

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

FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE

KOMÍNOV



- REVÍZIA KU KOLAUDÁCII
- FASÁDNE NEREZOVÉ KOMÍNY

Váš kominár
Oto Bača

0903 534 118

**Okamžitý výkup
nehnuteľností
v hotovosti**

tel. 0905 924 303

Kúpime ornú pôdu**TEPUJEME
SEDAČKY.
KOBERCE.**...VYZDVIHNEME
...VYČISTÍME
...SUCHÉ PRIVEZIEME

350€m

0910 281 674



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. číslo **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

Cielom poskytnúť

STIEBEL ELTRON

Žiadost

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

ŽALÚZIE, SIEŤKY

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

na ad

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, Abrahámcovo,
Huncovo, Ľubica, Spišská Belá, Veľká
Lomnica, Vlková, Vrbov, Spišská Sobotka,
Stráže pod Tatrami, Batizovce, Gánovce,
Hozelec, Hôrka, Hranovnica, Jánovce,
Kravany, Lučivná, Mlynica, Spišská Teplica,
Spišské Bystré, Spišský Štiavnik,
Svit, Strba, Švábovce, Veľký Slavkov,
Vikartovce, Ľubica



Vydavateľ nezodpovedá za obsah a
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazy-
kovou úpravou.

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade,
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	Galancko+Šaliansko
HC	30330	Hlohovecko+Sereďsko
KM	16450	Komárňansko
LV	30580	Levice
MA	29680	Malacko
NR	54170	Nitriansko
NZ	35050	Novozámocko
PK	22970	Pezinskó
PN	41870	Piešťansko+NM+MY
SC	35420	Senecko
SE	36750	Senicko+Skalité
TO	41930	Topoľčiansko+PE+BN
TT	59870	Trenčiansko+DCA+HL
TN	49930	Trnavsko
ZM	20930	Zlatomoravsko

Stredné Slovensko

BB	56200	Banskobystricko+BR
KY	29300	Kysucko=CA+KM
LI	37270	Liptovsko=LM+RK
LC	30860	Lučenecko+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	Žiarsko+ZC+BS
ZA	50780	Žilinskó+BY

Východné Slovensko

BJ	37210	Bardajovsko+SK+SP
GE	30830	Gemerko=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

Je to na nás

Na stránkach našich regionálnych týždenníkov aj na našej webovej stránke cujte.sk prinášame pravidelne články z oblasti zdravia. Mnohé z nich majú jedno spoločné. Odborníci v nich poukazujú na skutočnosť, že až takmer deväťdesiat percent úmrtí na Slovensku spôsobia civilizačné choroby, pričom kľúčom v prevencii pred mnohými z týchto ochorení je zdravý životný štýl, ako aj vhodná, pestrá a vyvážená strava.

Odborníci na zdravú výživu odporúčajú konzumovať predovšetkým lokálne a sezónne potraviny, ktoré nemuseli prejsť dlhú cestu, aby sa dostali na pulty našich predajní. Rovnako už roky hovoria o tom, že udržiavanie primeranej hmotnosti, znížený prísun živočišných tukov, zvýšený prísun zeleniny a ovocia, strukovín, celozrnných výrobkov, čerstvých potravín, uvedomenie si, že červené mäso je doplnkom pestrej rastlinnej stravy, nie základom jedálneho lístka, nám môže pomôcť dosiahnuť veľmi pozitívne zmeny.

Väčšina z nás je s týmito skutočnosťami oboznámená, a preto je pre mňa trochu nepochopiteľné vidieť, čo mnohí nakupujúci vo veľkom množstve vkladajú pravidelne do svojich nákupných vozíkov. Zväčša ide o všakovaké priemyselne spracované potraviny, ktoré majú od tých odporúčaných odborníkmi skutočne ďaleko. A potom to, čo by malo byť len zriedkavým prehreškom či doplnkom našej stravy, sa stáva každodennou a dokonca prevažujúcou súčasťou našich jedálničkov.

Dobré zdravie je pre náš život veľmi dôležité, nedá sa však kúpiť za žiadne peniaze. To, čo ho ale dokáže významne ovplyvniť, je kvalita našej stravy. Ak teda máme záujem zachovať si pevné zdravie čo najdlhšie, mali by sme si uvedomiť, že sme skutočne to, čo jeme a venovať výberu potravín, ktoré skončia na našom tanieri, ako aj samotnej príprave jedál, oveľa väčšiu pozornosť, veď to napokon robíme pre seba.

„Nech je tvoja strava tvojim liekom a tvoj liek tvojou stravou,“ povedal už veľmi dávno Hippokrates a jeho odporúčanie je platné dodnes.

» Renáta Kopáčová, redaktorka



DO NÁŠHO KOLEKTÍVU
HĽADÁME

chyznú a pomocnú silu
do kuchyne

s nástupom ihneď.
Pracovisko:
Strachan Resort, Ždiar

Blížšie info:
tel.: 0915 151 815
e-mail: profesia@strachangroup.sk

NEVÁHAJTE, DÁME NEPORIADOK NA PORIADOK!

