

TRENČIANSKO DUBNICKO-ILAVSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 60 820 domácností

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Nezabudnite na daň z motorových vozidiel

Finančná správa (FS) rozposlala vyše 202 tisíc daňovým subjektom predvyplnené daňové priznania (DP) k dani z motorových vozidiel (DzMV) za zdaňovacie obdobie 2024. DP je potrebné podať a daň zaplatiť do 31. januára 2025.

Finančná správa už siedmykrát zaslala daňovníkom elektronicky vygenerované predvyplnené DP k DzMV. „V uplynulých dňoch sme ho rozposlali 202 746 daňovým subjektom, čo predstavuje nárast o 7 963 v porovnaní so zdaňovacím obdobím 2023, kedy sme rozposlali 194 783 predvyplnených DP,“ informuje inštitúcia a dodáva, že týmto opatrením chce zjednodušiť plnenie daňových povinností zo strany daňových subjektov. „Dostali ho subjekty, ktoré majú aktívnu elektronickú schránku na portáli FS (PFS) a podali DP za zdaňovacie obdobie roku 2023. Automaticky vygenerované dáta z informačného systému si nájdú v osobnej internetovej zóne na PFS. Na DP je vypočítaná aj aktuálna sadzba dane. Ak sa nič oproti minulému roku nezmenilo, daňovník údaje skontroluje a DP podá najneskôr do 31. januára 2025,“ približuje FS.

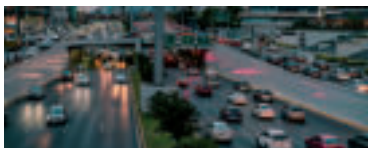
Kto daňové priznanie k DzMV podáva?

Daňové priznanie k DzMV podávajú daňové subjekty, ktoré používajú vozidlo evidované v SR na podnikanie. „Používaním vozidla na podnikanie sa rozumie skutočné používanie vozidla na podnikanie, účtovanie o vozidle v zmysle zákona o účtovníctve, evidovanie vozidla v daňovej evidencii

a uplatňovanie výdavkov spojených s používaním vozidla. Všetky daňové subjekty, ktoré sú povinné komunikovať s FS elektronicky - platitelia DPH, právnické osoby zapísané v obchodnom registri, fyzické osoby - podnikatelia, musia podať toto DP výhradne elektronicky. Ostatné subjekty môžu priznanie doručiť aj osobne, alebo poslať poštou na daňový úrad - napríklad občianske združenia, ktoré majú oprávnenie na podnikanie a nie sú zapísané v obchodnom registri,“ objasňuje FS.

Treba ho skontrolovať a doplniť

Predvyplnené DP k DzMV si subjekty nájdú v osobnej internetovej zóne na PFS. Dokument obsahuje identifikačné údaje daňovníka, zdaňovacie obdobie, druh DP aj samotný výpočet dane. „Aj takto vyplnené priznanie však musí daňovník skontrolovať a doplniť aktuálne údaje pre nové zdaňovacie obdobie 2024, ktoré neboli uvedené v DP za rok 2023, a preto nemohli byť v predvyplnenom DP zaznamenané. Pomôckou pre kontrolu a doplnenie údajov je návod uverejnený v obsahu správy, ktorý daňovník dostane spolu s vygenerovaným DP,“ uzatvára FS.



» ren

zdroj foto Crishian_Adame_Photo pixabay

PALIVOVÉ DREVO

PETRIK
s.r.o.

0917 351 013

www.palivovedrevopetrik.sk

07-0021

Sledujte nás na facebooku!

Trenčiansko
Dubnicko
-ilavsko

DYNOP
SERVIS

DYNOP SERVIS s. r. o.
Vzorková predajňa TRENČÍN:
Brnianska 712 (oproti ARAVERU)

- garážové a vstupné pohony
- tieniaca technika
- siete proti hmyzu
- okná a dvere
- zasklenia balkónov

- HLINÍKOVÉ PLOTY A BRÁNY
- BIOKLIMATICKÉ PERGOLY
- EXTERIÉROVÉ ŽALÚZIE
- GARÁŽOVÉ BRÁNY
- SERVIS A OPRAVY

ponuky@dynop.sk
www.dynop.sk
+421 949 234 428

Plastové a hliníkové okná a dvere
SALAMANDER - REHAU - ALUPROF

13-0019

AKCIA
DREVO
BUKOVÉ
BRIKETY
0905 835 191

LISKA
TRAHS
Obchodná firma s potravinami
zo Skalky nad Váhom PRIJME
na voľné pozície:
VODIČ sk. C - Prax min. 3 roky,
nutnosť mať kvalifikačnú kartu, psychotesty.
Nástup možný ihneď.
Volajte po 15.00 hod. - **0917 152 453**

