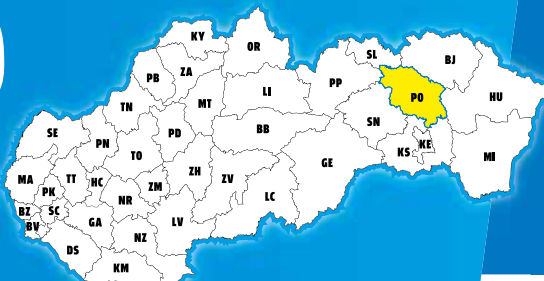


PREŠOVSKO SABINOVSKO

Najčítanejší týždenník na Slovensku



Najbližšie k ľuďom

39 titulov do 1 500 000 domácností, každý týždeň ZADARMO

Rudolf Huliak je

Strana Vidieka

Strana
vidieka



48-0018

FUKANAIZOLACIA.TECH

Fúkaná izolácia
SUPAFIL FRAME od KNAUF

- ✓ Ekologické čisté minerálne vlákno
- ✓ Strojová aplikácia bez tepelných mostov

0915 962 407 Michal PIGULA

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

VÝKOPOVE PRÁCE

MINIBAGROM

Viac info 0918 613 781

MAĽUJEME
EXPRESNÉ MAĽOVANIE INTERIÉROV
0948 777 954, www.pomalujeme.sk

ŠTAHOVANIE
BYTOV DOMOV FIRIEM
Skladovanie, balenie, montáž, vypratávanie
0918 140 111
www.stahovaniepresov.eu
AUTODOPRAVA

DONA DOG CENTER
HOTEL PRE PSOVI A MAČKY
VÝCVIK · KURZY · PORADENSTVO
ODVOZ A DOVOZ
Ruské Pekľany 61
0918 613 781
0907 931 213

LETNÁ AKCIA

24 rokov
2002 - 2026

ISPA

KRÁSA
PRÍRODNÉHO
KAMEŇA

ISPA Prešov, s.r.o.
Masarykova 22 (Bývala Odeva)
080 01 Prešov
Tel.: +421 51 489 10 47
Mobil: +421 905 953 839
Email: predajnapo@kamenarstvoispa.sk



Jednohrob River black 3200€
Jednohrob New rosa beta 2500€
2500€ UŠETRÍTE 700€
1750€ UŠETRÍTE 750€

V cene je zahrnutá obhliadka, pismo, montáž a doprava. Bez betónového základu.

WWW.POMNIKY.SK ■ WWW.KAMENARSTVOISPA.SK

Exkluzívne
nápisné dosky

Kamenné
pracovné dosky



AKCIA AKCIA AKCIA AKCIA AKCIA AKCIA AKCIA AKCIA AKCIA AKCIA AKCIA

**VÝKUP
A PREDAJ**
použitého nábytku
chladničky, práčky,
TV prijímače
Vchod z ul. Dostojevského,
Prešov, v areáli OZKN
0905 748 958
PO - PIA: 10:00-17:00

Čalúnnictvo
Slánska 8, Prešov
Tel: 0911 567 934
olgarasevova@gmail.com
V ponuke aj predaj čalúnnickej kože
od 26 €, bez DPH

SUPER EXPRES
SUPER EXPRES s.r.o.
Bardejovská 1E
Prešov
Pondelok - Piatok
0949 009 999
VÝVOZ ŽÚMP
• Vytiahnutie ORL, lapača tukov
• Vytiahnutie žumpy
• Čistenie upchatej kanalizácie
www.superexpres.sk

**KOPANIE, VRTANIE
A ČISTENIE STUDNÍ**
0905 186 889
www.studnevychod.sk

Súťaž týždňa s Tiposom

Viac na dvojstrane vo vnútri

18+ HRAJ
ZODPOVEDNE

TIPOS
Vaše výhry, naša radosť

ZĽAVA LEN DO KONCA AUGUSTA!



PLYNOMA

KOMPLETNÉ ČISTENIE A KONTROLA PLYNOVÉHO KOTLA

ZĽAVA -20%
mimosezónna akcia

Objednajte sa na tel.: **0907 254 991**
servis@plynoma.sk
Petrovská 34, Prešov

Samozrejmosťou je zabezpečenie bezodkladného odstránenia porúch

83-0082

MALIARSKÉ PRÁCE

0907 931 171

83-0078

ISOVER FASADOVO

FÚKANÉ A STRIEKANÉ IZOLÁCIE Celé Slovensko
Timeo, s.r.o.

0903 906 766 fasadovo@fasadovo.sk

83-0007

PROF-STRECHA

•NÁTERY STRIECH

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

0940 366 431
FARBA, KTORÁV YDRŽÍ ZA PRIATEĽNÚ CENU

53-0044

AutoPreliačiny

oprava preliačín

www.auto-preliaciny.sk
0918 365 820

25-0074

NOVÁ STRECHA

NÁTERY STRIECH
OPRAVA KOMÍNOV
za rozumnú cenu

0908 152 485

53-0028

LIKVIDÁCIA AZBESTOVÝCH STRIECH

www.Leeris.sk, 0944 923 476, info@leeris.sk

66-0016

KÚPIM byt v Prešove, Sabinove. Platba v hotovosti.

0915 887 596 PONÚKNITE

87-0119

FOTO A VIDEO Z DRONU

Pre firmy, reality, obce a aj pre vás.

