

POPRADESKO KEŽMARSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 41 520 domácností



Nájdete
vo vnútri

ČISTENIE HROBOV

- Čistenie hrobov • Obnova písma
- Čistenie zámkových dlažieb, betónových plôch,...
- Dosekávajúce písma

JARNÁ AKCIA

JEDNOHROB -90€ 55€ DVOJHROB -140€ 95€

Obnova písma +50€ 1,10€/ZNAK

Záruka na znaky

Impregnácia a doprava ZDARMA

0911 996 087 0949 651 250

info@cistenie-hrobov.sk www.cistenie-hrobov.sk

Prenájom limuzíny



0903 819 390



jozef.lajos@centrum.sk

www.lacontrol.sk



lacontrolsro



Staňte sa súčasťou úspešnej firmy s dlhodobou tradíciou!

Do nášho tímu **STIEBEL ELTRON Slovakia** (bývalý Tatramat - ohrievače vody) hľadáme šikovných pracovníkov na pozície:

- › Výrobný pracovník pri výrobe ohrievačov vody
- › Montážny pracovník pri výrobe tepelných čerpadiel
- › Zváracský robotník, pájkovač (práca vhodná aj pre ženy)
- › Strihač- lisár
- › Zvárač
- › Smaltár
- › Morič

Základná hodinová mzda pri nástupe sa pohybuje v rozmedzí
5,54 € - 6,50 € brutto / hodina v závislosti od pracovnej pozície.

Plat počas skúšobnej doby: **1100 € - 1160 € brutto** v závislosti od pracovnej pozície.

Plat po úspešnom absolvovaní skúšobnej doby: **1140€ - 1510 € 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.keri-basistova@stiebel-eltron.sk**.
Bližšie informácie na tel. čísle **052/71 27 225**.

Zamestnanecké výhody, benefity

- › NÁBOROVÝ PRÍSPEVOK VO VÝŠKE 250 € po skúšobnej dobe
- › príspevok zamestnávateľa na doplnkové dôchodkové poistenie
- › vianočná a dovolenková odmena
- › zvýhodnený predaj firemných výrobkov
- › firemné spoločenské posedenia (vianočný večierok, family day, deň detí)
- › 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

PEGATHERM

Sme na trhu už **19 ROKOV**

Partizánska 1849, Poprad - Západ
(vedľa autosalónu Peugeot)

MÁME OKNÁ PRE VŠETKÝCH ... AJ PRE NÁROČNÝCH

- Moderný dizajn a vysoká kvalita
- 5-7 komorový profil rámov v triede A
- Izolačné 2-3 sklo
- Odborné poradenstvo a vzorková predajňa

... radi Vás privítame



Plastové okná a dvere



Garážové brány



Zasklievanie balkónov



www.pegatherm.sk

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

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

ČISTENIE POZEMKOV A RUČNÉ BÚRACIE PRÁCE

0903 640 759
vypratavaniecistenie@gmail.com

POPRADESKO KEŽMARSKO

Redakcia: Bajkalská 3852/20
POPRADE
popradsko@regionpress.sk

REGIONPRESS

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

INZERCIA

Mgr. Marcela Petreková 0905 338 878
Miroslav Imrich 0907 895 865
Alena Berithová 0907 877 862

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



Vychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (41520 domácností)

Každý týždeň:

Poprad, Kežmarok, Abrahámovce,
Huncovce, Ľubica, Spišská Belá, Veľká
Lomnica, Vlčová, Vrbov, Spišská Sobotka,
Stráže pod Tatrami, Batizovce, Gánovce,
Hozelec, Hôrka, Hranovnica, Jánovce,
Kravany, Ľučivná, Mlynica, Spišská Tep-
lica, Spišské Bystré, Spišský Štiavnik,
Svit, Štrba, Švábovce, Veľký Slavkov,
Vikartovce, Ľubica



Vydavateľ nezodpovedá za obsah a
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazy-
kovou 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	Galančiansko
HC	30330	Hlohovecko+Seredsko
KM	16450	Komárňansko
LV	30580	Levicko
MA	29680	Malacko
NR	54170	Nitriansko
NZ	35050	Novozámocko
PK	22970	Pezinskó
PN	41870	Piešťanskó+NM+MY
SC	35420	Sencko
SE	36750	Senicko+Skalicko
TO	41930	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59870	Trenčiansko+DCA+IL
TT	49390	Trnavsko
ZM	20930	Zlatomoravsko

Stredné Slovensko

BB	56200	Banskobystricko+BR
KY	29300	Kysucko=CA+KM
LI	37270	Liptovsko=LM+RK
LC	30860	Ľubčiansko+VK+PT
MT	38570	Martinskó+TR
OR	34980	Oravsko=DK+NO+TS
PB	33590	Považsko=PB+PU
PD	40150	Prievidsko
ZV	38400	Zvolensko+DT+KA
ZH	26880	Zharsko+ZC+BS
ZA	50780	Zilinskó+BY

Východné Slovensko

BJ	37210	Bardajovsko+SK+SP
GE	30830	Gemercko=RV+RS+RA
HU	27190	Humensko=VT+SV+ML
KE	92130	Košicko
KS	24900	Košicko okolie
SL	12940	Ľubovniansko
MI	31260	Michalovsko+TV+SO
PP	41520	Popradsko+KK
PO	49940	Prešovsko+SB
SN	32540	Spišsko+LE+GL

Večná nespokojnosť

Nespokojnosť je vo všeobecnosti pova-
žovaná za negatívnu ľudskú vlastnosť
a za človeka nespokojného označu-
jeme zvyčajne toho, kto je rozladený,
rozčarovaný, kto pociťuje neľúbosť či
nesúhlas. Na druhej strane však pod-
ľa mňa netreba nespokojnosť celkom
zatracovať, pretože ona sama ako taká
môže byť pre nás aj užitočná, a to v prí-
pade, ak sa vďaka nej posúvame ďalej.

Poznáme ich hádam všetci, ľudí,
ktorí ustavične na niečo nadávajú,
neustále sa na niečo ponosujú, nik a nič im
nie je dosť dobré, hundrú, či je leto alebo
zima, či prší, sneží alebo svieti slnko, či
je pri moci ten alebo onen, skrátka nikdy
nie sú spokojní s tým, čo majú, s tým, čo
sa okolo nich deje, ako žijú.

