



KOŠICKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 92 130 domácností

0907 0907 44

**ŽALÚZIE
a SIETE****LETNÁ
AKCIA
-30%** KASKO[®]
STÍNÍCI TECHNIKA

0905 611 093

www.eurofal.sk | eurofal@gmail.com

EUROFAL
bezpečnostná dvere, plastové oknáUMÝVANIE OKIEN
SPOJENÉ S PREMAZANÍM
A NASTAVENÍM OKIEN**SERVIS OKIEN****Študentský
servis**
pracovná agentúra**www.studentservis.sk**

Jedlíkova 5, Košice • 0905 744 995

DOKLADANIE TOVARU

- ♦ možnosť vlastného výberu zmien
- ♦ nočné príplatky
- ♦ príplatky za soboty, nedele, sviatky
- ♦ vek min. 18 rokov, platný preukaz na prácu s potravinami

**Mzda:
5,60 €/hod.****Oprava
zatekajúcich
a poškodených
striech - fasád**Klampiarska - zvaračská výroba
Pristrešky, atiky, oplechovanie každého druhu
Oprava a montáž žľabov, komínov
Práce vo výškach všetkého druhu☎ **0911 150 447**

OBNOVA STRIECH
Reálna záruka 12 ROKOV • Obliadka ZDARMA

Letná AKCIA!

ETERNITOVÉ a PLECHOVÉ
(aj PLOCHÉ) strechy

INDEX 3D PVC

VÝMENA ODKVAPOVÝCH ŽLABOV
OBNOVA KOMÍNOV
OBNOVA KANADSKÉHO ŠINDIA

0949 765 613

MARHULE AŽ K VAŠIM DVERÁM
Cena už od 3,00 €
Tel. 0908 651 333**KOSENIE, STRIHANIE PLOTOV,
OREZ STROMOV a iné**
0911 901 330**JAREK** čistí čalunený nábytok
a koberce u Vás doma aj u nás
www.jarekcistikoberce.sk | 0915 937 226**Kúpim 1 až 2 izbový byt
Hotovosť** 0944 141 077

JK 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**

0907 909 152
0903 999 123
0903 300 011

info@kamenarstvokosice.sk
www.kamenarstvokosice.sk

Letná ZĽAVA pre VŠETKÝCH ZÁKAZNÍKOV

VRK REALTY

**VÝMENA
RODINNÉHO DOMU
ZA BYT
V KOŠICIACH**

Lokalita: Turňa nad Bodvou
Ponúkame na výmenu rodinný dom v Turni nad Bodvou za byt v Košiciach. Dom sa nachádza v najkrajšej časti obce, na konci tichej slepej uličky, čo poskytuje pokojné a bezpečné prostredie.

Výhody domu:

- nízke prevádzkové náklady
- slepá ulica
- okamžité nasťahovanie, bez zbytočných nákladov.

+421 915 864 533

**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

TLAČOVINY
kosicko@regionpress.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, fach.ujlaky@gmail.com

VŔTANÉ STUDNE

**Kde je VODA,
tam je ŽIVOT**

- vŕtanie studní
- vrty pre tepelné čerpadlá
- výplach, dezinfekcia zanesených studní

0907 918 007 www.vrtanestudne.info

BEZPEČNOSTNÉ DVERE

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



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

AKCIA 390€

kovanie ZDARMA

zameranie ZDARMA

v ponuke aj
INTERIÉROVÉ DVERE

odborná montáž s licenciou technickej služby od polície SR

www.ocelovedvere.sk

ocelovedvere@ocelovedvere.sk

0917 56 36 12
0911 60 20 40

• Sídliisko Terasa, Sokolovská 5 | Po-Pia: 8⁰⁰-17⁰⁰
• Sídliisko Ťahanovce, Americká trieda | Po-Pia: 9⁰⁰-17⁰⁰
obchodný dom KLAS (bývalá MILA) 1. posch.

