktorý je skrytý medzi stredovekými hradbami a budovou bývalých kasární z čias Rakúsko-Uhorska. Tento udržovaný park s umelým trávnikom po celej dĺžke lemujú zrekonštruované, dva metre hrubé tehlové hradby. V parku sa nachádza jedno z dvoch miest v Trnave, na ktorom je možné vystúpať hore na hradby. Park sa však o 21.00 h. uzamyká.

Informácie a foto poskytlo Mesto Trnava a Oblastná organizácia cestovného ruchu Trnava Tourism

» [en](#)

Oplatí sa!TOP
PONUKY
TÝŽDŇA**EKOLOGICKÉ
ČISTENIE
FASÁD**rodinné
domy
ZĽAVA 50%Patentovaná
kontaktná technológia
Bez vysokotlakových
čističovf BombaFasada
www.BombaFasada.sk
0905 148 393BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

KOMTECH - Správa budov, s.r.o.

- ✓ Komplexné kominárske služby
- ✓ Servis a údržba plynových kotlov a rozvodov plynu
- ✓ Preplach podlahového kúrenia
- ✓ Striekané PUR izolácie

+421 914 706 703

info@komtech.sk

www.komtech.sk

POKRÝVAČ- TESÁRrenovácia striech,
renovácia garáží,
zateplenie,
oprava a renovácia
žlabov kompletná
výmena striechOKAMŽITÉ
ZACATIE
PRÁČ**-10% Z CENY PRÁCE DO 30.11.2024****ZDARMA**
doprava, vypracovanie cenovej ponuky**ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!**Kontakt: **+421 949 623 050****DOM
KAVY**DOMKAVY.SK
TRNAVA**KAVOVARY5**ZĽAVOVÝ KÓD - 5% ZĽAVA PLATÍ PRI NÁKUPE KÁVOVAROV ZNAČKY LELIT
ZO STRÁNKY WWW.DOMKAVY.SK ALE AJ PRI NÁKUPE NA PREDAJNI.**Oplatí sa!**.sk**ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE!**

Katar - dovolenka v luxuse

Ak hľadáte ideálne miesto na kombináciu luxusu, kultúry a dobrodružstva vašou prvou voľbou by mal byť Katar! Dňa 26.9.2024 sa uskutočnil historicky prvý charterový let z Bratislavy priamo do Dohy - hlavného mesta Kataru.

Po približne 5 hodinovom lete pristanete na medzinárodnom letisku Hamad. Už samotná letisková hala je prvým z nespočetných architektonických skvostov Dohy. Priamo na letisku si po náročnom lete môžete dopriať krátku prechádzku po krytej tropickej záhrade Orchard, kde objavíte približne 300 stromov a viac ako 25 000 rôznych rastlín či kríkov.



foto: Hydrotour

Relax a exkluzívne služby

Pre milovníkov oddychu a luxusu Hydrotour pripravil ponuku pobytov v exkluzívnom rezorte Hilton Salwa Beach Resort & Villas 5*. Hotel ponúka maximálny komfort s all-inclusive službami. Autentické izby v arabskom štýle sú prvotriedne vybavené. Personál hotela je ústretový a mimoriadne nápomocný. Dokonalú dovolenku v tomto špičkovom rezorte vám spríjemní široká súkromná pláž s jemným bielym pieskom.

Deti, ale aj dospelých poteší rozľahlý vodný zábavný park - Desert Falls, s množstvom atrakcií a tobogánov. Užít si môžete aj laser tag, motokáry, dobrodružný kaňoning a potápanie. Pre nadšencov športu sú pripravené ihriská na tenis, volejbal, basketbal, padel či futbal. Samozrejmosťou v tomto rezorte je fitnesscentrum a SPA centrum. Počas celého pobytu sú vám k dispozícii reštauračné služby na tej najvyššej úrovni. Gastronómia v tomto rezorte patrí k skutočne výnimočným zážitkom.

Mesto na dosah ruky

Ak si želáte dovolenovať v hlavnom meste Doha, určite vám odporúčame využiť služby Rixos Gulf Hotel Doha 5*. Hotel sa nachádza len 10 km od letiska. Pôsobivé mrakodrapy,

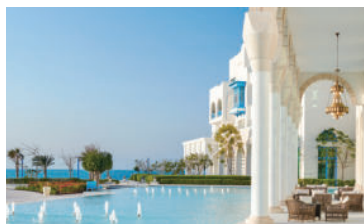


foto: Hydrotour

luxusné hotely, obchodné centrá, múzeá a galérie máte skutočne na dosah ruky. Taxi služba za prekvapivo prijateľné ceny vás prepraví všade kam potrebujete. Po náročných potulkách mestom môžete relaxovať v rezorte so súkromnou plážou, bazénmi prípadne v SPA centre Anjana. Špičková gastronómia, nádherný panoramatický výhľad a nadštandardné vybavenie hotela vám zaručí dokonalý zážitok.

