REGIONPRESS
47. TÝŽDEŇ / 21. NOVEMBER 2025

POPRADSKO KEŽMARSKO

Najčítanejšie regionálne noviny
Týždenne do 41 520 domácností

čujte.sk
Čítajte nás:
www.cujte.sk

SERVIS OKIEN
S VÝMENOU TESNENIA
Vonkajšie a vnútorné žalúzie
Sieťky proti hmyzu
Screenové clony NOVINKA
Kontakt a objednávky: 0902 111 773
OKNO RENOVA
PAVOL JUŠČÁK - OKNORENOVA
KOPEČNÁ 252/2 POPRAD
99-020

SUV BEZ KOMPROMISOV
KORANDO
Už od
20 690 €
KGM
SUV ŠPECIALISTA Z KÓREY

Kombinovaná spotreba KGM Korando 7,65 - 8,61 l/100 km, kombinované emisie CO_2 175 - 197 g/km. Vyobrazený model je iba ilustratívny.
Vaše KGM už v Poprade
PP AUTO CAR SHOWROOM
PP AUTO s.r.o.
Partizánska 107, 058 01 Poprad
0903 905 280 | 0918 767 443
e-mail: predaj@ppauto.sk | www.ppauto.sk
42-087

VÝKUP KOŽÍ
a PREDAJ KRMÍV
PREDAJ MLÁDOK DOMINANT
od 2.3.2026
Viac info str. 4
46-00917

ZAVO s.r.o.
stavebné práce
www.zavosro.sk
výstavba rodinných domov
terénne a výkopové práce
tesárske a betonárske práce
rekonštrukčné práce
0903 645 679
zavosro@gmail.com
25-124

čujte.sk
Čítajte nás:
www.cujte.sk

PRIJMEM PREDAVAČKU
(dôchodkyňu)
do malej predajne
v Poprade
na dohodu.
Plat cca 500 €.
Kontakt: 0903 256 974
99-086

PRENAJMEM 2-IZBOVÝ BYT
na Baníckej ulici
v Poprade, 5. posch.
s výťahom, prerobený.
Cena dohodou.
0902 295 911
42-085

VŘTANÉ STUDNE
VŘTAME CELOROČNE
0907 918 007
www.vrtanestudne.info
37-02-9

Výročia a udalosti

28. novembra 1989
Nežná revolúcia: Československá vláda a Občianske fórum sa dohodli na zrušení článku ústavy o vedúcej úlohe komunistickej strany

Bezplatný týždenník
POPRADSKO KEŽMARSKO
EV 6206/24
vydáva spoločnosť
REGIONPRESS
so sídlom Pekárska 7489/40A, 917 01 Trnava, IČO: 36252417.
Ročník II, rok 2025
Redakcia: Bajkalská 3852/20 POPRAD
popradsko@regionpress.sk
INZERCIA
Mgr. Marcela Petreková 0905 338 878
Miroslav Imrich 0907 895 865
Bc. Lenka Šubová 0907 877 862
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk
Vychádzame na recyklovanom papieri
DISTRIBÚCIA (41 520 domácností)
Každý týždeň:
Poprad, Kežmarok, Abrahámovce, Huncovce, Spišská Belá, Vlková, Vrbov, Spišská Sobota, Stráže pod Tatrami, Batizovce, Hozelec, Hôrka, Hranovnica, Jánovce, Kravany, Lučivná, Spišská Teplica, Spišské Bystré, Spišský Štiavnik, Svit, Štrba, Švábovce, Vikartovce,

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	60.750	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

Lieková bezpečnosť je dôležitá

Štátny ústav pre kontrolu liečiv (ŠÚKL) sa aj tento rok pripojil k celosvetovej kampani Týždeň povedomia o bezpečnosti liekov. Jej cieľom je povzbudiť pacientov, opatrovateľov a zdravotníckych pracovníkov, aby nahlasovali podozrenia na vedľajšie účinky a aktívne tak prispievali k zvyšovaniu bezpečnosti liekov.

„Hoci všetky lieky prechádzajú prísnym klinickým skúšaním, niektoré zriedkavé vedľajšie účinky sa môžu prejaviť až pri ich dlhodobom užívaní širokou verejnosťou. Preto je pre nás každé hlásenie podozrenia na vedľajší účinok neoceniteľné – pomáha zlepšovať liečbu a chrániť zdravie všetkých pacientov," uvádza ŠÚKL na sociálnej sieti a dodáva, že každé hlásenie dôkladne preverí a v prípade potreby prijme konkrétne opatrenia ako napríklad:

- úpravu dávkovania,
- doplnenie informácií do príbalového letáku,
- zmenu v spôsobe predpisovania lieku,
- stiahnutie lieku z trhu.

Ako sa môžete stať „Hrdinom liekovej bezpečnosti"

Každý liek môže mať aj vedľajšie účinky a ich nahlásenie pomáha chrániť zdravie nás všetkých. Hlásenia podozrení na vedľajšie účinky pomáhajú liekovým regulačným agentúram, ako je na Slovensku ŠÚKL, lepšie porozumieť bezpečnostným profilom liekov. Jedným z hlavných zdrojov informácií o podozreniach na nežiaduce účinky liekov sú práve pacienti. „Pomôžte nám chrániť ostatných pacientov pred budúcim možným rizikom a nahláste podozrenia na vedľajšie účinky liekov. Či už ste pacient alebo zdravotnícky pracovník – všetci môžeme prispieť k tomu, aby boli lieky bezpečnejšie," apelujú odborníci zo ŠÚKL a objasňujú tiež, že nezáleží na tom, či sú vedľajšie účinky mierne alebo závažné, nemali by sme čakať, mali by sme ich nahlásiť.

Kam hlásiť vedľajšie účinky liekov

Každý z nás môže prispieť k tomu, aby boli lieky bezpečnejšie.

Podozrenia na vedľajšie účinky liekov môžete nahlásiť:

- elektronicky: Prostredníctvom online formulára na portáli ŠÚKL: ***https://portal.sukl.sk/eskadra/***,
- e-mailom: Zaslaním vyplneného tlačiva (dostupného na webe ŠÚKL) na adresu ***neziaduce.ucinky@sukl.sk***,
- poštou: Zaslaním vyplneného tlačiva (dostupného na webe ŠÚKL) na adresu Kvetná 11, 821 08 Bratislava,
- telefonicky: Na telefónnom čísle +421-2-50 70 12 06 alebo +421 902 489 044.

