

PREŠOVSKO SABINOVSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 49 940 domácností

ČISTENIE HROBOV

- Čistenie hrobov • Obnova písma
- Dosekávanie písma

AKCIA

JEDNOHROB 90€ **65€**

DVOJHROB 140€ **95€**

Obnova písma 1,50€ 1,30€/ZNAK
Impregnácia a doprava ZDARMA

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

PÔŽIČKY 0918 709 028
od 18-80 ROKOV
od 400€ do 30 000€
www.bestpozicka.sk

INFOLINKA

INZERÁT? Chcete
0911 293 742

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**



**TVRDÉ
LISTNATÉ
DREVO**

od
53€

**DOVOZ
ZDARMA**

VEĽKÝ ŠARIŠ

0948 287 440

**VÝKUP
A PREDAJ**
použitého nábytku
chladničky, práčky,
TV prijímače



Vchod z ul. Dostojevského,
Prešov, v areáli OZKN

0905 748 958

PO - PIA: 10:00-17:00

STIEBEL ELTRON



Zelená
domácnostiam

Kvalitné tepelné čerpadlo je moja istota

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



VÁŠ SUVERÉNNY V EURÓPE

HLAS

SOCIÁLNA DEMOKRACIA

Voľte 23**3****Ján
Ferenčák**

PEKNÁ STRECHA
NÁTERY STRIECH
VÝMENA STRIECH
OPRAVA KOMÍNOV
 Za priateľnú cenu
0908 842 631

93_0079

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

58_0035

kotel od 1100 eur **TOP 3** **www.expol.sk**

1. kotel ALTEP COMPACT
 2. kotel ALTEP JOKER
 spalovanie kusového dreva
 3. AKUMULAČNÁ NÁDOBA
 OVALNÁ bez výmenníkov

Najväčšia hĺbka spalovacej komory až 54cm od 15kW

0905 44 99 54 **kotly@expol.sk**

83_0164

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

DUB MATNÝ DUB ŠEDÝ ORECH MATNÝ DUB VZOR ANTRACIT BIELE VZOR

všetky dvere SKLADOM **AKCIA 390€**
 v ponuke aj hladké dvere a odtieň Wenge
 kovanie ZDARMA
 zameranie ZDARMA
 v ponuke aj INTERIÉROVÉ DVERE

www.ocolovedvere.sk
 ocolovedvere@ocolovedvere.sk

odborná montáž s licenciou technickej služby od polície SR

0917 56 36 12 | 0911 60 20 40 Sídliisko Sekčov (smer Šalgovnik) Podnikateľské centrum PYRAMÍDA Keratsinske nám. 1, prízemie, č. dveri 105/A, Otvorené: Po-Pia: 8³⁰-17⁰⁰

68-011

SUPER EXPRES s.r.o.
 Bardejovská 1E
 Prešov
 pondelok - piatok
0949 009 999

VÝVOZ ŽÚMP

- Vytiahnutie ORL, lapača tukov
- Vytiahnutie žumpy
- Čistenie upchatej kanalizácie

www.superexpres.sk

83_0004

JAHODY
 5 € / 2 kg košík
 dovezieme bezplatne až k Vám domov
 objednávky na tel:
 0907 263 750, FB: ovocie a zelenina na kolesách

ovocie a zelenina NA KOLESÁCH

58_0093

Čalúnnictvo
 Slánska 8, Prešov
 Tel: 0911 567 934
 georgijrsev@gmail.com

V ponuke aj predaj čalúnnickej kože
od 26 €, bez DPH

Chcete INZERÁT?
0905 719 145

PROFESIONÁLNE ČISTENIE a MAĽOVANIE BRIZOLITU, FASÁD, STRIECH

BRIZOLIT a FASÁDY - oprava prasklín, vysrávky pred maľovaním
STRECHA - brúsenie, odmastenie pred čistením a maľovaním

ZAMERANIE A CENOVÁ PONUKA ZDARMA
0940 200 989

66-91-2

MALIARSTVO

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

0940 167 755



Ponúkame Vám profesionálne stavebné služby:

- Rekonštrukciu a zateplenia fasád rodinných domov
- Rekonštrukcie interiérov
- Obkladačské práce
- Montáž sadrokartónových priečok a stropov

0950 712 496

f Maliarske práce – striekanie brizolitov, strechy

0905 939 254

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

25_0007

53_0165

KOVANÉ BRÁNY A PLOTY s.r.o.
 Granč-Petrovce, Školská 45/7
0902 277 330
 www.kovanebranyaploty.sk
 kovanebranyaplotysro@gmail.com
 f Kované brány a ploty

PODLAHÁRPREŠOV s.r.o.

 • POKLÁDKA PVC PARKIET PLÁVAJÚCICH
 • PODLÁH, KOBERCOV • NIVELIZÁCIA PODKLADU
 • RENOVÁCIA PARKIET
 • LIATE PODLAHY
0905 577 155
0905 682 471
 www.podlaharprešov.sk

MURÁRSKE PRÁCE
ZÁMKOVÉ DLAŽBY
ZATEPLOVANIE DOMOV
MUROVANÉ PLOTY
 tel: 0948 132 579

AUTOSKLO
 PREŠOV
 ZMLUVNÝ PARTNER VŠETKÝCH POISŤOVNÍ • MOBILNÝ SERVIS
 SKLÁ NA VŠETKY DRUHY OSOBNÝCH, NÁKLADNÝCH VOZIDIEL A AUTOBUSOV
0905 242 383 • www.autosklopo.sk
 AUTOSKLO PREŠOV - Košická 20, Prešov 080 01

VÝKUP STARŠÍCH VOZIDIEL STAČÍ ZAVOLAŤ PRÍDEME KEDYKOLVEK
ODŤAHOVÁ SLUŽBA
 FORMALITY VYBAVÍME ZA VÁS
PENIAZE V HOTOVOSTI IHNED
 sídlo Sabinov **0917 722 447**
 kalejatransport@gmail.com

Nábytok AJA Prešov, s.r.o.
 Priemyselné centrum - Šalgovik
NAJLACNEJŠIE VSTAVANÉ SKRINE A NÁBYTOK NA MIERU
 tel: 0910 366 966
 AJA Prešov, s.r.o.
 www.ajanabytok-presov.sk
 aja.presov.sro@gmail.com

Nákup a predaj druhotných surovín
 VÝHODNÉ CENY pri väčšom množstve dohodou
 Vykupujeme meď, mosadz, bronz, hliník, piliny z farebných kovov, olovo, cín, nerez, žalúzie, hliníkové plechovky, papier
FERE PREŠOV Za Kalváriou 3
 tel: 0905 962 799, 0915 658 107

