

# POPRADESKO KEŽMARSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 41 520 domácností

**TEPUJEME  
SEDAČKY.  
KOBERCE...**

...VYZDVIHNEME  
...VYČISTÍME  
...SUCHÉ PRIVEZIEME

350€ m

**0910 281 674**

**čujte.sk**

Čítajte nás:

**www.cujte.sk**

**HESTA**

**PLASTOVÉ A HLINÍKOVÉ  
OKNA A DVERE**

**NOVOOTVORENÝ  
SHOWROOM  
POPRADE**



**NÁMESTIE  
SV. EGÍDIA 67  
POPRADE**

**ZĽAVA 10%**  
NA CELÚ OBJEDNÁVKU  
V SHOWROOME POPRADE



Pre uplatnenie zľavy predložte na pobočke tento kupón. Zľava platí do 31.8.2024.

25 0046

**7amağurské**

47. FOLKLÓRNE SLÁVNOSTI

**14.-16. JÚN 2024**

ČERVENÝ KLÁŠTOR  
V KÚPEĽOCH SMERDŽONKA

**PREŠOVSKÝ SAMOSPRÁVNÝ KRAJ**

**PODTATRANSKÉ OSVETOVÉ STREDISKO POPRADE**

**u.** fond na podporu umenia

Festival z verejných zdrojov podporil Fond na podporu umenia

**www.osvetapoprad.sk**

99-006

**Kamenárstvo**

Predajňa SVIT, ul. SNP 145 oproti Bille

**Najväčší výber pomníkov na Slovensku**

**0948 906 102 ...LACNO A KVALITNE...**

**www.kamenarstvosvit.sk**

**ŽALÚZIE, SIETKY**

proti hmyzu

**rýchlo, lacno, kvalitne**

**0907 942 957**

**www.lacne-zaluzie.sk**

**Maliarske a dekoratívne práce**

**GILAX S.R.O.**

- Maľovanie interiéru, exteriéru
- Strojové maľovanie AIRLESS
- Tapetovanie
- Benátsky štuk, mramor, travertín...

Obhliadka a cenová ponuka **ZDARMA**

Tel.: 0908 476 208 | email: info@gilax.sk | www.gilax.sk

**ČESTNE ZA VÁS**

Voľby do EP sú tentokrát **mimoriadne dôležité**. Ak Európu ovládnú kolaboranti s vrahom Putinom, postupne náš spoločný Európsky dom zvnútra zničia. Preto je veľmi dôležité voliť ľudí, ktorí Slovensko Putinovi nezapredajú. **My ľudia nikdy nezrádzame.**

**ĎAKUJEM za Vašu podporu**

**HNUTIE SLOVENSKO**

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

**PRACUJEME VÝHRADNE NA ZÁKLADE ZMLUVY**

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

Oprava komín **GRÁTIS**

**0950 266 604**

**ZĽAVA pre seniorov**

**www.bituflex.sk**

Bituflexroznava@gmail.com



Správna voľba

OD PONDELKA

OD PONDELKA 27. 5. DO NEDELE 2. 6.  
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

VYROBENÉ  
NA

SLOVENSKU

SUPERCENA

1.69

• (1kg = 6,76)

Tradičné maslo

250 g



50%  
ZĽAVA

2.79

1.39

Paradajky  
strapcové

cena za 1 kg



38%  
ZĽAVA

6.99\*

4.29

Popradská Extra  
Špeciál Originál

300 g  
pražená, mlieka káva  
100 % Arabica



40%  
ZĽAVA

0.55

0.33

Hrach

cena za 100 g



44%  
ZĽAVA

1.79\*

0.99

Kofola

2,25 l  
\* 2,25 l za obal 0,35 €  
mlieka druhej



20%  
ZĽAVA

8.49

6.79

Farmárske kuracie  
prsne rezne XXL

cena za 1 kg



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

\*Odpovedajúca bežná maloobchodná predajná cena vrátane.

Ponuka tovaru platí od 27. 5. do 2. 6. 2024 alebo do vypredania zásob. Chyby + fašy vyhradené. Ceny sú bez dekorácií. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmeny v baleníach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

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

# VÁŠ SUVERÉNNY HLAS V EURÓPE

**HLAS**  
SOCIÁLNA DEMOKRACIA

**Voľte 23**

KANDIDUJEM DO EURÓPSKEHO  
PARLAMENTU, ABY SOM HÁJIL  
ZÁUJMY SLOVENSKÝCH OBČANOV.

## SOM PROTI

- ✗ Green deal (zelenej dohode)  
v terajšej podobe
- ✗ Zrušeniu práva veta
- ✗ Nezmyselným migračným  
zákonom

## SOM ZA

- ✓ Silnú, demokratickú a mierovú EÚ
- ✓ Spravodlivú podporu regiónov
- ✓ Ochranu peňazí pre Slovensko

**3**

**Ján FERENČÁK**

VÁŠ SUVERÉNNY **HLAS** V EURÓPE

# BOBRIA SILA V AKCII

JE ČAS NA ZÁHRADNÉ OSLAVY.

2,5 kg



Top cena

**34,9**  
2,5 kg

### GRILOVACIE BRIKETY

Balenie 2,5 kg. OBI č. 4376620 (1,4 €/kg).



Top cena

**116,99**

### POJAZDNÝ GRIL NA DREVENÉ UHLIE „JAXON“

Rozmery 104,5 × 103 × 63 cm, kvalitný grilovací rošt zo smaltovanej liatiny, teplomer na veku. OBI č. 1974013

**Enders**



Top cena

**239,99**

### PLYNOVÝ GRIL „CHICAGO NEXT 3 R TURBO“

3 horáky z nerezovej ocele pre výkonné priame a nepriame grilovanie/pečenie, TURBO ZONE 800 °C (4,1 kW) s infračervenou mriežkou. OBI č. 24128728



Top cena

**119,99** od

### PIVNÝ SET

Stôl 220 × 50 cm alebo 220 × 70 cm, borovicové drevo/ocel, 3-dielny. OBI č. 1531029 a i.



Top cena

**177,99**

### SÚPRAVA ZÁHRADNÉHO NÁBYTKU „SURINAME“

3-dielna súprava záhradného nábytku - 2× kreslo, 1× stôl, vhodná na balkón či terasu. OBI č. 2343812



Top cena

**179,99**

### ZOSTAVA ZÁHRADNÉHO NÁBYTKU „CANERA“

Oceľová konštrukcia s ručne vyplateným polyratanom v čiernej alebo hnedej farbe. 2 kreslá: cca š 62 × v 85 × h 61 cm, pohovka: cca š 108 × v 85 × h 63 cm, stôl s doskou z bezpečnostného skla: cca š 47 × v 38 × d 78 cm. Vrátane potahov v béžovej farbe. OBI č. 4866141, 4597340

**KAŽDÝ NÁKUP SA POČÍTA!**

Zbierajte body a zabezpečte si zľavu až 10 %!\*

[obi.sk/bobri-bonus](https://obi.sk/bobri-bonus)

**BOBRIE  
BONUSOVÉ  
TÝŽDNE**

**1**  
NAJDÔVERYHODNEJŠIA  
ZNÁCHA  
2023

**OBI**

**DOKÁŽETE ČOKOLVEK**

Platí od 24. 5. do 6. 6. 2024 alebo do vypredania zásob.

# VÁŠ SUVERÉNNY V EURÓPE

**HLAS**  
SOCIÁLNA DEMOKRACIA

**Voľte 23**

**Igor 15**  
**ŠIMKO**

**Jediný kandidát** **HLAS**  
**z Košického kraja**

## DAJME VÝCHOD NA PRVÉ MIESTO!

Nie je to len fráza v kampani do eurovoľieb, je to moje osobné presvedčenie. Som rodený Košičan, Východniar a viem, že počas takmer 20-tich rokov, kedy sa intenzívne stretávam s ľuďmi na Východe, je stav tejto časti Slovenska naozaj žalostný. Opravené cesty, mosty, školy, škôlky, obecné úrady, alebo aj základné veci, ktoré mali byť dávno vyriešené – pitná voda, kanalizácia, športoviská, bezpečnosť v obciach vďaka kamerám, či rýchly internet pre všetkých. To sú veci, ktoré sa nám bez Európskej únie a najmä eurofondov nepodarí zrekonštruovať alebo vystavať nanovo len z daní obyvateľov Slovenska. Ak budeme podporovať ľudí z regiónu kde žijú, tak dostaneme presne to čo od politikov chceme – ich osobný záujem na tom, aby sa nám žilo doma, na Východe lepšie. Dnes je stav taký, že 80% europoslancov sú len Bratislavčania. Áno správne čítate, žiaden východniar so vzťahom k normálnym hodnotám, ktoré vyznávame my všetci, hrdosť na svoj pôvod, schopnosť a chcenie prebiť sa, mať chuť niečo zmeniť aj v najvzdialenejšej obci na Východe Slovenska – áno, aj tam ľudia žijú, potrebujú mať normálny štandard pre svoje rodiny aby tam mohli ostať žiť a nechodiť do práce do takmer 500 km vzdalenej Bratislavy, alebo ešte ďalej ako pracovať v Rakúsku či inom štáte..., ale to politici v europarlamente, ktorí písali listy do Európskej komisie PROTI SLOVENSKU, aby sa nám zastavili eurofondy a zastavil rozvoj regiónov naozaj nechápu. Alebo chápú až príliš dobre, pretože im ide iba o nich. Milí Východniari, vďaka Vašej dôvere som dnes poslancom Národnej rady Slovenskej