47-017

PRIJMEME
ŠIKOVNÉHO, SAMOSTATNÉHO
DISPEČERA

do významnej dopravnej spoločnosti v Ilave
Bližšie informácie: **0905 449 843**

FRÉZOVANIE
VLOŽKOVANIE
od 15€/bm
REKONŠTRUKCIA
KOMÍNOV
SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA na materiál 40%
ZDARMA
0948 012 507 • www.profikominy.sk

ZÁHRADNÍCKE SLUŽBY
Návrh záhradných úprav
Realizácia záhradných úprav
Čistenie zanedbaných pozemkov
Závlahové systémy
0915 743 345 / jakubradiks@gmail.com
www.zahradyradiks.sk

07-0022

Novootvorená predajňa
v OC MAX Trenčín
na 1. poschodí

Sperk
HOLIČ
Šperky
pre
každého

07-0003

Predaj mladých nosníc
7-týždňové vysokoznáškové
mládky plemeno DOMINANT

NOVINKA - DOMINANT GREENSHELL
OBJEDNÁVKY UŽ PRIJÍMAME
Dovoz priamo na adresu OD MARCA
Farma Frajkovci: 160 Veľčice
frajka.team1@gmail.com • www.farmafrajkovci.sk

0940 658 399
0905 355 145

Predaj kýmnych zmesí

80-0010

Pálenica Krásno
Pravý ovocný
destilát 52%:
Jablkovica, slivovica,
hruškovica, marhulovica
bazovica, malinovica
za akciové ceny!
v cene zahrnutý kvas
+ pálenie + ostatné náklady
Možnosť zakúpiť
aj samotný hotový kvas.

0948 / 95 55 59
www.palenicakrasno.sk

20-0030

Odborníci približujú príznaky aj liečbu Informujeme o ľudskom metapneumovíruse

Zvýšený nárast infekcií ľudským metapneumovírusom (HMPV) na severe Číny vyvolal otázky aj na Slovensku. Odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) v tejto súvislosti uvádzajú, že na základe aktuálne dostupných informácií a súčasného vývoja epidemiologickej situácie nie je predpoklad rizika vzniku novej pandémie a zároveň pripravili odpovede na najčastejšie otázky ohľadom tohto ochorenia. Prinášame vám ich odpovede:

Čo je ľudský metapneumovírus?

„Ľudský metapneumovírus (Human metapneumovirus, HMPV) cirkuluje v populácii najmä v období chrípkovej sezóny, zároveň s vírusmi chrípkov, respiračným syncytiálnym vírusom a ďalšími patogénmi. Spôsobuje infekciu horných aj dolných dýchacích ciest. Patrí do čelade Pneumoviridae. Objavený bol v roku 2001 v Holandsku,“ popisujú odborníci.

Je to vážne ochorenie?

„Priebeh infekcie je vo väčšine prípadov mierny a neodlišuje sa od iných respiračných ochorení. Komplikácie môže spôsobiť najmä v prípade, ak sa k nemu pridruží

ďalšie, napríklad bakteriálne ochorenie. V riziku sú najmä malé deti, seniori a osoby s oslabenou imunitou,“ približujú odborníci.

Ako sa šíri?

„Podobne ako ďalšie vírusy spôsobujúce respiračné ochorenia, HMPV sa šíri kvapôčkami pri kašľaní a kýchaní infikovaného človeka. Prenos je možný aj z povrchov a predmetov, na ktorých sa vírus nachádza,“ uvádzajú odborníci.

Čo spôsobuje?

„Inkubačný čas, teda čas, kedy od nakazenia choroba vypukne, je približne 3 až 6 dní. Príznaky ochorenia sú podobné ako pri iných respiračných ochoreniach: kašeľ, nádcha, horúčka, dýchavičnosť. V závažných prípadoch môže prerásť do zápalu priedušiek alebo pľúc,“ hovoria odborníci.

Ako rozoznať, či je ochorenie spôsobené vírusom HMPV? Do akej miery je v populácii rozšírený?

„Len na základe príznakov nie je možné jednoznačne diagnostikovať infekciu spôsobenú HMPV. To dokáže určiť len laboratorné vyšetrenie. V laboratóriách úradov verejného

zdravotníctva sme v chrípkovej sezóne 2024/2025 do 1. kalendárneho týždňa 2025 laboratorne potvrdili jednu vzorku pozitívnu na HMPV, a to v 40. kalendárnom týždni 2024. V predchádzajúcej chrípkovej sezóne 2023/2024 sme v laboratóriách ÚVZ SR potvrdili tri prípady. Tieto výsledky odrážajú len časť rozsahu infekcie v populácii, nakoľko sa týkajú iba tých vzoriek, ktoré boli vyšetrené, testované a potvrdené v laboratóriách úradov verejného zdravotníctva. Celkový výskyt metapneumovírusu v populácii môže byť vyšší, aj vzhľadom k tomu, že nie všetky infikované osoby sa podrobia laboratornému vyšetreniu, a teda nie všetky prípady sú zachytené v týchto štatistikách,“ objasňujú odborníci.