» ren

www.regionpress.sk
REGION PRESS
Po prečítaní noviny odhoďte do triedeného odpadu / PAPIER /

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
99-0012

poskytnúť eľné

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

AKCIA 460 €
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
V ponuke aj bezpečnostné dvere SECURIDO a SECUM
0905 468 802 • KEŽMAROK, Hlavné námestie 78 • Otvorené: Po-Pia: 9⁰⁰-17⁰⁰
www.ocelovedvere.sk ocelovedvere@ocelovedvere.sk
66-11

UŽITOČNÉ KONTAKTY
www.mojinzerat.sk

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

STRECHY, OPRAVY, REKONŠTRUKCIE
VÝMENA ŽĽABOV, ZVODOV
NÁTERY STRIECH ▸ 0907 940 920
37-020-1

SPŠTaD Poprad prenajíma administratívne priestory
Tel.: 052/ 7723063 • e-mail: posta@spspp.sk
42-086

www.mojinzerat.sk
INZERÁT TU UŽ OD 5 EUR

ŽALÚZIE, SIEŤKY
proti hmyzu
rýchlo, lacno, kvalitne
0907 942 957
www.lacne-zaluzie.sk
99-0016

Chcete PREROBIŤ BYT ALEBO DOM, ale neviete, kde začať? POMÔŽEM VÁM
Spoľahlivý majster s dlhoročnou praxou ponúka kompletné prerábky bytov a domov - od malých úprav až po rekonštrukcie „na kľúč".
Pomôžem s nápadom, poradím, navrhnem riešenie a hlavne - urobím poctivú robotu bez stresu a zbytočných rečí...
0911 111 003
42-077

Kamenárstvo
Predajňa SVIT, ul. SNP 145 oproti Bille
Najväčší výber pomníkov na Slovensku
0948 906 102 ...LACNO A KVALITNE...
www.kamenarstvosvit.sk
99-0018

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA
Redakcia Popradsko
0905 338 878
0907 877 862

LIDL

Sa oplatí.

od pondelka 24. 11. do 30. 11.

Black Week

Viac ako **1000** produktov so zľavou až do **70%**

Tmavé hrozno stolové
cena za 1 kg

UŠETRITE* -50 %

1.89

*Úspora na jednotkovej cene v porovnaní s produktom v štandardne ponúkanej veľkosti.

Koktejlové paradajky kríčkové
(1 kg = 2,78)
500 g

UŠETRITE* -58 %

1.39

*Úspora na jednotkovej cene v porovnaní s produktom v štandardne ponúkanej veľkosti.

Kuracie stehenné rezne XXL
cena za 1 kg
bez kosti a kože

+24 % **4.99** 6.59

s Lidl Plus -27 % Lidl Plus

4.79 6.59

Bravčové pliecko
cena za 1 kg
bez kosti, v celku

-42 %

3.09 5.39

Hubert de Luxe
0,75 l
blanc/rosé
(1 l = 5,59)

UŠETRITE* -44 %

4.19

*Úspora k odporúčanej bežnej maloobchodnej predajnej cene výrobku.

Trvanlivé mlieko
1 l
3,5 % tuku

s Lidl Plus 8+4 Lidl Plus

0.73* 1.09**

*Cena za kus pri kúpe 12 kusov = 0,73 €
**Cena za kus pri kúpe 1 kusu = 1,09 €
Cena za 12 kusov = 8,72 €

Najnižšia cena v Lidli tento rok

Giana Polené broskyne
850 ml
v sladkom náleve
(1 kg = 2,11/PP)

UŠETRITE* -66 %

0.99

*Úspora k odporúčanej bežnej maloobchodnej predajnej cene výrobku.

Maximálny odber je 12 kusov na nákup.

Toaletný papier
8 kotúčikov
2-vrstvový

Najnižšia cena v Lidli tento rok

1 kotúčik iba 0,19

s Lidl Plus 1+1 Lidl Plus

1.49* 2.98**

*Cena za kus pri kúpe 2 kusov = 1,49 €
**Cena za kus pri kúpe 1 kusu = 2,98 €
Cena za 2 kusy = 2,98 €

PARKSIDE

UŠETRITE* -50 %

Tepovač PWS 20
kus
s príslušenstvom

49.99

*v porovnaní s cenou 99,99 platnou 3. 11. 2025 na lidl.sk

Najnižšia cena v Lidli tento rok

aj online

POZNÁTE TV

Viac na **www.lidl.sk**

Ponuka tovaru platí od 24. 11. do 30. 11. 2025 alebo do vyprodania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v balení a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný len v obvyklom množstve.

49-0002

Salón pre psov

Z radosťou vám oznamujeme, že v meste Svit otvárame prvý psí salón z wellness službami, Lusi. O vašich štvornohých miláčikov sa postaráme s láskou a starostlivosťou.

PONÚKAME:
- kúpanie, česanie
- čistenie zúbkov ultrasonickou kefkou
- ozónovu terapiu
- wellness

KDE: Štúrova 72 • Svit (bytovka Kopček)

KEDY: 1. decembra 2025

Objednávky prijímame na tel. č.: 0907 93 48 79

Špeciálna zľava 20% pre prvých 20 zákazníkov

Nezmeškajte!

KOMPLETNÁ STAROSTLIVOSŤ PRE VAŠICH MAZNÁČIKOV
PSIE WELLNESS & SPA
Tešíme sa na každého psíka, ktorý nás navštívi!