Čistenie hrobov a dosekávanie písma
AKCIA! Používame materiál nemeckej kvality
 pred po
 jednohrob 65€
 dvojhrob 95€
 maľba písma 1,30€/znak
 dosekávanie písma od 79€
 impregnácia a doprava **zdarma!**
 Predaj a montáž svetníkov a váz za zvýhodnené ceny
0902 509 700
 Výmena krycích dosiek, pomníky s nápismi, náhrobné fotky, tabuľky s menami, čistenie zámkových dlažieb
www.cisteniehrobovsaris.sk

Vstavané skrine • Šatníky
 Kuchynské linky • Kancelársky nábytok

OBNOVA STRECH Reálna záruka 12 ROKOV Obhľadka ZDARMA
 Jarná AKCIA!
 • PRIEMYSELNÉ BUDOVY • BYTOVÉ JEDNOTKY • SKLADOVÉ PŘESTORY
ETERNITOVÉ a PLECHOVÉ (aj PLOCHÉ) strechy
 INDEX 3D PVC
 • VÝMENA ODKVAPOVÝCH ŽLABOV
 • OBNOVA KOMÍNOV
 • OBNOVA KANADSKÉHO ŠINDLEA
0949 765 613

28. mája 1999
 v Miláne po 22 rokoch reštaurácie bolo sprístupnené majstrovské dielo **Leonarda da Vinci Posledná večera**
Výročia a udalosti

DASON dason.sk
 ... sme s vami v každom počasi.
ŽALÚZIE | MARKÍZY ROLETY SIETE PROTI HMYZU
 japonské zásteny, rolety látkové, plissé, vertikálne žalúzie látka, drevo, strings, žalúzie hliník, bambus, drevo
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
 Vzorková predajňa Levočská 11, Prešov
 tel: 051 7765 451
 0949 056 793
 0907 120 716
 Po, Ut | 8:30-16:30 • Str | 8:00-17:30 • Št | zatvorené • Pia | 8:30-15:00

ARCHEUS sieť realitných kancelárií
 PRE KLIENTOV S HOTOVOŠŤOU AJ OVERENÝM FINANCOVANÍM HLADÁME:
 18 ROKOV NA TRHU
 16 x NA SLOVENSKU
 PETER KNAP 0918 828 665
 ZUZANA BIELOUSOVÁ 0905 665 563
 4i BYT ALEBO 4i DOM V PREŠOVE A BLÍZKÝCH OBCIACH. BUĎ KOMPLETNÁ REKONŠTRUKCIA ALEBO NOVOSTAVBA.
 3-IZBOVÝ BYT V PREŠOVE. MÔŽE BYŤ AJ V PŮVODNOM STAVE. DO 125 000€.
 NIKOLA KNAPOVÁ 0905 665 568
 JÁN PRUSÁK 0948 099 333
 2-IZBOVÝ BYT ASPOŇ PO ČIASTOČNEJ REKONŠTRUKCII. KDEKOLVEK V PREŠOVE, OKREM SEKČOVA.
 2 ALEBO 3-IZBOVÝ BYT NA SÍDLISKU 2 ALEBO SÍDLISKU 3 V PREŠOVE. S MUROVANÝM JADROM. KLIENT MÁ SCHVÁLENÉ FINANCOVANIE.
 RÓBERT DEMČÁK 0948 263 567
 SYLVIA STOLARIKOVÁ 0908 941 184
 STARŠÍ, OBYVATELNÝ DOM NA DEDINE V OKOLÍ PREŠOVA. S POZEMKOM ASPOŇ 600 m².
 RODINNÝ DOM (MAX. 20 ROČNÝ) ALEBO POZEMOK NA VÝSTAVBU. SABINOV A OKOLIE.
 PREŠOV / SABINOV WWW.ARCHAEUS.SK

Kamenárstvo TILAS
 Vašim spomienkam dávame pevný kameň.
 • žulové pomníky
 • dosekávanie dátumov
 • kuchynské pracovné dosky
0917 152 484
 timkop@azet.sk www.kamenarstvotilas.sk

VÁŠ SUVERÉNNY V EURÓPE



Vol'te 23

Igor **15**
ŠIMKO

35 rokov | rodený Košičan | poslanec NRSR

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 
z Košického kraja

DAJME VÝCHOD NA PRVÉ MIESTO!



Správna voľba

46% ZĽAVA

0.79*

0.42

(100 g = 0,21)

Smetanový mňam jogurt

200 g

rôzne druhy



30% ZĽAVA

0.79

0.55

Trvanlivé mlieko

1 l

polotučné

1,5 % tuku



31% ZĽAVA

1.89

1.29

(1 l = 0,52)

Pepsi/Pepsi Zero/Mirinda/7 UP Zero

2,5 l

+ záloh za obal 0,15 €



41% ZĽAVA

1.89

1.11

(1 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

6.72***

3.79

Konzumné zemiaky ružové

5 kg balenie

varný typ B - prílohové

prané

1 kg iba

0.76



52% ZĽAVA

4.00***

1.89

Nektárinky

750 g balenie

(1 kg = 2,52)



Lidl STÁNOK DENNE ČISTÝE

33% ZĽAVA

5.98

3.99

Mleté bravčové mäso XXL

1 kg balenie

z plecka



XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL XXL



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

*Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu. **Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávaneho produktu zaradeneho do stáleho sortimentu spoločnosti Lidl Slovenská republika, s.r.o. pri prepočte na hmotnosť produktu z akčiového týždňa. ... a mnoho ďalších výrobkov na 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.

CSCARGO Pridaj sa do nášho tímu!

Spoločnosť **C. S. CARGO Slovakia**, a.s. prijíma do pracovného pomeru:

VODIČA s VO sk. C+E

pre pobočku do Novej Polhory do spoločnosti C.S.CARGO Slovakia

Rozvoz tovaru po Slovensku v kombinácii po štátoch EÚ - Česko, Nemecko,

/ 1 krát do mesiaca do štátov EÚ/, prevažne sa jazdí v noci. Parkovanie áut v Prešove.

• POŽADUJEME:

vodičský preukaz skupiny C+E (prax min. 6 mesiacov), kvalifikačná karta vodiča, karta vodiča, zdravotná spôsobilosť, psychotesty, zdravotný preukaz pracovníka v potravinárstve.

• PLATOVÉ PODMIENKY:

Hrubá mzda sa skladá: z fixnej zložky 866 €+ variabilná zložka + diéty v zmysle cestovných náhrad. Priemerný čistý príjem pre vodiča od min. 1300 € do max. 1800 €. Bližšie informácie ohľadne platu na osobnom pohovore. Všetko cez výplatnú pásku. Výplata načas.

