

# KOŠICKO okolie

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 24 900 domácností

**PRACOVNÉ ODEVY**  
montérky, obuv, rukavice  
tričká, mikiny, uteráky  
ul. BOGNÁ 2, Košice

**0904 296 595**  
Pondelok-Piatok  
9:00-17:00 hod  
aneta.dugasova@gmail.com

**NA ROVINU A BEZ CENZURY**  
slobodná debata o Slovensku a Európe

**KOŠICE**  
5.6. (streda) o 18:00  
Sála Bačkova, Bačkova 3023

**HNUTIE SLOVENSKO**

33-014 Objednávateľ: SLOVENSKO, Zámok 14, 811 01 Bratislava IČO: 42287511

**Oprava zatekajúcich a poškodených striech - fasád**

**PRÁCE Z LANA**  
VÝŠKOVÉ A STAVERNÉ PRÁCE  
www.zlana.sk

Klampiarska - zväračská výroba  
Prístrešky, atiky, oplechovanie každého druhu  
Oprava a montáž žľabov, komínov  
Práce vo výškach všetkého druhu

**0911 150 447**

37-04-1

**PÔŽIČKY**  
od 18 do 80 rokov  
od 300€ do 20 000€

NAŠE POBOČKY:  
NONSTOP (VYBAVTE SI PÔŽIČKU AJ CEZ MOBIL)

**Moldava n/B.** **KOŠICE**  
Hviezdoslavova 18 - oproti VÚB BANKE (vo dvore) **0904 031 113**  
Fejova 1 - pri reštaurácii Stará Sýpka - východ priamo z ulice, ŽLTÁ REKLAMA **0918 709 028**

**zinc euro** **ahoj** **HOME CREDIT**  
Nové, lepšie pôžičky

66-07-1

**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

83-L0003

**ČISTENIE STRIECH I FASÁD VAPKOU od RIAS a MACHU**

**0950 889 209**

37-04-1

**KOSENIE, STRIHANIE PLOTOV, OREZ STROMOV a iné**

**0911 901 330**

37-1-27

**JAREK** čistí čalúnený nábytok a koberce u Vás doma aj u nás  
www.jarekcistikoberce.sk | **0915 937 226**

66-09-1

**PECE KRBY SPORÁKY**

**0905 770 994 | www.kachliarks.sk**

37-124

**OBNOVA STRIECH**  
Reálna záruka 12 ROKOV Obliadka ZDARMA

• PRŮMYSLOVNÉ BUDOVY • BYTOVÉ JEDNOTKY • SELADOVÉ PRIESTORY

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

• VÝMENA ODKVAPOVÝCH ŽLABOV  
• OBNOVA KOMÍNOV  
• OBNOVA KANADSKÉHO ŠINDEĽA

**0949 765 613**

Jarná AKCIA!

37-122

**NÁTERY a ČISTENIE STRIECH**

výškové práce **0947 102 999**

37-111

**KAMENÁRSTVO KOŠICE**  
Komplet kamenárske práce, Južná trieda 66

- pomníky, náhrobky, urnové hroby, gravírovanie portrétov
- bezplatná obliadka a cenová ponuka priamo na cintoríne
- výkop hrobov, osadenie panelov a účasť pri pohrebe

**Predaj hotových hrobov na verejnom cintoríne a krematóriu**

**Jarná ZĽAVA pre VŠETKÝCH ZÁKAZNÍKOV**

0907 909 152  
0903 999 123  
0903 300 011

info@kamenarstvokosice.sk  
www.kamenarstvokosice.sk

66-85-1

Maľovanie, stierkovanie, sietkovanie, omietky, plávajúce podlahy, drobné stavebné práce | **0909 103 422**

37-107

**KOŠICKO** na facebooku

37-107

**OBNOVA STRIECH**  
ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH, KANADSKÝ ŠINDEĽ, PLOCHÝCH

**BITUMÉNOVOU LEPENKOU bez demontáže pôvodnej krytiny**

⇨ zameranie ⇨ odborné poradenstvo  
⇨ cenová kalkulácia ZDARMA!!!

**NON STOP - 0944 720 932**

**VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽĽABOV**

slovenská firma  
ZÁRUKA 25 ROKOV

43-019

## BEZPEČNOSTNÉ DVERE

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

**AKCIA 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.ocolovedvere.sk  
ocolovedvere@ocolovedvere.sk

0917 56 36 12  
0911 60 20 40

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

## BEAR TRUCK SERVIS

Lubina 1 Košice, Nad Jazerom

**NÁKLADNÉ OSOBNÉ ÚŽITKOVÉ VOZIDLÁ**

**SERVIS a PNEUSERVIS**  
**PLNENIE KLIMATIZÁCIÍ**  
**GEOMETRIA KOLIES**  
**DIAGNOSTIKA**  
**PROFI ZARIADENIA**

0918 155 144 | beartruck.technik@gmail.com

## ÚDRŽBA ZÁHRAD, KOSENIE

0911 399 933 • sluzbyvam.sk

## LIKVIDÁCIA AZBESTOVÝCH STRIECH

www.Leeris.sk, 0944 923 476, info@leeris.sk

## STAVEBNÉ PRÁCE

Betónovanie a murovanie, domov, terás, oporných múrov

0904 600 174

## KOPANIE, VRTANIE A ČISTENIE STUDNÍ

0905 186 889  
www.studnevychod.sk

www.ZATEPLOVANIEKOSICE.sk zateplovanie RD

0905 879 057 "bezkonkurenčné ceny"