MOSIMA
IČO: 55 271 499

→ 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 kobrecov
→ generálne upratovanie

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

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

UŽITOČNÉ KONTAKTY www.mojinzerat.sk

KLAMPIARSTVO

0904 121 559 | www.tulis.sk KLTP

NOVÉ STRECHY, OPRAVY, REKONŠTRUKCIE
KLAMPIAR - POKRÝVAČ
0907 940 920



SERVIS OKIEN a výmena tesnenia
ZNIŽUJEME NÁKLADY NA KÚRENIE
Volajte: 0902 111 773 • Hrabušice 9/32

Kongresové centrum SAV ACADEMIA
Stará Lesná

prijme do pracovného pomeru kuchára.

Nástup možný dohodou/ihneď. Blížšie informácie
poskytneme na tel. č. 052/4467464-6,
cintelova@kacademia.sk, pitonak@kacademia.sk.
www.kacademia.sav.sk



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

ČISTENIE HROBOV DOSEKÁVANIE PÍSMO

Čistenie: Jednôhrob 100€ 55€ Dvojhrob 150€ 95€
Impregnácia hrobu ZDARMA, Doprava ZDARMA
Obnova písma: (zlatá, strieborná, čierna, biela) 2€ 1,1€/znak.
Dosekávania 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€ AKCIA!!
Ing. Miroslav Greisiger
0940 653 651, 0919 205 521
www.greisiger.sk
S Vami už od roku 2014

Pri objednaní do 30.6.
TABULKY S MENAMI
VÁZY A SVIETNIKY,
NÁHROBNÉ FOTO



Klenoty Felicita



AKCIA




Zlaté obrúčky

www.felicita.sk 0919 048 630

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

SOLÁRNE SYSTÉMY

UŠETRÍTE ELEKTRICKÚ ENERGIU S FOTOVOLTIKOU!




TENTO MESIAC ZĽAVA DO 30%

→ **NOVÁ TECHNOLOGIA S ROZUMNOU NÁVRATNOSŤOU**

→ **ŠTÁTNA DOTÁCIA 1 500 € AJ NA SPLÁTKY**

FOTOVOLTIKA NA KĽÚČ VŠETKO VYBAVÍME ZA VÁS

daltech.sk

0911 144 477



O.K. OKNO

plast drevo hliník

ROČNÉ 20 SÚBEŽNOSTI

WWW.OKOKNO.SK



vonkajšie/vnútročné ŽALÚZIE

ROLETKY

ZAMERANIE A PONUKA ZADARMO

ŠIROKÁ PONUKA PRODUKTOV

ŠPIČKOVÉ KOMPONENTY

KVALITNÉ PREVEDENIE

VÝHODNÉ CENY

MARKÍZY

SIETKY

KONTAKT: 0948 081 256

DOSTOJEVSKÉHO 23 (VEDIA UTÓPIE)

JBV servis s.r.o | 0910 214 488





VIZUALIZÁCIE INTERIÉROV

Výstavba rodinných domov na kľúč

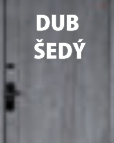
Rekonštrukcie bytových a nebytových priestorov

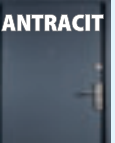
Kuchynské linky a vstavané skrine na mieru

Kúpeľne, obklady, dlažby

BEZPEČNOSTNÉ DVERE

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


AKCIA 430€

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

RÝCHLA PŮŽIČKA

Požičaj si na čokoľvek vo výške od 400 € do 40 000€, Jediné čo potrebuješ je občiansky preukaz

0911 511 154

Poprad J. Currie 16

MONEYGO



Občianska
riadková
inzercia

- 01 AUTO-MOTO / predaj
- 02 AUTO-MOTO / iné
- » Kúpim AGZAT alebo malo-
traktor továrenskej výroby.
0949505827
- » Kúpim SIMSON, BABETU,
STELU, PIONIER, ponúknite.
0949505827
- » Kúpim vojenský GAZ-67,
alebo 69. 0905450533
- 03 BYTY / predaj
- 04 BYTY / prenájom
- 05 DOMY / predaj
- 06 POZEMKY / predaj
- 07 REALITY / iné
- 08 STAVBA
- » Kúpim haki lešenie. Tel.
0908 532 682
- 09 DOMÁCNOSŤ
- 10 ZÁHRADA A ZVERINEC
- 11 HOBBY A ŠPORT
- » Kúpim KRÁLIČIE KOŽE.
0905350531
- 12 DEŤOM
- 13 RÔZNE / predaj
- » Predám 3 kubíky suché
dubové foršne vhodné na
nábytok a dub. hranoly
15x15cm. Vcelku za polovič-
nú cenu. 054/472 44 49
- 14 RÔZNE / iné
- 15 HĽADÁM PRÁCU
- 16 ZOZNAMKA

Páči sa mi
POPRADSKO.SK
na facebooku

Staň sa fanúšikom našej
stránky a sleduj:
- nové inzeráty,
- dôležité info,
- tipy na voľný čas,
- súťaže,...
priamo na našom FB.

