

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

O.K. OKNO
plast drevo hliník

NAJVÄČŠIE OKENNÉ ŠTÚDIO
OKENNÉ A DVERNÉ SYSTÉMY

21 ROKOV SKÚSENOSTI

SYSTÉM **TM 77HI**

SALAMANDER

POSUVNÉ DVERE

HS PORTAL

WWW.OKOKNO.SK

TEL.: 052/788 6101

MOBIL: 0918 657 559 • 0907 401 708

DOSTOJEVSKÉHO 23 (VEDĽA UTÓPIE)

**PRENÁJOM
STROPNÉHO
DEBNENIA
A LEŠENIA**

0902 60 73 75

**VÝSTAVBA RD na kľúč
REKONŠTRUKCIE**
rod. domov, bytov,
bytových jadier, a iné
stavebné činnosti ...

ZATEPLOVANIE
info: **0902 60 73 75**

MARHULE

3 € od 5 kg do 10 kg
2,80 € nad 10 kg

dovezieme bezplatne
až k Vám domov

objednávky na tel:
0907 263 750, FB: ovocie a zelenina na kolesách

ovocie a zelenina
NA KOLESÁCH

ČISTENIE HROBOV

• Čistenie hrobov • Obnova písma
• Dosekávajúce 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

CISTENIE HROBOV

JEDNOHROB 65 € DVOJHROB 95 €

Dosekávajúce písma
Do 10 znakov 100 €, 11 a viac 10 €/znak
Obnova písma 1,30 €/znak

Ing. Miroslav Greisiger AKCIA do 30.6.2024!!
0940 653 651, 0919 205 521
www.greisiger.sk

REGIONPRESS Uzávierka ďalšieho vydania regionálnych novín je 26. júna 2024

NÁŠ TIP
Kačací burger
s hranolkami 450g
cena 8€

Zaregistruj sa na
www.collective.sk
a získaj zľavový kód

943170498287

na **10% ZĽAVU NAVŹDY**
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

ZEMOMONT s.r.o.



- TERASY
- PERGOLY
- ZÁBRADLIA
- ZASKLIEVANIE BALKÓNOV

www.zemomont.sk 0948 777 361

Okamžitý výkup nehnuteľností v hotovosti
 tel. 0905 924 303
Kúpime ornú pôdu

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

NÁTERY STRIECH OPRAVA KOMÍNOV
 NOVÁ STRECHA.
 Za rozumnú cenu
 0908 152 485

BIO DIAGNOSTIKA
 VÁŠHO ZDRAVOTNÉHO STAVU
 PROFESIONÁLNE BEZBOLESTNÉ VÝSLEDKY IHNEĎ
 AJ PRE DETI AJ PRE SENIOROV
 ROKY PRAXE DIAGNOSTIKA PRÍRODNÁ LIEČBA
 ZISTÍME VŠETKY PRÍČINY OCHORENÍ A RIEŠIME ICH
 0917 682 729 AKCIA: 20€
 www.diagnostika.estranky.sk

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

Výročia a udalosti
 26. júna 1819
 bol patentovaný bicykel

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

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

Čistenie hrobov a dosekávanie písma
 pred po
AKCIA Používame materiál nemeckej kvality
 jednohrob 65€
 dvojhrob 95€
 maľba písma 1,30€/znak
 dosekávanie písma od 79€
 impregnácia a doprava zdarma
 Predaj a montáž svietnikov 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

OBNOVA NÁPISOV a DOSEKÁVANIE DÁTUMOV na POMNÍKoch
 PRIAMO NA CINTORÍNE
 čistenie dvojhrobu 100€
 0944 229 001

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA
 0905 338 878
 0907 877 862

Kamenárstvo
 Predajňa SVIT, ul. SNP 145 oproti Bille
Najväčší výber pomníkov na Slovensku
 0948 906 102 ...LACNO A KVALITNE...
 www.kamenarstvovsit.sk

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

DUB MATNÝ	DUB ŠEDÝ	ORECH MATNÝ	DUB VZOR	ANTRACIT	BIELE VZOR
-----------	----------	-------------	----------	----------	------------