Smutné je to v tom prípade, ak sú
títo ľudia hlboko presvedčení o tom, že
za všetku ich nepohodu je zodpovedný
niekto iný, že oni sami s tým nemajú nič
spoločné. Namiesto toho, aby sa o veci
zaujímali, sami sa aktívne zapojili a prí-
ložili ruku k dielu, tak len šomrú a obvi-
ňujú a nie sú schopní si vôbec pripustiť,

že častokrát tí jediní, ktorí s tým môžu
niečo urobiť, sú práve oni.

Myslím si, že nebyť istež dávky nes-
pokojnosti v nás, nebolo by ľudstvo
tam, kde je dnes. Práve ona viedla
mnohých šikovných ľudí na ich ceste k
poznaniu, vďaka svojej nespokojnosti
sa dopracovali k rozličným zlepšeniam
či vynálezom, ktoré zmenili svet. Som
dokonca presvedčená o tom, že práve
vtedy, keď sme nespokojní a zároveň
schopní si uvedomiť, že k zmene je po-
trebné prispieť vlastnou prácou a nie
hľadaním vinníkov, dokážeme nachá-
dzať riešenia, ako dané veci
meniť k lepšiemu.

A tak, keď vami bude
najbližšie opäť lomcovať
nespokojnosť, využite
jej potenciál a podnik-
nite kroky k tomu, aby
ste sa zbavili všetké-
ho, čo vám spôso-
buje nepohodu.

» Renáta Kopáčová, redaktorka



FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE KOMÍNŮV

- REVÍZIA
KU KOLAUDÁCII
- FASÁDNE
NEREZOVÉ KOMÍNY

Váš komínár
Oto Bača 0903 534 118

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA

0905 338 878
0907 877 862

Výročia a udalosti

5. jún 1966
americký astronaut česko-slovenského
pôvodu Eugene Cernan sa počas misie Ge-
mini IX-A stal druhým Američanom a zá-
roveň tretím človekom, ktorý vystúpil do
otvoreného vesmíru

JBV servis s.r.o | 0910 214 488

VIZUALIZÁCIE INTERIÉROV

Výstavba rodinných domov na kľúč
Rekonštrukcie bytových a nebytových priestorov
Kuchynské linky a vstavané skrine na mieru
Kúpeľne, obklady, dlažby

UŽITOČNÉ KONTAKTY

www.mojinzerat.sk

KLAMPIARSTVO

0904 121 559 | www.tulis.sk KLTP

NOVÉ STRECHY, OPRAVY, REKONŠTRUKCIE KLAMPIAR - POKRÝVAČ

0907 940 920

www.mojinzerat.sk

INZERÁT TU UŽ OD 5 EUR

Kamenárstvo

Predajňa SVIT, ul. SNP 145 oproti Bille

Najväčší výber pomníkov na Slovensku

0948 906 102 ...LACNO A KVALITNE...
www.kamenarstvosvit.sk

B-TRANS

Transport & Logistics

B-TRANS s.r.o., Poprad prijme vodičov MKD C+E

Ponúkame

- trasy Poprad- CZ / PL / H - Poprad
alebo Poprad- I / SLO - Poprad
- 90-110€ / deň (1800€ - 2300€/mesiac)
- víkendy doma
- vozidlá sa nestriedajú

Nástup možný ihneď!

Kontakt: 0918 857 947

ŽALÚZIE, SIEŤKY

proti hmyzu
rýchlo, lacno, kvalitne

0907 942 957
www.lacne-zaluzie.sk

Realizujeme STROJOVÉ POTERY

0948 300 988

PIESOK, ŠTRK, KAMENIVO A ZEMINA

od 15m³ - dovoz zdarma

0948 300 988

KORÁDO

RENOVÁCIA VANÍ SMALTOM

lištovanie a utes. vaní
iné opravy (voda, odpad)
zapojenie práčky
priamo na odpad

mobil: 0903 549 576

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

99-030

TEPUJEME
SEDAČKY.
KOBERCE...
...VYZDVIHNEME
...VYČISTÍME
...SUCHÉ PRIVEZIEME
0910 281 674

99-063

PREDÁVATE
dom, chatu,
chalupu?
Tatry, Spiš, Pieniny
0948 246 260

88-39

Kolektívne vyjednávania v skupine Chemosvit



Kolektívne vyjednávanie v skupine Chemosvit začalo v jej dcérskych spoločnostiach v decembri 2022. K dnešnému dňu sú kolektívne zmluvy uzavreté vo všetkých spoločnostiach okrem spoločnosti Chemosvit Folie.

Požiadavka OZ ECHOZ na 33% zvýšenie miezd a k tomu vyplatie 1000€ prémie na konci roka, je z pohľadu firmy bezprecedentná. Všetky návrhy zamestnávateľa, aby aspoň časť požadovaného zvýšenia bola prepojená so spravodlivým ukazovateľom bola odmietnutá. Rovnako nebola prijatá argumentácia, aby najlepší zamestnanci boli najlepšie ohodnotení. V každej domácnosti platí, že môžeme minúť len toľko koľko si zarobíme. Z návrhu ZO ECHOZ sa javí, že dnes toto v domácnostiach neplatí. Zamestnávateľ s cieľom zvýšiť mzdy zamestnancov čo najskôr, súhlasil s prizvaním sprostredkovateľa.

sprostredkovateľa je dobrým nástrojom na dosiahnutie sociálneho zmieru, ak nedochádza ku dohode dvoch strán. Osobu sprostredkovateľa si vybral ZO ECHOZ a zamestnávateľ bez podmienok súhlasil s osobou JUDr. Ing. Vladimíra Hrivnáka, LL.M., ktorý je zapísaný v zozname sprostredkovateľov na Ministerstve práce sociálnych vecí a rodiny SR.

Kolektívne vyjednávanie so spoločnosťou Chemosvit Folie pokračovalo aj v priebehu mesiaca máj, kedy prebehlo viacero stretnutí sprostredkovateľa s oboma stranami sporu, t.j. so zástupcami odborov spoločnosti Chemosvit Folie,

vedením spoločnosti Chemosvit Folie ako aj vedením Chemosvit a.s. Rokovania boli vedené s jednotlivými stranami zvlášť ako aj spoločne.