PÔŽIČKY

od 20 do 80 rokov | do 30 000€

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

INFOLINKA
0918 709 028

ONLINE ŽIADOSŤ
www.bestpozicka.sk

zinc euro ahoj HOME CREDIT

Pomníky a náhrobné kamene za výhodné ceny

KAMENÁRSTVO



www.kamenarstvostone.sk

Verejný cintorín Košice: 0902 404 515

Výroba a sklad Byster: 0911 056 056

VELKOOBCHOD
(aj pre verejnosť)

ČISTENIE HROBOV

AKCIA

- Čistenie hrobov
- Obnova písma
- Dosekávajúce písma

JEDNOHROB ~~100€~~ **75€**
DVOJHROB ~~140€~~ **120€**

Obnova písma ~~1,500€~~ 1,200€/ZNAK
Impregnácia a doprava ZDARMA

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

DIGITÁLNY MARKETING | www.regionpress.sk

Kúpim obrazy, známky, knihy
0907 225 216

KOMPLEXNÉ REKONŠTRUKCIE
domy | byty | jadrá

0907 268 305 | www.rekonstrukcie-košice.sk

Prijmeme **VODIČOV** na

TRAKTORY

za účelom zemetania a polievania ciest v Košiciach

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

HODINOVÝ MANŽEL
• VODÁR • ELEKTRIKÁR • MURÁR • OBKLADÁČ •
0910 265 473

LIKVIDÁCIA AZBESTOVÝCH STRIECH
www.Leeris.sk, 0944 923 476, info@leeris.sk

MALIARSKY 0905 625 433
remal.kosice@centrum.sk
Malby - nátery schodísk a nebytových priestorov.
Obnova bytov, fasád a nátery striech.

SERVIS

IZOLOVANIE a ZATEPLOVANIE
PIVNÍC a RODINNÝCH DOMOV
► **0910 433 877** ◀

ÚDRŽBA ZÁHRAD, KOSENIE
0911 399 933 • sluzbyvam.sk

ŽALÚZIE

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

DODACIA DOBA OD 3 DNÍ

0905 245 995
Košice, Priemyselná 4
www.safiroll.sk
safiroll@safiroll.sk



... sme s vami v každom počasí.

ŽALÚZIE | MARKÍZY
ROLETY

SIETE PROTI HMYZU

japonské zásteny, rolety látkové, plissé, vertikálne žalúzie látka, drevo, strings, žalúzie hliník, bambus, drevo

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

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

Záručná doba **4 ROKY**
Akcia platí do 30.6.2024

NA TRHU
UŽ 26 ROKOV

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

Motorické pohony pre brány
Automatické posuvné dvere
Garážové a halové dvere
Automatické závory

PREDAJ MONTÁŽ SERVIS

BRANAMI s.r.o., Rázusova 12, Košice
pauer@netkosice.sk • **0903 600 573**



Správna voľba

40% ZĽAVA

3.29**

1.95

(1 kg = 7,80)

Tradičné maslo
250 g



60% ZĽAVA

3.99***

1.59

Ploché broskyne
1 kg balenie



37% ZĽAVA

11.70***

7.29

Čerstvé vajcia „M“
60 kusov

1 kus iba
0.13



58% ZĽAVA

4.31***

1.79

Cherry paradajky
strapcové
500 g balenie



Lidl STANOK
DENNE ČERSTVE

42% ZĽAVA

6.99*

3.99

(1 l = 1,00)

Krušovice Originál
10°
8 x 0,5 l = 4 l
svetlý výčapné pivo
+ záloh za obaly 1,20 €



8x
0,5 l iba
0.50

47% ZĽAVA

3.79

1.99

Kuracie štvrte XXL
cena za 1 kg



*Doporovaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

**Cena určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t.j. mimo akčných cien, zistených na základe porovnania cien dňa 26. 3. 2024.

***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávaného produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri prechode na širší sortiment produktov z akčového štádia.



