

# L'UBOVNIANSKO

Najčítanejší týždenník na Slovensku



Najbližšie k ľuďom

39 titulov do 1 500 000 domácností, každý týždeň ZADARMO

Rudolf Huliak je  
**Strana Vidieka**



**VÝKUP STARŠÍCH VOZIDIEL**  
STÁČI ZAVOLAŤ PRÍDEME KEDYKOLVEK  
ODŤAHOVÁ SLUŽBA

FORMALITY VYBAVÍME ZA VÁS  
PENIAZE V HOTOVOSTI IHNEĎ

sídlo Sabinov 0917 722 447  
kalejatransport@gmail.com

## 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

## NÁTERY STRIECH

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

**0940 366 431**

FARBA, KTORÁV YDRŽÍ ZA PRIJATELŇÚ CENU

## FRÉZOVANIE PODLAHOVÉHO KÚRENIA

RÝCHLA A ČISTÁ MONTÁŽ PRIAMO DO EXISTUJÚCEJ PODLAHY BEZ JEJ ĎALŠIEHO ZVYŠOVANIA

*Komfort ktorý začína pod nohami*



**0915 657 466**

www.domirenovation.sk DomiRenovation

**VODA**

MONTÁŽ a SERVIS

**PLYN, KÚRENIE**

## FRÉZOVANIE a VLOŽKOVANIE komínov

- revízie komínov ku kolaudáciám RD
- frézovanie a vložkovanie komínov
- strojové čistenie zatechovaných komínov
- fasádne komíny
- čistenie a kontrola komínov

Kontaktujte nás v pracovných dňoch od 7.00 do 17.00 hod.

**ZDARMA** obhliadka

www.kominar-poprad.sk  
www.kominyfrezovanie.sk

Erimont s.r.o. Lučivná 315  
e-mail: hudac@erimont.sk



**0905 279 418**

Michal Hudáč

**INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA**

**0907 877 862**

**Čalúnnictvo**

Slánska 8, Prešov  
Tel: 0911 567 934  
olgarasevova@gmail.com

Číslo vkladu v prvej čalúnnickej knihe od 26 €, bez DPH

## VÝKUP KROJOV

a krojových súčastí, kašmírové, merinové a tibetové sukné, zásterky, šatky kašmírové, kvetované a štofové

**0908 627 952**  
stavaj.peter@gmail.com

Staň sa

**milionárom na týždeň**

Viac na dvojstrane vo vnútri



Vaše výhry, naša radosť

HRAJ ZODPOVEDNE 18+

**Bezplatný týždenník**  
**LUBOVNIANSKO**  
 EV 6208/24 Najbližšie k ľuďom  
 vydáva spoločnosť  
**REGIONPRESS**  
 so sídlom Pekárska 7489/40A,  
 917 01 Trnava, IČO: 36252417.  
 Ročník III, rok 2026  
 Redakcia: Bajkalská 3852/20  
**POPRAD**  
 lubovniansko@regionpress.sk  
**INZERCIA**

Bc. Lenka Šubová **0907 877 862**  
 www.regionpress.sk  
 www.facebook.com/regionpress.sk



**DISTRIBÚCIA** (12.940 domácností)

**Každý týždeň:**  
 Stará Ľubovňa, Čirč, Forbasy, Hniezdeda, Hromoš, Chmeľnica, Jakubany, Karmienka, Kolačkov, Kyjov, Ľubotín, Nižné Ružbachy, Nová Ľubovňa, Ortov, Plaveč, Plavnica, Podolínec, Šamborn, Šarišské Jastrabie, Údol, Veľký Lipník, Vyšné Ružbachy

Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovú úpravu.