0940 354 357 fotovideozdronu@gmail.com

59-0016

57-0037

TPP (alebo SZČO)

PRIJMEME STROJNÍKA
na realizáciu inžinierskych sietí, HTU a komunikácií



Zaučíme a zaškolíme

Strojnícky preukaz nie je podmienkou

Možnosť práce so strojmi vybavenými automatickým 3D systémom TRIMBLE

Výhodné platobné podmienky

Volajte v pracovné dni na tel. číslo: +421 905 253 465

57-0067

PRIJMEME MONTÁŽNIKA
NA REALIZÁCIU INŽINIERSKÝCH SIETÍ
PLYNOVODOV, VODOVODOV, KANALIZÁCIÍ

Práca na TPP (alebo ako SZČO)



Nutná podmienka:
znalosť práce s nivelačným prístrojom

+ výhodné platobné podmienky

Volajte v pracovné dni na tel. číslo: +421 905 253 465

57-0068

BEZPEČNOSTNÉ DVERE

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



DUB MATNÝ **DUB ŠEDÝ** **ORECH MATNÝ** **DUB VZOR** **ANTRACIT** **BIELE VZOR**

všetky dvere SKLADOM

AKCIA 520€
kovanie ZDARMA
zameranie ZDARMA

v ponuke aj hladké dvere a odtieň Wenge

www.ocolovedvere.sk
ocolovedvere@ocolovedvere.sk

odborná montáž s licenciou technickej služby od polície SR

0917 56 36 12 | 0911 60 20 40

• Sídliisko Sekčov (smer Šalgovnik) Podnikateľské centrum PYRAMÍDA
• Keratsinské nám. 1, prízemie, č. dverí 105/A, Otvorené: Po-Pia: 8³⁰-17⁰⁰

66-0164

STRECHY MONTÁŽ - VÝMENA

- Plech. škridla, šindel
- Výmena krovov
- Hydroizolácie striech
- Výmena rín, zvodov
- Nátery striech
- Oplechovanie komínov
- Výmena korýtok
- Podbitie striech
- Likvidácia azbestu

MURÁRSKE PRÁCE

- Zateplenie domov
- Rekonštrukcie bytov, RD
- Jadrá, kúpeľne, obklady
- Kovovýroba - brány, ploty, kované a lamelové
- Sadrokartóny, omietky
- Podlahy, stierky, maľovky
- Potery, murovky, prístavby
- Búracie práce

0948 107 877 PREŠOV

20-0082



Sa oplatí.

Spišské párky
500 g
(1 kg = 5,98)

**100 g iba
0,60 €**

**80 %
mäsa**

s Lidl Plus

-37 %

2.99
4.75



**Rajo Mňam
Smetanový jogurt**
145 g, rôzne druhy
(100 g = 0,27)
(LP: 100 g = 0,22)

**UŠETRÍTE
-33 %**

0.39

s Lidl Plus od 3 kusov

**UŠETRÍTE*
-45 %**

0.32

*Úspora k odporúčanej
bežnej maloobchodnej
predajnej cene výrobcu.

s Lidl Plus

-40 %

1.19
1.99

Steiger radler
0,5 l, rôzne druhy
+ záloh za obal 0,15 €
(1 l = 1,18)

**UŠETRÍTE*
-40 %**

0.59



*Úspora k odporúčanej bežnej
maloobchodnej predajnej cene výrobcu.

od pondelka 24. 8. do 30. 8.

Líder v čerstvosti* a nízkych cenách.

500 g



-53 %

1.39
2.99

**Biele hrozno
bezadiérkové**
500 g, (1 kg = 2,78)
(LP: 1 kg = 2,58)

s Lidl Plus

-56 %

1.29
2.99



-50 %

1.49
2.99

**Biela
paprika**
cena za 1 kg



1 kg

**CENOVÝ
HIT**

2.99

**Mleté bravčové
mäso XXL**
1 kg balenie
z pliecka

1 kg

-21 %

7.49
9.49

**Morčacie
prsne rezne**
1 kg balenie

CRIVIT



**CENOVÝ
TRHÁK**

7.99

aj online

**CRIVIT
Funkčné legíny/
nohavice**
kus



**CENOVÝ
TRHÁK**

12.99

aj online

**CRIVIT
Softšelová
bunda/kabát**
kus

*Potvrďujeme to prieskum agentúry NMS Market Research Slovakia, s. r. o., realizovaný v období od 14. 7. do 20. 7. 2026 na vzorke 2 001 respondentov. Na otázku, ktorý z obchodných reťazcov na Slovensku považujú za cenového lídra, uviedlo spontánne najviac - až 39 % opýtaných - práve Lidl. Sme líder kvality za najnižšiu cenu v kategórii čerstvého ovocia a zeleniny. Ponuka tovaru v letáku platí od 24. 8. do 30. 8. 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.

Viac na www.lidl.sk



zdravotné ortopedické
matrace

BUĎTE
vitálni.
SPITE
dobre.