republiky za stranu HLAS – sociálna demokracia. Po rokoch prežívania na Slovensku sa nám darí štartovať nové investície a pracovné miesta aj na Východe, 13-ty dôchodok pre seniorov, stabilizovanie cien energií, alebo ochrana zdravia, života a majetku ľudí pred medvedom hneď sú okamžité opatrenia pre nás Východniarov, ale aj všetkých obyvateľov Slovenska. 5 rokov nemá Východné Slovensko zástupcu v Európskom parlamente a ak sledujete čo robia tí dnešní poslanci, tak ako ja krútime hlavami, že nemyslia na Slovákov, tobôž na nás Východniarov. Slovensko je len jedno, preto som sa už nevedel prizerať na to, ako sa europoslanci zvolení za Slovensko obliekajú do Európskych zástav a kašľú na svoj štát. Nemohol som sa prizerať na to ako kydajú na vlastnú vľajku, štát a ľudí, ktorí ich do tej pozície dostali, preto som sa rozhodol prevziať zodpovednosť za Východniarov, preto kandidujem na poslanca Európskeho parlamentu ZA SLOVENSKO.

Kandidujem z čísla 15, posledného miesta na kandidátke HLASu ako symbol pre všetkých Východniarov, ktorí tak ako ja vedia, že na nás sa nemá zabúdať, preto som presvedčený, že aj VÝCHOD PATRÍ NA 1. MIESTO. Ak s tým súhlasíte, prosím zakrúžkujte moje číslo 15.

Na znak toho, že to myslím vážne, pripájam môj mailový kontakt aby ste sa ma mohli čokoľvek opýtať aj z mojej súčasnej práce, rád Vám odpoviem.

**Ďakujem že ste dočítali tieto riadky.**  
**Váš poslanec NRSR, igor.simko@nrsr.sk**

# MAGNO-PRODUKTY 0952 123 002

PON-NED/ 8:00-22:00

KONTAKTUJTE NÁS NA BEZPLATNEJ LINKE SPRÁVOU ALEBO TELEFONÁTOM.  
POKIAL SA NEDOVOLÁTE KONTAKTUJEME VÁS IHNEĎ SPÄTNE.

100% PRÍRODNÁ CESTA K ZDRAVIU UPLATNITE SI SENIORSKÚ ZĽAVU  
**IDE O JEDINEČNÉ PRÍRODNÉ PRODUKTY, KTORÉ  
AKO JEDINÍ NA SLOVENSKO DOVÁŽAME.**

**PRVÝCH 100 ĽUDÍ ZÍSKAVA BALENIE ZDARMA  
ZBAVTE SA TAŽKOSTÍ DO 14 DNÍ**

## ARTHRAL HOT/COLD

V BOJI S REUMOU A ARTRITÍDOU  
A ZÁPALOM ŠLIACH. ELIMINUJE  
BOLESTI, OPUCHY, ZÁPALY.  
ZVYŠUJE POHYBLIVOSŤ KLBOV.  
URÝCHĽUJE  
REKONVALESCENCIU.  
UVOĽŇUJE STUHNUTÉ SVALSTVO.

NAJPREDÁVANEJŠÍ PRODUKT



## KRÉM NA BOLEŠŤ S VČELÍM JEDOM

ELIMINUJE BOLESTI, OPUCHY,  
ZAPALY. ZVYŠUJE POHYBLIVOSŤ  
KLBOV. V BOJI S REUMOU A  
ARTRITÍDOU. MÁ ANALGETICKÉ A  
ANTIBAKTERIÁLNE ÚČINKY.  
VYŽIVUJE KLBY. PODPORUJE  
KRVNÝ OBEH



**ÚĽAVA PO  
PRVOM  
POUŽITÍ**

NAJPREDÁVANEJŠÍ  
PRODUKT

## OLEJ NA CHUDNUTIE

NAJEDNODUCHŠÍ SPÔSOB AKO  
SCHUDNÚŤ. POSKYTUJE RÝCHLY  
ÚČINOK SPAĽOVANIA TUKOV A NIČÍ  
TUKOVÉ BUNKY 10X EFEKTÍVNEJŠIE.  
TAKISTO PODPORUJE KRVNÝ OBEH.  
VÝRAZNE ZNIŽUJE CELULITÍDU,  
STIMULUJE SPAĽOVANIE PODKOŽNÉHO  
TUKOVÉHO TKANIVA. ZABRAŇUJE  
BUDÚCEMU HROMADENIU. MÁ  
POZITÍVNY VPLYV NA OCHABNUTÚ  
POKOŽKU A STRIE, VÝSLEDKY SÚ  
OKAMŽITÉ.



## KRÉM NA PSORIÁZU S VČELÍM EXTRAKTOM

ODSTRAŇUJE ZÁPALOVÉ LOŽISKÁ,  
ZMIERŇUJE SVRBenIE, ZMÄKČUJÚ  
POKOŽKU. PROTIZÁPALOVÉ,  
ANALGETICKÉ A ANTIBAKTERIÁLNE  
ÚČINKY. PODPORUJE TVORBU  
KOŽNÝCH BUNIEK. UPOKOJUJE A  
HYDRATAČNÉ ÚČINKY.



**ÚĽAVA PO  
PRVOM  
POUŽITÍ**

TOP PRODUKT

## OLEJ NA SLUCH

ELIMINUJE TINNITUS, ŠUMENIE.  
ČISTÍ ZVUKOVOD. ZLEPŠUJE  
SPÁNOK. ELIMINUJE ZÁPALY A  
ZLEPŠUJE MIKROCIRKULÁCIU V  
UCHU. ELIMINUJE POCIT  
UPCHATÉHO UCHA A ZOSILŇUJE  
OKOLITÉ ZVUKY.



## PROSTATA/ INKONTINENCIA

BEZPEČNÉ A ÚČINNÉ  
PODPORUJÚ PRIRODZENÉ ZDRAVIE  
PROSTATY. KOMPENZUJÚ POKLES  
SEXUÁLNEJ TÚŽBY. ÚČINNÉ PRI  
PROBLÉMOCH S INKONTINENCIOU. V  
BOJI S ČASTÝM MOČENÍM, ÚNIKOM  
MOČU A NEKONTROLONAVÝM  
OVLÁDANÍM MOČOVÉHO MECHÚRA.



## OLEJ NA KRČOVÉ ŽILY

V BOJI S KRČOVÝMI  
ŽILAMI. UPOKOJUJE  
SVRBenIE  
ELIMINUJE BOLESTI,  
POCIT TAŽKÝCH NŮH,  
OPUCHY,  
NECITLIVOSŤ. VPLYVA  
NA LOKÁLNE  
PREKRVENIE TEĽA.



## KRÉM NA VYBOČENÉ PALCE

ELIMINUJE HALLUXY. ZNIŽUJE BOLESTI,  
ZÁPALY, ODRENNINY, PEĽZIERE,  
MOZLE. CHRÁNI NOHY A ELIMINUJE  
ZAČERVENANIE. REGENERUJE  
DEGENERÁCIE.



## KRÉM NA VRÁSKY S DRAČOU KRVOU A ČASTICAMI ZLATA.

KRÉM S AKTÍVNOU ZLOŽKOU  
URČENOU PROTI ZNÁMKAM  
STARNUTIA. OBNOVUJE SVIEŽOSŤ  
A HYDRATUJE POKOŽKU.  
OBNOVUJE PRUŽNOSŤ POKOŽKY.  
MÁ ANTIOXIDAČNÝ ÚČINOK.  
POSILŇUJE KOLAGÉNOVÉ VLÁKNA.



## MAGNOTERAPIA- NAJBEZPEČNEJŠÍ DRUH REHABILITÁCIE

MAGNETICKÝ: NÁRAMOK, NÁPLASTE, BEDROVÝ PÁS, PÁS NA CHUDNUTIE, PÁS NA KOLENO, PÁS NA KRČNÚ CHRBTICU, MAGNETICKÉ VLOŽKY, TURMALÍNOVÉ PONOŽKY. NAJBEZPEČNEJŠÍ DRUH REHABILITÁCIE. ELIMINUJE CHRONICKÉ BOLESTI, OPUCHY ZÁPALY, REGENERUJE CELÝ ORGANIZMUS. REGULUJE KRVNÝ TLAK. SKVELÝ V BOJI S OBEHOVÝMI PROBLÉMI. DODÁVA ENERGIU A ZVYŠUJE IMUNITU. SKVELÝ V BOJI S NADVÁHOU A KRČOVÝMI ŽILAMI.

**Bezplatný týždenník**

**POPRADESKO KEŽMARSKO**

EV 6206/24

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

Ročník 1, Vydanie 4, týždeň 21/2024.