Fandíme spoločne
naším chlapcom

Lidl - Generálny partner
Slovenského futbalového zväzu



Ponuka tovaru platí od 17. 6. do 23. 6. 2024 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlačí vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantách ponúk a cen. Čiže, keď možný v obvyklom a nižšom

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

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

REKONŠTRUKCIE
bytových jadier
STAVBY
rodinných domov na kľúč

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

0949 707 583

Prijmeme majstra na obhliadky rodinných domov
Prax a vzdelanie v oblasti stavebníctva vítaná 1600€/brutto
Podmienky: Vodičský preukaz B, vlastné auto **0948 107 877**

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

0944 047 008, 0903 634 202

PLASTOVÉ OKNÁ

DÔCHODCOVIA a ZŤP ZĽAVY do 35%

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

SAMOpus
www.samoplus.sk
0919 204 754
SKLADNÁ 1 / ČAŇA
1. POSCHODIE, STARÉ NÁKUPNÉ STREDISKO NAD TESCOM
samoplussro@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
samoplussro@gmail.com
www.samoplus.sk

REGION PRESS

- ▶ tvorba WWW
- ▶ E-commerce
- ▶ SEO optimalizácia
- ▶ tlač
- ▶ inzercia

Komplexné služby pre Vaše podnikanie

marketing na mieru

www.regionpress.sk

VODÁR

VODA • ODPAD • KÚRENIE

nové rozvody, prípojky, opravy, inštalácia spotrebičov

24 HODINOVÝ SERVIS

... s vodou si poradíme ...

0903 11 33 33

STRECHY - MONTÁŽ - VÝMENA

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

0948 107 877

Rozšírte svoje podnikanie aj do iných regiónov Slovenska. **DAJTE O SEBE VEDIET!**

REGION PRESS
www.regionpress.sk

Občianska riadková inzercia

Chcete si podať inzerát?

- 01 AUTO-MOTO / predaj
- 02 AUTO-MOTO / iné
- 08 STAVBA
- » Kúpim haki lešenie 0908 532 682
- 09 DOMÁCNOSŤ
- 10 ZÁHRADA A ZVERINEC
- 11 HOBBY A ŠPORT
- 12 DEŤOM
- 13 RÔZNE / predaj
- 14 RÔZNE / iné
- 15 HĽADÁM PRÁCU
- 16 ZOZNAMKA

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

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

Riadková inzercia realít je od 26.10.2023 zrušená, inzerát si môžete podať len cez www.mojinzerat.sk

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

TIP 1: Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať.
TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, KE zameňte za skratku novin, ktorú nájdete v tiráži. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

vizitky letáky brožúrky

SLUŽBY TLAČE:
kosicko@regionpress.sk

HĽADÁME VODIČOV SKUPINY C

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

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

KOSIT

VŠETKO OKOLO ZVÁRANIA A NÁRADIA

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



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

www.gobako.sk



66-374

VKH

Vetranie | Klimatizácia | Tepelné čerpadlá

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

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

Šebastovská 4,
 08006 Prešov



25-0007

NOVOOTVORENÁ PREDAJŇA

KVETY



ANJELIK

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

KYTICE, VENCE, DARČEKY

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



Popradská 28C, Košice, tel.: 0905 778 904

Mier, Národná tr. 56, Košice, tel.: 0905 778 904

Komenského 22, Košice, tel.: 0905 778 904

Kvety ♥ Mier, Košice, tel.: 055/6712 715

66-171

Oplatisa.sk

ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE!



užitočné kontakty | www.mojinzerat.sk

Bezplatný týždenník

KOŠICKO

EV 6210/24

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

Ročník I, Vydanie 7, týždeň 24/2024.

Redakcia: Némcovvej 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

DISTRIBÚCIA (92,130 domácností)

Každý týždeň:
 Košice I, Džungľa, Košice I, Sever, Košice I,
 Sídlisko Ťahanovce, Košice I, Staré Mesto,
 Košice I, Ťahanovce, Košice II, Myslava,
 Košice II, Pereš, Košice II, Sídlisko KVP,
 Košice II, Saca, Košice II, Západ, Košice III,
 Dargovských hrdinov, Košice III, Košická
 Nová Ves, Košice IV, Barca, Košice IV, Juh,
 Košice IV, Nad Jazerom, Košice IV, Vyšné
 Opátske

