

# KOŠICKO

**šafi-ro ŽALÚZIE**

- drevené interiérové žalúzie
- vertikálne textilné žalúzie
- retiazkové - ISO systém
- vonkajšie hliníkové rolety
- textilné roletky - rôzne typy
- sieťky proti hmyzu
- plastové zhrňovacie dvere

**DODACIA DOBA OD 3 DNÍ**

**0905 245 995**

Košice, Priemyselná 4  
www.safiroll.sk  
safiroll@safiroll.sk

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 92 130 domácností

## Po ôsmich rokoch si Košice zaslúžia posun vpred

Volám sa Ladislav Lörinc a kandidujem na post primátora Košíc. Dnešný stav vnímam rovnako, ako väčšina jeho obyvateľov. Osem rokov tých istých slov, tých istých sľubov, tých istých ľudí vo vedení. Slabé výsledky a nefungujúce mesto. Preto som sa rozhodol kandidovať na primátora. Ako človek, ktorý pozná Košice zvnútra, ako poslanec mesta a starosta mestskej časti Košice - Sídlisko KVP. Za sedem rokov na pozícii starostu moje kroky zanechali pozitívne stopy a neukazujem sa len rok pred voľbami. 16 ročné skúsenosti v politike sú zárukou, že konkrétne plány a víziu viem pretaviť do reálnych riešení. Lebo za mňa a môj tím hovorí doterajšia práca.



## Výsledky prieskumov hovoria jasne

Spoločnosť Antik Telecom realizovala v dňoch 11. až 13. februára 2026 predvolebný prieskum v košických domácnostiach cez anketový systém so set-top boxmi. Na otázku „Komu by ste dali hlas na primátora?“ odpovedalo aktívne **6 915 respondentov**.

### Kandidát

**Ladislav Lörinc**  
Jaroslav Polaček  
Martin Mudrák  
Iný kandidát/nerozhodnutí

### Podpora

**35,8 %**  
12,7 %  
10,6 %  
26,7 %

Antik nebol jediným prieskumom. Výsledky potvrdil aj nezávislý prieskum agentúry VOX, realizovaný v rovnakých dňoch, kde som získal **podporu 44,3 %**, čo je výrazne pred aktuálnym primátorom (24,9 %) aj ostatnými kandidátmi.

Prieskum VOX (13. 2. 2026):

### Kandidát

**Ladislav Lörinc** 44,3 %  
Jaroslav Polaček 24,9 %  
Lenka Kovačevićová 20,2 %  
Martin Mudrák 10,7 %

### Podpora

**Chcete, aby sa Košice posunuli vpred? Spravte v októbri ten správny krok.**

## BEZPEČNOSTNÉ DVERE

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

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

**AKCIA od 480 €**  
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.ocelovedvere.sk  
ocelovedvere@ocelovedvere.sk

0917 56 36 12  
0911 60 20 40

Sídlisko Terasa, Sokolovská 5, Košice | Po-Pia: 8<sup>30</sup>-17<sup>00</sup>

## ŽALÚZIE a SIETE

**JARNA AKCIA -30%**

0905 611 093

www.eurofal.sk | eurofal@gmail.com

**EUROFAL**  
plastové okná

Výmena tesnenia  
**-50% ZĽAVA**  
SERVIS OKIEN

## PÔŽIČKY

od 20 do 80 rokov | od 400 € do 30 000 €

ONLINE ŽIADOSŤ POHODLNE Z DOMU

www.bestpozicka.sk

CENTRÁLNA POBOČKA

Fejova 1, Košice

(oproti OD Dargov / pri reštaurácii Stará Sýpkka)

INFOLINKA

**0918 709 028**

## KAMENÁRSTVO KOŠICE

od roku 2002

**VŠETKY KAMENÁRSKE PRÁCE**

## VEĽKÉ JARNÉ ZĽAVY

PRE KAŽDÉHO VOLAJÚCEHO ZÁKAZNÍKA

prevádzka - Južná trieda 66, Košice



Ihneď k dispozícii  
**HOTOVÉ**  
URNOVÉ a KLASICKÉ  
hrobové miesta



v Košiciach, Barci, Perín-Chym a v Krematóriu

0907 909 152 kosicekamenarstvo@gmail.com  
www.kamenarstvokosice.sk 0903 999 123

## Kamenárstvo STOCO

NOVOOTVORENÁ PREDAJŇA

Južná trieda 119

0910 653 025

Najväčší  
výrobca v Košiciach

www.kamenarstvostoco.sk

Sklad, výroba Rozhanovce: ul. SNP 4, 0905 509 793

## Slováci bojujú o futbalové MS

Tipuj s 1. stávkou bez rizika až do 50 €

Viac na dvojstrane vo vnútri

18+ HRAJ ZODPOVEDNE

TIPOS BET

... sme s vami v každom počasi. [www.dason.sk](http://www.dason.sk)

## ŽALÚZIE | MARKÍZY ROLETY

### SIETE PROTI HMYZU

japonské zásteny, rolety látkové, plissé, vertikálne žalúzie látko, drevo, strings, žalúzie hliník, bambus, drevo

**JARNÁ AKCIA**  
 Vonkajšie žalúzie Rolety AL **-35%**  
 Markízy, Pregoly **-25%**  
 vertik. žalúzie Strings výpredaj **-60%**

NA TRHU UŽ 28 ROKOV

PO, UT, 8:30-16:30, STR 8:30-17:30, Štv 10:00-16:00, PIA 8:30-15:00

Staničná 1, Košice  
 0917 077 758  
 055/729 08 68  
[dason.ke@dason.sk](mailto:dason.ke@dason.sk)

Akcia platí do 31.3.2026

## KAMENÁRSTVO

tradícia - vysoká kvalita - najväčší výber

# Záruka 30 rokov

Vyrobené na Slovensku

STONE

Výroba a sklad Byster - 0911 056 056  
 Verejný cintorín Košice - 0902 404 515  
 Predajňa Krompachy - 0951 679 705

[www.kamenarstvistone.sk](http://www.kamenarstvistone.sk)

# VODÁR

VODA • ODPAD • KÚRENIE

nové rozvody, prípojky, opravy, inštalácia spotrebičov

24 HODINOVÝ SERVIS

... s vodou si poradíme ...