## STK JAZERO

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

## Sadbové a konzumné ZEMIAKY

1kg / 60 centov

Odrody: Agria, Soraya, Jelly  
Tel: 0919 38 28 77  
Dovoz **ZDARMA**

## STK + EK

BEZ ČAKANIA ZA PRIAZNIVÉ CENY

Objednávky 055-304 57 27

Napájadlá 7 A, Košice  
www.stkkosice.sk

## SIETE PROTI HMYZU

•OPRAVA •MONTÁŽ  
•DODANIE •SERVIS

### Dôchodcovia a ZŤP ZĽAVY do 35%

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

**SAMOplus 0919 204 754**

## DACHMANN

www.dachmann.sk

### PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

DREVENÉ A HLINÍKOVÉ OKNÁ

SERVIS A OPRAVA OKIEN

DEUTEK HOME CREDIT Quatro

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

Kováčska 63, 040 01 Košice, kosice@dachmann.sk

0944 047 008, 0903 634 202

## atomia

reálna kancelária

Ing. Alena Katonová  
+421 907 900 717  
katonova@atomia.sk

### PONUKA NA PREDAJ

Pekný pozemok so sieťami, dvomi drevostavbami a pre budúcnosť základová doska

VÝMERA POZEMKU  
**1386 m<sup>2</sup>**

Ticho, krásny výhľad, les, blízkosť maďarských hraníc, bezproblémoví susedia

**Prvotriedne žulové pomníky z kvalitného prírodného materiálu za bezkonkurenčné ceny**

ZASTÚPENIE NA CELOM VÝCHODNOM SLOVENSKU

Obojstranná **impregnácia** pomníka proti vode **ZDARMA**

Využite zľavy až do výšky **-10%** pri celom žulovom komplete

Kompletné práce - aj výkopy  
Seriózný prístup ku každému zákazníkovi  
**Bezplatná** obhliadka a nacenenie

Zavolajte nám na **bezplatnú linku 0800 500 535**  
Vaše kamenárstvo OKNO, s.r.o. | www.oknosro.sk  
Jazerná 1 (Areál Dávid), 040 12 Košice

**JARNÁ AKCIA**

OKNO7

# VÁŠ SUVERÉNNY V EURÓPE

KANDIDUJEM DO EURÓPSKEHO  
 PARLAMENTU, ABY SOM HÁJIL  
 ZÁUJMY AJ NÁS  
**VÝCHODNIAROV**

## 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

**Ján FERENČÁK**

**3**

VÁŠ SUVERÉNNY  **VÝCHODU** V EURÓPE

# DÁ SA PORAZIŤ CHOLESTEROL BEZ LIEKOV?

**Určité množstvo cholesterolu je pre telo potrebné. Nepriateľom sa cholesterol stáva až v momente, keď prekročí neúnosné limity. Zvýšenou hladinou cholesterolu trpí každý tretí Slovák, avšak iba malé percento z nás si uvedomuje ďalšie možné riziká vyplývajúce z jeho vysokej hladiny. Dobrou správou však je, že prírodné látky saponíny môžu pomôcť pri znižovaní hladiny cholesterolu.**

Príčinu zvýšeného cholesterolu treba hľadať v zlej životospráve alebo genetike. Rizikovými faktormi sú fajčenie, nadváha, stres, málo pohybu alebo nevhodná strava. Zvýšený cholesterol môže prichádzať aj s vekom, tiež u žien v menopauze, no príčinou môžu byť aj choroby a užívanie liekov.

Zanesené cievy môžu spomaliť prúdenie krvi a tým aj činnosť orgánov, ako napr. srdca, pečene či obličiek. Zároveň sa znižuje aj rýchlosť fyziologickej likvidácie cholesterolu, môže stúpať krvný tlak, čo predstavuje riziko vzniku infarktu, náhlejšieho mozgového príhody alebo sa môžu pridružiť iné vážnejšie ochorenia.

„Steny krvných či lymfatických ciev sa postupne zanášajú usadeninami, ako cholesterol, bilirubin, kyselina močová, peptidy a bielkoviny rôznych druhov, čím obmedzujú prúdenie krvi a lymfy v organizme ako aj rozvoj výživových látok, vitamínov a probiotík, čím sa znižuje regenerácia organizmu, jeho odolnosť voči chorobám a môžu sa pridružiť organické narušenia životných funkcií,“ hovorí MUDr. Oto Sova, CSc., slovenský vedec a biochemik.

## Zníženie cholesterolu podporte zmenou životného štýlu

Ak máte nadváhu alebo vyššiu hmotnosť, pravidelný pohyb a cvičenie bude vhodným prostriedkom na schudnutie a nižšia váha by mala hladinu cholesterolu ovplyvniť iba pozitívne.

Obmedzte príjem tukov a cukrov. Jedzte viac ovocia, strukovín a zeleniny (tú pridávajte ku každému jedlu). Vyľúčte červené mäso obsahujúce vysoké množstvo nasýtených tukov. Nahraďte ho chudým mäsom alebo rybami, ako napr. losos, tuniak či sardinky.

Prestaňte fajčiť a menej sa stresujete. Výskumy hovoria, že fajčenie môže viesť k vysokým hladinám cholesterolu. Chemikálie v cigaretovom dyme môžu tiež spôsobiť, že cholesterol v cievach sa stane lepkavejším a poškodí výstelku krvných ciev: „V cigaretovom dyme sa nachádzajú polycyklické aromatické uhľovodíky, ktoré sa vnikajú do

plúcnych alveol dostávajú hlboko do pľúc, ale aj ďalej do rôznych orgánov a podstatne zvyšujú povrchové napätie na stenách ciev a tým aj usádzanie rôznych elementov na ich steny, ako cholesterol, bilirubin, kyselina močová a iné látky,“ dopĺňa MUDr. Sova.

## Prírodné saponíny z yukky

Saponíny sú výťažky z rastlín, ktoré prispievajú k zdraviu ciev a môžu znižovať cholesterol. Bežne sa saponíny nachádzajú v strukovinách, bylínkach, zelenine, ako napr. v špargli, hrachu alebo aj v červenom víne, ide však o veľmi nízke dávky. Väčšie množstvá saponínov sa extrahujú z iných prírodných zdrojov. „Najvyšší obsah saponínov má Yucca schidigera. Je to palma vysoká 60-80 cm, ktorá rastie v púšťach Utahu. Dari sa jej na slnku, ale aj v mínusových teplotách. Je veľmi odolná a znesie teploty od -15 do +50 °C,“ hovorí MUDr. Oto Sova, CSc., odborník na saponíny.

