REGIONPRESS 13. TÝŽDEŇ / 28. MAREC 2025

SPIŠSKO
SPIŠSKONOVOVESKO-LEVOČSKO-GELNICKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 32 540 domácností

čujte.sk
Čítajte nás:
www.cujte.sk

MK AUTO SK
ĎAKUJEME
UŽ 3. ROK SME
AUTOPREDAJCA ROKA 2024
KOŠICKÝ KRAJ
2022 2023 2024
99-010

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
99-011

PROFI STRECHA
RÝCHLO A KVALITNE
•NÁTERY STRIECH
•NÁTERY VO VÝŠKACH
•NÁTERY KOSTOLOV
•OPRAVA A MUROVANIE KOMÍNOV
0940 366 431
FARBY KTORÉ ŽIJÚ ZA VÝHODNÚ CENU
58_0030

PERUKOS POTERY
• STROJOVÉ CEMENTOVÉ POTERY
• PENOBETÓN
0948 611 918
www.cementove-potery.sk
99-005

VÝBORNÁ STRECHA
-NÁTERY STRIECH
-OPRAVA KOMÍNOV
-DLHÁ ŽIVOTNOSŤ FARIEB
-ZA VÝHODNÉ CENY
0940 151 498
53_0051

www.regionpress.sk
REGION PRESS

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA
Redakcia
Spišsko
0905 338 878
e-mail:
petrekova@regionpress.sk

PREDAJ ŽIVEJ HYDINY VO VEĽKOM SLAVKOVE
NOSNICE
Termín: od marca cca každé 3 týždne
KURČATÁ BROJLERE
Jednodňové ■ termín: cca 1.4. a 15.4.
Jednokilové ■ termín: koniec apríla, začiatok mája
MORIAKY
termín: máj ■ váha: cca 2,5 kg
Prijímame objednávky na tel. č.
0911 952 229 alebo 052 7767 359
99-022

Citáty

František Saleský
Dve veci nám pomôžu zotrvať v nábožnom živote: rozhodnutie plniť si povinnosti stavu a odvaha neznepokojiť sa a nezmalomyseľnieť pri chybách, ktorých by sme sa mohli dopustiť.

STROJOVÉ POTERY a omietky
PIESOK, ŠTRK, KAMENIVO A ZEMINA
od 15m³ - dovoz zdarma
0948 300 988
53-0090

ČISTENIE HROBOV
• Čistenie hrobov • Obnova písma
• Dosekávanie písma
AKCIA
JEDNOHROB ~~90€~~ 80€
DVOJHROB ~~140€~~ 120€
Obnova písma ~~2,00€~~ 1,50€/ZNAK
Impregnácia a doprava ZDARMA
0911 996 087 0949 651 250
www.cistenie-hrobov.sk
25_0024

ŠTRKY·PIESKY·UHLIE
0907 519 566
štrk betonársky
drvené kamenivo
piesok betonársky
piesok obsypový
dunajský kameň
cement
Ponúkame taktiež:
betónové skruže
doprava
zemné práce
www.prachnar.sk
Radlinského 17, Spišská Nová Ves
99-008

Bezplatný týždenník
SPIŠSKO
SPIŠSKONOVOVESKO-LEVOČSKO-GELNICKO
EV 6204/24
vydáva spoločnosť
REGIONPRESS
so sídlom Pekárska 7489/40A,
917 01 Trnava, IČO: 36252417.
Ročník II, rok 2025
Redakcia: Bajkalská 3852/20 POPRAD
spissko@regionpress.sk
INZERCIA
Mgr. Marcela Petreková 0905 338 878
Distribúcia:
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk
Vychádzame na recyklovanom papieri
DISTRIBÚCIA (32.540 domácností)
párny týždeň:
Smižany, Levoča, Domaňovce, Spišské Podhradie, Spišský Hrhov, Spišský Štvrtok, Gelnica, Novoveská Huta, Spišská Nová Ves, Danišovce, Harichovce, Hrabušice, Iliašovce, 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, Iliašovce, Jamník, Krompachy, Letanovce, Lieskovany, Markušovce, Odorín, Spišské Tomášovce, Spišské Vlachy, Spišský Hrušov, Teplička

Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovou úpravou.