Liečba a prevencia

„Liečba je symptomatická, teda zameraná na úľavu príznakov. V súčasnosti nie je dostupná vakcína. Podobne ako pri iných vírusoch šíriacich sa vzduchom, v prevencii voči HMPV sa odporúča časté a dôsledné umývanie rúk, nedotýkať sa neumytými rukami očí, nosa alebo úst, vyhýbať sa kontaktu s chorými, dodržiavať respiračnú etiketu (kýchať a kašľať do jednorazovej vreckovky, ak nie je narychlo poruke, tak do ohybu lakťa),



Ilustračné foto.

zdroj foto FotoRichter pixabay

vyhýbať sa preplneným priestorom, dôkladné nárazové vetranie interiérov, dezinfekcia povrchov a podobne. Zvýšte obozretnosť aj pri cestovaní, najmä v súčasnosti, keď je na severnej pologuli chrípková sezóna, počas ktorej sa vo zvýšenej miere vyskytujú akútne respiračné ochorenia,“ radia odborníci.

Hrozí nová pandémia?

„Na základe aktuálne dostupných informácií a súčasného vývoja epidemiologickej situácie nie je predpoklad rizika vzniku novej pandémie. HMPV nie je nový vírus. Objavený bol v roku 2001, pričom sérologické štúdie v Holandsku potvrdili, že v podstate všetky deti sa s ním stretli pred dovŕšením piateho roku života a v holandskej populácii už v tom čase cirkuloval minimálne 50 rokov. Nárast respiračných infekcií je v tomto ročnom období a v čase chrípkovej sezóny očakávaný. Epidemiologickú situáciu pravidelne monitorujeme,“ uzatvárajú odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR.

» ren

REKONŠTRUKCIE DOMOV (IZOLÁCIE) BYTY, JADRÁ, ZATEPLENIE DOMOV, OPLOTENIA, ZÁMK. DLAŽBA, ELEKTROINŠTALÁCIA, OMIETKY, MAĽOVKY, STRECHY, KROVY, HYDROIZOLÁCIE FATRAFOL, VÝMENA RÍN
0902 266 147

INZERCIA
0911 762 378

www.elasticsro.sk

VÝROBA PLASTOVÝCH A HLINÍKOVÝCH

OKIEN a DVERÍ

FASÁD A ZIMNÝCH ZÁHRAD

KUPOJTE OKNÁ PRIAMO U VÝROBCU
ILAVA - Kpt. Nálepku 810
tel.: 0905 371 379
elasticsro@elasticsro.sk

REHAU
V ponuke máme aj PROTIPOŽIARNE DVERE

LISKA TRASH Obchodná firma s potravinami zo Skalky nad Váhom **PRIJME na voľné pozície:**

KOSTIČ/KA - Vykostovanie hydiny, balenie a označovanie tovaru. Pracovná doba 7 hodín.
BRIGADA/TPP
Nástup možný ihneď.
Volajte po 15.00 hod. - **0917 152 453**

Hľadáme správcu na prevádzku ubytovne v DnV.

Vhodné pre dôchodcu. Pracovný pomer dohodou.

Bližšie info: **0917 977 915**

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

Nové byty Ilava

Kompletný úver na kľúč
Financovanie až 90%
Výhodné podmienky
0907 116 118

100% ZÁRUKA SPOKOJNOSTI

MK rezidencia B www.byty-ilava.sk



CENOVÁ

REVOLÚCIA

POKRAČUJE



Už v novembri sme ako prví
znížili ceny o výšku **DPH**
A NAĎALEJ

ZNIŽUJEME CENY
MNOŽSTVA PRODUKTOV



Znižovanie DPH znamená zľavu z celkovej pôvodnej predajnej ceny výrobku minimálne v sume rovnajúcej sa zníženej sadzbe DPH z 10 % na 5 % a z 20 % na 19 %.
Spoločnosť Lidl Slovenska republika s.r.o. si plní všetky povinnosti v zmysle platných právnych predpisov, vrátane daňových povinností.