Yucca schidigera uctievali už pred viac ako tisíc rokmi ešte starí Indiáni. Bola pre nich nielen úžitkovou rastlinou, ale využívali ju aj na všetky nehuhy, ktoré ich trápili. Považovali ju za strom života a verili, že pomáha na všetko.

## 33-ročný výskum saponínov na Slovensku

K prírodným saponínom z yukky sa MUDr. Oto Sova, CSc., autor 49 patentov a držiteľ striebornej medaily SAV za zásluhy v biologických vedách, dostal v roku 1993. O saponínoch napísal tri monografie, 20 vedeckých publikácií a predniesol do 800 prednášok.

Výsledkom jeho dlhoročného výskumu saponínov je výživový doplnok DIAMOND YACCA doctor sova®, ktorý okrem toho, že napomáha zbavovať cievy od škodlivých sedimentov, akým je napr. cholesterol, prispieva aj k prečisteniu lymfy, nervov a všetkých orgánov tela, čím podporuje celkové zdravie človeka. „Za DIAMOND YACCA doctor sova® nestojí žiadna náhoda, žiadne kopírovanie, ale tvrdá, niekoľkoročná práca a množstvo zrealizovaných náročných výskumov,“ dopĺňa doktor Sova.

## Ako pôsobia saponíny v cievach?

Saponíny v porovnaní s liekmi nepôsobia chemicky ani biologicky, ale fyzikálne. Sú zaradované do skupiny tzv. funkčných potravín podporujúcich prirodzené vylučovanie škodlivých látok a sedimentov z tela von. Pracujú spôsobom znižovania povrchového napätia v cievach celého organizmu, t. j. aj na slizniciach orgánov, robia ich povrchy klzkými a pomáhajú z nich odstrániť všetky škodlivé sedimenty.

„Saponíny sa v organizme s ničím nezlučujú, ani nič nerozlučujú, iba znižujú povrchové napätie na stenách ciev, nervov a orgánov, čím dosahujú to, že sú klzkejšie a napomáhajú tomu, že rôzne látky sa na nich nemôžu usádzať a tieto plochy postupne opúšťajú a rozpúšťajú sa v krvi či lymfe,“ vysvetľuje doktor Sova. Jeden typ saponínov v DIAMOND YACCA doctor sova® pení, celý proces by sme tak mohli porovnať k umývaniu špinavých hrncov saponátom. Saponíny by mali byť po 3-5 hodinách komplexne z organizmu vylúčené, organizmom iba pretiecť.

## Zrealizovaný výskum

To, že saponíny napomáhajú vylúčiť škodlivé látky a sedimenty z tela von, potvrdil aj jeden z mnohých uskutočnených výskumov: „Päť rokov sme monitorovali skupinu 64 ľudí, ktorí trpeli vysokým krvným tlakom a vysokými hodnotami cholesterolu a triglyceridov, išlo o 50 % mužov a 50 % žien. Asi po troch týždňoch užívania saponínov po dve kapsule denne došlo k poklesu hladiny triglyceridov takmer k norme. Asi po 6-tich týždňoch však došlo k vzostupu cholesterolu a aj vápnika v moči. Vápnik pochádzal ale z cholesterolu, nie z kostí. Za ďalších 8 -10 týždňov začal postupne cholesterol a aj vápnik v moči klesať a ustálil sa k norme. Po 12 -16 týždňoch došlo aj k poklesu krvného tlaku. U pozorovaných sa následne pomaly vysádzali ošetrovujúcim lekárom lieky a tí sa stali vernými užívateľmi DIAMOND YACCA doctor sova®,“ opisuje svoje výskumy MUDr. Oto Sova, CSc.

## Patentovaná výroba

DIAMOND YACCA doctor sova® sa vyrába autofokusáciou opísanou v americkom patente MUDr. Sovu č. 5,256,269. Pri autofokusácii dochádza k deleniu saponínov z yukky na steránové a terpenové čistým elektrickým prúdom. Nepoužíva sa tak žiadna chémia. Delenie saponínov je potrebné na to, aby sa následne dva druhy saponínov zmiešali v správnom pomere, pretože steránové saponíny, ktoré majú veľkú molekulu, pôsobia v tráviacom trakte a terpenové s menšími molekulami pôsobia v cievach a lymfe. DIAMOND YACCA doctor sova® tak napomáha odstráneniu škodlivých látok a sedimentov nielen z krvi, ale aj z celého tela, keďže každá jedna bunka je zásobovaná cievami.

**DIAMOND YACCA doctor sova® má kontrolované zloženie vyvinuté na vedeckom základe. Nesie ochrannú známku a je certifikovaná.**

**Výživový doplnok DIAMOND YACCA doctor sova® kúpte na [www.doktorsova.sk](http://www.doktorsova.sk).**

Diamant medzi výživovými doplnkami

## DIAMOND YACCA doctor sova®

Vyrobenný MUDr. Otom Sovom, CSc.  
33 rokov výskumu prírodných saponínov

Saponínový výživový doplnok,  
patentovaná výroba a garancia kvality

DIAMOND YACCA doctor sova® je doplnok výživy.  
Nie je liekom a nemá schválené liečivé účinky. Predpísané lieky vašim lekárom užívajte naďalej.