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

**Západné Slovensko**

BV	97240	Bratislavsko Východ
BZ	106540	Bratislavsko Západ
DS	34320	Dunajskostredsko
GA	34390	Galantsko+Šaliansko
HC	30330	Hlohovecko+Sereďsko
KM	16450	Komárňansko
LV	30580	Levičko
MA	29680	Malacko
NR	54170	Nitriansko
NZ	35050	Novozámocko
PK	22990	Pezinoko
PN	41870	Piešťansko+NM+MY
SC	35420	Senecsko
SE	36750	Senicko+Skalitéko
TO	41930	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59870	Trenčiansko+DCA+HL
TT	49930	Trnavsko
ZM	20930	Zlatomoravsko

**Stredné Slovensko**

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

**Východné Slovensko**

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

# Pozície školských digitálnych koordinátorov plánujú zachovať

Ministerstvo školstva informovalo, že zabezpečí od školského roka 2026/2027 pokračovanie financovania školských digitálnych koordinátorov zo štátneho rozpočtu. Školy, ktoré mali tieto pozície financované z národného projektu, tak budú môcť plynulo pokračovať v podpore digitalizácie vzdelávania aj po ukončení projektu.

Ministerstvo školstva poskytne finančné prostriedky na pozície školských digitálnych koordinátorov prostredníctvom dohodovacieho konania podľa zákona o financovaní škôl a školských zariadení. „Cieľom je zachovať kontinuitu existujúcich úväzkov financovaných z národného projektu Podpora pomáhajúcich profesií 3 (POP3), ktorého financovanie je schválené do 31. augusta 2026. Školy nebudú musieť podávať individuálne žiadosti,“ uviedol rezort školstva.

„Digitálne zručnosti dnes patria medzi základné predpoklady kvalitného vzdelávania. Chceme, aby školy mali aj naďalej odborníkov, ktorí pomáhajú učiteľom využívať moderné technológie vo vyučovaní a pripravovať žiakov na svet 21. storočia,“ uviedol minister školstva Tomáš Drucker.

Školský digitálny koordinátor je pedagogický zamestnanec, ktorého úlohou je podporovať digitálnu transformáciu školy. Pomáha učiteľom pri zavádzaní digitálnych technológií do

vyučovania, poskytuje odborné poradenstvo a zabezpečuje vzdelávanie pedagogických zamestnancov v oblasti digitálnych kompetencií. Zároveň podporuje využívanie digitálneho obsahu a prispieva k bezpečnému používaniu technológií v školskom prostredí. Pozícia zohráva dôležitú úlohu aj pri implementácii umelej inteligencie a moderných digitálnych nástrojov do vzdelávacieho procesu.

„Finančné prostriedky budú účelovo určené na osobné náklady školských digitálnych koordinátorov na základných a stredných školách. Financovanie aj rozsah úväzkov zostanú v školskom roku 2026/2027 zachované v rovnakom rozsahu ako v projekte POP3,“ objasnilo ministerstvo a doplnilo: „v súčasnosti je prostredníctvom projektu POP3 financovaných 537 plných úväzkov školských digitálnych koordinátorov, pričom túto pozíciu vykonáva celkovo 1 050 osôb. Pokračovanie podpory nadväzuje na dlhodobú potrebu rozvoja digitálnych kompetencií pedagogických a odborných zamestnancov, ako aj na pokračujúcu modernizáciu slovenského školstva.“



zdroj foto startupstockphotos pixabay

## UŽITOČNÉ KONTAKTY

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

**STUDNE - KOPANÉ, VRTANÉ**  
 ČISTENIE, DEZINFEKČIA, PREHLBOVANIE  
**0917 840 731**

**TATRANSKÝ PROFIL - PERODRÁŽKA**  
 PLOTOVÉ LATY / DLÁŽKOVICA  
 ZRUBOVINA / OKRASNÉ LIŠTY  
 TERASOVÉ DOSKY - červený smrek  
 cena od 8,70€/m<sup>2</sup>  
**0917 266 883**

[www.mojinzerat.sk](http://www.mojinzerat.sk)  
**INZERÁT TU UŽ OD 4 EUR**

**ČISTENIE HROBOV**  
 RENOVÁCIA PÍSMO  
**AKCIA** Predpoužívame materiál nemeckej kvality  
 jedrohob 80€  
 dvojhob 120€  
 maľba písma 1,50€/znak  
 impregnácia a doprava **zdarma**  
**PREDAJ SVIETNIKOV A VÁZ**  
**0902 509 700**  
 Predaj krycích dosiek, pomníky s nápismi, náhrobné fotky, tabulky s menami  
[www.cisteniehrobovsaris.sk](http://www.cisteniehrobovsaris.sk)