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

CLEANING BROS
TEPOVANIE PRIAMO U VÁS DOMA
SEDAČKY ✦ KOBERCE ✦ MATRACE
0910 890 444
99-091

Výročia a udalosti

27. novembra 1095 **pápež Urban II.** vyhlásil **prvú križiacku výpravu.**

SUDOKU

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

čujte.sk

Jedlé gaštany pre zdravé srdce, mozog i kosti

www.cujte.sk

autor foto Salvatore Monetti pixabay

Výročia a udalosti

2. decembra 1805 **v bitke troch cisárov pri Slavkove** zvíťazilo vojsko cisára Napoleona Bonaparteho nad spojenými silami rímskonemeckého cisára Františka II. a ruského cára Alexandra I., **čo viedlo k uzavretiu bratislavského mieru** (26. decembra)

VÝKUP KOŽÍ 0,50 € za kus

Aktuálne ceny na www.slovakiaskins.sk

Kože vykupujeme vysušené, bez hláv a nožičiek. Cena koží sa môže meniť.

a PREDAJ KRMÍV

Výkup sa opakuje každé 3 týždne

PREDAJ MLÁDOK DOMINANT od 2.3.2026

králik s liečivom, nosnice, brojlery a kačice, bažant, ovce, kozy, ošípané, husi, morky, psy

vždy v STREDU v týchto termínoch:
3.12.2025, 14.1., 4.2., 25.2., 18.3.2026

(32)

Čirč	9,00 hod.	Kamienka	13,40 hod.
Ľubotín	9,20 hod.	Hniezdne-Coop	14,00 hod.
Plaveč	9,35 hod.	Nižné Ružbachy	14,20 hod.
Orlov	9,50 hod.	Podolinec-pošta	14,40 hod.
Hromoš	10,15 hod.	Spišská Belá-Coop	15,10 hod.
Plavnica-Coop	10,40 hod.	Ľubica	15,30 hod.
Údol-pohos. Zas	11,00 hod.	Huncovce	15,50 hod.
Chmeľnica-MŠ	11,20 hod.	Vrbov	16,10 hod.
Jakubany-p. zbroj.	11,45 hod.	Vlková	16,25 hod.
N. Ľubovňa-n. cen.	12,00 hod.	Abrahám.-kostol	16,40 hod.
Kolačkov-pož. zbr.	12,20 hod.	Janovce	17,00 hod.
Jarabina	13,15 hod.		

>> Auto bude stáť na stanovišti alebo pred Obecným úradom 10 minút <<

VOLAJTE 0907 893 351 • 0907 684 441
0915 252 372 • 0905 345 352
www.slovakiaskins.sk
Slovakia Skins s.r.o. • 913 24 Svinná 466

46-001-6

PELETY A BRIKETY

Z vášho regiónu, pre váš domov.

Výroba a predaj:
Pod lesom 877/14, Ľubica

ISSA PP s.r.o

www.issapp.sk

0905 395 128

17-005

Lahôdky

Lahôdky Lienka

PERKINS®

Objednávky: 0905 806 338 Traktorová 1, 058 01 Poprad (areál spol. Perkins, a.s.)

PO-PIA: 6:30 - 15:00, SO: 7:00 - 12:00, NE: zatvorené www.lahodkylienka.sk

Ponúkame:

OBLOŽENÉ MISY

CHLEBÍČKY

BAGETY

V ponuke taktiež:

- lahôdkové šaláty
- grilované mäsové výrobky
- vyprážané rybacie filé
- vyprážaný syr
- teplé polievky

U nás zakúpite celý sortiment výrobkov

PERKINS®

Ponuka týždňa TOP cena:

PIKANTNÝ ŠALÁT

cena **0,45 EUR** pultový predaj /100 g

(cena platná v lahôdkach Lienka do 29. 11. 2025)

99-076

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE
FRÉZOVANIE od 15€/bm
REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV
• PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV
• ZATEPĽOVANIE A SIEŤKOVANIE KOMÍNOV
SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA na materiál 45%
OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA
0948 012 507 • www.profikominy.sk
46-0003-1

STRIEKANÉ 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
AKCIA omietky pucovka od 5,05€ s materiálom
Partner firmy Stavpoč Jendrol'
STAVEBNÉ PRÁCE
tel: 0915 363 983
POTERY A STROJOVÉ OMIETKY
IZOLÁCIA PODKROVIA
MONTÁŽ SADROKARTÓNU 9,50€/m²
ZATEPĽOVANIE rodinných domov
tel: +48 665 719 051
24-0016

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 HMYZU, ŽALÚZIE
- GARÁŽOVÉ BRÁNY
Levočská 2, 080 01 Prešov, maxidachmann@gmail.com
051/7718 607, 0903 634 202, 0944 047 008
25_017

Včasné odhalenie rakoviny prostaty – väčšia šanca na vyliečenie

Rakovina prostaty je najčastejším onkologickým ochorením mužov na Slovensku aj vo svete, no ak ju zachytí preventívna prehliadka, šance na vyliečenie sú vysoké. Na Slovensku za rok pribudne približne 3000 prípadov a rakovine prostaty podľahne viac ako 700 mužov, pričom ochorenie sa v počiatočných štádiách častokrát neprejavuje žiadnymi príznakmi.

„Rakovina prostaty prichádza nenápadne a častokrát na seba upozorní až v pokročilých štádiách. Aj to je jeden z dôvodov, prečo je približne štvrtina prípadov diagnostikovaná v treťom a štvrtom štádiu choroby," priblížilo Ministerstvo zdravotníctva SR na sociálnej sieti.

Možné príznaky

Rastom nádoru sa zväčšuje aj prostata, čo môže signalizovať:

- nutkanie na močenie
- častejšie močenie v priebehu dňa a/alebo noci
- ťažkosti s vylučovaním moču
- unikajúci moč
- krv v moči alebo ejakuláte
- problémy s erekciou

Dbajte na prevenciu

Ako uvádza rezort zdravotníctva, rakovina prostaty najčastejšie postihuje mužov vo vyššom veku - viac ako 99 % prípadov je diagnostikovaných po 50. roku života a včasné odhalenie ochorenia znamená vyššiu šancu na úspešnú liečbu. „Muži po 50-ke a muži po 40-ke s výskytom ochorenia v rodine by preto nemali odkladať preventívnu prehliadku u urológa, ktorá zahŕňa aj vyšetrenie prostaty. Každý muž po 50-tke má nárok na štátom hradenú preventívnu urologickú prehliadku každé tri roky," približuje ministerstvo a dodáva, že niektoré zdravotné poisťovne ju ponúkajú už od 40-ky a v novembri u niektorých lekárov dokonca aj bez výmenného lístka alebo bez ohľadu na vek bezplatne.