DOCTOR SOVA®

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

Sledujte náš Facebook:  
Doktor Sova – Slovensko, Česko



# VÁŠ SUVERÉNNY V EURÓPE

**HLAS**  
SOCIÁLNA DEMOKRÁCIA

Voľte 23

Igor **15**  
**ŠIMKO**

35 rokov | otec | manžel  
hrdý Východniar | poslanec NR SR

Jediný kandidát  
z Košického kraja

HLAS

## DAJME VÝCHOD NA PRVÉ MIESTO!

Na Východe, máme rozrobené všetko a dokončené nič. Eurofondy sa preto musia dostať k Východniarom. 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. Potrebujeme mať 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 nepodari zrekonštruovať alebo vystavať nanovo len z daní obyvateľov Slovenska. Nesmieme dopustiť aby v Európskom parlamente sedeli ľudia, ktorí píšu listy PROTI SLOVENSKEJ REPUBLIKE, ktorí chcú dať STOPku eurofondom a STOPku rozvoju regiónov. My Východniari chceme, aby sa aj u nás všetko dokončilo a rozvíjalo.**

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.

Milí Východniari, vďaka Vašej dôvere som dnes poslancom Národnej rady Slovenskej republiky za stranu **HLAS – sociálna demokracia**. 5 rokov nemá Východné Slovensko zástupcu v Európskom parlamente.

**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 e-mailový a mobilný kontakt, aby ste sa ma mohli čokoľvek opýtať aj z mojej súčasnej práce a rád Vám odpoviem. [igor.simko@nrsr.sk](mailto:igor.simko@nrsr.sk), 0949 639 987

**Ďakujem že ste dočítali tieto riadky.**

Igor ŠIMKO  
Váš poslanec NR SR


**HLAS**  
 SOCIÁLNA DEMOKRACIA

# SLOVENSKO JE ZRANENÉ ZACHRÁŇME HO SPOLOČNE

## Vol'te 23

Streda 15. mája 2024 sa čiernymi písmenami zapísala do histórie slovenskej demokracie. Politická nenávisť a netolerancia k inému názoru vyústila až do atentátu na predsedu vlády Roberta Fica.

Jediná možná cesta je cesta pokoja, pokory a utlmenie vášní. Nesmieme na nenávisť odpovedať ďalšou nenávisťou, inak sa zlo nezastaví.

Slovensko je len jedno. Je to naša spoločná vlasť. A my nesmieme kvôli jednému šílenému činu rezignovať na všetko, čo sme ako národ a spoločenstvo počas troch desaťročí nezávislej Slovenskej republiky spolu dokázali.

mov či podpora regiónov. O tom všetkom rozhodoval a naďalej bude rozhodovať Európsky parlament. A už 8. júna pôjdeme voliť slovenských europoslancov, ktorí budú presne tieto otázky najbližších päť rokov riešiť.

Podme voliť ľudí, ktorí budú hrdými reprezentantmi Slovenska v Európe. Ktorí budú našim spoločným HLASom a ktorí budú mať na prvom mieste tak národnoštátne záujmy

# SLOVENSKO JE LEN JEDNO. A MY NESMIEME REZIGNOVAŤ

Nebol to však len atentát na premiéra. Bol to atentát na demokraciu.

Slovensko každú politickú krízu vo svojej histórii vyriešilo demokraticky a ústavne vo volebných miestnostiach. Prvýkrát sa stalo, že sa niekto pokúsil vyjadriť svoj politický názor guľkami vystrelenými do tela jedného z najvyšších ústavných činiteľov.

Aby sa to nikdy viac nestalo, musíme otvorene hovoriť o príčinách a nebáť sa pomenovať aj chyby. Ale predovšetkým, slovenský národ sa nevyhnutne musí upokojiť, uzmierniť a žiť inak ako v posledných mesiacoch.

Svet sa ani po tomto hroznom skutku nezastaví. Nesmieme sa zastaviť ani my. A najväčšou chybou by bolo prenechať priestor ľuďom, myšlienkam a skutkom, ktoré priviedli atentátnika na handlovské námestie so zbraňou v ruke.

Náš spoločný HLAS musí znieť ďalej – hrdo, suverénne a sebedovomo. A musí znieť nielen na Slovensku, ale aj v Európe. Pretože ani tá sa nezastaví a naďalej bude rozhodovať o mnohých konkrétnych veciach v našich životoch.

Postoj k nelegálnym migrantom, zákaz áut so spaľovacími motormi, zateplovanie do-

Slovenska, ako aj potreby slovenských ľudí. Slovensko je dnes zranené. Ale spoločne ho môžeme zachrániť. Aj demokratickým a slobodným vyjadrením názoru v eurovoľbách. Nedajme sa zastaviť ani zastrašiť. Podme ukázať, že našou jedinou zbraňou je odovzdaný hlas.


**HLAS**  
 SOCIÁLNA DEMOKRACIA



Správna voľba

42% ZĽAVA



XXL



6.99  
3.99

Kuracie stehná  
XXL  
cena za 1 kg  
bez kostí a kože



SUPERCENA

0.70

Trvanlivé mlieko  
1L  
3,5 % tuku



52% ZĽAVA

7.49\*\*\*

3.59

(1 kg = 738)

Čučoriedky  
500 g balenie



LIDL  
STANOK  
DOBRE ČISTITE

28% ZĽAVA

2.08\*\*\*

1.49

Konzumné  
zemiaky skoré  
1,5 kg balenie  
varný typ B - prílohové

1 kg iba  
0.99



50% ZĽAVA

0.69

0.34

(100 g = 0.23)

Zvolenský  
smotanový jogurt  
145 g  
rôzne druhy



OBLÚBENÉ  
VÝROBKY  
SO ZĽAVOU  
MINIMÁLNE

50%

53% ZĽAVA

59.99\*

27.99

Jar Platinum  
140 tableť  
tablety do umývačky riadu

1 tableta iba

0.20



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

\*Doporučená bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

\*\*\*Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávateľného produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri prepočítaní množnosti produktu z ekvivalentného množstva.

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

Ponuka tovaru platí od 3. 6. do 9. 6. 2024 alebo do vyčerpania 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.