1.
Odmeraj starý
matrac alebo posteľ,
aj atypické tvary :)



2.
Príď si poležať
na matrace do predajne,
poradíme s výberom :)



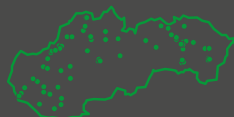
3.
Po objednaní
hneď začíname s výrobou,
šijeme na Slovensku :)



4.
Hotový matrac zabalíme
a zadarmo expedujeme
do 24 hodín :)



5.
Rozbaľ a spi :)
Naše ortopedické matrace
majú 8 ročnú záruku :)



Floriánova 3 / PREŠOV / presov@dormisan.eu

www.dormisan.eu



◀ FRÉZOVANIE PODLAHOVÉHO KÚRENIA

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

**NOVÉ MOŽNOSTI
VYKUROVANIA
FRÉZOVANIE
PODLAHOVÉHO
KÚRENIA**

0915 657 466
domirenovation88@gmail.com
www.domirenovation.sk
DomiRenovation

VODA



**PLYN
KÚRENIE**



MONTÁŽ a SERVIS

*Komfort ktorý začína
pod nohami.*



Prečo si vybrať nás:

- ✓ Ideálne pri rekonštrukciách - bez búrania
- ✓ Hotové za 1-2 dni
- ✓ Nižšie náklady na vykurovanie
- ✓ Rýchly nábeh tepla
- ✓ Rovnomerné sálavé teplo bez prachu
- ✓ Vhodné pre tepelné čerpadlo aj kotol
- ✓ Bez úprav dverí a prahov

Kraj investuje do modernizácie CSS Dúbrava

Centrum sociálnych služieb Dúbrava v okrese Snina prechádza rozsiahlou premenou. V uplynulých týždňoch tu naplno odštartovali stavebné práce na komplexnej rekonštrukcii historického kaštieľa aj areálu, do ktorej Prešovský samosprávny kraj (PSK) investuje 5,3 milióna eur. Realizuje ju vďaka župným eurofondom z integrovaným územnými investícií a dokončiť by ju mal za 24 mesiacov. Cieľom je zlepšiť vnútorné aj vonkajšie prostredie budov a samotného zázemia zariadenia, ktoré poskytuje celoročnú pobytovú sociálnu službu.

„Po vybudovaní zariadenia sociálno-zdravotných služieb v Bijacovciach je projekt v Dúbrave ďalšou veľmi významnou investíciou do sociálneho zabezpečenia. Spúšťame ale napríklad i projekty vo Svite, Medzilaborciach v Starej Ľubovni a zároveň už onedlho odovzdáme do plnej prevádzky dve nové, respektíve zrekonštruované zariadenia sociálnej starostlivosti. Konkrétne ide o objekt podporovaného bývania v Stropkove a nadstavbu CSS v Kežmarku,“ upresnil predseda PSK Milan Majerský.

Obnovu v CSS Dúbrava prechádza neskorobarokový objekt vybudovaný na prelome 18. a 19. storočia, ako aj administratívna budova a budova oddelenia, ktoré sú s kaštieľom prepojené. Modernizácia sa dotýka tiež spoločenského traktu s kotoľňou, pričom projekt v záverečnej fáze počíta i s revitalizáciou priliehajúho parku.

Stavebné činnosti sú sústredené na zateplenie fasád, skokov, výmeny okien a dverí, ako aj sanácie niektorých objektov. Súčasťou projektu sú taktiež klampiarske práce, výmena strešnej krytiny a zateplenie stropu i stien. Posun smerom k ekologickej udržateľnosti zas zabezpečí doplnenie nového ústredného vykurovacieho systému a osadenie vodozádržných zariadení.

V spoločenskej budove a budove oddelenia je navyše naplánovaná i zmena dispozície. Prinesie to nové miestnosti, deliace priečky i nosné steny. Zariadeniu tiež pribudnú nové exteriérové schodiská a sklenené markízy nad vstupmi. Realizáciou zámeru a jeho riešenia sa objekty zhodnotia aj po vizuálnej stránke.

Rekonštrukcia prebieha etapovito za súčasnej prevádzky zariadenia.

CSS Dúbrava poskytuje celoročnú pobytovú sociálnu službu v domove sociálnych služieb a zároveň na špecializovanom pracovisku. Celková kapacita zariadenia je 75 miest.

» **ren**



zdroj foto PSK

**Máte pozemok bez infraštruktúry?
Chcete tam rýchlo bývať alebo na ňom zarábať?
S Ecocapsule Box môžete už o 3 mesiace!**

Plne sebestačné (off-grid)
Modulárne jednotky
Bez pripojenia na sieť
Bez plánovania a stavebného procesu
Okamžite pripravené na použitie po dodaní

BOX XS / 13,2 m² – OD 29 900 EUR*
BOX CLASSIC / 25 m² – OD 55 000 EUR*
BOX XL / 37,5 m² – OD 79 900 EUR*

*CENY SÚ BEZ DPH



www.ecocapsule.com

0907 877 864

28. augusta 1949

bola násilne zlikvidovaná **gréckokatolícka cirkev v Mukačevskej eparchii**

Výročia a udalosti

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

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍŇOV a ODKVAPOVÝCH ŽLABOV



slovenská
firma

ZÁRUKA
20 ROKOV

ERA®

POHREBNÉ SLUŽBY

Nájdete nás:

Krátka č. 7, Prešov
17. novembra 68, Sabinov
Doliny 38, Veľký Šariš

www.psera.sk



Nonstop linka ☎ 0918 560 422

VEĽKÝ POSEZÓNNY VÝPREDAJ

ZĽAVY AŽ 70%

HECHT®

špecialista na záhradu

26.– 08. 09. 2026

PREŠOV



POGUMOVANÉ
MADLO



PRIMER



KOVOVÁ ZUBOVÁ
OPIERKA



AUTOMATICKÉ
MAZANIE REŤAZE

BENZÍNOVÁ PÍLA

HECHT 513

- + objem motora
- + výkon motora
- + dĺžka lišty

51 cm³
2,1 kW
40 cm

hmotnosť
5,5 kg

~~169,99**~~

74,99*



REGULÁCIA
TLAKU



POGUMOVANÉ
MADLO



BEZPEČNOSTNÝ
PREPÚŠŤACÍ VENTIL

OLEJOVÝ KOMPRESOR

HECHT 2414

- + príkon
- + sací výkon
- + max. tlak
- + objem vzdušníka

1500 W
186 l/min
8 bar
24 l

tlakový spínač

~~169,99**~~

79,99*

* Akciové ceny platia pre držiteľov VIP kariet vo všetkých predajniach HECHT – špecialista na záhradu v dňoch 26.– 08. 09. 2026
Do akcie je určených 300 ks HECHT 513, 200 ks HECHT 2414 (max. 1 ks na osobu) alebo do vypredania zásob.
Uvedené ceny sú v € s DPH. Tlačové chyby vyhradené. **Najnižšia cena za posledných 30 dní

www.hecht.sk

VELKÝ POSEZÓNNY VÝPREDAJ ZĽAVY AŽ 70%26.– 08. 09. 2026alebo do vypredania zásob

KONZERVA PRE MAČKY

PROMINENT CAT BEEF 200 g



neobsahuje žiadne chemické ani konzervačné prísady
neobsahuje sóju

100 % mäsa

1,29 €**

0,99 €*

4,95 €/kg

AKU PRIAMOČIARA PÍLA

HECHT 1531



batéria 20 V Li-ion
otáčky bez zataženia 0-2400/min
rezná hĺbka drevo 80 mm
batéria a nabíjačka nie sú súčasťou balenia

bezpečnostný zámok

39,99 €**

32,99 €*

SADA RUČNÉHO NÁRADIA

HECHT 2094



94 ks náradia

materiál CRV

59,99 €**

49,99 €*

ELEKTRICKÝ KULTIVÁTOR

HECHT 732



príkon 750 W
záber 32 cm
hmotnosť 8 kg

4 x 4 plecie radličky

74,99 €**

64,99 €*

POSTREKOVAC BATÉRIOVÝ

HECHT 410 ACCU



accu Li-ion 10,8 V, 2,5 Ah
max. tlak 2,5 bar
objem nádrže 10 l

dĺžka postrekovacej rúrky 50 cm

89,99 €**

74,99 €*

ELEKTRICKÝ PLOTOSTRIH

HECHT 695



laserom rezaná lišta

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

dĺžka až 2,64 m

104,99 €**

84,99 €*

PONORNÉ ČERPADLO

HECHT 3122 INOX



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

4 obežné kolesá

134,99 €**

114,99 €*

PLYNOVÝ GRIL

HECHT FIRE 2



rozmery grilu 93 x 48 x 98 cm
rozmery roštu 45 x 41 cm
2 hlavné horáky

oceľový grilovací rošt

144,99 €**

114,99 €*

BENZÍNOVÝ KROVINOREZ

HECHT 143 R



objem 42,5 cm³
záber s kotúčom / strunou 25,5 / 43 cm
hmotnosť 6,1 kg

strunová hlava a ramenný popruh zdarma

184,99 €**

154,99 €*

BENZÍNOVÁ KOSAČKA

HECHT 551 SC



5in1
objem 161 cm³
záber 51 cm
výška zdvihu 25-75 mm
kôš 55 l

s pojazdom

249,99 €**

199,99 €*

AKU BAGER

HECHT 52107 YELLOW



pohyb pomocou pásov

rozmery 130 x 83 x 58 cm
accu 12 V / 12 Ah
max. zataženie 30 kg
max. rýchlosť 2-6 km/h

269,99 €**

244,99 €*

JEDNOFÁZOVÝ GENERÁTOR

HECHT GG 3300



zásuvky 1x 12 V DC, 2x 230 V

motor 208 cm³
prúd 12/230 V 9 / 13 A
max. el. výkon 3000 W
nádrž 15 l

294,99 €**

244,99 €*

AKU FÚRIK

HECHT 2620



max. kapacita 80 l

príkon 280 W
koleso 5,00-8"
max. hmotnosť nákladu 260 kg
max. rýchlosť 6 km/h

334,99 €**

319,99 €*

AKU MOTORKA

HECHT 59100 ORANGE



3 rýchlosti

batéria 36 V / 12 Ah, 1000 W
rozmery 133 x 64 x 86,5 cm
max. zataženie 65 kg
max. dojazd 15 km
max. rýchlosť 28 km/h

709,99 €**

599,99 €*

AKU ŠTVORKOLKA

HECHT 51060 BLUE



predné LED svetlá

rozmery 118 x 70 x 71 cm
batéria 36 V / 12 Ah, 1060 W
max. zataženie 70 kg
max. rýchlosť 35 km/h

794,99 €**

699,99 €*

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

PO26-34 strana- 7

13-0302

Už si vyskúšal **Swipe Bet** ?

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

TIPOS BET

Štartuje nová sezóna: čo čakať od top líg Európy?

Futbalové leto bolo tento rok mimoriadne rušné. Po majstrovstvách sveta sa hráči vrátili do klubov, aby sa pripravili na nový ročník. Najviac pozornosti si aj tentokrát ukrája Premier League, no o divácky zaujímavú sezónu sa postarajú aj Bundesliga, La Liga a Serie A.

