

SPIŠSKO

SPIŠSKONOVovesko-LEVOČSKO-GELNICKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 32 750 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Kúpim guľatinu

DUB, ORECH
a lesy nad 5 ha.

Dub 40cm+ 220€/m³

Orech 40cm+ 150€/m³

stefan@pristas.sk

0905 805 184, 0915 546 527

Platba
v hotovosti!+421 905 869 992
+421 53 4464 014

SPA • Liečba kožných problémov
• Ozónoterapia • Hydromasáže
• Kúpanie • Fúkание • Strihanie
• Trimovanie • Čistenie očí, uší
• Skracovanie pazúrikov
• Výstavná úprava
• Poradenstvo a iné

www.salon-dino.webjet.sk

Fabiniho 816/10C, Spišská Nová Ves



NAJLEPŠIE
výkupné ceny

0918 593 240
vykup-kozi.sk

Po dohode,
aj prideme

viac ako
25 rokov

NECHOĎ DO ZAHRANIČIA, ZOSTAŇ S RODINOU

POĎ PRACOVAŤ K NÁM

NOVÝCH KOLEGOV HĽADÁME NA TIETO ČINNOSTI:

- montáž na linke alebo samostatná montáž v bunke
- balenie a kontrola kvality výrobkov
- spájkovanie
- obsluha lisov a CNC strojov
- vykonávanie testov - elektrických a tlakových

MZDA PRI NÁSTUPE: 693 €

PO SKÚŠOBNEJ DOBE: 739 €

PRIEMERNÁ HRUBÁ MZDA: 910 €

- ✓ Dochádzkový bonus 50 € mesačne
- ✓ variabilná zložka mzdy pre novonastúpených zamestnancov do 37 € mesačne
- ✓ príplatky
- ✓ príspevok na dopravu 50 % z cien verejnej dopravy
- ✓ bonus po odpracovaní 1 roka vo firme - 760 € ročne
- ✓ množstvo iných benefitov





KONTAKT

Životopis môžete poslať e-mailom na
praca@nidec-ga.com alebo doručiť
osobne na vrátnicu spoločnosti.

VSTAVANÉ SKRINE!



ZĽAVA
-40%
až do

EXTRA BONUS - 300 €
0911 646 960 nonstop linka

www.skrinesosna.sk

firma SOSNA | 0911 646 960, 0907 066 581



KLAMPIARSTVO

0904 121 559 | www.tulis.sk

KLTP

Staňte sa súčasťou úspešnej firmy s dlhodobou tradíciou!

Do nášho tímu **STIEBEL ELTRON Slovakia** (bývať aj zahraniť - ohrievače vody)
hľadáme šikovných pracovníkov na pozície:

- Výrobný pracovník pri výrobe ohrievačov vody
- Montážny pracovník pri výrobe tepelných čerpadiel
- Smaltár
- Strihač - lisár
- Zvárač

Základná hodinová mzda je **4,50 € brutto/ hodina** v závislosti od pracovnej pozície.
Po skúšobnej dobe vypláca sa podľa skutočnej pracovnej pozície.

Plat počas skúšobnej doby: **900 € až 1 100 € brutto** v závislosti od pracovnej pozície.Plat po skúšobnej dobe: **950 € až 1 200 € brutto** v závislosti od pracovnej pozície.

Zamestnanec má nárok na dovolenkový a vianočný príspevok.

Ak Vás naša ponuka zaujala, pošlite nám štruktúrovaný životopis na e-mailovú adresu:
jana.kuci-burkova@stiebel-eltron.sk. Bližšie informácie na tel. Ex. 052/71 27 235.

Zamestnanecké výhody, benefity

- príspevok zamestnávateľa na doplnkové dôchodkové poistenie
- vianočná a dovolenková odmena
- zvýhodnený predaj firemných výrobkov
- firemné spoločenské posedenia (vianočný večerok, family day, deň detí)
- príspevok na dopravu podľa počtu km
- odmena pri odchode do dôchodku a narodení dieťaťa
- firemné športové aktivity

Popis spoločnosti:

STIEBEL ELTRON Slovakia, s.r.o. je výrobcom elektrických, kombinovaných a solárnych ohrievačov vody a tepelných čerpadiel.

STIEBEL ELTRON

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA

0905 719 139



Prijmeme
na dlhodobú
spoluprácu!
ELEKTRIKÁROV
a
**POMOCNÝCH
ELEKTRIKÁROV**
do Nemecka.
2500 - 3000 € /mesačne
V prípade záujmu
nás kontaktujte na tel. čísle:
+421 944 016 775

KANADSKÁ IZOLÁCIA FÚKANÁ IZOLÁCIA





AXA - PROPERTY
zatepľovacie centrum

*Pracujeme kvalitne,
aj keď sa nikto nepozerala ...*



info@axaproperty.sk 0911 313 632 www.axaproperty.sk



27. novembra 1095 **Výročia a udalosti**
pápež Urban II. vyhlásil prvú krížiacu výpravu.

