

PREŠOVSKO SABINOVSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 45 115 domácností

DOM, BYT,
ZÁHRADATéma týždňa
v tomto čísle

www.benardrealty.sk

Benard
reálna nehnuteľnosťIng. Stanislav Mojžiš
+421 905 831 732Hľadám 1 izbový byt
na Sekčove v PrešoveEva Kmecová
+421 948 140 849Hľadám pre klienta 1 izbový byt
s balkónom na SekčoveTomáš Zakuťanský
+421 908 077 713Hľadám rodinný dom (Prešov
a okolie), cena okolo 170.000 eur.
Platba v hotovosti.ROD. DOM, s POZ. A GARÁŽOU, PREŠOV
260 000 € +421 905 831 732790 m², POZ. - FINTICE, OKR. PREŠOV
48 999 € +421 948 140 849RD, 5 IZB., POZ. 831 m², PO, VLČIE DOLY
209 999 € +421 908 077 713Mgr. Ivana Kočíšová
+421 910 900 920Hľadám 3,5 izb. byt na Sekčove, skôr
pôvodný stav. Lokalita Smreková,
Dubová, Federátov, Višňová a okolie...Marianna Olejárová
+421 908 111 710Hľadám pre klientov 3 izbový byt
kdekoľvek v PrešoveMgr. Jana Lukošíková
+421 907 632 405Hľadám pre klientku 3-izbový byt
s balkónom kdekoľvek v Prešove,
na stave bytu nezáleží54 M2, 2- IZB. TEH. BYT, 17. NOV. PO
83 999 € +421 948 140 8493-IZB. BYT, SÍDL. III, UL. TOMÁŠKOVA
96 799 € +421 908 111 71015 NA POZ., 1409m², RUSKÁ NOVÁ VES
54 999 € +421 907 632 405PREDÁM STAVEBNÚ PARCELU
V KENDICIACH 16 ar.
V MARCI 5000€ ZĽAVA, POZRI BAZOŠ.
0905 145 220
**LIKVIDÁCIA
AZBESTU!!!**
0919 175 335
www.likvidacia-azbestu.eu
VÝKUP A PREDAJ
POUŽITÉHO NÁBYTKU
a elektrospotrebičovBAZÁR V OZKN
z Dostojevského ul.
vykupapredaj@gmail.com
0905748958chladničky, práčky,
TV prijímače, koberce ...

www.cistenie-hrobov.sk

ROYAL CLEAN
• ČISTENIE HROBOV •

0949 651 250 0911 996 087

**ČISTENIE
a STAROSTLIVOSŤ
o HROBY**
**JEDNOHROB - 69 €
DVOJHROB - 109 €**
AKCIA
pre prvých 15 objednávok v mesiaci
-10%

 Ing. Miroslav Greisiger
**ČISTENIE
HROBOV**
 Zimná akcia!
 6
 Viac na
strane

 Prenájom
FASÁDNEHO LEŠENIA
 pre rodinné a bytové domy
 0905 890 747

G-WOOD, spol. s r.o. Veľký Šariš
 tel. 0948 287 440

Bukové palivové drevo
 od 38 €
DOVOZ ZDARMA
ubytovanieBA.sk
 +421 915 717 358
 UBYTOVNÁ
 PRE PRÁVY A REMESELNÍKOV

**2v1 DVERE
PODLAHY**

 Pondelok-Piatok: 08⁰⁰-18⁰⁰ Sobota: 08⁰⁰-12⁰⁰
AKCIA
**DVERE
+ ZÁRUBŇA**

 široka zárubňa 170 €
 75-179 mm

 široka zárubňa 180 €
 180-299 mm

+ KLUČKA ZA ZVYHODNENÚ CENU

SKLADOM
ODDANÉ DO 8 DNI
 Masarykova 22 • Prešov (bývalý areál OZKN)
 0907 085 086 • www.dverepodlahy.sk

Hľadáme spoľahlivého DOPRAVCU

na paletové rozvozy pre región: PO, SB, BJ (a okolie do 50 km)

S VLASTNÝM VOZIDLOM

so sklopným čelom/ rukou, plachta, skriňa, kapacita 2-8 pal

hmotnosť a rozmer rozvázaných paliet:

960 -1050 kg | 100 x 120 cm, 80 x 120 cm | výška 120 - 160 cm

Cenové ponuky posielajte e-mailom do 31. 03. 2020.

seresova@lestn.sk | +421 915 854 552 | www.lestn.sk

SUPEREXPRES
 • ČISTENIE KANALIZÁCIÍ
 • VÝVOZ ŽÚMP, SEPTIKOV
 AKCIA
 ŽÚMPY
 od 55€
 0917 441 890 info@superexpres.sk www.superexpres.sk

PREŠOVSKO SABINOVSKO

Redakcia: Kúpeľná 3
PREŠOV
presovsko@regionpress.sk

REGIONPRESS

Vydavateľ:
REGIONPRESS, s.r.o.
Študentská 2, 917 01 Trnava
IČO: 36252417
reg. MKSR EV 3676/09