Redakcia: Bajkalská 3852/20  
**POPRADESKO**  
popradsko@regionpress.sk

**INZERCIA**

Mgr. Marcela Petreková **0905 338 878**  
Miroslav Imrich **0907 895 865**  
Alena Beritňová **0907 877 862**

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



**DISTRIBÚCIA (41520 domácností)**

**Každý týždeň:**  
Poprad, Kežmarok, Abrahámovce, Huncovce, Spišská Belá, Veľká Lomnica, Vlčková, Vrbov, Spišská Sobota, Stráže pod Tatrami, Batizovce, Hozelec, Hôrka, Hranovnica, Jánovce, Kravany, Lučivná, Spišská Teplica, Spišské Bystré, Spišský Štiavnik, Svit, Štrba, Sväťovce, Vikartovce,



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	34320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34390	GALANTSKO-SALIANSKO
HC	30330	HLOHŇOVCKO-SEREDSKO
KM	16450	KOMÁRŇANSKO
LV	30580	LEVICKO
MA	29680	MALACKO
NR	54170	NITRIANSKO
NZ	35050	NOVOZÁMOCKO
PK	22970	PEZINSKO
PN	41870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35420	SENECKO
SE	36750	SENIČKO-SKALICKO
TO	41930	TOPOLČANSKO-PE-PB
TN	60750	TRENČIANSKO-DCA-IL
TT	49930	TRNAVSKO
ZM	20930	ZLATOMORAVSKO

**Stredné Slovensko**

BB	56200	BANSKOBYSTRICKO-SK-SP
KY	29300	KYSUCKO-CA-KM
LI	37270	LIPTOVSKO-LM-RK
LC	30860	LUČEŇANSKO-VK-PT
MT	38570	MARTINSKO-TR
OR	34980	ORAVSKO-DK-NO-TS
PB	33590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40150	PRIEVIDSKO
ZV	38400	ZVOLENSKO-DI-KA
ZH	26880	ŽIARSKO-ZC-BŠ
ZA	50780	ŽILINSKO-BY

**Východné Slovensko**

BJ	37210	BARDEJOVSKO-SK-SP
GE	30830	GEMERSKO-RV-RS-RA
HU	27190	HUMENSKO-VT-SV-ML
KE	92130	KOŠICKO
KS	24900	KOŠICKO okolie
SL	12940	LUBOVNIANSKO
MI	31260	MICHALOVSKO-TV-SO
PP	41520	POPRADESKO-KK
PO	49400	PREŠOVSKO-SB
SN	32540	SPIŠSKO-LE-GL

**Nech sú deti šťastné**

Prvého júna oslávim Medzinárodný deň detí. Pri tejto príležitosti si isto všetci želáme jediné, aby boli všetky deti šťastné.

Pred pár rokmi by mi ani na um neprišlo, s akými náročnými situáciami sa budú musieť dnešné deti popasovať. Najskôr nás ako blesk z jasného neba zasiahol koronavírus, a ešte sme sa z neho ani nestihli poriadne spamätať, čelili sme ďalšej výzve. Hlboko nami otriasla vojna na Ukrajine. V týchto dňoch sme všetci zhrzení opäť. Atentát na premiéra našej krajiny má vážny dosah na celú spoločnosť.

Aj my dospelí máme čo robiť, aby sme spracovali také závažné udalosti, ešte náročnejšie je to pre deti, ktoré sú veľmi vnímavé a chcú byť súčasťou toho, čo sa okolo nich deje. Nemôžeme sa vyhýbať tejto téme, nemôžeme sa tváriť, že sa nič nestalo, musíme o tom s nimi hovoriť. Aj preto si mnohí dnes kladieme otázku: Ako sa s deťmi rozprávať o súčasnej ťaživej situácii? Predovšetkým je podľa mňa nanajvýš dôležité vypočuť ich a dať im priestor na vyjadrenie emócií, ale tiež ich uistiť, že sme tu pre ne, ak potrebujú

podporu. Rovnako by sme sa však mali podľa môjho názoru pýtať samých seba, čo môžeme urobiť preto, aby k podobným hrozivým udalostiam vôbec nedochádzalo. Myslím si, že je nutné ísť našim deťom príkladom. Ukázať im, že agresia, násilie či šírenie dezinformácií nemajú v našich životoch miesto. Vedme ich k pokore, úcte, tolerancii, ohľaduplnosti a predovšetkým k zodpovednosti. Nech vidia, že napriek nesúhlasu s opačným názorom ho dokážeme rešpektovať, že si vážime každú živú bytosť, ale aj pestrosť sveta či inakosť ľudí a učme ich, že bez ohľadu na rasu, národnosť, farbu pleti, jazykový pôvod, sociálne pozadie, výzor, vek, politickú príslušnosť, úroveň výkonu, zdravotné znevýhodnenie, svetový názor, tradície či viery-vyznanie sme si všetci rovní. Možno potom si budú môcť naše deti užívať radostné a šťastné detstvo, aké si isto všetky zaslúžia.

» Renáta Kopáčová, redaktorka



**KÚPIM STARŠÍ RODINNÝ ALEBO BYTOVÝ DOM**

**Kežmarok, Spišská Belá, Ľubica, Malý Slavkov.**

**0944 925 892**

**Okamžitý výkup nehnuteľností v hotovosti**

tel. **0905 924 303**

**Kúpime ornú pôdu**

**PR mont SKLENNÍKY DO VAŠEJ ZÁHRADY**

info: **0907 909 473**

pr.mont

**DOBRA STRECHA RÝCHLO A KVALITNE**

- NÁTERY STRIECH
- NÁTERY VO VÝŠKACH
- NÁTERY KOSTOLOV
- OPRAVA A MUROVANIE KOMÍNOV

**0940 366 431**

FARBY KTORÉ ŽIJÚ ZA VÝHODNÚ CENU

**BEZPEČNOSTNÉ DVERE**

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

**CENA od 390 €**

**kovanie ZDARMA zameranie ZDARMA**

v ponuke aj **INTERIÉROVÉ DVERE**

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

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

www.ocelovedvere.sk  
ocelovedvere@ocelovedvere.sk

**0905 468 802 KEŽMAROK, Hlavné námestie 78**

Otvorené: Po-Pia: 9<sup>00</sup>-17<sup>00</sup>

**UŽITOČNÉ KONTAKTY**

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

**KLAMPIARSTVO**

0904 121 559 | www.tulis.sk KLTP

**STRECHY, OPRAVY, REKONŠTRUKCIE VÝMENA ŽLABOV, ZVODOV**

**KLAMPIAR - POKRÝVAČ : 0907 940 920**

**Špičková krytina, ktorá stáročia odoláva času!**

Objavte kvalitnú fínsku strešnú krytinu od firmy Ruukki so 60-ročnou tradíciou.

Navštívte [www.ruukkistrechy.sk](http://www.ruukkistrechy.sk) a získajte viac informácií o našich aktuálnych akciách.

Pre dokonalé strešné riešenia nás kontaktujte e-mailom na [sebestjan1@gmail.com](mailto:sebestjan1@gmail.com) alebo volajte na telefónne číslo **0903 605 808**

**FRÉZOVANIE a VLOŽKOVANIE KOMÍNOV**

- > revízie komínov ku kolaudáciám RD
- > frézovanie a vložkovanie komínov
- > strojové čistenie zatečtovaných komínov
- > fasádne komíny
- > čistenie a kontrola komínov

**0905 279 418**

obhliadka ZDARMA

Kontaktujte nás v pracovných dňoch od 7,00 hod do 17,00 hod

[www.kominar-poprad.sk](http://www.kominar-poprad.sk)  
[www.kominyfrezovanie.sk](http://www.kominyfrezovanie.sk)

Erimont s.r.o., Lučivná 315  
0905 279 418, Michal Hudáč

**STUDNE SPIŠ**

**STUDNE Vrtané aj kopané** (aj v ťažko dostupných miestach)

**Studňa na kľúč bez starostí** (spojzdrnenie, zapojenie až do domu)

**Obhliadka ZDARMA** (okresy SNV, GE, LV, PP, KK, Tatrý)

**0910 907 026**  
**0917 204 213**

[www.studnespis.eu](http://www.studnespis.eu)

# Nová Kia Sorento.

Zvládneš čokoľvek.



Movement that inspires



MOTOR GROUP  
POPRAD

Motor Group Poprad, spol. s r.o.

Partizánska 3800

058 01 Poprad

+421 52 787 92 30

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

Progresívny štýl je inšpirovaný odvážnou **víziou budúcnosti**. Vyjadruje rovnováhu medzi nápadným a pokojným a hovorí jazykom, ktorý je robustný a zároveň rafinovaný. Má **nové funkcie**, ktoré ťa udržia stále v pohybe. Interiér je priateľský k rodine, ale orientovaný na vodiča. Plynulú jazdu a pôžitok na cestách si vychutnáš do posledného detailu. Kia **Sorento** je dostupná vo verziách **diesel, hybrid a plug-in hybrid**.

Kia Sales Slovakia s. r. o.: Viac informácií ti poskytne autorizovaný predajca Kia.

Kombinovaná spotreba paliva: 6,5 - 7,6 l/100 km, emisie CO2 155 - 174 g/km. Obrázok je ilustračný.