• ZAMESTNANECKÉ VÝHODY a BENEFITY:

skvelý, tímový kolektív, dochádzkový bonus, vernostný program, pravidelný príjem v presnom výplatnom termíne, fixné pridelenie vozidla uplatnenie rekreačných poukazov po 2 rokoch trvania TPP, pracovné pomôcky, školenia pre vodičov, VZV, sociálne istoty

Kontakt: praca@cscargo.eu

Tel. 0917 917 416 alebo 0903 468 003

Mechanizátor poľnohospod. podniku v Malom Šariši

pre komplexné riadenie
mechanizácie a strojových
zariadení pre potreby podniku

MZDOVÉ PODMIENKY:

1.400 - 1.600 EUR/MESIAC

NA ZÁKLADE PREDCHÁDZAJÚCEJ
PRAXE V ODBORE



Mail: petronela.matejkova@slovenskefarmarske.sk

Kontakt: **0905425845**

ubytovanie vieme zabezpečiť

**SLOVENSKÉ
FARMÁRSKE
A. S.**

Agronóm pre oblasť Prešov

Riadenie rastlinnej výroby
v poľnohospodárskom podniku

MZDOVÉ PODMIENKY:

1.600 - 1.800 EUR/MESIAC

NA ZÁKLADE PREDCHÁDZAJÚCEJ
PRAXE V ODBORE



DACHMANN

www.dachmann.sk

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

DREVENÉ A HLIČNÍKOVÉ
OKNÁ

SERVIS A OPRAVA OKIEN



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

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

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

ŠUMNÁ STRECHA

-nátery striech
-nátery kostolov
-oprava komínov

MICHAL

0908 337 893

**INZERÁT,
KTORÝ
PREDÁVA**

0905 719 145

www.mojinzerat.sk UŽITOČNÉ KONTAKTY

44 ročný slobodný katolík hľadá
ženu bez záväzkov na vážny vzťah
0944 507 342

FÚKANÁ IZOLÁCIA

minerálna vata, celulóza

0 9 0 8 6 5 8 9 1 0

využite dotáciu
JM carpentry sro

PLECHOVÁ STREŠNÁ KRYTINA

cena za materiál a prácu 26,99 € / m²

0915 470 099 | ŽĽABY - HLIČNÍK 20€/m

Realizujeme STROJOVÉ POTERY A OMIETKY

0948 300 988

PRIJMEME OPERÁTOROV DO AUTOMOBILOVEJ VÝROBY

NA TPP V MALOM ŠARIŠI

Práca na zmeny

Mzda od 820€ /brutto + odmeny a príplatky

Stravné lístky 6,20 €/kus/deň

VOĽNÉ SÚ AJ INÉ PRACOVNÉ POZÍCIE



Pre viac info: 0948 732 714

presov@mahax.sk MAHAX Slovakia, s.r.o

PRIJMEME

VODIČOV VZV-
ELEKTRICKÝ

PRÁCA V ČR,
MZDA OD 1 350€

Vykládka a naktádka komínov v hale. Ubytovanie,
doprava zabezpečené a hrazené. Príspevok na stravovanie,
výkonnostný bonus, príplatky za nočné a nadčasy, prémie
k dispozícii nonstop koordinátor. **00420 604 515 863**

PRIJMEME SKLADNÍKOV S VZV DO AUTOMOBILOVEJ VÝROBY

NA TPP V MALOM ŠARIŠI

Práca na 3 zmeny

Mzda 1090€ /brutto + odmeny a príplatky

Stravné lístky 6,20 €/kus/deň



Pre viac info: 0948 732 714

presov@mahax.sk MAHAX Slovakia, s.r.o

AKCIOVÁ CENA



205/55 R16 91V
CINTURATO P7

74,90 €

MIKONA
... ON THE ROAD

INZERÁT? Chcete

0911 293 742

PROFI-STRECHA

•NÁTERY
STRIECH

•NÁTERY VO VÝŠKACH

•NÁTERY KOSTOLOV

•OPRAVA A MUROVANIE

KOMÍNOV

•VÝMENA STRIECH

0940 973 777

FARBA KTORÁ VYDRŽÍ
ZA PRIATEĽNÚ CENU

JS
agrotechnika

**PNEUSERVIS
AGRO A LKW**
A PREDAJ PNEUMATÍK



Zavolajte nám
0905 788 602



Pozrite si viac!
www.jsagrotechnika.sk



Navštívte nás!
Kpt. Nálepku 19
083 01, Sabinov
autobusová stanica

KANALIZÁCIE



ČISTENIE • MONTÁŽ • MONITORING • OPRAVA

PREPICHY CIEST - PRÍPOJKY

0918 520 333

Bezplatný týždenník

PREŠOVSKO
SABINOVSKO

EV 6205/24

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

Ročník 1, Vydanie 3, týždeň 20/2024.

Redakcia: Budovateľská 50
PREŠOV
presovsko@regionpress.sk

INZERCIA

Monika Janovčíková 0905 719 145
janovcikova@regionpress.sk
Stanislav Bodnár 0911 293 742
bodnar@regionpress.sk
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.skVychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (49.940 domácností)

pámy týždeň: Bzenov, Demjata, Fríčovce, Chmelov, Kapušany, Kendice, Kokošovce, Lubotiče, Pušovce, Sedlice, Prešov, Veľký Šariš, Dačov, Drienica, Jakubovany, Sabinov, Lipany, Brezovica, Kamenica, Pečovská Nová Ves, Šarišské Michaľany**nepámy týždeň:** Drienov, Drienovská Nová Ves, Dulova Ves, Fintice, Haniska, Hermanovce, Chminianska Nová Ves, Lada, Lemešany, Ličartovce, Malý Šariš, Petrovany, Ruská Nová Ves, Sedlice, Široké, Tulčák, Vráž, Vysňá Sebastová, Župčany, Prešov, Sabinov, Krivany, Ražňany, Šarišské Dravce, Rožkovany, Šarišské Sokolovce, Torsya a Dubovica, Nižný Slavkov

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

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade, 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-ŠALANSKO
HC	30.330	HÍHOVECKO-SEREDSKO
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO
LV	30.580	LEVIČKO
MA	29.680	MALACKO
NR	54.170	NITRIANSKO
NZ	35.050	NOVOZÁMOKO
PK	22.970	PEZINSKO
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35.420	SENECKO
SE	36.750	SENIČKO-SKALICKO
TO	41.930	TOPOĽČIANSKO-PE-BN
TN	60.750	TREŇČIANSKO-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
PU	33.590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40.150	PRIEVIDSKO
ZV	38.400	ZVOLENSKO-DT-KA
ZH	26.880	ZIARSKO-ZC-BŠ
ZA	50.780	ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

BJ	37.210	BARDEJOVSKE-SK-SP
GE	30.830	GEMERSKO-RV-RS-RA
HU	27.190	HUMENSKO-VF-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
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL

Občianska
riadková
inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

08 STAVBA

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:

RPmedzera P0 medzera
Číslo rubrikymedzera Text
inzerátu

Príklad:

RP PO 12 Predám kočík,
0987 654 321.Riadková inzercia realit
je od 26.10.2023 zrušená,
inzerát si môžete podať
len cez www.mojinzerat.skSpätnou 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. **Upozornenie! Služba nefunguje u operátora 02 a 4ka.****TIP 1:** Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať.**TIP 2:** Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, **XX** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete v tiráži. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