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: 9⁰⁰-17⁰⁰

Realizujeme STROJOVÉ POTERY A OMIETKY
 0948 300 988

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



Správna voľba

35% ZĽAVA

1.25

0.83

Kryštalový cukor

1 kg



1+1 ZADARMO



2.98**

1.49*

Zrelé mango

ks

*Cena za kus pri hmotnosti 1 kus = 1.49 €
**Cena za kus pri hmotnosti 1 kus = 2.98 €
Cena za 7 kusov = 2.09 €



veľký kaliber

43% ZĽAVA

7.12***

3.99

• (1 = 43g)

Nanuky s polevou

8 x 100 ml = 800 ml rôzne druhy



OD SLOVENSKÝCH PESTOVATEĽOV

44% ZĽAVA

0.89***

0.49

Šalátové uhorky

ks



LIDL STÁNOK
HODNĽA ČISTOTE

40% ZĽAVA

1.05

0.65

• (1 = 1,30)

Birell Active/
Radler/Nealko

0,5 l rôzne druhy + 200ch za obal 0,35 €



Vyhrajte s Birellom 50x Playstation 5! Viac v LIDL Plus

XXL



37% ZĽAVA

8.75

5.49

Morčacie prsné rezne XXL

cena za 1 kg



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávateľného produktu porovnateľného do určitého vzťahu spotrebiteľov

†††† Slovenská republika, s.r.o. pri registrácii na Slovensku podľa zákona o obchodnej spoločnosti

Posledná tovarná platí od 24. 6. do 30. 6. 2024 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlačí vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo presunúť výrobky v baleniach a variantoch poskytovaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

... a mnoho ďalších výrobkov na www.lidl.sk

Bezplatný týždenník

POPRADESKO
KEŽMARSKO

EV 6206/24

vydáva spoločnosť

REGIONPRESS

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

Ročník I, Vydanie 8, týždeň 25/2024.

Redakcia: Bajkalská 3852/20
POPRADE

popradsko@regionpress.sk

INZERCIA

Mgr. Marcela Petreková 0905 338 878
Miroslav Imrich 0907 895 865
Alena Berithová 0907 877 862www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.skVychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (41520 domácností)

Každý týždeň:

Poprad, Kežmarok, Abrahámovce,
Huncovce, Spišská Belá, Veľká
Lomnica, Vlčová, Vrbov, Spišská
Sobota, Stráže pod Tatrami, Ba-
tizovce, Hozelec, Hôrka, Hranov-
nica, Jánovce, Kravany, Lučivná,
Spišská Teplica, Spišské Bystré,
Spišský Štiavnik, Svit, Štrba, Svá-
bovce, Vikartovce,Vydavateľ nezodpovedá za obsah a
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jaz-
ykovú úpravou.Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípa-
de, 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	GALANČANSKO-SALIANSKO
HC	30330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16450	KOMÁRŇANSKO
LV	30580	LEVIČKO
MA	29680	MALACKO
NR	54170	NITRIANSKO
NZ	35050	NOVOZÁMOKO
PK	22970	PEZINSKO
PN	41870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SE	35420	SEČICKO
SE	36750	SENICKO-SKALICKO
TO	41930	TOPOLČANSKO-PE-BN
TN	60750	TRENČANSKO-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	LUČENECKO-VK-PT
MT	38570	MARTINSKO-TR
OR	34980	ORAVSKO-DIK-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-VI-SV-ML
KE	92130	KOŠICKO
KS	24900	KOŠICKO okolie
SL	12940	LUBOVNIANSKO
MI	31260	MICHALOVSKO-TV-SO
PP	41520	POPRADESKO-KK
PO	49940	PREŠOVSKO-SB
SN	32540	SPIŠSKO-LE-GL

Zelený hrášok pre naše zdravie

Blíži sa sezóna zeleného hrášku. Dopestovať si ho môžeme na záhrade od jari až do jesene, ale zakúpiť si túto čerstvú a veľmi obľúbenú zeleninu môžeme aj na trhu či v obchodnej sieti. Zelené guľôčky, ukryté v strukoch, obsahujú veľa zdraviu prospešných látok.

Pestovanie

Hrach obľubuje vzdušnú a priepustnú pôdu. Vysievame ho do riadkov vzdialených od seba 12 až 15 centimetrov a do hĺbky približne 5 centimetrov. Dopestovať si ho však môžeme aj v kvetináči na balkóne či terase. Nezabudnime na pravidelnú zálievku a tiež vhodnú oporu, nakoľko ide o popínajúv rastlinu. Využiť na tento účel môžeme rôzne druhy sieťoviny, ako aj kovové či drevené mriežky.