0903 11 33 33

### RÝCHLOČISTIAREN PERIA

ŠITIE paplónov a vankúšov

**AKCIA** pri zavolaní čistenie+vankúšik, alebo nákupná taška ZDARMA

ODVOZ A DOVOZ ZDARMA PO CELEJ SR  
 Tel:0905 267 750 KOŠICE

miesto pre VAŠU REKLAMU

[kosicko@regionpress.sk](mailto:kosicko@regionpress.sk)

VÝRUB STROMOV, STRIHANIE PLOTOV, UPRAŤOVANIE ZÁHRAD  
 STROJOVÉ VRTANIE DIER NA PLOTOVÉ STĹPIKY ČI SADBÚ STROMOV  
 ODVOZ STARÉHO NÁBYTKU, SPOTREBIČOV, ODPADU. 0940 375 882

### REKONŠTRUKCIE

bytových jadier

## STAVBY

rodinných domov na kľúč

**STRIEKANIE PLECHOVÝCH STRIECH**  
 Zabezpečte si dlhú životnosť a elegantný vzhľad!

vodoinštalčné a elektroinštalčné práce, obklady, dlažby, omietky, malby, vinylové a PVC podlahy, sadrokartónové podhlady a priečky, ploty, oporné múry, zateplenie rodinných domov, základové platne

0949 707 583

### Salón pre psov SISI

Exnárova 9, Furča | 0903 642 487  
[ambra.b.ke@gmail.com](mailto:ambra.b.ke@gmail.com)

- Strihanie
- Kúpanie
- Vyčesávanie
- Trimovanie

### RIZIKOVÉ OREZY a VÝRUBY STROMOV

starostlivosť o záhrady stromy, kríky, živé ploty

0918 290 314

### LIKVIDÁCIA AZBESTOVÝCH STRIECH

[www.Leeris.sk](http://www.Leeris.sk), 0944 923 476, [info@leeris.sk](mailto:info@leeris.sk)

### Kúpim 1 až 2 izbový byt

## Hotovosť

0944 141 077

### FINANČNÉ PORADENSTVO

Nedovoľte inflácii znehodnotiť vaše peniaze.

+421 915 241 912

### ZÁHRADKÁRI, CHATÁRI

## ZBYSTRITE POZORNOSŤ

PONÚKAME VÁM BETÓNOVÉ DLAŽBY NA TERASY, ALTÁNKY A CHODNÍKY ZA VÝHODNÉ CENY

VOLAJTE 0907 956 707

## STK JAZERO

Po - Pia: 7.00 - 17.00  
 So: 7.00 - 13.00

### STK + EK

BEZ ČAKANIA ZA PRIAZNIVÉ CENY

Objednávky 055-304 57 27

Napájadlá 7 A, Košice

[www.stkkosice.sk](http://www.stkkosice.sk)

### Zviditeľníme VÁS

v offline aj online svete

PPC kampane  
 Google Ads  
 Facebook Ads

REGION PRESS  
[kosicko@regionpress.sk](mailto:kosicko@regionpress.sk)

### LEPŠIA PRÁCA

## NÁJDITE NOVÝCH ĽUDÍ

0907 779 011  
 0907 779 017

### SBS LAMA SK

prijme bezpečnostného pracovníka na obchodné prevádzky

## v Košiciach

1 100 € / brutto  
 POS nutný! Nástup ihneď!

0948 378 553

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

## SIETE PROTI HMYZU

- OPRAVA
- MONTÁŽ
- DODANIE
- SERVIS

### Dôchodcovia a ZŤP

## ZĽAVY do 35%

Zľava sa vypočíta podľa odberu a množstva, uplatnenie zľavy je potrebné nahlásiť vopred pri zameraní technikovi

**SAMOpus 0919 204 754**

S			3	4			5		7
U	5	4						2	
D					8				
O	2		8	9			3		
K		5			4			6	
U	3					5			
			6				8		
	4						9		
			2		1			3	

**KVETY ANJELIK EXPRES DONÁŠKA**  
 Predajňa KVETY ANJELIK - Popradská 28C, Košice  
[www.expreskvety.sk](http://www.expreskvety.sk) | **0905 778 904**

**OKNÁ a DVERE**

PLASTOVÉ A HLINÍKOVÉ BEZPEČNOSTNÉ DVERE GARÁŽOVÉ BRÁNY SIETE PROTI HMYZU ŽALÚZIE A ROLETY

• PREDAJ • MONTÁŽ • SERVIS •

[www.winstyle.sk](http://www.winstyle.sk)  
[winstyle@winstyle.sk](mailto:winstyle@winstyle.sk)

Potrebuje poradit' ? ☎ 0940 83 84 83

**ČISTENIE HROBOV**

• Obnova písma, dátumy úmrtia  
 • Náhrobné doplnky

**JEDNOHROB 80€**  
**DVOJHROB 120€**

OBNOVA PÍSMO 1,50€/znak  
 IMPREGNÁCIA A DOPRAVA ZDARMA

0911 996 087 0949 651 250  
[www.cistenie-hrobov.sk](http://www.cistenie-hrobov.sk)

**jarek** čistí čalúnený nábytok  
 a koberce u Vás doma aj u nás  
[www.jarekcistikoberce.sk](http://www.jarekcistikoberce.sk) | **0915 937 226**

**STK** **u Chrobáka**

Priemyselná 2, Košice

**Všetko na jednom mieste**

TECHNICKÉ KONTROLY  
 EMISNÉ KONTROLY  
 KONTROLA ORIGINALITY

Objednávky: **055 / 729 09 50**  
[www.stk-kosice.sk](http://www.stk-kosice.sk)

služby TLAČE  
[kosicko@regionpress.sk](mailto:kosicko@regionpress.sk)

**Kúpim GARÁŽ** v Košiciach  
**0949 854 569** PLATBA V HOTOVOSTI

**GObAKO** s.r.o.

**ZVÁRACIA TECHNIKA a NÁRADIE**

27 ROKOV na trhu

- Zváracie stroje - zväračky
- Laserové zväračky
- Zváracie stoly, kukly
- Príslušenstvo k zváraniu
- Odsávanie
- Autogénna technika
- Ukosovačky
- Nabíjačky a štartovacie vozíky
- Pásovité píly
- Elektrocentrály
- Kompresory
- Magnetické vŕtačky
- Náradie na rezanie, brúsenie, vŕtanie, leštenie
- Sortiment - dielňa a záhrada

Tel.: 055 72 07 411  
 predajňa: 055 72 07 407  
 Holubyho 12, Košice

[www.gobako.sk](http://www.gobako.sk)

**OBNOVA STRIECH**

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH, KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

BITUMÉNOVOU LEPENKOU bez demontáže pôvodnej krytiny  
 ↳ zameranie ↳ odborné poradenstvo ↳ cenová kalkulácia ZDARMA!!!

!!! NOVINKA !!!  
 BITUMÉNOVÁ LEPENKA určená pod solárne panely.  
 Veľmi výhodná aj na bežné prekrytie strechy - znižuje teplotu strechy na 40 až 50 stupňov.