**INZERÁT,
KTORÝ
PREDÁVA**

Redakcia **Popradsko**
0905 338 878
0907 877 862

Kamenárstvo
Predajňa SVIT, ul. SNP 145 oproti Bille

Najväčší výber pomníkov na Slovensku

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

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

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

frézovanie
od 15€/bm

**OBHĽADKA
KOMÍNOV
ZDARMA**

**SLOVENSKY CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA
na materiál 30%**

0904 157 144, 0903 874 784

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 Jendroľ**

STAVEBNÉ PRÁCE

tel: 0915 363 983

POTERY A STROJOVÉ OMIETKY

**IZOLÁCIA
PODKROVIA**

**MONTÁŽ
SADROKARTÓNU
9,50€/m²**

**ZATEPLOVANIE
rodinných domov**

**tel: +48
665 719 051**

Chcete si podať inzerát?

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

Príklad: RP PP 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 operátora 4ka. TIP: Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v ktorých týždňoch chcete inzerovať. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

NAJPREDÁVANEJŠIE BEZPEČNOSTNÉ DVERE

0908 995 976 | 0905 794 067

AKCIA NA BEZPEČNOSTNÉ DVERE HISEC!
Neváhajte, platí do vypredania zásob!

430 €

**HISEC TREND
20 DEKOROV**
priechodná šírka dverí = 80cm

ATRAKTÍVNE VZORY DVERÍ S IMITÁCIOU DREVA

NAJVÝHODNEJŠIE CENY PODLÁH A INTERIÉROVÝCH DVERÍ V REGIÓNE!

V CENE JE ZAHRNUTÉ:

- ZAMERANIE,
- KOVANIE /guľa, kľučka/
- KUKÁTKO
- ODVOZ STARÝCH DVERÍ

**LICENCIA NA PREDAJ
A MONTÁŽ**

MALIARSKÉ PRÁCE

Tel.: **0908 470 349**
e-mail: **jaroslav.drevko@gmail.com**

**SADROKARTÓNOVÉ
PRÁCE**

**MAĽOVANIE
STRIEKACÍM ZARIADENÍM**

DACHMANN
www.dachmann.sk

PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

**DREVENÉ A HLINÍKOVÉ
OKNÁ**

SERVIS A OPRAVA OKIEN

- EXTERIÉROVÉ ŽALÚZIE, ROLETY
- PREDAJ PARAPETNÝCH DOSIEK
- ZASKLIEVANIE BALKÓNOV
- SIETE PROTI HMVZU, ŽALÚZIE
- GARÁŽOVÉ BRÁNY

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

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

**FRÉZOVANIE
VLOŽKOVANIE**

**FRÉZOVANIE
od 15€/bm**

- PRESTAVBY
NADSTREŠNÝCH
ČASTÍ KOMÍNOV
- ZATEPLOVANIE
A SIETKOVANIE
KOMÍNOV
- OBHĽADKA KOMÍNOV
ZDARMA

**SLOVENSKY CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA
na materiál 35%**

**REKONŠTRUKCIA
KOMÍNOV**

0948 012 507 • www.profikominy.sk

**REGION
PRESS**
www.regionpress.sk

sieť 39
regionálnych
novín



- Meniny
oslavujú**
- Jún**
16. Blanka,
 - Bianka
 17. Adolf
 18. **Vratislav**
 19. Alfréd
 20. Valéria
 21. Alojz
 22. Paulína
 23. Sidónia
 24. Ján
 25. **Olívia,**
Tadeáš
 26. Adriána
 27. Ladislav,
Ladislava
 28. Beáta
 29. Peter, Pavol,
Petra
 30. Melánia

- Júl**
1. Diana
 2. **Berta**
 3. Miloslav
 4. Prokop
 5. Cyril,
Metod
 6. Patrik,
Patrícia
 7. Oliver
 8. Ivan
 9. **Lujza**
 10. Amália
 11. Milota
 12. Nina
 13. Margita

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

OBNOVA NÁPISOV a DOSEKÁVANIE DÁTUMOV na POMNÍKOKH
PRÍAMO NA CINTORÍNE
čistenie dvojhrobu 100€
0944 229 001

MALIARSTVO
-Nátery striech
-Nátery kostolov
-Nátery vo výškach
-Oprava komínov
-Umyvanie škrídlí a eternitu
0940 167 755
0940 810 159

EURO-MONT BRÚSENIE PARKIET
TMELENIE, LAKOVANIE - OLEJOVANIE
Bezprašná technológia a kompletná renovácia 3x LAK už od: **14,99€/m²**
Sme s Vami už 25 rokov
Bona
0917 755 577 www.brusenieparkiet.com
www.euromont.sk

PRACOVNÁ PONUKA PRE VODIČOV KAMIÓNU
LTrans
VODIČI KAMIÓNU — 1-OSÁDKA, 2-OSÁDKA VOZÍME AUTOMOBILOVÝ PRIEMYSEL PÔSOBIEME NA ZÁPADNOM SLOVENSKU
Benefity: Stabilné zazmluvnené prepravy do krajín EU (DE, IT a i.) aj SR • Víkendy doma • Možná dohoda o turnus • Mzda v závislosti od 1-osádky, 2-osádky, zákazky, skúseností, výkonu vodiča **1450 € - 2000 €** v čistom • Poskytujeme ubytovanie
Požiadavky: VP sk. C, E • Spôhlivosť • Flexibilita • Bezúhonnosť • Schopnosť zvládať stresové situácie • Starostlivosť o nákladné auto
Životopisy zasielajte na:
personalne@ltrans.sk / 0915 910 471