Účinky na zdravie

Hrach je podľa odborníkov pravým pokladom pre naše telo aj dušu. Obsahuje množstvo kvalitných rastlinných bielkovín, čo je hlavným dôvodom, prečo zasýti spolu s ich vysokým množstvom vlákniny. „Prítomné sú vitamíny skupiny A, skupiny B, železo, horčík, zinok, vápnik, fosfor,“ popisuje na sociálnej sieti Mgr. Zuzana Klinčáková z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva v Bratislave. Hrašok je bojovníkom proti starnutiu, spevňuje pleť, podporuje rast a kvali-

tu vlasov, zregeneruje náš celý organizmus. Je tiež výborným spestením diétného jedálneho lístka. „Vysoký obsah vlákniny v hrášku má detoxikačné účinky a pomáha v prevencii proti zápche. Protizápalové a antioxidačné látky, ktoré sa nachádzajú v hrášku zabezpečujú tiež pružnosť a vitálnosť cievného systému,“ vymenúva pozitívna odborníčka. Pre dobrú pamäť je dôležitý tiamín, teda vitamín B1, ktorý je v hrášku naozaj bohato zastúpený.

Použitie

Hrach má rôznorodé použitie v kuchyni. Vieme si z neho pripraviť chutnú polievku, kašu, prílohu k mäsu, pridať ho k zapekaným jedlám a jesť aj surový. Najviac výživných látok má však čerstvý mladý hrášok. Ten by mal byť sýtozelený a pri trení jemne vřzgat.

» ren
zdroj foto Bluesnap pixabaySERVIS
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

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

DOBRA STRECHA
RÝCHLO A KVALITNE
•NÁTERY STRIECH
•NÁTERY VO VÝŠKACH
•NÁTERY KOSTOLOV
•OPRAVA A MUROVANIE
KOMÍNOV
0940 366 431
FARBÝ KTORÉ ŽIJÚ
ZA VÝHODNÚ CENU

Nátery
striech
Čistenie
a maľovanie
fasád
0940 823 590

DACHMANN
www.dachmann.sk
PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE
DREVENÉ A HLINÍKOVÉ
OKNÁ
SERVIS A OPRAVA OKIEN
- EXTERIÉROVÉ ŽALÚZIE, ROLETY
- PREDAJ PARAPETNÝCH DOSIEK
- ZASKLIEVANIE BALKÓNŮV
- SIETE PROTI HMYZU, ŽALÚZIE
- GARÁŽOVÉ BRÁNY
Levočská 2, 080 01 Prešov, maxidachmann@gmail.com
051/7718 607, 0903 634 202, 0915 547 169

**10 102-KRÁT
ĎAKUJEM**
ZA PODPORU DO EURÓPSKEHO
PARLAMENTU
Branislav ŠKRIPEK
KDH

KLAMPIARSTVO

0904 121 559 | www.tulis.sk KLTP

STRECHY, OPRAVY, REKONŠTRUKCIE
VÝMENA ŽLABOV, ZVODOV
KLAMPIAR - POKRÝVAČ : 0907 940 920

Prenájom pivných
setov, párty stanov

0903 597 241



NÁTERY a ČISTENIE STRIECH
výškové práce 0947 102 999

ŽALÚZIE, SIETKY
proti hmyzu
rýchlo, lacno, kvalitne
0907 942 957
www.lacne-zaluzie.sk

d.mp
PONUKA PRÁCE
pre absolventov Konštruktér
a PLC programátor.
Viac info na:
kariera@designmp.sk
0940 500 660
www.designmp.sk

STRIKANÉ IZOLÁCIE
12,50 €/m²
pur penou, hrúbka 20 cm
0,58 €/m² hrúbka 1 cm
• najlepší pomer
kvalita/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€/m²
ZATEPĽOVANIE
rodinných domov

BOBRIA SILA V AKCII

NAŠA JÚNOVÁ PONUKA

priemer 15 cm



Top cena

11,99

CMI STOLNÝ VENTILÁTOR

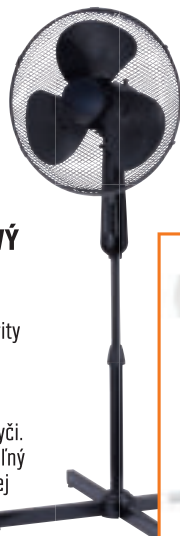
Výkon: 16 W, 2 rýchlostné stupne. Možno nakloniť.
OBI č. 4697744

Top cena

21,99

CMI STOJANOVÝ VENTILÁTOR

Tri úrovne rýchlosti pre nastavenie intenzity ventilácie. Je možné otáčať v uhle 80°. Výškovo nastaviteľný vďaka teleskopickej tyči. Uhol sklonu nastaviteľný podľa potreby. V bielej alebo čiernej farbe.
OBI č. 1203710 a i.