REGIONPRESS

- Noviny celá SR
- Google reklama
- tvorba webstránok
- tvorba e-shopov
- Facebook reklama

0905 719 145
0911 293 742

Treba opäť vstať

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

Život nám niekedy uštedrí poriadnu facku 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 neprijemná 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 nejestvuje. S inými ťažkosťami sa, naopak, môžeme a dokážeme popasovať. Najskôr je, pravdaže, potrebné sa trochu 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. Sprevdávajú ho totiž obavy, ako to zvládneme a či sa nedopustíme 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

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

- Stavba trojvrstvových komínov
- Prestavby nadstrešných častí komínov
- Rekonštrukcia a sieťkovanie komínov
- Montáž realizujeme za jeden deň

frézovanie od 15€/bm

OBHĽIADKA KOMÍNOV ZDARMA

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA 35% na materiál

0904 157 144, 0903 874 784

24-0036

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA

0905 719 145

STRECHA.KE
Kvalitne, rýchlo a lacnejšie

Rýchla obnova eternitových, plechových a šindľových striech 3D lepenkou bez nutnosti demontáže starej strechy a pôvodnej krytiny.
Oprava komínov.

ZADARMO!
Obhliadka a zmeranie

Kontakty: 0944 359-720, e-mail: strecha.ke@gmail.com, FB Strecha.Ke

REGIONPRESS

Po prečítaní noviny odhodte do triedeného odpadu / PAPIER /

22. mája 1908
bratia Wrightovci patentovali svoje lietadlo

Výročia a udalosti

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Nakúpte výhodne vo vybraných E-shopoch

decoreum.sk

44,91
EUR
49,90

DETSKÁ STOLNÁ LED LAMPA PSÍK

-10%

decoreum.sk

40,50
EUR
45,00

6X SOLAR LED ZÁHRADNÉ SVIETIDLO LANTERN FILAMENT

-10%

Využite kód:

OPLATISA10Pre získanie zľavy zadajte kód **OPLATISA10** do poľa pre zľavový kupón v nákupnom košíku e-shopu.

PONUKA TLAČE

letáky
vizitky
plagáty
etikety
katalógy
kalendáre
spravodaje
časopisy



REGION PRESS
www.regionpress.sk

INZERÁT? Chcete
0911 293 742

MIMORIADNA AKCIA

PREDAJŇA NÁBYTKU

N-NABYCOM[®]

Výrazné
zľavy

10-50%

Tel.: 051/773 25 51

ČLEN SKUPINY
NÁBYTOK PREŠOV A.S.

MASARYKOVA 8, PREŠOV
WWW.NABYTOKEU.SK

Čujte.sk

Potulky Trenčianskym
krajom.

www.cujte.sk

zdroj foto: OČK Region Trenčín

www.mojinzerat.sk

INZERÁT TU UŽ OD 4 EUR

24. mája 1993

Eritrea získala nezávislosť od Etiópie

Výročia a udalosti

28. mája 1999

v Miláne po 22 rokoch reštaurácie bolo sprístupnené majstrovské
dielo **Leonarda da Vinci Posledná večera**

Výročia a udalosti

Chcete?
INZERÁT

0905 719 145

REGIONPRESS

- Noviny celá SR
- Google reklama
- tvorba webstránok
- tvorba e-shopov
- Facebook reklama

0905 719 145

0911 293 742



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_{s.r.o.}

www.tonystav.sk
+421 911 639 003
Košícké Olšany 229

KAMEŇOVO

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

EXPRESNÁ PREPRAVA TOVAROV
V RÁMCI KOŠICKÉHO A PREŠOVSKÉHO KRAJA!

Mení sa aj suma predčasného starobného dôchodku

Zmeny v predčasnom starobnom dôchodku

Žiadateľov o predčasný starobný dôchodok čakajú od 15. mája 2024 dve významné zmeny. Na základe nedávno schválenej novely zákona o sociálnom poistení sa bude v závislosti od ročníka narodenia poistenca postupne o dva mesiace predlžovať potrebné odpracované obdobie pre vznik nároku na predčasný dôchodok a zmení sa aj spôsob určenia sumy tohto dôchodku.

Všetky predčasné starobné dôchodky s dátumom priznania po 14. máji 2024 sa budú znižovať bez ohľadu na počet získaných odpracovaných rokov o 0,5 % za každých začatých 30 dní, ktoré poistencovi zostávajú do dovŕšenia dôchodkového veku.

Zmena v podmienke odpracovaného obdobia

Od 15. mája 2024 sa menia podmienky, za ktorých je možné priznať predčasný starobný dôchodok viac ako dva roky pred dovŕšením dôchodkového veku. Potrebné odpracované obdobie, teda obdobie, ktoré ak poistenc získa, môže za splnenia ostatných podmienok ísť do predčasného starobného dôchodku aj viac ako dva roky pred dovŕšením dôchodkového veku – doteraz známe

ako predčasný starobný dôchodok po 40-tich odpracovaných rokoch, sa bude postupne navyšovať o dva mesiace v závislosti od ročníka narodenia poistenca. „Znamená to, že už nebude platiť podmienka získania 40 odpracovaných rokov. Potrebné odpracované obdobie Sociálna poisťovňa na základe novely zákona určí ako rozdiel všeobecného dôchodkového veku neznižovaného za výchovu detí pre konkrétny ročník narodenia a čísla 23,“ približuje Sociálna poisťovňa a uvádza príklad:

Potrebné odpracované obdobie poistencov narodených v roku 1965 je 40 rokov a 10 mesiacov, teda 63 rokov a 10 mesiacov – 23.

Dôchodkový vek je v súčasnosti známy pre poistencov narodených pred 1. januárom 1967, a to 64 rokov. „Ak všeobecný dôchodkový vek pre konkrétny ročník ešte nie je známy, na účely určenia potrebného odpracovaného obdobia sa posledný určený všeobecný dôchodkový vek zvýši o dva mesiace za každý ročník, pre ktorý dôchodkový vek nie je známy,“ popisuje Sociálna poisťovňa a uvádza príklad:

Na účely určenia potrebného odpracovaného obdobia pre poistencov



Ilustračné foto.

zdroj foto pasjar1000 pixabay

narodených v roku 1968 sa použije všeobecný dôchodkový vek 64 rokov a 4 mesiace. Posledný známy všeobecný dôchodkový vek je pre ročník 1966 a je 64 rokov, teda je potrebné pripočítať 4 mesiace za dva ročníky, ktorých dôchodkový vek nie je známy). Potrebné odpracované obdobie pre ročník narodenia 1968 je 41 rokov a 4 mesiace, teda 64 rokov a 4 mesiace – 23.