29. novembra 1877 **Výročia a udalosti**
Thomas Alva Edison prvý raz predstavil svoj fonograf na verejnosti





Čítajte nás:



Inšpiruj svoje zmysly Plne elektrická Kia EV6.





Movement that inspires

Vďaka globálnej modulárnej platforme a veľkej batérii môžeš model EV 6 využiť ako mobilný zdroj energie pre svoje každodenné voľnočasové aktivity. Túto funkciu nazývame napájanie externých spotrebičov z vozidla(V2L). Vozidlo je schopné dodávať elektrický výkon až 3,6 kW, takže môže slúžiť ako pomocník pri kempovaní, premietaní filmov či pri nabíjaní iných elektromobilov.

Metis (Slovensko) spol. s r.o.
Duklianska 36, 052 01 Spišská Nová Ves
Tel.: +421 918 424 390
www.metis-sk.sk

Bližšie informácie o ponuke sa dozvieš u každého autorizovaného predajcu Kia. Kombinovaná spotreba 16,6 kWh/100 km, emisie CO₂: 0. Technické údaje sa môžu líšiť v závislosti od modelu a výbavy vozidla. Vplyv na spotrebu energie má aj štýl riadenia, netechnické činitele a aktuálny stav vozidla. Záruka na vozidlo 7 rokov alebo 150 000 km, podľa toho, čo nastane skôr, prvé 3 roky bez obmedzenia km. Obrázok je ilustratívny



SN21-47 strana- 2

Eurotelevízia

ako darček pod stromček



Darčkové
ročné
predplatné
65,79 €

Darčkové
polročné
predplatné
33,54 €

Darčkový set objednávaťe:

✉ predplatne@mafraslovakia.sk

📍 www.eurotelevizia.doschrany.sk

☎ +421 917 238 238

Darčkové predplatné je možné zakúpiť ročné aj polročné. Ročné predplatné zahŕňa doručenie 50 vydaní týždenníka Eurotelevízia plus jedno dvojčíslo. Polročné predplatné zahŕňa doručenie 25 vydaní týždenníka Eurotelevízia. Darčkové predplatné je možné objednať od 1. 11. 2021 do 22. 12. 2021. Platba za objednávku musí byť zrealizovaná najneskôr do 15. 12. 2021. Predplatné zakúpené po dátume 15. 12. 2021 nebude zasielané spolu s darčkovou krabičkou, ale len vo forme vianočného voucheru, ktorý bude zasielaný iba e-mailom. Ak chcete obdarovať svojich blízkych, je potrebné na www.hnkonto.sk pri nákupe predplatného rozlíšiť údaje platcu, t. j. osoby, ktorá produkt uhradí (tzv. fakturačné údaje), a údaje obdarovanej osoby, ktorej bude časopis doručovaný na adresu (tzv. dodacia adresa). Darčkový set bude zaslaný na adresu platcu a predplatné časopisu bude zasielané na adresu obdarovaného. Predplatné z tejto ponuky sa začína od vydania 01/2022, ktoré vychádza 30. 12. 2021.

SPIŠSKO

SPIŠSKOMNOVÉSKO-LEVOČSKO-GELNICKO

Redakcia: Bajkalská 3852/20
POPRAD
spisko@regionpress.sk

REGIONPRESS

Vydavateľ:
REGIONPRESS, s.r.o.
Pekárska 7489/40A, 917 01 Tmava
IČO: 36252417
reg. MKSR EV 3676/09

INZERCIA

Jana Furmaniková 0905 719 139

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

DISTRIBÚCIA (32.750 domácností)**párny týždeň:**

Smižany, Levoča, Domaňovce, Spišské Podhradie, Spišský Hrhov, Spišský Štvrtok, Gelnica, Novoveská Huta, Spišská Nová Ves, Danišovce, Harichovce, Hrabušice, Iľašovce, Jamník, Krompachy, Letanovce, Lieskovany, Markušovce, Odorín, Spišské Tomášovce, Spišské Vlachy, Spišský Hrušov, Teplička

nepárny týždeň:

Smižany, Levoča, Domaňovce, Spišské Podhradie, Spišský Hrhov, Spišský Štvrtok, Margecany, Prakovce, Spišská Nová Ves, Danišovce, Harichovce, Hrabušice, Iľašovce, Jamník, Krompachy, Letanovce, Lieskovany, Markušovce, Odorín, Spišské Tomášovce, Spišské Vlachy, Spišský Hrušov, Teplička

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	86.750	Bratislavsko Východ
BZ	87.350	Bratislavsko Západ
DS	33.080	Dunajskostredsko
GA	31.290	Galantsko+Šaliansko
HC	28.510	Hlohovecko+Sereďsko
KM	16.370	Komárňansko
LV	31.310	Levicko
MA	27.450	Malacko
NR	54.930	Nitriansko
NZ	34.140	Novozámocko
PK	18.210	Pezínsko
PN	42.810	Piešťansko+NM+MY
SC	27.920	Senecko
SE	34.570	Senicko+Skalicko
TO	40.560	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59.430	Trenčiansko+DCA+HL
TT	46.550	Tmavsko
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
PB	28.230	Považsko=PB+PU
PD	41.340	Prievidsko
ZV	39.560	Zvolensko+DT+KA
ZH	27.490	Ziarisko+ZC+BS
ZA	52.120	Žilinsko+BY