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

**NÁTERY STRIECH**  
**OPRAVA KOMÍNOV**  
 za rozumnú cenu  
**0908 152 485**

**OBNOVA STRIECH**  
 ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH, KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH  
 slovenská firma  
 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**  
**VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽĽABOV**

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

**BEZPEČNOSTNÉ DVERE**  
 Naše **OCELOVÉ 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: 9<sup>00</sup>-17<sup>00</sup>  
[www.ocelovedvere.sk](http://www.ocelovedvere.sk) [ocelovedvere@ocelovedvere.sk](mailto:ocelovedvere@ocelovedvere.sk)

**Páči sa mi**  
  
**LUBOVNIANSKO**  
 na facebooku  
 Staň sa fanúšikom stránky a sleduj:  
 ♦ nové inzeráty  
 ♦ dôležité info  
 ♦ tipy na výlety  
 ♦ zaujímavé čítania

**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 St. ĽUBOVŇA

**NÁTERY STRIECH**  
**OPRAVA KOMÍNOV mobil:**  
**0940 954 513**  
 Za prijateľnú cenu

# Rudolf Huliak je Strana Vidieka

Hrdý vidiek, hrdé Slovensko.



Strana  
vidieka



Objednávateľ: STRANA VIDIEKA, Račianska 157/166, 83 102 Bratislava, IČO: 42369741



MG *dni*

( 12. - 13. 6. 2026 )

ZAŽITE TO  
NAJLEPŠIE Z MG

MG BONUS AŽ DO 1400 €    TESTOVACIE JAZDY    NOVINKA MG4 EV URBAN

SÚŤAŽ O PRÁZDNINY  
S MG HS HYBRID+

REGISTRÁCIA DO SÚŤAŽE



WWW.EKOAUTO.SK  
+421 903 946 998  
MG@EKOAUTO.SK

NÁJDETE NÁS

EKOAUTO S.R.O. BARDEJOV  
ŠTEFÁNIKOVA 90  
085 01 BARDEJOV

MG4 EV URBAN

59-0083

**EURO  
JACKPOT****MILIONÁROM  
NA TÝŽDEŇ****Súťaž****STAŇ SA****MILIONÁROM NA TÝŽDEŇ**

**Hraj o all inclusive  
týždeň v štýle milionára**

**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)

**Vaše výhry, naša radosť**

Viac info:



## Eurojackpot ponúka luxus v troch kolách!

**Týždeň v rakúskych Alpách?  
Večera v michelinskej reštaurácii?  
A čo tak ešte nejaké „veľmi pekné  
vreckové“? Presne to od 12. 5. 2026  
ponúka lotéria Eurojackpot pre  
výhercov v novej prémiovej súťaži:  
„milionárom na týždeň“.**

### Tiket im priniesol veľkú výhru

Len prednedávnom, 7. apríla 2026, sa jednému šťastnému hráčovi na Slovensku prihodilo, že mu Eurojackpot priniesol krásnych 5 000 000 €. Absolútne najvyššou výhrou, ktorú sa podarilo získať slovenskému hráčovi v Eurojackpote, je výhra z roku 2020. Suma ktorú náš hráč získal bola 58 807 427,70 €.

### Tri kolá súťaže, tri šance vyhrať

Od 12. mája do 22. júna 2026 prebehne exkluzívna súťaž rozdelená do troch samostatných kôl. V každom kole súťažíte o 1 hlavnú a dve vedľajšie výhry. Čo znamená, že luxusný pobyt v Rakúsku či 2x michelinskú večeru máte na dosah až trikrát. Trikrát rovnaká šanca, trikrát rovnaký luxus.

### Harmonogram kôl:

1. kolo: 12. 5. – 25. 5. 2026

2. kolo: 26. 5. – 8. 6. 2026

3. kolo: 9. 6. – 22. 6. 2026

O čo sa hrá – v každom kole zvlášť?

**Hlavná výhra: Relax, hory  
a starostlivosť na svetovej úrovni  
v hodnote 7 350 €**

Tipos si pre Vás ako hlavnú výhru pripravil all inclusive pobyt v Rakúsku pre 2 osoby na 5 nocí. Program, ktorý naplánovala eventová agentúra Kreativ Gang, s.r.o., zahŕňa zábavné a oddychové aktivity, počas ktorých si doprajete oddych v rakúskom wellness, navštívite krásne múzeá či prémiové reštaurácie. Počas celého pobytu budete mať k dispozícii auto s osobným šoférom, personálneho stylistu a veľmi pekné vreckové na nákupy vo výške 1 000 €.

