

# KOŠICKO

- Žalúzie
- Rolety
- Markízy
- Siete proti hmyzu
- Zhrňovacie dvere

Široký sortiment, rýchle dodávky, atypické riešenia, 25 - ročná prax

☎ 0905 644 448  
055/729 8838

FACH, Jantárová 30, Košice  
www.fach.sk, fach.ujlaky@gmail.com

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 92 130 domácností

**TANDEM** personal partner [www.tpp.sk](http://www.tpp.sk) • 0907 744 567

**Operátor/ka výroby**  
pri letisku

**Mzda 800 € až 1250 €**

0907 0907 44



**TLAČOVINY**

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

**JAHODY AŽ K VAŠIM DVERÁM**

Cena už od 3,50 € / kg  
Tel. 0908 651 333

**JAHODY**

6 € / 2 kg košík  
dovezieme bezplatne  
až k Vám domov

objednávky na tel:

0907 263 750, FB: ovocie a zelenina na kolesách



**Oprava zatekajúcich a poškodených striech - fasád**



Klmpiarska - zväračská výroba  
Prístrešky, atiky, oplechovanie každého druhu

Oprava a montáž žľabov, komínov  
Práce vo výškach všetkého druhu

☎ **0911 150 447**

šafi-ro **ŽALÚZIE**

- drevené interiérové žalúzie
- vertikálne textilné žalúzie
- retiazkové - ISO systém
- vonkajšie hliníkové rolety
- textilné roletky - rôzne typy
- slnečné clony na okná
- sieťky proti hmyzu
- plastové zhrňovacie dvere

**DODACIA DOBA OD 3 DNÍ**

**0905 245 995**

Košice, Priemyselná 4  
[www.safiroll.sk](http://www.safiroll.sk)  
[safiroll@safiroll.sk](mailto:safiroll@safiroll.sk)



**RUSI ZAÚTOČIA NA SLOVENSKO**

Ak EÚ zlyhá v pomoci brániacej sa Ukrajine, je to len otázka času. Preto je veľmi dôležité voliť do EP ľudí, ktorí Slovensko Putinovi nepredajú. My Vás nezradíme.

**ĎAKUJEM za Vašu podporu**



**HNUTIE SLOVENSKO**



**STIEBEL ELTRON**

Kvalitné tepelné čerpadlo  
je moja istota



Zelená domácnostiam

Made in Germany

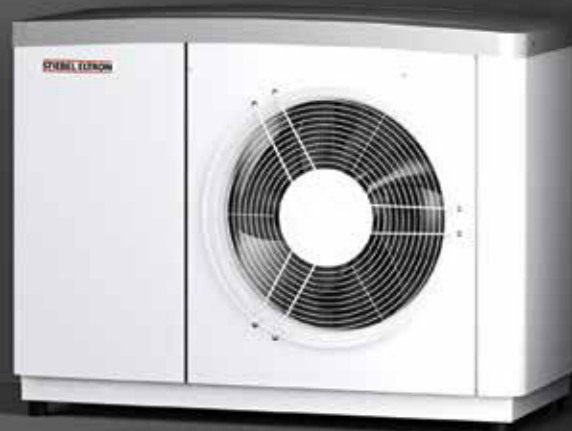
od **3 666 €** s DPH\*

\* Cena po odrátaní maximálnej možnej dotácie z programu Zelená domácnostiam. Akcia platí do 30. 9. 2024.

Viac informácií na

+421 905 329 459

[patrik.prihoda@stiebel-eltron.sk](mailto:patrik.prihoda@stiebel-eltron.sk)



# BEZPEČNOSTNÉ DVERE

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



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

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

www.ocolovedvere.sk  
ocolovedvere@ocolovedvere.sk

**0917 56 36 12**  
**0911 60 20 40**

• Sídliisko Terasa, Sokolovská 5 | Po-Pia: 8<sup>00</sup>-17<sup>00</sup>  
• Sídliisko Ťahanovce, Americká trieda | Po-Pia: 9<sup>00</sup>-17<sup>00</sup>  
obchodný dom KLAS (bývalá MILA) 1. posch.