PREMIER LEAGUE

Arsenal do novej sezóny vstupuje ako jasný favorit na obhajcu titulu Premier League. Mužstvo Mikela Artetu si udržalo stabilné jadro a ofenzívu ešte posilnilo príchodom Bruna Guimarãesa z Newcastle. Cieľ majú jasný: obhájiť trofej.

Najväčšími vyzývateľmi zostávajú Manchester City, Manchester United, Chelsea a Liverpool. Manchester prechádza po odchode Pepa Guardiolu zásadnou premenou. Klub teraz vedie Enzo Maresca, oporou útoku ostáva Erling Haaland a najdrahším letným prírastkom je Elliot Anderson z Nottingham Forest.

Manchester United zveril kormidlo Michaelovi Carrickovi, ktorý už v minulosti dostal tím späť do Ligy majstrov. Tieto posily do stredy poľa by im minimálne papierovo pomohli zvýšiť šance na titul.

Chelsea tiež poriadne zainvestovala do novej sezóny. Nový kouč Xabi Alonso nie je zaťažovaný európskymi pohármi. Liverpool sa zas po krátkom pôsobení Arneho Slota

prestavuje pod vedením Andoniho Iraolu. V tesnom závесе budú Tottenham, Aston Villa aj Everton. Hľadáčikom však neujde aj nováčik Coventry pod Frankom Lampardom.

BUNDESLIGA

Obhajcom titulu je Bayern Mníchov, no konkurencia mu určite nedá pokoj. Borussia Dortmund, Bayer Leverkusen a RB Lipsko sa pokúsia stiahnuť náskok lídra a pri priaznivom vývoji zabojovať aj o samotný titul.

Tím Vincenta Kompanyho disponuje kvalitou, hĺbkou kádra aj ofenzívnym talentom – góly by mali opäť padať z kopačiek Harry Kane a Michael Olise. Zamieša však únava kľúčových hráčov po náročnej sezóne a svetovom šampionáte karty v poradi?

LA LIGA

O titul by sa mala znovu pobiť tradičná trojica Real Madrid, Barcelona a Atlético Madrid s Dávidom Hanckom, ktorého podporuje TIPOS. Real pôsobí pred sezónou o niečo pripravenejšie, a to vďaka aktívnemu prestupovému trhu a príchodu Josúa Mourinha. Tím posilní aj hviezda Bernardo Silva.

Barcelona opäť stavia na mladé hviezdy ako Lamina Yamala a Pedriho. Napriek viacerým odchodom zostáva jedným z hlavných aspirantov na titul.

SERIE A

Taliansky futbal sa snaží vrátiť medzi európsku elitu. Favoritom je aj tentoraz obhajca Inter Miláno, hoci jeho káder starne a leto neprinieslo výraznejšie posily. Nový tréner Cristian Chivu chce nadviazať na prácu Simoneho Inzaghiho.

Najväčším rivalom by mal byť Neapol so Stanislavom Lobotkom. Antonia Conteho nahradil Massimiliano Allegri a tím si natrvalo poistil Rasmusa Højlanda. Veľkou posilou môže byť aj uzdravený Kevin De Bruyne.

Ambície majú aj AC Miláno s Rubenom Amorimom a Juventus pod vedením Luciana Spallettiho. Či dokážu Inter reálne ohroziť, ukážu až prvé kolá.

KTO BUDE MAŤ NAVRCH? TIPNI SI SÁM

Štyri ligy, desiatky otáznikov a jediná istota spočíva v kvalitnom zážitku z futbalu. Ak si popri sledovaní chcete aj sami overiť, ako dobre ligy poznáte, môžete to skúsiť cez Swipebet, kde si poskladáte tiket za pár sekúnd. Stačí swajpnúť doprava a váš tip pridáte na tiket, swajpnutím doľava ho naopak zahodíte. Vyskúšať si to môžeš online v herni TIPOSBET.

Spoločnosť TIPOS odvádza 20% z hernej istiny z jeho číselných a okamžitých lotérií na podporu slovenského športu. Hazardné hry sú určené osobám starším ako 18 rokov. Hrajte zodpovedne, hrajte pre radosť.



Hráme o 3 balíčky stieracích žrebov od TIPOSu
každý v hodnote 35 €



Otázka týždňa:

Ktorú krajinu reprezentuje futbalista Dávid Hancko?

A: Slovensko

B: Grónsko

Správnu odpoveď vyplňte **zadarmo** na stránke súťaže www.tipos.sk/region alebo použite QR kód:



- Súťaž týždňa prebieha od piatku 21. 8. 2026 od 10:00 hod. do piatku 28. 8. 2026 do 10:00 hod.
- Zo správnych odpovedí vyžrebujeme 3 výhercov
- Vyžrebovaných výhercov, podrobné informácie a štatút súťaže nájdete na www.tipos.sk/region



BarezioPLUS
kompletné pohrebné služby

0948 800 400

NONSTOP 24 HODÍN DENNE / 7 DNÍ V TÝŽDNI
PREŠOV · BARDEJOV · SPIŠSKÁ NOVÁ VES · POPRAD

V ŤAŽKEJ CHVÍLI
SME TU PRE VÁS

- ZABEZPEČENIE PREVOZU ZOSNULEHO Z MIESTA UMRTIA
- KOMPLETNÉ VYBAVENIE POHREBNÝCH NÁLEŽITOSTÍ
- ĽUDSKÝ PRÍSTUP, ÚCTA A DISKRÉTNOSŤ
- MEDZINÁRODNÁ PREPRAVA ZOSNULÝCH

DOSTOHNÁ POSLEDNÁ ROZLÚČKA OD **750€**

WWW.BAREZIOPLUS.SK

24/7

Kamenárstvo

TILAS

Vaším spomienkam dávame pevný kameň.