Výsledkom bolo nezávislé stanovisko, z ktorého bez námietok vyplynulo, že ZO ECHOZ odôvodnil len 12,8% nárast miezd t.j. vo výške inflácie za rok 2022 a zamestnávateľ navrhol 12% až 14%-ný nárast zárobkov zamestnancov. Vo výsledku to znamená, že zamestnávateľ splnil všetky skutočne odôvodnené požiadavky odborovej organizácie. Pričom odborová organizácia sa odmietla zaoberať ďalšími dostupnými riešeniami hneď na prvom stretnutí so sprostredkovateľom. Pri záverečnom prejednaní ZO ECHOZ nepredložil žiadny dôkaz, ktorým by spochybňoval stanovisko sprostredkovateľa. Odborová organizácia sa bez uvedenia akéhokoľvek dôvodu nestotožnila s názorom sprostredkova-

teľa a neprijala uvedený návrh, čo znamená ďalšie oddialenie zvýšenia zárobkov zamestnancov spoločnosti Chemosvit Folie.

Kolektívne vyjednávanie sa uskutočňuje vždy s cieľom dosiahnuť sociálny zmier a zamestnanci so svojimi rodinami by sa nikdy nemali stať rukojemníkmi situácie. Vzhľadom na to, že zvýšenie, ktoré navrhol zamestnávateľ prekračuje zvýšenia v širokom okolí nášho regiónu, je pre nás nepochopiteľné v čí prospech je dohoda zdržiavaná. Určite nie v prospech zamestnancov, ktorí už od januára mohli mať mzdy zvýšené – dnes je máj.

Vedenie spoločnosti Chemosvit Folie a Chemosvit a.s. verí v profesionalitu a zodpovednosť odborovej organizácie ECHOZ, nielen voči svojim členom, ale aj zamestnancom spoločnosti Chemosvit Folie, ktorí si zaslúžia podpísanie kolektívnej zmluvy čím skôr, aby tak reálne pocítili navýšenie miezd.

Klenoty *Felicità*

Zlaté obrúčky

www.felicità.sk 0919 048 630

POPRAĐ OC Forum, OC Max | SVIT Obchodné centrum A1 | TURZOVKA Jašíkova 55 | PREŠOV OC Novum

AKCIA

42-071

Dôležité telefónne čísla

Záchranná lekárska služba
155

Požiarňa služba
150

Polícia
158

Tiesňové telefónne číslo
112

REGION PRESS

Uzávierka ďalšieho vydania regionálnych novín je **7. júna 2023**

MASÉRSKA ŠKOLA
reminy
★★★★★
TURČIANSKE TEPLICE
OTVÁRA ZÁKLADNÝ KURZ
KLASICKEJ MASÁŽE
1200€ AKCIA: 700€
začiatok kurzu **22. 9. 2023**
miesto **Turčianske Teplice**
(učebňa masérkej školy REMINY)
Nestrácaj prácu, vzdelávaj sa
/pre zamestnaných/
REPAS pre nezamestnaných
0904 561 900
0917 128 155
eva@reminy.sk
www.reminy.sk

26-0074

OKNO
RENOVA

SERVIS OKIEN a výmena tesnenia
ZNIŽUJEME NÁKLADY NA KÚRENIE
Volajte: 0902 111 773 • Kopečná 252/2, Poprad

99-009

DLAŽBEX

- Výroba betónových plotov a oplotenia
- Betónová dlažba s imitáciou dreva
- Betónové plotové striešky - rôzne druhy
- V prípade záujmu aj možnosť montáže

Spišský Štvrtok, Osloboditeľov 72/59
Kontakt: 0907 347 981

99-084



SERVIS

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

NEVÁHAJTE, DÁME NEPORIADOK NA PORIADOK!



→ upratovanie kancelárií
→ upratovanie bytových domov
→ upratovanie rodinných domov
→ upratovanie bytov
→ upratovanie penziónov
→ tepovanie a vysávanie
→ umývanie okien
→ upratovanie priemyselných objektov
→ umývanie a komplexná údržba podláh
→ vysávanie kobercov
→ generálne upratovanie

Monika Kormanová, Garbiarska 11, Kežmarok | Tel.: 0949 265 726 | monikakorma@gmail.com

OBNOVA NÁPISOV a DOSEKÁVANIE DÁTUMOV na POMNÍKCH

PRIAMO NA CINTORÍNE

čistenie dvojhrabu 100€

0944 229 001

MALIARSTVO

- Nátery striech
- Nátery kostolov
- Nátery vo výškach
- Oprava komínov

0940 167 755
0940 810 159

ŠUMNÁ STRECHA

- nátery striech
- nátery kostolov
- oprava komínov

MICHAL
0908 337 893

SOLÁRNE SYSTÉMY

UŠETRÍTE ELEKTRICKÚ ENERGIU S FOTOVOLTIKOU!




TENTO MESIAC ZĽAVA DO 30%

→ NOVÁ TECHNOLOGIA
S ROZUMNOU NÁVRATNOSŤOU
→ ŠTÁTNA DOTÁCIA 1 500 €
AJ NA SPLÁTKY

daltech.sk

FOTOVOLTIKA NA KĽÚČ VŠETKO VYBAVÍME ZA VÁS

0911 144 477



pôžitok sa rozvinie len
oni človeka s prírodou

ESPRESSO KÁVA
LEN ZA 1€

Popradská káva

PODNIKOVÁ PREDAJŇA

- AŽ 120 DRUHOV ČAJOV
- PRÍJEMNÉ PROSTREDIE
- HRNČEKY, ČAJNÍKY,
- KAZETY NA ČAJ A INÉ
- ČERSTVO PRAŽENÁ KÁVA
- ORIGINÁLNE DARČEKY
- KÁVA A ČAJ SO SEBOU
- 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

POPRAD - ZÁPAD
BUDOVA BALIARNÍ OBCHODU POPRAD
HRANIČNÁ 664/16

KÁVA A ČAJ ONLINE

WWW.POPRADSKE.SK

O.K. OKNO
plast drevo hliník

ROČNÉ
20
SLOVENSKO

WWW.OKOKNO.SK

vonkajšie/vnútročné
ŽALÚZIE

MARKÍZY

ROLETKY

ŠIROKÁ PONUKA PRODUKTOV

ŠPIČKOVÉ KOMPONENTY

KVALITNÉ PREVEDENIE

VÝHODNÉ CENY

SIETKY

KONTAKT:
0948 081 256

DOSTOJEVSKÉHO 23 (VEDĽA UTÓPIE)

ZAMERANIE A PONUKA ZADARMO

BITU FLEX s.r.o.