Bezplatný týždenník

TRENČIANSKO DUBNICKO-ILAVSKO

EV 6224/24

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

Rokník II, rok 2025

Redakcia: Bratislavská 31
TRENČÍN - Zlatovce
trencko@regionpress.sk

INZERCIA

Ing. Andrea Koreňová 0911 762 378

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



DISTRIBÚCIA (60.750 domácností)

pámy týždeň: Bohunice, Boľešov, Červený Kameň, Dubnica nad Váhom, Dulov, Ilava, Kameničany, Košeca, Ladce, Ladce-Tuněžce, Nová Dubnica, Pruské, Slavica, Dolná Súča, Drietoma, Horná Súča, Horné Srnie, Chocholná, Veľčice, Ivanovce, Luborča, Nemšová, Neparadza, Omšenie, Selec, Skalica Nad Váhom, Soblahov, Svinná, Dobrá, Trenčianska Teplá, Trenčianske Jastrabie, Trenčianske Mliečce, Trenčianske Stankovce, Trenčianske Teplice, Trenčianska Tumulá, Trenčín, Veľká Hradná, Zamarovce

nepámy týždeň: Bohunice, Boľešov, Borčice, Dubnica nad Váhom, Ilava, Košeca, Nová Dubnica, Pruské, Adamovské Kochanovce, Malé Blerovce, Bobot, Bobotská Lehota, Dolná Súča, Drietoma, Horná Súča, Horné Srnie, Chocholná, Veľčice, Ivanovce, Kostolná - Záriečie, Melčice - Lieskové, Horné Motešice, Klúčové/Nemšová, Neparadza, Omšenie, Opatovce, Selec, Skalica Nad Váhom, Soblahov, Svinná, Dobrá, Trenčianska Teplá, Trenčianske Jastrabie, Trenčianske Mliečce, Trenčianske Stankovce, Trenčianske Teplice, Trenčianska Tumulá, Trenčín, Veľká Hradná, Veľké Blerovce, Zamarovce

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

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

Západné Slovensko

| | | | |
|----|--------|---------------------|--------|
| BV | 97240 | BRATISLAVSKO | východ |
| BZ | 106540 | BRATISLAVSKO | západ |
| DS | 34.320 | DUNAJSKÓSTREDSKO | |
| GA | 34.390 | GALANTSKO-SĀLIANSKO | |
| HC | 30.330 | HĀHOVECKO-SEREĀDSKO | |
| KM | 16.450 | KOMĀRĀNSKO | |
| LV | 30.580 | LEVICKO | |
| MA | 29.680 | MĀLACKO | |
| NR | 54.170 | NĀTRĀNSKO | |
| NZ | 35.050 | NOVOZĀMCKO | |
| PK | 22.970 | PEZĀNSKO | |
| PN | 41.870 | PIĀŠĀNSKO-NM-MY | |
| SC | 35.420 | SEICKO | |
| SE | 36.750 | SENICKO-SKĀLICKO | |
| TD | 41.930 | TOPOĀCIĀNSKO-PE-BN | |
| TN | 60.750 | TRENĀIĀNSKO-DĀA-IL | |
| TT | 49.930 | TRĀNSKO | |
| ZM | 20.930 | ZĀTOMORĀVSKO | |

Stredné Slovensko

| | | | |
|----|--------|--------------------|--|
| BB | 56.200 | BĀNSKOBYSTRICKO-BR | |
| KY | 29.300 | KYSUCKO-CA-KM | |
| LI | 37.270 | LĀPTOVSKO-LM-RK | |
| LC | 30.860 | ĀLĀČENECKO-VĀK-PT | |
| MT | 38.570 | MĀRTINSKO-TR | |
| OR | 34.980 | ORĀVSKO-DĀK-NO-TS | |
| PB | 33.590 | POVĀŽSKO-PB-PU | |
| PD | 40.150 | PRIĀVIDSKO | |
| ZV | 38.400 | ZVOLENSKO-DĀ-ĀA | |
| ZH | 26.880 | ZĀRSKO-ZĀ-BĀ | |
| ZA | 50.780 | ZĀLĀNSKO-BY | |

Východné Slovensko

| | | | |
|----|--------|-------------------|--|
| BJ | 37.210 | BĀRDEJOVSKO-SĀ-SĀ | |
| GE | 30.830 | GEMERSKO-RV-RĀ-RA | |
| HU | 27.190 | HUMĀNSKO-VĀ-SĀ-MĀ | |
| KE | 92.130 | KOĀĀICKO | |
| KS | 24.900 | KOĀĀICKO okolie | |
| SL | 12.940 | LĀBOVNĀNSKO | |
| MI | 31.260 | MĀCHĀLOVSKO-TV-SO | |
| PP | 41.520 | POPRĀDSKO-KĀ | |
| PO | 49.940 | PREĀOVSKO-SĀ | |
| SN | 32.540 | SĀPIĀSKO-LE-GL | |

JEDINEĀNĀ PONUKĀ PALIVOVĀHO DREĀA

www.ibo.sk

ĀERSTVĒ PALIVOVĒ DREĀO VOĀNE SYĀNĒ
PREPRAVOVANĒ NA NĀKLADNĀCH ĀUTĀCH AKO VOĀNE SYĀNĀY MĀTERĀĀL

PRIVEZIEME PRIĀMO ĀŽ K VĀM

AKCIOVĀ CENA 56Ē /PRMS

1 PRIESTOROVĀY MĒTER SYĀNĀY (PRMS)
0,7 PRIESTOROVĀY MĒTER (PRM) UKĀDĀNĀY



AKCIA!