# Odborníci radia ako predchádzať vysokému krvnému tlaku

## Strážte si svoj krvný tlak

V uplynulých dňoch sme si pripomenuli Svetový deň hypertenzie. Úrad verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) priblížil pri tejto príležitosti na sociálnych sieťach význam hypertenzie a jej závažných zdravotných komplikácií a poskytol informácie o tom, ako predchádzať, rozpoznať a liečiť vysoký krvný tlak.

„Predstavte si, že hadicou polievate záhradu. Ak ju prišliapnete, prúd vody sa zmenší, no tlak v hadici pred prekážkou - vašou nohou - stúpne. Podobne sa zvyšuje aj tlak v obehovom systéme, ak dôjde k zúženiu ciev,“ popisujú odborníci a objasňujú, že hypertenzia znamená trvalé zvýšenie krvného tlaku. V počiatočnom štádiu hypertenzie nemusíte pociťovať žiadne ťažkosti, a preto si vôbec nemusíte uvedomiť, že máte ťažkosti s krvným tlakom. Podľa odhadov Svetovej zdravotníckej organizácie až 46 % dospelých netuší, že trpia hypertenziou. Komplikácie sa začínajú objavovať postupne, vedú k vážnym zdravotným následkom a odvrátiteľným predčasným úmrtiam.

### Zasiahnutý je celý krvný obeh

Hypertenzia nadmerne zaťažuje srdce, ktorého svalstvo musí vyvíjať viac námahy, aby dokázalo pumpovať krv v tele. Trpia aj cievy, ktorými sa krv v tele prepravu-

je - poškodzuje sa ich vnútorná výstelka, v dôsledku čoho sa v nich môžu usádzať tuky a vznikajú krvné zrazeniny. „Vysoký krvný tlak tak spôsobuje okrem poškodenia srdca aj poškodenie mozgu, obličiek alebo očí. Zasiahnutý je celý krvný obeh, takže transport krvi, a tým aj kyslíka a živín od srdca k dôležitým orgánom prebieha ťažšie. Ak sa na vysoký krvný tlak zavčas nepríde a nelieči sa, môže mať tento stav za následok ischemickú chorobu srdca, infarkt myokardu či mozgovú mŕtvicu,“ upozorňujú odborníci. Vysokému krvnému tlaku sa často hovorí aj tichý zabijak, pretože značná časť ľudí zistí, že má vysoký krvný tlak, až keď ich nečakane postihne srdcový infarkt alebo mozgová mŕtvica. Ak sa príznaky objavia, podľa WHO môžu byť varovaním prejavy ako ranné bolesti hlavy, krvácanie z nosa, nepravidelný tlkot srdca, zhoršenie zraku a bzučanie v ušiach. „Pred vážnymi následkami vysokého krvného tlaku sa môžete chrániť jedine tak, že ho včas zachytíte pomocou merania tlakomerom a podniknete kroky, ktorými znížite riziko zdravotných následkov hypertenzie,“ zdôrazňujú odborníci a prinášajú nasledovné rady:

### Ako predchádzať vysokému krvnému tlaku:

- Udržiavajte si primeranú telesnú hmot-



Ilustračné foto.

zdroj foto geraldoswald62 pixabay

nosť - pozor na nadváhu a obezitu.

- Výrazne obmedzte príjem soli - dospelí by mali denne prijať najviac 5 gramov soli, čo je približne ekvivalent jednej čajovej lyžičky.
- Nefajčite, minimalizujte príjem alkoholu.
- Chráňte sa pred stresom, doprajte si dostatok oddychu a priestoru pre regeneráciu.
- Zlepšite si fyzickú kondíciu - pasívny sedavý životný štýl obohatte o aktívne činnosti, pri ktorých ste na nohách a v pohybe.
- Upravte si jedálniček - masťné či vyprážané jedlá, polotovary, sladkosti a pochu-

tiny vymeňte za stravu bohatú na čerstvú zeleninu, ovocie či orechy.

- Dbajte na dostatok pohybu - činnosti ako pravidelné prechádzky, turistika, cyklistika, korčuľovanie či plávanie zlepšujú kvalitu života a podporujú zdravie.
- Pravidelne si kontrolujte krvný tlak, optimálne je meranie tlaku v domácom pokojnom prostredí, vždy v rovnakú dennú hodinu.
- Dodržiavajte liečbu, ktorú vám nastavil lekár - to sa týka nielen liečby vysokého krvného tlaku, ale aj iných ochorení.

Informácie poskytol ÚVZ SR / Fb

» ren



Popradská káva

## PODNIKOVÁ PREDAJŇA

- AŽ 120 DRUHOV ČAJOV
- ČERSTVO PRAŽENÁ KÁVA
- PRÍJEMNÉ PROSTREDIE
- ORIGINÁLNE DARČEKY
- HRNČEKY, ČAJNÍKY,
- KÁVA A ČAJ SO SEBOU
- KAZETY NA ČAJ A INÉ
- AKCIOVÉ CENY

### OTVÁRACIE HODINY:

PONDELOK	8:00 - 12:00	12:30 - 14:30
UTOROK	7:30 - 12:00	12:30 - 15:00
STREDA	7:30 - 12:00	12:30 - 16:00
ŠTVRTOK	7:30 - 12:00	12:30 - 15:00
PIATOK	7:30 - 12:00	12:30 - 15:00

POPRADESKO - ZÁPAD

BUDOVA BALIARNÍ OBCHODU POPRADESKO  
HRANIČNÁ 664/16

KÁVA A ČAJ ONLINE



WWW.POPRADESKO.SK

# KÚPEĽŇOVÝ NÁBYTOK OBKLADY & DLAŽBY, SANITA



## DESIGN, KTORÝ OSLOVÍ



Viac ako  
16 rokov  
skúseností

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

**Komplet-**  
**Poprad**, s.r.o.

**Komplet-Poprad** s.r.o.

Ul. **Teplická 3862** | **Poprad**

(Areál Stavomontáží oproti Hagard Hal, Schüle Slovakia)

Po-Pia 8<sup>00</sup> - 17<sup>00</sup> | So 8<sup>00</sup> - 12<sup>00</sup>

☎ **0915 966 912** @ [info@obklad.sk](mailto:info@obklad.sk)

# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA

## 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

## čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

# Oplatí sa!

## ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE!

UZÁVIERKA ĎALŠIEHO VYDANIA REGIONÁLNYCH NOVÍN JE 24. MÁJA 2024

## Nakúpte výhodne

vo vybraných E-shopoch

Využite kód:

### OPLATISA

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

decoreum

49,00 EUR **44,91 EUR**



DETSKÁ STOLNÁ  
LED LAMPA PSÍK

**-10%**

decoreum

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



SOLÁRNA LED GIRLANDA  
SOLÍ 7,7 METROV  
-30 ŽIAROVIEK

**-10%**

decoreum

45,00 EUR **40,50 EUR**



6X SOLAR LED  
ZÁHRADNÉ SVIETIDLO  
LANTERN FILAMENT

**-10%**



## Liečebný pobyt SENIOR PLUS

22.4. - 16.6.2024

- ✓ ubytovanie v rekonštr. vilkách
- ✓ plná penzia vo FORME BUFETOV
- ✓ lekárske vyšetrenie
- ✓ 2 procedúry denne
- ✓ denne 2 hod. vstup do Wellness Spa- bazénová časť

Neušiel sa Vám pobyt  
so štátnou dotáciou?

Máme pre Vás pobyt  
so zľavou 50€!

po zľave 5 nocí  
od 365€/osoba

www.kupele-bj.sk  
BARDEJOVSKÉ KÚPELE a. s.

054/477 4470, 4450, 4500

## BUĎTE NA OČIACH AJ V MÁJI



Vyskúšajte čím skôr

## ÚČINNÚ REKLAMU

v najčítanejšom týždenníku  
na Slovensku

## POPRADSKO

Týždenne až  
v **41 520**  
domácnostiach

# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA

**GS**  
EUROTHERM  
MONT

ZIMNÉ ZÁHRADY  
ZASKLENIA BALKÓNOV  
A TERÁS • PRÍSTREŠKY  
PREKRYTIA BAZÉNOV  
HLNÍKOVÉ A NEREZOVÉ  
ZÁBRADLIA A BRÁNY

**gszasklenie.sk**  
**0800 333 223**

ZAMERANIE A  
3D VIZUALIZÁCIA  
**ZDARMA**

**ZĽAVY AŽ  
DO 50%**

Stannah

**-10%  
ZĽAVA**

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 Sotáková ★ Trustpilot

Zavolajte zadarmo  
**0800 162 162** • [www.stannah.sk](http://www.stannah.sk)

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

Ponuka sa nekumuluje s inými zľavami a kampaňami. Platí do 7/6/2024

**UŽ OD  
379 €**

**DARČEK  
ZADARMO  
4L HNOJIVA**

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

Všetky modely je možné predĺžovať o 2m.