**Doplnkové výhry (2x v každom kole) v hodnote 475 € každá**

Dvaja hráči môžu v každom kole vyhrať večeru pre 2 osoby vo vybranej

michelinskej reštaurácii v Rakúsku, Česku alebo Maďarsku. Pretože v Tipose vieme, že výnimočné zážitky, najmä tie kulinárske, si pamätáme dlhšie než čokoľvek iné.

Zapojte sa a možno práve vy budete tí, ktorí si zabalia kufor do Rakúska alebo zažijú kuchárske umenie na michelinskej úrovni.

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



Súťaž  
týždňa  
s TIPOSom

## Hráme o 3 balíčky stieracích žrebov od TIPOSu

každý v hodnote 35 €

18+

Otázka týždňa:

**V ktorom fínskom meste sa žrebuje  
nadmárodná lotéria EUROJACKPOT?**

A: Kontiolahti

B: Helsinky

Správnu odpoveď vyplňte **zadarmo** na stránke súťaže  
[www.tipos.sk/region](http://www.tipos.sk/region) alebo použite QR kód:



- Súťaž prebieha od piatku 29.5.2026 od 10:00 hod. do piatku 5.6.2026 do 10:00 hod.
- Zo správnych odpovedí vyžrebujeme 3 výhercov
- Vyžrebovaných výhercov, podrobné informácie a štatút súťaže nájdete na [www.tipos.sk/region](http://www.tipos.sk/region)

# Riadková inzercia

## 1 AUTO-MOTO

## 2 ELEKTRO, TECHNIKA

» Kúpim CO zvaračku WLSF - 315, PP - 500, 0940 355 123

## 3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK

## 4 DOM A ZÁHRADA

## 5 ZVERINEC, DROBNOCHOV

## 6 HOBBY A ŠPORT

## 7 DEŤOM

## 8 DARUJEM

## 9 ZOZNÁMENIE

## 0 RÔZNE

**INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA**

**0907 877 862**

### Chcete si podať riadkový inzerát?

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

Príklad:  
RP SL 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 101 znakov 3€

- Čísła 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 - Zoznamie
- 0 - Rôzne

Komerčné inzeráty, pozvánky na akcie, ponuky zamestnania a reality v riadkovej inzerícii neuvieľujeme. V prípade záujmu o zverejnenie tohto typu inzerátu kontaktujte našich obchodníkov. SMS je možné podať aj v novínach v iných regiónoch. V takom prípade nahradte písmená „SL“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tiráži.

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

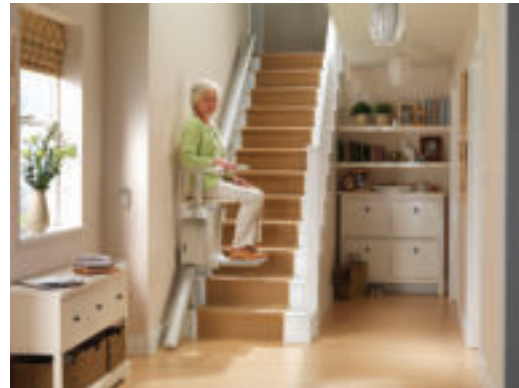
**LEPŠIA PRÁCA**

**HLADAJTE ZAMESTNANCOV EFEKTÍVNEJŠIE**

**0907 877 862**

# „Nechcela som opustiť dom, v ktorom som strávila celý život.“

Keď mala pani Helena 76 rokov, schody v jej rodnom dome neďaleko Nitry jej začali spôsobovať pocit neistoty. Kedysi po nich chodila bez zaváhania. Teraz sa pri každom výstupe držala zábradlia a najviac ju netrápil samotný pohyb, ale strach, že by mohla stratiť rovnováhu.



Jedného popoludnia sa s ňou jej dcéra otvorila porozprávala. Navrhla jej, aby zvážili kúpu schodiskového výtahu. Helena spočiatku nesúhlasila. Myslela si, že to bude príliš drahé a zbytočne komplikované. Napriek tomu si spolu vyhládali informácie a kontaktovali spoločnosť Stannah.