Pri objednávke od 10 prms dreva **DOPRAVA ZA 1/2**
Pri objednávke od 15 prms dreva **DOPRAVA ZADARMO**

KVALITNĒ STROJOVĒ LISTNĀTĒ ŠĀIEPANĒ PALIVOVĒ DREĀO

IDEĀĀLNE NA KĀRENIE V KRBOCH, KOTĀOCH A PEĀIĀCH

VHODNĒ TĒIĀZ NA REKREAĀNĒNE OPEĀKANIE

VYRĀBĀME AJ IHLĀĀNĀTĒ ŠĀIEPANĒ PALIVOVĒ DREĀO



SUCHĒ DREĀO V BALĀIKOCH 1,7 PRMS

AKCIOVĀ CENA

BalĀik je na palete 80x120 cm, priemer balĀika 120 cm, vĀška balĀika 150 cm, dĀžka polien 33 cm (25 cm).

VĀha balĀika zĀvisí od vlhkosti dreĀa: suché pod 17% ... cca 500 kg (140Ē),

od 17% do 25% ... cca 600 kg (130Ē), nad 25% ... cca 700 kg (120Ē)



IBO PĀĀA, Bratislavská 50, 911 05 TrenĀín
OtvorenĒ: **PO - PĀĀ 7⁰⁰ - 17⁰⁰**, +421 32 74 84 000, **0918 180 150**, e-mail: **pila@ibo.sk**

DESTILA T, s.r.o. - pĀlenica Adamovské Kochanovce

Radi VĀs privĀtame v naĀej **vynovenej pĀlenici**, kde VĀĀ kvas spracujeme prostrednĀctvom **tradiĀnej medenej technolĀgie**.

V NAĀOM KOLEKTĀVE RADI PRIVĀTAME NOVĒHO PĀLENĀKA

StĀle prijĀmame objednávky na sezĀnu 2024/2025
0903 866 327, 032/ 649 05 85

www.destila.sk



MAĀBY interierĀv a exteriĀrov
0907 295 570

www.tna.sk
0902 118 250

TrenĀín, OpatovĀ - za motoreĀtom **MAĀĀK**
VĀYRĀZNĒ ZIMNĒ ZĀĀVY
KOMPLETNĒ KĀMENĀRSKE PRĀĀE **SeriĀznosť a kvalita**

PLASTOVĒ OKNĀ
Dodanie do 14 dní **0907 295 570**

LISKA TRANS ObchodnĀ firma s potravinĀmi zo Skalky nad VĀhom **PRIĀJME** na voĀne pozĀcie:
VODIĀ sk. B + SKĀLDNĀK
- Prax min. 2 roky.
NĀstup moĀnĀy ihneĀ.
VolĀť po 15.00 hod. - **0917 152 453**

24. januĀra 1458 **VĀročĀ a udalosti**
Matej KorvĀn sa stal **krĀľom Uhorska**.

Prijmeme
■ **zručného mechanika**
■ **zručného autoelektrikĀra**
Miesto vĀykonu Ilava
BliĀšie informĀcie: **0905 449 843**

ĀĀĀLĀZIE, SIĀTKY PROTI HMYZU PREDĀJ, MONTĀĀ 0907 29 55 70

Zateplenie domĀv, rekonĀtrukcie, omietky, potery, maĀľovky, oplatenia, zĀmkovĀ dĀlaĀba, hydroizolĀcie striech, vypratĀvanie domĀv a bytĀv
0940 284 259

INZERCIA
0911 762 378

• **VypratĀvanie domĀv, bytĀv, garĀĀĀ, povĀĀ, pivnĀc**
• **BĀrĀcie prĀce**
• **LikvidĀcia nebezpeĀného odpĀdu**
0902 266 147

SKLENĀKOVĀ

- SKĀLENĀKY
- KRYCIE PLĀCHTY
- ZĀĀHRĀDNĒ DOPLNKY

+421 915 516 672
www.sklenikovo.sk

ZatekĀ VĀm strecha?
SpĀľahnite sa na odbornĀkov a budete kĀudne spať
- opravy asfaltĀvĀch a plechovĀch striech - lokĀlne aj celoploĀne novĀmi elastickĀmi materiĀlmi so ŀivotnosťou min. 30 rokov v cene uĀ od 12,90 Ē / m²
VĀber z viĀc druhĀv materiĀlov - obĀhĀdka a vypracĀvanie cenovej ponuky **zadarmo**

STRECHAFAER, s.r.o.
BoĀĀik Peter
0948 606 860



BOBRIA SILA V AKCII

NAŠA JANUÁROVÉ PONUKA



13,99

EUROBOX 62 L

Rozmery: 60 × 40 × 32 cm; nosnosť: 40 kg;
farba: čierna, sivá. OBI č. 1081553 a i.