**galerica**

**ODOLNÉ POLYKARBONÁTOVÉ SKLENÍKY**

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

**0948 88 88 55** [galerica.sk](http://galerica.sk)

**EKOLOGICKÉ  
ČISTENIE  
FASÁD**

rodinné  
domy  
**ZĽAVA 50%**

Patentovaná  
kontaktná technológia  
Bez vysokotlakových  
čističov

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

**0905 148 393**

BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA  
PRIAMO U VÁS DOMA

**MONTTER**

ZIMNÉ ZÁHRADY  
ZASKLENIE • PRÍSTREŠKY

**11 ROKNÉ  
SKÚSENOSTI**

**NAKUPUJTE OD VÝROBCU!**

**Drevo**

**Hliník**

**HLINÍK VO FARBE K MONTÁŽI**

ANTRACIT 7016
HNEDÁ 8003
HNEDÁ 8017
BIELA 9016

**LETO SA BLÍŽI!**

**POZOR!**  
na podvodné firmy  
U nás si viete objednať  
zimnú záhradu aj  
**bez ZÁLOHY!**

Akcia sa vzťahuje len na skladové farby RAL.

Montujeme  
po celom Slovensku

**WWW.MONTTER.SK • 0919 370 730** **OBJEDNAVKY@MONTTER.SK**

**TEPELNÉ ČERPADLÁ  
VODA-VODA**

**BEZPROBLÉMOVÝ  
PRIMÁR  
SPIRÁLA**  
MOŽNÁ DOTÁCIA  
DO VÝŠKY **4370€**

[viga@viga.sk](mailto:viga@viga.sk)  
tel: 0905 258 236  
[www.viga.sk](http://www.viga.sk)

**PREDAJ ODVETRAanej FASÁDY**

# POPRADESKO KEŽMARSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 41 520 domácností

**ŠUMNÁ STRECHA**  
-nátery striech  
-nátery kostolov  
-oprava komínov  
**MICHAL**  
**0908 337 893**

**čujte.sk**  
Čítajte nás:  
**www.cujte.sk**

**O.K. OKNO**  
plast drevo hliník



**NAJVÄČŠIE OKENNÉ ŠTÚDIO**  
**OKENNÉ A DVERNÉ SYSTÉMY**



**WWW.OKOKNO.SK**

TEL.: 052/788 6101

MOBIL: 09 18 657 559 • 0907 401 708

DOSTOJEVSKÉHO 23 (VEDĽA UTÓPIE)

**Čalúnnictvo**  
Slánska 8, Prešov  
Tel: 0911 567 934  
georgijrasevi@gmail.com  
V ponuke aj prídaj Čalúnnickej kade  
od 26 €, bez DPH

**www.regionpress.sk**  
REGION PRESS

**MALIARSTVO**  
-Nátery striech  
-Nátery kostolov  
-Nátery vo výškach  
-Oprava komínov  
-Maľovanie fasád  
**0940 167 755**

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

**NÁTERY a ČISTENIE STRIECH**  
výškové práce **0947 102 999**

**PLECHOVÁ STREŠNÁ KRYTINA**  
cena za materiál a prácu 26,99 € / m<sup>2</sup>  
**0915 470 099 | ŽLÁBY - HLINÍK 20€/m**

**DACHMANN**  
**www.dachmann.sk**  
**PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE**  
DREVENÉ A HLINÍKOVÉ 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**

**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

**OKNO RENOVAL**  
**OPRAVA LAKU EUROOKIEN**  
OBHLIADKA A CENOVÁ PONUKA ZDARMA  
Volajte: 0917 148 458 - Kopečná 242/2, Poprad

**Super DISCO**  
Každú sobotu  
**OLDIES VIDEO PÁRTY**  
**DÁMY VSTUP ZADARMO**  
**www.collective.sk**

Zaregistruj sa na **www.collective.sk**  
a získaj zľavový kód  
  
**943170498287**  
na 10% zľavu navždy na jedlo,  
donášku, alkohol, nealko,  
kávu, pochutiny

**COLLECTIVE**  
• BISTRO • BAR • DANCE CLUB • RESTAURANT •  
PIZZA \* BURGER \* ŠALÁTY \* KRÍDELKÁ  
\* KURACIE NUGETKY \* KREVETY \*  
**DONÁŠKA 10% zľava**  
**+ nápoj ZADARMO**  
**0903 939 797**  
Cez náš nový **E-SHOP**  
je váš nákup NAJLACNEJŠÍ



**PP STAV PP s.r.o.**

**STAVEBNÉ PRÁCE**

☎ 0905 108 770

- sadrokartonárske práce
- kúpeľne, bytové jadrá
- vinylové a laminátové podlahy
- zámkové dlažby
- prenájom lešenia, debnenia, vozíkov



**PONUKA PRÁCE**  **STROJÁRNE ŠVÁBOVCE**

**STROJNÝ ZÁMOČNÍK - PALIČ  
OBRÁBAČ KOVOV  
ZVÁRAČ**

- Možnosť práce na živnosť
- Motivačné finančné ohodnotenie
- Možnosť zabezpečiť ubytovanie



Záujemcovia nás môžu kontaktovať na tel. čísle: **0911 212 068**, e-mail: **pam@strojarnesvabovce.sk**



**WISNIOWSKI**

**PS trade SLOVAKIA S.R.O.**

BRÁNY | DVERE | OPLOTENIA

www.ps-trade.sk | info@ps-trade.sk  
0905 443 101 | 052/788 35 16  
Hodžova 3292/3 Poprad

Areál východ vedľa Autonovy  
/budova Arprog/

# MIMORIADNA AKCIA

## PREDAJŇA NÁBYTKU

Výrazné zľavy **10-50%**

Tel.: 052/77 222 60

ČLEN SKUPINY  
NÁBYTOK PREŠOV A.S.

NÁM. SV. EGÍDIA 1, POPRAD  
WWW.NABYTOKEU.SK

**Bezplatný týždenník**

**POPRADESKO KEŽMARSKO**

EV 6206/24

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

Ročník 1, Vydanie 4, týždeň 21/2024.

Redakcia: Bajkalská 3852/20  
**POPRADESKO**  
popradsko@regionpress.sk

**INZERCIA**

Mgr. Marcela Petreková 0905 338 878  
Miroslav Imrich 0907 895 865  
Alena Berithová 0907 877 862

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



**DISTRIBÚCIA (41520 domácností)**

**Každý týždeň:**  
Poprad, Kežmarok, Abrahámovce, Huncovce, Spišská Belá, Veľká Lomnica, Vlková, Vrbov, Spišská Sobota, Stráže pod Tatrami, Batizovce, Hozelec, Hôrka, Hranovnica, Jánovce, Kravany, Lučivná, Spišská Teplica, Spišské Bystré, Spišský Štiavnik, Svit, Štrba, Sväťovce, Vikartovce,



# Pozor na nadmerný príjem soli

Väčšina ľudí konzumuje podľa odborníkov priveľa soli. Dospelí prijímajú v priemere približne dvojnásobok jej odporúčaného maximálneho denného príjmu. „Zníženie celkového príjmu soli je pritom jedným z najúčinnnejších krokov pri zlepšovaní zdravotných vyhládok jednotlivcov a aj celej populácie,“ upozorňuje na sociálnej sieti Úrad verejného zdravotníctva Slovenskej republiky (ÚVZ SR).

Svetová zdravotnícka organizácia odhaduje, že ak by sa celosvetová spotreba soli znížila na odporúčanú úroveň, mohlo by sa tým predísť až 2,5 miliónu úmrtí ročne. Nadmerný príjem soli totiž okrem iného zvyšuje krvný tlak, zvyšuje riziko srdcovo-cievnych ochorení a nadmerne zaťažuje obličky.

**Kolko soli konzumovať denne?**

„Dospelí by mali denne skonzumovať najviac 5 gramov soli, pričom toto množstvo predstavuje približne jednu čajovú lyžičku,“ objasňujú odborníci a pripomínajú, že soľ, ktorú si sami pridávame do jedla pri varení častokrát netvorí väčšinu z celkového množstva soli prijatého v našej strave. Tá pochádza skôr z priemyselne vyrábaných potravín. Aj preto sa podľa nich oplatí čítať etikety na kupovaných potravinách.

**Ako znížiť príjem soli?**

„Príjem soli dokážete postupne a účinne znižovať pomocou niekoľkých relatívne jednoduchých krokov,“ uvádzajú odborníci z ÚVZ SR a radia nasledovné:

- Pri varení používajte menej soli a hotové jedlá už neprisáľajte.
- Soľničku radšej nedávajte pri servírovaní pokrmov na stôl.
- Postupne znižujte množstvo soli, ktoré konzumujete. Vaše chuťové poháriky si na nižší obsah soli postupne zvyknú.
- Na dochucovanie používajte korenie a bylinky.
- Obmedzte potraviny s vysokým obsahom soli - obvykle ide napríklad o údeniny, instantné jedlá, hotové omáčky a kečupy, slané oriešky a pochutiny, či takzvané ultraspracované potraviny - toto sú len orientačné príklady, pričom obsah soli v konkrétnej potravine si môžete vždy overiť prostredníctvom údajov na obale výrobku.



» ren zdroj foto mkupiec7 pixabay

# Zakročte proti škodcom v záhrade aj bez použitia chémie

Otázku ako ochrániť úrodu pred škodcami bez použitia chemikálií rieši pravdepodobne z času na čas každý záhradkár a úloha to nie je vôbec jednoduchá. Prinášame zopár tipov, vďaka ktorým by sa ju mohlo podariť zvládnuť ľahšie.