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

Čistenie a údržba hrobov
AKCIA
pred po
Používame materiál nemeckej kvality
jednohrob **55€**
dvojhrob **95€**
malba písma **1,10€/znak**
Predaj a montáž svetníkov a váz za zvýhodnené ceny
0902 509 700
Výmena krycích dosiek, pomníky s nápismi, náhrobné fotky, tabuľky s menami
www.cisteniehrobovsaris.sk

20. júna 1976
vo finále futbalových **Majstrovstiev Európy v Belehrade zvíťazilo mužstvo Česko-Slovenska nad Nemeckom** na pokutové kopy
Výročia a udalosti
Obsadzujeme voľné pracovné pozície: **STROJSTAV CM CONSTRUCTION MACHINERY**
ZVÁRAČ CO₂ - ŽIVNOSTNÍK
• zváranie podľa výkresovej dokumentácie, stehovanie, zváranie, čistenie po zváraní
• zvaračský kurz Z-M1
• čítanie výkresovej dokumentácie
• PRAX nutná
• ubytovanie v areáli
• mzda 10-13 €/hod. - ubytovanie v cene
Svoje žiadosti a životopisy nám posielajte na **lazarcikova@strojstavcm.sk**
Adresa spoločnosti:
Trenčianska 28, Nové Mesto nad Váhom 915 01
Tel.: **032/ 74 176 11, 032/ 74 176 19, 0918 447 129**

Popradská káva
PODNIKOVÁ PREDAJŇA
• AŽ 120 DRUHOV ČAJOV • ČERSTVO PRAŽENÁ KÁVA
• PRÍJEMNÉ PROSTREDIE • ORIGINÁLNE DARČEKY
• HRNČEKY, ČAJNÍKY, • KÁVA A ČAJ SO SEBOU
KAZETY NA ČAJ A INÉ • AKCIOVÉ CENY
OTVÁRACIE HODINY:
PONDELOK 8:00 - 12:00 12:30 - 14:30
UTOROK 7:30 - 12:00 12:30 - 15:00
STREDA 7:30 - 12:00 12:30 - 16:00
ŠTVRTOK 7:30 - 12:00 12:30 - 15:00
PIATOK 7:30 - 12:00 12:30 - 15:00
POPRADE - ZÁPAD
BUDOVA BALIARNÍ OBCHODU POPRADE
HRANIČNÁ 664/16
WWW.POPRADSKE.SK
ESPRESSO KÁVA LEN ZA 1€



KVALITNÉ POTRAVINY za DISKONTNÉ CENY

od pondelka
19. júna



2l
-47%
~~1.89**~~
0.99
• (1l = 0,50)

Coca-Cola/
Coca-Cola Zero/
Sprite/Fanta
• + záloh za obal 0,15 €



1,5l
-20%
~~0.49~~
0.39
• (1l = 0,26)

Lubovnianka
• rôzne druhy
• + záloh za obal 0,15 €



500 g
-28%
~~4.99~~
3.59
• (1kg = 7,18)

Lovecká saláma



Slivkový perník



Supercena
0,55 l
0.49
• (1l = 0,89)

Staropramen
Smíchov
• + záloh za obal 0,15 €



145 g
-35%
~~0.57~~
0.37
• (100 g = 0,26)

Smotanový jogurt
• rôzne druhy



Zmrzlina
s polevou
• rôzne druhy
8 x 120 ml
960 ml
3.99
• (1l = 4,16)



Gouda
• bloček
250 g
-23%
~~2.59~~
1.99
• (1kg = 7,96)

**Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania cien dňa 6. 6. 2023.

Ponuka tovaru platí od 19. 6. do 25. 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



Baza je plná vitamínov

Baza je pomerne známy ker, ktorý od mája až do konca júla kvitne bielymi až žltobielymi kvetmi s charakteristickou a prenikavou vôňou. Jej plody sú čierne až čierňofialové. Je bohatá na množstvo živín a zdraviu prospešných látok.

Baza čierna rastie najmä na vlhších miestach, na lúkach, poliach, či okraji lesov. „V zrelom plode sú organické kyseliny, cukor, sú tiež dobrým zdrojom vitamínu A a C a ideálne je ich spracovať do formy sirupu alebo džemu. Kvety tohto voňavého kríku obsahujú silice, triesloviny, glykozidy, organické kyseliny a vitamín C. Listy zasa obsahujú živicu, glykozidy, sambunigrin, sambucin, vápnik a semená vitamíny B1, B2, B6 a B12,“ hovorí Mgr. Klinčáková z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava. Bazové plody sa používajú hlavne na tíšenie bolesti nervového pôvodu a bolesti chrbta. V ľudovom liečiteľstve sa používa pri liečbe chorôb z prechladnutia a respiračných ochorení ako sú chrípka, bronchitída, angína, kašeľ, nádcha či zápal dutín. „Baza stimuluje potenie, čím napomáha znižovať teplotu a pomáha uvoľňovať dýchacie cesty“, dodáva odborníčka. V týchto prípadoch si môžeme pripraviť bazový čaj. Vhodným pomocníkom pri nachladnutí je aj sirup z kvetov. Tie by sa mali sušiť zavesené za stonku alebo

rozložené v tenkých vrstvách bez priameho slnečného svetla. Je taktiež možné sušiť plody, keď sú už zrelé.