INZERCIA

Monika Janovčíková 0905 719 145
Radoslav Ruščák 0905 373 406

Distribúcia:
distribucia.po@regionpress.sk
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk
Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (45,115 domácností)

pámy týždeň: Bzenov, Demjata, Fričovec, Chmelov, Kapušany, Kendice, Kokošovce, Ľubotice, Pušovec, Sedlice, Prešov, Veľký Šariš, Dačov, Drienica, Jakubovany, Sabinov, Lipany

nepámy týždeň: Drienov, Drienovská Nová Ves, Dulova Ves, Fintice, Haniska, Hermanovce, Chminianska Nová Ves, Lada, Lemešany, Ličartovce, Malý Šariš, Petrovany, Ruská Nová Ves, Sedlice, Široké, Tulčík, Vítaz, Vyšná Šebastová, Župčany, Prešov, Brezovica, Kamenica, Pečovská Nová Ves, Šarišské Michalany



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

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade, že viete o mieste, kam naše noviny nechodia, dajte nám, vedieť. Ďakujeme.

Západné Slovensko

BV	94.750	Bratislavsko Východ
BZ	100.200	Bratislavsko Západ
DS	33.080	Dunajskostredsko
GA	31.290	Galantaško+Šaliansko
HC	28.510	Hlohovecko+Sered'sko
KM	16.370	Komárňansko
LV	31.310	Levicko
MA	27.450	Malacko
NR	54.930	Nitriansko
NZ	34.140	Novozámocko
PK	18.210	Pezinskó
PN	38.810	Piešťansko+NM+MY
SC	27.920	Senecsko
SE	34.570	Senicko+Skalicko
TO	40.560	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59.430	Trenčiansko+DCA+HL
TT	46.550	Trnavsko
ZM	18.990	Zlatomoravsko

Stredné Slovensko

BB	50.530	Banskobystricko+BR
KY	29.120	Kysucko=CA+KM
LI	35.020	Liptovsko=LM+RK
LC	30.690	Lučenecko+VK+PT
MT	41.690	Martinskó+TR
OR	36.230	Oravsko=DK+NO+TS
PR	28.230	Považsko=PB+PU
PV	41.340	Prievid'sko
ZD	39.560	Zvolensko+DT+KA
ZH	27.490	Ziarsko+ZC+BS
ZA	52.120	Žilinskó+BY

Východné Slovensko

BJ	33.870	Bartolovsko+SK+SP
GE	28.710	Gemersko=RV+RS+RA
HU	26.640	Humensko=VT+SV+ML
KE	83.740	Košicko
KS	20.730	Košicko okolie
SL	12.970	Ľubovniansko
MI	29.620	Michalovsko+TV+SO
PP	41.130	Poprad'sko+KK
PO	45.115	Prešov'sko+SB
SN	32.750	Spiš'sko+LE+GL

Nedobré časy

Sú tu. Od začiatku roka sme tak trochu verili, že neprídu, hoci, prísť museli. Spolu s epidemiou prišiel aj strach. Nemožno to odsudzovať, strach je prirodzené ľudské.

Možno s ním však bojovať – na príklad argumentami. Ak nás strach ovládne, náš život sa dokáže dostať do špirály nepohody a stresu. Lenže, imunita organizmu a psychika sú vzájomne prepojené viac, ako si väčšinou myslíme. Nie až tak dávne vedecké štúdie preukázali, že k vôbec najväčším „zabijakom“ imunity, a to bez ohľadu na vek či stav zdravia, patrí stres, dlhodobá depresia a úzkosť.

Zistilo sa, že depresia súvisí aj s vývojom autoimunitných ochorení, rakovinou či aktuálnym psychickým nastavením. Prirodzenou reakciou mozgu na stres je napríklad zvýšená tvorba adrenalínu, ktorý negatívne vplýva na imunitné orgány ako kostná dreň, týmus, slezina a lymfatické uzliny.

Z obchodov miznú trvanlivé potraviny. Obchodníci majú Vianoce, nikdy nemali také tržby ako teraz, radujú sa z toho, že v hĺbinách svojich skladov uvoľňujú miesto po ležiakoch,

po ktorých sa v predajniach iba tak zapráši. A domáce zásoby ľudí vyjdú o pár týždňov navnívoč. Minimálne ich začnú likvidovať špajzové mole. Radšej si treba v predstihu kúpiť aj insekticíd. O mesiac či dva zaručene nebude k dostaniu. Na desať kilo polohrubej jeden kus.

Zeleniny a ovocia je dostatok, ak nie prebytok. Čo tak zamerať sa na zvýšenú konzumáciu vitamínov a cenných minerálov? Čo tak nepodliehať panika a doma v strese rátať, či nám stačí toľko a toľko kíl múky, alebo musíme zohnať ešte dvadsať kíl ryže? Čo tak viac si umývať ruky, byť ohladuplný voči druhým, nekašľať a nekýchať bez zakrytia úst? Čo tak ísť na prechádzku do prírody, na vzduch? Čo tak orientovať sa na to, že ide jar, že treba opäť pracovať v záhradách, na záhonoch? Čo tak myslieť aj na starých, ktorí žijú okolo nás sami a občas sa pozrieť, ako sa majú, či nič nepotrebujú?