**NON STOP - 0944 720 932**

ZÁRUKA 20 ROKOV

slovenská firma

**UYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽLABOV**

**GOOGLE FACEBOOK REKLAMA**

MARKETING NA MIERU:  
[kosicko@regionpress.sk](mailto:kosicko@regionpress.sk)

**KOŠICKO** na facebooku

Autorizované organizácie zodpovednosti výrobcov  
**E-cycling s. r. o. a SLOVMAS, a. s. týmto informujú:**

- Do skupiny vyhradených výrobkov patria elektrozariadenia, batérie a akumulátory, obaly, neobalové výrobky, vozidlá a pneumatiky.
- Na vyhradené výrobky sa vzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov, t. z., že výrobca takéhoto výrobku je povinný plniť súbor povinností pre vyhradený výrobok uvedený na trh SR. Tým je zabezpečené, že o vyhradený výrobok, resp. vyhradený prúd odpadu bude postarané vo všetkých fázach jeho životného cyklu.
- Financovanie triedeného zberu vyhradeného prúdu odpadu, vrátane triedeného zberu zložiek komunálneho odpadu patriacich do vyhradeného prúdu, znižujú výrobcovia v rámci systému rozšírenej zodpovednosti výrobcov. V prípade nedôsledného triedenia oddelene zbieraných zložiek komunálneho odpadu, na ktoré sa vzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov, náklady na triedený zber vyhradeného prúdu odpadu znáša obec.
- Každý môže predchádzať vzniku odpadu už pri rozhodovaní o kúpe nového výrobku. Pre ochranu životného prostredia je dôležité, aby sme kupovali výrobky, ktoré majú čo najmenej obalov, pokiaľ možno z rozložiteľných materiálov, aby sme kupovali elektrozariadenia s najvyššou energetickou triedou, pretože šetríme prírodné zdroje potrebné na výrobu elektrickej energie. V prípade batérií a akumulátorov sa snažíme o používanie batérií s dlhou životnosťou alebo využívame nabíjateľné akumulátory.
- Zakazuje sa do voľnej prírody ukladať akýkoľvek odpad. Batérie a akumulátory, elektrozariadenia a odpadové pneumatiky sa nesmú vyhadzovať do komunálneho odpadu.
- Konečný používateľ môže odovzdať elektrozariadenia, batérie a akumulátory na miestach spätného zberu a odpadové pneumatiky u distribútorov pneumatík. Nakladanie s odpadom z obalov a neobalových výrobkov je určené vo všeobecne záväznom nariadení obce.

Viac informácií nájdete na webových sídlach  
[www.e-cycling.sk](http://www.e-cycling.sk) a [www.slovmas.sk](http://www.slovmas.sk).

**PLASTOVÉ OKNÁ**

**DÔCHODCOVIA a ZŤP ZĽAVY do 30%**

Zlva sa vypočíta podľa odberu a množstva, uplatnenie zľavy je potrebné nahlásiť vopred pri zameraní technikovi

**SAMOpus**  
[www.samoplus.sk](http://www.samoplus.sk)  
 SKLADNÁ 1 / ČAŇA  
 1. POSCHODIE, STARÉ NÁKUPNÉ STREDISKO NAD TESCOM

**0919 204 754**  
[samoplussro@gmail.com](mailto:samoplussro@gmail.com)

**ŽALÚZIE**

SIETE PROTI HMYZU, SERVIS, MONTÁŽ, DODANIE, OPRAVA

**Dôchodcovia a ZŤP ZĽAVY do 30%**

Zlva sa vypočíta podľa odberu a množstva, uplatnenie zľavy je potrebné nahlásiť vopred pri zameraní technikovi

**0919 204 754**  
[samoplussro@gmail.com](mailto:samoplussro@gmail.com)  
[www.samoplus.sk](http://www.samoplus.sk)

**VŠETKY NOVINY** nájdete v archíve na webe **RegionPress.sk**

## HĽADÁME VODIČOV SKUPINY C



**HRUBÁ MZDA:** od 1150€ / mesiac  
Finálna úroveň mzdy závisí od kvalifikácie a skúseností.  
Priemerná mzda vodiča: 1150 - 1750€ mes.

**MIESTO VÝKONU PRÁCE:**  
Košice a Košice okolie

**POŽIADAVKY:**

- Vodičský preukaz skupiny C
- Kvalifikačná karta vodiča
- Psychologická spôsobilosť

**BENEFITY:**

- Moderné vozidlá, pravidelná obnova vozového parku
- Možnosť bezplatného rozšírenia kvalifikácie
- Polročné a koncoročné odmeny
- Stravné lístky aj za dovolenkové dni
- Príspevok na DDS a ďalšie

# KOSIT

## NÁBOROVÝ BONUS 2000 €

KOSIT a.s., [www.kosit.sk](http://www.kosit.sk)

Kontakt: [personalneodd@kosit.sk](mailto:personalneodd@kosit.sk), +421 910 828 772

**Čujte.sk**

Obezita ako zdravotný problém

[www.cujte.sk](http://www.cujte.sk)



**Čujte.sk**

Pomelo – pripravte si smoothie alebo šalát

[www.cujte.sk](http://www.cujte.sk)



## LEPŠIA PRÁCA<sup>SK</sup>

DENTAL CLINIC GOLD s.r.o.

**PRIJME  
ZUBNÉHO  
LEKÁRA/KU**

€ 3 500 € (netto)  
mesačne

Masarykova  
Košice-Staré Mesto

0917 114 704



dent  
icon

VIAC INFO NA [WWW.LEPSIAPRACA.SK](http://WWW.LEPSIAPRACA.SK)

ako získať prvé miesto vo vyhľadávaní?



**MY  
VÁS tam  
dostaneme!**

[kosicko@regionpress.sk](mailto:kosicko@regionpress.sk)

# PERKINS<sup>®</sup>

## TATÁRSKA OMÁČKA A MAJONELKA

CHUTNÉ  
A SLOVENSKÉ



Nájdete nás  
v novom dizajne

Viac o našej ponuke na  
[www.perkins.slovakia.sk](http://www.perkins.slovakia.sk)



Sa oplatí.

od pondelka 23. 3. do 29. 3.

**CENOVÝ  
LÍDER\***  
**NA SLOVENSKU.**  
Nakupovať inde nemá cenu.

**1**

500 g



**-44 %**

**2.79**  
4.99

**Jahody**  
500 g balenie  
(1 kg = 5,58)

**Biela  
redkev  
gulatá  
zväzok**



**-47 %**

**0.99**  
1.89

**Kuracie  
prsne rezne**  
cena za 1 kg



**-33 %**

**4.99**  
7.49

**Bravčové karé**  
cena za 1 kg  
v celku, bez kosti



**-38 %**

**2.99**  
4.89



**2 + 1  
ZADARMO**



**1.69\*** 2.53\*\*

**Rajo  
maslo**  
250 g  
(1 kg = 6,76)

\*Cena za kus pri kúpe 3 kusov = 1,69 €  
\*\*Cena za kus pri kúpe 1 kus = 2,53 €  
Cena za 3 kusy = 5,06 €



**UŠETRITE\*  
-51 %**

**1.49**

**Salko  
tradičné**  
397 g  
(1 kg = 3,75)

\*Úspora k odporúčanej bežnej maloobchodnej predajnej cene výrobcu.