OBNOVA PLECHOVEJ a ETERNITOVEJ STRECHY

- odstránenie nečistôt
- vynikajúca nepriepustnosť vody
- vzhľad škridle
- nízka hmotnosť
- vysoká životnosť
- **zľava pre seniorov**

Oprava komínu GRÁTIS

0950 266 604

www.bituflex.sk Bituflexroznava@gmail.com

záruka 25 rokov
a dlhoročné skúsenosti

- zameranie zdarma

- bez zálohy

- prvotriedny materiál
zn. Index mineral design

Tatravagónka a.s. Poprad hľadá

Vodiča nákladného motorového vozidla

- s vodičským preukazom skupiny B, C, T, E, kartou vodiča, platnými psychotestami, kvalifikačnou kartou vodiča

Ponúkaný plat (základná mzda):
Nástupný plat 750 €, po skúšobnej dobe 810 € + dochádzkový bonus 80 € + prémie do výšky 15% vyplácané mesačne + dovolenková a vianočná odmena + benefity

Inšpektorov kvality vo výrobe

- vhodné aj pre šikovných a ambiciózných absolventov, ktorí sú bez praxe, ale so znalosťou čítania výkresovej dokumentácie, ovládajú normy, odchýlky, presné hodnoty a poznajú zvary.

Ponúkaný plat (základná mzda):
Mesačne od 900 € - 1 080 € (ZMZ bude stanovená podľa predchádzajúcich skúseností) + dochádzkový bonus 50 € + príplatok za prostredie, prémie do výšky 15% vyplácané mesačne + dovolenková a vianočná odmena + benefity

Elektrikárov

- vhodné aj pre absolventov s platnou vyhláškou 21 alebo skúsených elektrikárov s platnou vyhláškou 22 alebo 23

Ponúkaný plat (základná mzda):
Mesačne od 710 € - 1 070 € (ZMZ bude stanovená podľa predchádzajúcich skúseností) + dochádzkový bonus 80 € + prémie do výšky 15% vyplácané mesačne + dovolenková a vianočná odmena + benefity

Kontakt: personal@tatravagonka.sk, 0918 735 724

Chceš do Autoškoly?
Príď k nám na

Deň otvorených dverí

17. 6. 2023
od 10:00 - 15:00

Zapoj sa do súťaže a vyhraj elektrokolobežku a ďalšie ceny

Ďalšie informácie na **www.autoskolaseligavaclav.sk**

autoškola VÁCLAV ŠELIGA

VÝCVIK VODIČOV SKUPÍN A, B, BE, C, CE, T

Alžbetina 419/22, Poprad (budova poisťovne Union)
www.autoskolaseligavaclav.sk

elkovod
Marián Ignáci

JEDINÝ SLOVENSKÝ VÝROBCA SALAMANDER V REGIÓNE

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

VÝROBCA OKIEN A DVERÍ
plastové a hliníkové

Protipožiarne dvere, zimné záhrady, garážové brány

Marián Ignáci-ELKOVOD, Slavkovská cesta 51/D, Kežmarok

0905 788 760 **www.elkovod.sk**

BEZPEČNOSTNÉ DVERE

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

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

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

AKCIA 430€
kovanie **ZDARMA**
zameranie **ZDARMA**
v ponuke aj **INTERIÉROVÉ DVERE**

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

Čistenie a údržba hrobov

AKCIA Používame materiál nemeckej kvality

jednohrob	55€
dvojhrob	95€
malba písma	1,10€/znak

Predaj a montáž svetelníkov a váz za zvýhodnené ceny

0902 509 700

Výmena krycích dosiek, pomníky s nápismi, náhrobné fotky, tabuľky s menami

www.cisteniehrobovsaris.sk

zdarma Vyčistenie okolia hrobu, impregnácia a doprava

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



Partner firmy Stavpoč Jendrol'

STAVEBNÉ PRÁCE

tel: 0915 363 983

POTERY A STROJOVÉ OMIETKY

MONTÁŽ SADROKARTÓNU 9,50€/m²

ZATEPLOVANIE rodinných domov

IZOLÁCIA PODKROVIA tel: +48 665 719 051



Po prečítaní noviny odhod'te do triedeného odpadu / PAPIER /



DACHMANN

www.dachmann.sk

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

DREVENÉ A HLINÍKOVÉ OKNÁ

SERVIS A OPRAVA OKIEN

QUATRO

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

051/7718 607, 0903 634 202, 0915 547 169

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

6. jún 1944

vyloďenie v Normandii

Výročia a udalosti

PÔŽIČKY NA ČOKOL'VEK

Nepožičali Vám v banke? My Vám požičiame!

0911 511 154

Od 500 € do 40 000 €

- Rýchlo a jednoducho
- Bez poplatkov
- Do 80 rokov

Pre

- Zamestnaných
- Živnostníkov
- Dôchodcov

NÁJDETE NÁS

Poprad, J. Currie 16

www.moneygo.sk

Správna hnacia sila pre čokoľvek, čo ťa ženie vpred.

Úplne nová Kia Niro. Dostupná ako Hybrid, Plug-in Hybrid aj plne elektrická.



KIA
Movement that inspires

MOTOR GROUP
POPRAD

Motor Group Poprad, spol. s r.o.

Partizánska 3800

058 01 Poprad

+421 52 787 92 30

www.motorgroup.sk

Kombinovaná spotreba elektrickej energie a emisie CO₂ (WLTP): Kia Niro EV: 16,2 kWh/100 km, 0 g/km. Kombinovaná spotreba paliva a emisie CO₂ (WLTP): Kia Niro HEV: 4,4 – 4,7 l/100 km, 100 – 107 g/km. Kombinovaná spotreba paliva a emisie CO₂ (WLTP): Kia Niro PHEV: 0,8 – 1,0 l/100 km, 18,6 – 23 g/km. Obrázok je ilustračný.

Aplikácia na podporu duševného zdravia detí

Výskumný ústav detskej psychológie a patopsychológie (VÚDPaP) reaguje na aktuálne informácie o zhoršovaní duševného zdravia detí a mladistvých. Spúšťa pre nich mobilnú aplikáciu Sanity na podporu duševného zdravia, ktorá je zameraná na ovplyvňovanie úzkosti.