- žulové pomníky
- dosekávajúce dátumov
- kuchynské pracovné dosky

0917 152 484

timkop@azet.sk www.kamenarstvotilas.sk



ČISTENIE HROBOV

RENOVÁCIA PÍSM

AKCIA

jednohrob 80€
dvojhrob 120€
maľba písma 1,50€/znak

pred po

Používame materiál nemeckej kvality

impregnácia a doprava **zdarma**

PREDAJ SVIETNIKOV A VÁZ

0902 509 700

Predaj krycích dosiek, pomníky s nápismi, náhrobné fotky, tabuľky s menami

www.cisteniehrobvarsaris.sk



NÁTERY STRIECH

OPRAVA KOMÍNOV

mobil:
0940 954 513

Za prijateľnú cenu

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA

0905 719 145

Odpad v prírode je vážnym rizikom. Riešenia sú pritom dostupné a bezplatné

Elektrospotrebiče, batérie, akumulátory či pneumatiky. Ak skončia v nesprávnej nádobe, v prírode alebo pri kontajneroch, môžu poškodiť životné prostredie a v niektorých prípadoch ohroziť aj zdravie ľudí. O tom, kto za tieto staré výrobky zodpovedá, kam ich možno bezplatne odovzdať a prečo sa správne nakladanie s odpadom začína už pri nákupe, hovorí Ing. Jiří Mikulěnka, predseda predstavenstva a generálny riaditeľ SLOVMAS, a. s.

Čo znamená rozšírená zodpovednosť výrobcov a aké povinnosti z nej vyplývajú?

Ide o princíp, podľa ktorého výrobca zodpovedá za výrobok aj v čase, keď prestane slúžiť a stane sa odpadom. Už pri uvedení výrobku na trh sa preto odvádza recyklačný poplatok, z ktorého sa následne financuje jeho zber, preprava, spracovanie a recyklácia. Výrobca musí byť pred uvedením výrobkov na trh zapísaný v registri výrobcov. Svoje povinnosti môže plniť individuálne, alebo prostredníctvom organizácie zodpovednosti výrobcov. Zodpovednosť sa týka aj zloženia výrobku, možnosti jeho opravy, výmeny dielov a následnej recyklácie.

Kam smerujú elektrospotrebiče, batérie, akumulátory a pneumatiky po skončení životnosti?

Možností, ako sa ich zbaviť bezpečne a po-

hodlne, je viacero. Ľudia ich môžu odovzdať na zberných dvoroch, počas zberov organizovaných obcami, alebo do špeciálne označených nádob. Drobné elektrospotrebiče a použité batérie možno priniesť aj na predajné miesta. Staré pneumatiky zas môžu bezplatne odovzdať distribútorom, predajcom pneumatík, alebo pneu(auto) servisom. V prípade riešenia odpadových pneumatík vo VZN mesta/obce, aj v zmysle tohto nariadenia. Organizácie zodpovednosti výrobcov následne zabezpečujú prepravu odpadu k oprávneným spracovateľom a recyklátorom.



zdroj foto: red

Čo sa stane, ak tento odpad skončí tam, kde nemá?

Odpad pohodený v prírode, v priekope alebo pri kontajneroch vytvára neporiadok, no môže predstavovať aj vážnejšie riziko.

Niektoré elektrozariadenia a batérie obsahujú nebezpečné látky, napríklad ortuť. Nebezpečné tak môžu byť aj niektoré druhy batérií. Ak sa tieto látky dostanú do pôdy alebo vody, môžu poškodiť životné prostredie a ohroziť zdravie živočíchov aj ľudí.

Ako pomáha výrobcom spoločnosť SLOVMAS?

SLOVMAS je autorizovanou organizáciou zodpovednosti výrobcov pre elektrozariadenia, batérie a akumulátory a pneumatiky. Za výrobcov preberáme viaceré povinnosti, zabezpečujeme najmä evidenciu a ohlasovanie údajov, spätný zber a odber použitých výrobkov, ich prepravu, spracovanie a recykláciu. Dbáme na to, aby celý proces prebiehal v súlade s legislatívou a aby boli splnené požadované množstvá aj kvalita spracovania.

Čo môžu urobiť domácnosti, firmy a obce?

Najdôležitejšie je správne triediť odpad už na mieste, kde vzniká. Domácnosti aj firmy by mali vedieť, kam jednotlivé výrobky patria a nevhadzovať do zberných nádob odpad, ktorý ich obsah môže znehodnotiť. Obce by mali mať spoľahlivých partnerov, dostupné zberné miesta a pravidelne zabezpečovať odvoz vytriedeného odpadu. Čím lepšie sa odpad oddelí na začiatku, tým väčšia je šanca, že sa dá kvalitne spracovať a recyklovať.

Prejavuje sa osveta aj v praxi? Sme zodpovednejší?