Suma predčasného starobného dôchodku

Druhou zmenou od 15. mája 2024 je zjednotenie percenta, o ktoré sa znižuje

je suma predčasného starobného dôchodku za obdobie od jeho priznania do dovŕšenia dôchodkového veku. Už nebude rozdielne 0,3% alebo 0,5% v závislosti od toho, či poistenc získa potrebný počet odpracovaných rokov alebo nezískal. „Všetky predčasné starobné dôchodky s dátumom priznania po 14. máji 2024 sa budú znižovať bez ohľadu na počet získaných odpracovaných rokov o 0,5% za každých začatých 30 dní, ktoré zostávajú do dovŕšenia dôchodkového veku,“ uzatvára Sociálna poisťovňa.

» ren

ERA[®]

POHREBNÉ SLUŽBY

Nájdete nás:

Krátka č. 7, Prešov
17. novembra 68, Sabinov
Doliny 38, Veľký Šariš

www.psera.sk

Nonstop linka ☎ 0918 560 422



Sanas[®]
VÝROBA NÁBYTKU

**KU KAŽDEJ KUCHYNI SANAS
VYBRANÁ CHLADNIČKA
LIEBHERR**

LEN ZA 1€



MAX
zábavné
obchodné
centrum

ZOC MAX PREŠOV
VIHORLATSKÁ 2A

**NÁBYTOK
SANAS SABINOV**
NÁMESTIE SLOBODY 61

Minimálna cena kuchyne pre uplatnenie akcie 1500 € bez spotrebičov a DPH.

25_0049

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 pitia 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, 200 g mletých mandlí, 200 g masla, 100 g práškového cukru, 2 žltka, 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 rozvalkáme 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 vrecko na zdobenie. Plech vystelieme papierom na pečenie a pomocou vrecka 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 vlahnú 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 lúhovať maximálne tri minúty. Počas dňa môžeme siahnuť po rôznych druhoch zelených čajov, prípadne zvoliť čaj bylinkový či ovocný. Večer môže byť zasa



Ilustračné foto.

zdroj foto congerdesign pixabay



Ilustračné foto.

zdroj foto sohag_hawlander 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 odstáť 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, vsypeme 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

**INZERÁT,
KTORÝ
PREDÁVA**

0905 719 145

STRECHY - MONTÁŽ - VÝMENA

- PLECHOVÉ
 - ŠKRYTOVÉ
 - ŠINDĽOVÉ
 - HYDROIZOLÁCIE
 - VÝMENA RÍN
 - LIKVIDÁCIA AZBESTU
 - ZATEPLENIE DOMOV
 - PRÍSTAVBY
 - BYTOVÉ JADRÁ
 - ELEKTROINŠTALÁCIE
 - POTERY, OMIETKY
 - VODA, KÚRENIE
- 0948 107 877**

eko^{max}

Jarná AKCIA
na kvalitné briкеты, pelety a drevo

Doprava
v rámci celej SR
ZDARMA

Bukové briкеты

960 kg / ~~285€~~ **252€**
600 kg / ~~285€~~ **195€**

Smrekové peletky A1

1005 kg / ~~310€~~ **292€**
780 kg / ~~265€~~ **249€**

Drevo v kliečke

1 prm / **172€**
1,7 prm / **210€**

OBJEDNAJTE: 0918 348 999

www.ekomax.sk

info@ekomax.sk

Akcia platí do vyčerpania zásob

OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH,
KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

BITUMÉNOVOU LEPENKOU
bez demontáže pôvodnej krytiny

⇒ zameranie ⇒ odborné poradenstvo
⇒ cenová kalkuluácia ZDARMA!!!

NON STOP - 0944 720 932

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽĽABOV

Gotický kostol v Plešivci

V kostole Reformovanej kresťanskej cirkvi v Plešivci sa podarilo oživiť pamiatky a maľby, ktoré nám ponúkajú hodnotný pohľad do stredovekých čias. Nový život dostali najvzácnejšie a najoslnivejšie časti kostola - jeho gotické fresky. Pozornosť bola venovaná ich zreštaurovaniu a prezentácii v ich najlepšej možnej podobe.

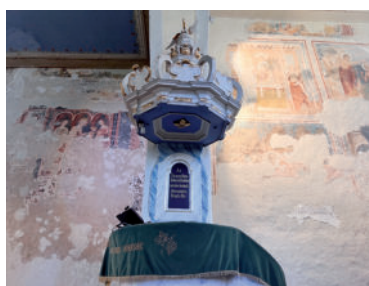
Gotický kostol v Plešivci je skutočným pokladom gotickej architektúry. Stavba zo 14. storočia s bohatou freskovou výzdobou, s pohrebnou kaplnkou a klasicistickou zvonnicou je rodovým kostolom rodiny Bubekovcov. Vďaka zachovanej freskovej výzdobe výnimočnej kvality patrí medzi významné kultúrne pamiatky, pričom sa od roku 2022 hrdí značkou Európske kultúrne dedičstvo. „Gemer sa pomaly stáva umeleckým srdcom turistického mapy Košického kraja a jeho pôvab a históriu si už teraz môžu návštevníci naplno užiť. V rámci dotačného programu Terra Incognita sme investovali 13 tisíc eur do obnovy fascinujúcej freskovej výzdoby. Cieľom projektu bolo odstránenie najväčšej bariéry, prístupnosti kostola širokej verejnosti a zveladenie malieb nachádzajúcich sa v interiéri. Táto iniciatíva nám umožnila znovu obdivovať majstrovstvo a talent autorov, ktorých umelecké korene siahajú až do Talianska,“ povedal Rastislav Trnka, predseda Košického samosprávneho kraja.

Gemerské turistické bohatstvo

Región Gemer ponúka krásy prírody,

hodnotné historické pamiatky, podzemné unikátne jaskyne, tradície, ale aj gastronomické zážitky. Najvýznamnejšie turistické lokality tohto kedysi banického regiónu hrad Krásna Hôrka, Gombasecká jaskyňa či Betliar, dopĺňajú ďalšie atraktívne miesta, ako sú neďávno otvorený Zipline v Gombaseku, Včelí raj v Betliari alebo virtuálni sprievodcovia po gemerských kostolíkoch Štítnického okruhu, do ktorého patrí Kostol reformovanej kresťanskej cirkvi v Plešivci spolu s evanjelickými kostolmi v Štítniku, Ochtinej a Kocelovciach, teda štyri autentické sakrálne stavby, ktoré sú súčasťou vyhľadávanej Gotickej cesty. Keďže spojenie medzi jednotlivými kostolmi je pre turistov pomerne náročné, ponúka Košice Región Turizmu na trase Plešivec - Štítnik - Ochtina - Kocelovce - Štítnik pravidelne každú sobotu od 15.6. do 14.9.2024 prepravu mikrobusem po Gotickej ceste.