„Realizácia viacerých výskumov nám umožnila porovnať prežívanie rodičov a ich detí na Slovensku už počas pandémie,“ hovorí PaedDr. Robert Tomšík, PhD., z Výskumného ústavu detskej psychológie a patopsychológie. Situáciu v oblasti psychického zdravia podľa neho zhoršil aj vojnový konflikt na Ukrajine, ktorý sa nás týka dodnes.

„U mnohých rodičov sme zaznamenali problémy spojené s ich psychickým zdravím či fungovaním rodiny,“ uvádza psychologička PhDr. Alena Kopányiová, PhD. z Výskumného ústavu detskej psychológie a patopsychológie. „Percentá detí, ktoré počas pandémie dosiahli skóre klinickej závažnosti úzkosti, depresie, či percentá detí, u ktorých sme zaznamenali rôzne problémy, neboli ani zďaleka malé. Preto prichádzame s aplikáciou, ktorá bude človeka sprevádzať počas toho, keď prežíva úzkosť. Ponúkne mu stratégie, z ktorých si vyberie tú, ktorá bude pre neho efektívna,“ pokračuje Kopányiová.

Aplikácia Sanity má dve hlavné priority - Sú nimi (seba)diagnostika a psycho-

-edukácia. Je možné otestovať si v nej aktuálny stav úzkosti. Deti a mladí ľudia si v nej môžu viesť myšlienkový denník, pravidelne zaznamenávať, akú majú náladu, ale aj to, čo ich trápi. Odborníci z Výskumného ústavu detskej psychológie a patopsychológie zrozumiteľnou formou vysvetľujú jednotlivé typy úzkosti (sociálna fobia, panické ataky, fobie, perfekcionizmus, voľne plynúca úzkosť) a mladý človek si vyberá z overených návodov čo robiť v prípade, ak pociťuje niektoré z jej príznakov. Aplikácia prináša aj podcasty, kartičky pomoci a praktický návod na nácvik dýchania, ktorý pomáha v krízovej situácii dostať ihneď úzkosť pod kontrolu.

Aplikácia by mala mladým ľuďom poskytnúť spätnú väzbu o ich prežívaní úzkosti. Odborníci z Výskumného ústavu detskej psychológie a patopsychológie však zdôrazňujú, že je dôležité, aby deti a mladí ľudia brali svoj stav vážne a aby sa spolu s rodičmi nehanbili vyhľadať odbornú pomoc.

» **ren**

zdroj foto arbykleiton pixabay

TERASY - ZIMNÉ ZÁHRADY

DREVO - HLINÍK - OCEĽ - SKLO - PLECH - BRAMAC

26 rokov na trhu

OBJEDNÁVKY: promontglass@promontglass.sk

www.promontglass.sk 0918 623 064

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

- Stavba troj vrstvových komínov
- Prestavby nadstrešných častí komínov
- Rekonštrukcia a sieťkovanie komínov
- Montáž zrealizujeme za jeden deň

OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA

0904 157 144, 0903 874 784

PEKNÁ STRECHA

NÁTERY STRIECH
VÝMENA STRIECH
OPRAVA KOMÍNOV

Za priateľnú cenu

0908 842 631

PROFI-STRECHA

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

0940 973 777

FARBA KTORÁ VYDRŽÍ ZA PRIATEĽNÚ CENU

ČISTENIE HROBOV DOSEKÁVANIE PÍSM

Čistenie: Jednohrob 100€ **55€** Dvojhrob 150€ **95€**
Impregnácia hrobu **ZDARMA**, Doprava **ZDARMA**
Obnova písma: (zlatá, strieborná, čierna, biela) **2€ 1,1€/znak**
Dosekávanie písma priamo na cintoríne:
Do 5 znakov **80€**, 6-11 znakov **120€**, 12-30 zn. **12€/znak**
31 a viac **11€/znak**
Vkladanie urien **80€**
Ing. Miroslav Greisiger
0940 653 651, 0919 205 521
www.greisiger.sk
S Vami už od roku 2014

AKCIA!!
Pri objednaní do 30.6.

TABULKY S MENAMI, VÁZY A SVIETNIKY, NÁHROBNÉ FOTO

8. jún 1600

v Prahe sa konala **prvá anatomická pitva ľudského tela**, ktorú uskutočnil lekár **Ján Jesenský-Jessenius**; pitva trvala až do 12. júla 1600

Výročia a udalosti

Nakúpte výhodne vo vybraných E-shopoch

decorem.sk

DETSKÁ HOJDAČKA S DVOMA SEDADLAMI

-10%

143,10 EUR

decorem.sk

PRENOSNÁ PREKÁŽKOVÁ DRÁHA PRE DETI 10

-10%

110 EUR

Využite kód: OPLATISA

Pre získanie zľavy zadajte kód OPLATISA do poľa pre zľavový kupón v nákupnom košíku e-shopu.

decodom

ZĽAVY NA KUCHYNE A NÁBYTOK
AŽ DO VÝŠKY

-40%

KUCHYNSKÉ ŠTÚDIO DECODOM POPRAD (OC MAX)

telefón.: 052 2850 761, 052 2850 760

www.decodom.sk



KVALITNÉ POTRAVINY za DISKONTNÉ CENY

od pondelka
5. júna



Šumivé talianske víno

- rôzne druhy
- + záloh za obal 0,15 €

200 ml

-20%

~~0.99~~

0.79

• (100 ml = 0,40)

Cottage Cheese

- rôzne druhy

180 g

-54%

~~1.65**~~

0.75

• (100 g = 0,42)

Tatárska omáčka/ Majonéza

625 ml

-38%

~~4.99**~~

2.99

• (1 l = 4,78)

Corny Big

- rôzne druhy

40/50 g

-40%

~~0.99**~~

0.59

• (100 g = 1,48/1,18)



Suché krmivo pre psy

* Cena za kus pri kúpe 2 kusov = 13,99 €.

** Cena za kus pri kúpe 1 kusa = 27,99 €.

Cena za 2 kusy = 27,99 €.