## PÔŽIČKY

od 20 do 80 rokov | do 30 000€

**CENTRÁLNA POBOČKA**  
Fejova 1, Košice  
(oproti OD Dargov / pri reštaurácii Stará Sýpka)

**INFOLINKA**  
**0918 709 028**

ONLINE ŽIADOSŤ  
www.bestpozicka.sk

zinc euro ahoj HOME CREDIT

Pomníky a náhrobné kamene za výhodné ceny

# KAMENÁRSTVO



www.kamenarstvostone.sk

Verejný cintorín Košice: 0902 404 515  
Výroba a sklad Byster: 0911 056 056

**VELKOOBCHOD**  
(aj pre verejnosť)

## DVERE

Bezpečnostné dvere, ktoré vás ochrania

- 5 modelových rád
- možnosť montáže
- rýchle dodanie
- moderný dizajn
- bezpečnostné certifikáty

**www.winstyle.sk**  
winstyle@winstyle.sk  
**0940 83 84 83**

Plastové okná a dvere  
Interiérové dvere  
Bezpečnostné dvere  
Hliníkové okná, dvere  
Garážové brány  
Tieniaca technika  
Siete proti hmyzu

WinStyle www.winstyle.sk  
0940 83 84 83  
Kalinovská 2, Košice

## SIETE PROTI HMYZU

- OPRAVA
- MONTÁŽ
- DODANIE
- SERVIS

**Dôchodcovia a ZŤP ZĽAVY do 30%**

Zľava sa vypočíta podľa odberu a množstva, uplatnenie zľavy je potrebné nahlásiť vopred pri zameraní technikovi

**SAMOplus 0919 204 754**

## VODÁR

VODA • ODPAD • KÚRENIE

nové rozvody, prípojky, opravy, inštalácia spotrebičov

... s vodou si poradíme ...

**24 HODINOVÝ SERVIS**

**0903 11 33 33**

**AKCIOVÁ CENA**

**PIRELLI** 205/55 R16 91V CINTURATO P7

**74,90 €**

**MIKONA** ... ON THE ROAD

**OBNOVA STRIECH**

Reálna záruka 12 ROKOV | **Obliadka ZDARMA**

PREMIÉRNÉ BUDOVY • BYTOVÉ JEDNOTKY • SELADOVÉ PŘESTORY

**ETERNITOVÉ a PLECHOVÉ (aj PLOCHÉ) strechy**

VÝMENA ODKVAPOVÝCH ŽLÁBOV  
OBNOVA KAMÍNOV  
OBNOVA KANADSKÉHO ŠINDĽA

**0949 765 613**

Jarná AKCIA!

Likvidácia starého nábytku a spotrebičov za príplatok | Výrub stromov  
Upratovanie pozemkov a záhrad | Strihanie plotov | Odvoz odpadu  
Hľadám do podnájmu celoročnú chatu | **0940 375 882**

**KOMPLEXNÉ REKONŠTRUKCIE**  
domy | byty | jadrá

**0907 268 305** | www.rekonstrukcie-košice.sk

**HODINÁRSTVO - Ján Pravda**  
oprava starožitných hodín

Szakkayho 1 | **0903 503 973**

## ČISTENIE HROBOV

• Čistenie hrobov • Obnova písma

**AKCIA**

JEDNOHROB ~~80€~~ **75€** | Obnova písma ~~150€~~ **120€/ZNAK**  
DVOJHROB ~~140€~~ **120€** | Impregnácia a doprava ZDARMA

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

... sme s vami v každom počasi.

**DASON** dason.sk

**ŽALÚZIE | MARKÍZY ROLETY**

**SIETE PROTI HMYZU**  
japonské zásteny, rolety látkové, plissé, vertikálne žalúzie látka, drevo, strings, žalúzie hliník, bambus, drevo

Vzorková predajňa Staničná 1, Košice  
tel: 0915 479 711 055/729 08 68 dason.ke@dason.sk

**JARNÁ AKCIA!**  
Markízy, Pergoly **-30%**  
Vonkajšie žalúzie, Rolety AL **-35%**

Záručná doba **4 ROKY**  
Akcia platí do 30.5.2024

**NA TRHU UŽ 26 ROKOV**

Po, Ut | 8:30-16:30 • Str | 8:00-17:30 • Št | zatvorené • Pia | 8:30-15:00



# VÁŠ SUVERÉNNY V EURÓPE



Vol'te 23



3

Ján  
Ferencák

**VKH**  
 Vetranie | Klimatizácia | Tepelné čerpadlá

Zabezpečíme poradenstvo, dodávky, montáž, projektovú dokumentáciu a servis v oblasti vzduchotechniky, klimatizácie a kúrenia.