**Pepsi/Pepsi Zero/  
Mirinda/7 UP Zero**  
2 l (1 l = 0,85, LP: 1 l = 0,70)  
+ záloh za obal 0,15 €

**UŠETRITE\*  
-26 %**

**1.69**

**UŠETRITE\*  
-39 %**

**1.39**

\*Úspora k odporúčanej bežnej maloobchodnej predajnej cene výrobcu.



**Nicolaus  
Blue vodka**  
0,7 l  
38 % alkoholu  
(1 l = 9,84)

**UŠETRITE\*  
-34 %**

**6.89**

\*Úspora k odporúčanej bežnej maloobchodnej predajnej cene výrobcu.



**PARKSIDE**



aj online

**Parkside  
Aku nožnice na konáre 20 V  
kus**

**UŠETRITE\*  
-37 %**

**24.99**

\*v porovnaní s cenou PLP9 platbou 9. 3. 2025 na lidl.sk



\*Potvrďuje to výskum agentúry NMS Market Research Slovakia vykonaný v dňoch 8. 12.-14. 12. 2025 na reprezentatívnej vzorke 2 012 respondentov.

Ponuka tovaru v letáku platí od 23. 3. do 29. 3. 2026 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 v obvyklom množstve.



Vaše výhry, naša radosť



# 1. STÁVKA BEZ RIZIKA

až do **50 EUR**

S 1. stávkou bez rizika neprehráš.  
Ak ti tvoj tip nevyjde, vrátíme ti vklad.

Zaregistruj sa na TIPOSBET teraz  
a tipni si na barážový zápas  
Slovensko - Kosovo. Ak nevyhráš,  
vrátíme ti celý vklad v podobe  
bonusu až do 50 €

Registrácia:


[WWW.TIPOSBET.SK](http://WWW.TIPOSBET.SK)

**18+** HRAJ  
ZODPOVEDNE

Platí pre 1. nevýhernú SÓLO športovú stávkou na TIPOSBET s vkladom aspoň 20 €. Maximálna výška bonusu je 50 €. Zákaz hrania hazardných hier osobám mladším ako 18 rokov. Hazardné hry predstavujú riziko vysokých finančných strát. Nadmerné hranie prináša so sebou možné zdravotné riziká. Viac info na [www.tipos.sk](http://www.tipos.sk) a v hernom pláne kurzových stávok v internetovej herni. Prevádzkovateľ TIPOS, národná lotériová spoločnosť, a.s.



26.3.2026 o 20:45 hod.



SLOVENSKO

1

1,95

X

3,33

2

3,91



KOSOVO

18+ HRAJ ZODPOVEDNE

Zákaz hrania hazardných hier osobám mladším ako 18 rokov. Hazardné hry predstavujú riziko vysokých finančných strát. Nadmerné hranie prináša so sebou možné zdravotné riziká. Viac info na [www.tipos.sk](http://www.tipos.sk) a v hernom pláne kurzových stávok v internetovej herni. Prevádzkovateľ TIPOS, národná lotériová spoločnosť, a.s.

\*Kurzy sa v čase menia

## Slováci snívajú sen o MS. Futbalistov čaká na úvod baráže Kosovo

**Slovenská futbalová reprezentácia sníva naďalej sen o postupe na majstrovstvá sveta. O tom, či sa na Mundial do Ameriky dostaneme, rozhodnú dva zápasy na konci marca. Najskôr 26. 3. vyzveme doma Kosovo a ak zverenci trénera Francesca Calzonu uspejú, v boji o postup na šampionát sa znova doma stretnú s víťazom duelu Rumunsko – Turecko.**

Slováci si účasť v baráži vybojovali v kvalifikácii A-skupiny, kde obsadili druhé miesto. Najskôr doma senzačne zdolali Nemecko 2:0, a hoci si cestu za priamym postupom skomplikovali prehrou v Severnom Írsku, do posledného duelu v Nemecku boli v hre. Žiaľ, v Lipsku utrhli hanebný debakel 0:6. Šanca na postup tu však stále je, cez baráž.

Prvý krok musíme urobiť so súperom, ktorý je veľmi nepríjemný, ale určite hrateľný. Kosovo odohralo kvalifikáciu v B-skupine, v ktorej si priamy postup vybojovalo Švajčiarsko. Hráči z Balkánu dokázali v skupine dvakrát zdolat

Švédsko, z čoho ide rešpekt.

Semifinálový zápas odohrá reprezentácia na Tehelnom poli v Bratislave. V prípade postupu sa Slováci stretnú vo finále baráže rovnako na Tehelnom poli s jedným z dvojice Turecko – Rumunsko v utorok 31. marca.

Svetový šampionát vo futbale sa následne rozohrá za účasti 48 krajín sveta v USA, Kanade a Mexiku 11. júna. Majstra sveta spoznáme o päť týždňov neskôr – finále je naplánované na 19. júla na MetLife Stadium v East Rutherford v štáte New Jersey.

### Náš tip

Kto si chce vychutnať barážový zápas Slovákov s podaným tiketom bez nervov, môže využiť prvú Stávku bez rizika do 50 €. Stačí sa zaregistrovať do herne TIPOSBET a vykonať svoju 1. stávku na zápas Slovensko – Kosovo minimálne za 20 €. Stávka musí byť SÓLO, to znamená, že na tikete môže hráč mať iba túto jednu udalosť. Ak bude stávka prehratá, vrátíme

hráčovi celú výšku vkladu v podobe bonusu a to maximálne až do 50 €.



Hazardné hry sú určené pre osoby od 18 rokov. Hrajte zodpovedne, hrajte pre radosť.

Najlepšie ceny pre všetkých. S nami ušetríte na čokoľvek, napríklad aj na dovolenku, bez podmienok...