Chystajú organizovaný skríning

Na Slovensku sa pripravuje zavedenie organizovaného skríningu rakoviny prostaty. „V rámci skríningu budú zdravotnými poisťovňami aktívne oslovovaní a pozývaní muži bez príznakov vo vekovej skupine 50 až 70 rokov na absolvovanie testu na vyšetrenie hladiny PSA v krvi," uzavrel rezort zdravotníctva.

» ren

Ilustračné foto. ***zdroj foto marijana1 pixabay***

Riadková inzercia

1 AUTO-MOTO
2 ELEKTRO, TECHNIKA
3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK
4 DOM A ZÁHRADA
5 ZVERINEC, DROBNOCHOV
6 HOBBY A ŠPORT

» Kúpim domáce tkané plátno, vrecia, kroje, sukne, šatky, starožitnosti, porcelán. 0909 101 716

7 DEŤOM
8 DARUJEM
9 ZOZNÁMENIE
0 RÔZNE

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.

PEGATHERM
Sme s Vami už 21 ROKOV
Partizánska 1849
Poprad – Západ
(vedľa autosalónu Peugeot)
IGLO ENERGY
OKNÁ PRE VÁŠ DOMOV
AKCIA TEPLÝ RÁMČEK GRÁTIS
- Moderný dizajn a vysoká kvalita materiálov
- 7 komorový profil rámov pre novostavby a nízkoenergetické domy
- Izolačné 3 sklo so zasklením 48 mm
- Odborné poradenstvo a vzorková predajňa
- Záručný a pozáručný servis
... príďte sa presvedčiť
Plastové okná a dvere
Vchodové dvere
Garážové brány
Zasklievanie balkónov
Tieniaca technika a žalúzie
Sieťky proti hmyzu
Prenájom lešenia a plošín
www.pegatherm.sk
info: 0918 957 982 • 052 7764 353
e-mail: info@pegatherm.sk
99-003

REMESLO PP
náradie majstrov

Partizánska 3714, Poprad - Západ (vedľa hotela Olympia)

AKUMULÁTOROVÉ NOŽNICE
Procraft ES28Li
Bezuhlíkový motor
maximálny priemer rezu: do 25 mm
hmotnosť: 0,7 kg
Obsah balenia: batéria 20V 2Ah, nabíjačka

67,70 s DPH letáková cena

BENZÍNOVÁ REŤAZOVÁ PÍLA
Procraft GS-50/2

Motor: benzínový jednovalcový 2T
Výkon: 2100 W
Objem motora: 49,3 cm³
Max. otáčky: 3300 ot./min
Súčasť balenia: 2 vodiace lišty 400/ 450; reťaze 0,325“ 64 lb, 72 lb

74,63 s DPH letáková cena

32-DIELNA SADA BITOV NOVINKA
LUNA Tolls

Ploché hroty SL: 3,5, 4,5, 5,5, 6,5 mm
Štvorcové SH: 2
Phillips (PH): PH1, 2x PH2 a PH3
Pozidriv (PZ): PZ1, 2x PZ2 a PZ3
Torx (T):T10, 3xT15, 3x T20, 3xT25, T27, 2xT30 a T40
Imbus: 3, 4, 5, 6 mm
Magnetické predĺženie 60 mm

10,95 s DPH letáková cena

HYBRIDNÁ, NABÍJATEĽNÁ ČELOVÁ LAMPA, 550 Lm NOVINKA
Mareld Stellar 550 RE
Rozmery: Š/V/H: 95 x 68 x 40 mm
Efekt: 5 W
Napätie: 3,7 V
Typ baterie ANSI
Hmotnosť: 0,112 kg
Typ batérie: Lithium-iontová
4 nastavenia svetla, možnosť uchytenia na magnet

35,69 s DPH ~~50,43 s DPH~~

NABÍJACIE PRACOVNÉ SVIETIDLO NOVINKA
Mareld Capella 2000 RE
Farebná teplota: 2700-6500 K
Svetelný tok: 2000 lm
Čas nabíjania: 4 h
Rozmery Š/V/H: 99,5 x 132 x 46 mm
Hmotnosť: 0.482 kg
magnet a závesný hák, powerbanka

79,89 s DPH ~~101,49 s DPH~~

HRABLE NA LÍSTIE
Procraft GBR-14

Dĺžka rukoväte: 1500 mm
Počet zubov: 14
Materiál rukoväte: laminát
Hmotnosť: 1,5 kg

11,35 s DPH letáková cena

RÁMOVÁ BENZÍNOVÁ ELEKTROCENTRÁLA
HERON 1F, 3,5kW
AC menovitý prúd: 13A/230V
Hmotnosť s el. štartom: 55,7kg
Rozmery (V/Š/H): 58 x 75 x 49cm
Maximálny výkon: 3,5kW
Max. výkon motora: 5,5kW (7,4HP)/4000min-1
Objem nádrže: 18 l

530,00 s DPH ~~638,99 s DPH~~

ZVÁRACÍ INVERTOR
Procraft RWI-300
Napätie: 220-240 V
Frekvencia: 50(Hz
Prúdový rozsah: 20 - 140 A
Príkon: 4,5 kW
Použitý zvárací drôt: Ø1.6-4.0 mm
Max. prúd: 300 A
Dĺžka kábla: 2,2 m
Hmotnosť: 4,5 kg

98,86 s DPH ~~99,99 s DPH~~

AKU SNEHOVÁ FRÉZA
Procraft PSB20
Šírka záberu: 300 mm
Max. hĺbka záberu: 150 mm
Nastaviteľný uhol odhadzovania: -35° do 35°,
Max. vzdialenosť odhadzovania: 6 m
Obsah balenia:
Batéria Procraft 20/4 Turbo Li-ion batéria 20V, 4Ah, nabíjačka Procraft 20/:

102,43 s DPH ~~134,01 s DPH~~

AKU VŔTACÍ SKRUTKOVAČ
Procraft PA18C
Krútiaci moment: 32 Nm
Otáčky: 0-350/ 0-1200 ot./ min
LED diódy
Súčasť balenia: 2x batéria 18V 1,5 Ah; nabíjačka

29,99 s DPH ~~47,39 s DPH~~

PROTIŠMYKOVÉ NÁVLEKY
HECHT SNOW SHOES
na bežnú obuv s kovovými výsekmi.