Východné Slovensko

BJ	33.870	Bardejovsko+SK+SP
GE	28.710	Gemerisko=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	Popradsko+KK
PO	48.090	Prešovsko+SB
SN	32.750	Spišsko+LE+GL

**Občianska
riadková
inzercia****01 AUTO-MOTO / predaj****02 AUTO-MOTO / iné**»Kúpim starý traktor aj po-
kazený 0905675749**03 BYTY / predaj****04 BYTY / prenájom****05 DOMY / predaj****06 POZEMKY / predaj****07 REALITY / iné****08 STAVBA**»Kúpim haki lešenie, 0908
532 682W**09 DOMÁCNOSŤ****10 ZÁHRADA A ZVERINEC**»Darujem 6 mesačné
mačiatka, aj doveziem,
0949469837**11 HOBBY A ŠPORT**»Predám stacionárny bi-
cykel ENERGETICS 55 EURO
0908 653 494»Predám manuálny bežec-
ký pás SAPPHIRE 90 EURO
0908 653 494**12 DEŤOM****13 RÔZNE / predaj****16 ZOZNAMKA**

»Som rozvedená mám 56 rokov dve dospelé deti to-
uto cestou si hľadám priateľa
len vážne 0948 448 180čoch,
0907910755
»Hľadám na vzťah sympatickú
žienku vo veku od 37 do 40 rokov.
0902 627 670

**Chcete si
podať riadkový
inzerát?**

Pošlite SMS na číslo

8866 v tvare:

RPmedzera SN medzera
Číslo rubrikymedzera Text
inzerátu

Príklad:

RP SN 12 Predám kočík,
0987 654 321.

Spätnou SMS vám potvrdíme
prijatie inzerátu a jeho cenu,
ktorú vám vyúčtuje váš mo-
bilný operátor. Cena je **0,60 €**
s DPH za každých začatých 30
znakov textu vášho inzerátu
vrátane medzier. Nič iné neúč-
tujeme. **Upozornenie! Služba
nefunguje u operátora 4ka.**
TIP 1: Ak chcete inzerát na viac
týždňov, pošlite rovnakú sms
tolkokrát, v kolkých týždňoch
chcete inzerovať.

TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť
v ľubovoľných iných našich no-
vinách, SN zameňte za skratku
novín, ktorú nájdete na zad-
nej strane vľavo dolu. Službu
PlatbaMobilom.sk technicky
zabezpečuje ELET, s.r.o.

LekáreňPlus.sk ←
**ANTIGÉNOVÉ TESTY
SKLADOM!!!**
Vianočné respirátory FFP2
Objednávaj na → **www.lekarenplus.sk**

**RECYKLÁCIA
STAVEBNÉHO ODPADU
ZBERNÝ DVOR**
pristavíme kontajner
odvezieme
zrecyklujeme
RADLINSKÉHO 20
0905 495 585
**BETÓN, PANEĽY, TEHLY,
ASFALT, ZEMINA**
www.prachnar.sk | V areáli Beton-Spišu, Spišská Nová Ves

DOMÁCA ZABÍJAČKA?

Črevá, koreňiny,
mäsiarenske náradie
nakúpíte na e-shope

klobásky.sk



Ponuka práce
pre rôzne pozície

**RAKÚSKO
NEMECKO
STAVBÁR**

2500 - 3000 €/ mesiac.
Nástup ihneď.

Kontaktujte nás na tel. čísle:
+421 944 016 775

SERVIS OKIEN A VÝMENA TESNENIA**S NOVÝM TESNENÍM UŠETRÍTE AŽ 25% TEPLA**

- ♦ KVALITA ZA ROZUMNÚ CENU
- ♦ NASTAVENIE A PREMAZANIE
- ♦ PLASTOVÉ AJ EUROOKNÁ

OBHLIADKA A PRÍCHODNÉ ZDARMA

**www.oknorenova.sk**

Pavol Juščák
Hrabušice 32

Viac info a objednávky:
tel.: 0902 111 773

ŠTRKY · PIESKY · UHLIE

- štrk betonársky (0-22)
- piesok betonársky (0-4)
- drvené kamenivo (všetky frakcie)
- piesok obsypový (0-1)
- betónové skruže

**ZEMNÉ PRÁCE****UHLIE STÁLE SKLADOM (BILINA, MOST)**

Pre viac info volajte: **0907 519 566**

www.prachnar.sk | Radlinského 17, Spišská Nová Ves

VŔTANIE STUDNÍ
 Vŕtanie priemerom
 191mm alebo 160mm

*Jesenná akcia
 až do
 20%*

Tel.: **0944 544 635**

NA PREDAJ:

■ **Briketa valec**
 z tvrdého dreva
249 € | Paleta

■ **Peletky**
235 € | Tona

Dovoz alebo osobný odber.