49-0007

**PROBLÉMY S ČÍTANÍM, PÍSANÍM?** [www.centrumbasic.sk](http://www.centrumbasic.sk)

**PLASTOVÉ OKNÁ**

**DÔCHODCOVIA a ZŤP ZĽAVY do 35%**

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

**SAMo plus**  
www.samoplus.sk  
SKLADNÁ 1 / ČAŇA  
1. POSCHODIE, STARÉ NÁKUPNÉ STREDISKO NAD TESCOM

**0919 204 754**  
samoplusro@gmail.com

**ŽALÚZIE**

SIETE PROTI HMYZU, SERVIS, MONTÁŽ, DODANIE, OPRAVA

**Dôchodcovia a ZŤP ZĽAVY do 35%**

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

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

**9 ŽIVOTY NIE PROFITY**

socialistika

**Lucia Hubinská**

Objednávateľ: Socialistika, Štefánikova tr. 44, 94001 Nitra, IČO/3265907  
D odávateľ: REGIONPRESS, s.r.o., Pekárska 7-499/40A, 911 01 Trnava, IČO/36 252 417

**REKONŠTRUKCIE bytových jadier**

**STAVBY rodinných domov na kľúč**

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

**0949 707 583**

[www.drobnestavebnep prace.sk](http://www.drobnestavebnep prace.sk)

• DOMY • BYTY • ZÁHRADY

**0904 015 003**

**IZOLOVANIE a ZATEPLOVANIE PIVNÍČ a RODINNÝCH DOMOV**

► 0910 433 877 ◀

**UŽITOČNÉ KONTAKTY**

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

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

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

**0905 644 448**  
**055/729 8838**

FACH, Jantárová 30, Košice  
[www.fach.sk](http://www.fach.sk), [fach.ujklady@gmail.com](mailto:fach.ujklady@gmail.com)

Ponúkam za výhodnú cenu

**KOMPLETNÉ ČISTENIE KOPANÝCH STUDNÍ**

tel. **0905 764 689**

**VÝKUP KROJOV**

a ich súčastí, plátno kašmírové sukne, šatky brokátové šatky, štofky

**0908 627 952**

**GOOGLE FACEBOOK REKLAMA**

MARKETING NA MIERU:  
[kosicko@regionpress.sk](mailto:kosicko@regionpress.sk)

**využite potenciál 24 900 domácností inzerujte v KOŠICKO okolie**

**NÁTERY STRIECH OPRAVA KOMÍNOV**

NOVÁ STRECHA.

Za rozumnú cenu

**0908 152 485**

**KANALIZÁCIE** VT KANAL

ČISTENIE • MONTÁŽ • MONITORING • OPRAVA

**PREPICHY CIEST - PRÍPOJKY**

**0918 520 333**

**Realizujeme STROJOVÉ POTERY A OMIETKY**

**0948 300 988**

**DOBRA STRECHA RYCHLO A KVALITNE**

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

**0940 366 431**

FARBY KTORÉ ŽIJÚ ZA VÝHODNÚ CENU

**DASON** [dason.sk](http://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 15.6.2024

**NA TRHU UŽ 26 ROKOV**

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

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

**HYDINA FURAJTAR** s.r.o.  
Hospodársky dvor Margecany

**BIELA ČIERNA HNEDÁ JARABÁ SUSSEX**

Hydinárska Farma Margecany začiatkom marca začala s predajom vysokoznáškových mládok Moravia v 5-tich farbách vo veku od 12 do 18 týždňov. Hydina je v 100% zdravotnom stave. Cena sa pohybuje od 6,5 €/ks do 9 €/ks, záleží od veku zvierat.

V ponuke máme aj biele brojlerové kurčatá a brojlerové kurčatá Kalimero, ktoré sa vyznačujú nenáročným chovom a kvalitným mäsom.

Prijímame objednávky na 6 až 8 týždňové chovné morky. Cena je 13 €/ks. Morky sa začínú predávať koncom apríla. Je nutné si hydinu telefonicky objednať. O presnom dátume Vás budeme vopred informovať. Ku každej hydine ponúkame krmné zmesi.

**0905 358 480 0908 825 900**

**PREFERUJEME, ABY SI ZÁKAZNÍK MOHOL VYBRAŤ ZVIERATÁ PRIAMO Z CHOVU!**

**VIAC INFORMÁCIÍ VÁM OCHOTNE POSKYTNEME NA HORE UVEDENÝCH KONTAKTOCH**



**CSCARGO** Pridaj sa do nášho tímu !

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

## VODIČOV s VO sk. C

na denný rozvoz nápojov pre KOŠICE a okolie

**POŽADUJEME:**

vodičský preukaz skupiny C, kvalifikačná karta vodiča (možnosť urobiť si u spoločnosti), zdravotná spôsobilosť, psychologická spôsobilosť, tachografová karta vodiča.

**POPIS PRÁCE:**

práca od pondelka do piatka, víkendy a sviatky voľné, rozvoz tovaru po jednotlivých prevádzkach v rámci Košíc a okolia, zodpovednosť za finančnú hotovosť, jazdí sa v 2 osádke spolu so závozníkom.

**PLATOVÉ PODMIENKY:**

Hrubú mzdu tvoria 2 zložky - základná zložka mzdy / fixná / 866 € + variabilná zložka + diéty, čistý príjem až do výšky 1200 € a viac, možnosť privyrobiť si. Bližšie info ohľadne finálnej mzdy na osobnom pohovore. Výplata načas, v jednom výplatnom termíne!