**Z roka na rok pribúda záhradkárov,** ktorí nechcú vo svojich záhradkách používať rôzne chemické postreky či prípravky. Našťastie jestvujú spôsoby, ako sa zbaviť neželaných hostí v našich záhradkách aj bez zbytočných chemikálií. Zväčša to však dá viac námahy a spravidla to vyžaduje tiež väčšiu dávku trpezlivosti. Príroda sa nám však za to poďakuje, o našom zdraví ani nehovoriac.

**Využite silu rastlín** - Na zeleninové hriadičky vysadte nechtík lekársky a akşamietnicu, dezinfikujú pôdu a chránia rastliny pred škodcami. Aksamietnica pôsobí proti hádatkám, nitkovitým červíkom v pôde a tiež proti molici. Odstráni aj plesne a hnilobu z pôdy. K rajčikom a jahodám sa hodí pažítka, kôpor zasa k uhorkám či šalátom. Fazuľu a cibuľu ochráni saturejka, kapustu zasa levanduľa.

**Na mravce tabakom** - Ovocné stromy zbavíte mravcov pomocou tabaku.

**Postup:** tabak vložte do vedra, zalejte vodou a niekoľko dní nechajte lúhovať. Potom do takto pripraveného roztoku

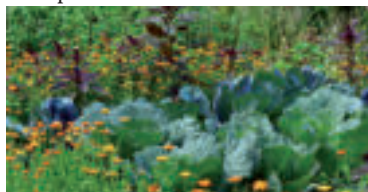
namočte motúz a následne ho omotajte okolo kmeňa stromu.

**Vaječnými škruplinami proti slimákovi** - Zeleninu pred slimákmi ochránite pomocou vaječných škruplin. Rozdrvte ich a vzniknutý prášok nasypete okolo rastlín, ktoré si obľúbili slimáky.

**Sódou bikarbónou proti múčnatke** - Pred múčnatkou rastliny chráni roztok, ktorý pripravíte z dvoch lyžičiek sódy bikarbóny a dvoch litrov vody. Následne striekajte na listy rastlín dvakrát do týždňa, vždy ráno aj večer.

**Na vošky žihlavou** - Postrek, ktorý si pripravíte zo žihlavy, vám pomôže zbaviť sa vošiek. Aplikovať ho však treba viac dní za sebou.

**Postup:** Nazbierajte čo najviac žihlavy, natrhajte ju na menšie kúsky a vložte do vedra. Následne zalejte vodou. Potom vedro s vodou a kusmi žihlavy odložte na tienisté miesto. Nechajte žihlavu lúhovať 24 hodín a potom takto získaný výluh prelejte cez sitko do záhradného postrekovača.



» ren Ilustračné foto. zdroj foto congerdesign pixabay

**STRIEKANÉ IZOLÁCIE**  
12,50 €/m<sup>2</sup> pur penou, hrúbka 20 cm  
**0,58 €/m<sup>2</sup>** hrúbka 1 cm

- najlepší pomer kvality/cena
- predĺžená záruka na 60 mesiacov
- diagnostika zatepľovaných konštrukcií v cene

**AKCIA**  
omietky pucovka od 5,05€ s materiálom

Partner firmy Stavpoč Jendrol'

**STAVEBNÉ PRÁCE**  
tel: 0915 363 983

**POTERY A STROJOVÉ OMIETKY**  
IZOLÁCIA PODKROVIA  
tel: +48 665 719 051

MONTÁŽ SADROKARTÓNU 9,50€/m<sup>2</sup> ZATEPLEVANIE rodinných domov

**Realizujeme STROJOVÉ POTERY A OMIETKY**

0948 300 988

**VIAM dražobná spoločnosť, s.r.o.**  
VYHLASUJE DOBROVOĽNÚ DRAŽBU NEHNUTEĽNOSTI

**Miesto konania dražby:** Mestský úrad Poprad, Nábrežie Jána Pavla II. 2802/3, 058 42 Poprad, priebeh dražby overí Notársky úrad JUDr. Jána Praznáka, ul. Nám. sl. č. 1735, 066 01 Humenné.

**Dátum a čas konania dražby:** 20. júna 2024 o 10.00 hod.

**Predmet dražby:** pozemok, druh: orná pôda, zapísaný na LV č. 181, pre k.ú. Štrba, parcela registra „E“ na mape určeného operátu, 1056/3 spoluhl. podiel k pozemkom: 1/6 - pozemok, druh: orná pôda, zapísaný na LV č. 4502, k.ú. Štrba

Parcely registra „E“ parcelné číslo 1076/8, spoluhl. podiel k pozemkom: 9/540

**Najnižšie podanie:** 6.900 € **Minimálne príhodenie:** 500€ **Výška dražobnej zábezpeky:** 1.000€

**VIAM - dražobná spoločnosť, s.r.o.,** so sídlom Tr. SNP č. 39, 040 11 Košice, tel.: 0907 337 779, 0908 896 625  
www.viamdrazobnaspolocnost.eu, viamdrazobna@gmail.com

**Občianska riadková inzercia**

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

08 STAVBA

» Kúpim haki lešenie. Tel. 0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

» Dôchodca hľadá brigádnickú prácu v pekárni na obsluhu výrobnéj chlebovej linky KVT, 6000 ks chleba za smenu, osvedčenie platné, 0904154284.

16 ZOZNAMKA

• Plastové, hliníkové okná  
• Vchodové dvere  
• Bezpečnostné dvere  
• Vonkajšie žalúzie Z90  
• **NEMECKÉ PROFILY**

**Jarná akcia**

**3-sklo v cene 2-skla**

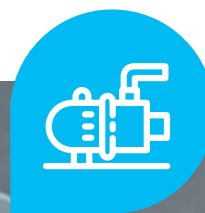
**INOVATÍVNE okná**  
Námestie svätého Egídia 67 • Poprad

www.inovativneokna.sk

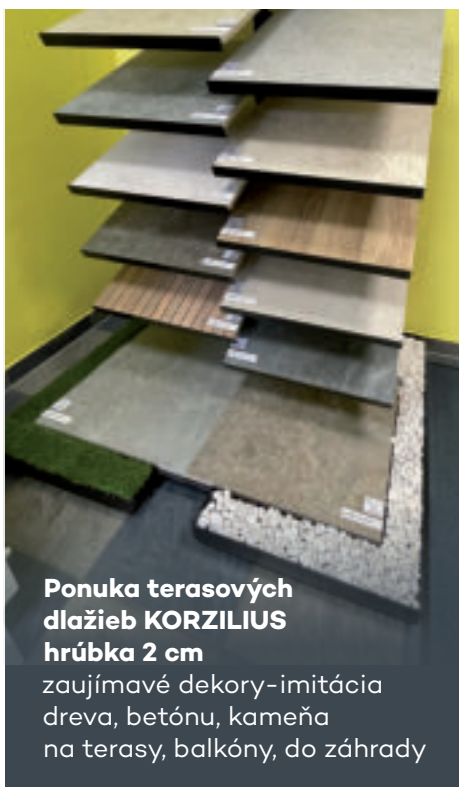
# miRad

MIRAD PORADÍ RÁD!

## V NOVEJ KÚPEĽNI SA SPIEVA LEPŠIE!



Uvedené ceny s DPH. Platí do vypredania zásob. Aktuálnosť cien si overte na predajni. Ilustračné foto.



### Ponuka terasových dlažieb KORZILIUS hrúbka 2 cm

zaujímavé dekory-imitácia  
dreva, betónu, kameňa  
na terasy, balkóny, do záhrady



### Skrinka s umývadlom JIKA CUBE

**AKCIA**  
farba dvierok:  
wenge  
60x34 cm

~~283,97 €~~  
**149 €**

50x34 cm

~~239 €~~  
**159 €**



### Závesné WC Laufen Palace 49 cm

+ WC sedátko  
Laufen Palace  
**VÝPREDAJ**

~~449 €~~  
**89 €**



### Vodovodná batéria drezová nástenná FARIS Z **VÝPREDAJ** 150 mm

~~94,80 €~~  
**62,90 €**



### Vodovodná batéria drezová nástenná FARIS S **VÝPREDAJ** 150 mm

~~72 €~~  
**48,90 €**



~~1 219,70 €~~  
**149 €**

### Umývadlo s držiakom **VÝPREDAJ**

120 cm  
s otvorom  
na batériu  
+ s otvorom  
na dávkovač mydla

**60x60** paleta cca 20 - 25 m<sup>2</sup>

## OBKLADY – DLAŽBY VÝPREDAJ NA PALETÁCH

- nákup po celých vyskladaných paletách
- na jednej palete je vyskladaný mix dlažieb alebo obkladov, navzájom farebne zladených
- vhodné pre: garáž, dielňu, technickú miestnosť...
- aj veľkoformátové obklady a dlažby 60x60, 40x80 cm

od **9 €**/m<sup>2</sup>

**VÝPREDAJ**

**VÝPREDAJ  
do 80%**

vodovodné, kúpeľňové,  
kuchynské **BATÉRIE**  
kúpeľňové **DOPLNKY**

Kompletný prehľad akcií a výpredajov nájdete na [www.mirad.sk](http://www.mirad.sk) | Hraničná 5300, Poprad