Tel: +421 907 913 364  
 Email: hric@vkh.sk  
 Web: www.vkh.sk

Šebastovská 4,  
 08006 Prešov



**VŠETKO OKOLO ZVÁRANIA A NÁRADIA**

Holubyho 12, 043 27 Košice  
 e-mail: gobako@gobako.sk  
 Tel./fax: 055/677 03 19  
 055/72 74 07 - predajňa

zváracie stroje  
 zváracie roboty  
 ochranné pomôcky  
 elektródy  
 náradie a brusivo  
 lepidlá a tmely  
 zváracie drôty  
 kompresory  
 elektrocentrály

**GOKAKO** s.r.o.

www.gobako.sk



**Prijmeme VODIČOV na TRAKTORY**  
 za účelom zemetania a polievania ciest v Košiciach

Práca vhodná aj pre dôchodcov a invalidov  
 Bližšie informácie: 0905 449 843

**MALIARSTVO**

- Nátery striech
- Nátery kostolov
- Nátery vo výškach
- Oprava komínov
- Umývanie škrídlí a eternitu

0940 167 755

**INZERCIA**  
 kosicko@regionpress.sk

**ÚDRŽBA ZÁHRAD, KOSENIE**  
 0911 399 933 • sluzbyvam.sk

**PLASTOVÉ OKNÁ**



**DÔCHODCOVIA a ZŤP ZĽAVY do 30%**  
 Zľava sa vypočíta podľa odberu a množstva, uplatnenie zľavy je potrebné nahlásiť vopred pri zameraní technikovi

**SAMOpus** 0919 204 754  
 SKLADNÁ 1 / ČAŇA samoplusro@gmail.com

**ŽALÚZIE**

SIETE PROTI HMYZU, SERVIS, MONTÁŽ, DODANIE, OPRAVA

**Dôchodcovia a ZŤP ZĽAVY do 30%**  
 Zľava sa vypočíta podľa odberu a množstva, uplatnenie zľavy je potrebné nahlásiť vopred pri zameraní technikovi

0919 204 754  
 samoplusro@gmail.com  
 www.samoplus.sk

**MALIARSKY** 0905 625 433  
 remal.kosice@centrum.sk

Malby - nátery schodísk a nebytových priestorov.  
 Obnova bytov, fasád a nátery striech.

**SERVIS**

**STRECHY - MONTÁŽ - VÝMENA**

- PLECHOVÉ
- ŠKRYTOVÉ
- ŠINDĽOVÉ
- HYDROIZOLÁCIE
- VÝMENA RÍN
- LIKVIDÁCIA AZBESTU
- ZATEPLENIE DOMOV
- PRÍSTAVBY
- BYTOVÉ JADRÁ
- ELEKTROINŠTALÁCIE
- POTERY, OMIETKY
- VODA, KÚRENIE

0948 107 877

**Kúpim 1 až 2 izbový byt Hotovosť**  
 0944 141 077

**HĽADÁME VODIČOV SKUPINY C**

**HRUBÁ MZDA:** od 1000 € / mesiac  
 Finálna úroveň mzdy závisí od kvalifikácie a skúseností.  
 Priemerná mzda vodiča: 1000 - 1750 € mes.

**MIESTO VÝKONU PRÁCE:**  
 Košice a Košice okolie

**POŽIADAVKY:**

- Vodičský preukaz skupiny C
- Kvalifikačná karta vodiča
- Psychologická spôsobilosť

**BENEFITY:**

- Moderné vozidlá, pravidelná obnova vozového parku
- Možnosť bezplatného rozšírenia kvalifikácie
- Polročné a koncoročné odmeny
- Stravné lístky aj za dovolenkové dni
- Príspevok na DDS a ďalšie

**NÁBOROVÝ BONUS 2000 €**  
 KOSIT a.s., www.kosit.sk  
 Kontakt: personalne@kosit.sk, +421 917 505 369

**KOSIT**



**DACHMANN**  
 www.dachmann.sk

**PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE**

DREVENÉ A HLINÍKOVÉ OKNÁ  
 SERVIS A OPRAVA OKIEN

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

Kováčska 63, 040 01 Košice, kosice@dachmann.sk  
 0944 047 008, 0903 634 202

**STK JAZERO**

Po - Pia: 7.00 - 17.00  
 So: 7.00 - 13.00

**STK + EK**  
 BEZ ČAKANIA ZA PRIAZNIVÉ CENY  
 Objednávky 055-304 57 27  
 Napájadlá 7 A, Košice  
 www.stkkosice.sk





# VÁŠ SUVERÉNNY V EURÓPE

**HLAS**  
SOCIÁLNA DEMOKRACIA

Vol'te 23

Igor **15**  
ŠIMKO

35 rokov | rodený Košičan | poslanec NR SR

člen vedeckej rady Fakulty BERG, TU Košice  
súdny znalec v odbore ochrana živ. prostredia  
Európsky energetický manažér EUREM