**Kontakt: praca@cscargo.eu**

**Tel. 0917 917 416 alebo 0910 867 918**

DREVENÉ konštrukcie



**ZIMNÉ ZÁHRADY**  
**ZASKLENIE TERASY**  
**ZASKLENIE PRÍSTREŠKU**  
**PRÍSTREŠKY**  
**BIOKLIMATICKÉ PERGOLY**  
**BALKÓNY a LODŽIE**  
**SCREENOVÉ ROLETY**  
**BETÓNOVANIE a DLAŽBA**

**DOPYT@OLIMONT.SK**

**0908 077 040**

**WWW.OLIMONT.SK**

**Nehľadajte 2-3 firmy.  
 My sa o všetko postaráme.**



HLINÍKOVÉ konštrukcie



BIOKLIMATICKÉ PERGOLY

**SENIOR OKNÁ DVERE VALALIKY**

**DODÁVKA · MONTÁŽ · SERVIS**

**PLASTOVÉ, HLINÍKOVÉ OKNÁ, DVERE, PARAPETY PVC / HLINÍK**

**0940 959 759**

nájdete nás aj na:



**zameranie a cenová ponuka ZDARMA**

majiteľ zároveň montérom, žiadne subdodávky atď.

**ZÁRUKA 3 ROKY** senioroknadvere@gmail.com

**ŽALÚZIE SIETE PROTI HMYZU**

- OKENNÉ
- DVEROVÉ
- PLISE

**VÝMENA IZOLAČNÝCH SKIEL**

**ZŤP, SENIORI ZĽAVY do 40%**

**Čistenie hrobov a dosekávanie písma**

**AKCIA** pred po Používame materiál nemeckej kvality

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

**impregnácia a doprava ZDARMA!**

Predaj a montáž svetelníkov 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**

HLADÁME VODIČOV SKUPINY C



**HRUBÁ MZDA:** od 1000 € / mesiac

Finálna úroveň mzdy závisí od kvalifikácie a skúseností. Priemerná mzda vodiča: 1000 - 1750 € mes.

**MIESTO VÝKONU PRÁCE:**

Košice a Košice okolie

**POŽIADAVKY:**

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

**BENEFITY:**

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

**NÁBOROVÝ BONUS 2000 €**

KOSIT a.s., www.kosit.sk

**Kontakt:** personalne@kosit.sk, +421 917 505 369

**KOSIT**

**Kondi s.r.o.** 0905 583 996  
 www.kondi-elektro.sk

- elektroinštalačné práce
- kompletná montáž fotovoltiky
- zriadieme prípojky
- žiadosť, projekt, revíziu
- montáž a revízie bleskozvodov
- príprava trafostaníc na úradné skúšky
- údržba a opravy el. zariadení
- VN- vysokonapäťových
- NN- nízkonapäťových

**VODÁR**

**VODA · ODPAD · KÚRENIE**

**nové rozvody, prípojky, opravy, inštalácia spotrebičov**

**24 HODINOVÝ SERVIS**

... s vodou si poradíme ...

**0903 11 33 33**

## Kolektívna imunita

O kolektívnej imunite počúvame posledné roky pomerne často. O čo ide a ako kolektívna imunita funguje, informovali v uplynulých dňoch na sociálnej sieti odborníci zo Štátneho ústavu pre kontrolu liečiv.

„Kolektívna imunita znižuje riziko šírenia chorôb. Ako už napovedá jej názov, pred infekčnými chorobami chráni nielen jednotlivca, ale aj jeho okolie – rodinných príslušníkov, priateľov, spolužiakov, kolegov či susedov. Kolektívnu imunitu dosiahneme, keď väčšina populácie získa odolnosť voči infekčnej chorobe buď prirodzene, alebo očkovaním,“ približujú odborníci a dodávajú, že kolektívna imunita funguje na jednoduchom princípe – čím vyšší je podiel imúnnych jedincov v skupine (kolektíve), tým menšia je pravdepodobnosť, že zdravé neimunizované osoby prídu do kontaktu s infekčným jedincem. Výrazne sa tým znižuje pravdepodobnosť, že sa daná choroba rozšíri.

### Chrání rizikové skupiny

„Kolektívna imunita nepriamo chráni aj rizikové skupiny, napríklad malé deti, seniorov, ľudí s oslabeným

imunitným systémom, pacientov s rakovinou či ľudí, ktorí nemôžu byť zaočkovaní zo zdravotných dôvodov – napríklad z dôvodu alergie na niektorú zložku vakcíny,“ objasňujú odborníci a tiež hovoria, že okrem zdravotných benefitov kolektívna imunita prospieva aj k zníženiu sociálneho, psychologického a finančného zaťaženia obyvateľov i štátnych systémov a znižuje tlak na zdravotníctvo a sociálnu starostlivosť.

### Pozor

„Kolektívna imunita nechráni pred všetkými infekčnými ochoreniami. Príkladom je tetanus, ktorý sa vyskytuje v dôsledku poranenia alebo uhrýznutia psom, respektíve mačkou. Ochranu pred tetanom dokáže poskytnúť iba očkovanie,“ uzatvárajú odborníci.



» ren

foto autor JerzyGorecki pixabay

## Pridajte si do jedálnečky vlákninu

Vláknina je významná zložka potraviny. Je veľmi dôležitá pre náš organizmus a prospieva celkovému zdraviu. Podľa odborníkov je však jej príjem vo všeobecnej populácii nedostatočný.

**Vlákninu rozdeľujeme na dva typy** – rozpustnú a nerozpustnú vo vode. Tá nerozpustná zväčšuje po skončení objemu natrávanej potraviny a stolice, čím podporuje pohyby čriev a črevnú peristaltiku. Rozpustná vláknina sa vo vode rozpustí a v hrubom čreve vytvára akýsi gél. Pomáha znižovať hladinu glukózy ako aj cholesterolu v krvi.

### Účinky na zdravie

Vláknina má vplyv na látkovú premenu a činnosť tráviaceho systému. Podporuje činnosť žalúdka aj čriev – zlepšuje trávenie a pomáha pri výprázdňovaní. Výrazne znižuje hladiny cholesterolu v krvi a znižuje riziko vzniku srdcovocievnych ochorení. „Jej príjem je vo všeobecnej populácii nedostatočný, väčšina ľudí by preto mala aktívne dbať na pravidelnú zvýšenú konzumáciu celozrnných obilnín, ovocia a zeleniny,“ hovoria odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR

na sociálnej sieti, pričom odporúčajú prijať denne 25 až 35 gramov rozpustnej a nerozpustnej vlákniny. Obilniny, ovocie a zelenina by mali podľa nich tvoriť vyše polovicu nášho denného jedálnečky.