Západné Slovensko

BV	97.240	BRATISLAVSKO východ
BZ	106.540	BRATISLAVSKO západ
DS	34.320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34.390	GALANTSKO-SALIANSKO
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREDSKO
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO
LV	30.580	LEVICKO
MA	29.680	MALACKO
NR	54.170	NITRIANSKO
NZ	35.050	NOVOZÁMOCKO
PK	22.970	PEZINSKO
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35.420	SENECKO
SE	36.750	SENICKO-SKALICKO
TO	41.930	TOPOČIANSKO-PE-BN
TN	60.750	TRENČIANSKO-DCA-IL
TT	49.930	TRNAVSKO
ZM	20.930	ZLATOMORAVSKO

Stredné Slovensko

BB	56.200	BANSKOBYSTRICKO-BR
KY	29.300	KYSUCKO-CA-KM
LI	37.270	LIPTOVSKO-LM-RK
LC	30.860	LUČENECKO-VK-PT
MT	38.570	MARTINSKO-TR
OR	34.980	ORAVSKO-DK-NO-TS
PB	33.590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40.150	PRIEVIDSKO
ZV	38.400	ZVOLENSKO-DT-KA
ZH	26.880	ZĽARSKO-ZC-BŠ
ZI	50.780	ZILINSKO-BY

Východné Slovensko

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

GABIONY | GABIONOVÉ PLOTY | PRÍRODNÝ KAMEŇ | TEHLOVÝ OBKLAD

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

ZĽAVY DO
20%



www.tonystav.sk
 +421 911 639 003
 Košické Oľšany 229

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

EXPRESNÁ PREPRAVA TOVAROV
 V RÁMCI KOŠICKÉHO A PREŠOVSKÉHO KRAJA!

66-104-2

Samoobslužná požičovňa kajakov na rieke Hornád

Zdatní vodáci, ale aj záujemcovia o nový zážitok z radov širokej verejnosti, ktorí si chcú vyskúšať vodáctvo, sa môžu tešiť na systém samoobslužných požičovní kajakov. Ten pribudol v uplynulých dňoch v Košickom kraji. Zrealizovaný bol na rieke Hornád a v našich podmienkach sa stáva priekopníkom zdieľaných služieb na vode.

Na slovenskom toku rieky Hornád sa celkovo nachádza 5 nástupných a/alebo výstupných miest s inteligentným kontajnerom a jeden „drop-off point“. Kontajnery sú umiestnené po prúde rieky vo Veľkej Lodine a v Kysaku, a následne v Košiciach sa nachádza priestor pre bezkontaktné odovzdanie lodí v areáli lodenice Splavujeme.sk. Pod Košicami je opäť možné začať splavovať v Ždani a ďalší kontajner sa nachádza v Trstenom pri Hornáde. Posledný kontajner na slovenskej strane je umiestnený v Milhosti. Splavujúci však môžu pokračovať aj ďalej do Maďarska, kde sa automatizované kontajnery nachádzajú v obciach Hidasnémeti, Pere a Hernádkércs. „Unikáty Košického kraja sú opäť bližšie návštevníkom aj domácim. Je sa čím pochváliť, pretože zdieľanie kajakov na Hornáde je mimoriadne inovatívne. Službu si športovci aj laici dokážu bez obáv napláňovať a následne si bezobslužne užijú aj celý splav. Proces je plne automatizovaný a prebieha cez mobilnú

aplikáciu. V praxi to vyzerá tak, že po rezervácii si záujemcovia svoje plavidlo aj všetko potrebné príslušenstvo pre splav prevezmú z takzvaných nadrozmerých smart schránok. Aj tento projekt je dôkazom toho, že susedské vzťahy medzi krajinami, ale aj obcami župy nenechávame odieť dole vodou,“ vysvetlil v skratke fungovanie samoobslužnej požičovne predseda Košického samosprávneho kraja Rastislav Trnka. „Aktuálne spustený systém samoobslužných požičovní kajakov pobeží v prvom roku v testovacej prevádzke, a tak chceme používateľov tejto novej služby poprosiť o spoluprácu v prípade, že sa stretnú s nejakým nedostatkom, aby ho prevádzkovateľovi operatívne nahlásili. My sa budeme následne snažiť s dodávateľom systému službu zlepšovať“, uviedla výkonná riaditeľka Krajskej organizácie cestovného ruchu Košice Región Turizmus (KRT), Lenka Vargová Jurková.