0948 171 551
0905 573 552

www.peletkyspis.sk

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

VYPRATÁVANIE
 DOMOV, BYTOVÝCH
 A NEBYTOVÝCH PRIESTOROV
 pivnice, povaly garáže, sklady...

RUČNÉ BÚRACIE A VÝKOPOVÉ PRÁCE

0903 640 759
www.vypratavaniecistenie.sk

Najčítanejšie
 regionálne
 noviny

**REGION
 PRESS**

KOMINÁRSTVO
KRBY-SPIŠ

✓ ČISTENIE
 ✓ KONTROLA
 ✓ VLOŽKOVANIE
 ✓ FRÉZOVANIE

Gorkého 22
 Spišská Nová Ves
0914 246 696
 0911 175 385
 053-44 10 782
 kominarstvokrbyspis
 krby-spis.sk

**REVÍZNE
 SPRÁVY**
 KU KOLAUDÁCI

Nepožičali Vám v banke?

My Vám požičiame!

Rýchlo, jednoducho a bez poplatkov!

Nájdete nás: Duklianska 32, Spišská Nová Ves
 (bývalé poľské potraviny oproti Kauflandu)

PÔŽIČKY
 od 350€
 do 40000€

0910 855 556



Kokosová kocka

-20%

~~4.99~~
3.99
• (1 kg = 8,31)



Orechové/
Škoricové rožky

bez éčok

od pondelka
29. novembra

-16%

~~2.99~~
2.49
• (1 kg = 6,23)



Rodinné oblátky
• rôzne druhy

Supercena

130 g
0.75
• (100 g = 0,58)



Smotana
na šľahanie
• 33 % tuku

-24%

~~0.99~~
0.75
• (l = 3,00)



-46%

~~1.29~~
0.69
• (l = 0,46)

Vinea
• rôzne druhy



Bryndza

Supercena

125 g
0.89
• (100 g = 0,71)



Pšeničná múka
• rôzne druhy

-40%

~~0.65~~
0.39



Arašidy
• nelúpané

1 kg
2.99



Maslo

Supercena

200 g
1.39
• (100 g = 0,70)

* Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

** Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania cien dňa 21. 10. 2021.

Ponuka tovaru platí od 29. 11. do 5. 12. 2021 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný len v obvyklom množstve.

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



Pozor, prichádzame o empatiu!

Byť empatickým znamená, že máme vrodenu schopnosť sa vcítiť do druhých a vnímať ostatných ľudí. Byť empatickým je oveľa viac, než byť len veľmi citlivým. Empatia je schopnosť porozumieť citom a vnímať pocity druhého človeka. Pramení zo sebauvedomenia.

Čím otvorenejší ste k vlastným emóciám, tým dokážete lepšie rozoznávať a rozumieť city iných ľudí. Nemenej dôležitým predpokladom je schopnosť a vôľa počúvať. Vcítanie, vcítovanie sa, alebo empatia, je prenášanie sa do sveta predstáv druhého, do jeho emócií, spôsobu myslenia a postoju. Vcítanie je zložitý emocionálny proces či schopnosť premietnuť svoje vlastné „ja“ do psychického obrazu inej osoby tak, že nastane súznenie a následné porozumenie postupujúce od emotívnej k racionálnej rovine. Vcítovanie sa je podmienujú možnosť chápania druhého. Lenže, sú tu aj takí, o ktorých by sme v podstate mohli pokojne hovoriť ako o ľuďoch bezcitných. Tí, ktorým empatia chýba. Človek s nižšou empatiou nehľadá na následky svojich rozhodnutí či činov. Nie vždy bude pozeráť na možné názory a pocity človeka, ktorému

uštedrí hodnotenie, prípadne ranu pod pás.

Empatický človek ani nemusí vedieť, čo to empatia je. Ak sa však rozvoju empatie dostatočne nevenujeme, začíname sa prejavovať čoraz ľahostajnejšie. Za posledných 20 rokov sa empatia výrazne znížila. Vytláča ju oveľa módnejšia nevšímavosť, surovosť, ignorancia a arogancia. Na všetkých stupňoch riadenia a vo všetkých vrstvách spoločnosti. Lebo je to módne, lebo hlupáci si zamenili empatiu za slabošstvo. Lebo hlupáci nikdy nemali k vcítovaniu sa do situácie iných nejaký pozitívny vzťah. Lebo hlupáci sú presvedčení, že na svete sú iba oni, potom oni, potom dlho nikto a napokon zas iba oni. Módnosť sa neuveriteľne rýchlo šíri. Tak, ako módne tepláky, tak aj bezcitnosť. A nemyslíme si, že bezcitnosť je iba surovosť. Je to aj bezohľadnosť. Tupá bezohľadná potreba presadzovať svoje ja. Iba to svoje.