Top cena

319,99

MOBILNÁ KLIMATIZAČNÁ JEDNOTKA „KGM 10000-45”

Kompaktná mobilná klimatizácia s ovládaním cez aplikáciu, 3v1: chladenie, odvlhčovanie a ventilácia. Zotrvačná ventilácia pre rovnomerné rozdelenie vzduchu v miestnosti. Vhodné pre priestory s veľkosťou od 12 m² do 18 m². OBI č. 2018687



Top cena

39,99

BALKÓNOVÝ SLNEČNÍK „HERNANDO”

Oceľová konštrukcia s polyesterovým tienidlom v rôznych farbách. S kĺbom a funkciou Push-up.
Ø cca 200 cm. OBI č. 4794830 a i.

Top cena

41,99

ZÁHRADNÝ ALTÁNOK „ALAMOSA”

Konštrukcia z ocele s práškovou povrchovou úpravou, biely, 235 × 290 × 290 cm. OBI č. 1109735



Top cena

187,99

KÍBOVÁ MARKÍZA „AVENTURA”

Elegantná protipohľadová ochrana a ochrana proti vetru, montáž na stenu alebo strop. Rôzne farby, 300 × 200 cm. OBI č. 4868915 a i.



UPLATNITE SVOJE BODY

už len do 29. júna!*

*Pravidlá a bližšie informácie na obi.sk/bobri-bonus



**BOBRIE
BONUSOVÉ
TÝŽDNE**



OBI

DOKÁŽETE ČOKOLVEK

Platí od 21. 6. do 4. 7. 2024 alebo do vypredania zásob.

PEGATHERM

Sme s Vami už **20 ROKOV**

Partizánska 1849
Poprad – Západ
(vedľa autosalónu Peugeot)

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!

Plastové
okná a dvere



Vchodové
dvere



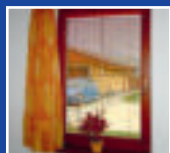
Garážové
brány



Zasklievanie
balkónov



Tieniaca technika
a žalúzie



Sietky
proti hmyzu



Prenájom
lešenia a plošín



www.pegatherm.sk

info: 0918 957 982 • 052 7764 353
e-mail: info@pegatherm.sk



Popradská káva

PODNIKOVÁ PREDAJŇA

- AŽ 120 DRUHOV ČAJOV
- ČERSTVO PRAŽENÁ KÁVA
- PRÍJEMNÉ PROSTREDIE
- ORIGINALNE 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

POPRADEK - ZÁPAD

BUDOVA BALIARNÍ OBCHODU POPRADEK
HRANIČNÁ 664/16

KÁVA A ČAJ ONLINE



WWW.POPRADSKE.SK

Tvoje spojenie so svetom.

Prepojenie, ktoré inšpiruje.
Nová Kia Ceed.



Movement that inspires

Prepojenie prináša nové možnosti. Nová Kia Ceed preto prichádza s funkciami ako Kia Connect a ďalšími asistenčnými technológiami, vďaka ktorým nájdeš inšpiráciu kamkoľvek pôjdeš. Navyše výkonný mild-hybridný motor a sedemstupňová dvojspojková prevodovka prinášajú ešte lepší zážitok z jazdy. Toto všetko vytvára hlbšie puto medzi tebou, cestou a všetkým okolo teba.



MOTOR GROUP
POPRADE

Motor Group Poprad, spol. s r.o.
Partizánska 3800
058 01 Poprad
+421 52 787 92 30
www.motorgroup.sk

Kombinovaná spotreba paliva a emisie CO₂ (WLTP): Kia Ceed 4,5 - 6,8 l/100 km,
118 - 153 g/km. Obrázok je ilustračný

Fajčenie mi už išlo príliš do peňazí.

Rebeka (27)

Pridajte sa aj vy medzi viac ako 270 000 bývalých fajčiarov, ktorí odložili cigarety a urobili zmenu.

vasdovod.sk

Aký bude váš dôvod?