### Potraviny obsahujúce vlákninu

Dobrym zdrojom vlákniny sú napríklad strukoviny - fazuľa, hrach, cícer, šošovica, ďalej kapusta, kel, mrkva, sója, jablká a hrušky, zemiaky - najmä so šupkou, sušené ovocie - figy, slivky, ale aj bobulové ovocie - čučoriedky, maliny, jahody, rovnako aj pomaranč, brokolica, orechy a semená. „Obilniny sa snažte jedávať v čo najviac prirodzenej celozrnnéj podobe - ovsené vločky, nelúpaná ryža, celozrnné pečivo alebo celozrnné cestoviny,“ radia odborníci.



» ren

zdroj foto RitaE pixabay

Oplatisa.sk

ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE!

U3V

UNIVERZITA TRETIETIEHO VEKU  
UNIVERZITA PAVLA JOZEFA  
ŠAFÁRIKA V KOŠICIACH



CENA ZÁPISNÉHO  
OD 60 €/ROK



ANGLICKÝ  
JAZYK

DIGITÁLNE  
TECHNOLÓGIE  
V KAŽDODENNOM  
ŽIVOTE

PRÁVO

POLITOLÓGIA

PSYCHOLÓGIA

MEDICÍNA

RASTLINY  
V ŽIVOTNOM  
PROSTREDÍ

SVET OKOLO  
NÁS

SENIORI  
V POHYBE

u3v.upjs.sk

055/234 1289, 0918 412 601

Bezplatný týždenník

KOŠICKO okolie

EV 6209/24

vydáva spoločnosť

REGIONPRESS

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

Ročník I, Vydanie 5, týždeň 22/2024.

Redakcia: Némcovej 30  
KOŠICE  
kosicko@regionpress.sk

INZERCIA

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

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



Vychádzame  
na recyklovanom  
papieri

DISTRIBÚCIA (24.900 domácností)

každý týždeň:

Bačkovik, Beniakovce, Bidrovc, Blažice, Bohdanovce, Budimír, Bukovec, Čaňa, Čížatice, Drienovec, Malá Vieska, Tepličany, Ďurkov, Geča, Haniska, Jasov, Kechnec, Kokšov - Bakša, Košické Oľšany, Kysak, Malá Ida, Mokrance, Budulov, Moldava nad Bodvou, Nižná Hutka, Nižná Kamenica, Nižná Myšľa, Nováčany, Obišovce, Poproč, Rákoš, Rozhanovce, Rudník, Ruskov, Byster, Zďoba, Seňa, Slančík, Slanec, Slanská Huta, Šemša, Turňa nad Bodvou, Vajkovce, Valalíky, Vyšná Kamenica

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

## Diskusie áno, kampaň nie

V súvislosti s blížiacimi sa voľbami do Európskeho parlamentu ministerstvo školstva opätovne upozorňuje, že politické kampane na školách sú v rozpore so zákonom. Diskusie o veciach verejných aj o politike sú vítanou súčasťou výchovy a vzdelávania žiakov, ale musia sa vyhnúť akejkoľvek forme propagácie politických strán alebo kandidátov.

„Podľa § 151 ods. 2 školského zákona je v školách zakázaná činnosť politických strán a ich propagácia. Cieľom tohto ustanovenia je zabezpečiť ideologickú neutralitu výchovy a vzdelávania. Neutralita znamená, že školské prostredie nesmie byť využívané na presadzovanie konkrétnych politických názorov alebo propagácie politických subjektov,“ informoval rezort školstva.

### Politická propagácia je neprípustná

Politická propagácia je systematická forma presvedčania, ktorej cieľom je ovplyvňovať názory a postoje cieľového publika na ideologické alebo politické účely. Takéto aktivity sú v školách neprípustné, pretože môžu narúšať proces kritického myslenia a nezávislej analýzy žiakov. „Školy zohrávajú kľúčovú úlohu pri budovaní pluralitnej a demokratickej občianskej spoločnosti. Diskusie o politike, ktoré sú politicky neutrálne a bez propagácie konkrétnych strán a kandidátov, sú vítané a môžu prispieť k rozvoju občianskej gramotnosti a kritického mys-

lenia žiakov. Politici sa však musia zdržať kampaňovania, obzvlášť v citlivom období pred voľbami,“ uviedol minister školstva Tomáš Drucker.

### Neutrálna diskusia

Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže SR považuje za žiaduce, aby sa žiaci stretávali s osobami, ktoré formujú verejné dianie, ale vždy je nutné zabezpečiť, aby stretnutia zostali v rovine neutrálnej diskusie. Zároveň pripomína, že aj tretie strany, ako neziskové organizácie alebo iné externé subjekty, musia dodržiavať princíp apolitickosti pri organizovaní prednášok a distribúcii vzdelávacích materiálov na školách. „Aktivity, ktoré majú za cieľ politické ovplyvňovanie žiakov bez zaručenia plurality názorov, sú neprípustné. Rezort školstva sa zaväzuje pokračovať v ochrane neutrality školského prostredia a podporovať vzdelávacie aktivity, ktoré prispievajú k rozvoju kritického myslenia a občianskej zodpovednosti mladých ľudí,“ uzatvára rezort školstva.