Buďme stále ešte rozumní ľudia!
Všetko dobré -



» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor

14. marca 1994

odvolal prezident SR Michal Kováč z funkcie premiéra Vladimíra Mečiara.

Výročia a udalosti

BEZPEČNOSTNÉ DVERE

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

AKCIA 270€
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

0917 56 36 12
0911 60 20 40

Sídliisko Sekčov (smer Šalgovník)
Podnikateľské centrum PYRAMÍDA
Keratsinske nám. 1, prízemie, č. dverí 105/A

Otvorené:
Po-Pia:
8:00-17:00

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

ZĽAVA -45% HOME CREDIT **Quatro**

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

051/7718 607, 0903 634 202, 0944 047 008

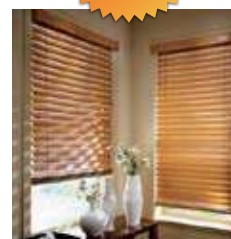
0948 283 110

Prostejovská 9, Prešov
michnakstefan@gmail.com
www.michnakzaluzie.sk



ZĽAVY AŽ DO 40 %

- ŽALÚZIE
- MARKÍZY
- LÁTKOVÉ ROLETY
- GARÁŽOVÉ BRÁNY
- BALKÓNŮVÉ ROLETY
- SIETE PROTI HMYZU
- ROLETY DEŇ / NOC
- PLASTOVÉ LAMELOVÉ DVERE
- PROTIPELOVÉ SIETE



Občianska riadková inzercia

»Kúpim jelenie parožie za najlepšiu cenu! 0944 132 200

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

»Kúpim staré zlaté zuby, zlaté a strieborné mince a hodinky OMEGA, bodáky, nem. helmy. 0907 166 358
»Kúpim hokejové kartičky slovenskej extraligy 0908 876 988
»Kúpim staré odznaky, významnenania, mince, hodinky. 0907 910 755
»Kúpim tkané plátno, vrecia, kroje, šatky, sukne, starožitnosti. 0909 117 320
»Kúpim staré odznaky, mince, hodinky. 0907 910 755
»Kúpim staršie obrazy sloven. a maďar. maliarov. 0903 617 901
»Kúpim vojenské veci do r.1945 šable bodáky odznaky a iné 0940 209 657
»Kúpim gramofónové platne 0911 565 876

15 HLADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

»AHOJ HLADÁM MILÚ USMIEVAVÚ PRIATEĽKU NA VOĽNÉ CHVÍLE...MÁM 56 SOM Z PO...VYSOK. ŠTÍHLY FARMÁR ZNAM. RAK BUDEM RÁD AK SA OZVEŠ NA 0944 227 624

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo
8866 v tvare:
RPmedzera P0 medzera
Číslo rubrikymedzera Text
inzerátu

Príklad:
RP P0 12 Predám kočík,
0987 654 321.

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 neúčtujeme. **Upozomenie! Služba nefunguje u operátora 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, **P0** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete na zadnej strane vľavo dolu. Službu PlatbaBilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

OBNOVA STRIECH

- ⇒ OBNOVA ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH STRIECH (AJ PLOCHÝCH)
- ⇒ VÝMENA ODKVAPOVÝCH ŽLABOV
- ⇒ OBNOVA KOMÍNOV
- ⇒ OBHLIADKA ZDARMA

VILLAS3D INDEXReálna záruka
12 rokov**JARNÁ AKCIA****0949 765 613****PREKLADY
A TLMOČENIE**

aj s úradným overením

- Kurzy cudzích jazykov (Aj, Nj, Frj, Tal, Šp., Rj)
- Priprava na maturitu z ANJ/NEJ - B2
- Doučovanie ZŠ, SŠ
- Kurzy - práce na PC

TAL, ANJ- konverzácia - rodený hovorcaPrešov, Masarykova 2
(budova Hlavnej pošty)
Tel.: 051/758 1314 Mobil: 0903 655 632
www.solidplus.sk**AJA**Prešov s.r.o.
Priemyselný areál Šalgovík

AJA Prešov, s.r.o.