# HECHT®

špecialista na záhradu

NAVIGOVAŤ DO  
PREDAJNE



Futbalová  
aréna

Pri Prachani

HECHT®  
špecialista na záhradu

FÉROVÁ CENA



# KOŠICE

PRI PRACHÁRNI 4G, 04011



platnosť akcie  
25. 3. – 7. 4. 2026

## BENZÍNOVÝ KROVINOREZ

HECHT 15444 BTS

- + výkon motora 2,2kW
- + záber s kotúčom /  
strunou 25,5 / 44 cm

motor  
52 cm<sup>3</sup>

príslušenstvo  
ZADARMO



159,99\*\*

79,99\*

## ELEKTRICKÝ DRVIČ

HECHT 628

- + drví vetvy až do priemeru 4,5 cm
- + zberný kôš 45 l súčasťou
- + príkon 2800 W

turbo  
motor

drvený  
materiál



129,99\*\*

79,99\*

\* Akciové ceny platia pre držiteľov VIP kariet vo všetkých predajniach HECHT – špecialista na záhradu v dňoch 25. 3. – 7. 4. 2026

Do akcie je určených 400 ks HECHT 15444 BTS, 200 ks HECHT 628 (max. 1 ks na osobu) alebo do vypredania zásob. Uvedené ceny sú v € s DPH. [www.hecht.sk](http://www.hecht.sk)

Tlačové chyby vyhradené. \*\*Najnižšia cena za posledných 30 dní

**ZĽAVA 30 %**  
na vybrané  
**kosačky a traktory**



**VÝPREDAJ**

**25. 3. – 7. 4. 2026**  
alebo do vypredania zásob

**SADA RUČNÉHO NÁRADIA**

**HECHT 2076**

76 ks náradia



**materiál CRV**

~~39,99 €\*\*~~

**33,99 €\***

**RUČNÝ ROZMETAČ**

**HECHT 270**

hmotnosť 4,4 kg  
max. objem 27 l  
kolesá 9×3"  
max. šírka posypu 3 m



**regulácia posypu**

~~59,99 €\*\*~~

**44,99 €\***

**KOMPOSTÉR**

**HECHT 6600**

objem 600 l  
rozmery 933 × 933 × 805 mm



**odolný plast**

~~74,99 €\*\*~~

**64,99 €\***

**AKU PRÍKLEPOVÁ VŔTAČKA**

**HECHT 1278**

**dvojrýchlostná prevodovka**

príkon 1× 2/4/6/8 Ah  
otáčky bez zaťaženia  
0-440 / 0-1650/min  
veľkosť skľučovadla  
1,5-13 mm



~~94,99 €\*\*~~

**79,99 €\***

**ELEKTRICKÁ PÍLA**

**HECHT 2416 QT**

**lišta + reťaz OREGON**

príkon 2400 W  
dĺžka listy 40 cm  
rýchlosť reťaze 14 m/s



~~104,99 €\*\*~~

**89,99 €\***

**ELEKTRICKÝ PLOTOSTRIH**

**HECHT 695**

príkon 900 W  
max. Ø strihu 20 mm  
prac. dĺžka lišty 41 cm

**otočná rukoväť 180°**

**dĺžka 2,64 m**



~~104,99 €\*\*~~

**89,99 €\***

**LANOVÝ NAVIJAK**

**HECHT 8450**

**upevňovacie príslušenstvo súčasťou balenia**

príkon 800 W  
priemer lana 4 mm  
nosnosť bez kladky / s kladkou 250 / 500 kg  
výška zdvihu bez kladky / s kladkou 12 / 6 m



~~104,99 €\*\*~~

**89,99 €\***

**VYSOKOTLAKOVÁ UMÝVAČKA**

**HECHT 334**

príkon 2200 W  
max. tlak 170 bar  
max. prietok 450 l/h

**pomocný naviják na hadicu**



~~134,99 €\*\*~~

**114,99 €\***

**PONORNÉ ČERPADLO**

**HECHT 3122 INOX**

príkon 1200 W  
max. výtlak 44 m  
max. prietok 5800 l/h

**4 obežné kolesá**



~~134,99 €\*\*~~

**119,99 €\***

**ZÁHRADNÝ GRIL**

**HECHT VESUV**

**3in1**

rozmery 88 × 73 × 92 cm  
rozmery ohniska 46 × 46 cm  
hrúbka plechu 1,2 mm

**BBQ & OHNISKO**



~~144,99 €\*\*~~

**134,99 €\***

**STOLNÁ HOBL'OVAČKA**

**HECHT 8751**

príkon 1250 W  
rezná hĺbka 0-2 mm  
rozmery stola hobľovanie / pretah 740 × 210 mm / 250 × 204 mm  
max. rezná šírka 204 mm

**rýchlosť posuvu 6,3 m/min.**



~~229,99 €\*\*~~

**199,99 €\***

**ELEKTRICKÁ KOSAČKA**

**HECHT 1803 S**

príkon 1800 W  
záber 46 cm  
výška zdvihu 30-75 mm  
kôš 60 l

**„turbo motor“**



~~309,99 €\*\*~~

**279,99 €\***

**INVERTOROVÁ ZVÁRAČKA**

**HECHT 1830**

**digitálny ovládací panel**

vstupná kapacita 6,9 kVA  
zvárací prúd 20 - 200 A  
zváracie napätie 27,2 V  
priemer elektród 1-4 mm



~~334,99 €\*\*~~

**289,99 €\***

**JEDNOFÁZOVÝ GENERÁTOR**

**HECHT GG 3300W**

**sklápacie madlo**

motor 223 cm3  
prúd 12/230 V 9 / 13 A  
max. el. výkon 3800 W



**zásuvky 1× 12 V DC, 2× 230 V**

~~389,99 €\*\*~~

**369,99 €\***



a ďalšie produkty za skvelé ceny nájdete v predajniach HECHT - špecialista na záhradu

**PONUKA**

**TLAČE**

letáky  
vizitky  
plagáty  
etikety  
katalógy  
kalendáre  
spravodaje  
časopisy

**REGION PRESS**  
www.regionpress.sk

## Študenti a dobrovoľné daňové priznanie

Finančná správa upozorňuje, že mnohí študenti môžu získať späť zaplatené dane, ak sa rozhodnú podať daňové priznanie dobrovoľne. Aj pri nízkych príjmoch môže študentom vzniknúť nárok na daňový preplatok, ktorý im štát vráti. Podanie daňového priznania tak predstavuje jednoduchú cestu k vráteniu zaplatenej dane.

„Študent je povinný podať daňové priznanie k dani z príjmov za rok 2025, ak jeho celkové zdaniteľné príjmy presiahli 2 876,90 eur. Do tejto sumy sa započítavajú všetky príjmy, ktoré sú predmetom dane a nie sú od dane oslobodené. Ak študent pracoval v zahraničí, príjem zo závislej činnosti zo zahraničných zdrojov sa započítava do celkových zdaniteľných príjmov,“ uvádza Finančná správa a dodáva, že od dane sú oslobodené napríklad:

- štendiá zo štátneho rozpočtu, vysokých škôl alebo zo zahraničia,
- štendiá podľa zákona o odbornom vzdelávaní a príprave,
- dávky z nemocenského, dôchodkového a sociálneho poistenia.