Najlepším spôsobom, ako znížiť zdravotné riziká spojené s užívaním tabakových a nikotínových výrobkov, je úplne prestať tabakové výrobky a výrobky s obsahom nikotínu užívať.

Skutočný spotrebiteľ, ktorý bol za svoju účasť v kampani odmenený.

UNSMOKE
YOUR WORLD

PHILIP MORRIS
SLOVAKIA



Naša spoločnosť predstavuje spojenie kvality a spoľahlivosti s veľkým dôrazom na detail a je ideálnou voľbou pre váš projekt.

- **PREVETRÁVANÉ
A SENDVIČOVÉ FASÁDY**
- **PROJEKČNÁ ČINNOSŤ**
- **TERASOVÉ PODLAHY**
- **STRECHY A KROVY**
- **KOMÍNOVÉ SYSTÉMY**
- **VZDUCHOTECHNIKA**



NA PRENÁJOM ŽERIAV A PLOŠINA BOCKER AHK 36

Ponúkame na prenájom príviesny žerjav Bocker AHK 36, ktorý vďaka najmodernejším technológiám zaručuje optimálny výkon a zdvihnutie maximálnej záťaže vo všetkých prevádzkových situáciách. Poskytuje veľkú mobilitu, čo zabezpečuje flexibilitu na najrôznejších miestach a rýchle a bezpečné umiestnenie. Zároveň vďaka prídavnému košu je možné tento príviesny žerjav využiť aj ako mobilnú plošinu.



+421 54 488 1009

web.zsmont.sk

GIRALTOVSKÁ 4505, 08501 Bardejov

Či bežné okuliare zmiznú z trhu?

MULTIFOKÁLNE OKULIARE

pre ďalekozrakých ľudí s novou optickou technológiou

Či so svojimi okuliarmi môžete čítať len knihy a noviny a SMS či text na monitore počítača sú už rozmazané? Používate niekoľko párov okuliarov: jedny na čítanie, jedny na počítač a ďalšie na mobil?

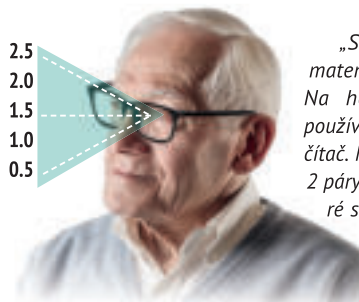
Aby ste normálne fungovali, už nepotrebuje 2 alebo 3 páry okuliarov. Nemusíte si neustále jedny dávať dole a druhé nasadiť. Taktiež nie je potrebné vymieňať okuliare za nové, pretože Vaša zraková chyba sa po roku opäť zmenila.

Teraz môžete mať **JEDNY** inteligentné multifokálne okuliare – na všetko! Mať ich:

- ➔ ľahko si môžete prečítať **noviny, knihu, menu reštaurácie**, vyriešiť krížovky
- ➔ TV môžete pohodlne sledovať z **bližšej i väčšej vzdialenosti**
- ➔ môžete ľahko prečítať SMS bez namáhania očí, bez ohľadu na osvetlenie, počasie
- ➔ budete môcť **čítať správy na počítači** bez namáhania očí
- ➔ môžete rýchlo **navliecť ihlu, opraviť retiazku, nalakovať nechty**

➔ dokonca si môžete prečítať **príbalový leták napísaný veľmi malým písmom**, pretože okuliare majú zabudovanú funkciu automatického priblíženia

2.5
2.0
1.5
1.0
0.5



„Som učiteľka matematiky v škole. Na hodine musím používať knihy aj počítač. Mala som teda 2 páry okuliarov, ktoré som si neustále menila – raz jedny, raz druhé. A viete, v triede sa

človek zameraný na deti tiež často mylí. Tak som tieto okuliare neustále menila a deti sa smiali. Pred týmto trápením ma ale zachránili multifokálne okuliare. Mám ich neustále na nose a všetko vidím fenomenálne: či už na tabuli alebo v knihe, alebo keď kontrolujem prácu detí a prácu na počítači. A veľká je aj úspora peňazí, pretože nemusíte chodiť do optiky každý polrok.“

A to všetko bez návštev u očného lekára, bez míňania peňazí v optike a bez starostí s prispôbením!