**NAJLACNEJŠIE VSTAVANÉ SKRINE
A NÁBYTOK NA MIERU.**

- vstavané skrine ■ šatníky ■ vešiakové steny
- botníky ■ kuchynské linky ■ komody
- kancelársky nábytok ■ stoly

0910 366 966 | aja.presov.sro@gmail.com | www.ajanabytok-presov.sk**PREBÍJANIE
a PREČISTENIE
ODPADOVÝCH POTRUBÍ**

- WC - UMÝVADIEL
- DAŽDOVÝCH ZVODOV
- PISOÁROV
- GULÍČIEK

s možnosťou
využitia
kamerového
systému**0908 580 291****TEPOVANIE
seďačiek, kobercov, áut
UPRATOVANIE
bytov, domov, firiem****0905 186 136****U VÁS DOMA** strojom KARCHER.**AJ
VÍKENDY****NOVÝ
RÝCHLY LTE
INTERNET**
máme aj pre Vás!Slovanet, a.s.
POBOČKA PREŠOV
Zemplínska 1
(OC Opál Sekčov)
Parkovanie zdarma**0940 818 848****LTE 15**↓ 15 ↑ 2 Mbit/s
zriaďovací poplatok 20€
jednorazovo

15€

1€

1.-3. mesiac

12€

4.-12. mesiac

Silné pokrytie v obciach
v okolí Prešova, aj novostavby
Odmeňujeme aj existujúcich zákazníkov
- za každého nového zákazníka
získate internet na 2 mesiace iba za 1€www.slovanet.sk**17. marca 2012****Výročia a udalosti**

novomenovaný pomocný biskup Bratislavskej arcidiecézy Jozef Hal'ko prijal biskupskú vysviacku.

**FÚKANÁ IZOLÁCIA
+ VZDUCHOTESNÁ PAROZÁBRANA****AXA - PROPERTY™**

zatepľovacie centrum

**PORADENSTVO
A KALKULÁCIE
ZDARMA****ISOCELL***Pracujeme kvalitne,
aj keď sa nikto nepozerala ...™*info@axaproperty.sk**0911 313 632**www.axaproperty.sk

Význam športovania pre diabetikov II

Druh fyzickej aktivity si každý môže vybrať podľa dostupnosti, obľúbenosti, podľa ročného obdobia. Najvýhodnejšie je zapojiť čo najviac svalových skupín.

Chôdza je najľahší a najdostupnejší spôsob telesnej aktivity. Je príkladom pohybu, pri ktorom sa spaľujú tuky (a k tomu je potrebný kyslík, preto sa nazýva aj aeróbnym pohybom). Ak je rýchlejšia (5-6 km/hod), účinnosťou ju možno prirovnať k cvičeniu strednej intenzity. Priaznivé ovplyvnenie metabolizmu sa dosahuje už po prejdení 2 km denne. Tri hodiny rýchlej chôdze sa vyrovnajú 1,5 hodine telesných cvičení. Je vhodná pre tých, ktorí s pohybovou aktivitou začínajú.

Pri cvičení vo vnútri je potrebné postupne zapojiť všetky svalové partie a dôsledne sa zamerať na nohy. Špeciálne pre diabetika je vhodné denne rozcvičovať aj prsty a plôšky dolných končatín.

Cviky sú jednoduché:

- otváranie a zatváranie prstov
- uchopenia malých predmetov – na príklad vreckovky alebo servítky položené na koberci,
- precvičovanie nôh - kotúľanie valca alebo fľaše plôškami nôh, čo súčasne slúži aj ako príjemná masáž chodidiel
- krúživé pohyby nôh v členkovom zhybe.

Všetky cviky zaberajú iba 5 minút, precvičovať ich možno aj pred televízorom, pri čítaní, oddychu, alebo pravidelne pred ľahnutím do postele.

Veľmi vhodné je aj striedanie teploty vody – pravidelne niekoľkokrát striedať teplú a studenú vodu dopadajúcu na nohy pri sprchovaní. Iba 5 minút takejto činnosti denne je veľmi účinnou prevenciou pred vznikom tzv. diabetickej nohy.

Čo necvičiť?

Diabetik bez zistených komplikácií, prakticky až na tzv. adrenalínové športy, nemá obmedzenia vo výbere. V prípade postihnutia obličiek (diabetická nefropatia) nie je vhodné cvičenie v posilňovni. Ak má pacient očné komplikácie (proliferatívna diabetická retinopatia) neodporúča sa behanie, loptové hry, squash, tenis, vzpieranie, box. Pri postihnutí nervových vlákien (diabetická neuropatia) treba sa vyvarovať behu a dlhým túram. Pri ochorení srdcovo-cievneho systému býva cvičenie limitované výkonnosťou pacienta.



» **MUDr. Adriana Ilavská, PhD., MBA, MPH**
Diabetologička, odborníčka na poruchy metabolizmu a výživy



DOBRÝ FESTIVAL 2020

12. A 13. JÚN 2020
PREŠOV – DELŇA

SEPULTURA · AMARANTHE · THERION · ORPHANED LAND

IMT SMILE

KALI A PETER PANN · HORKÝŽE SLÍŽE · KATARÍNA KNECHTOVÁ · CHIKILIKITUA · HELENINE OČI · GLADIÁTOR HEX · MEDIAL BANANA · AKUSTIKA · ANDY C



MOTORISTI POZOR!

OVEROVANIE TACHOGRAFOV





SERGIO S.R.O.
SABINOVSKÁ 33, 08221 VEĽKÝ ŠARIŠ, SLOVENSKÁ REPUBLIKA
0915 709 909
www.sergio.sk

DEKARBONIZÁCIA MOTORA VODÍKOM



Máte problém s EMISNOU KONTROLOU ?