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

Západné Slovensko		
BV	97.240	Bratislavsko Východ
BZ	106.540	Bratislavsko Západ
DS	34.320	Dunajskostredsko
GA	34.390	Galantsko+Šaliansko
HC	30.330	Hlohovecko+Sereďsko
KM	16.450	Komárňansko
LV	30.580	Levicko
MA	29.680	Malacko
NR	54.170	Nitriansko
NZ	35.050	Novozámocko
PK	22.970	Pezinsko
PN	41.870	Piešťansko+NM+MY
SC	35.420	Senecko
SE	36.750	Senicko+Skalicko
TO	41.930	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59.870	Trenčiansko+DCA+IL
TT	49.930	Trnavsko
ZM	20.930	Zlatomoravsko

Stredné Slovensko		
BB	56.200	Banskobystricko+BR
KY	29.300	Kysucko=CA+KM
LI	37.270	Liptovsko=LM+RK
LC	30.860	Lučenecko+VK+PT
MT	38.570	Martinsko+TR
OR	34.980	Oravsko=DK+NO+TS
PB	33.590	Považsko=PB+PU
PD	40.150	Prievidsko
ZV	38.400	Zvolensko+DT+KA
ZH	26.880	Žiarsko+ZC+BS
ZA	50.780	Žilinsko+BY

Východné Slovensko		
BJ	37.210	Bardejovsko+SK+SP
GE	30.830	Gemersko = RV+RS+RA
HU	27.190	Humensko=VT+SV+ML
KE	92.130	Košicko
KS	24.900	Košicko okolie
SL	12.940	Ľubovniansko
MI	31.260	Michalovsko+TV+SO
PP	41.520	Popradsko+KK
PO	49.940	Prešovsko+SB
SN	32.540	Spišsko+LE+GL

Poukážte správne 2 % z daní

2% z daní bude možné rodičom poukázať až za tento rok, to znamená až v roku 2026. V tomto roku stále môžu daňovníci poukázať 2 % zo svojich daní napríklad neziskovým organizáciám, občianskym združeniam či nadáciám.

Fyzické osoby, ktorým zamestnávateľ vykonal ročné zúčtovanie preddavkov na daň z príjmov zo závislej činnosti, a vystavil Potvrdenie o zaplatení dane z príjmov zo závislej činnosti na účely vyhlásenia o poukázaní sumy do výšky 2 % alebo 3 % - predložia daňovému úradu vyhlásenie o poukázaní podielu zaplatenej dane, spolu s týmto potvrdením. „Vyhlásenie je možné podať iba na štruktúrovanom tlačive určenom finančnou správou, ktoré nájdu daňovníci na portáli finančnej správy v Katalógu formulárov," pripomína Finančná správa (FS) a dodáva, že fyzická osoba, ktorej zamestnávateľ vykonal ročné zúčtovanie preddavkov na daň z príjmov zo závislej činnosti za rok 2024, predkladá vyhlásenie o poukázaní podielu zaplatenej dane do 30.04.2025.

Fyzická osoba - Fyzická osoba, ktorá podáva daňové priznanie k dani z príjmov za rok 2024, je oprávnená v daňovom priznaní vyhlásiť, že podiel zaplatenej dane do výšky 2 % sa má poukázať ním určenému prijímateľovi. Fyzická osoba môže poukázať aj 3 % podiel zaplatenej dane, ak v roku 2024 vykonávala dobrovoľnícku činnosť v rozsahu najmenej 40 hodín. V takomto prípade je povinná doložiť aj písomné potvrdenie, ktoré je prílohou vyhlásenia. „Fyzická osoba môže darovať 2 % (3 %) len jednému prijímateľovi, pričom podiel zaplatenej dane je najmenej 3 eurá," objasňuje FS.

Právnická osoba - Právnická osoba, ktorá podáva daňové priznanie k dani z príjmov právnickej osoby za rok 2024 - je oprávnená v daňovom priznaní vyhlásiť, že podiel zaplatenej dane sa má poukázať ním určeným prijímateľom do výšky 1 % zaplatenej dane. V prípade splnenia podmienky darovania 0,5 % zaplatenej dane na verejnoprospešný účel, môže prostredníctvom daňového priznania poukázať 2 % dane. Právnické osoby môžu poukázať 1% (2 %) aj viacerým prijímateľom, každému však najmenej 8 eur.