V Eurovoľbách  
kandidujem  
z posledného miesta  
č. 15 ako symbol človeka,  
ktorý pre EÚ nie je nikdy  
prioritou. Je na poslednom  
mieste, tak ako MY VÝCHODNIARI.  
Preto na kandidátke HLAS-u  
krúžkujte č.15 a

Jediný kandidát **HLAS**  
z Košického kraja

## DAJME VÝCHOD NA PRVÉ MIESTO!



**REKONŠTRUKCIE**  
bytových jadier

**STAVBY**  
rodinných domov na kľúč

vodoinštalácie a elektroinštalácie práce, obklady, dlažby, sadrokartónové podhlady a priečky, omietky, maľby, zateplenie rodinných domov, oporné múry, ploty, základové platne, vinylové a PVC podlahy.

**0949 707 583**

**ŽALÚZIE**  
a **SIETE**

**JARNÁ AKCIA -30%**

**KASKO**  
STINÍCIE TECHNIKA

**0905 611 093**

www.eurofal.sk | eurofal@gmail.com

**EUROFAL**  
bezpečnostné dvere, plastové okná

UMÝVANIE OKIEN  
SPOJENÉ S PREMAZANÍM  
A NASTAVENÍM OKIEN

**SERVIS OKIEN**

**SBS LAMA SK**

príjme bezpečnostných  
pracovníkov  
na obchodné prevádzky  
v Košiciach

1 100 € brutto / mesiac  
POS nutný!

**0948 378 553**

**HĽADÁME VÝLEPÁRA** **NUBIUM**

Hľadáme lepiča na výlep billboardových plôch v meste Košice. Ideálna práca na privyrobenie.

Požadujeme: živnosť / s.r.o., vlastné auto, spoľahlivosť, zodpovednosť.

Pracovný čas je flexibilný, v závislosti od počtu a termínu výlepov.

Mzdové podmienky sú flexibilné (cca 700 - 900 €).

Všetky ďalšie podmienky spolupráce a bližšie informácie telefonicky, prípadne mailom.

Kontakt: Alena Munková  
Tel.: 0903 552 506 | E-mail: sklad@nubium.sk

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

Rozšírte svoje podnikanie aj do iných regiónov Slovenska.

**DAJTE O SEBE VEDIET!**

**REGION PRESS**  
www.regionpress.sk

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

**NOVOOTVORENÁ PREDAJŇA**

**KVETY**

**ANJELIK**

Roh Masarykova 1 a Jesenského 2, Tel: 0905 778 904

**KYTICE, VENCE, DARČEKY**

Donáška: www.kvetyanjelik.sk, PO-NE: 8.00-19.00 h.






**Popradská 28C, Košice, tel.: 0905 778 904**  
**Mier, Národná tr. 56, Košice, tel.: 0905 778 904**  
**Komenského 22, Košice, tel.: 0905 778 904**  
**Kvety ♥ Mier, Košice, tel.: 055/6712 715**

**INZERCIA**

kosicko@regionpress.sk

**UŽITOČNÉ KONTAKTY**

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

**HODINOVÝ MANŽEL**

• VODÁR • ELEKTRIKÁR • MURÁR • OBKLADAČ •

**0910 265 473**

www.drobnestavebneprace.sk

• DOMY  
• BYTY  
• ZÁHRADY

**0904 015 003**

**IZOLOVANIE a ZATEPLOVANIE**

**PIVNÍC a RODINNÝCH DOMOV**

► 0910 433 877 ◀

**GABIONY | GABIONOVÉ PLOTY | PRÍRODNÝ KAMEŇ | TEHLOVÝ OBKLAD**

**SLOVENSKÁ VÝROBA**  
**NAJLEPŠIE CENY NA TRHU**  
**TOVAR IHNEĎ K ODBERU**  
**NAJŠIRŠÍ SORTIMENT**  
**ZĽAVY PRE REALIZÁTOROV**