A to je viac ako iba smutný jav. Pokojný vstup do empatického adventu, milí čitatelia!

» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor



Anti

32 rokov žijeme v demokracii. Nie je ideálna. Narušajú ju skorumpovaní politici a mafiáni.

Demokracia je nebezpečná sama pre seba.

V histórii sa viackrát stalo, že umožnila fašistom alebo komunistom vykrikoval ich heslá a agitovať ľudí - až kým nevyhrali voľby a demokraciu jednoducho zrušili. Dnes majú extrémisti a rôzni blázni aj iné možnosti ako iba demonštrovať na ulici. Na destabilizáciu spoločnosti môžu používať internet alebo mobilné telefóny. Sú to rôzne „anti“ skupiny, ktoré nájdu nepriateľa a bojujú proti nemu. Nepriateľ ani nemusí reálne existovať, oni sa však potrebujú organizovať, kričať a bojovať. V skutočnosti bojujú s vlastnou hlúposťou alebo komplexmi. Niekedy sa prejavujú nenávisťnými útokmi na internete, inokedy útočia aj fyzicky - na futbalových štadiónoch alebo bez rúška v obchodoch. Otravujú tak ostatných normálnych ľudí, predavačky aj policajtov. Potrebujú robiť okolo seba cirkus, natáčať si hrôzostrašné videá a dávať ich na sociálne siete. Kto vie, či to majú z vlastnej hlavy, alebo ich platia politici a mafiáni, ktorým hrozí väzenie a vedľa, že ich už môže zachrániť iba revolúcia. Mám veľ-

kú obavu z koalície FIKOPEKO - Fico, Kolár, Pellegrini, Kotleba.

Aj ja som proti niektorým veciam - korupcii, násiliu, vojnám alebo znečisťovaniu životného prostredia. Môžem si vybrať nejakú skupinu anti demonštrantov a ísť proti nim bojovať. Alebo sa môžem snažiť o slušnosť, poctivosť, pokoj, mier, spoluprácu, čisté vzťahy a ochranu prírody. Slovo boj možno ani nie je na mieste. Dobré veci sa majú robiť v tichu a s láskou v srdci. Tí, čo hulákajú, prišli iba rozbíjať a ničiť. Tí, čo stavajú, nepotrebujú nenávisťné pokriky. Bolo by dobré, keby sme mali viac ľudí za **dobro**, ako tých anti kriklúňov. Som dosť antisystémový človek. Nemám veľmi v láske štát a úradníkov, ktorí nám komplikujú život. Nezabavíme sa ich však tým, že im budeme nadávať. Potrebujeme prebrať niektoré ich funkcie na seba a obmedziť im tak pole pôsobnosti. Naše zdravie, podnikanie, pomoc núdnym alebo vzdelávanie detí nepatria štátu. Venujeme sa im - bez zbytočného kriku.



» Ján Košťuriak

30. novembra 1939 Výročia a udalosti

Zimná vojna: sovietske vojská vstúpili do Fínska a postúpili k Mannerheimovej línii

1. decembra 1835 Výročia a udalosti

Hans Christian Andersen publikoval svoju prvú knihu rozprávok

Výročia a udalosti

3. decembra 1973 Výročia a udalosti

Program Pioneer: Pioneer 10 poslal prvé snímky Jupitera zblízka

OKNASKLADOM.SK

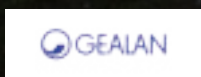
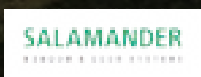
NEBAVÍ VÁS DLHÉ ČAKANIE?

Potrebujete nové okná **IHNEĎ?**

6-komorový profil 81mm stavebná hĺbka

UŽ čakať nemusíte, u nás máme OKNÁ SKLADOM

0944 520 556



Poprad, cesta E18, areál Autobazáru Active Auto

S	5	3			4	7			
U		4	7	6	2				
D				1		3			
O	9								
K			2					6	1
U	6	1							4
		5	6					9	7
	1	9					3		
						1	4		

S		2						9	
U		4			9	7		1	8
D	1				2		4		
O			6		4	5			
K				1					
U	8			5				6	7
									9
		9	4	6	8				2

Realizujeme

STROJOVÉ POTERY

0948 300 988

FRÉZOVANIE a VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

> revízie komínov ku kolaudáciám RD

> frézovanie a vložkovanie komínov

> strojové čistenie zadechtovaných 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

BEZPEČNOSTNÉ DVERE

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

DUB MATNÝ

ČEREŠŇA MATNÁ

ORECH MATNÝ

DUB VZOR

ČEREŠŇA VZOR

BIELE VZOR

AKCIA 400€

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

0905 468 802

KEŽMAROK, Hlavné námestie 78

Otvorené: Po-Pia: 9⁰⁰-17⁰⁰

Autoimunitné poruchy a CBD

Autoimunitné poruchy patria medzi problémy, ktoré postihujú čoraz väčšiu časť populácie. Celkovo postihujú 5 až 7 percent ľudstva, v rozvinutých krajinách však býva tento podiel vyšší. Momentálne je popísaných už viac ako 100 diagnóz, ktoré sa radia do skupiny autoimunitných ochorení.