Systém bude prevádzkovaný v letných mesiacoch od 1. 6. do 30. 9. 2024. Lode si je možné zapožičať v čase od 8.00 h do 18.00 h. Splav je nutné ukončiť pred zotmením.

Pozor! Splav v testovacej prevádzke odporúčajú deťom od 12 rokov. Na vodu nesmú deti mladšie ako 3 roky. Osoby do 18 rokov môžu splavovať len pod dozorom zákonného zástupcu.

» ren

Ako na nepekné škvrnny

Škvrna od jedla na oblúbenom oblečení, na koberci, či obruse nám vie občas poriadne pokaziť náladu. Jestvuje zopár spôsobov, ako si s ňou poradiť. Dôležité však je, pustiť sa do jej odstraňovania čo najskôr.

Oblečenie, obrusy

- so škvrnami od červeného vína by si mala poradiť soľ. Znečistený odev či obrus namočte do vlažnej vody, posypte vrstvou soli a nechajte pôsobiť. Následne vyperte obvyklým spôsobom.

- ak ste si oblečenie obľiali kávou, čo najskôr ho vyperte pod tečúcou studenou – v žiadnom prípade nie horúcou vodou. V prípade, že škvrna odoláva, posypte ju vrstvou zemiakového škrobu, nechajte pôsobiť a potom vyperte obvyklým spôsobom.

- škvrnou od čokolády skúste odstrániť vodou, do ktorej ste pridali lyžičku octu.

- na škvrnny od oleja môžete použiť kukuričný škrob. Škvrnou ním posypte, nechajte pôsobiť a následne vyperte. Dobrým pomocníkom je v tomto prípade aj žehlička a pijavý papier. Ten priložte na škvrnou a teplou žehličkou po ňom opakovane prechádzajte. Papier by mal masťotnu vsiaknuť. Potom stačí oblečenie či obrus vyprať.

- ak sa vám na odev prilepila žuvačka, vložte ho na určitý čas do mrazničky, následne by sa vám malo podariť žuvačku mrvením pomedzi prstami od-

strániť.

- smolu z odevu odstráňte tak, že ju najskôr pokvapkajte odlakovačom na nechty, nechajte vsiaknuť, preperte mrvením pomedzi prstami a následne vyperte mydlom.

- so škvrnami od rúžu či make-upu by si mal poradiť lieh. Znečistený odev položte na savú podložku a škvrnou potierajte vatičkou namočenou v liehu, potom ho vyperte obvyklým spôsobom.

- škvrnny od pera by mal vyčistiť podobne ako v predchádzajúcom prípade, lieh.

Koberce

- červené víno z koberca môžete odstrániť viacerými spôsobmi – ten najjednoduchší je, že znečistené miesto polejete perlivou vodou, nechajte pôsobiť a špongiou očistíte. Rovnaký spôsob môžete vyskúšať aj v prípade, že ste na koberec rozliali kávu.



» ren zdroj foto JillWellington pixabay

Ako postupovať pri vysúšaní domu alebo bytu?

Odborníci radia čo robiť v prípade povodní

Slovensko v uplynulých dňoch opäť potrápili povodne. Silné búrky spre-vádzané výdatnými zrážkami spôsobili, že sa voda vylievala z tokov vo viacerých lokalitách našej krajiny. Odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) priniesli na sociálnych sieťach informácie o tom, čo robiť počas povodní a ako postupovať pri vysúšaní domu alebo bytu.

Radia: „Nezabúdajte, že pri vzniku povodne je potrebné“:

- celý čas sa riadiť pokynmi povodňových orgánov, polície a záchranárov.
- Rešpektovať oficiálne informácie o vývoji situácie.
- Konať s rozvahou a zbytočne neriskovať.
- Varovať ostatných ohrozených, pomáhať starým, bezvládnym a deťom bez dozoru.
- Chrániť predovšetkým zdravie a až potom majetok.