Aplikácia možná na všetky motory s objemom od 250 do 75 000 cm³

Vhodné pre rôzne dopravné prostriedky: motocykle, osobné a nákladné auto - mobility, poľnohospodárske stroje, lode, atď.

Procedúra trvá 1 - 1,5 hod.

ODSTRÁŇOVANIE KARBÓNOVÝCH NÁNOSOV CEZ SACÍ TRAKT VŠETKÝCH TYPOV MOTOROV

Výhody DEKARBONIZÁCIE

Efektívne odstráni karbónové usadeniny z motora vrátane výfukového systému.

- Redukcia emisií CO₂ až o 70%
- Zníženie spotreby paliva
- Zlepšenie účinnosti a výkonu motora
- Zlepšenie akcelerácie a zvuku motora
- Zníženie dymivosti automobilu
- Podstatné predĺženie životnosti motora automobilu



SERGIO S.R.O. SABINOVSKÁ 33, 08221 VEĽKÝ ŠARIŠ, SLOVENSKÁ REPUBLIKA
0918 381 260
www.sergio.sk



Dom-byt-záhrada I

Prvá kontrola

Je po zime, koniec schovávaní sa vnútri, čaká nás pravidelný rituál. Skontrolovať, čo sa za uplynulé tri mesiace stalo s našim obydľím a jeho najbližším okolím.

Príprava domu na jar totiž ušetrí veľa starostí. Aj nákladov. Preto sa určite oplatí nepodceňovať ju. Pritom vôbec nejde o nejaké zložité a nákladné činnosti. Časovo by na to mal stačiť jeden víkend.

Začínáme s naozaj dôkladnou obhliadkou vonkajšku domu a jeho okolia. Mráz, aj keď tento rok nebol nejaký silný, mohol poškodiť napríklad obloženie, omietku alebo príjazdovú cestu. Zistíme stav, urobíme si poznámky, aký materiál treba dokúpiť. Prípadne, aké náradie budeme potrebovať na opravy.

Skontrolujeme povalu a pivnicu. Na povalu nesmie v žiadnom prípade zatekať, v týchto miestach sa navyše môžu uhniezdiť aj myši či kuny, ktoré priťahuje teplo. Keď už tam budete, skontrolujte či izolácia okolo komína je v poriadku a či nevidno nebudajú nejaké zotreté časti drevenej konštrukcie strechy. Pripravte priestor na kontrolu komínarom. Skontrolujte stav odkvapov, ak už tam ste, zaberie to iba pár minút, vyčistiť ich od napadaného lístia či usadeného machu. Treba tento systém pripraviť na možné jarne intenzívne le-

jaky. V pivnici skontrolujte predovšetkým múry, či v prípadných miestnych mrazoch nepopraskali, či sú neporušené pivničné okienka a tiež to, či nikde nič neplesnivie.

Akékoľvek porušenie tesnenia dverí alebo okien má za následok nielen úniky tepla a zbytočné výdavky, ale zlá ventilácia môže mať za následok rosenie a následnú tvorbu plesne. Po zime treba prinajmenšom umyť a skontrolovať predovšetkým garážovú bránu. Prezrite a očistite predokenné rolety alebo vonkajšie žalúzie. Ak je to potrebné, premažte im vodiace lišty či koľajnice podľa návodu výrobcu. Podlahu terasy alebo balkónu vytrite teplou vodou so saponátom, prípadne umyte vysokotlakovým čističom, podobnú jarňú očistu potrebuje aj záhradný nábytok.



» red

OKNA RADEK s.r.o.
PVC - HLINÍK - PARAPETY - ŽALÚZIE

**6 komorové okná
za CENU 5 komorových**

OKNÁ NA MIERU

150x150cm sklo k=1,0 5-komorový profil 155 €	120x150cm sklo k=1,0 5-komorový profil 120 €	180x150cm sklo k=1,0 5-komorový profil 175 €
210x150cm sklo k=1,0 5-komorový profil 190 €	240x150cm sklo k=1,0 5-komorový profil 245 €	

prelaj na späťky Quattro

Uvedené ceny sú s DPH.

**STAVEBNÉ PRÁCE • REKONŠTRUKCIE BYTOV
• ZATEPLOVANIE • GARÁŽOVÉ BRÁNY**

BETÓNOVÉ PLOTY desiatky vzorov
jednotná cena 13 €/m²

Prešov, podchod žel. stanice, Tel.: 051/773 20 73
Giraltovce, Dukelská 839, Tel.: 0948 832 836, 0907 689 908
e mail: oknaradek@pobox.sk, oknaradek1@gmail.com

PEKNÁ STRECHA
OPRAVY
VÝMENA
NÁTERY
STRIECH

lacno a kvalitne
tel.: 0908 842 631

**ZREALIZUJEME
VAŠE SNY O BÝVANÍ**

elektrikárske, stavebné, vodárenské práce

0908 084 340

TU mohla byť Vaša REKLAMA

Info: 0905 719 145

Renokom

ráno staré, večer už nové

MNOHO DVERÍ ČAKÁ NA SERVIS

PORTAS®

VÁM USPORÍ PENIAŽE ZA NOVÉ DVERE ALEBO NÁTER

- dlhá životnosť
- výborná údržba
- žiadne nátery
- široký výber verných napodobnenín dreva
- vhodné pre každé dvere a zárubne

Miloš Veverica - RENOKOM | DULOVÁ VES č. 100
milos.veverica@atlas.sk | 051/7798 333 | 0905 489 360

BITU FLEX s.r.o.