## SERVIS

### OKIEN A DVERÍ

# 0903 606 263

Ponúkame kvalitnú opravu plastových okien a dverí. Výmena skla, tesnenia, nastavenie okien a dverí, výmena komponentov a iné. **Obhliadka TERMOKAMEROU**

Kancelária:  
Podtatranská 135/2  
bl. Lipa, 058 01 Poprad

[www.oprava-servis-okien.sk](http://www.oprava-servis-okien.sk)



## Letná AKCIA

na kvalitné brikety, pelety a drevo

Doprava ZDARMA v rámci okresu Poprad





<p>✦ <b>Bukové brikety</b></p> <p>960 kg / 265€ <del>242€</del></p> <p>600 kg / 245€ <del>182€</del></p>	<p>✦ <b>Smrekové peletky A1</b></p> <p>1005 kg / 299€ <del>282€</del></p> <p>780 kg / 245€ <del>232€</del></p>	<p>✦ <b>Drevo v kletke</b></p> <p>1 prm / <del>175€</del></p> <p>1,7 prm / <del>195€</del></p>
--	--	--

OBJEDNAJTE: 0905 546 999

[www.ekoliptov.sk](http://www.ekoliptov.sk)    [info@ekoliptov.sk](mailto:info@ekoliptov.sk)

Akcia platí do vyčerpania zásob

## REKONŠTRUKCIA

### ETERNITOVÝCH, PLOCHÝCH, PLECHOVÝCH A PVC STRIECH

#### BEZ DEMONTÁŽE!!!

**KVALITA A SPOĽAHLIVOSŤ ZA VÝHODNÉ CENY**

Realizujeme rodinné domy, paneláky s plochou strechou.

**S farebným a vzorovaným materiálom INDEX a VILLAS 3D**

**TEL.: 0915 437 039**    **BEZPLATNÁ OBHLIADKA**    **AKCIA**

### STRECHY - MONTÁŽ - VÝMENA

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

0948 107 877

### NÁTERY STRIECH

### OPRAVA KOMÍNOV

#### NOVÁ STRECHA.

Za rozumnú cenu

0908 152 485

## OBNOVA STRIECH

RENODACH

- na eternit a plech bez demontáže krytiny
- hydroizolácie plochých striech
- INDEX MINERAL DESIGN • 3D VZOR

V PONUKE AJ STRIEKANÉ TEPELNÉ IZOLÁCIE

12-ročná záruka na prácu

Ing. Jozef Antoni • [info@obnovastrechy.sk](mailto:info@obnovastrechy.sk)  
[www.obnovastrechy.sk](http://www.obnovastrechy.sk)

0903 603 755



# PEGATHERM

Partizánska 1849

Poprad – Západ

(vedľa autosalónu Peugeot)

Sme s Vami už **20 ROKOV**

## IGLO ENERGY

### OKNÁ PRE VÁŠ DOMOV

- Moderný dizajn a vysoká kvalita materiálov
- 7 komorový profil rámov pre novostavby a nízkoenergetické domy
- Izolačné 3 sklo so zasklením 48 mm
- Odborné poradenstvo a vzorková predajňa
- Záručný a pozáručný servis




... príd' te sa presvedčiť!

<p style="font-size: x-small;">Plastové okná a dvere</p> 	<p style="font-size: x-small;">Vchodové dvere</p> 	<p style="font-size: x-small;">Garážové brány</p> 	<p style="font-size: x-small;">Zasklievanie balkónov</p> 	<p style="font-size: x-small;">Tieniaca technika a žalúzie</p> 	<p style="font-size: x-small;">Sieťky proti hmyzu</p> 	<p style="font-size: x-small;">Prenájom lešenia a plošín</p> 
---	---	---	--	---	---	--

www.pegatherm.sk

info: 0918 957 982 • 052 7764 353

e-mail: [info@pegatherm.sk](mailto:info@pegatherm.sk)

# Hrozil mu invalidný vozík! TO HO ZACHRÁNILO!

„Kolená ma tak boleli, že som nemohol chodiť. A keď som dostal tento nový vynález od svojich dcér, bolesť bola za pár dní preč“.

Keď som bol mladý, chcel som žiť v meste. Ale môj starší brat ma predbehol. Mal som 17 rokov a Stano bol o 5 rokov starší. V meste stretol nejaké dievča a odsťahoval sa. Ostal som ja a moji rodičia. Keby som išiel do mesta aj ja, rodičia by zostali na farme sami. A môj otec bol chorý. **Mal rovnaký problém s kolenami ako ja donedávna,**“ hovorí Anton (72) z Košíc.

„Keď som mal 19 rokov, stretol som Terezu. Bývala v susednej dedine. Vzali sme sa, presťahovala sa do nášho domu a o rok neskôr sa nám narodili tri dcéry! **Áno, áno, tri naraz! Trojčatá!** Bola to senzácia pre celú dedinu!

Celý život pracujem na vidieku. Je tu veľa práce. Máme pole, veľa zvierat. Dlhو som bol fit.

## Kolená ma začali bolieť až po šesťdesiatke

Hlavne po večeroch v tých nohách pulzovalo. Najprv stačili tablety a mastičky. Niekedy to bolo lepšie, niekedy horšie. Boli dni, keď som normálne chodil a pracoval. Alebo že sa ráno ťažko vstávalo. Ale potom **bol každý deň nočnou morou.** Sám som nedokázal nič. Dcéry sa rozutekali po krajine, vydali

sa, manželka mala dlho problém s nohami. Nemal kto robiť! Začal som predávať zvieratá...

Chodieval som po doktoroch, ale **ani jeden nepomohol.** Predpísali mi lieky proti bolesti a boli také silné, že aj keď ma po ich užití kolena boleli menej, tak sa mi točila hlava. A bolelo ma brucho. K tomu všetkému som pribral 10 kíl, pretože som bol celý život v pohybe a teraz skoro vôbec.

## Čítal som sa ako zbytočný mrzák!

Moje dcéry našli špecialistu v meste. Povedal, že **len operácia,** pretože zmeny na kolenách sú pokročilé. **Pomliaždená chrupavka, potrhane väzy...** Lahko sa povie **OPERÁCIA!** Otec mal operované kolena, po ktorých prestal úplne chodiť, pred smrťou sme ho vozili na invalidnom vozíku. A to bol pred chorobou obratný chlap! Keď sme ho posadili na tento vozík, skolaboval, neprešlo ani pol roka a bol mŕtvý.

V jednu nedeľu ma prišli navštíviť všetky tri dcéry. Také spokojné. Priniesli balík, povedali, že je zo Švajčiarska. Netušil som, čo sa deje: **aký balík, aké Švajčiarsko?!**

Ukázalo sa, že aj dievčatá sa mojej operácie báli, lebo si pamätali dedka na invalidnom vozíku. A stále pre mňa niečo hľadali. Dozvedeli sa o...

## Biomagnetických analgetických regenerátorov kolenných kĺbov

Je to dlhý názov, ale odvtedy si ho pamätám.

**Boli to také pásy na kolena. Novinka. Práve patentované vo Švajčiarsku.**

Dcéry objednali. Už vtedy som bol odradený a nechcel som to založiť, ale človeče vyhrajte so ženami! Začali ma otravovať, aby som to nosil. Nakoniec som mávol rukou. Bol večer, ukázalo sa, že tieto pásy sú pohodlné, tak som v nich išiel spať. Ráno som vstal z postele, išiel do kuchyne, urobil si kávu, sadol si s hrnčekom a... **zrazu som si uvedomil, že CHODÍM normálne, nekulhám ako posledné roky!**

Kolená ma bolia stále, ale menej ako deň predtým. Pozerám, a mám tieto regenerátory na kolenách, podarilo sa mi na ne cez noc zabudnúť. Kričím na manželku: **Zdá sa, že to funguje!**

Tieto regenerátory som nosil každý deň. Na pár hodín. Alebo som v nich spával. Po asi 3 týždňoch manželka hovorí, že to bolo ešte o 2 týždne bližšie, **vôbec som nemal bolesti!** Vrátil som sa k svojim aktivitám. Mal som viac energie ako pred týmito bolesťami! Kúpil som zvie-



ratá. Ešte viac, lebo práca ide rýchlejšie. Asi po mesiaci som sa rozhodol, že by sa možno oplátilo ísť k lekárovi, aby mi tieto kolena zrentgenoval. **Nikdy som nevidel tak šokovaneho muža!**

## Kolená ako nové! Ako ste to urobili?! Opakoval lekár znova a znova.

Odvtedy prešli 4 mesiace, mám pocit, že **mám 30 rokov.** A moja žena hovorí, že ona sa cítiako 20-ročná, lebo po mne nosila regenerátory a už ju nebolia nohy!