» ren

zdroj foto LeeJeongSoo pixabay

## Zakladáme kompostovisko

**Kompostovisko sa v posledných rokoch stalo súčasťou nejednej slovenskej záhrady. Vytvorí si ho však môžete dokonca aj na balkóne bytu či terase. Jeho výhodou je, že sa vďaka nemu zbavíte organického odpadu z domácnosti aj záhrady a tiež získate vlastné kvalitné bio hnojivo.**

**Kompostovisko si môžete založiť kedykoľvek počas roka. Skôr ako sa pustíte do jeho výstavby, nájdite mu vhodné miesto, najlepšie v polotieni niekde v kúte záhrady. Použiť na tento účel môžete kompostér, alebo si ho vytvoriť svojpomocne.**

### Ako na to?

Označte si miesto, kde chcete kompostovisko založiť a tam odkopte asi 15 cm zeminy. Následne položte drenáž, ktorou by mal byť v prípade hlinitej pôdy piesok, v prípade piesčitej pôdy hlinitá pôda. Vytvorte spodnú vrstvu kompostoviska pozostávajúcu z posekaných konárov a potom ukladajte striedavo vrstvy zeleného materiálu, ktorým môže byť odpad z ovocia a zeleniny, usadenina kávy, čajové vrecúška, rastliny či pokosená tráva (tú však najskôr nechajte trochu preschnúť) a hnedého odpadu, kam sa počíta suché lístie, štiepka, piliny, slama, kartón či drevený popol (pozor nie popol z uhlia). Vrstvy striedajte v pomere 2:1. Dbajte na to, aby kompostovisko ne-

prekročilo výšku 1,50 m. Na jeho zakrytie použite ochrannú vrstvu vytvorenú z listia, slamy alebo pokosenej trávy. Niektorí odborníci odporúčajú vždy na jar kompost poprevracať a to tak, že budete pri obracaní ukladať materiál z kraja do vnútra kompostoviska a vnútorný smerom von. Hotový kompost by mal pripomínať tmavú hnedastú hmotu, z ktorej by však nemal byť cítiť zápach hnoja, ale vôňa čerstvo rozrytej záhradnej pôdy.

**Pozor:** Do kompostoviska nepri dávajte semenaté buriny ani korene rýchlo sa šíriacich burín. Rovnako tam nepatrí záhradný odpad napadnutý chorobami alebo plesňou či rastliny, ktoré boli ošetrené insekticídmi.

**Náš tip:** Ak začne kompost zapáchať pridajte doň hnedý odpad. Ak sa vám bude javiť príliš suchý, pridajte zelený odpad a trochu vody.



» ren

ilustračné foto. zdroj foto Antranas pixabay

**stomatologiaaupark.sk**  
HAPPYDENT, s.r.o.

**NAJNOVŠIE  
TECHNOLÓGIE  
V OBLASTI  
IMPLANTOLÓGIE**



- **moderne vybavená klinika** má uzatvorené zmluvy so všetkými zdravotnými poisťovňami



VŠEOŠOBNÁ ZDRAVOTNÁ POISŤOVŇA



Union

ZDRAVOTNÁ POISŤOVŇA



DÓVERA

ZDRAVOTNÁ POISŤOVŇA

- **ošetrovanie a diagnostika** pomocou najnovších technológií vrátane 3-D počítačového tomografu a dentálneho mikroskopu

Nájdete nás

**4. poschodie**

/Medicínske centrum/

0940 123 555 | info@stomatologiaaupark.sk

**www.stomatologiaaupark.sk**



## Implantáty All-on-4®

Pracujeme so všetkými typmi implantátov. Ponúkame viacero možností náhrady zubov.



“All-on-four” (všetko na štyroch) je populárna metóda implantácie zubov, v ktorej sú implantované štyri implantáty do čelustí a sánky. Pri tejto technológii pacient dostáva pevné zuby do 24 hodín.

### Miniimplantáty

Miniimplantáty sú menšou a lacnejšou verziou ako bežné implantáty. Zubné náhrady na miniimplantátoch na rozdiel od klasických zubných náhrad pevne držia v ústach a zvyšujú spokojnosť a komfort pacientov.

### Výhody:

- možnosť využiť Vašu súčasnú protézu
- bezbolestná aplikácia bez chirurgických rezov
- minimum kontrindikácií
- rýchle vhojenie miniimplantátov
- možnosť okamžitého zaťaženia



### Vlastné zubné laboratórium

Vieme zabezpečiť presné protetické práce na implantátoch vďaka použitiu digitálnych technológií CAD/CAM.

# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA

## MÁTE VLHKÝ DOM?

- podpilovanie muriva
- chemická injektáž

## ZĽAVY 20%



## STOP

vlhkým múrom

0918 671 541

## 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

trofejeee@gmail.com

20-0014

46-0009

ZVÝŠTE HODNOTU VAŠEJ NEHNUTEĽNOSTI

EKOLOGICKÉ

## ČISTENIE FASÁD A STRIECH RODINNÝCH DOMOV A BYTOVIEK

Náš systém zaručuje

profesionálne a ekologické čistenie fasád od všetkých  
nežiadúcich mikroorganizmov, rias, machov, plesní

Patentovaná

kontaktná technológia

Bez vysokotlakových  
čističov



BombaFasada

www.BombaFasada.sk

0905 148 393

BEZPLATNÁ UKÁŽKA  
A KONZULTÁCIA  
PRIAMO U VÁS DOMA

5 ROČNÁ ZÁRUKA

rodinné domy  
**ZĽAVA 50%**

RÝCHLO, PROFESIONÁLNE A S DLHOTRVAJÚCIM ÚČINKOM

## KOMINÁRSTVO

KOLAUDÁCIE  
FRÉZOVANIE / VLOŽKOVANIE  
NEREZOVÉ KOMÍNY



frezovanie2@gmail.com  
0915 35 33 35

PROFISIET s DOPRAVOU  
na miesto  
určenia  
**POLYSTYRÉN ZA  
NAJLEPŠIU CENU**

- zatepľovacie systémy
- podlahový polystyrén
- fasádny polystyrén
- minerálna vlna



0905 414 895 | 0908 156 437  
www.profisiet.sk

88-0179

88-061

# VRTANIE. STUDNÍ

## 0907 918 007

37-136

## 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

## PONUKA TLAČE

letáky | vizitky | plagáty | etikety | katalógy | kalendáre | spravodaje | časopisy



www.regionpress.sk

REGION  
PRESS