Spoločným znakom autoimunitných chorôb je, že sa náš vlastný imunitný systém omylom zameriava na naše zdravé tkanivá a náš organizmus dostáva signály, aby proti nim bojoval. Môže sa to diať v takmer v každej časti tela – týmito poruchami môže byť postihnuté naše srdce, mozog, nervy, svaly, pokožka, oči, kĺby, pľúca, obličky, žľazy, tráviaci trakt a cievy. Medzi najčastejšie autoimunitné poruchy patria:

- Celiakia
- Crohnova choroba
- Lupus
- Psoriáza
- Cukrovka 1. typu
- Skleróza multiplex
- Addisonova choroba
- Grevesova choroba
- Reumatoidná artritída

Spríevodným znakom autoimunitnej poruchy je vznik zápalu, častokrát na viacerých miestach zároveň. Presná príčina autoimunitných porúch nie je známa a zrejme ide o kombináciu genetických a vonkajších faktorov. To ovplyvňuje aj možnosti liečby. Pri väčšine nie je možné úplne vyliečenie.

Každé autoimunitné ochorenie je vážnou poruchou, ktorú treba riešiť s lekármi. Viacerí pacienti potýkajúci sa s problémami spôsobenými autoimunitnými chorobami skúšajú popri liečbe hľadať úľavu, ktorá by zmierňovala sprievodné nepríjemnosti. Jednou z alternatív takejto úľavy je aj kanabidiol, teda CBD.

CBD má pri ľuďoch trpiacich autoimunitnými ochoreniami viac dôvodov, pre ktoré si ho vyberajú. Prvým je, že medzi známe účinky CBD patrí modulácia imunitných reakcií. CBD pôsobí na receptory tzv. endokanabinoidného systému, ktorý máme všetci v tele. Napríklad štúdia vedcov J. Nicholasa a B. Kaplanovej z Univerzity v Missisipi konštatuje, že tento systém po pôsobení CBD prispieva k regulácii imunitnej odpovede, presnejšie k tlmeniu nadmernej produkcie niektorých cytokínov a chemokínov.

Ďalšou dôležitou vlastnosťou CBD je jeho protizápalový účinok. Práve zápaly sú typickým a nepríjemným sprievodným javom mnohých autoimunitných ochorení. Aj v tomto ohľade je CBD u pacientov s imunitným ochorením vítanou úľavou. Spolu so zápalmi sa CBD podieľa aj na potláčaní bolesti. Vďaka tomu, že CBD nemá na rozdiel od niektorých liekov nepriaznivé vedľajšie účinky, používajú ho v súvislosti s tlmením bolesti najmä ľudia, ktorých trápi bolesť dňodobo.

Medzi známe príbehy patrí príbeh Constance Finley. Tá v roku 1996, veku 44 rokov

ochorela na zriedkavé autoimunitné ochorenie ankylozujúca spondylitída, z ktorej sa neúspešne liečila až do roku 2008, kedy jej predikovali už len pár týždňov života a vysoké riziko infarktu. V zúfalstve sa chytala čohokoľvek a tak sa dostala k informáciám o produktoch z konope. Vzhľadom jej stavu musela byť veľmi opatrná a tak sa rozhodla sama pestovať konope a robiť čo najdokonalejšiu extrakciu účinných látok z nej.

Po tom, čo konečne zaznamenala zlepšenie stavu zmenila svoj život a rozhodla sa venovať výskumu možností ako využiť výťažky z konope v prospech zdravia. Dnes je šéfkou vlastnej firmy podnikajúcej v oblasti výroby konopných produktov, držiacej viaceré patenty a pomáhajúcej veľkému množstvu pacientov ďalšími ochoreniami. Jej podnikateľská filozofia vychádza z jej skúsenosti a tak sa snaží o čo najdokonalejšie postupy a čo najčistejšie produkty.

» red.

VELKÉ ZNIŽOVANIE CIEN

BLACK FRIDAY

OD 20. DO 30. NOVEMBRA

CBDexpert

5% CBD olej

24,00 EUR

31,50 EUR

10% CBD olej

36,00 EUR

45,90 EUR

20% CBD olej

50,00 EUR

63,00 EUR

6% CBD olej

25,00 EUR

34,80 EUR

3% CBD olej

21,00 EUR

28,80 EUR

www.cbdexpert.sk

+421 904 552 345

objednávky@cbdexpert.sk



Čujte.sk

Vlašský orech - výživa pre srdce i mozog

www.cujte.sk



Tatranská akadémia n.o.
Súkromná stredná odborná škola
Ul. 29. augusta 4812, Poprad

Hľadáte modernú, dynamickú a kvalitnú strednú školu?