OBNOVA PLECHOVEJ a ETERNITOVEJ STRECHY

- odstránenie nečistôt
- vynikajúca nepriepustnosť vody
- vzhľad škridle
- nízka hmotnosť
- vysoká životnosť

Bituflexroznava@gmail.com

- 25 rokov záruka a dlhoročné skúsenosti
- zameranie zdarma
- bez zálohy
- kvalitný taliansky materiál zn. Index

0950 266 604

STAVEBNINY - ŠTRKY, PIESKY

Stavebný materiál od základov po strechu

stavebniny VYSNOVSKÝ

www.stavebninyvysnovsky.sk

Prevádzka: Chminianska Nová Ves a Kapušany (pri Slovnafte)

- Šalovacie dielce **od 0,99€**
- Presné tvárnice biele **od 0,99€**
- Cement multicem 42.5-25 kg - **3€**
- Štrky, piesky **od 16€ za tonu**

DOPRAVA do 10 km za 10€.

Dovoz stavebného materiálu do 24 h.

Ceny sú uvedené s DPH.

0907 140 671 | stavebninyvysnovsky@azet.sk

OBNOVA STRIECH

- ETERNITOVÝCH • PLECHOVÝCH
- PLOCHÝCH • KANADSKÝ ŠINDEL

RODINNÝCH DOMOV, PANELÁKOV A BYTOVIEK

BEZ DEMONTÁŽE!

SO ZACHOVANÍM PŮVODNEJ KRYTINY
BITÚMENOVOU LEPENKOU

- zameranie • odborné poradenstvo
- cenová kalkulácia na mieste **ZADARMO !!!**

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽLABOV

NAJLEPŠIA
CENA
NA TRHU
už 10 rokov



Slovenská firma

NON STOP linka
0944 720 932

- ZÁRUKA MIN. 20 ROKOV
- NAJLEPŠIA CENA
- ŽIADNA ZÁLOHA
- PRVOTRIEDNA KVALITA

obnova plochých striech technológiou **COPERNIT**
záruka minimálne 20 rokov

MONTTER**TERASY ZIMNÉ ZÁHRADY ZASKLENIE****Nám zima nevadí, objednať si pred sezónou a vyhnúť sa čakaniu.**

ANTRACIT 7016
HINEDÁ 8003
BIELA 9016

Zvýhodnená cena na tieto farby - **1. MONTÁŽ UŽ DO 10 DNÍ!**

PRÍSTREŠKY - TERASY ★ RÁMOVÉ - BEZRÁMOVÉ ZASKLENIE
TIENENIE NA STRECHY ★ SKLENENÉ STRECHY ★ STAVEBNÉ PRÁCE

Videá a fotky realizácií nájdete na: **www.montter.sk** 0919 370 730, 0919 383 363

**VYKUPUJEME
STARÉ KRESANÉ**
drevo, dosky,
hranoly, stodola,
humno, sýpka, pája

PONÚKAME AJ BÚRACIE PRÁCE
tel: 0908 795 502
info@staryhranol.sk

ŠTAHOVANIE
profi
SUVKA

Prešov
Dispečing SK - 0950 333 222
www.stahovanie-profi.sk

objednávky sa prijímajú **telefonicky aj cez web****PIZZA Maxim**

DONÁŠKOVÁ SLUŽBA

ČSL. ARMÁDY 29, PREŠOV

0940 70 80 90, 0940 80 77 80
www.pizza-maxim.sk

**PREDAJ DREVENÝCH
BRIKIET RUF**

1 tona - 170 €

10 kg - 1,90 €

Tel.: 0949 064 523

Mail.: stavbyvychod@gmail.com



SANDYSK REKONŠTRUKCIE
S.R.O. DOMOV A BYTOV

**STROJOVÉ SADROVÉ
OMIETKY**

0917 143 350 - 0907 534 849
peto.michel1980@gmail.com

www.TonerPartner.sk

ZĽAVA
10%

na kompatibilné náplne

ZĽAVA
3%

na originálne náplne

Ako získate zľavu?

Pri objednávke v e-shope **www.tonerpartner.sk** zadajte v nákupnom košíku zľavový kód
PRESOVSKO a získate zľavu 10% na kompatibilné náplne a 3% na originálne náplne.