Je to najmä otázka osobného prístupu. O odpadoch sa hovorí veľa, ale samotné informácie nestačia. Dôležitá je systematická výchova už od materských a základných škôl. Máme skúsenosť, že deti dokážu správne návyky preniesť aj domov a upozorňujú rodičov, čo možno vyhodíť a kam. Osveta preto má význam, ak je praktická, zrozumiteľná a vedie ku konkrétnemu správaniu.

Ako môžeme podporiť zodpovedné nakladanie s odpadmi?

Tak, že sa zamyslíme nad tým, čo používame, ako dlho výrobok využívame a kam ho po skončení životnosti odovzdáme. Rozhodujeme sa už pri nákupe. Mali by sme si všimnúť kvalitu, opraviteľnosť, zloženie aj materiály výrobku. Keď budeme výrobky vyberať a nakupovať zodpovednejšie, dlhšie ich používať a po skončení životnosti ich odovzdáme na správnom mieste, pomôžeme zlepšiť zber, recykláciu aj ochranu životného prostredia.

Ing. Jiří Mikulěnka



BEZDRÔTOVÝ • 8 NÁSTROJOV V 1 • PRIPRAVENÝ NA PRÁCU ZA 30 SEKÚND

NOVINKA 2026!

VYKONAJTE KAŽDÚ PRÁCU NA ZÁHRADE 3X RÝCHLEJŠIE

HEDGRO 8-V-1 MAX

Bezdrôtový MULTINÁSTROJ 8-v-1!

OD TRÁVY, CEZ KRY, AŽ PO HRUBÉ KONÁRE – 1 ZARIADENIE!



LIMITOVANÁ PONUKA:

**TERAZ
LEN
69 €**

**2 LÍTIUM-IÓNOVÉ
AKUMULÁTORY**

**ĽAHKÉ
AKO FLAŠA
VODY**

Predstavte si: dokončíte celú záhradu skôr, ako váš sused naštartuje svoju benzínovú kosačku. **HEDGRO 8-v-1 MAX** premieňa 4-hodinovú drinu na 60 minút potešenia. **1 tlačidlo – 8 funkcií:** elektrický krovínorez, strunová kosačka, nožnice na živý plot, záhradná píla, orezávač okrajov, vyžinač buriny, teleskopický orezávač konárov, kosa na svahy... Žiadne káble, žiadny benzín, žiadna bolesť chrbta.

V SÚPRAVE DOSTANETE:

- Nástroj HEDGRO 8-v-1 MAX
- 2 lítium-iónové akumulátory 1200 (60 minút práce) + nabíjačku
- Teleskopickú rukoväť (80–120 cm)
- 4 typy čepeľí: oceľový kotúč / kotúčová píla / plastové nože / struna
- Bezpečnostný kryt + vodiace kolieska
- **DARČEK:** Ochranné okuliare + rukavice (v hodnote 12 €)



Len do vypredania zásob – cena 69 €

**Ostrihajte trávnik, krový a konáre
BEZ NÁMAHY až 3x rýchlejšie***

HEDGRO 8-v-1 MAX je jediné náradie, ktoré potrebujete. Tichý (65 dB), bez výfukových plynov, bez káblov. Bezdrôtový s 2 výkonnými lítium-iónovými akumulátormi – až 60 minút práce!

- 4 vymeniteľné čepele – od presných okrajov až po hrubé konáre (Ø25 mm)
- Teleskopická rukoväť 80–120 cm – pohodlná práca v každej polohe!
- Ľahká konštrukcia – len **2,3 kg****
- Hladina hluku porovnateľná s tichým rozhovorom (cca 65 dB)

ŠPECIÁLNA TELEFÓNNA PONUKA:
Objednajte za 69 € do 28.08.2026!

DARČEK: ochranné okuliare + rukavice (katalógová hodnota 12 €)

ZAVOLAJTE:

037/321 79 04

(Po–Pia 8:00–20:00, So–Ne 9:00–19:00;
cena bežného hovoru)

Oceľové čepele:
Režu tvrdý burinu a malé kry

Rezný kotúč:
Zastriháva kry a hrubšie konáre

Plastové čepele:
Kosia jemnú trávu

Dvojité struna:
Vytvára dokonalé okraje
a zvláda vysokú trávu

**NASTAVITEĽNÁ
TELESKOPICKÁ
RUKOVÄŤ**

**Prečo čoraz viac ľudí
používa HEDGRO
8-v-1 MAX?**



Ľahký a prenosný:
Pracujte celé hodiny
bez únavy.



**Nastaviteľný
a univerzálny:**
3 výšky, 3 uhly,
4 čepele – ideálne na
každú úlohu.



Kompletná súprava:
Balenie obsahuje
ochranné prvky pre
bezpečné používanie.



**Montáž
= Klik-Klik-Štart:**
Od rozbalenia
po prácu za 5 minút
– obrázkový návod.

**3 RÔZNE UHLY
NAKLONENIA
ČEPELE**

**4 VYMENITEĽNÉ
TYPY ČEPELE
V SÚPRAVE**

**KOMPAKTNÝ
A SKLADACÍ**

**VÝKONNÝ
MOTOR**

Rýchle doručenie

už do 48 hodín v pracovných dňoch

Zavolajte **TERAZ:**

☎ 037/321 79 04

Platba pri doručení – 0 € vopred

* Výsledky interných testov v porovnaní s ručným náradím.
** Hmotnosť zariadenia bez batérie.