Bravčové párky

750 g

-25%

~~3.99~~

2.99

• (1 kg = 3,99)

Vinea

- biela/červená
- + záloh za obal 0,15 €

1,5 l

-42%

~~1.55~~

0.89

• (1 l = 0,59)

1 + 1 zadarmo

10 kg

27.99**

13.99*

• (1 kg = 1,40)

Slané tyčinky

220 g

1.49

• (100 g = 0,68)

**Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania cien dňa 23. 5. 2023.

Ponuka tovaru platí od 5. 6. do 11. 6. 2023 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



NAJŽIADANEJŠIE PRODUKTY MESIACA



Top cena

~~49,99~~

Ušetríte 10 €

39,99

BAZÉNOVÁ SÚPRAVA BESTWAY® „FAST SET™“

Vodná kapacita (80 %): 1 880 l, Ø 2,44 m x v 61 cm, prípojka 32 mm. OBI č. 1967579

vrátane čerpadla
a filtračnej kartuše



Top cena

~~119,99~~

Ušetríte 10 €

109,99

BAZÉNOVÁ SÚPRAVA „STEEL PRO MAX™ FRAME POOL“

Oceľová konštrukcia, PVC fólia odolná voči roztrhnutiu a poveternostným vplyvom, Ø 305 x v 76 cm. OBI č. 1114388

dostupné aj ďalšie veľkosti

ratanový vzhľad (sivý)



Top cena

~~389,99~~

Ušetríte 130 €

259,99

BAZÉNOVÁ SÚPRAVA BESTWAY® „FAST SET™“

Vodná kapacita (80 %): 13 807 l, Ø 457 x v 122 cm, prípojka s Ø 32 mm, vrátane filtračného čerpadla a bezpečnostného rebríka. OBI č. 1967587



Top cena

~~119,99~~

Ušetríte 10 €

109,99

PIESKOVÉ FILTRAČNÉ ZARIADENIE FLOWCLEAR™

Objem bazéna max. 16,6 m³, prietok vody 3 028 l/h, 6-cestný ventil, prípojka 32 mm, 220 - 240 V/85 W. OBI č. 1431410

rebrík

čerpadlo

filtračné kartuše



Top cena

~~399,99~~

Ušetríte 140 €

259,99

BAZÉNOVÁ SÚPRAVA „POWER STEEL FRAME OVAL“

Oceľ. konštrukcia, PVC fólia, vypúšťací ventil, rebrík, cca š 250 x v 100 x d 424 cm. OBI č. 1114370



Top cena

~~449,99~~

Ušetríte 100 €

349,99

VÍRIVKA BESTWAY® „LAY-Z-SPA® MIAMI AIRJET™“

Až pre 4 osoby, vodná kapacita: (80 %): 669 l, masážna funkcia so 120 dýzami AirJet™, technológia ochrany pred mrazom, Ø 180 x v 66 cm, vrátane zakrytia. OBI č. 1624188

Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

Platí od 2. 6. do 15. 6. 2023 alebo do vypredania zásob.

**DOKÁŽETE
ČOKOL'VEK**

OBI®

Záchrana medvedľaťa a vysileného medveda

Počas uplynulých dní sa v priebehu jedného týždňa podarilo členom Zásahového tímu pre medveda hnedého Štátnej ochrany prírody Slovenskej republiky (Zásahový tím ŠOP SR) zachrániť život dvoch medvedov vyskytujúcich sa v území národných parkov.

V prvom prípade bol Zásahový tím ŠOP SR miestnymi obyvateľmi informovaný o uviaznutom medvedľaťi pri obci Ľubochňa. V blízkosti vysokého napätia obyvateľia zaznamenali počas noci súvislé mravčanie a nárek mladého medveda. Členovia tímu pomocou termovízie presne lokalizovali miesto odkiaľ sa hlas ozýval a v rozdojennom kmeni buka našli zakliesnené tohtoročné mláďa.

Ako uvádza vedúci Zásahového tímu ŠOP SR JĀPAD Marek Veverica: „Z hľadiska bezpečnosti sme zvolili rýchly manéver vyslobodenia. Len pár desiatok metrov od tohto miesta bolo počuť lomoz halúz, čo nasvedčovalo tomu, že sa tu môže nachádzať aj matka medvedľaťa. Kolegovia medveda vypustili do voľnej prírody a opustili lokalitu. Za pomoci termovízie bolo medveda sledované ako odchádza do hustého porastu za svojou matkou. Medveda tak bude aj naďalej súčasťou Národného parku Veľká Fatra.“

V druhom prípade Zásahový tím ŠOP SR po dlhých dvoch týždňoch pátrania za-

chránil vysileného medveda, ktorý mal hlavu zaseknutú v kŕmnom valci pre vnaďenie diviakov. Zranený medveď sa trápil 17 dní a prešiel z Čierneho Váhu v Národnom parku Nízke Tatry až do obce Stratená v Národnom parku Slovenský raj. Zvíra so zakliesnenou hlavou prežilo taký dlhý čas len vďaka tomu, že sa aj napriek prekážke naučilo piť vodu. Zásahový tím ŠOP SR vysileného medveda dohľadal pri obci Stratená. Po tom, ako zvíara uspali, mu odstránili kŕmny valec z hlavy, medveda ošetrili a opäť pustili do voľnej prírody. Ako upozorňuje vedúci Zásahového tímu ŠOP SR SEVER Michal Haring: „Plastový kŕmny bubon slúži na vnaďenie divkej zveri, najmä však diviakov. Zásobník je stavaný na približne 30 litrov kukurice. Prax ukázala, že zabezpečenie takéhoto kŕmneho valca pred inými živočíchmi, najmä však pred medveďom hnedým, je nedostatočné. Jedince medveda hnedého dokážu uzamykať mechanizmus prekonať a následne sa ku potrave, vo väčšine prípadov kukurici, dostať. Odporúčame preto úpravu uzamykacieho mechanizmu tak, aby ho medveda nedokázali poškodiť či prekonať.“

Podrobné informácie o činnosti Zásahového tímu ŠOP SR, ako aj odporúčania ako vyhodnotiť a ako sa správať pri strete s medveďom, sú dostupné na web stránke Zásahového tímu pre medveda hnedého ŠOP SR.

Informácie poskytol Odbor komunikácie a propagácie ŠOP SR

» ren

Kurikulárna reforma sa stáva realitou

Minister školstva, vedy, výskumu a športu SR schválil nový Štátny vzdelávací program (ŠVP). Ten je súčasťou kurikulárnej reformy Plánu obnovy a odolnosti SR, ktorá sa zameriava na naplnenie potrieb vzdelávania pre 21. storočie. Od septembra 2023 bude prvých 40 základných škôl vzdelávať svojich prvkov a prváčky podľa nového kurikula. Všetky základné školy začnú povinne učiť podľa nového ŠVP od školského roku 2026/2027, počnúc prvým ročníkom prvého cyklu.