Najúčinnnejší a najšetrnejší spôsob, ako aj zo starého hrobu urobiť dôstojné miesto posledného odpočinku.

ČISTENIE HROBOV**Zimná akcia!! Využite nízke ceny na začiatku sezóny!**Jednohrob ~~80€~~ **65€** Dvojhrob ~~140€~~ **100€**Ochranný náter **ZDARMA** Doprava **ZDARMA**Obnova písma ~~1,2€~~ **1€**/znakDosekávanie písma ~~8€~~ **5€**/znak**Cena platí pri objednaní do 31.3.!!**

Ing. Miroslav Greisiger

www.cisteniehrobu.sk

0919 205 521

0940 653 651

Za 7 rokov sme v Prešovskom kraji navštívili už **350** miest a obcí a urobili radosť viac
ako **1300** spokojným zákazníkom. Stavte na skúsenosti a kvalitne odvedenú prácu.



Príjme na prácu v SR
ZATEPLOVAČOV MURÁROV
PLAT: od 6,00€/hod.
tel.: **0917 393 957**

TU mohla byť Vaša reklama
Info: 0905 719 145

PONUKA PRÁCE
od 5€ do 7€
Pre **JEDNOTLIVCOV**
aj **PARTIE** na pozíciu
FASÁDNIK
0919 276 473

PRÁCA PRE KAŽDÉHO
VÝHODNÉ PLATOVÉ PODMIENKY

- Balenie produktov / ČR
- Pracovník plastovej výroby / ČR
- Montážne práce/ ČR

Ponúkame aj prácu pre **ZDRAVOTNÉ SESTRY** a **OPATROVATEĽKY** do Nemecka. ZVOTOPISY ZASIELAJTE NA: **nemecko@modd.sk** - 0917 650 018

UBYTOVANIE a DOPRAVA hradené
VHODNÉ PRE **MUŽOV, ŽENY** aj **PÁRY**

www.vykupvlasov.eu
Výkup nefarbených vlasov od 40 cm.

Tel.: 0949 212 885
Facebook: vykupvlasov.eu
Instagram: Vlasenkarky

Spoločnosť **TOMARK, s.r.o.**
so sídlom v **Prešove**, na ul. Strojnícka 5
prijme

ZVÁRAČOV CO2
NA ZVÁRANIE OCEĽOVÝCH KONŠTRUKCIÍ

Požadujeme:

- manuálnu zručnosť, presnosť a precíznosť
- základný kurz zvárania Z-M1
- prax na pozícií zvárača

Ponúkame:

- Spoluprácu na živnosť
- Odmenu závislú od množstva a kvality vykonanej práce od 7,62€/ hod. - 12€/ hod. + príplatky.
- Nástup možný ihneď.

Kontakt:
personalne@tomark.sk
051 74 80 589, 0914 330 114
www.tomark.sk

FERE
NÁKUP A PREDAJ DRUHOTNÝCH SUROVÍN ZA KALVÁRIOU 3, PREŠOV

VYKUPUJEME
MEĎ, MOSADZ, BRONZ, HLINÍK, PILINY Z FAREBNÝCH KOVOV, OLOVO, CÍN, NEREZ, ŽALÚZIE, HLINÍKOVÉ PLECHOVKY, MEĎENÉ KÁBLE, HLINÍKOVÉ KÁBLE, PAPIER

VÝHODNÉ CENY - Pri väčšom množstve ceny dohodou
Tel.: 0905 962 799, 0915 658 107

15. marca 1848
vypukla **revolúcia** v **Rakúsko-uhorskej monarchii.**

Výročia a udalosti

ZENIT
POLYKARBONÁTOVÉ DOSKY

Zľava **-20%** na **komôrkové** dosky **10mm**
Zľava **-25%** na **plné** dosky

Od 6,99 €/m² s DPH

Viac informácií na:
eshop.zenitsk.sk/akcia **KOŠ: +421 46 5430 771** **KOŠICE: +421 55 6254 006**

ZĽAVY AŽ -25%

BALKÓNY • ZIMNÉ ZÁHRADY • PERGOLY

balkóny rámové



splátky od 49 €

balkóny bezrámové



splátky od 98 €

zasklievanie terás



splátky od 98 €

zimné záhrady



splátky od 149 €

hliník. prístrešky



splátky od 99 €

JARNÁ AKCIA

ZĽAVY AŽ DO 25%

Možnosť výhry 250 €

oblastné zastúpenie pre východný región
0918 973 129 | **www.balkona.eu**

Ku každej objednávke darček | Možnosť splátok s 0% úrokom

BALKONA
BALKONOVÉ A OKENNÉ SYSTÉMY

PO20-11 strana- 7

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

Kúpim jelenie, srnčie, danielie zhody a trofeje.

tel. 0940 723 073
trofejeeu@gmail.com

Okenné sušiaky

Montáž bez narušenia fasády alebo okenného rámu

AKCIA - 25% do konca mesiaca

0944 556 070
www.susiakynaokna.sk

Spôsobujú vám schody problém?