Informácie a foto poskytl Krajská organizácia cestovného ruchu Košice Región Turizmu



» [ren](#)



GS EUROSTONE
kamenárstvo

VOLAJTE
0915 873 738



PRVOTRIEDNA KVALITA
VŽDY NAJLEPŠIE CENY

NÁHROBNÁ TABUĽA OD 390 EUR
POMNÍK OD 1 390 EUR



01 POMNÍKY

Záhradkové
Americké
Urnové



02 DOSKY

Kuchynské dosky
Umývadlové dosky
Barové pulty



03 OBKLADY

Krbové obklady
Parapety, Dlažby
Schody, Schodiská

CINTORÍNSKE VÝROBKY

KAMENÁRSKE VÝROBKY

WWW.KAMENARSTVO-GS.SK

Právo na prvé zamestnanie

Desiatky mladých ľudí získavajú svoje prvotné pracovné skúsenosti vďaka projektu štátnej pomoci Právo na prvé zamestnanie. Tento projekt im pomôže získať požadované pracovné zručnosti a zároveň umožní zamestnávateľom získať nových pracovníkov.

Súčasťou projektu je možnosť pre zamestnávateľov zaškoliť nových pracovníkov takmer bezplatne, pričom rezort práce preplatí 90 % celkovej ceny práce zamestnanca po dobu 6 mesiacov. Žiadať o príspevok na podporu pracovného miesta v rámci tohto projektu je možné na úradoch práce, sociálnych vecí a rodiny.

Projekt cieľi na mladých ľudí

Cieľom projektu Právo na prvé zamestnanie je podporiť vznik pracovných miest pre nezamestnaných. Je určený pre všetkých uchádzačov o zamestnanie, ktorí sú evidovaní na úradoch práce, sociálnych vecí a rodiny minimálne dva mesiace a ešte nemali pracovný pomer trvajúci viac ako šesť po sebe nasledujúcich mesiacov. „Projektom cieľime najmä na mladých ľudí, ktorí skončili strednú alebo vysokú školu a ešte nemajú pracovné skúsenosti. Často sa pre nich vzniká paradoxná situácia, kedy zamestnávateľia od nich vyžadujú skúsenosti, no noví absolventi nemajú možnosť získať túto prax inde ako práve v zamestnaní,“ uviedol minister práce, sociálnych vecí a rodiny Erik Tomáš. „Projekt Právo na prvé zamest-

nanie preto umožňuje zamestnávateľom nových zamestnancov takmer bezplatne zaškoliť a zapracovať,“ dodal minister práce.

Poskytujú finančný príspevok

V rámci projektu sa poskytuje finančný príspevok zamestnávateľom, ktorí na vytvorené pracovné miesta príjmu uchádzačov o zamestnanie z oprávnenej cieľovej skupiny projektu. „Jednou z podmienok je uzatvorenie pracovného pomeru na dobu určitú s podmienkou zamestnávania po dobu minimálne 12 mesiacov, poprípade na dobu neurčitú. Rozsah uzavretého pracovného pomeru musí byť najmenej polovica ustanoveného týždenného pracovného času. Finančný príspevok sa poskytuje jednorazovo na obdobie najviac 6 mesiacov, do 15 kalendárnych dní od dátumu nadobudnutia účinnosti dohody o jeho poskytnutí. Ďalších 6 mesiacov je zamestnávateľ povinný udržať pracovné miesto bez príspevku. Mesačný príspevok zamestnávateľovi sa poskytne na úhradu časti celkovej ceny práce na jedno vytvorené pracovné miesto na jeden mesiac vo výške 90 percent celkovej ceny práce zamestnanca, najviac vo výške 1 318,53 eur mesačne,“ priblížil rezort práce.

Realizácia projektu Právo na prvé zamestnanie je plánovaná do konca roka 2024. Na tento pilotný projekt je vyčlenených 13 miliónov eur zo štátneho rozpočtu Slovenskej republiky.

» [ren](#)

Zakladáme minijazierko

Vodný prvok dokáže skrášliť každý priestor a zlepšiť aj mikroklimu. Vhodným riešením môže byť jazierko. Ak po ňom túžite, založiť si ho môžete nielen v záhrade, ale aj na balkóne či terase.

Menšie jazierko nevyžaduje veľa priestoru a ani starostlivosti, a tak, ak chcete mať v menšej záhrade či na balkóne vodu, táto forma je pre vás ideálna. Vytvorí si ho môžete celkom jednoducho, postačí zopár drobností, ktoré zakúpíte v predajniach pre záhradkárov, niečo možno nájdete aj doma.

Budeme potrebovať:

- nádobu – môže to byť starší sud, koryto či plechová vanička, kaďa alebo veľký kvetináč – myslíte však na to, že by mala mať objem aspoň 25 litrov,
- hrubá čierna fólia,
- vodné rastliny – o ich výbere sa poraďte v záhradníctve. Môžete si zvoliť veľmi efektívne na hladine plávajúce rastliny, prípadne lekná, napríklad: Hyacint spec - veľmi pekná na hladine plávajúca rastlinka, kvitne fialovými kvetmi a obľubuje slnko, prípadne Leknica Nuphar - rastie v stojatých alebo pomaly tečúcich vodách, listy a kvet plávajú na hladine a obľubuje najmä

slnečné stanoviská
• kamene.

Takto sa to podarí:

- zvolte si nádobu a poriadne ju očistite,
- keďže nádoba musí byť vodotesná, vyložte ju hrubou čiernou fóliou,
- na dno nádoby umiestnite kamene a kvetináče či košíky s vodnými rastlinami – v hlbšej kadi môžete pokojne pestovať aj lekná,
- nádobu napustíte vodou.

Nezabudnite: Pamätajte aj na prezimovanie vodných rastlín. Premiestniť ich v zimnom období môžete, prípadne aj s celou nádobou napríklad do chladnej pivnice.



» ren

zdroj foto rgerber pixabay

Linka pomoci pre deti

Deti sa môžu stretnúť s násilím, ktoré má veľa podôb. Či už je to násilie fyzické, psychické, sexuálne, týranie, zanedbávanie, šikanovanie, kyberšikanovanie, sebapoškodzovanie. Pre všetky deti, ktoré sa ocitli vo vážnej situácii a hľadajú pomoc alebo niekoho s kým sa o tom môžu porozprávať je k dispozícii **Národná linka na pomoc deťom v ohrození VIAC AKO NI(c)K**.

Národná linka na pomoc deťom v ohrození VIAC AKO NI(c)K funguje na štyroch základných pilieroch, ktorými sú súkromie, dôvera, riešenia a zodpovednosť. Vysokoškolsky vzdelaní, odborne vyškolení konzultanti poskytujú rýchlu pomoc formou dištančného online poradenstva, prevencie, ale aj krízovej intervencie prostredníctvom človeka a e-mailovej komunikácie. Komunikácia na webovej stránke www.viacakonick.sk alebo cez mobilnú aplikáciu formou, prípadne prostredníctvom emailu na adrese pomoc@viacakonick.gov.sk umožňuje deťom a mladým ľuďom, aby sa mohli s dôverou kedykoľvek obrátiť a najšť riešenie ich situácie nepretržite 24/7, teda 24 hodín denne a 7 dní v týždni.