**ZĽAVY DO 20%**

**TONY-STAV**  
www.tonystav.sk  
+421 911 639 003  
Košické Oľšany 229

**KAMEŇOVO**  
www.kamenovo.sk  
+421 903 646 555  
Južná trieda 125, Košice

**EXPRESNÁ PREPRAVA TOVAROV**  
**V RÁMCI KOŠICKÉHO A PREŠOVSKÉHO KRAJA!**





Správna voľba

46% ZĽAVA

0.79

0.42

• (100 g = 0,21)  
Smetanový mňam jogurt  
200 g  
štyri druhy



30% ZĽAVA

0.79

0.55

Trvanlivé mlieko  
1l  
polotučné  
1,5 % tuku



31% ZĽAVA

1.69

1.29

Pepsi/Pepsi Zero/  
Mirinda/7 UP Zero  
2,3l  
\* nápoj za 0,71 €



41% ZĽAVA

1.69

1.11

• (l = 0,44)

OD PONDELKA

OD PONDELKA 20. 5. DO NEDELE 26. 5.  
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

XXL XXL XXL XXL XXL XXL

43% ZĽAVA

6.79\*\*\*

3.79

Konzumné zemiaky ružové  
5 kg balenie  
varný typ B - prílohové  
prané

1 kg iba

0.76



52% ZĽAVA

4.09\*\*\*

1.89

Nektárinky  
750 g balenie



LIDL  
STANOK  
BEZNE CENY

33% ZĽAVA

5.98

3.99

Mleté bravčové  
mäso XXL  
1 kg balenie  
z pliedky



WELFARE  
CHOV



XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

\*Doporučená bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

\*\*Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávateľného produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti LIDL Slovenskej republiky, s.r.o. pri prístupnosti na internetovú stránku z akčiového týždňa.

... a mnoho ďalších výrobkov na [www.lidl.sk](http://www.lidl.sk)

Ponuka tovaru platí od 20. 5. do 26. 5. 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.



## Treba opäť vstať

V kultovom filme o výnimočnom boxerovi Rockym Balboovi odznela z úst jeho trénera zaujímavá myšlienka, ktorú sa pokúsím parafrázovať: „Nie je dôležité, koľko rán dokážeš uštedriť iným, ale to, koľko rán dokážeš zničiť ty sám a potom ísť ďalej.“

Život nám niekedy uštedrí poriadnu facu v tých najrôznejších podobách a častokrát vo chvíli, keď to najmenej čakáme. Neraz o čosi veľmi usilujeme, obetujeme pre náš sen veľa času i energie a napriek tomu všetko stroskotá. Inokedy nás poriadne potrápi nevydarený vzťah alebo strata zamestnania, prípadne sa stane čosi oveľa horšie. Zasiahne nás nepríjemná choroba či strata niekoho blízkeho.

Takéto situácie sa nevyhýbajú nikomu z nás a dokážu nám spôsobiť poriadnu bolesť. Vysporiadať sa s nimi vôbec nebýva ľahké. Pravdou je, že niektoré veci potrebujú čas a musia jednoducho prebolieť, pretože iná možnosť nejestuje. S inými ťažkosťami sa, naopak, môžeme a dokážeme popasovať. Najskôr je, pravdaže, potrebné sa trošku pozviechať a vylízať

z rán. Potom je treba zvážiť všetky možnosti, ktoré nám pomôžu odlepiť sa od dna a zabojsť s nepriazňou osudu. Nie je to však vôbec jednoduché.

Niekedy je v takýchto prípadoch potrebné podstúpiť zmenu alebo prijať do života čosi nové. To však môže byť bolestný proces. Spreádzajú ho totiž obavy, ako to zvládneme a či sa nedopusťme nejakých chýb. Pravdepodobne sa im nevyhneme, ale treba sa z nich poučiť a aj vďaka tomu sa posunúť ďalej.

Vstať a opäť začať za seba bojovať si vyžaduje poriadnu dávku odhodlania, odriekania, ale aj vytrvalosti a úsilia. Možno to nebude ľahké a možno sa nám všetko nepodarí na sto percent ani na prvýkrát, ale treba sa o to aspoň pokúsiť, nik iný to za nás urobiť nemôže.



» Renáta Kopáčová, redaktorka

responzívne webové stránky na mieru

REGION PRESS  
www.regionpress.sk

### Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

08 STAVBA

» Kúpim haki lešenie  
0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

### Chcete si podať inzerát?

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

Príklad:  
RP KE 12 Predám kočík,  
0987 654 321.