Upozornenie! - Niektoré časti bazy, teda listy, korene, kôra, stonky a dokonca aj nezrelé bobule obsahujú kyanogénne glykozidy, ktoré za určitých okolností môžu uvoľňovať kyanid, ktorého množstvo je síce zriedkavo život ohrozujúce, avšak môže spôsobiť nevoľnosť, vracanie, hnačku, závraty či problémy s dýchaním. Rovnako aj zrelé, ale neuvarené plody môžu spôsobiť ťažkosti.

Konzumácia bazy nie je podľa odborníkov vhodná pre ľudí s autoimunitnými problémami, malé deti, tehotné ženy či pre ľudí, ktorí užívajú lieky s možnými nežiaducimi účinkami.

Informácie poskytol
Regionálny úrad verejného
zdravotníctva Bratislava



» **ren**
zdroj foto RitaE pixabay

www.regionpress.sk
REGION PRESS

19. júna 1946
Edvard Beneš bol jednomyselne **zvolený**
za **prezidenta ČSR**

Výročia a udalosti

JÚNOVÁ AKCIA

eko
PRAX

DOVOZ V CENE

NAJLEPŠIE CENY PRÁVE TERAZ

BUKOVÉ / SMREKOVÉ BRIKETY

960 kg / **321 € / 325 €**
600 kg / **250 € / 260 €**

KVALITNÉ PELETKY PREMIUM A1 / KLASIK A1

1005 kg / **421 € / 405 €**
780kg / **360 € / 341 €**

Akcia trvá do 30.6.2023 alebo do vypredania zásob.

Viac info a objednávky: **0918 348 999**

www.ekomax.sk
info@ekomax.sk

OBNOVA STRIECH

- na eternit a plech bez demontáže krytiny
- hydroizolácie plochých striech
- INDEX MINERAL DESIGN • 3D VZOR

V PONUKE AJ STRIEKANÉ TEPELNÉ IZOLÁCIE

12-ročná záruka na prácu

Ing. Jozef Antoni • info@obnovastrechy.sk
www.obnovastrechy.sk

0903 603 755

RENODACH

PRO MONT
PROMONT GLASS s.r.o.

TERASY - ZIMNÉ ZÁHRADY

DREVO - HLINÍK - OCEĽ - SKLO - PLECH - BRAMAC

26 rokov na trhu

Objednávky: promontglass@promontglass.sk
www.promontglass.sk 0918 623 064

čujte.sk

Pátraj a vyhraj

www.cujte.sk

Najčítanejšie regionálne noviny

REGION PRESS

decodom
KUCHYNSKÉ ŠTÚDIO

ZĽAVY -40%

Využite 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

NAJŽIADANEJŠIE PRODUKTY MESIACA



**OBJAV
ĎALŠIE
PRODUKTY!**

Top cena
~~329⁹⁹~~
Ušetríte 13 €
199⁹⁹



SKLÁPACIE LEŽADLO

Oceľ. konštrukcia, textilný poťah. Sklápacia plocha ležadla je cca š 50 × d 150 cm. OBI č. 1293869 a i.



**OBJAV
ĎALŠIE
PRODUKTY!**

Top cena
~~549⁹⁹~~
Ušetríte 170 €
379⁹⁹



ZÁVESNÉ KRESLO „PINAMAR“

Oceľová konštrukcia a ručne vypletený polyratan, vrátane podušky v sivo-béžovej alebo zeleno-hnedej farbe. Rozmery: v 207 × Ø 103 cm. OBI č. 1336213

vrátane vankúšov z polyesteru



Top cena
~~729⁹⁹~~
Ušetríte 230 €
499⁹⁹



**OBJAV
ĎALŠIE
PRODUKTY!**

ZÁHRADNÁ SEDACIA SÚPRAVA „WILLA“

2× rohové kreslo: 70 × 66 × 66 cm, 1× taburet: 66 × 40 × 64 cm, 1× stôl: 66 × 31 × 66 cm. OBI č. 1617687



Top cena
~~289⁹⁹~~
Ušetríte 90 €
199⁹⁹



**OBJAV
ĎALŠIE
PRODUKTY!**

ZÁHRADNÁ HOJDAČKA „NORFOLK“

3-miestna, 208 × 153 × 113 cm, práškovaná oceľ, strieška/čalúnenie z polyesteru. OBI č. 5006507



Top cena
~~499⁹⁹~~
Ušetríte 150 €
349⁹⁹



**OBJAV
ĎALŠIE
PRODUKTY!**

ZÁHRADNÝ ALTÁNOK

Čierna oceľová konštrukcia, sivý polyesterový poťah, vrátane sieťky proti komárom, cca š 300 × d 300 × v 273 cm. OBI č. 1976208

5-dielna



Top cena
~~1429⁹⁹~~
Ušetríte 429 €
999⁹⁹



**OBJAV
ĎALŠIE
PRODUKTY!**

JEDÁLENSKÁ SEDACIA SÚPRAVA „ELFRIDA“

2-dielna rohová pohovka: cca š 204 × v 83 × h 74,5 cm a š 180 × v 83 × h 74,5 cm, 2 taburety: každý cca š 38 × v 40,5 × h 38 cm a 1 stôl s platňou z bezpečnostného skla: cca š 149,5 × v 68 × h 79,5 cm, hliníková konštrukcia, polyratanový výplet, sivé poťahy a podušky. OBI č. 1336189

Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

Platí od 16. 6. do 29. 6. 2023 alebo do vypredania zásob.