### Výhodnosť dobrovoľného podania daňového priznania

„Mnohí študenti síce nedosiahli príjem presahujúci 2 876,90 eur, no počas roka im zamestnávateľa zrážali preddavky na daň. V takom prípade sa im oplatí podať daňové priznanie dobrovoľne,“ radí Finančná správa študentom a objasňuje, že:

- podaním priznania im vznikne daňový preplatok,
- preplatok bude vrátený, ak presiahne 5 eur,
- žiadosť o vrátenie preplatku je súčasťou daňového priznania,
- ide o jednoduchý spôsob, ako získať späť časť peňazí z brigád alebo krátkodobých pracovných pomerov.

„Dobrovoľné podanie daňového priznania je tak pre študentov často finančne výhodné, najmä ak pracovali na dohody, kde sa preddavky zrážali automaticky. Lehota na podanie daňového priznania je 31. marec 2026,“ informuje inštitúcia a pridáva príklad:

Študentka mala v roku 2025 počas letných prázdnin príjem z dohody o brigádnickej práci študentov v celkovej sume 975 eur. U zamestnávateľa si v priebehu roka 2025 neuplatnila nezdaniteľnú časť základu dane na daňovníka (nepodpísala tlačivo Vyhlásenie na uplatnenie nezdaniteľnej časti základu dane na daňovníka a daňového bonusu). Zamestnávateľ jej zrazil preddavky na daň vo výške 160,43 eura a po skončení roka vydal Potvrdenie o zdaniteľných príjmoch zo závislej činnosti za rok 2025. Keďže úhrn jej zdaniteľných príjmov za rok 2025 nepresiahol 2 876,90 eura, nie je povinná podať daňové priznanie. Daňové priznanie však môže podať dobrovoľne, pričom jej vznikne nárok na vrátenie preplatku na daní vo výške 160,43 eura.

» ren

## Jar je časom migrácie obojživelníkov

Zamestnanci Štátnej ochrany prírody Slovenskej republiky (ŠOP SR) spolu s dobrovoľníkmi každoročne pomáhajú obojživelníkom bezpečne prekonať frekventované cesty počas ich jarnej migrácie. Budovaním migračných zábran a pravidelnými prenosmi obojživelníkov prispievajú k ochrane druhov, ktorých populácie v posledných rokoch výrazne klesajú.

S príchodom teplejších dní a vlahy v podobe dažďa sa prebúdzajú mnohé obojživelníky, ktoré následne migrujú zo zimoviska k reprodukčným vodným plochám, kde kladú vajíčka. Počas tejto migrácie musia na mnohých miestach prechádzať cez cesty, kde ich každoročne tisíce uhynú pod kolesami áut. Spolu s ďalšími faktormi, ako nedostatok zrážok v zimnom a predjarnom období, rýchly nástup vysokých jarných teplôt či úbytok mokradí, dochádza k postupnému miznutiu populácií obojživelníkov z viacerých lokalít.

Zamestnanci Štátnej ochrany prírody Slovenskej republiky spolu s dobrovoľníkmi každoročne na jar budujú pozdĺž kritických úsekov migračné zábrany. V trasách ich ťahu sa inštalujú približne pol metra vysoké plastové fólie, ktoré žabám zabránia vstúpiť na vozovku. „Zábrany sa následne niekoľkokrát denne kontrolujú, obojživelníky sa vyzbierajú a bezpečne prenesú na druhú stranu cesty,“ priblížil Odbor komunikácie a propagácie ŠOP SR a doplnil, že najčastejšie migrujúcimi druhmi

sú ropucha bradavičnatá, skokan hnedý a skokan štihlý. Medzi prenesenými jedincami sa objavujú aj rosnička zelená, kunka žltobruhá či mlok hrebenatý a mlok bodkovaný.

Počas jednej migračnej sezóny prenesú pracovníci ŠOP SR spolu s dobrovoľníkmi tisíce jedincov. „Například minulý rok bolo pri vodnej nádrži Sigord prenesených približne 2 800 obojživelníkov, zatiaľ čo pred piatimi rokmi to bolo na rovnakej lokalite až 8 000 jedincov,“ upresnil Odbor komunikácie a propagácie ŠOP SR. Obojživelníky sú pritom podľa odborníkov významnou súčasťou potravného reťazca, regulujú množstvo hmyzu a zároveň sú potravou pre mnohé druhy vtákov a cicavcov. Ich úbytok môže narušiť rovnováhu v ekosystémoch a znížiť biologickú rozmanitosť krajiny. „Apelujeme preto na vodičov, aby najmä na úsekoch v okolí vodných plôch zvýšili ostražitosť a boli ohľaduplní k obojživelníkom aj dobrovoľníkom, ktorí ich pomáhajú zachraňovať,“ uzavrel Odbor komunikácie a propagácie ŠOP SR.

Viac informácií na webovej stránke ŠOP SR.

» ren



Inštalácia dočasných migračných zábran pre obojživelníky. autor foto M. Hrešová

## Občianska riadková inzercia

### HOBBY A ŠPORT

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

### Chcete si podať riadkový inzerát?

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

Príklad:

RP KE 7 Predám hlboký modrý kočík. 0987 654 321

Inzerát bude po skontrolovaní spracovaný 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 €

Číslo rubriky:

- 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 „KE“ v texte Vašej SMS kódom novin, ktorý nájdete v tiráži.

(Službu platbami automobilom sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

**TIP na výlet**

**VYHLADKOVA VEZA KOŠICE**

## Bezplatný týždenník

### KOŠICKO

EV 6210/24

vydáva spoločnosť  
**REGIONPRESS**  
so sídlom Pekárska 7489/40A,  
917 01 Trnava, IČO: 36252417.

Ročník III, rok 2026

Redakcia: Čermeľská cesta 3  
KOŠICE  
kosicko@regionpress.sk

### INZERCIA

Ing. Renáta Sakslová 0907 779 017  
Mgr. Monika Nigutová 0907 779 011

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



### DISTRIBÚCIA (92130 domácností)

**Páry týždeň:** Kuzmányho, Kalvária, Letná, Mlynský Náhon, Čermeľ, Podhradová, Ťahanovce, Furča, Nad Jazerom, Vysné Opátske, KVP, Centrum, Terasa

**Nepáry týždeň:** Kavečany, Lorinčik, Myslava, Pereš, Poľov, KVP, Šaca, Terasa, Popradská, Barca, Južná Trieda, Rastislavova, Železníky, Centrum, Šebastovce, Džungľa, Košická Nová Ves, Krásna, Nad Jazerom, Ťahanovce, Furča

### Západné Slovensko

BV	97240	BRATISLAVSKO východ
BZ	106540	BRATISLAVSKO západ
DS	34320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34390	GALANTSKO-ŠALANSKO
HC	30330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16450	KOMÁRNSKO
LV	30580	LEVIČKO
MA	29680	MALACKO
NR	54170	NITRIANSKO
NZ	35050	NOVOZÁMOKO
PK	22970	PEZINSKO
PN	41870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35420	SENECKO
SE	36750	SENICKO-SKALICKO
TO	41930	TOPOĽCIANSKO-PE-BN
TN	60750	TRENČIANSKO-DCA-IL
TT	49930	TRNAVSKO
ZM	20930	ZLATOMORAVSKO