Dodávané vo veľkostiach:
S 35-38
M 39-42
L 42-46
farba čierna

6,99 s DPH letáková cena

ČISTIACE UTIERKY
Xtreme
Silné, výkonné a mastnotu rozpúšťajúce čistiace utierky
Spoľahlivé čistenie odolných nečistôt.
Praktická funkcia 2 v 1: hrubá strana na uvoľnenie škvrny a hladká strana na odstránenie nečistôt.
Bezpečné a šetrné k rukám, účinné proti nečistotám.

12,30 s DPH ~~15,38 s DPH~~

Ponuka platí do vypredania zásob.

otváracie hodiny:
Pon. - Pia 7^{00} - 17^{00}
Sobota **Zatvorené**
tel.: **052/776 78 70**
mobil: **0903 999 585**
e-mail: **obchod@remeslopp.sk**

- spojovací materiál
- kotviaci materiál
- klince
- stavebné náradie
- železiarsky tovar
- kachle, pece, dymovody
- pletivá
- monterky, rukavice
- záhradná technika
- elektrické naradie
- ohrievacia technika
- veľa iného sortimentu

Lepšie ceny pod Tatrami nenájdete

Viac výrobkov nájdete na **www.remeslopp.sk**

alebo v našej kamennej predajni. Tešíme sa na Vás!

99-038

Mimoriadne cenové zvýhodnenia.

Vyžiadaj si individuálnu cenovú ponuku u predajcov.

BEST MOMENT
1.–30.11.
2025

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

Kia prináša mimoriadne cenové zvýhodnenia aké tu ešte neboli! Využi ponuku Kia Best Moment pre súkromných aj firemných zákazníkov a vyžiadaj si individuálnu cenovú ponuku. Získať môžeš Kia XCeed, Picanto, Stonic, Sportage, Sorento alebo elektrické modely Kia EV3 a EV6 s mimoriadnym cenovým zvýhodnením. Nezmeškaj to! Ponuka Kia Best moment trvá len do konca novembra. Príď si po svoj dodatočný bonus ešte dnes.

Kia Sales Slovakia s. r. o.: Bližšie informácie sa dozvieš u každého autorizovaného predajcu Kia alebo na www.kia.sk.
Kombinovaná spotreba paliva: 6,0 - 6,8 l/100 km, emisie CO_2: 135 - 155 g/km. Obrázok je ilustračný.

99-006

Limitka, ktorá nehrá na likes. Ale na štýl

Exkluzívna limitka IQOS ILUMA i x Seletti spája dve značky, ktoré majú odvahu robiť veci inak. Výsledkom je štýlový dizajn – čierna a zlatá v presnom kontraste, ikonický cikcak vzor a rukopis talianskeho dizajnéra Stefana Selettiho, známeho tým, že z obyčajných predmetov robí predmety túžby.

Taliansky dizajnér Stefano Seletti stojí za ikonickými objektmi, ktoré balansujú na hrane medzi umením a každodennosťou. Aj všedným objektom dokáže dať vkusný, elegantný a zároveň odvážny vzhľad. Jeho diela provokujú, podnecujú k diskusiám a dokážu odhaliť viac, než sa na prvý pohľad zdá.

Za touto exkluzívnou spoluprácou stoja dva svety. IQOS prináša inovácie a funkčnosť, Seletti zasa kreativitu a nevšednosť. Limitovaná edícia IQOS ILUMA i x Seletti je dôkazom, že aj technológia môže mať štýl. Nie pre tých, ktorí sa chcú páčiť všetkým, ale pre tých, ktorí si idú svojou cestou.

Dizajn, čo mení pravidlá hry

Každý detail – od farebného kontrastu až po textúru povrchu – podčiarkuje hlavnú myšlienku spolupráce: odvahu skúšať nové veci. Osloví dospelých užívateľov, ktorí v dizajne nehľadajú len pekný vec, ale jasný názor. Niečo, čo sa odlišuje a hovorí aj bez slov. Dostupná je vo všetkých IQOS predajniach na Slovensku od začiatku novembra a keďže počet zariadení je limitovaný, nie je čas strácať čas!

Bezdymové zariadenia nie sú bez rizika. Dodávajú nikotín, ktorý je návykový a sú určené výhradne pre dospelých, ktorí by inak pokračovali vo fajčení alebo užívaní iných nikotínových výrobkov.

Zdroj foto: PMI

33-0008

Bakteriálne lúhovanie - zelená cesta k získavaniu kritických surovín

Vedci a vedkyne z Ústavu geotechniky SAV, v.v.i. predstavujú projekt Bio4Sb, ktorého cieľom je získavanie antimónu a medi z primárnych zdrojov pomocou pokročilých biotechnologických metód s ohľadom na environmentálne prostredie. Výskum smeruje k tomu, aby bolo možné antimón a meď získavať šetrnejšie, s nižšou spotrebou energie a bez toxických vedľajších produktov.

Antimón a meď patria medzi kritické suroviny, pri ktorých sa Európska únia snaží zabezpečiť ich lepšiu dostupnosť. V prípade antimónu je 100 % závislá od jeho dovozu, pričom hlavným svetovým producentom je Čína (56 % ťažby). Antimón sa považuje za surovinu, ktorá podporuje prechod na zelenú ekonomiku. V súčasnosti však nachádza uplatnenie aj v inovatívnych aplikáciách na hromadné ukladanie energie - napríklad v soľných batériách, ktoré umožňujú akumuláciu elektriny z obnoviteľných zdrojov. Meď má zas kľúčové využitie v elektroenergetickej infraštruktúre a elektronike. „Proces je založený na optimalizácii biologického lúhovania tetraedritového koncentrátu špeciálnymi baktériami pri teplote okolia, čo predstavuje environmentálne menej náročný a zároveň energeticky efektívny spôsob získavania kovov v porovnaní s konvenčnými spôsobmi separácie minerálov a chemického spracovania. Hlavnou prednosťou tohto environmentálneho prístupu je, že prepája tri vedecké oblasti, a to geochémiu, metagenomiku a biohydrometalurgiu," uviedla riešiteľka projektu Dr. Lenka Hagarová z Oddelenia minerálnych biotechnológií Ústavu geotechniky SAV, v.v.i.