**DOKÁŽETE
ČOKOLVEK**

OBI®

Nabitá inšpiráciou.

Prepojenie, ktoré inšpiruje.
Nová Kia Ceed Sportswagon
Plug-in Hybrid.



Movement that inspires

Nové cesty vždy vedú k novým zdrojom inšpirácie. Nová Kia Ceed Sportswagon Plug-in Hybrid ponúka množstvo funkcií, ako je Kia Connect a ďalšie asistenčné technológie, ktoré ti pomôžu zažiť cestu novými spôsobmi. K tomu veľký batožinový priestor a elektrický dojazd až 57 km,* a čoskoro si uvedomíš, že nová Ceed Sportswagon Plug-in Hybrid je nabitá inšpiráciou, ktorá len čaká na objavenie.



MOTOR GROUP
POPRAD

Motor Group Poprad, spol. s r.o.

Partizánska 3800

058 01 Poprad

+421 52 787 92 30

www.motorgroup.sk

* Podľa cyklu WLTP (predbežný údaj, podlieha finálnej homologizácii).

Kombinovaná spotreba paliva a emisie CO₂ (WLTP): Kia Ceed Sportswagon PHEV 1,3 - 1,5 l/100 km, 29 - 33 g/km. Obrázok je ilustračný.

Volby do Národnej rady SR sú vyhlásené

Ministerstvo vnútra SR v piatok 9. júna 2023 na tlačovej konferencii informovalo o základných faktoch a termínoch týkajúcich sa volieb do Národnej rady SR. Volby sa budú konať v sobotu 30. septembra 2023 v čase od 7. do 22. hodiny.

„Od 9. júna sa začala volebná kampaň a od 9. júna majú občania, ktorí chcú voliť zo zahraničia bez ohľadu na to, či majú trvalý pobyt na Slovensku alebo nie, lehotu na zaregistrovanie,“ povedal minister vnútra SR Ivan Šimko. „Požiadať o voľbu poštou je možné Ministerstvo vnútra SR elektronicky alebo listinne, pričom žiadosť musí byť doručená na MV SR najneskôr 9. augusta,“ priblížila riaditeľka odboru volieb, referenda a politických strán sekcie verejnej správy MV SR Eva Chmelová.

Podanie žiadosti po novom - Novinkou týchto parlamentných volieb je nový modernejší a spoľahlivejší spôsob podávania elektronickej žiadosti. Ministerstvo vnútra SR spúšťa na tento účel novú elektronickú službu pre voľbu poštou, ktorá je dostupná na webovej stránke MV SR. Ďalšou možnosťou je podanie elektronickej žiadosti prostredníctvom ústredného portálu verejnej správy Slovensko.sk, kde je tiež služba dostupná. Žiadosť o voľbu

poštou v listinnej podobe sa zasiela na adresu: Ministerstvo vnútra Slovenskej republiky, odbor volieb, referenda a politických strán, Drieňová 22, 826 86 Bratislava 29, SLOVAK REPUBLIC.

Podrobné informácie o voľbe poštou nájdete na odkaze: www.minv.sk/?nr23-posta

Začiatok volebnej kampane - Volebná kampaň pred voľbami do Národnej rady SR sa začala 9. júna, dňom uverejnenia rozhodnutia o vyhlásení volieb v Zbierke zákonov SR. Volebnú kampaň sú oprávnené viesť iba kandidujúce politické strany.

Podávanie kandidátnych listín - Lehota na doručenie kandidátnych listín politických strán sa končí v nedeľu 2. júla 2023 o 24. hodine.

Delegovanie do volebných komisií - Politická strana alebo koalícia, ktorej kandidátna listina bude zaregistrovaná, môže do 21. augusta 2023 delegovať jedného člena a jedného náhradníka do každej okrskovej volebnej komisie. Rovnako môžu politické strany delegovať člena a náhradníka do okresnej volebnej komisie a okrskovej volebnej komisie utvorenej pre osobitný okrsk.

» ren

Útulňa Jozefa Maka je otvorená

Nalepením pamätných nálepiek do denníka, prostredníctvom ktorého sa môžu turisti podeliť s ostatnými o svoje dojmy z pobytu v Malých Karpatoch, bola v uplynulých dňoch slávnostne otvorená útulňa Jozefa Maka. Útočisko pre diaľkových turistov sprístupnili zástupcovia viacerých subjektov, ktoré sa podieľali na jeho výstavbe.

Útulňa Jozefa Maka nájdete len niekoľko desiatok metrov od smerovníka Mihalínová, neďaleko Cesty hrdinov SNP. Architekti Matthias Arnould, Robert Provazník a Michaela Vatraľová navrhli útulňu ako dvojpodlažnú stavbu, ktorej podkrovie slúži na prenocovanie štyroch až šiestich ľudí. V prípade potreby môže rovnaký počet turistov spať aj na spodnom podlaží. To je prioritne komunitným priestorom slúžiacim na socializáciu turistov, ktorí sa stretli pod jednou strechou. „Každý, kto absolvoval diaľkovú trasu naprieč Slovenskom, pozná dôležitosť turistických útulní. V uplynulých rokoch vznikli z našej iniciatívy dve moderné útulne - vo Volovských vrchoch a na Muránskej planine. Treťou je práve útulňa Jozefa Maka v Malých Karpatoch. Vyrástla v lokalite, kde doteraz podobná turistická infraštruktúra veľmi chýbala,“ uviedol Patrik Pajta z turistického klubu Hikemates. „Ešte pred otvorením útulne sme v spolupráci s

Klubom slovenských turistov doplnili značenie, aby ju diaľkoví turisti ľahko našli. Stojí na mieste, ktoré je výsledkom dohody všetkých partnerov,“ povedala Agáta Mikulová, riaditeľka KOČR Trnavský kraj.