Minister školstva schválil nový Štátny vzdelávací program, ktorý otvára príležitosti pre školy učiť moderne a s ohľadom na potreby každého žiaka a každej žiačky, pričom predstavuje konkrétne ciele výchovy a vzdelávania, profil absolventa či rámcové učebné plány. Samotné výkonové a obsahové štandardy presnejšie definujú, čo majú žiaci vedieť na konci jednotlivých vzdelávacích cyklov, teda tretieho, piateho a deviateho ročníka základnej školy. Rozdelenie vzdelávania v základnej škole na prvom a druhom stupni ostáva nezmenené, rovnako aj deväť ročníkov. Od požiadaviek, ktoré sú definované v štandardoch, sa bude odvíjať obsah nových učebníc, celonárodné testovanie a predovšetkým školské vzdelávacie programy, podľa ktorých sa budú žiaci v školách učiť. Oproti doteraz

platným vzdelávacím štandardom sa ešte väčší dôraz kladie na opis toho, čo žiak dokáže. Na dosiahnutie dobrých výsledkov už nebude stačiť, aby dieťa vedelo z učiva odpovedať. Dôležité bude, aby sa dokázalo k vedomostiam prepracovať a aby ich vedelo použiť v praxi. „Štátny vzdelávací program dá možnosť, aby sme učili predovšetkým deti, nie predovšetkým predmety a obsahy,“ uviedol Daniel Bútora, minister školstva, vedy, výskumu a športu SR.

Nové učivo a nový spôsob učenia prídu do škôl postupne, pretože podľa rezortu školstva, aby bola reforma úspešná, je potrebné postupne zavádzanie zmien a ich priebežné vyhodnocovanie. Na základe spätnej väzby od učiteľov a učiteľiek zo zavádzajúcich škôl budú vznikať metodické materiály, ktoré budú podporou pre ďalšie základné školy. „Potrebujeme sledovať, do akej miery nový dokument smeruje pedagógov k tomu, aby namiesto odovzdávania hotových vedomostí učili svojich žiakov tieto vedomosti získavať a na základe nich samostatne myslieť a zodpovedne konať,“ hovorí Martin Križ, riaditeľ odboru kurikula a inovácií MŠV-VaŠ SR.

Aktuálne je známych 40 základných škôl, ktoré budú medzi prvými zavádzať nový štátny vzdelávací program od septembra 2023.

» ren

				2	5		9	3
S							1	
U		4	5					
D	6	2	3					
O	1				9	5		
K					6			8
U		3		8			4	6
		9		3				1

		1				4		
S			5		8			
U								
D	6				5			
O					4			9 1
K	5 7			9			8 6	
U			9 4		1			8
			6					9
		6		3				7

	8				4			7
S				7	2	5		
U	3	7		6			9	2
D	6							
O			8			9		
K	7					4		
U		9		8	6			5
		3	6		9		7	8

10. jún 1944

nemeckí nacisti vypálili francúzsku obec

Oradour-sur-Glane

Výročia a udalosti

INZERÁT,
KTORÝ
PREDÁVA

Redakcia Popradsko
0905 338 878
0907 877 862

Chcete si podať inzerát?

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

Príklad: RP SL 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. Upozornenie! Služba nefunguje u operátorov 02 a 4ka. TIP: Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

» Kúpim vojenský GAZ-67, alebo 69. 0905450533
» Kúpim staré motorky, aj nepojazdné alebo diely. 0949505827

03 BYTY / predaj

04 BYTY / prenájom

» Hľadám podnájom jednoizbový v Poprade 1 osoba. Tel. 0915 79 33 92.

05 DOMY / predaj

» Predám dom Spišský Štiavnik 154 000 eur alebo prenájom za 270 eur. Tel. 0940 148 155.

06 POZEMKY / predaj

07 REALITY / iné

08 STAVBA

» Kúpim haki lešenie. Tel. 0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

» Kúpim KRÁLIČIE KOŽE. 0905350531

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

» 68 r. s domom hľadá partnerku. 0910706265

Najčítanejšie
regionálne
noviny

REGION
PRESS

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



UŽ OD
549 €
~~649 €~~

DARČEK
ZADARMO
4L HNOJIVA

	Š x V x D	
GNOM	1,64 x 1,66 x 4 m	379 €
GRETA	2 x 2 x 4 m	479 €
GLORIA	2,58 x 2 x 4 m	579 €
GALA	3 x 2 x 4 m	449 €
GENIO	3 x 2 x 4 m	479 €
GARANT	3 x 2 x 4 m	579 €
GAMMA	3 x 2,15 x 4 m	AKCIA 549 €
GULLIVER	3 x 2 x 4 m	649 €
GOLIÁŠ	3 x 2 x 4 m	729 €
GOLEM	4 x 2,7 x 4 m	1 599 €
GIGANT	6 x 4 x 10 m	5 799 €

Všetky modely je možné predlžovať o 2m.

galerica

ODOLNÉ POLYKARBONÁTOVÉ SKLENÍKY

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55

galerica.sk

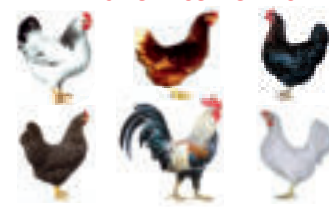
PRÍJMEME

• **SKLADNÍK (Nemecko)**



0903 431 350 0910 431 545
0910 789 647

CHCETE CHOVAŤ HYDINU?
PREDAJ VO VAŠOM OKRESE



www.matejovdvor.sk - 100% záruka kvality



0915 674 755 | 0915 674 757 | 0915 674 759

od 9.00 do 15.00 hod.

Sme tu pre Vás už 35 rokov!!!

**MÁTE
VLHKÝ DOM?**

- podpilovanie muriva
- chemická iniektáž

ZĽAVY 20%



STOP

vlhkým múrom

0918 671 541

**Firmy, podniky, organizácie
HĽADÁTE ZAMESTNANCOV?**

Inzerujte svoje
ponuky v novinách

- Týždenne
až v **41 520 domácnostiach**

- Výroba grafiky
a FB reklama **ZDARMA**

popradsko@regionpress.sk | 0907 877 862 | 0905 338 878

POPRADSKO
KEŽMARSKO



Oplatí sa!.sk

**ZAČNITE PREDÁVAŤ
ONLINE!**



Kolagén, ktorý si podmaňuje zdravie aj krásu naraz!