Riadková inzercia realít je od 26.10.2023 zrušená, inzerát si môžete podať len cez [www.mojinzerat.sk](http://www.mojinzerat.sk)

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor. Cena je 0,60 € s DPH za každých začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme. **Upozomenie!** Služba nefunguje u operátora 02 a 4ka.

**TIP 1:** Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať.

**TIP 2:** Ak chcete inzerát uviesť v ľubovoľných iných našich novinách, KE zameňte za skratku novín, ktorú nájdete v tiráži. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

Rozšírte svoje podnikanie aj do iných regiónov Slovenska. **DAJTE O SEBE VEDIEŤ pomocou inzercie v našich novinách**



kosicko@regionpress.sk  
**0907 779 017**

### Bezplatný týždenník

## KOŠICKO

EV 6210/24

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

Ročník I, Vydanie 3, týždeň 20/2024.

Redakcia: Némcovej 30  
**KOŠICE**  
kosicko@regionpress.sk

### INZERCIA

Ing. Renáta Sakslová **0907 779 017**  
Mgr. Monika Nigutová **0907 779 011**

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



Vychádzame na recyklovanom papieri

### DISTRIBÚCIA (92.130 domácností)

#### Každý týždeň:

Košice I, Džungľa, Košice I, Sever, Košice I, Sídliisko Ťahanovce, Košice I, Staré Mesto, Košice I, Ťahanovce, Košice II, Myslava, Košice II, Pereš, Košice II, Sídliisko KVP, Košice II, Šaca, Košice II, Západ, Košice III, Dargovských hrdinov, Košice III, Košická Nová Ves, Košice IV, Barca, Košice IV, Juh, Košice IV, Nad jazerom, Košice IV, Vyšné Opátske



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	DUNAJSKOSTREDSKO	
GA	34.390	GALANSKO-ŠALANSKO	
HC	30.330	HĽOHOVECKO-SEREĎSKO	
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO	
LV	30.580	LEVIČKO	
MA	29.680	MALACKO	
NR	54.170	NITRIANSKO	
NZ	35.050	NOVOZÁMOKSKO	
PK	22.970	PEZINSKO	
PN	41.870	PIEŠANSKO-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	LUČENECOKO-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	ZĽARSKO-ZC-B5	
ZA	50.780	ŽILINSKO-BY	

### Východné Slovensko

BJ	37.210	BARDEJOVSKO-SK-SP	
GE	30.830	GEMERSKO-RV-RS-RA	
HU	27.190	HUMENSKO-VT-SV-ML	
KE	92.130	KOŠICKO	
KS	24.900	KOŠICKO okolie	
SL	12.940	LUBOVNIANSKO	
MI	31.260	MICHALOVSKO-TV-SO	
PP	41.520	POPRADSKO-KK	
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB	
SN	32.540	SPÍŠSKO-LE-GL	

## využijete potenciál 92 130 domácností inzerujte v KOŠICKO

**DOM KAVY**

DOMKAVY.SK  
TRNAVA

## KAVOVA5

ZĽAVOVÝ KÓD - 5% ZĽAVA NA NÁKUP ZO STRÁNKY [WWW.DOMKAVY.SK](http://WWW.DOMKAVY.SK)

Hodinový hotelik  
SABINOV

Máte s kým, ale nemáte kde?

SME TU PRE VÁS • HODINOVÝ HOTELÍK SABINOV

REZERVUJTE SI

0948 133 709  
[www.hodinovyhoteliksabinov.sk](http://www.hodinovyhoteliksabinov.sk)











## Čaj o piatej a čajové pečivo

Spojené kráľovstvo patrí k popredným konzumentom čaju, pričom najobľúbenejším čajom na britských ostrovoch je klasický čierny čaj podávaný s mliekom. Známu tradíciu v Anglicku je pitie populárnejšieho čaju či „Čaju o piatej“.

Keďže večera sa v Anglicku podávala až neskoro večer, vo vyšších vrstvách sa v minulosti udomácnil zvyk pítia čaju o piatej. Podávali sa k nemu sendviče plnené najčastejšie uhorkou či lososom. Chýbať nesmel ani drobné sladké čajové pečivo. Aj dnes je táto tradícia v Británii zaužívaná a obľúbená. Ak sa aj vy rozhodnete pripraviť si čaj o piatej, vychutnajte si ho spolu s chutným čajovým pečivom - prinášame vám naň dva recepty.