Spolupráca viacerých subjektov

Projekt je ukážkou spolupráce verejného a občianskeho sektora. Architektonický návrh vznikol vďaka crowdfundingovej kampani, ktorú spustilo občianske združenie Hikemates. Finančné prostriedky na realizáciu poskytol Trnavský samosprávny kraj a zastrešovala ju Krajská organizácia cestovného ruchu (KOČR) Trnavský kraj. Táto moderná útulňa vznikla aj vďaka súčinnosti Lesov Slovenskej republiky, Klubu slovenských turistov a Štátnej ochrany prírody Slovenskej republiky – Správa CHKO Malé Karpaty.



» ren
zdroj foto KOČR Trnavský kraj

Pozor na kliešťovú encefalitídu

Úrad verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) upozorňuje na svojej webovej stránke, že kliešťovou encefalitídou sa možno nakaziť aj z nepasterizovaného mlieka či tepelne neupravených mliečnych výrobkov, teda napríklad aj pitím čerstvého, tepelne neopracovaného ovčieho či kozieho mlieka alebo zjedením mliečnych výrobkov z takéhoto mlieka. Nákazy z mliečnych výrobkov evidujú aj tento rok.

V roku 2023 bolo k 7.6.2023, hlásených 32 prípadov kliešťovej encefalitídy po konzumácii tepelne nespracovaných výrobkov z infikovaného mlieka. Najviac prípadov bolo priebežne hlásených z Banskobystrického a Trenčianskeho kraja. „Vlani sme zaznamenali najvyšší výskyt prípadov kliešťovej encefalitídy na Slovensku za posledných 60 rokov. Počet prípadov presiahol číslo 200, ktoré bolo naposledy prekročené v roku 1960. Aj počas leta sme evidovali viaceré epidémie, pri ktorých boli za pravdepodobný prameň nákazy KE považované výrobky z nepasterizovaného (ovčieho) mlieka,“ popisujú odborníci.

Mlieko treba prevariť

„Osobám, ktoré nie sú očkované proti kliešťovej encefalitíde, odporúčame v prípade nepasterizovaných mliečnych výrobkov, najmä ovčieho a kozieho pôvodu, prevariť surové mlieko pred kon-

zumáciou. Syr vyrobený zo surového mlieka je zas potrebné opieť z oboch strán,“ radia odborníci a dodávajú, že vírus kliešťovej encefalitídy sa ničí pri teplote 70 °C.

Prevenciou je očkovanie proti ochoreniu

Očkovať proti kliešťovej encefalitíde sa možno celoročne. Podľa odborníkov je ideálne začať očkovanie štandardnou schémou už v zimných mesiacoch, kedy kliešte nie sú aktívne. „V súčasnosti, za účelom rýchleho dosiahnutia ochrany (tá nastáva približne 14 dní po aplikácii druhej dávky vakcíny) je možné použiť zrýchlenú očkovaciu schému,“ odporúčajú. Následné preočkovanie je o tri roky po ukončení základnej schémy. Interval ďalších preočkovaní sú tri, respektíve päť rokov v závislosti od zdravotného stavu a veku očkovaných osôb. „Očkovanie proti kliešťovej encefalitíde odporúčame ľuďom, ktorí v rámci výkonu svojej práce môžu prísť do kontaktu s kliešťovou encefalitídou, ako sú napríklad zamestnanci v lesnom hospodárstve, zememerači, značkári turistických chodníkov, zamestnanci horských chát a lanoviek a podobne. Samozrejme, toto očkovanie sa odporúča aj ľuďom, ktorí trávia svoj voľný čas v prírode – psičiarom, hubárom, turistom a podobne,“ uzatvárajú odborníci.

» ren

Predĺžený rodičovský príspevok

Ako sme už na stránkach našich novín informovali, rodičia detí vo veku od 3 rokov, ak ich neprijali z kapacitných dôvodov do spádovej materskej školy, majú nárok na predĺžený poskytovanie rodičovského príspevku. U rodičov v tejto súvislosti vyvstávajú viaceré otázky. Odpovede na ne priniesol rezort práce, sociálnych vecí a rodiny SR:

- Rodičovský príspevok z dôvodu neprijatia dieťaťa do MŠ je určený pre rodiča, ktorý zabezpečuje starostlivosť o dieťa, ktoré neprijali do spádovej materskej školy podľa trvalého pobytu dieťaťa, najdlhšie však do začiatku školského roka, v ktorom si začne plniť povinné predprimárne vzdelávanie.

- Spádovosť jednotlivých materských škôl si určuje ich zriaďovateľ podľa rozloženia obce. Spádovosť je určená vo všeobecne záväznom nariadení obce. Každému dieťaťu prináleží podľa jeho trvalého pobytu len jedna spádová materská škola.