Základné odporúčania pre občanov:

- Pohybujte sa zásadne mimo zatopenej oblasti a nikdy nevstupujte do prúdajúcej vody.
- Vyhýbajte sa elektrickému vedeniu a zapnutým elektrickým spotrebičom.
- Všimnite si možný únik plynu. Nepoužívajte otvorený oheň a nefajčite.

Svieťte len baterkou.

- Dôsledne dbajte na hygienu, najmä na starostlivé a časté umývanie rúk pred jedením a pitím, pred a po použití WC.
- Na pitie používajte len zdravotne bezpečnú a spoľahlivo overenú vodu.
- Nikdy nekonsumujte potraviny, ktoré prišli do styku s povodňovou vodou, kalom a bahnom.
- Pri sanácii a likvidácii povodňových škôd dbajte na odporúčané pokyny orgánov verejného zdravotníctva.
- Počas likvidačných prác treba používať ochranné prostriedky – najmä gumené rukavice, gumený plášť, pevnú nepremokavú obuv.
- Okamžite treba ošetriť, predovšetkým vydezinfikovať každé zranenie a odreniny, pri rozsiahlejšom zranení vyhľadať lekára.

Vďaka spolupráci ÚVZ SR a Slovenského hydrometeorologického ústavu nájdete kompletné odporúčania aj priamo na stránke SHMÚ pri meteorologických a hydrologických výstrahách a podrobne informácie k ochrane zdravia nájdete uverejnené na webe ÚVZ SR.

Základné zásady vysušania domu alebo bytu:

- Zasiahanuté územie a objekty čo naj-

skôr odvodnite.

- Odstráňte všetko bahno a nečistoty z povrchov mechanickým očistením a dôkladným umytím vodou.
- Podlahy, steny, nábytok, zasiahanuté zariadenie a povrchy vydezinfikujte dezinfekčným prostriedkom, ktorý je určený na tento účel, pričom vždy postupujte podľa návodu na použitie.
- Skôr, než začnete s dezinfekciou, zoznámte sa dôkladne so spôsobom riedenia použitého dezinfekčného prostriedku a možnosťami jeho použitia.
- Po vykonanej dezinfekcii predmety, plochy a podlahy umyte čistou vodou.
- Dezinfikované zariadenia a predmety prichádzajúce do styku s potravinami nezabudnite opláchnuť pitnou vodou, rovnako napríklad aj hračky (zaplavené drevené náčinie, cumlíky a dojčenecké fľaše však radšej vyhodte).
- Urobte v miestnostiach prievan otvorením okien a dverí.
- Ak je to možné, použite ventilátory a teplotvzdušné zdroje.
- Buďte však opatrní pri používaní benzínových teplotvzdušných agregátov vo vnútri domu alebo bytu – môžete sa priotraviť sploďinami (oxid uhľnatý)!
- Odstráňte akýkoľvek zvlhnutý interierový materiál – tapety a všetko, čo samo odpadáva (napr. omietky na stenách).



Ilustračné foto.

zdroj foto Peggychoucair pixabay

- Znečistenú bielizeň namočte do dezinfekčného prostriedku určeného na daný účel, pričom vždy postupujte podľa návodu na použitie. Bielizeň po dezinfikovaní vyperte obvyklým spôsobom s použitím pracieho prášku.
- Cennejšie šatstvo, ktoré nie je vhodné dezinfikovať, vysušte, vykefujte a nechajte vyčistiť v profesionálnej čistiarňi.

Zdroj informácií ÚVZ SR

» ren

Jahodové nápoje

Mixovaním ovocia a zeleniny získame nápoje plné vitamínov. Reč je o domácich limonádach a smoothie, ktoré si môžeme pripraviť na mnoho spôsobov a spestriť si tak náš jedálny lístok.