5 ROKOV

Stannah

Stannah Vám ponúka stoličkové výťahy na všetky typy schodísk.

ŽTP občanom poradíme, ako získať na zakúpenie štátny peňažný príspevok.



Viac ako 600 000 Stannah zákazníkov na svete

Zavolajte na naše
bezplatné telefónne číslo
0800 162 162
www.stannah.sk

Sme priami výrobcovia a špecialisti na najpredávanejšie stoličkové výťahy na svete!

PRIJMEME ucelené partie

MURÁROV

na výstavbu rodinných a bytových domov v Belgicku

- Práca na živnosť
- Práca na úkol (3.500 - 4.500 €/mes.)
- Ubytovanie zabezpečené a hraďené
- slovensky hovoriaci kolektív
- Nástup ASAP

ZU-COM, s.r.o.
Tel.: 0917 860 693

PRÁCA V ČR
PLAT: OD 850 DO 1300 EUR

- OPERÁTOR VÝROBY
- VODIČ VZV
- PRÁCA S POČÍTAČOM
- HORIZONTKÁR CNC
- ZVÁRAČ CO2
- ZORAĐOVAČ

Bezplatná infolinka: 0800 500 091
www.konstrukter.sk - nabor@konstrukter.sk

ECO Energy®
energetické poradenstvo

NAŠA FIRMA ZABEZPEČUJE KOMPLETNÚ ADMINISTRÁCIU PRE ZÍSKANIE DOTÁCIÍ

POTVRDENÉ NAŠIMI ZÁKAZNÍKMI !!!

Ako jediný na trhu Vám prinášame možnosť splatiť si Vaše nové zariadenie, ktoré Vám bude celý život šetriť Vašu peňaženku. Toto zariadenie si navyše splatíte z ušopených financií, ktoré by ste aj tak zaplatili za nákup elektrickej energie.

- 3 ploché kolektory, 300l bojler v cene
- návratnosť investície 2-3 roky
- kompletná konštrukcia na strechu + pripojovacie potrubie
- spoločne pokryje spotrebu teplej vody od marca do októbra

Aj na splátky 21,15€ x 96 mes. 1690€ vrátane montáže

Možnosť na splátky na celý sortiment až na 5 až 8 rokov

CHCETE VYUŽÍVAŤ SLNEČNÚ ENERGIU NA MAXIMUM?

Teraz už môžete vďaka neobmedzenej virtuálnej batérii, z ktorej čerpáte elektrickú energiu pre celú Vašu domácnosť večer aj ráno. Spotrebujete ju dokonca ešte skôr ako ju vyrobíte, stačí keď ju vrátite počas roka.

www.ecoenergy.sk • info@ecoenergy.sk infolinka: 0800 909 909, 0948 930 940

Virtuálna batéria s neobmedzenou kapacitou u nás

Nemusíte si kupovať vlastnú fyzickú batériu

~ vaša spotreba elektrickej energie
■ vaša výroba
■ váš prebytok
■ vlastná spotreba z výroby
□ nedostatok vlastnej elektriny

nedostatok prebytok nedostatok

ráno poludnie večer

Fotovoltaická elektrárňa 3000 Wp

- pozostáva z 10 panelov + menič
- + zdarma virtuálna batéria s neobmedzenou kapacitou
- montáž na kľúč, návratnosť investície 4-5 rokov
- ročná výroba el. energie 3500 kWh
- Zvýšok životnosti elektrárne viac ako 25 rokov máte vami vyrobenú elektrinu úplne zdarma

3089€ vrátane montáže

Aj na splátky 38,66€ x 96 mes. 25 ROKOV

ENVIROTHERM
www.envirotherm.sk
info@envirotherm.sk

tel: 0909 150 150

Pre všetky kotly platí:

emisia trieda 5

Uvedené ceny sú s DPH.

Ceny kotlov emisnej triedy 5, sú uvedené po odrátaní štátnej dotácie, bez montáže.

VIADRUS

- záruka 10 rokov
- účinnosť až 91%
- nízka spotreba paliva

Výkon v kW	Doporučená vykurovacia plocha	Cena *
16 kW	150 m²	1 €
21 kW	220 m²	35 €
25 kW	290 m²	79 €
30 kW	350 m²	150 €

ATMOS

Splyňovací kotol ATMOS DC 18 S kW

Výkon v kW	Doporučená vykurovacia plocha	Cena *
18 kW	200 m²	199 €
25 kW	290 m²	380 €
30 kW	350 m²	457 €

MCE

Automatický kotol drevo a pelety MCE V7 PLUS PELLET

Vysoká účinnosť kotla nad 91%

Výkon v kW	Doporučená vykurovacia plocha	Cena *
19 kW	270 m²	999 €

VIGAS

Splyňovací kotol VIGAS. Vysoká účinnosť kotla nad 91%.

Výkon v kW	Doporučená vykurovacia plocha	Cena *
18 kW	200 m²	199 €
25 kW	290 m²	380 €
30 kW	350 m²	457 €