Nezáleží na tom, či máte +2,5 dioptrie, +2 dioptrie alebo možno len +0,7 dioptrie. Hneď ako si ich nasadíte, **inteligentné multifokálne okuliare** sa prispôbia Vašej zrakové chybe - pre každé oko zvlášť - a hneď všetko jasne uvidíte. Ako je to možné?

Tajomstvom týchto úžasných okuliarov je **nová technológia multifokálnych šošoviek Flexi Vision**. Hoci zvonku tieto šošovky vyzerajú ako bežné dioptrické okuliare, majú úplne inú konštrukciu. Sú prstencového tvaru a majú zabudované rôzne optické mohutnosti, ktoré sú rozložené koncentricky od najslabšej po najsilnejšiu. Vďaka tomu Vaše oko v spolupráci s Vaším mozgom **zachytí správne zaostrenie už za 0,14 milisekúnd a prispôbi ho obrazu**, ktorý vidíte. Preto – bez ohľadu na Vašu zrakovú vadu a rozdiely medzi jedným a druhým okom – vidíte všetko jasne z miesta. A môžete ľahko prečítať všetko: malé alebo veľké písmo z blízka aj z diaľky.

Andrea z Bratislavy hovorí, ako multifokálne okuliare zmenili jej život:



Navliekanie ihly



Drobný text



SMS



Obrazovka počítača

Multifokálne šošovky, ktoré sa prispôbia Vašej zrakové chybe

Automatické zaostrovanie od +0,5 do +2,5 dioptrií

Lahké a odolné rámy so silnými pántmi

Univerzálne, klasické rámy, ktoré sa hodia každej tvári

JEDNY na všetko!

Prispôbia sa vzdialenosti a Vašej poruche zraku, a všetko vidíte ostro a jasne.

Ak sa chcete raz a navždy zbaviť problémov so zrakom, zaobstarajte si multifokálne okuliare s novou technológiou Flexi Vision! Teraz môžete mať jedny univerzálne okuliare na všetko: čítanie, šitie, remeslá, rybárčenie, sledovanie televízie a smartfón.

Prečo míňať stovky eur na nové okuliare? Jeden pár multifokálnych okuliarov vyrieši všetky Vaše problémy so zrakom!

Ale to nie je koniec! Tieto okuliare nielen **okamžite zaostrí obraz**, na ktorý sa sústreďíte. Vďaka špeciálnej, flexibilnej konštrukcii šošoviek a zabudovaným mnohým optickým silám neunavujú Vaše oči a „nemrazia“ zrak ako bežné dioptrické okuliare. Keď ich nosíte, svaly Vašich očí nie sú napäté (ako v bežných okuliaroch), ale uvoľnené. To umožňuje Vašmu zrakom odpočívať a časom sa zlepšovať. A nemusíte si vymieňať okuliare za nové!

Multifokálne okuliare sa prispôbia každej situácii, akémukoľvek svetlu a akejkolvek vzdialenosti – pretože šošovky Flexi Vision úzko spolupracujú s Vašimi očami a okamžite reagujú na Vaše potreby.

Prečo utrácať peniaze za niekoľko párov okuliarov? Načo sa trápiť, keď si zrak a preplácať? Získajte **JEDNY multifokálne okuliare na všetko!**

Už nemusíte preplácať!

Čítajte, pozerajte televíziu, používať počítač a smartfón

Len do 28.06.2024 môžete využiť **ŠPECIÁLNU AKCIU!**

Zavolajte teraz a získajte originálny pár **multifokálnych okuliarov s technológiou Flexi Vision!**

Ponáhľajte sa! Akcia platí len pre prvých 20 osôb.

Okuliare dostanete poštou (v riadne zabezpečenom obale), nemusíte nič platiť vopred – až pri prevzatí zásielky.

Teraz **-70%!**

tel. 048/230 46 92

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

Flexi Vision Technology



+ ZDRAVÉ OČI



Teraz len **65€**
19.50€



Aj samotná príprava je dôležitá Je tu čas letných grilovačiek

Aké by to bolo leto bez poriadnej grilovačky. Ak sa aj vy chystáte vytiahnuť a očistiť gril, rozžeraviť uhlíky a pustiť sa do prípravy chutných špeciálov, nechajte sa inšpirovať našimi tipmi na kvalitné grilovanie.