Táto stredná škola ponúka študijné programy, v ktorých študenti môžu získať okrem maturitného vysvedčenia aj medzinárodné **CISCO** a **Cambridge** certifikáty.

Skladba predmetov je výbornou prípravou na štúdium na vysokej škole, ale aj pre prax.

ssosta.edupage.org
www.tatraskaakademia.sk

 [ssostapoprad](#)
 Súkromná stredná odborná škola Tatranská akadémia (SSOSTA)

Pozývame žiakov a zákonných zástupcov na individuálne prehliadky školy
spojené s poskytnutím podrobných informácií o štúdiu.

 **CAMBRIDGE ENGLISH**
Language Assessment

Študijný program implementovaný priamo do výuky predmetu anglický jazyk.



TAURIS®  *mäsiarstvo "Býka"*

Navštívte naše prevádzky v Spišskej Novej Vsi
na ulici Podskala (závod MäsoSpiš)
a na ulici Trieda 1.mája (CBA)
a vyberte si zo širokej ponuky čerstvého mäsa a mäsových výrobkov
z produkcie závodu **Tauris, a.s.**

www.masiarstvoubyka.sk



Stavebná spoločnosť prijíme

• **TESÁROV**

Ponuka vhodná pre:

• **TPP** - 7 EUR/hod./ úkol

• **ŽIVNOSTNÍCI** - podľa dohody

Práca na území SR. Nástup po dohode.
tel: **0918/413582** | mail: **info@gksro.sk**



Hľadáme prácu v skladoch
VODIČOV NA VZV
BRANDYS NAD LABEM, ČR
plat od 30 000 Kč

• možnosť nadčasov

• týždenné zálohy

• nástupný bonus 5000 Kč

• ubytovanie a doprava

• zabezpečujeme preukaz na VZV (obnova)



0919 496 491, info@empres.sk, www.empres.sk

PRÁCA v ČR

VHODNÉ PRE MUŽOV, ŽENY aj PÁRY

PRE KAŽDÉHO

VÝHODNÉ PLATOVÉ PODMIENKY

UBYTOVANIE a DOPRAVA hradené

CALL CENTRUM: **0915 971 823**

PRÁCA v Nemecku

VHODNÉ PRE MUŽOV, ŽENY aj PÁRY

VÝHODNÉ PLATOVÉ PODMIENKY

UBYTOVANIE a DOPRAVA hradené

Kontakt: 0917650018

nemecko@modd.sk

HRADEC KRÁLOVÉ
145 Kč/ NETTO HODINA

OPERÁTOR VÝROBY

- ubytovanie zabezpečené

VIAC INFO NA TEL. ČÍSLACH:

0800 500 091 +420 702 193 121



Stredná odborná škola elektrotechnická, Sibírska 1, Trnava

prijme do pracovného pomeru:

MAJSTER ODBORNEJ VÝCHOVY – – ELEKTROTECHNIK

Požiadavky na zamestnanca

Požadované vzdelanie

Úplné stredné odborné vzdelanie v odbore silnoprávová elektrotechnika alebo Úplné stredné odborné vzdelanie v odbore slaboprávová elektrotechnika – automatizačná technika.

Výhody

Možnosť ubytovania priamo v budove (nedochádza sa), MHD priamo pred budovou školy, 5 dní dovolenky nad rámec zákonníka práce, celé letné prázdniny voľno (dovolenka), hrubá mzda 750 eur.



Kontakt: personal.sosett@gmail.com | tel.: +421 33 599 18 76
SOŠE Trnava, Sibírska 1, 917 01 Trnava

STABILNÁ PRÁCA

POŠLI SMS ALEBO VOLAJ



0901 902 313

KUCHÁR

OD 1 000 € + 13. PLAT

POMOCNÝ KUCHÁR

OD 850 €

POMOCNÁ SILA

OD 750 €

POKLADNÍK

OD 850 €

PLUS K ZÁKLADNEJ MZDE

• nástupný bonus až do 900 €

• príspevok na ubytovanie 100 €, alebo dopravu do 50 €

• mimoriadne bonusy každý mesiac

• preplácanie nadčasov



KDE?

DEVÍNSKA NOVÁ VES

AKO?

• práca na zmeny

• 12 h

• krátky a dlhý týždeň

• denné a nočné

MEDUSA SERVICES

2. decembra 1805

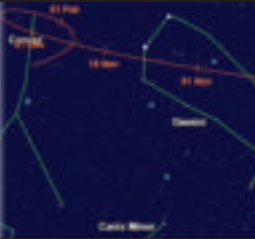
Výročia a udalosti

v bitke troch cisárov pri Slavkove zvíťazilo vojsko cisára Napoleona Bonaparteho nad spojenými silami ríšskonemeckého cisára Františka II. a ruského cára Alexandra I., čo **viedlo k uzavretiu bratislavského mieru** (26. decembra)