Tetraedrit patrí medzi komplexné sulfidické minerály s vysokým obsahom medi, antimónu a relatívne vysokým obsahom striebra. Významným zdrojom tohto prírodného minerálu je baňa Mária (žila Strieborná), ktorá sa nachádza v Rožňave, z ktorej drenážna voda odteká priamo do rieky Slaná. „Prvé metagenomické analýzy banskej vody ukázali, že vo vzorkách dominujú železo-oxidujúce baktérie. Tieto mikroorganizmy majú schopnosť urýchľovať rozpúšťanie sulfidických minerálov, a preto sa dajú využiť pri biolúhovaní tetraedritu. Laboratórne testy s baktériami zo zbierkových kultúr potvrdili, že takýmto spôsobom možno získať viac ako 80 % medi. Antimón sa pritom buď vyzráža vo forme sekundárnych minerálov, alebo sa uvoľní do roztoku, kde sa dosahuje približne 13 % výťažnosť. Aktivitu pri biolúhovaní už potvrdili aj prvé experimenty s bakteriálnymi kultúrami, ktoré sa podarilo izolovať priamo z banskej vody," vysvetlila Dr. Hagarová.

Odber banskej vody.
autor foto Lenka Hagarová, SAV » ren

Za obrami v raji

Na rozhraní Národného parku Slovenský raj a Hnileckých vrchov v uplynulých dňoch slávnostne otvorili projekt Obri v raji. Ide o prvú etapu ambiciózneho zámeru, ktorý prepája umelecké stvárnenie obrov s historickým baníckym dedičstvom a modernou vyhliadkou na okolitú prírodu. Nová turistická infraštruktúra, určená pre širokú verejnosť, najmä pre rodiny s deťmi, ponúka bezpečný priestor pre aktívny oddych a spoznávanie menej známych kútov regiónu.

Projekt, ktorého zámerom je vytvoriť silnú regionálnu, až národnú turistickú atraktivitu a odľahčiť najvyťaženejšie trasy Slovenského raja, spočíva vo vybudovaní celoročného zážitkového areálu. Ten v prvej fáze prináša dvoch unikátnych obrov – jedného s vyhliadkou nad koruny stromov a druhého, ktorý je súčasťou detského ihriska. Návštevníci tu okrem iného nájdu upravenú vodnú plochu, vonkajšie spevnené plochy a budúce zázemie. Jedinečnosť spočíva v myšlienke „cesty obrov", ktorá návštevníkov prevedie baníckou históriou a zároveň poskytne očarujúci pohľad na Slovenský raj zhora. „Je skvelé vidieť, ako v Košickom kraji vznikajú unikátne projekty s víziou, ktoré rešpektujú prírodu a zároveň prinášajú inovatívne zážitky pre malých aj veľkých. Projekt Obri v raji, ktorý Košický samosprávny kraj a Košice Región Turizmus podporili z dotačného programu Terra Incognita sumou 179-tisíc eur, je presne takýmto príkladom. Verím, že táto nová infraštruktúra prispeje k rozvoju udržateľného turizmu, priláka návštevníkov do menej objavených kútov Hnileckých vrchov a Slovenského raja," uviedol predseda Košického samosprávneho kraja, Rastislav Trnka.

Obri, vytvorení lokálnym umeleckým rezbárom Adamom Bakošom, predstavujú nielen atrakciu, ale aj symbolické prepojenie s baníckym a ochranárskym dedičstvom. Areál je navrhnutý ako celoročný a voľne dostupný. Počas zimy sa vodná plocha premení na prírodné klzisko a okolie ponúka ideálne podmienky na zimnú turistiku. V lete je zas k dispozícii priestor pre relax, hry a rôzne podujatia.

„Projekt Obri v raji je skvelým príkladom iniciatívy, ktorá obohacuje ponuku regiónu a motivuje návštevníkov objavovať ho novým, hravým spôsobom," povedala výkonná riaditeľka Košice Región Turizmus, Lenka Vargová Jurková a dodala, že po ceste za obrami môžu návštevníci vyraziť za ďalším dobrodružstvom, napríklad sa počas sezóny osviežiť pri Palcmanskej Maši alebo si užiť krásny výhľad z lanovky na Geravy na Dedinkách. » ren

zdroj foto Košice Región Turizmus

Prinášame odpovede na niektoré otázky

Finančná správa spustila pilot QR platieb

Finančná správa pokračuje v prípravách na zavedenie moderného systému platieb cez QR kód a zároveň pozýva podnikateľov, aby sa zapojili do pilotnej prevádzky. Po úspešnom vývoji riešenia v spolupráci s STU v Bratislave spustila testovanie systému, ktoré prebieha v kooperácii s bankami, ktoré sú pripravené a prejavili záujem zapojiť sa do uzavretej pilotnej prevádzky. „Pilot potrvá do konca roka 2025 a prináša podnikateľom možnosť vyskúšať si tento spôsob prijímania bezhotovostných platieb," informovala Finančná správa.

„Naším cieľom je sprístupniť QR platby aj malým podnikateľom – jednoducho, bezpečne a bez zbytočných nákladov, napríklad na platobný terminál. V mnohých prípadoch bude stačiť len aktualizácia softvéru existujúcej pokladnice," uviedol v tejto súvislosti prezident finančnej správy Jozef Kiss.

Zmena má prísť v marci 2026

Od 1. marca 2026 budú podnikatelia povinní ponúknuť zákazníkom možnosť bezhotovostnej platby pri nákupoch nad 1 euro. Podnikatelia si však môžu sami vybrať, akú formu zvolia – platbu kartou, vlastné komerčné riešenie alebo štátnu alternatívu cez QR platby.

Ako to bude fungovať?