Limonáda s jahodami a medovkou

Suroviny: 400 gramov čerstvých jahôd, 1 liter studenej vody, šťavu z jedného citróna, med podľa chuti, čerstvé lístky medovky, ľad

Postup: Jahody umyjeme a vložíme do mixéra, prilejeme vodu a šťavu z jedného citróna, pridáme med, pár lístkov medovky a rozmixujeme. Do pripraveného džbánku dáme ľad a zalejeme ho jahodovou limonádou. Podávame ozdobené kolieskami citróna a lístkami medovky.



Ilustračné foto.

zdroj foto Ajale pixabay

Náš tip: Ak by vám v nápoji prekážali zrnká z jahôd, môžete limonádu precediť cez sitko.

Jahodové smoothie s bielym jogurtom

Suroviny: 170 g bieleho jogurtu, 10 mandlí, 150 gramov mrazených alebo čerstvých jahôd, 180 ml ľadového zeleného čaju, 1 čajovú lyžičku škoricu

Postup: Do mixéra vložte všetky suroviny okrem škoricu a všetko spolu rozmixujte. Následne prelejte do pohára a posypete škoricou.

Jahodovo-banánový nápoj

Suroviny: 1 ks banán, 100 g jahôd, 100 ml mandľového mlieka (môže byť aj klasické), 1/2 ČL vanilkového extraktu, 1 PL medu

Postup: Jahody umyjeme a spolu s ostatnými ingredienciami dáme do mixéra. Mixujeme až kým získame krémovú konzistenciu. Servírujeme do pohára, ozdobené mäťovými lístkami a nadrobno nakrájanými jahodami.

» ren

Jahody môžete pestovať aj na balkóne či terase Doprajte si jahody, sú veľmi zdravé

Existuje veľa odrôd jahôd, ktorých väčšina rastie v oblastiach mierneho pásma a líšia sa navzájom nielen chuťou, ale aj veľkosťou či obdobím plodenia. Dozrievajú podľa odrody od neskorej jari až do začiatku jesene alebo až po výskyt prvých mrazov.

Účinky na zdravie

Jahody obsahujú veľké množstvo vody a taktiež sú bohaté na množstvo živín, vďaka čomu sú veľkým prínosom pre naše zdravie. „Sú bohaté na vitamíny ako napríklad vitamíny skupiny B a vitamín C, ktorého obsah je porovnateľný s obsahom v citrusových plodoch. Sú taktiež bohaté na minerály ako napríklad draslík a mangán,“ približuje na sociálnej sieti MUDr. Šranková z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava. Jahody sú i bohatým zdrojom polyfenolových rastlinných farbív, ktoré zabezpečujú ich červenú farbu a majú i antioxidačný účinok. „Taktiež sú bohaté i na vlákninu, ktorá pomáha udržiavaniu zdravého trávenia a predchádzaniu zápchy či problémom s vyprázdňovaním,“ dodáva odborníčka.

Skladovanie jahôd

Jahody sú citlivé na spôsob skladovania a rýchlo podliehajú skaze. Najlepšie je ich uchovávať neumyté v chladničke, kde vydržia 3 až 5 dní. Umývať jahody sa odporúča až tesne pred ich konzumáciou, pretože dlhším namáčaním vo vode rýchlejšie podľahnú skaze. Skladovať ich môžete aj v mrazničke, kde vydržia aj niekoľko mesiacov.

Konzumácia jahôd

Keďže pri tepelnej úprave dochádza k strate mnohých cenných živín,



Ilustračné foto.

zdroj foto congerdesign pixabay



Ilustračné foto.

zdroj foto congerdesign pixabay

najlepšie je jahody konzumovať čerstvé, prípadne ako súčasť ovocných či zeleninových šalátov. Tiež si ich môžete pridať do jogurtu či kaše alebo do smoothie nápojov.

Vedeli ste, že?

Konzumovať môžeme nielen plody jahôd, ale napríklad z lesných jahôd aj listy, z ktorých je možné pripraviť výborný čaj. Sušené listy sú dostupné aj v obchodoch.