Hneď od prvého kontaktu ju uistili, že všetko je jednoduché a zrozumiteľné. Odborník jej vysvetlil, ktoré riešenie by bolo pre jej schodisko najvhodnejšie, ako aj to, ako bude prebiehať inštalácia a každodenné používanie. Helena bola tiež veľmi prekvapená, keď zistila, že na Slovensku môžu štátne dotácie pokryť až 98 % nákladov na schodiskový výtah. Preto sa riešenie, ktoré sa zdalo nedosiahnuteľné, stalo reálnou možnosťou.

Dnes sa po dome pohybuje oveľa ľahšie. Nemusela sa sťahovať ani sa vzdať miesta, kde sa cíti ako doma. Získala späť pocit istoty vo svojom každodennom živote.

Pre mnohé rodiny môže byť takéto riešenie jednoduchšie a cenovo dostupnejšie, než si myslia. Spoločnosť Stannah im tiež pomáha prejsť celým procesom.

Zavolajte spoločnosti Stannah zadarmo a získajte kupón v hodnote 200 € na nákup stoličkového výtahu.

# Stannah

0800 162 162

www.stannah.sk

## Včely potrebujú našu pomoc

V uplynulých dňoch sme si pripomenuli Svetový deň včiel. Včely patria medzi najdôležitejších opelovačov na svete. Ich význam však ďaleko presahuje produkciu medu. Zohrávajú zásadnú úlohu pri udržiavaní biodiverzity, zdravých ekosystémov aj potravinovej bezpečnosti ľudí.

Po tisícročia zdieľali včely a ľudia úzke a vyvíjajúce sa puto, ktoré formovalo spôsoby, akými sa komunity na celom svete spoliehali na včely pre potravu a živobytie. Včely sa často stali súčasťou kultúrnej identity jednotlivých regiónov a komunit. Od zberu medu až po širokú škálu včelárskych systémov sa tento vzťah neustále prispôboval rôznym prostrediam, technológiám a sociokultúrnym potrebám. Množstvá včelstiev, opelovačov a mnohých ďalších druhov hmyzu sú však na zostupe. „Tento deň pre nás všetkých predstavuje príležitosť – či už pracujeme pre vlády, organizácie alebo občiansku spoločnosť, alebo sme zainteresovaní občania – byť aktívni v ochrane prírody, posilniť opelovače a ich biotopy, zlepšiť ich početnosť a rozmanitosť a podporiť udržateľný rozvoj včelárstva,“ uvádza Odbor komunikácie a propagácie Štátnej ochrany prírody SR (ŠOP SR) a dodáva, že ochrana včiel a ostatných opelovačov je ochranou našej budúcnosti a každý z nás môže prispieť, či už podporou lokálnych včelárov, výsadbou medonosných rastlín, obmedzením používania pesticídov alebo vytváraním priaznivého prostredia pre opelovače.

Prečo existuje Svetový deň včiel? „Každoročným pripomínaním si Svetového dňa včiel môžeme zvýšiť povedomie o zásadnej úlohe včiel a ostatných opelovačov pri udržiavaní zdravia ľudí a planéty a o mnohých výzvach, ktorým dnes čelíme,“ objasňuje Odbor komunikácie a propagácie ŠOP SR a približuje, že tento deň oslavujeme od roku 2018 vďaka úsiliu slovinskej vlády s podporou Medzinárodnej federácie včelárskych asociácií Apimondia, ktoré viedlo Valné zhromaždenie OSN k vyhláseniu 20. mája za Svetový deň včiel. Tento dátum bol určený, pretože je to deň narodenia Antona Janša, priekopníka moderného včelárstva. Janša pochádza zo slovinskej včelárskej rodiny, kde včelárstvo bolo dôležitou súčasťou poľnohospodárskych aktivít s dlhoročnou tradíciou.