Pri vypĺňaní daňového priznania respektíve vyhlásenia na portáli finančnej správy je zabezpečené prepojenie na Zoznam prijímateľov z Notárskej komory SR a výber zvoleného prijímateľa do príslušného riadku daňového dokumentu. „Daňovníkom, ktorí vypĺňajú daňové dokumenty ručne, finančná správa odporúča, aby si vopred preverili, či sa napríklad nezisková organizácia, nadácia, alebo občianske združenie nachádza v Zozname prijímateľov – Notárskom centrálnom registri určených právnických osôb, ktorý vedie Notárska komora SR a je verejne dostupný na stránke ***www.notar.sk***, ako aj na portáli finančnej správy," vysvetľuje FS. » ren

UŽITOČNÉ KONTAKTY
www.mojinzerat.sk

LIKVIDÁCIA AZBESTOVÝCH STRIECH
www.Leeris.sk, 0944 923 476, info@leeris.sk
66-008

KLAMPIARSTVO
0904 121 559 | www.tulis.sk KLTP
37-13

LIKVIDÁCIA AZBESTU
Likvidácia azbestových strešných krytín
www.azbeststrechy.sk
0904 638 568
99-036

MAĽOVANIE STRIECH
čistenie & nátery striech
rodinné domy - chaty - kostoly - priemyselné objekty
+421 940 876 441 www.striechacolorcoat.com
37-38-2

REKONŠTRUKCIE NA KĽÚČ
• BYTOVÉ JADRÁ
• OBKLADY A DLAŽBY
• PODLAHY
• OMIETKY
• MALIARSKE PRÁCE
0904 144 122 | rekonspis@gmail.com
99-048

SERVIS OKIEN
VÝMENA TESNENIA
OPRAVA A NASTAVENIE OKIEN
PLASTOVÉ AJ EUROOKNÁ
KVALITNE A ZA ROZUMNÚ CENU
VONKAJŠIE ŽALÚZIE A ROLETY
CENA AJ TELEFONICKY
0902 111 773
Pavol Juščák - OknoRenova
Nová 9/32
053 15 Hrabušice
OKNO RENOVA
obhliadka termokamerou zdarma
www.oknorenova.sk
99-020

PEKNÁ STRECHA
NÁTERY STRIECH
VÝMENA STRIECH
OPRAVA KOMÍNOV
Za priateľnú cenu
0908 842 631
53_0055

NÁTERY STRIECH
OPRAVA KOMÍNOV
NOVÁ STRECHA.
Za rozumnú cenu
0908 152 485
53-0051

ČISTENIE PERIA, ŠITIE PAPLÓNOV A VANKÚŠOV
DOPRAVU ZABEZPEČÍME
0950 266 074
66-040

ŠUMNÁ STRECHA
-nátery striech
-nátery kostolov
-oprava komínov
MICHAL
0908 337 893
53-0068

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
66-011

Hrubé stavby
Plechové strechy, krovy
Výmena rín
Zateplenie domov
Bytové jadrá
Omietky, potery
Sadrokartóny, maľovky
Oplotenie pozemkov (betónové, pletivové, okrasné)
Zámkové dlažby
Nátery striech, plotov
0948 107 877
20-0010

KAŽDÝ DEŇ

NÍZKE CENY

AJ NA VEĽKÚ NOC

40% ZĽAVA

~~2.59~~*

1.55

(100 g = 0,78)

Maslo

200 g

XXL XXL XXL XXL XXL

19% ZĽAVA

~~4.80~~***

3.89

(1 kg = 5,98)

Eidam

650 g

bloček

650 g

0,5 l iba 0.55

39% ZĽAVA

~~7.29~~*

4.39

(1 l = 1,10)

Staropramen Smíchov

8 x 0,5 l = 4 l

+ záloh za obaly 1,20 €

50% ZĽAVA

~~11.49~~*

5.69

Toaletný papier

24 kotúčikov

3-vrstvový

1 kotúčik iba 0.24

XXL XXL XXL XXL XXL

OD PONDELKA

OD PONDELKA 31. 3. DO NEDELE 6. 4.

ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

51% ZĽAVA

~~5.53~~***

2.69

(1 kg = 4,48)

Koktejlové paradajky strapcové

600 g balenie

48% ZĽAVA

~~3.69~~

1.89

(1 kg = 3,78)

Ružové hrozno bezjadierkové

500 g balenie

52% ZĽAVA

~~3.69~~

1.75

(1 kg = 3,50)

Lidl Plus

31% ZĽAVA

~~2.19~~

2.19

Kuracie štvrte XXL

cena za 1 kg

MÄSIARSKA ČERSTVÉ MASO

XXL

20% ZĽAVA

~~8.50~~

6.79

Bravčová panenka

cena za 1 kg

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

*Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobku.

**Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania cien dňa 11. 3. 2025.

***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávaného produktu zvoleného do stálého sortimentu spoločnosti Lidl Slovenská republika, s.r.o. pri prepočte na hmotnosť produktu v akciovom výstave.

Ponuka tovaru v letáku platí od 31. 3. do 6. 4. 2025 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v balení a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

49-0002

ŠTRKY PIESKY

MAXITRADE s.r.o.

- PREDAJ
- AUTODOPRAVA

požičovňa

plošina NISSAN CABSTAR 16m 4x4
vozíka | žaby | žehličky | miešačky

0911 944 287
Tatranská 126, 053 11 Smižany
AREÁL POĽNOHOSPODÁRSKEHO DRUŽSTVA

AUTOBUSOVÁ DOPRAVA

0903 272 995

99-015

Kamenárstvo DORZI

Skvelá práca a kvalita

Nové žulové hroby
Oprava hrobov
Chodníky a dlažby
Betónové základy
Obnova a doplnenie písma
Čistenie a impregnácia
Sklenené náhrobky (3D)
Demontáže hrobov
Výkopy a krypty
Výmena starých náhrobkov a platní

Obhliadka a nacenenie ZADARMO
www.DORZI.sk
0949 562 763 - 0940 969 109

87-0057

NAJ STRECHA s.r.o.

NAJLEPŠIA oprava strechy

KONTAKT 0940 776 203

OPRAVA eternitových, plechových, šindlových a plochých striech

- bez potreby demontáže starej strechy
- zameranie, poradenstvo ZDARMA
- pre dôchodcov ŠPECIÁLNA ZĽAVA
- oprava komínov, oprava a montáž odkvapových žľabov

UŽ 14 ROKOV NA TRHU

NOVINKA - Fúkaná izolácia za bezkonkurenčnú cenu

www.naj-strecha.sk • facebook: Naj-strecha sro

88-15-9

SUDOKU

	2							
			7	6			5	2	
	3		4					8	9
	9		5						
	4		6				8		
		8							7
			2	9				3	6
		3			4	6		7	
						2	4		5

MUŠKÁT
od roku 1992

ZÁHRADNÉ CENTRUM LIESKOVANY

0905 320 403 | www.muskat.sk | muskat@muskat.sk
Otváracie hodiny: PO-PIA: 8.00-17.00, SOBOTA 8.00-12.00

OVOCNÉ STROMY A KRY
NA PREDAJ

PROFI BALENIA 250L SUBSTRÁTY
ZA VÝHODNÉ CENY

JARNÉ KVETY

99-046

Najväčšou motiváciou prestať fajčiť bola moja rodina

„V čase, keď sa zariadenie na nahrievaný tabak dostalo na Slovensko, som vôbec nevedela, ako funguje. Vďaka mojej dospelej dcére som ho síce vyskúšala, ale po niekoľkých dňoch som ho vrátila. Cigariet som sa, bohužiaľ, vzdať nedokázala. Po roku som si všimla, že viac ľudí v mojom okolí urobilo zmenu a prešlo na bezdymové zariadenia. Dokonca mi potvrdili výhody jeho používania. Rozhodla som sa dať tomu druhú šancu. Motivovala ma predovšetkým rozrastajúca sa rodina. Zariadenie som vydržala používať celý týždeň, nekombinovala som ho s cigaretami, a odvtedy som si už nikdy nezapálila. Som rada, že to moja rodina oceňuje. Vnímam, že ide o lepší variant pre mňa aj moje okolie. V dnešných časoch bezdymových alternatív nechápem, že niekto ešte fajčí klasické cigarety.“

Fajčiari, pozor!