15 kg



~~47,99~~ 15 kg
-12 €
35,99 15 kg

PRIMALEX EXTRA MATT

Vnútrotný maliarsky náter, extra hlboký mat, dokonalá krycia schopnosť a belosť, antireflexný, umývateľný povrch. OBI č. 2561744



22,99 od 3 ks

KOVOVÝ REGÁL¹

Rozmery: 180 × 90 × 40 cm, bezskrútkový, pozinkovaná oceľ, nosnosť 175 kg/polica. OBI č. 2327856 a i.



6,99 m²

LAMINÁTOVÁ PODLAHA DUB „GRIZZLY“

19,3 × 138,3 cm, hrúbka 8 mm. Obsah balenia 2,402 m². OBI č. 1060961

~~10,99~~ m²
-18 %
8,99 m²

DLAŽBA „YORK HONEY“

Mrazuvzdorná. Do interiéru aj exteriéru. Vzhľad dreva, matný povrch. Rozmery: 15,5 × 62 cm, hrúbka: 7 mm. OBI č. 2425163



~~104,99~~
-25 €
79,99

VHODNÉ ZÁRUBNE TU
OBI č. 1736396, a i.
114,99 € od

INTERIÉROVÉ DVERE „PALLMER“²

Dostupné veľkosti 60, 70, 80 a 90 cm, pravé/ľavé prevedenie, stabilizačná výplň voština, orech taliansky. OBI č. 2179877 a i.

Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

¹Cena od 3 ks.

²Cena bez zárubne a kovania.

Platí od 17. 1. do 31. 1. 2025 alebo do vypredania zásob.



OBI

DOKÁŽETE ČOKOLVEK

Mrkva je chutná i plná živín

Mrkva je koreňová zelenina, ktorú asi nie je potrebné veľmi predstavovať. Dostupná je u nás počas celého roka a keďže sa dá pripraviť na mnoho spôsobov, je pevnou súčasťou našich jedálničkov.

Ako približujú odborníci, mrkva je veľmi dobrým zdrojom zdraviu prospešných živín, akými sú karotenoidy či vláknina. Obsahuje tiež minerálne látky - napríklad horčík, draslík, fosfor, ale aj vitamín C a vitamíny skupiny B. Pigmenty nachádzajúce sa v mrkve sú nesmierne prospešné pre ľudské zdravie. „Karotenoidy sú hlavné pigmenty dodávajúce mrkve nielen jej žltastú a oranžovú farbu, ale majú aj antioxidantné účinky,“ popisuje na sociálnej sieti Regionálneho úradu verejného zdravotníctva (RÚVZ) Bratislava MUDr. Šranková z tamojšej Poradne zdravia. Mrkva tiež posilňuje náš imunitný systém a chráni sliznice, ktoré bývajú vstupnou bránou baktérii a vírusov. Takisto bojuje proti zápalovým procesom v tele, ktoré sú pri vírusových ochoreniach také časté. Najčastejšie u nás známa oranžová mrkva má vysoký obsah alfa a betakaroténu, ktoré slúžia aj ako prekurzory vitamínu A, čiže naše telo z nich dokáže vytvoriť vitamín A. Betakarotén chráni pokožku pred škodlivým UV žiarením, a preto sa často používa do prípravkov na opalovanie. Žltý odtieň mrkvy je možné pripísať karotenoidu luteínu, ktorý je dôležitý pre zdravie našich očí. „Mrkva má taktiež vysoký obsah vlákniny, ktorá hrá dôležitú úlohu

pri udržiavaní správnych tráviacich procesov,“ dodáva odborníčka.

Skladovanie

Mrkvu by sme mali skladovať v chladničke. „Mrkvová vňať by mala byť pred uskladnením z mrkvy odrezaná, pretože vyťahuje vlhkosť z koreňa, mala by sa rýchlo spotrebovať, pretože je krehká a rýchlo začne vädnúť,“ radia odborníci.

Použitie

Mrkva je chuťovo výborná zelenina a môžeme ju konzumovať v surovom stave, ale aj vo varenej forme. Zo surovej mrkvy môžeme pripraviť šťavu, strúhanú zasa pridávať do rozličných zeleninových šalátov. Je tiež veľmi dôležitou súčasťou polievok, nátierok či omáčok. „Hoci je mrkva výborná i surová, poväčšine je viac uprednostňovaná varená, ktorá zabezpečuje účinnejšie vstrebávanie karoténov. Mrkva by sa však nemala variť dlho, mala by zostať kompaktná a chrumkavá,“ uzatvárajú odborníci.