- V prípade, ak sa v obci nenachádza materská škola a obec nevytvorí podmienky na určenie spádovej materskej školy - neuzatvorí písomnú dohodu s inou obcou, regionálny úrad miestnej štátnej správy v školstve zriadi materskú školu, ktorá bude plniť tento účel.

- Pre dieťa, ktoré dosiahol 5 rokov veku do 31. augusta, ktorý predchádza začiatku školského roka, od ktorého

bude dieťa plniť povinnú školskú dochádzku v základnej škole, je predprimárne vzdelávanie povinné.

- Vo všeobecnosti sa na predprimárne vzdelávanie v zmysle školského zákona prijímajú deti od 3 rokov veku. Len vo výnimočných prípadoch môže byť prijaté aj dieťa od 2 rokov veku. Starostlivosť o deti do 3 rokov je zabezpečovaná prostredníctvom doteraz vyplácaného rodičovského príspevku.

- V súlade so zákonom o rodičovskom príspevku je potrebné predložiť len rozhodnutie o neprijatí dieťaťa do spádovej materskej školy podľa trvalého pobytu dieťaťa, a to na základe riadneho zápisu v mesiaci máj príslušného kalendárneho roka, v ktorom dieťa najneskôr do 31. augusta dovŕši 3 roky veku. Rozhodnutie o neprijatí dieťaťa nemôže byť staršie ako 12 mesiacov. Jeho platnosť je na školský rok.

- Nárok sa uplatňuje podaním písomnej žiadosti o rodičovský príspevok na príslušnom úrade práce, sociálnych vecí a rodiny podľa trvalého pobytu. Nie je možné pokračovať v poskytovaní rodičovského príspevku na základe pôvodnej žiadosti o rodičovský príspevok.

- Rodičovský príspevok sa poskytuje vždy na školský rok – tak ako sa aj prijímajú deti do materských škôl, teda od 1. septembra do 31. augusta daného školského roka.

» ren

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

areon

Vyberte si prácu v Nemecku

• aj bez znalosti nemeckého
• logistika, výroba, gastronómia
• www.pracuj-v-nemecku.sk
• bezplatná telefónika: +421 950 105 105

Oplatí sa.sk

ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE!

**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

POPRADESKO KEZMARSKO

TU MÔŽE BYŤ VAŠA REKLAMA

SLOVENSKÉ LIEČEBNÉ KÚPELE PIEŠŤANY, a.s.

ponúkajú možnosť práce
vo svojich hoteloch a balneoterapeutických zariadeniach
v pracovných pozíciách

Čašník
základná mesačná mzda od 850,-€ do 1059€ brutto
+ osobné ohodnotenie do 150€ brutto
+ príplatky podľa počtu odpracovaných sobôt, nedeľ, sviatkov
(priemerný zárobok od 850€ do 1180 € brutto)

Kuchár
základná mesačná mzda od 900€ do 1300€ brutto
+ osobné ohodnotenie do 300€ brutto
+ príplatky podľa počtu odpracovaných sobôt, nedeľ, sviatkov
(priemerný zárobok od 900 € do 1350 € brutto)

Chyžná / upratovačka
základná mesačná mzda od 710€
+ osobné ohodnotenie do 50€
+ príplatky podľa počtu odpracovaných sobôt, nedeľ, sviatkov
(priemerný zárobok od 710€ do 900€ brutto)

Masér
základná mesačná mzda od 1029,35€ brutto - v závislosti od praxe
+ príplatky podľa počtu odpracovaných sobôt, nedeľ, sviatkov
(priemerný zárobok 1160€ brutto)

Ponúkame aj
- prácu na dohodu počas letnej sezóny,
- hod. mzda od 4,30€ do 5,92€ brutto + príplatky v zmysle Zákonníka práce

Bližšie informácie:
PhDr. Andrea Gondeková, 033 / 775 2811
www.ensanahotels.com/sk/destinacie/slovensko/jobs---career
www.profesia.sk

Žiadosť a životopis môžete zasielať na nižšie uvedené kontaktné adresy:
e-mail: personal@ensanahotels.com
SLK PIEŠŤANY, a. s. Winterova 29, 921 29 Piešťany, divízia Ľudské zdroje

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 vstreľávajú 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 nechto.

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 antioxidantáciu 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 lipozomálne 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



ZIMNÉ ZÁHRADY
ZASKLENIA BALKÓNOV
A TERÁS • PRÍSTREŠKY
PREKRYTIA BAZÉNOV
HLNÍKOVÉ A NEREZOVÉ
ZÁBRADLIA A BRÁNY

gszasklenie.sk
0800 333 223

ZAMERANIE A
3D VIZUALIZÁCIA
ZDARMA

**ZĽAVY AŽ
DO 50%**

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD

rodinné domy
ZĽAVA 50%

Patentovaná
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových
čističov

f BombaFasada
www.BombaFasada.sk

0905 148 393

BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA

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

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podpilovanie muriva
- chemická injektáž

ZĽAVY 20%

STOP
vlhkým múrom
0918 671 541

**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
Kľúčový finančný nástroj regionálneho rozvoja



Zelená
domácnosť

Dotácie od EU
1 500 €

*Fotovoltaická elektrárňa 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 €