V posledných rokoch sa o kolagéne hovorí stále častejšie. Celosvetové štúdie preukázali, že správne užívanie kolagénu pomáha pri súvislosti so starnutím a pohybovými problémami.

Kolagén je bielkovina, ktorú tvorí skladba 19 aminokyselín prospešných pre ľudský metabolizmus a jeho správne fungovanie. Tieto bielkoviny sú dôležitým stavebným prvkom.

Ľudské telo si už od útleho veku dokáže kolagén vytvárať samo a však pribúdaním veku je tvorba tejto bielkoviny v našom tele stále slabšia a slabšia. Bolo preukázané, že už pri dosiahnutí 18 roka života je vo väčšine prípadov tvorba vlastného kolagénu takmer nulová. Každý metabolizmus si dokáže robiť zásoby kolagénu, ktoré sa však vstrebávajú u každého jedinca rôzne a podľa toho sa odvíja zásoba kolagénu a s tým spojené vyživovanie pohybového aparátu a pokožky. V dnešnej dobe existujú formy kolagénu, ktoré si vieme načerpať užívaním rôznych výživových doplnkov s obsahom kolagénu.

Rybí a hovädzí kolagén sú veľmi dôležitým stavebným prvkom v oblasti zdravej kĺbovej výživy, podpory správneho fungovania pohybového aparátu, zdravej pokožky, krásnych vlasov a silných nechtov.

Hovädzí kolagén tvoria 2 typy kolagénu a to I a II, tieto kolagény sú neoddeliteľnou súčasťou v raste, obnove a rekonvalescencii kostí, šliach, väzov a kože. Pri dennom



AKCIA

KOLAGÉN
FORTE 2 v 1
31,12
~~38,90 EUR~~

HOVÄDZÍ KOLAGÉN
FORTE
41,30
~~45,90 EUR~~

užívaní predpísaných dávok dostáva naše telo skrz hovädzí kolagén veľké množstvo aminokyselín potrebných na regeneráciu tkanív. Hovädzí kolagén je pomocníkom pri bolestiach kĺbov, po úrazoch, problémoch s pohybovým aparátom, bolestiach a pri reumatických ťažkostiach.

Rybí kolagén tvorí kolagén typu I, tento druh kolagénu obsahuje podobné množstvo aminokyselín ako hovädzí kolagén a však v menšom množstve. Zdrojom hydrolyzácie kolagénu z rýb sú šupiny a koža. Tento typ kolagénu je bohatý na aminokyselinu „hydroxyprolín“, ktorá je

základným prvkom pokožky, ciev a tkanív. Rybí kolagén má blahodárne účinky v boji proti vráskam, zvyšuje pružnosť a elasticitu pokožky a podporuje antioxidanty organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známk starnutia.

Medika Expert priniesla na trh formu kolagénu, v ktorých sú obsiahnuté zložky v navýšených denných dávkach. Denná dávka kolagénu forte 2 v 1 obsahuje až 6 800 mg kolagénu s pridaným vitamínom C. Denná dávka hovädzieho kolagénu forte obsahuje až 8 000 mg kolagénu s pridaným MSM Opti+.

text: Medika Expert

MEDIKA
EXPERT

**JARNÁ
AKCIA
-25%**

na všetky
liposomálne vitamíny



2+1 kus ZADARMO

Môžete teraz objednať na:

www.medikaexpert.sk

alebo na tel.: **0904 552 345**

(dostupné od Pon. - Pia.)

Alebo kúpiť aj v predajni:



SLNIEČKO ZDRAVÁ VÝŽIVA
Coborňo 1, Nitra - OC Polygon

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



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

Dodržiavame prísne hygienické a bezpečnostné opatrenia

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 PAROŽIE

Zhody, trofeje
i celé poľovnícke zbierky.

VÝKUP MINCÍ
do roku 1945

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

Celá SR

tel. 0940 723 073

trofejeeu@gmail.com

VÝKUP STARÝCH AUTOBATÉRIÍ

za najlepšiu
cenu

Volajte: Zvoz od 100 kg zabezpečíme.

0905 964 632

031/789 86 28

MONTER

* ZIMNÉ ZÁHRADY * PRÍSTREŠKY NA AUTO * ZASKLENIE

ROK 2022 = ~~19 990€~~

JAR 2023 = 11.990€



PREDSEZÓNNE ZĽAVY

až do
40%!

HLINÍK VO FARBE K MONTÁŽI

ANTRACIT 7016
HNEDÁ 8003
HNEDÁ 8017
BIELA 9016
STRIEBORNÁ 9006
ZLATÝ DUB
ORECH



Montujeme
po celom Slovensku

od betónáže až po tienenie, nehl'adajte 2-3 firmy

WWW.MONTTER.SK

0919 383 881 • 0919 383 363

OBJEDNAVKY@MONTTER.SK

NAŠA FIRMA ZABEZPEČUJE KOMPLETNÚ ADMINISTRÁCIU PRE ZÍSKANIE DOTÁCIÍ
NEPOŽADUJE DOPREDU ŽIADNU ZÁLOHU • MONTÁŽ DO 1 MESIACA*

ENVIRO THERM
PROFESIONALITA & KVALITA

www.envirotherm.sk
kontakt@envirotherm.sk

infolinka: 0800 909 909
0951 909 909

EURÓPSKA ÚNIA
Európsky fond regionálneho rozvoja

Zelená domácnosť

*Fotovoltaická elektráreň 2300 Wp

- pozostáva z 5 panelov o výkone 455 Wp
- inštalovaný výkon 2300 Wp
- zariadenie na kľúč
- návratnosť investície 4-5 rokov
- ročná výroba el. energie 3000 kWh

už od
1 990 €

vrátane montáže

zvyšok životnosti elektrárne máte vami vyrobenú elektrinu úplne zdarma

Nemecké tepelné čerpadlo vzduch - voda

- vhodné pre rodinné domy od 70-500 m²
- pracuje aj pri teplote -25°C
- vo výkonoch 8 kW, 10 kW, 12 kW a 16 kW
- ekonomické a komfortné riešenie vhodné aj pre vykurovanie podlahovky a radiátorov
- mesačné náklady na vykurovanie a ohrev od 40 - 60 €



SERVIS
ZABEZPEČUJE
VÝROBCA

už od
4 990 €

vrátane montáže

Dotácie od EU
3 400 €