Zdroj informácií RÚVZ Bratislava / Fb



» ren

zdroj foto Couleur pixabay

SPŠ STAVEBNÁ
EMILA BELLUŠA
TRENČÍN

Pozývame vás na
DOD
28.1.2025
(utorok) od 8:00 do 14:00
v priestoroch budovy školy

**Ponúka v školskom roku
2025/2026 štúdium v odboroch:**

3650 M staviteľstvo
3692 M geodézia, kartografia a kataster

Adresa školy: Staničná 4, Trenčín
Pre bližšie informácie volajte
032/650 59 11 - 0901 91 83 36 - 0901 91 83 38

doctor optic
OČNÁ OPTIKA

CHCETE OKULIARE
NA VŠETKY VZDIALENOSTI?

**MULTIFOKÁLNE
SKLÁ**

ZĽAVA
40%

ŠIROKÝ VÝBER
OKULIAROVÝCH RÁMOV

MERANIE ZRAKU
BEZ ČAKANIA

AKCIA PLATÍ NA VYBRANÉ OKULIAROVÉ SKLÁ.



OBCHODNÝ DOM FIX
DUBNICA NAD VÁHOM
0917 027 571



OPTIKADROPTIK DR.OPTIK_SK

WWW.DROPTIC.SK

Či bežné okuliare zmiznú z trhu?

MULTIFOKÁLNE OKULIARE

pre ďalekozrakých ľudí s novou optickou technológiou

Či so svojimi okuliarmi môžete čítať len knihy a noviny a SMS či text na monitore počítača sú už rozmazané? Používate niekoľko párov okuliarov: jedny na čítanie, jedny na počítač a ďalšie na mobil?

Aby ste normálne fungovali, už nepotrebuje 2 alebo 3 páry okuliarov. Nemusíte si neustále jedny dávať dole a druhé nasadiť. Taktiež nie je potrebné vymieňať okuliare za nové, pretože Vaša zraková chyba sa po roku opäť zmenila.

Teraz môžete mať **JEDNY inteligentné multifokálne okuliare** – na všetko! Mať ich:

- ➔ ľahko si môžete prečítať **noviny, knihu, menu reštaurácie**, vyriešiť križovky
- ➔ TV môžete pohodlne sledovať **z bližšej i väčšej vzdialenosti**
- ➔ môžete ľahko prečítať SMS bez namáhania očí, bez ohľadu na osvetlenie, počasie
- ➔ budete môcť **čítať správy na počítači** bez namáhania očí
- ➔ môžete rýchlo **navliecť ihlu, opraviť retiazku, nalakovať nechty**

Multifokálne šošovky, ktoré sa prispôbia Vašej zrakovkej chybe

Automatické zaostrovanie od +0,5 do +2,5 dioptrií

Ľahké a odolné rámy so silnými pántmi

Univerzálne, klasické rámy, ktoré sa hodia každej tvári

JEDNY na všetko!

Prispôbia sa vzdialenosti a Vašej poruche zraku, a všetko vidíte ostro a jasne.

➔ dokonca si môžete prečítať **príbalový leták napísaný veľmi malým písmom**, pretože okuliare majú zabudovanú funkciu automatického priblíženia

2.5
2.0
1.5
1.0
0.5

A to všetko bez návštevy u očného lekára, bez miňania peňazí v optike a bez starostí s prispôbením!

Nezáleží na tom, či máte +2,5 dioptrie, +2 dioptrie alebo možno len +0,7 dioptrie. Hneď ako si ich nasadíte, **inteligentné multifokálne okuliare** sa prispôbia Vašej zrakovkej chybe - pre každé oko zvlášť - a hneď všetko jasne uvidíte. Ako je to možné?

Tajomstvom týchto úžasných okuliarov je **nová technológia multifokálnych šošoviek Flexi Vision**. Hoci zvonku tieto šošovky vyzerajú ako bežné dioptrické okuliare, majú úplne inú konštrukciu. Sú prstencového tvaru a majú zabudované rôzne optické mohutnosti, ktoré sú rozložené koncentricky od najslabšej po najsilnejšiu. Vďaka tomu Vaše oko v spolupráci s Vaším mozgom **zachytí správne zaostrenie už za 0,14 milisekúnd a prispôbi ho obrazu**, ktorý vidíte. Preto – bez ohľadu na Vašu zrakovú vadu a rozdiely medzi jedným a druhým okom – vidíte všetko jasne z miesta. A môžete ľahko prečítať všetko: malé alebo veľké písmo z blízka aj z diaľky.