Linka je anonymná a bezplatná

Národná linka na pomoc deťom v ohro-

zení VIAC AKO NI(c)K je anonymná a bezplatná, dopĺňa systém už existujúcich liniek, ktoré rovnako pomáhajú a radia ľuďom v rôznych ťažkých životných situáciách. Dištančná forma pomoci zabezpečuje je maximálne súkromie a priestor zdôveriť sa. Na linku sa môžu obrátiť aj deti, ktoré poznajú vo svojom okolí mladého človeka s problémom a chcú mu pomôcť. Rovnako tak môžu národnú linku kontaktovať aj dospelí klienti s podnetom k riešeniu prípadu násilia na dieťaťi.

Ochrana detí pred násilím

Národná linka na pomoc deťom v ohrození je jednou z aktivít Národného projektu Prevencia a eliminácia násilia a sociálneho vylúčenia prostredníctvom národných liniek pomoci, ktorého cieľom je zefektívnenie systému ochrany detí pred násilím, zvýšenie efektivity subjektov pri riešení problematiky násilia páchaného na deťoch, zvyšovanie profesionality, informovanie odbornej i laickej verejnosti o danej problematike. Národný projekt implementuje Ústredie práce, sociálnych vecí a rodiny Bratislava a odborným garantom je v rámci MPSVaR SR Národné koordináčne stredisko pre riešenie problematiky násilia na deťoch.

» red



Po prečítaní noviny odhod'te do triedeného odpadu / PAPIER /

25. mája 1898

v Prešove vznikol najstarší futbalový klub na Slovensku **Tatran Prešov**, vtedy pod názvom ETVE Prešov (Eperjesi Torna es Vivo Egyesület)

Výročia a udalosti

Kolagén, ktorý si podmaňuje zdravie aj krásu naraz!

V posledných rokoch sa o kolagéne hovorí stále častejšie. Celosvetové štúdie preukázali, že správne užívanie kolagénu pomáha pri súvislosti so starnutím a pohybovými problémami.

Kolagén je bielkovina, ktorú tvorí skladba 19 aminokyselín prospešných pre ľudský metabolizmus a jeho správne fungovanie. Tieto bielkoviny sú dôležitým stavebným prvkom.

Ľudské telo si už od útleho veku dokáže kolagén vytvárať samo a však pribúdaním veku je tvorba tejto bielkoviny v našom tele stále slabšia a slabšia. Bolo preukázané, že už pri dosiahnutí 18 roka života je vo väčšine prípadov tvorba vlastného kolagénu takmer nulová. Každý metabolizmus si dokáže robiť zásoby kolagénu, ktoré sa však vstrebávajú u každého jedinca rôzne a podľa toho sa odvíja zásoba kolagénu a s tým spojené vyživovanie pohybového aparátu a pokožky. V dnešnej dobe existujú formy kolagénu, ktoré si vieme načerpať užívaním rôznych výživových doplnkov s obsahom kolagénu.

Rybí a hovädzí kolagén sú veľmi dôležitým stavebným prvkom v oblasti zdravej kĺbovej výživy, podpory správneho fungovania pohybového aparátu, zdravej pokožky, krásnych vlasov a silných nechťov.

Hovädzí kolagén tvorí 2 typy kolagénu a to I a II, tieto kolagény sú neoddeliteľnou súčasťou v raste, obnove a rekonvalescencii kostí, šliach, väzov a kože. Pri dennom

užívaní predpísaných dávok dostáva naše telo skrz hovädzí kolagén veľké množstvo aminokyselín potrebných na regeneráciu tkanív. Hovädzí kolagén je pomocníkom pri bolestiach kĺbov, po úrazoch, problémoch s pohybovým aparátom, bolestiach a pri reumatických ťažkostiach.

Rybí kolagén tvorí kolagén typu I, tento druh kolagénu obsahuje podobné množstvo aminokyselín ako hovädzí kolagén a však v menšom množstve. Zdrojom hydrolyzácie kolagénu z rýb sú šupiny a koža. Tento typ kolagénu je bohatý na aminokyselinu „hydroxyprolín“, ktorá je

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

Medika Expert priniesla na trh formu kolagénu, v ktorých sú obsiahnuté zložky v navýšených denných dávkach. Denná dávka kolagénu forte 2 v 1 obsahuje až 6 800 mg kolagénu s pridaným vitamínom C. Denná dávka hovädzieho kolagénu forte obsahuje až 8 000 mg kolagénu s pridaným MSM Opti+.

text: Medika Expert

MEDIKA
EXPERT

Môžete teraz
objednať na:

www.medikaexpert.sk

alebo na tel.:

0904 552 345

Volajte v pracovné dni:
od Pondelka do Piatka,
od 10:00 do 16:00 hod.

Alebo kúpiť
aj v predajni:



SLNIEČKO ZDRAVÁ VÝŽIVA
Coborho 1, Nitra - OC Polygon

MEDICÍNSKE OBJAVY: švajčiarska kúra bez operácie 100 % obnovuje sluchovú zdatnosť!

„Bol som hluchý ako peň a teraz mám ABSOLÚTNY SLUCH - neunikne mi žiaden zvuk!“



REDUKCIA ŠUMOV A ZOSTRENIE REGISTROVANÝCH ZVUKOV UŽ PO 1. APLIKÁCIÍ

Pridajte sa k viac ako 21 850 Európanom, ktorí sa zbavili aj tých najväčších, dlhodobých strát sluchu a opäť môžu bez ohľadu na vek zreteľne počuť celé spektrum zvukov!

Inovatívna kúra vyvinutá tímom vedcov z Univerzitnej nemocnice laryngológie v Ženeve je skutočnou revolúciou v boji proti strate sluchu, ktorá nepopierateľne ukončila éru načúvacích prístrojov. Na európskom sympóziu v roku 2020 bola ocenená titulom „Perla foniatrie“ – niet sa čomu čudovať, ako prvý prostriedok na trhu už po prvom použití zlepšuje sluch a chráni pred jeho úplnou stratou.



Jozef P. (71), Prievidza

- Po 15 rokoch boja s hluchotou som konečne počul smiech mojej vnučky. Za necelé 2 týždne som opäť nadobudol ostrý sluch, zbavil som sa šumov a praskajúci načúvací prístroj som vyhodil! - priznáva sa pán Jozef (71 r.).

Už každý druhý Slováč po 55. roku života trpí problémami so sluchom a takmer polovica z nich je takmer úplne hluchá. Títo ľudia sú odsúdení na strašne drahé prístroje, ktorých cena je až 20-násobkom priemerného dôchodku! Našťastie teraz majú aj našinci prístup k prelomovej švajčiarskej kúre, vďaka ktorej prirodzeným a bezpečným spôsobom znovu získajú plnú sluchovú zdatnosť.