Kupujúci:

- Zosníma svojou kamerou mobilu QR kód, ktorý mu zobrazí podnikateľ.
- Klikne v kamere na odkaz svojej mobil bankingovej aplikácie, ktorá sa mu otvorí a automaticky predvyplní platobné údaje.
- Skontroluje a potvrdí platbu.

Obsluha:

- Obsluha zvolí na pokladnici platobnú metódu QR Platba a zobrazí kupujúcemu QR kód.
- Kupujúci nasníma zobrazený QR kód a vykoná platbu na jeho mobile.
- Pokladnica oznámi obsluhe, že prišla platba za daný QR kód. Obsluha vytlačí pokladničný doklad a odovzdá tovar či službu.

Často kladné otázky

V súvislosti s chystanými novinkami sa prirodzene objavujú aj rôzne otázky. Na niektoré z nich sme hľadali odpovede na webovej stránke Finančnej správy:

Čo ak podnikateľovi nejde internet alebo má výpadok systému?

V tomto prípade môže žiadať platbu inou platobnou metódou napríklad hotovosťou. V prípade zneužitia budú podnikatelia sankcionovaní.

Ilustračné foto. *zdroj foto geralt pixabay*

Čo ak kupujúci tvrdí, že mu platba odišla, ale obsluhe neprišlo oznámenie na pokladňu?

Ak nepríde oznámenie do viac ako 90 sekúnd od momentu keď zákazník potvrdil platbu na mobile, je potrebné obsluhou zrušiť začatý proces platobnej metódy so žiadosťou o vrátenie platby. Túto vytlačí obsluha pre kupujúceho a ďalšie kópie odovzdá podnikateľovi alebo inému oddeleniu napríklad oddeleniu reklamácií či služieb zákazníkom kde preveria prijatú platbu cez internet banking a vrátia platbu späť kupujúcemu. Zároveň sa rozhodne zákazník či zaplatí inou metódou alebo vráti tovar a bude čakať na vrátenie platby.

Do koľko dní je podnikateľ povinný vrátiť platbu?

Lehota sa riadi podľa platnej legislatívy. Je však povinný vybaviť reklamáciu do 30 dní od jej uplatnenia.

Bude podnikateľ vidieť každú jednu platbu na svojom podnikateľskom účte vo výpise z bankového účtu? Nebude mať platby kumulované po dňoch?

Každá jedna QR Platba bude na výpise z bankového účtu na samostatnom riadku. Bude možné si ich napríklad v exceli skumulovať podľa reťazca „QR-%" a takto zaúčtovať. Ideálnym riešením je, ak to podporuje banka, vytvoriť si podúčet k hlavnému bankovému účtu a tento označiť ako notifikačný a iba na tomto účte evidovať úhrady QR Platieb. » ren

Zelenina s príjemnou arómou a mierne korenistou chuťou

Buľvový zeler je plný vitamínov

Buľvový zeler je u nás veľmi tradičnou koreňovou zeleninou, bez ktorej sa nezaobíde takmer žiadna zeleninová polievka. Má príjemnú arómu a jemnú, mierne korenistú chuť. Pre množstvo zdraviu prospešných látok by sme ho určite mali zaradiť do nášho jedálnička. Ak mu vyberieme vhodné miesto, dariť sa mu bude aj v našej záhrade.

ÚČINKY NA ZDRAVIE

Nezameniteľnú arómu zeleru dodávajú éterické oleje, ktoré pôsobia antibakteriálne, antimykoticky, v tráviacom trakte dezinfekčne a sú účinné proti infekciám v obličkách a v močových cestách. Okrem nich sú v zeleri obsiahnuté vitamíny skupiny B, ktoré sú dôležité pre naše vlasy, nechty, správnu funkciu pečene aj čriev, a tiež vitamíny C, A, K a E. „Zeler nám dodá aj draslík, horčík, vápnik, sodík, chróm, železo, jód a zinok. Je nápomocný pri bolestiach kĺbov či pri vysokom krvnom tlaku. Zelerové silice sú výborné aj pri prechladnutí, rozpúšťajú hlien a pôsobia blahodárne na naše sliznice, kde bojujú proti mikroorganizmom," hovorí Mgr.Blažová z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava a dodáva: „Bolo preukázané, že zeler má upokojujúci vplyv na nervovú sústavu, dokáže znižovať hladinu cholesterolu v krvi, zlepšuje funkciu obličiek, pre obsah vlákniny uľavuje od zápchy, vďaka obsahu flavonoidov znižuje riziko rakoviny žalúdka a hrubého čreva a vplýva aj na reguláciu hormónov u oboch pohlaví," vymenúva ďalšie pozitíva tejto zdravej zeleniny odborníčka.

Bez zeleru sa nezaobíde takmer žiadna zeleninová polievka.

zdroj foto LisaRedfern pixabay

PESTOVANIE

Keďže má buľvový zeler dlhé vegetačné obdobie, je jedinou koreňovou zeleninou, ktorú si musíme predpestovať. Semienka sadíme do vysievacej nádoby koncom januára, začiatkom februára. Umiestnime ju do skleníka, prípadne na svetlý a teplý parapet. Pôdu pravidelne vlhčíme pomocou rozprašovača tak, aby ste nevyplavili semienka.

Keď priesady vytvoria 1 až 2 pravé listy – to sú tie listy, ktoré sa objavia po prvých listoch, zasaďte jednotlivé rastlinky do samostatných zakoreňovačov.

Do vonkajšieho záhona môžeme sadeničky vysádzať po 15. máji. Zabezpečiť by sme im mali teplé a slnečné miesto s hlinitou až hlinito-piesočnatou pôdou, bohatou na živiny a zbavenou buriny. Pri výsadbe postupujeme tak, že si najskôr motykou vyhĺbime jamky, tie zalejeme vodou, tú necháme vsiaknuť do pôdy a potom môžeme sadiť jednotlivé sadeničky. Po vysadení pôdu kypríme a pravidelne zavlažujeme.

Náš tip:

Ak sa necítite na to, dopestovať si priesady samy, zakúpiť si ich na jar môžete v záhradníctve.

ZBER A USKLADNENIE

Buľvy zeleru môžeme zberať postupne ako dorastajú. Všetky zvyšné buľvy môžeme potom vykopať na jeseň, v októbri či začiatkom novembra a uskladniť ich v debničkách zasypané vrstvou piesku v chladnej tmavej a dobre vetranej pivnici.