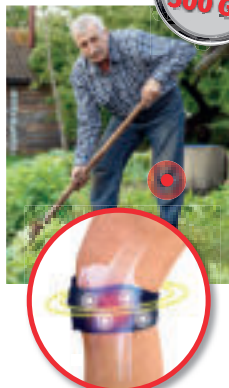
Anton

## BIOMAGNETICKÉ ANALGETICKÉ REGENERÁTORY KOLENNÝCH KĹBOV

– je najnovším vynálezom Švajčiarskeho inštitútu modernej ortopédie. Pracovali na tom najlepší odborníci v krajine aj na magnetoterapiu. Hypoalergénny materiál prispôbený tvaru ľudského kolena obsahuje **4 maximálne silné neodýmové biomagnety.** Vysielajú energetické vlny, ktoré prenikajú do pokožky a prenikajú

hlboko do štruktúry poškodených tkanív. **Šľachy, meniskus, väzy a kĺbová chrupavka môžu byť prestavané.** 97,6% užívateľov biomagnetických regenerátorov kolenného kĺbu pocítilo jasnú úľavu od bolesti už po prvom použití. Kompletná regenerácia poškodených tkanív kolena sa môže uskutočniť v **priebehu 14-33 dní.**

- + Hypoalergénny, priedušný materiál
- + Pre ženy a mužov
- + Jednoduché nasadenie
- + Účinnosť za 14-33 dní, min. 3,5 hodiny denne
- + Čím dlhšie a častejšie ich nosíte, tým rýchlejší je efekt – možno nosiť aj na noc
- + Vďaka spevneniu kĺbových štruktúr zvnútra sa neduhy nemusia vrátiť
- + Pomáha urýchliť rehabilitáciu kolena



Výkon 4 x 300 Gs

## Švajčiarska magnetoterapia u Váš doma!



Biomagnetické analgetické regenerátory kolenného kĺbu debutujú na našom trhu. Distribútor preto ponúka **20 regenerátorov ÚPLNE ZADARMO!**

Akcia platí len do 31.05.2024  
Rozhodujúce je poradie prihlášok.

20 kusov za 0 €!

Volajte:

**02/77 277 328**

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

Opísané produkty nie sú zdravotníckymi pomôckami alebo liekmi a neslúžia na určenie diagnózy, obnovenie, zlepšenie alebo modifikáciu fyziologických funkcií organizmu prostredníctvom farmakologického, imunologického alebo metabolického účinku. Produkty nie sú zdravotnými pomôckami a nenahrádzajú zdravotnú starostlivosť. Pri zdravotných problémoch a dysfunkciách je vždy potrebné navštíviť lekára.  
INZERENT: TWT GROUP, email: contactsk@globalreversed.com

# Nechtík zahojí rany a pomôže aj pri kožných problémoch

## Pestujeme nechtík lekársky

Nechtík lekársky je veľmi liečivá a všestranne využiteľná bylina, ktorú si môžete dopestovať vo svojej záhrade. Ide o letničku, ktorá kvitne od jari až do jesene oranžovými, prípadne žltými kvetmi.

### Pestovanie

Nechtík lekársky nie je veľmi náročný na pestovanie. Daráť sa mu bude v záhrade aj v nádobách na balkóne či terase. Oblubuje slnečné miesto a dobre priepustnú pôdu. Semená sa vysievajú priamo do pôdy, do hĺbky 2 až 3 cm.

### Liečivé účinky

Nechtík lekársky čistí krv, hojí rany, zmierňuje kŕčové žily, zápaly ciev, lieči popáleniny či omrzliny. Čaj z tejto bylinky pôsobí priaznivo na činnosť pečene, na žalúdočné a črevné ochorenia, detoxikuje organizmus a lymfatický systém, pôsobí priaznivo na nervový systém, upokojuje, uvoľňuje menštruačné kŕče, pomáha vykašľávať hlien, zmierňuje reumatické bolesti aj bolesti hlavy či migrény.

### Zber

Oranžové kvety nechtíka zbierajte od júna do septembra počas slnečného poľudnia. Pozbierané kvety sušte v tieni či

tme v suchom prostredí.

### Použitie

Z kvetov nechtíka lekárskeho si môžete pripraviť masť, ktorú môžete bežne používať na hydratovanie suchej pokožky, ako aj na ďalšie vonkajšie problémy ako sú hojace sa rany, vredy, opuchy, zapareniny, preležaniny, omrzliny či popáleniny. Upokojí aj pokožku spálenú od slnka. Obzvlášť vhodná je na kŕčové žily či ako prvá pomoc pri plesňových ochoreniach nôh. Rovnako prospieje pokožke rúk počas zimných mrazivých dní.

### Nechtíková masť

Budeme potrebovať: 100g vazelíny alebo bravčovej masť, hrsť sušených okvetných lístkov nechtíka lekárskeho, nádobku na masť

**Postup:** Bravčovú masť alebo čistú vazelínu vložte do hrnca s hrubším dnom a zohrejte. Potom do nej pridajte nechtík, dobre premiešajte a zložte zo sporáka. Hrnec prikryte pokrievkou a všetko nechajte stáť do ďalšieho dňa. Potom masť opäť ohrejte a následne precedte cez gázu do vhodnej nádoby či pohára s uzáverom.

### Nechtíkový čaj

Jednu čajovú lyžičku sušeného kve-



Ilustračné foto.

zdroj foto TanteLoe pixabay

tu nechtíka lekárskeho zalejte 250 ml vriacej vody a nechajte prikryté lúhovať 10 minút. Následne precedte cez sitko a môžete popíjať.

**Náš tip:** Čaj z nechtíka lekárskeho nám môže poslúžiť aj na prípravu obkladov napríklad pri zápale spojiviek. Nechajte ho vychladnúť na teplotu tela. Následne doň môžete namáčať štvorce z gázy a prikladať na oči.

### Pozor!

Bylinky sú výborným pomocníkom pri rôznych ochoreniach, užívať 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. Ak si nie ste istí s ich použitím, poraďte sa vždy so svojim lekárom.

» ren

**OBNOVA NÁPISOV  
a DOSEKÁVANIE  
DÁTUMOV na  
POMNÍKACH**

**PRIAMO NA CINTORÍNE**

čistenie dvojhrobu 100€  
0944 229 001

Najčítanejšie  
regionálne  
noviny

REGION  
PRESS

**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

**dmp**

**PONUKA PRÁCE**  
pre absolventov Konštruktér  
a PLC programátor.

Viac info na:  
kariera@designmp.sk  
**0940 500 660**  
www.designmp.sk

**Čistenie hrobov  
a dosekávanie písma**

**AKCIA** pred po  
Používame materiál nemeckej kvality

jednohrob 65€  
dvojhrob 95€  
malba písma 1,30€/znak  
dosekávanie písma od 79€

impregnácia  
a doprava  
**zdarma**

0902 509 700

Výmena krycích dosiek, pomníky s nápismi, náhrobné  
fotky, tabuľky s menami, čistenie zámkových dlažieb

**www.cisteniehrobovsaris.sk**

**Nakúpte  
výhodne**  
vo vybraných E-shopoch

Využite kód:

**OPLATISA**

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

decoreum

49,90 EUR **44,91 EUR**

**DETSKÁ STOLNÁ  
LED LAMPA PSÍK**

**-10%**

decoreum

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

**SOLÁRNA LED GIRLANDA  
SOLI 7,7 METROV  
-30 ŽIAROVIEK**

**-10%**

decoreum

45,00 EUR **40,50 EUR**

**6X SOLAR LED  
ZÁHRADNÉ SVIETIDLO  
LANTERN FILAMENT**

**-10%**



62,19€

Calvin Klein Eternity  
Parfumovaná voda 100 ml

Demro.sk



390,00€

Pánske hodinky casio g-shock  
gst-w310d-1aer

ZlatnictvoLion.sk



34,99€

Škrabadlo zoofari®  
pre mačky, 84 x 139 x 42 cm

Lidl.sk



1.179,00€

Americká chladnička  
Whirlpool WQ9 E1L

ZlavneneSpotrebice.sk



27,90€

Musetti zrnková káva  
Armonico - 1kg

Domkavy.sk



30,55€

Dekoratívne nástenné hodiny  
Town šedé

Houseland.sk



451,60€  
~~465,70€~~

Kosačka Worcraft RLM-20Li,  
20V 4ah, Li-Ion, robotická

ZEPA.sk



249,00€

Nafukovací paddleboard  
Allround SUP Aquaview

Lidl.sk



66,00€

Drevená zateplená búda  
Profitent pre psa-M

Profitent.sk



29,89€

Forma na pečenie Marissa  
biskup.chlebíček 26x15 cm

Hausmarket.sk



129,00€

Elektrická kosačka PARKSIDE®  
PRM 1500 B2

Lidl.sk



63,50€

TRAMP kempingový skladací  
turistický set 120x60 cm loft

Wellhox

www.TonerPartner.sk



24,34 €

HP 44A  
Toner PREMIUM, čierny

37,34 €

HP 106A  
Toner PREMIUM, čierny  
s čipom

12,32 €

HP 650-XXL  
Cartridge PREMIUM,  
čierny

Chcete ušetriť na toneroch? Pri objednávke v e-shope [www.tonerpartner.sk](http://www.tonerpartner.sk) zadajte v nákupnom košíku zľavový kód **OPLATISA** a získajte zľavu 10% na kompatibilné náplne a 3% na originálne náplne.

Predávajte alebo nakupujte  
na online trhovisku:

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