Ilustračné foto. zdroj foto pixabay

**REGIONPRESS**

# NAHLAS...

...o veciach verejných

## Nástroj pre efektívnu komunikáciu s občanmi

**Chcem priniesť do nášho mesta pevnú prácu, otvorenosť a riešenia, ktoré ľuďom pomáhajú**

„Chcem priniesť do nášho mesta pevnú prácu, otvorenosť a riešenia, ktoré ľuďom pomáhajú...“

Štvrťstranový PR článok

**Kandidujem do VÚC, aby som do kraja priniesol viac poriadku, otvorenosť a zodpovedné riadenie**

„Kandidujem do VÚC, aby som do kraja priniesol viac poriadku, otvorenosť a zodpovedné riadenie...“

Polstranový PR článok

V roku 2026 sa na Slovensku uskutočnia komunálne a župné voľby. Pre mnohých aktívnych ľudí v mestách a obciach je to čas, keď premýšľajú, ako komunikovať svoje témy a svoju prácu smerom k občanom.

REGIONPRESS otvára priestor pre pravidelnú a vecnú komunikáciu tém verejného života v regiónoch. Nejde o predvolebnú kampaň. Ide o možnosť vysvetľovať občanom, čomu sa venujete, aké problémy riešite a aký dopad majú rozhodnutia na život v meste alebo obci.

Regionálne noviny patria medzi stabilné a dôveryhodné komunikačné kanály a sú distribuované priamo do domácností. Umožňujú komunikovať o témach pokojne, zrozumiteľne a bez hluku predvolebnej kampane. Ak uvažujete o tom, ako v tomto roku komunikovať smerom k občanom vo vašom regióne, radi vám predstavíme možnosti spolupráce a mediálneho priestoru v našich novinách.

Kontakt: **Marcela Petreková | petrekova@regionpress.sk | 0905 338 878**

## Upečte si voňavý jablkový koláč

Ak chcete počas víkendu pripraviť niečo chutné pre svoju rodinku, môžete sa nechať inšpirovať našim overeným receptom na voňavý jablkový koláč.

Hoci jablká najlepšie chutia čerstvé, priamo odtrhnuté zo stromu, aj taký voňavý jablkový koláčik dokáže spríjemniť nedelňé popoludnie. Ak ho budete podávať ozdobený kopčekom šľahačky či vanilkovej zmrzliny, isto ním svojich blízkych potešíte.

### Jablkový koláč

**Suroviny:** 3 vajcia, 12 PL oleja, 12 PL vlašného mlieka, 12 PL kryštálového cukru, 12 PL hladkej múky, 1/2 balíčka kypriaceho prášku do pečiva, 1 kg jablák (5-6 väčších jablák), 1 balíček škoricového cukru, 1 balíček vanilkového cukru, 1 hrst hrozienok, práškový cukor na posypanie

### Postup:

• Najskôr si pripravte plnku a to tak, že jablčka očistíte, zbavte jadrincov a nastrúhajte. Prímiešajte škoricový a vanilkový cukor. Nastrúhané jablčka vložte do hrnca, zahrejte a pridajte hrozienka. Premiešajte a 5 minút poduste.

• Celé vajčka vymiešajte s kryštálovým cukrom do peny. Pridajte po troške olej a mlieko. Premiešajte. Postupne pridajte ešte hladkú múku a kypriaci prášok do pečiva.

• Menší plech asi 20x30 cm vyložte pa-

pierom na pečenie. Cesto rozdeľte na dve časti a jednu vylejte na plech. Dajte piecť do rúry na 180 stupňov.

• Keď je pečenie zhruba v polovici, teda približne po 12 minútach, plech vyberte a na predpečené cesto rovnomerne navrstvite dusené jablčka. Na ne vylejte druhú polovicu cesta a dajte piecť ešte na ďalších 12 až 15 minút.

• Koláčik podávajte posypaný práškovým cukrom, doplniť ho môžete aj kopčekom šľahačky či vanilkovej zmrzliny.

### Vedeli ste, že...

...jablká obsahujú vitamín A, B1, B2, B6, B12, C, E, K, kyselinu pantoténovú, niacín, biotín, kyselinu listovú a cholín, pričom prevažná časť týchto vitamínov sa nachádza najmä v šupke? Mimoriadne bohaté sú jablká nielen na vitamíny, ale aj stopové prvky. Majú vysoký obsah draslíka a obsahujú až 30 % vlákniny.