Náš tip:

Z buľvového zeleru môžeme počas celého roka využívať aj jeho listy. Použiť ich môžeme čerstvé, alebo ich usušiť, podobne ako petržlenovú vňať, prípadne zamraziť. Poslúžia nám potom ako zdravá korenina do polievok.

POUŽITIE

Buľvový zeler nám poslúži pri príprave polievok, surový ho môžeme pridávať do šalátov a kombinovať dokonca aj s ovocím, urobiť si však z neho môžeme aj chrumkavé hranolky či chutné pyré. „Nemusíme sa vôbec obávať, že varením stratíme vitamíny, ktoré zeler obsahuje, pretože veľmi dobre znáša vysoké teploty, na rozdiel od iných druhov zeleniny," dopĺňa odborníčka na zdravú výživu.

Náš tip:

Zelerové pyré

Suroviny: 700 g zeleru, 350 ml mlieka, 150 ml smotany na šľahanie, 100 g šalotky, 20 g masla, soľ, mleté čierne korenie

Zeler si môžeme dopestovať aj v našej záhrade.

zdroj foto Engin_Akyurt pixabay

Postup:

• Zeler umyjeme, očistíme a nakrájame na menšie kocky. Šalotku očistíme, nakrájame a spolu so zelerom v hrnci na masle krátko orestujeme. Ochutíme soľou, mletým čiernym korením a následne prilejeme mlieko a smotanu. Dáme variť na približne 20 minút.

• Zeler a šalotku vložíme do mixéra, podľa potreby pridáme tekutinu, v ktorej sa varil a rozmixujeme na pyré.

Zelerovo - jablkový šalát

Suroviny: 2 stredne veľké jablká, 100 g vlašských orechov, 3 lyžice majonézy, 2 lyžice bieleho jogurtu, šťava z citróna, soľ, mleté čierne korenie, petržlenová vňať, med

Postup:

• Zeler umyjeme, očistíme a nastrúhame na tenké pásiky. Jablká umyjeme a nastrúhame na rovnaké pásiky. Všetko vložíme do misky a premiešame.

• V druhej miske zmiešame majonézu, biely jogurt, citrónovú šťavu, dochutíme soľou, mletým čiernym korením a medom, čím nám vznikne dresing.

• Dresing primiešame do šalátu, ktorý ešte posypeme posekanými vlašskými orechmi a podľa chuti aj nadrobno nakrájanou petržlenovou vňaťou.

Zelerové hranolky

Suroviny: zeler, soľ, mleté čierne korenie, sladká mletá paprika, prípadne kurkuma, olivový olej

Postup:

• Zeler umyjeme, očistíme, nakrájajte na pláty, ktoré ešte pokrájame na hranolky. Tie potom vložíme do hrnca s vriacou osolenou vodou a dve minúty povaríme. Následne hranolky scedíme a necháme na site dôkladne odkvapkať. V miske prejeme hranolky olivovým olejom a posypeme mletým čiernym korením a sladkou mletou paprikou, prípadne aj kurkumou. Všetko dobre premiešame, preložíme na plech, ktorý sme si vystali papierom na pečenie a pečieme na 220 až 240 stupňov Celzia dozlatova.

Náš tip:

Zelerové hranolky môžeme podávať s dipmi, ktoré pripravíme z jogurtu, smotany a dochutíme obľúbenými bylinkami a koreninami.

» ren

Pripravte si zelerové hranolky.

zdroj foto phuonghoangthuy pixabay

Oplatí sa !

TOP PONUKY TÝŽDŇA

98-001

KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje i celé poľovnícke zbierky.

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

Výkup mincí do roku 1945

Celá SR

0940 723 073
trofejeeu@gmail.com

46-0006

SOS STREŠNÉ PRÁCE

Tesár, klampiar, pokrývač

Pokrývačské práce
Nové strešné konštrukcie, Opravy
Izolácia plochých striech
Klampiarske práce, Zateplenie

Obhliadka a cenová ponuka ZDARMA

Zľava 15% na objednávky prác do 31.12.

KONTAKT: +421 918 081 699

91-0216

Ponuka
Darček v hodnote až 200,- €

Môj domov. Môj život. Môj Stannah výťah.

Keď sa zhorší mobilita a každý krok je náročný, schodisková stolička Stannah môže byť riešením, ktoré vám pomôže zostať nezávislý a žiť naplno vo vlastnom domove.

*Táto ponuka je k dispozícii do 12.12.2025 a nie je platná s inými kampaňami alebo ponukami.

Pre ŤZP občanov možnosť vybaviť na zakúpenie stoličkového výťahu peňažný príspevok od štátu.

Pretože Stannah zmení Váš život.

0800 162 162

www.stannah.sk

91-0001

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA

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

EXPERTI NA STRECHY

POKRÝVAČSKÉ / TESÁRSKE PRÁCE

» POKLÁDKA PLECHOVEJ STREŠNEJ KRYTINY
» RENOVÁCIA STRIECH / GARÁŽÍ
» ZATEPLENIE, OPRAVA ŽĽABOV
» KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH

OBHLIADKA A PONUKA ZDARMA

-10% Z CENY PRÁCE OD 31.12.2025

ZA KVALITU PRÁCE RUČÍME!

Kontakt: Janek - 0919 495 628

91-0215

POKRÝVAČ STRIECH MAJSTER TESÁR

• kompletná montáž nových striech
• kompletná renovácia striech
• renovácia žľabov
• renovácia hospodárskych budov
• pokládka strešnej krytiny • zateplenie

DO 31.12. ZĽAVA -15%

Kontakt: +421 917 506 871

91-0215

68-002

POKRÝVAČ- TESÁR

profesionálne strešné práce

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

› renovácia striech, renovácia garáží ‹
› pokládka plechovej strešnej krytiny ‹
› oprava a renovácia žľabov ‹
› kompletná výmena striech ‹
› zateplovacie práce ‹

ZDARMA DOPRAVA, CENOVÁ PONUKA

Kontakt: +421 949 623 050

91-0215