Hygiena je dôležitá

Základom kvalitného grilovania je čistý gril. Je potrebné ho vymiešať a rošt dôkladne očistiť drôtenou kefou. Vhodné je pri grilovaní používať masivný liatinový rošt, ktorý optimálne akumuluje teplo z ohniska.

Náš tip: Ak máte v pláne grilovať väčšie kusy mäsa, zvážte použitie otočného grilu. Vďaka jeho otáčaniu sa mäso pečie rovnomerne, pričom sa neustále zvlhčuje vlastnou šťavou a zostane tak skutočne lahodné a šťavnaté.

Vyberte kvalitné uhlie alebo drevo

Na grilovanie je vhodné dubové, bukovoé či brezové drevo. Ak sa preň rozhodnete, nikdy nepoužívajte drevo zhnité alebo lakované. V prípade, že zvolíte drevené uhlie, kupujte to, ktoré neobsahuje aditíva.

Náš tip: Pri rozpalovaní uhlia nepoužívajte chemické podpaľovače. Uhlie, z ktorého si pripravíte pahrebu by malo byť čisté, s povlakom bieleho popola.

Dodržiujte vhodnú teplotu

Suroviny určené na grilovanie ukladajte na rošt vtedy, keď sú uhlíky rozžeravené do červena, ale nehoria plameňom. Pokúste sa dosiahnuť strednú teplotu. Pri vysokej teplote sa môže marináda pripaľovať a to nie je pre chuť a kvalitu grilovaných pokrmov žiaduce. Tiež pamätajte na to, že čím sú grilované potraviny mäkšie, tým nižšiu teplotu potrebujú.

Náš tip: Správnu teplotu pahreby si môžete ľahko otestovať. Podržte ruku vo výške približne 12 centimetrov nad grilom. Ak majú uhlíky tú správnu teplotu, udržiňte ruku nad grilovacou plochou 5 až 7 sekúnd. Ak by ste ju tam udržali kratšie, je teplota privysoká.

Nepodceňte výber a prípravu surovín

Na grilovanie sa hodí hovädzie stehno, bravčová krkovička či panenka, kuracie prsia bez kože, kuracie krídla ale aj vykostené kuracie stehná. Z rýb siahnite po čerstvom lososovi alebo tuniakovi. Zo zeleniny sa osvedčila cuketa, baklažán, kukurica, paprika aj paradajky. Svoje miesto na grile si však získava aj ovocie. Výborne sa hodia broskyne či slivky. Všetky suroviny je vhodné pred grilovaním marinovať. Pokrmu tak získajú na chuti.



Ilustračné foto.

zdroj foto davyart pixabay

Náš tip: Suroviny pripravené na grilovanie vyberte z chladničky dve hodiny pred grilovaním, aby dosiahli izbovú teplotu. Po tom, ako mäso vyberiete z grilu, nechajte ho ešte pár minút uložené na teplom mieste, až potom ho krájajte a podávajte.

Náš tip: Vyhnúť sa horiacemu tuku môžete aj tak, že budete pri grilovaní používať na to určené perforované misky. Oceníte ich aj pri príprave mäkších druhov zeleniny, ktorá by sa inak mohla pripaľovať.

Nezabúdajte!

Na gril neukladajte surové mäso vedľa toho, ktoré už prešlo tepelnou úpravou. To platí aj v prípade pracovnej dosky či používaného náradia. Vyčleňte si zvlášť náradie na surové a osobitne na už hotové mäso.

» ren

29. jún 1945

Výročia a udalosti

Podkarpatská Rus bola anektovaná Sovietskym zväzom

Autorizované organizácie zodpovednosti výrobcov

E-cycling s. r. o. a SLOVMAS, a. s. týmto informujú:



- Do skupiny vyhradených výrobkov patria elektrozariadenia, batérie a akumulátory, obaly, neobalové výrobky, vozidlá a pneumatiky.
- Na vyhradené výrobky sa vzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov, t. z., že výrobca takehoto výrobku je povinný plniť súbor povinností pre vyhradený výrobok uvedený na trh SR. Tým je zabezpečené, že o vyhradený výrobok, resp. vyhradený prúd odpadu bude postarané vo všetkých fázach jeho životného cyklu.
- Financovanie triedeného zberu vyhradeného prúdu odpadu, vrátane triedeného zberu zložiek komunálneho odpadu patriacich do vyhradeného prúdu, znášajú výrobcovia v rámci systému rozšírenej zodpovednosti výrobcov. V prípade nedôsledného triedenia oddelene zbieraných zložiek komunálneho odpadu, na ktoré sa vzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov, náklady na triedený zber vyhradeného prúdu odpadu znáša obec.
- Každý môže predchádzať vzniku odpadu už pri rozhodovaní o kúpe nového výrobku. Pre ochranu životného prostredia je dôležité, aby sme kupovali výrobky, ktoré majú čo najmenej obalov, pokiaľ možno z rozložiteľných materiálov, aby sme kupovali elektrozariadenia s najvyššou energetickou triedou, pretože šetríme prírodné zdroje potrebné na výrobu elektrickej energie. V prípade batérií a akumulátorov sa snažíme o používanie batérií s dlhou životnosťou alebo využívame nabíjateľné akumulátory.
- Zakazuje sa do voľnej prírody ukladať akýkoľvek odpad. Batérie a akumulátory, elektrozariadenia a odpadové pneumatiky sa nesmú vyhazovať do komunálneho odpadu.
- Konečný používateľ môže odovzdať elektrozariadenia, batérie a akumulátory na miestach spätného zberu a odpadové pneumatiky u distribútorov pneumatík. Nakladanie s odpadom z obalov a neobalových výrobkov je určené vo všeobecne záväznom nariadení obce.

Viac informácií nájdete na webových sídlach
www.e-cycling.sk a www.slovmas.sk.

EKO LIPTOV

Letná AKCIA

na kvalitné brikety, pelety a drevo



✳ Bukové brikety	✳ Smrekové peletky A1	✳ Drevo v kletke
960 kg / 265€ 242€	1005 kg / 299€ 282€	1 prm / 175€
600 kg / 215€ 182€	780 kg / 245€ 232€	1,7 prm / 195€

OBJEDNAJTE: 0905 546 999

www.ekoliptov.sk info@ekoliptov.sk

Akcia platí do vyčerpania zásob

30. júna 1905

Výročia a udalosti

Albert Einstein publikoval článok „Zur Elektrodynamik bewegter Körper“, v ktorom predstavil špeciálnu teóriu relativity

EURO-MONT

BRÚSENIE DREVENÝCH PARKIET

Odborne a kvalitne!

- Široký výber povrchových úprav lakom alebo olej-voskom
- Bezprašná technológia
- Predaj a montáž drevených parkiet
- Oprava a výmena poškodených parkiet

Kompletná renovácia s 3x lakovaním už od 15,99€/m²

0917 755 577 | www.brusenieparkiet.com

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA

**0905 338 878
0907 877 862**

Občianska riadková inercia

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

16 ZOZNAMKA

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

SIMON - Fleisch

**BRAVČOVÁ
A HOVÄDZIA
PORÁŽKA
V NEMECKU**

14€ - 20€

**OBSLUHA UMÝVACEJ
LINKY**

od 13€

POĎĽA KVALIFIKÁCIE
Brutto na hodinu

20 dní platenej dovolenky
preplácané sviatky

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

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

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
trofej.eu@gmail.com

Stannah

Ahoj, Leto!

PONUKA

**GRIL alebo
FRITÉZA**

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

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

Táto ponuka platí pri kúpe schodiskového výťahu Stannah do 31.7.2024
a nie je platná s inými akciami alebo ponukami.

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD

rodinné
domy
ZĽAVA 50%

Patentovaná
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových
čističov

f BombaFasada
www.BombaFasada.sk
0905 148 393

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

BUĎTE NA OČIACH AJ V JÚNI

Vyskúšajte čím skôr

ÚČINNÚ REKLAMU

v najčítanejšom týždenníku na Slovensku

POPRAĐSKO

Týždenne až v **41 520**
domácnostiach

MONTTER

ZIMNÉ ZÁHRADY PERGOLY • ZASKLENIE

11
ROČNÉ
SKÚŠENOSTI

NAKUPUJTE OD VÝROBCU!

HLINÍK VO FARBE K MONTÁŽI

**ANTRACIT
7016
HNEDÁ
8003
HNEDÁ
8017
BIELA
9016**

LETŮ SA BLIŽI!

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

DOM
KAVY

DOMKAVY.SK
TRNAVA

KAVOVA5

ZĽAVOVÝ KÓD - 5% ZĽAVA NA NÁKUP
ZO STRÁNKY WWW.DOMKAVY.SK