Prečítajte si nasledujúce riadky a cigaretu navždy uhaste

Najlepšie je nefajčiť vôbec, ideálne ani nikdy nezačať. To si uvedomuje azda každý fajčiar. Preto ak fajčíte, tak s tým skoncujte! Pre tých, ktorí by inak pokračovali vo fajčení, sú určite lepšou voľbou bezdymové alternatívy.

To, že cigarety nie sú tým najlepším životným spoločníkom, si uvedomujú aj fajčiari. Veľmi dobre vedia o rizikách tejto neresti. Väčšina z nich dokonca skúsila s fajčením skoncovať, a to opakovane. Či už to bolo kvôli strachu o vlastné zdravie, zlepšeniu kvality života pre seba aj okolie, alebo pre peniaze.

1 Poznáte to? Chceme skončiť s fajčením, ale...

Skoncovať s fajčením nie je jednoduché. Pevná vôľa nám vydrží týždeň či pár mesiacov, v mnohých prípadoch sa zlozvyk vracia späť. „Na pomoc“ mu príde celý rad výhovoriek a prekážok. Fajčenie cigariet si ospravedlňujeme tým, že nám pomáhajú zvládať stresové situácie alebo nepribrať, a nakoniec začneme zľahčovať vplyvy na naše zdravie. Nemenej osvedčené sú výhovorky, že bez cigariet sa cítime divne medzi priateľmi. Veď je to len jedna cigareta ku káve alebo dve pri pive. Alebo že fajčenie k nám skrátka patrí. A celé to obvykle uzavrie povzdych, že skrátka nemáme dostatočne pevnú vôľu skončiť.

2 Problémy spôsobuje horenie cigarety

Najlepším riešením je s fajčením skoncovať úplne. Mnohí fajčiari však potvrdia, že prestať fajčiť zo dňa na deň je pre nich mimoriadne náročné, a to práve kvôli závislosti od nikotínu.

Čo robiť v takom prípade? Vyhľadajte odbornú pomoc alebo skúste niektorý z dostupných prostriedkov pre odvykanie od fajčenia, ako sú pastilky alebo náplasti. A ak sa nechcete z akéhokoľvek dôvodu nikotínu vzdať, zvážte prechod na bezdymové alternatívy. Medzi ne patria aj zariadenia na nahrievanie tabaku, e-cigarety alebo nikotínové vrecúška.

Klasická cigareta

- Obsahuje nikotín
- Vytvára škodlivý cigaretový dym, decht a popol
- Tabak sa spaľuje
- Zanecháva cigaretový zápach na oblečení, vlasoch a pokožke
- Produkuje 6 000 chemikálií/ 100 z nich je klasifikovaných ako škodlivé alebo potenciálne škodlivé

Mýtus o nikotíne, pravda o dechte

Mnoho fajčiarov si myslí, že pôvodcom ochorení spojených s fajčením je nikotín. Ako je to však naozaj? Nikotín a decht sú dve rozdielne veci. Cigarety ľudia fajčia kvôli nikotínu. Ten je síce návykový, nie je však hlavnou príčinou ochorení spojených s fajčením. Skutočným vinníkom, ktorý je zodpovedný za najväčšie škody na zdraví dospelých fajčiarov, je tabakový dym, resp. tabakový decht – zmes chemických látok, ktorá vzniká počas horenia cigarety a obsahuje karcinogénne a toxické látky nebezpečné pre zdravie.

Zariadenia na nahrievanie tabaku alebo e-cigarety

- Obsahujú nikotín
- Tabak alebo kvapalina sa nahrievajú
- Produkujú o 95 % menej škodlivín v porovnaní s cigaretami*
- Vytvárajú aerosól
- Nezanechávajú cigaretový zápach na pokožke, vo vlasoch a na oblečení

Bezdymové zariadenia nie sú bez rizika. Obsahujú nikotín, ktorý je návykový. Sú určené výhradne pre dospelých fajčiarov, ktorí by inak pokračovali vo fajčení cigariet alebo užívaní iných nikotínových výrobkov. Bezdymové zariadenia nie sú prostriedkom na odvykanie od fajčenia. Najlepším spôsobom, ako znížiť zdravotné riziká spojené s užívaním výrobkov s obsahom tabaku alebo nikotínu, je prestať ich celkom užívať.