Pozor! Po konzumácii jahôd sledujte reakciu svojho tela, pretože sa niekedy po ich zjedení u detí aj dospelých môžu objaviť alergické prejavy ako vyrážky, svrbenie v krku a na perách, slzenie alebo tráviace ťažkosti.

Pestovanie jahôd na balkóne

Zvyknete na balkóne pestovať kvety a každoročne ich dopĺňate o nové druhy? A čo tak urobiť tentokrát výnimku a zasadiť do črepníkov jahody? Na trhu nájdete viacero odrôd vhodných práve na balkóny či terasy. Ideálnym obdobím na vysádzanie jahôd sú mesiace apríl a máj, nič sa však nestane, ak ich zasadíte aj v júni. Pestovať ich môžete v črepníkoch, ale krásne vyniknú aj v závesných nádobách. Nielenže ušetríte priestor, ale budú pôsobiť veľmi dekoratívne a za dobrú starostlivosť vás odmenia sladkými plodmi.

Takto sa to podarí:

- Skôr ako sa pustíte do práce, pripravte si črepníky. V potrebách pre záhradkárov si kúpte substrát určený na pestovanie jahôd a tiež priesady. Najvhodnejšie odrody na balkón sú Camara, Elan alebo Toscana. Krátko pred výsadbou vložte priesady do vedra s vodou.
- Črepníky naplňte až po kraj substrátom. Rastliny vyberte z plastových nádob, v ktorých ste ich zakúpili, vysadte ich do rovnakej hĺbky, v akej boli zasadené v pôvodných nádobách a zalejte.
- Potom už stačí črepníky umiestniť na slnečné miesto a rastliny pravidelne zalievať tak, aby bola pôda vždy vlhká.

Náš tip

Životnosť balkónových jahôd je zväčša dva až tri roky. Ak črepníky obalíte pred príchodom zimných mesiacov hrubou tkaninou a rastliny prikryjete čeččinou, môžete sa z úrody tešiť aj o rok. Stačí rastliny na jar vyčistiť od suchých listov a ešte pred začiatkom sezóny ich mierne príhnojiť.

» ren

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



GS
EUROTHERM
MOIVT

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**

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

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

Zavolajte zadarmo
0800 162 162

www.stannah.sk



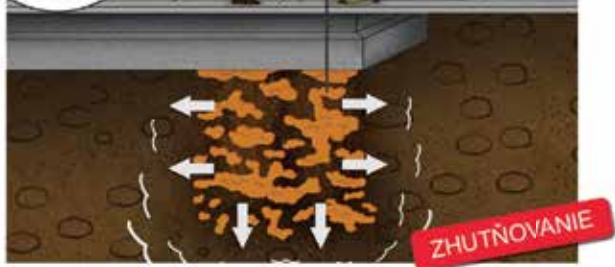
Služby
Špičkovej
Kvality



Ponuka sa nekumuluje s inými zľavami a kampaňami. Platí do 20/6/2024



S GARANCIOU



ZHUTŇOVANIE

**ZASTAVENIE SADANIA BUDOV
SPÄTNÉ ZDVIHNUTIE PODLÁH**

ČISTO, RÝCHLO a bez BÚRANIA

stabilizujeme základovú pôdu
a zastavíme sadanie budov injektážou syntetickej živice



0918 726 754

PRACUJEME PO CELOM SLOVENSKU

SK.ABAINNOVATOR.COM

**EKOLOGICKÉ
ČISTENIE
FASÁD**

rodinné
domy
ZĽAVA 50%

Patentovaná
kontaktná technológia
Bez vysokotlakových
čističov

BombaFasada
www.BombaFasada.sk

0905 148 393

**BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA**

Kúpim porožie

Zhody, trofeje i celé
poľovnícke zbierky.

Kúpim veci
z 1. a 2. sv. vojny,
vzduchovky.

Výkup mincí
do roku 1945

Celá SR

0940 723 073
trofej.eu@gmail.com

Oravská Horáreň

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

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

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

Rezervácie: 0918 591 942
info@oravskahoraren.sk, www.oravskahoraren.sk

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

Penzión *** Oravská Horáreň, Oravský Podzámok 396, lokalita Hruštín Záhava