Ilustračné foto.

autor foto mccartyv pixabay

### Mandľové sušienky

**Suroviny:** 200 g hladkej múky, 100 g mletých mandlí, 200 g masla, 100 g práškového cukru, 2 žĺtka, 1 KL citrónovej kôry, 1 hrst celých mandlí, práškový cukor na obalovanie

**Postup:** Z múky, mandlí, masla, cukru, žltok a citrónovej kôry vypracujeme cesto. Zabalíme ho do potravinárskej fólie a uložíme na hodinu do chladničky. Potom cesto na kuchynskej doske rozvaľkáme na hrúbku asi 2 mm a vykrajujeme z neho kolieska prípadne iné tvary. Uložíme ich na plech vystlaný papierom na pečenie a do stredu každého vtlačíme mandľu. Pečieme v rúre vyhriatej na 180°C asi 8 minút. Po upečení obalíme v práškovom cukre.

### Maslové sušienky

**Suroviny:** 300 g hladkej múky, 200 g masla, 100 g práškového cukru, 1 vajce, 1,5 KL vanilkového extraktu

**Postup:** V mise zmiešame cukor a múku. Vajce rozšľaháme a spolu so zmäknutým maslom a vanilkovým extraktom pridáme k suchej zmesi. Vymiešame hladké cesto, ktorým naplníme vrečko na zdobenie. Plech vystelieme papierom na pečenie a pomocou vrečka naň striekame venčeky, prípadne krúžky. Pečieme v rúre vyhriatej na 200°C asi 9 minút.

» ren

# Čaj pripravujeme vždy čerstvý a pijeme ho po dúškoch Vychutnajte si šálku voňavého čaju

Horúci čaj nás dokáže príjemne zahriať v chladných dňoch a vlažný zasa osviežiť počas letných horúčav. Je vhodnou voľbou, ak si chceme urobiť chvíľku pre seba a zrelaxovať, no funguje tiež ako liek.

Na svete je nespočetné množstvo čajov, stačí si len nájsť ten svoj. Vybrať by sme mali podľa príležitosti, pri ktorej chceme čaj piť ale i podľa toho, v ktorom čase počas dňa si ho budeme vychutnávať, či pri akom zdravotnom probléme nám má byť nápomocný.

### Aké čaje poznáme?

Čaj sa získava spracovaním listov rastliny *Camellia Sinensis*, teda čajovníka. Ide o vždyzelený ker, ktorý dorastá v prírode do výšky od 5 do 15 metrov. Čaje rozdeľujeme podľa toho, akým spôsobom boli listy tejto rastliny spracované a tak hovoríme o čaji čiernom, zelenom, polozelenom a bielom.

### Bylinkové čaje

Bylinkové čaje sa pripravujú z rôznych častí liečivých rastlín, ktoré pred tým prešli sušením, pripraviť sa však dajú aj z čerstvých bylínok.

### Ovocné čaje

Ovocné čaje obsahujú zväčša sušené ovocie a časti sušených rastlín. Ak sú kvalitné, tak by mal byť podiel sušeného ovocia vyšší ako 50% hmotnosti.

### Kedy zvoliť aký čaj?

Ak pijeme čaj ráno, dokáže nás povzbudiť a naštartovať do nového dňa. Na tento účel sa odporúča najmä čierny čaj. Aby nám pomohol dosiahnuť požadovaný efekt, mali by sme ho ľuhovať maximálne tri minúty. Počas dňa môžeme siahnuť po rôznych druhoch zelených čajov, prípadne zvoliť čaj bylinkový či ovocný. Večer môže byť zasa



Ilustračné foto.



Ilustračné foto.

zdroj foto sohag\_hawlder pixabay

správnou voľbou napríklad čaj Rooibos, ktorý neobsahuje žiaden kofeín, takže nebudeme mať problém zaspať.

### Pozor!

Bylinkové čaje sú výborným pomocníkom pri rôznych ochoreniach, piť by sme ich však mali s rozumom a mierou, pretože u každého môžu mať iné účinky a aj ich dlhodobé užívanie nám môže namiesto očakávanej pomoci skôr uškodiť. Odborníci radia piť jeden druh bylinkového čaju najviac dva týždne v kuse, potom je nutné urobiť si prestávku. Je tiež potrebné uviesť si, že bylinky obsiahnuté v čaji môžu spôsobiť aj liekové interakcie. Ak si nie ste istí, poraďte sa vždy radšej so svojim lekárom.