### Stredné Slovensko

BB	56200	BANSKOBYSTRICKO-BR
KY	29300	KYSUCKO-CA-KM
LI	37270	LIPTOVSKO-LM-FK
LC	30860	LUČENCKO-VK-PT
MT	38570	MARTINSKO-TR
OR	34980	ORAVSKO-DK-NO-TS
PB	33590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40150	PRIEVIDSKO
ZV	38400	ZVOLENSKO-DT-KA
ZH	26880	ZĽARSKO-ZC-B5
ZA	50780	ŽILINSKO-BY

### Východné Slovensko

BJ	37210	BARDEJOVSKO-SK-SP
GE	30830	GEMERSKO-RV-RS-RA
HU	27190	HUMENSKO-VT-SV-ML
KE	92130	KOŠICKO
KS	24900	KOŠICKO okolie
SL	12940	LUBOVNIANSKO
MI	31260	MICHALOVSKO-TV-SO
PP	41520	POPRADSKO-KK
PO	49940	PREŠOVSKO-SB
SN	32540	SPÍŠSKO-LE-GL

**KOŠICKO**  
na facebooku



# Púpava, žihlava, podbel, prvosenka, či sedmokráska

## Nastal čas nazbierať si prvé liečivé bylinky

Máme tu jar a spolu s ňou nastáva obdobie, kedy si budeme môcť počas našich výletov do prírody opäť nazbierať rozličné liečivé bylinky. Za našu pozornosť isto stojí prhlava dvojdomá, púpava lekárska, plúcnik lekársky, podbel lekársky, sedmokráska obyčajná aj prvosenka jarná. Niektoré z nich dokonca nájdeme rásť aj v našich záhradách.

### ŽIHLAVA

Přhlava dvojdomá alebo ľudovo žihlava - obsahuje magnézium, vápnik, železo, fosfor, sodík, ale aj mnoho vitamínov. Pripisujú sa jej priaznivé účinky na obličky, žlčník či pečeň. Rovnako však čistí krv, podporuje krvotvorbu a pomáha pri liečbe rôznych kožných ochorení. Čaj sa používa aj pri zápaloch močových ciest a osteoporóze.

### Použitie

**Čaj** - 1 čajovú lyžičku sušenej prhlavy zalejte 250 ml vriacej vody a lúhujte v prikrytej nádobe 10 až 15 minút. Čaj môžete piť vlažný dva až trikrát denne a pripravujte si ho vždy čerstvý.



Bylinky zbierame mimo ciest, najlepšie na lúkach.

*zdroj foto couleur pixabay*

**Kúpeľ** - čerstvo nazberanú žihlavovú vňať zalejte šiestimi litrami studenej vody a nechajte lúhovať asi 12 hodín. Hotový výluh precedte, ohrejte - ale nevarujte a vlejte do vodou napustenej vane, pričom sa namočte len po oblasť srdca. Vo vani zostaňte približne 20 minút.

**Výluh** - na posilnenie vlasov si pripravte výluh a to tak, že približne dve hrste čerstvo nazberanej žihlavy povarte v 500 ml vody. Vlažným výluhom si potom oplachujte vlasy.

### Žihlavová polievka

Ak ste odvážnejší, môžete si z prhlavy pripraviť aj chutné a zdravé pokrmy. Jej listy sa pridávajú napríklad do šalátov, prívarkov či polievok. Tepelné spracovanie by ich malo zbaviť prhlenia.

**Budeme potrebovať:** 1 liter zeleninového vývaru, 400 g žihlavy (listy), 1 ks cibuľa, 1 ks pór, 1 ks väčší zemiak, 1 ks mrkva, 50 ml smotany na šľahanie, 50 g masla, 1 PL oleja, 1 štipka soli

### Postup:

• Na miernom ohni zahrejte olej. Pridajte nadrobno nakrájanú cibuľu, pór,

na kolieska nakrájanú mrkvu a na kocky nakrájaný zemiak. Duste 10 minút, kým zelenina nepustí šťavu. Potom zalejte vývarom a varte, kým zemiaky nezmäknú.

• Listy žihlavy opláchnite vo vode a pridajte do polievky. Varte ešte asi jednu až dve minúty - kým listy nezvädnu. Potom premiešajte a polievku rozmixujte. Pridajte maslo a smotanu, dochuťte soľou.

**Náš tip** - ak nazbierate viac prhlavy ako stačí spotrebovať, jednoducho si ju môžete usušiť. Listy rozprestrite na podnos tak, aby sa neprekrývali a umiestnite na vzdušné tmavé miesto.

### Pozor

Čaj zo žihlavy pite maximálne tri týždne. Potom si doprajte niekoľko týždňov prestávku. Čaj nie je vhodný pre deti do 15 rokov, tehotné a dojčiacie ženy.

### PÚPAVA

**Púpava lekárska** - jej listy obsahujú vitamín C, vitamíny skupiny B a tiež provitamín A, rovnako aj množstvo minerálov - draslík, sodík, hliník, meď, železo, vápnik, kremík, síru a fosfor. Púpava má

močopudné účinky, podporuje tvorbu žlče a žalúdočnej kyseliny a pomáha upravovať trávenie. Povzbudzuje činnosť pečene, žlčníka, obličiek a čriev, podporuje rast červených krviniek, znižuje krvný tlak. V ľudovom liečiteľstve sa púpava využíva pri liečbe močových kameňov, cukrovky, lymfatických uzlín ako aj pri chronickej únave.

### Použitie

#### Púpavový med

**Budeme potrebovať:** 400 kusov púpavových kvetov bez stoniek, 2 umyté chemicky neošetrené citróny, 2 l vody, 2 kg kryštalového cukru

**Postup:** Kvety púpavy a na kolieska nakrájané citróny vložte do hrnca. Zalejte dvoma litrami vody a varte na miernom ohni 15 minút. Následne preložte hrniec na chladnejšie miesto a nechajte všetko lúhovať do ďalšieho dňa. Na druhý deň zmes precedte cez sitko alebo plátno, tekutinu vlejte späť do hrnca a pridajte cukor. Varte 10 minút a nechajte vychladnúť. Potom opäť varte až do požadovanej hustoty. Med nalejte do sklenených zaváracích pohárov, ktoré po uzatvorení prevráťte hore dnom.



Je čas zbierať prvé liečivé bylinky.