Čítajte nás

www.cujte.sk





Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



499 €
~~599 €~~
ušetríte **100 €**

Galerica Gamma 3x4 m

ODOLNÉ POLYKARBONÁTOVÉ SKLENÍKY

SVÄJČIARSKY POLYKARBONÁT
PREMIOVEJ KVALITY

DARČEK ZADARMO

Bez budovania základov Odonosť voči snehu a vetru 5 rokov záruka na konštrukciu
10 rokov záruka na polykarbonát 5kg prírodný stimulátor úrodnosti pôdy

DOPRAVA ZADARMO • VŠETKO SKLADOM

Ponúkame vám oblúčkové skleníky rôznych rozmerov a pevností:

Názov	Š x V x D	Cena	Cena za predĺženie	2m
GNOM	1,64 x 1,66 x 4 m	369 €	cena predĺženia o 2m	100 €
GRETA	2 x 2 x 2 m	319 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GLORIA	2,58 x 2 x 2 m	419 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GALA HIT	3 x 2 x 4 m	449 €	cena predĺženia o 2m	150 €
GENIO	3 x 2 x 2 m	319 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GARANT	3 x 2 x 2 m	419 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GAMMA AKCIA	3 x 2,15 x 4 m	499 € 699 €	cena predĺženia o 2m	150 €
GULLIVER	3 x 2 x 2 m	449 €	cena predĺženia o 2m	200 €
GOLIÁŠ	3 x 2 x 2 m	529 €	cena predĺženia o 2m	200 €
GOLEM	4 x 2,7 x 4 m	1 399 €	cena predĺženia o 2m	400 €
GIGANT	6 x 4 x 10 m	4 999 €	cena predĺženia o 2m	750 €

0948 88 88 55 info@galerica.sk www.galerica.sk www.mundio.sk

ODDLŽENIE BONATO

Trápia Vás **exekúcie?**

Nebojte sa vyhľadať **pomoc!**

BONATO
... SYMBOL POMOCI

Bezplatná linka

0800 221 331 | www.bonato.sk



ZÁRUKA 5 ROKOV

STOLIČKOVÉ VÝŤAHY

Stannah

Veľmi obľúbené

- Pre ŤŽP občanov možnosť vybaviť na zakúpenie stoličkového výťahu peňažný príspevok
- Vynikajúca kvalita prevedenia
- Funguje aj v prípade výpadku elektrického prúdu
- Inštalácia za 1 deň a bez potreby stavebných úprav
- Náš vlastný technický tím pre rýchly zákaznícky servis

Sme tu pre Vás po celom Slovensku

Volajte teraz pre bezplatnú a nezáväznú obhliadku

BEZPLATNÁ
INFOLINKA

0800 162 162

**MÁTE
VLHKÝ DOM?**

- podpilovanie muriva
- chemická injeckcia

ZĽAVY 20%



STOP

vlhkým múrom

0918 671 541

AIW - Práca pre opatrovatelky seniorov v Rakúsku



- pracovať v Rakúsku môžete už o pár dní
- v decembri výrazná zľava z poplatku!
- 14-dňové turnusy, rakúska živnosť
- zarobíte si pred Vianocami alebo dvojnásobne cez Vianoce!

Honorár 1 200 až 1 800 € brutto / 15 dní

Dopravu hradí klient, strava a ubytovanie ZDARMA!

Kritériá
pre spoluprácu:

- opatrovateľský kurz a prax
- dobrá znalosť nemeckého jazyka
- vek 25 až 60 rokov

Zavolajte hneď a zmeňte
svoj život novou prácou

0800 24 24 44

Jednoduchou spolu prejdeme
všetky kroky k novej práci.

www.aiw.sk

Facebook: aiwsk

KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje
i celé poľovnícke zbierky.
(PASOVACIE TESÁKY)
Ďalej kúpim militárie
z 1. a 2. sv. vojny +
výkup vzduchoviek.

Celá SR

tel. 0940 723 073

trofejeeu@gmail.com



Komíny s najlepším pomerom ceny a kvality na trhu

Model	Typ paliva	5m	6m	7m	8m	9m	10m	11m	12m	13m	14m	15m
TUMA THORM 4"	uhlie	440	418	426	478	487	482	491	577	394	385	394
	pelety	454	464	471	556	544	538	547	622	456	431	439
TUMA FOLK 4"	uhlie	523	510	517	599	601	595	604	687	473	477	485
	pelety	516	505	505	600	595	602	601	688	516	518	527

**krby - kachle - sporáky
pece a grily**

www.krby-tuma.sk
tel. 0905 394 055
Bánovce n. Bebravou - showroom
najväčšie krbové štúdio v SR

prev.: Pezinok - 0917 861 305
prev.: Košice - 0915 147 170
prev.: Nitra - 0908 136 854
prev.: Bans. Bystrica - 0915 905 112

Exotická záhrada Bánovce n. Bebr.

bonsaje predaj:
- palmy
- olivovníky
- citrusy
- yuccy
- cykasy
- banánovníky

Ponúkame zimnú ochranu
exotických rastlín!
k bazénom, pre firmy, na terasy, zimné záhrady