### Správna príprava čaju

• Väčšina ľudí si pripravuje čaj z nálevových vrecúšok. Ak tak robíme napríklad na pracovisku, je to veľmi jednoduchý, praktický a rýchly spôsob prípravy tohto chutného moku a nič tým isto nepokazíme. Ak si však chceme čaj skutočne vychutnať so všetkým, čo k tomu patrí, mali by sme si urobiť čas a siahnuť skôr po čaji sypanom. Ten nám poskytne oveľa viac pôžitku, či už ide o samotný rituál jeho prípravy, ako aj jeho lepšiu a výraznejšiu chuť i vôňu. Ak k tomu pridáme chvíľku, ktorú si vyčleníme len pre seba, poďakuje nám iste i naša duša.

• Na prípravu čaju by sme si mali zadovážiť sklenenú ohňovzdornú nádobu. Vysypeme do nej potrebné množstvo čaju a zalejeme horúcou vodou. V prípade zeleného čaju vodou po prevarení odstátou na 70 až 80 stupňov Celzia. Čaj lúhujeme 3 až 4 minúty. Takto pripravený čaj cez sitko prelejeme do keramickej nádoby, či šálky, ktorá dobre drží teplo.

• Aj na prípravu bylinkových čajov by sme mali používať sypané bylinky. Čaj z nich zväčša pripravujeme tak, že si varíme len jednu, vždy čerstvú šálku. Potrebné množstvo danej byliny naberieme lyžičkou, vysypeme do šálky, zalejeme vriacou vodou, prikryjeme a vylúhujeme potrebný čas, ktorý sa môže pri jednotlivých bylinkách líšiť. Potom čaj prelejeme cez sitko do druhej šálky, pričom sa vyhneme kovovému sitku. Nie všetky bylinkové čaje sa však pripravujú rovnakým spôsobom a preto si to treba overiť vždy podľa toho, o akú bylinu ide, prípadne sa poradiť s odborníkom.

» ren

zdroj foto congerdesign pixabay



# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA



## 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**

Stannah



**-10%  
ZĽAVA**

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

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



Zavolajte zadarmo  
**0800 162 162**

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



Služby  
**Špičkovej  
Kvality**

Ponuka sa nekumuluje s inými zľavami a kampaňami. Platí do 31/5/2024

**SIMON-Fleisch**

**BRAVČOVÁ  
A HOVÄDZIA  
PORÁŽKA  
V NEMECKU**

**14€ - 20€**

OBSLUHA UMÝVACEJ  
LINKY

**od 13€**

PODĽA KVALIFIKÁCIE  
Brutto na hodinu

20 dní platenej dovolenky  
preplácané sviatky

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

[www.simon-fleisch.de](http://www.simon-fleisch.de) | [job@simon-fleisch.de](mailto:job@simon-fleisch.de)  
**+421 944 995 400**



UŽ OD  
**379 €**

DARČEK  
ZADARMO  
4L HNOJIVA

galerica

**ODOLNÉ POLYKARBONÁTOVÉ SKLENÍKY**

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

**0948 88 88 55**

**galerica.sk**

**EKOLOGICKÉ**

**ČISTENIE  
FASÁD**

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

**0905 148 393**

Patentovaná  
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových  
čističov

BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA  
PRIAMO U VÁS DOMA

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.

**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](mailto:trofej.eu@gmail.com)

*Oravská Horáreň*  
★★★

**Dovolenkujte  
iba za 260,- €**  
(1 dôchodca na 6 dní / 5 nocí)

POBYT  
so štátnou  
dotáciou  
**100€**  
pôvodne  
360,- €

Cena zahŕňa: 5 x ubytovanie, 5 x plnú penziu,  
1 x celodenný autobusový zájazd za krásami Oravy,  
BONUS: parkovanie v areáli, free WIFI, vstup do herní,  
1x folklórne vystúpenie, požičanie bicyklov ...

**Rezervácie: 0918 591 942**  
[info@oravskahoraren.sk](mailto:info@oravskahoraren.sk), [www.oravskahoraren.sk](http://www.oravskahoraren.sk)

Voľné Termíny: 8.7.-13.7. | 15.7.-20.7. | 29.7.-3.8.2024  
voľný AUGUST + SEPTEMBER

Penzión \*\*\* Oravská Horáreň, Oravský Podzámok 396, lokalita Hruštín Závava