Andrea z Bratislavy hovorí, ako multifokálne okuliare zmenili jej život:

„Som učiteľka matematiky v škole. Na hodine musím používať knihy aj počítač. Mala som teda 2 páry okuliarov, ktoré som si neustále menila – raz jedny, raz druhé. A viete, v triede sa

človek zameraný na deti tiež často mýli. Tak som tieto okuliare neustále menila a deti sa smiali. Pred týmto trápením ma ale zachránili multifokálne okuliare. Mám ich neustále na nose a všetko vidím fenomenálne: či už na tabuli alebo v knihe, alebo keď kontrolujem prácu detí a prácu na počítači. A veľká je aj úspora peňazí, pretože nemusíte chodiť do optiky každý polrok.“

Ak sa chcete raz a navždy zbaviť problémov so zrakom, zaobstarajte si multifokálne okuliare s novou technológiou Flexi Vision!

Teraz môžete mať jedny univerzálne okuliare na všetko: čítanie, šitie, remeslá, rybárčenie, sledovanie televízie a smartfón. Prečo míňať stovky eur na nové okuliare? Jeden pár multifokálnych okuliarov vyrieši všetky Vaše problémy so zrakom!

Ale to nie je koniec! Tieto okuliare nielen **okamžite zaostrí obraz**, na ktorý sa sústredíte. Vďaka špeciálnej, flexibilnej konštrukcii šošoviek a zabudovaným mnohým optickým silám neunavujú Vaše oči a „nemrazia“ zrak ako bežné dioptrické okuliare. Keď ich nosíte, svaly Vašich očí nie sú napäté (ako v bežných okuliaroch), ale uvoľnené. To umožňuje Vašmu zraku odpočívať a časom sa zlepšovať. A nemusíte si vymieňať okuliare za nové!

Multifokálne okuliare sa prispôbia každej situácii, akémukoľvek svetlu a akejkolvek vzdialenosti – pretože šošovky Flexi Vision úzko spolupracujú s Vašimi očami a okamžite reagujú na Vaše potreby.

Prečo utrácať peniaze za niekoľko párov okuliarov? Načo sa trápiť, kaziť si zrak a preplácať? Získajte **JEDNY multifokálne okuliare na všetko!**

Čítajte, pozerajte televíziu, používať počítač a smartfón

Len do 24.01.2025 môžete využiť **ŠPECIÁLNU AKCIU!**

Zavolajte teraz a získajte originálny pár multifokálnych okuliarov s technológiou Flexi Vision!

Ponáhľajte sa! Akcia platí len pre prvých 100 osôb.

Okuliare dostanete poštou (v riadne zabezpečenom obale), nemusíte nič platiť vopred – až pri prevzatí zásielky.

Teraz **-70%!**

tel. 02/33 221 333

Pon - Pia: 8:00 - 20:00, So - Ne: 9:00 - 18:00
(Bežný miestny hovor bez ďalších poplatkov)

Flexi Vision Technology

ZÁRUKA SPOKOJNOSTI

+ ZDRAVÉ OČI



Teraz len 65 €
1950 €

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

SIMON - Fleisch

BRAVČOVÁ A HOVÄDZIA PORÁŽKA V NEMECKU

14€ - 20€

OBSLUHA UMÝVACEJ LINKY

od 13€

PODLA KVALIFIKÁCIE BRUTTO NA HODINU

20 dní platenej dovolenky, preplácané sviatky

Nemecká pracovná zmluva Nemecké sociálne poistenie Vybavíme všetko potrebné pre prácu Možnosť turnusov Ubytovanie zabezpečené Stabílina celoročná práca

www.simon-fleisch.de | job@simon-fleisch.de +421 944 995 400

59-0002

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU



BEZ WAPKY

BEZPLATNÁ UKÁŽKA

BOMBA FASÁDA

www.bombafasada.sk
+421 905 548 393
info@bombafasada.sk

68-0002

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

46-0006

Stannah

Nový rok, nové príležitosti!

Spoločnosť Stannah ponúka **DARČEKOVÚ KARTU v hodnote 500 €** za objednávky uskutočnené do 2.2.2025. *

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 Soťáková ★ Trustpilot

Zavolajte zadarmo
0800 162 162 • www.stannah.sk

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

*Táto ponuka platí pri kúpe schodiskového výťahu Stannah do 2.2.2025 a nie je platná s inými akciami alebo ponukami.

31-0001



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.

Nakúpte výhodne
vo vybraných
E-shopoch

decoreum.sk

PROJECTOR
PRO ASTRONAUT
GALAXY 3D LASEROVÝ
PROJECTOR
+ DIALKOVÉ OVLÁDANIE

-10%

22,00 EUR **19,80 EUR**

Využite kód:

OPLATISA

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

decoreum.sk

ESPO LÁTKOVÉ OTOČNÉ
KRESLO-TMAVOSEDÁ

-10%

179,00 EUR **161,10 EUR**

POTREBUJETE REKLAMU
DO NOVÍN TRENČIANSKO
ALEBO DO INÝCH REGIÓNOV
NA SLOVENSKU?

**LETÁKY, VIZITKY ALEBO
ONLINE PROPAGÁCIU?**

0911 762 378