* Platí pre bezdymové zariadenie na nahrievanie IQOS. „O 95 % menej“ predstavuje priemerné zníženie hladiny 9 škodlivých chemických látok, ktorých obsah odporúča Svetová zdravotnícka organizácia znížiť v cigaretovom dyme a ktoré nezahŕňajú nikotín. To nevyhnutne nepredstavuje zníženie rizika o 95 %.

33-0007

SUDOKU

	7						3	
		4		7				6
					9	1		7
9						4		
			1				2	3
			2		3		5	
	3			6	4			5
				1		6		
			9		2		4	

SUDOKU

5	1	2						
				9				2
						8		5
1	3		6			5		
		8					6	
				8			7	3
	9		8					
			5			2		
7		3	2					1

Chcete si podať riadkový inzerát?

Pošlite SMS na tel. č. 8866 v tvare RP (medzera) SN (medzera) číslo rubriky (medzera) Text inzerátu.

Príklad:
RP SN 7 Predám hlboký modrý kočík. 0987 654 321

Inzerát bude po skontrolovaní spoplatnený spätnou SMS, ktorú Vám vyúčtuje Váš mobilný operátor.

Cena spätnej SMS (vrátane DPH):

- Text do 50 znakov 1 €
- Text do 100 znakov 2 €
- Text nad 100 znakov 3 €

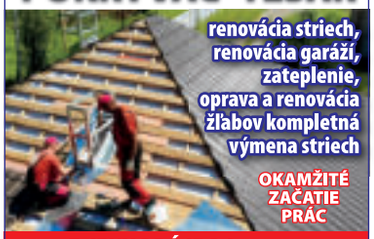
Čísla rubrík:
1 – Auto-Moto
2 – Elektro, technika
3 – Domácnosť, nábytok
4 – Dom a záhrada
5 – Zverinec, drobnochov
6 – Hobby a šport
7 – Deťom
8 – Darujem
9 – Zoznámenie
0 – Rôzne

Komerčné inzeráty, pozvánky na akcie, ponuky zamestnania a reality v riadkovej inzercii neuverejňujeme. V prípade záujmu o zverejnenie tohto typu inzerátu kontaktujte našich obchodníkov. SMS je možné podať aj v novinách v iných regiónoch. V takom prípade nahraďte písmena „SN" v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tiráži.

(Službu platbamobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

REGION PRESS
www.regionpress.sk
sieť 39 regionálnych novín

TOP PONUKY TÝŽDŇA

POKRÝVAČ- TESÁR


-10% Z CENY PRÁCE DO 31.03.2025
ZDARMA
doprava,vypracovanie cenovej ponuky
ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!
Kontakt: +421 949 623 050
91-0059

Oplatísa.sk
ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE !

PRENÁJOM KÁVOVAROV

SANREMO D8 Profesionálny pákový kávovar
1 DEŇ 60 € | VÍKEND 90 € | 2-10 DNÍ 40 € | 11-60 DNÍ 20 € | 60 DNÍ + 9 €
JURA X10 Veľký automatický kávovar
1 DEŇ 25 € | VÍKEND 35 € | 2-10 DNÍ 20 € | 11-60 DNÍ 15 € | 60 DNÍ + 7 €
JURA E6 Malý automatický kávovar
1 DEŇ 20 € | VÍKEND 30 € | 2-10 DNÍ 15 € | 11-60 DNÍ 10 € | 60 DNÍ + 5 €
FIORENZATO F64 Mlynček
1 DEŇ 20 € | VÍKEND 30 € | 2-10 DNÍ 15 € | 11-60 DNÍ 10 € | 60 DNÍ + 5 €

ČERSTVO PRAŽENÁ KÁVA
Pri pravidelných odberoch kávy, prenájom kávovaru zdarma.

SINGLE ORIGIN 100% ARABICA 250G
SINGLE ORIGIN 100% ARABICA 500G
MISTERO BLEND 80/20 500G
VENETO BLEND 1KG
TOSCANA 100% ARABICA 1KG

BIG BEAN, Logistická 6, 917 01 Trnava
+421 910 315 415, info@domkavy.sk
Pondelok – Piatok: 08:00 – 16:30
Jedná sa o nezáväznu B2B ponuku.