Ilustračné foto. zdroj foto anialaurman pixabay

» ren

## Zvýhodnená podpora z projektu Zelená solidarita Znížte si náklady na energie

Ak si chcete trvalo znížiť náklady na teplo, teplú vodu či elektrinu a patríte k nízko príjmovým domácnostiam, môžete čerpať prostriedky v rámci projektu Zelená solidarita. Okruh domácností oprávnených získať príspevky na zariadenia na využívanie obnoviteľných zdrojov sa zásadne rozširuje. Hranice, podľa ktorých sa posudzuje, či príjem domácnosti za rok 2024 spĺňa podmienky na zvýhodnenú podporu, vzrástli až o 27 %. Nové limity sa vzťahujú na všetky poukážky vydané od 1. júna 2026.

„Poukážky zo Zelené solidarity už využili rodiny a seniori v mnohých obciach a mestách na Slovensku. Je dôležité, aby sa informácia o tejto pomoci dostala ko všetkým, pre ktorých je určená. Zvýhodnená podpora až do výšky 90 % oprávnených výdavkov je príležitosťou pre ďalšie nízko príjmové domácnosti, ktoré si tak môžu trvalo znížiť náklady na teplo, teplú vodu či elektrinu,“ uviedol generálny riaditeľ SIEA Michal Fiala.

### Dostatok prostriedkov a priebežné preplácanie

Od spustenia projektu v októbri 2024 bolo podporených takmer 1 300 inštalácií v hodnote takmer 6 miliónov eur, príspevky na ďalších 725 inštalácií sú už rezervo-

vané. Žiadosti vybavuje SIEA priebežne a poukážky prepláca do jedného mesiaca od doručenia kompletných podkladov. V projekte je momentálne k dispozícii 2,9 milióna eur pre domácnosti v Bratislavskom samosprávnom kraji a 10 miliónov eur v ostatných regiónoch.

### Nové príjmové limity v praxi

Pre posúdenie nároku je rozhodujúci disponibilný príjem všetkých členov domácnosti za kalendárny rok 2024. Ten zahŕňa príjmy všetkých vlastníkov, ako aj osôb s evidovaným trvalým alebo prechodným pobytom v mieste inštalácie zariadenia.

### Príklady nových limitov pre domácnosť:

- Dvojica dospelých: priemerný mesačný príjem do 1 288,18 €
- Rodina s dvomi deťmi do 15 rokov: priemerný mesačný príjem do 1 970,16 €
- Rodina ŤŽP s dvomi deťmi do 15 rokov: priemerný mesačný príjem do 2 814,51 €

### Najskôr poukážka, potom inštalácia

SIEA dôrazne odporúča domácnostiam, aby s inštaláciou zariadenia počkali, kým nebude ich príjem overený a poukážka vydaná. Práve tá je potvrdením, že domácnosť splnila príjmové kritériá. Doterajšie skúsenosti totiž ukazujú, že až pri tretine poda-

## Revolúcia vo svete fitness dorazila do Starej Ľubovne



- Viac ako 500 cvikov so záťažou do 100 kg na všetky časti tela v jedinom stroji
- Futuristický dizajn s minimálnym nárokom na priestor
- Cvičenia si môžete nastaviť sami alebo sa necháte viesť umelou inteligenciou
- Na veľkom displeji uvidíte ukážky ako cvičiť a potom priebeh vášho výkonu
- Stroj je prepojený s mobilnou aplikáciou, ktorá zaznamenáva Vaše cvičenia a umožní plánovať ďalšie



**IMBODY SPORT**  
www.imbodysport.sk

INFORMÁCIE: +421 904 896 262  
+421 907 895 865

Príďte si vyskúšať

FORMA club

Levočská 27,  
Stará Ľubovňa, 064 01  
Tel.: 0903 692 367

**VŠESTRANNÉ VYUŽITIE**

FITNESS CENTRÁ  
DO DOMU A BYTU  
REHABILITÁCIA  
ŠPORTOVÉ KLUBY  
HOTELY & WELLNESS



zdroj foto lumagreens pixabay

ných žiadostí boli príjmy nad stanoveným limitom.