Pán Jozef Lešák (71) z Prievidze je jedným z prvých ľudí na Slovensku, ktorým sa za 14 dní zregeneroval zvukovod a pomocou novej metódy sa raz a navždy zbavil problémov so sluchom. Zabudol, čo je to pisk a šum v ušiach, posilnil počuteľnosť zvukov od najnižších

po najvyššie tóny, a hlavne sa zachránil pred úplnou hluchotou, demenciou a vážnymi neurologickými komplikáciami, ktoré poruchu sluchu sprevádzajú.

Perfektný sluch pre všetky vekové kategórie

„Zle som počul odkedy si pamätám, ale s pribúdajúcim vekom som hluchol čoraz viac. Už som vôbec som nerozumel, čo mi kňaz hovorí v spovednici alebo predavačka v mäsiarstve. Raz, keď som prechádzal cez ulicu, nepočul som klaksón a skoro ma nejaký mladík zrazil autom! Nielenže som starý a hluchý, ale ešte by som aj skončil na invalidnom vozíku! Nosil som načúvací prístroj, ale čo z toho, keď ma tá prekliata vec namiesto pomoci iba tlačila v uchu a praskala ako spráchnivená dlážka. A z tých neprijemných šumov by sa človek mohol zblázniť!“ - spomína pán Jozef.

„Keby nebolo tejto švajčiarskej kúry, dnes by som počul iba svoje myšlienky. Moja žena mi kúpila nejaké medikamenty, ktoré mali fungovať, ale všetko to bolo na figu. Chcel som sa prihlásiť na operáciu, ale lekár povedal, že mám príliš veľkú poruchu sluchu a v mojom veku sú takéto zákroky nebezpečné – a v lepšom prípade môžem mať problém so závratmi. Tento švajčiarsky vynález ukázal sa mannou z neba, inak by som úplne stratil sluch alebo sa zbláznil.“

Účinky ma zrazili z nôh, doslova. Po 5 dňoch používania som prvýkrát po dlhom čase počul zvonček - bol som taký prekvapený, že som sa potkol. Šumy a pískanie sa od prvého použitia zmiernili a neskôr úplne zmizli. Po týždni som už zreteľne počul ako sa rodina rozprávala pri stole a šteká susedov pes.

Pamätám si na to ako dnes: som na koncerte Desmod a zrazu v jednom uchu len pisk a zvonenie. Lekár prehlásil: Náhla idiopatická hluchota. Malo to prejsť po 2 týždňoch, a aj prešlo, ale na druhé ucho. Nakázali mi, aby som nosila načúvací prístroj. Ale hanbila som sa a tak som otáľala a problém sa prehľboval. Potom mi babička Leona dala tento švajčiarsky zázrak. Cha, cha, nebol to syr ani hodinky, ale najúčinnejší liek na moju hluchotu. Teraz počujem každý šelest. Ďakujem, babička!

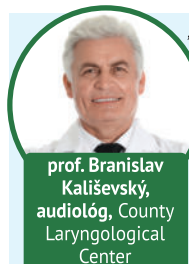


Pavla A., (35), Bytča

Prešlo 14 dní a môj sluch je silnejší ako za mládenecých čias! Opäť sa stretávam so svojimi priateľmi na šachových partiách a samostatne vybavujem veci, bez strachu, že čosi prepočujem!”

Kúra obnovuje poškodené vláskové bunky

Inovatívna švajčiarska formula regenerácie sluchu si veľkolepo podrobila svetový trh a získala uznanie najväčších autorít v oblasti audiológie, foniatrie a laryngológie. Na rozdiel od načúvacích prístrojov, ktoré fungujú len počas nosenia, formula trvalo regeneruje sluchový nerv a kostičky vnútorného ucha.



prof. Branislav Kališevský, audiológ, County Laryngological Center

„Formula je účinná až na 98,7 % a to zároveň pri vrodenej, ako aj získanej strate sluchu, bez ohľadu na vek. Klinické testy uskutočnené Laryngologickou nemocnicou v Ženeve na skupine 800 pacientov s rôznym stupňom nedoslýchavosti ukázali, že k výraznému zlepšeniu sluchu a redukcii tinnitu dochádza už počas prvých 48 hodín kúry. V ťažších prípadoch, keď je strata sluchu veľmi silná, je možné uspokojivé výsledky zaznamenať asi po 5 týždňoch. Tajomstvom účinnosti receptúry sú špeciálne vybrané prírodné bioaktívne látky, ktoré regenerujú sluchový nerv až na 98%! Je to dlho očakávaná zbraň proti progresívnej epidémii nepočujúcich.“

Sila prírody v boji s akoukoľvek poruchou sluchu

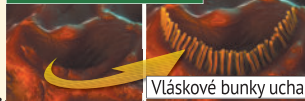
Kúra patentovaná Švajčiarmi, je jedinou formulou tohto typu, ktorá regeneruje zvukovod na mikrobunkovej úrovni. Aktívne zložky uzavreté vo forme nanočastíc priamo z krvného obehu prenikajú do najtenších kapilár vnútorného ucha, poskytujú

okamžité výsledky a chránia pred zhoršením straty sluchu a v dôsledku toho aj pred úplnou hluchotou.

Táto kúra meniaci život spôsobuje:

1. Obnovu sluchu a zostrenie čistoty registrovaných zvukov o 99% - prinavracia dokonalú počuteľnosť ľudskej reči, šepotu, nevýrazných zvukov a hlasov
2. 97% očistenie zvukovodu - elimináciu pocitu upchatého ucha, dyskomfortu, svrbenia a nadmerného výtoku;
3. Až 98% posilnenie sluchového nervu - aktívnu regeneráciu buniek zvukovodu
4. Ochranu pred chorobami, infekciami a zápalmi vnútorného ucha.

Pred kúrou / Po kúre



Vláskové bunky ucha

Máte už dost problémov zo sluchom?

Kúra regenerácie zvukovodu je na Slovensku dostupná len prostredníctvom telefonického predaja. Ak aj vy trpíte vrodenou alebo získanou poruchou sluchu a chcete sa jej raz a navždy zbaviť, určite zavolajte na nižšie uvedené číslo.

-100%

Jedinečná AKCIA!

Prvých 20 osôb, ktoré zavolajú do 24.05.2024, získa od výrobcu špeciálnu zľavu -100%!

Zavolajte:

042/321 79 06

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

Produkt nikdy nebude dostupný v predaji kamenných obchodov!

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



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



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€

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



ODOLNÉ POLYKARBONÁTOVÉ SKLENÍKY

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55

galerica.sk

	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.

EKOLOGICKÉ

ČISTENIE
FASÁD

rodinné
domy
ZĽAVA 50%

Patentovaná
kontaktná technológia
Bez vysokotlakových
čističov

BombaFasada
www.BombaFasada.sk

0905 148 393

BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

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

Oravská Horáreň
★★★

Dovolenkujte
iba za 260,- €
(1 dňochodca na 6 dní / 5 noci)

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, www.oravskahoraren.sk

Volné 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 Zábava