AJ V APRÍLI BUĎTE NA OČIACH

Vyskúšajte čím skôr
ÚČINNÚ REKLAMU
v najčítanejšom týždenníku na Slovensku
SPIŠSKO
Týždenne až v 32 540 domácnostiach

Pripravte si nátierky a šaláty

Vyčarujme si na tanieri jar

V tomto období náš organizmus priam prahne po vitamínoch. Na pultoch obchodov či u predajcov na trhu je už v ponuke dostatok mladej jarnej cibuľky, reďkovky, šalátov či pažítky, z ktorých si môžeme pripraviť chutné šaláty či nátierky a doplniť tak potrebné vitamíny.

Nátierka s jarnou cibuľkou

Suroviny: 1/2 zeleru, 4 mrkvy, 2 jarné cibuľky, šťavu z polovice citróna, 250 g tvarohu, 1 biely jogurt, soľ

Postup: Zeler a mrkvu najemno nastrúhame, jarnú cibuľku pokrájame na kolieska, všetko vložíme do misky a dôkladne premiešame. Pridáme šťavu z citróna, tvaroh, biely jogurt a opäť premiešame. Dochutíme soľou. Podávame s celozrnným chlebom, prípadne bagetou.

Reďkovková nátierka

Suroviny: 3 viazaničky reďkovky, 100 g masla, 3 ks krémového syra, 3 na tvrdo uvarené vajcia, 1PL nasekanej pažítky, citrónovú šťavu a soľ na dochutenie, reďkovku na zdobenie pokrájanú na kolieska

Postup: Maslo dáme do misky, necháme ho zmäknúť a následne vymiešame s krémovým syrom a soľou. Na strúhadle s väčšími slzičkami postrúhame umyté reďkovky a na tvrdo uvarené vajíčka a pridáme do misky k vymiešanému maslu so syrom. Ochutíme citrónovou šťavou. Nátierku podávame natretú na tmavý alebo celozrnný chlieb. Ozdobíme nasekanou pažítkou a kolieskami reďkovky.

Zemiakový šalát s reďkovkami

Suroviny: 500 g zemiakov, 3PL olivového alebo repkového oleja, 2PL jablčného octu, 2 ČL horčice, 1ČL medu, 8 reďkoviek, 2PL nasekanej pažítky, soľ, mleté čierne korenie

Postup na zálievku: Metličkou v miske vymiešame horčicu, ocot, med, soľ a mleté čierne korenie a za stáleho miešania prilievame olej.

Postup na šalát: Zemiaky umyjeme, vložíme do hrnca s vriacou vodou a uvaríme do mäkka. Po uvarení zo zemiakov zlejeme vodu a necháme ich vychladnúť. Zemiaky zbavíme šupky, rozkrojíme na polovice a vložíme do misy. Pridáme umyté a na kolieska nakrájané reďkovky. Zalejeme zálievkou, dobre premiešame a necháme odstáť. Šalát pred podávaním posypeme nasekanou pažítkou.

Ilustračné foto. *zdroj foto elenaiks pixabay*

Rýchly jarný šalát

Suroviny: 1 hlávkový šalát, 2 jarné cibuľky, 1 zväzok reďkovky

Zálievka: 1 PL olivový olej, 1 KL citrónová šťava, biele mleté korenie, cukor podľa chuti, petržlenová vňať

Postup na zálievku: Metličkou v miske vymiešame olivový olej, citrónovú šťavu, mleté biele korenie, cukor.

Postup na šalát: Do misy natrháme hlávkový šalát, pridáme na tenké kolieska pokrájanú cibuľku a na plátky pokrájanú reďkovku. Zalejeme zálievkou, dobre premiešame a pred podávaním posypeme posekanou petržlenovou vňaťou.

» ren

Oplatí sa !

TOP PONUKY TÝŽDŇA

98-001

68-002

46-0006

91-0059

37-075

	ŠxVxD	
GRETA TIP	2 x 2 x 4 m	499 €
GLORIA	2,58 x 2 x 4 m	599 €
GALA	3 x 2 x 4 m	469 €
GENIO	3 x 2,07 x 4 m	499 €
GARANT	3 x 2,07 x 4 m	599 €
GULLIVER	3 x 2,07 x 4 m	669 €
GOLIÁŠ	3 x 2,1 x 4 m	749 €
GORAL	3 x 2,3 x 4 m	749 €
GALINA	3 x 2,27 x 4 m	899 €

Všetky modely je možné predlžovať o **2m**.

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 galerica.sk

46-0022

24-0070