### Registrácia a automatické overenie príjmu

Žiadosti o zvýhodnenú podporu s posudzovaním nároku na základe príjmov za rok 2024 je možné v elektronickom systéme registrovať aj aktivovať od 1. mája 2026. K samotnej žiadosti o poukážku nie je potrebné predkladať žiadne doklady o výške príjmu. SIEA si údaje overí priamo v spolupráci s príslušnými inštitúciami po udelení súhlasu členov domácnosti. Poukážky zohľadňujúce nové príjmové limity budú vydávané po 1. júni 2026.

Zaujímavosťou je, že hranicu ročného príjmu vypočítava prostredníctvom kalkulačky na stránke [www.zelenadomacnostiam.sk](http://www.zelenadomacnostiam.sk), kde

nájdu aj ďalšie potrebné informácie a odpovedania.

### Aktuálne výšky príspevkov

Výška príspevkov závisí od inštalovaného výkonu zariadení. Ten by mal byť stanovený primerane tomu, koľko energie domácnosť potrebuje, aby zariadenia pracovali efektívne. V súčasnosti je možné získať na kotol na biomasu poukážku v hodnote najviac 2700 eur a na slnečné kolektory 3600 eur. V prípade fotovoltických panelov je to maximálne 6300 eur, ak spotreba elektriny v domácnosti v predchádzajúcom roku presiahla 7000 kWh.

Informácie poskytla Slovenská inovačná a energetická agentúra (SIEA)

» ren

# Oplatí sa!

**TOP**  
NAJLEPŠIE PONUKY  
NAJBLIŽŠIE K ĽUDOM

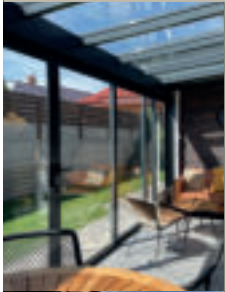
**GS**  
EUROTHERM  
MOINT



INVESTIČNÉ ZIMNÉ ZÁHRADY  
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**



**ABA**  
INNOVATOR



## zastavenie sadania budov

- ✓ Rýchla aplikácia
- ✓ Bez potreby výkopov
- ✓ Jednoduchá aplikácia
- ✓ Dlhodobá spoľahlivosť
- ✓ Garancia kvality

**TOP INJECT**

stabilizujeme základovú pôdu

zastavíme sadanie budov

injektážou syntetickej živice

## SPÄTNÉ ZDVIHNUTIE PODLÁH

» ČISTO, RÝCHLO a bez BÚRANIA «

**PRACUJEME  
PO CELOM  
SLOVENSKU**

**0918 726 754**

**sk.abainnovator.com**

pred po

BEZ WAPKY

BEZPLATNÁ UKÁZKA

**BOMBA FASÁDA**

BEZPLATNÁ UKÁZKA

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



**SOS STREŠNÉ PRÁCE**  
Tesár, klampiár, pokrývač

Pokrývačské práce  
Nové strešné konštrukcie  
Opravy  
Izolácia plochých striech  
Klmpiarske práce  
Zateplenie

**ZĽAVA 15%**  
na objednávky  
prac do 30.6.

Obhliadka a cenová ponuka ZDARMA  
Kontakt: +421 918 081 699

**LEPŠIA PRÁCA** SK  
PERSONÁLNA AGENTÚRA

**NÁJDITE  
NOVÝCH  
ZAMESTNANCOV**

**EFEKTÍVNEJŠIE**

**MONT-SKA**  
ZASKLIEVANIE BALKÓNOV

- ✓ Rámový systém AluPlus
- ✓ Bezrámový otočný systém AluVista, AluVerso
- ✓ Bezrámový systém HPS
- ✓ Celohliníkové zábradlia
- ✓ Zaskliovanie balkónov a terás

ZÁRUKA na stálosť farby 28 rokov  
Záručný aj pozáručný servis ZDARMA  
• výrobky sú certifikované •

stačí prezvoniť alebo zaslať SMS  
my sa Vám ozveme  
0905 205 774 | 0948 205 774

- SPIŠSKÁ BELÁ, Továrenská 22  
- POPRAD, Levočská 845/15, PD Viktoria

Pondelok - Piatok:  
8.00 - 12.00 / 13.00 - 17.00 hod.

info@balkony-zaluzie.sk  
www.balkony-zaluzie.sk