*zdroj foto congerdesign pixabay*

### Šalát z listov púpavy

**Budeme potrebovať:** za hrst čerstvých mladých púpavových listov, listový šalát, uvarený väčší zemiak, 1 vajčko uvarené na tvrdo, 1 jarnú cibuľku, viazaničku reďkovky, 1 PL olivového oleja, 1 PL citrónovej šťavy, 1 ČL medu, soľ na dochutenie

**Postup:** Listy púpavy a šalátu umyte a potrhajte na menšie kúsky. Cibuľku a zemiak nakrájajte na kolieska, reďkovky na štvrtiny. Vložte do misky a jemne premiešajte. Následne ozdobte na osminky nakrájaným na tvrdo uvareným vajčkom a prelejte zálievkou. Tú vymiešajte z olivového oleja, citrónovej šťavy, medu a soli. Ozdobit môžete kvetmi púpavy.

### Náš tip:

Listy púpavy majú špecifickú a pomerne horkastú chuť, a tak skúšajte radšej opatrne - menej je niekedy viac.

### Pozor!

Prípravky s obsahom púpavy nie je vhodné užívať ak máte vážnejšie ťažkosti s obličkami či užívate diuretiká, pretože rastlina je výrazne močopudná. Liečba pomocou púpavy nie je vhodná pre pacientov s vážnymi alebo akútnymi chorobami žlčníka, pri nepriechodnosti žlčododov a pri žalúdočných vredoch. U niektorých ľudí môže púpava vyvolať alergickú reakciu.

### PLÚCNIK LEKÁRSKY

**Plúcnik lekársky** - pomáha pri ochoreniach dýchacích ciest, ako aj pri zápaloch močových ústrojov, hemoroidoch či hnačke. Čistí náš lymfatický systém a



Bylinkové čaje môžu podporiť naše zdravie.

*zdroj foto ivabalk pixabay*

v podobe obkladov uľahčuje hojenie rán.

### PODBEL LEKÁRSKY

**Podbel lekársky** - je skvelým pomocníkom pri zápaloch a ochoreniach dýchacieho ústrojenstva.

### SEDMOKRÁSKA OBYČAJNÁ

„V kvietkoch sedmokrásky obyčajnej nájdete saponíny, viaceré organické kyseliny, inulín prospievajúci tráveniu, alebo flavóny s antioxidantným účinkom. Sedmokráska sa tiež využíva pri problémoch dýchacích ciest, pomáha hojiť rany a podporuje činnosť pečene,“ hovorí Mgr. Blažová z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava.

### Použitie

Kvety sedmokrásky môžete použiť na ozdobenie chlebičkov i zákuskov, ale možno ich pridať aj do kúpeľa, pretože majú relaxačné účinky. Čaj z tejto rastliny pomáha pri ochoreniach dýchacích ciest - pije sa vlažný alebo studený. Kúpeľ a odvar zo sedmokrásky sa zasa využíva pri kožných ťažkostiach.

### PRVOSIENKA JARNÁ

Prvosienka jarná pomáha pri liečbe dýchacích ciest, pri migrénach, nespavosti či nervových poruchách. Nápomocná je aj pri reumatických ťažkostiach.

### Pozor!

Odborníci neodporúčajú užívať bylinky dlhodobo. Ak nie ste si istý o vhodnosti ich použitia, poraďte sa radšej so svojim lekárom alebo lekárnikom.

» ren

# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA

**GS**  
EUROTHERM  
MONT



ZASKLENIA TERÁS A BALKÓNOV  
PRÍSTREŠKY NAJVIŠŠEJ KVALITY  
NAJLACNEJŠIE PREKRYTIA BAZÉNOV  
ZÁBRADLIA A BRÁNY NA MIERU

**gszasklenie.sk**  
**0800 333 223**

DAJTE PREDNOŠŤ SLOVENSKEJ KVALITE  
S NAMI SA VŽDY VIETE DOHODNÚŤ  
ODOLNÉ ZVÁRANÉ KONŠTRUKCIE  
SME VEĽKÁ SPOLOČNOSŤ, VIAC NEŽ 90 ĽUDÍ  
MENÍME VAŠE SNY NA REALITU UŽ 25 ROKOV



HLINÍK, DREVO  
ČI NEREZ?  
S TÝM SI HRAVO  
PORADÍME!  
ZAMERANIE A  
3D VIZUALIZÁCIA  
**ZDARMA**



**Ponuka**  
Darček v  
hodnote až  
200,- €

## Váš domov, vaša sloboda.

Zostaňte mobilní bez obmedzení tam, kde je najkrajšie.  
Stoličkové výfahy od Stannah vám dajú slobodu užívať si  
svoj domov kedykoľvek a bez prekážok.



Najvyššia kvalita servisu na celom Slovensku.

Pre ŽP občanov možnosť vybaviť na zakúpenie  
stoličkového výfahu peňažný príspevok od štátu.

**0800 162 162**

[www.stannah.sk](http://www.stannah.sk)

### EXPERTI NA STRECHY POKRÝVAČSKÉ / TESÁRSKE PRÁCE

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

**OBHLIADKA  
A PONUKA  
ZDARMA**

**-10%**  
Z CENY PRÁCE

**ZA KVALITU PRÁCE RUČÍME!**

Kontakt: Janek - 0919 495 628

pred po

BEZ WAPKY

www.bombafasada.sk +421 905 148 393 info@bombafasada.sk

BEZPLATNÁ UKÁZKA

www.bombafasada.sk

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD  
PATENTOVANOU TECHNOLÓGIU

# BOMBA FASÁDA



BEZPLATNÁ  
UKÁZKA

### POKRÝVAČ STRIECH MAJSTER TESÁR

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

**ZĽAVA  
-15%**

Kontakt: +421 917 506 871

## PRE VEĽKÝ ZÁUJEM PREDLŽUJEME AKCIU AŽ DO KONCA MARCA



info@ecoenergy.sk  
www.ecoenergy.sk

**VOLAJTE: 0914 403 131**  
Mobil: 0900 131 131



**POZOR CENA VRÁTANE MONTÁŽE**

- neváhajte a zavolajte nám
- profesionálna montáž a servis
- vybavenie dotácie za Vás
- dlhoročná prax a skúsenosti

**DOTÁCIU ODPOČÍTAME IHNEĎ**

**Tepelné čerpadlo Galmet Prima**

# 4790€\*

\*platí pre verziu 10kw

...nečakajte kým zdrazieme

**VYUŽITE BEZPLATNÚ OBHLIADKU**



- s naším tepelným čerpadlom zabudnete na uhlie a drevo
- užite si komfort, pohodlie a teplo domova bez námahy
- dostupné verzie 6kw, 8kw, 10kw, 12kw a 16kw
- vhodné pre radiátory
- pracuje aj pri teplote -25°C
- 10kw verzia vykúri 180m<sup>2</sup>