Výlety za dobrodružstvom ale aj kultúrou

Mesto Doha je plné unikátnych stavieb od najvýznamnejších architektov. Samotná prechádzka mestom je pastvou pre oči. V meste môžete navštíviť veľa múzeí, galérií, historických pamiatok a obchodných centier. Ak máte chuť na mierny adrenalínový zážitok, odporúčame vám výlet na safari v púšti, kde vás čaká divoká jazda

džípmi so skúsenými šoférmi. Príjemnou, len mierne náročnou je plavba na kajakoch v mangrovnikovej prírodnej rezervácii Thakira. Na záver dobrodružného dňa si môžete vychutnať autentickú večeru v púšti pri západe slnka.

Praktické informácie

Katar je mimoriadne bezpečná a moderná destinácia, ktorá Vás ohromí nadštandardnými službami a pohostinnosťou. Hlavnou menou je katarský riál (QAR). Pozor si treba dať na prísny zákaz dovozu alkoholu a jeho konzumáciu na verejnosti. Návštevníci Kataru si môžu vychutnať alkoholické nápoje v priestoroch hotelov. Pre dámy je vhodné nosiť oblečenie zahalujúce kolena a plecia, pre pánov dlhé nohavice. Tento dress code nie je povinný počas pobytu v rezortoch.

(vb)



foto: Hydrotour

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

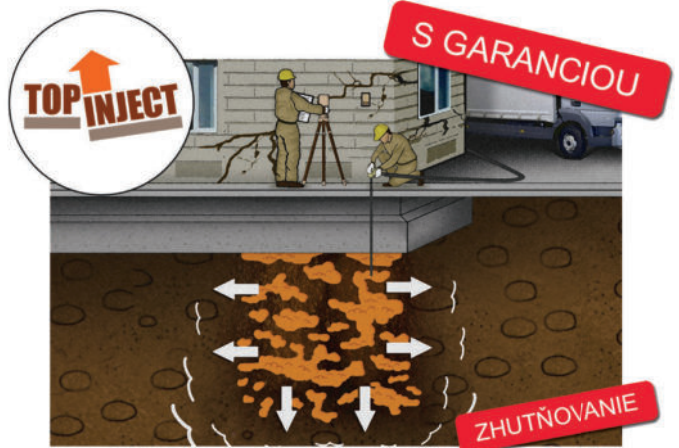


GS
EUROTHERM
MONT

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%**



**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

POKRÝVAČ- TESÁR

**-10% Z CENY PRÁCE
DO 31.12.2024**

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

**ZA NAŠU PRÁCU
RUČÍME!**

Kontakt: Janek - 0919 495 628

Kúpim parožie

Zhody, trofeje i celé
poľovnícke zbierky.

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

Výkup mincí
do roku 1945

Celá SR

0904 474 597

vykupparoziaeu@gmail.com

**UŽ OD
379 €**

**DARČEK
ZADARMO
4L HNOJIVA**

	Š x V x D	
GNOM	1,64 x 1,66 x 4 m	379 €
GRETA	2 x 2 x 4 m	479 €
GLORIA	2,58 x 2 x 4 m	579 €
GENIO	3 x 2 x 4 m	479 €
GARANT	3 x 2 x 4 m	579 €
GULLIVER	3 x 2 x 4 m	649 €
GOLIÁŠ	3 x 2 x 4 m	729 €
GOLEM	4 x 2,7 x 4 m	1 599 €
GIGANT	6 x 4 x 10 m	5 799 €

Všetky modely je možné predĺžovať o 2m.

ODOLNÉ POLYKARBONÁTOVÉ SKLENÍKY

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 **galerica.sk**

NAŠA FIRMA ZABEZPEČUJE KOMPLETNÚ ADMINISTRATÍVU PRE ZÍSKANIE DOTÁCIÍ

ECO Energy www.ecoenergy.sk
energetické poradenstvo info@ecoenergy.sk

!!!NEPREMEŠKAJTE!!!

Akcia platí pre prvých
100 zákazníkov

Spolufinancované
Európskou úniou
Zelená domácnosť
Podpora využívania
obnoviteľných zdrojov
ENERGIE

VOLAJTE: 0909 131 131 POZOR Veľká jesenná akcia **RÝCHLO**

Fotovoltaická elektrárňa 4550 Wp

- základná zostava 10 panelov o výkone 4550Wp
- inštalovaný výkon 4550Wp
- návratnosť 4-5 rokov
- zariadenie na kľúč
- kvalita na prvom mieste
- zdražovanie energií sa Vás týkať nebude

**+3 panely zadarmo
alebo
Hybridný menič**

Teplné čerpadlo Galmet Prima

- s našim tepelným čerpadlom zabudnete na uhlie a drevo
- užite si komfort, pohodlie a teplo domova bez námahy
- dostupné verzie 10kw, 12kw, 14kw a 16kw
- vhodné aj pre radiátory
- pracuje aj pri teplote -25°C
- 10kw verzia vykúri 200m2



**Záruka
25 ROKOV**

Zaplatíte len
2490€*

*Cena vrátane montáže

- Možnosť nákupu na splátky
- Dotáciu Vám odpočítame ihneď
- Všetky komponenty skladom
- Bezplatná obhliadka domu

Zaplatíte len
3990€*

*Cena vrátane montáže



**Záručný servis
zabezpečuje
výrobca**