20 ročné skúsenosti v praxi

OPRAVA

eternitových, plechových, šindľových a plochých striech

- ➔ Bez potreby demontáže
- ➔ Poradenstvo **ZDARMA**
- ➔ Oprava komínov a montáž/oprava odkvapových žlabov

LETNÁ AKCIA

www.naj-strecha.sk Naj-strecha sro 0940 776 203



NÁKUP A PREDAJ

DRUHOTNÝCH SUROVÍN

Vykupujeme meď, mosadz, bronz, hliník, piliny z farebných kovov, olovo, cín, nerez, žalúzie, hliníkové plechovky, papier PREŠOV, ZA KALVÁRIOU 3

VÝHODNÉ CENY

pri väčšom množstve dohodou

FEREX

0905 962 799, 0915 658 107

Nábytok AJA Prešov, s.r.o.
Priemyselné centrum - Šalgovík

NAJLACNEJŠIE VSTAVANÉ SKRINE A NÁBYTOK NA MIERU

tel: 0910 366 966
AJA Prešov, s.r.o.
www.ajanabytok-presov.sk
aja.presov.sro@gmail.com

Vstavané skrine • Šatníky
Kuchynské linky • Kancelársky nábytok



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



Čítajte nás:



www.cujte.sk

Ponúkam za výhodnú cenu

KOMPLETNÉ ČISTENIE KOPANÝCH STUDNÍ



tel. 0905 764 689



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

PEKNÝ DOM

- ➔ NÁTERY STRIECH A FASÁD
- ➔ VÝMENA ŽLABOV, OPRAVA KOMÍNOV
- ➔ ČISTENIE STRIECH, ZATEPLOVANIE FASÁD

• rod. domy • byt. domy • obch. priestory • haly, kostoly

0940 167 755

Rudolf Huliak je Strana Vidieka

Hrdý vidiek, hrdé Slovensko.



Strana vidieka



HOJOiCO

ŽOJCOVA
HUDOBNA

talkshow

6. október



Šou so Žojcom a jeho hosťami.

HUDBA: Žojco & STF band + Swing Time For.

16. septembra 2026 o 18:30

PKO Čierny orol, Prešov

HOST: Martina **LENHARDTOVÁ**
(čínska medicína, Taekwon-Do)

HUDOBNÝ HOST: **PETER BIČ**
(muzikant, skladateľ, spevák)

PREDPREDAJ VSTUPENIEK: www.pkopresov.sk.

Zmena programu vyhradená. Z podujatia budú vyhotovované foto a audiovizuálne záznamy.


**PARK KULTÚRY
A ODDYCHU**


MLOCI
občianske združenie


P-EČKO®
SKLAD CHYTRÝCH RIEŠENÍ

 **REGIONPRESS**

NEST audio
ONE

Bezplatný týždenník

PREŠOVSKO

SABINOVSKO

EV 6205/24

Najbližšie k ľuďom

vydáva spoločnosť

REGIONPRESS

so sídlom Pekárska 7489/40A,

917 01 Trnava, IČO: 36252417.

Rok III, rok 2026

Redakcia: Budovateľská 50

PREŠOV

presovsko@regionpress.sk

INZERCIA

Stanislav Bodnár 0911 293 742

Nataša Mruzová 0905 719 145

www.regionpress.sk

www.facebook.com/regionpress.sk

Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (49.940 domácností)

pámy týždeň:

Bzenov, Chmelov, Ľubotice, Prešov, Pušovec, Teriakovce, Veľký Šariš, Brezovica, Červenica pri Sabinove, Čáčov, Orienica, Jakubovany, Kamenica, Lipany, Pecovská Nová Ves, Sabinov, Šarišské Michaľany

nepámy týždeň:

Abranovce, Demjata, Orienov, Orienovská Nová Ves, Dulova Ves, Fintice, Fričovec, Gregorovce, Haniska, Hermanovce, Chminianska Nová Ves, Kapušany, Kendice, Lada, Lemešany, Ličartovce, Malý Šariš, Medzany, Petrovany, Prešov, Ruská Nová Ves, Sedlice, Široké, Terňa, Tulčík, Vráž, Vyšná Sebastová, Záborské, Zehňa, Župčany, Dubovica, Ostrovany, Ražňany, Rožkovany, Šarišské Sokolovce

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

BB 97.240

BZ 106.540

DS 34.320

GA 34.390

HC 30.330

KM 16.450

LV 30.580

MA 29.680

NR 54.170

NZ 35.050

PK 22.970

PN 41.870

SC 35.420

SE 36.750

TO 41.930

TN 60.750

TT 49.930

ZM 20.930

BRATISLAVSKO východ

BRATISLAVSKO západ

DUNAJSKOSTREDSKO

GALANTSKO-SĽAVANSKO

HIHOVECKO-SEREDSKO

KOMÁRŇANSKO

LEVICKO

MALACKO

NITRIANSKO

NOVOZÁMČOKO

PEZINSKO

PIEŠŤANSKO-NM-MY

SENECKO

SENIČKO-SKALICKO

TOPOLCIANSKO-PE-BN

TREŇAVSKO-DCA-IL

TRNAVSKO

ZLATOMORAVSKO

Stredné Slovensko

BB 56.200

KY 29.300

LI 37.270

LC 30.860

MT 38.570

OR 34.980

PB 33.590

PD 40.150

ZV 38.400

ZH 26.880

ZA 50.780

BANSKOBYSTRICKO-BR

KYSUCKO-CA-KM

LIPTOVSKO-LM-RK

LUČEŇSKO-VK-PT

MARTINSKO-TR

ORAVSKO-DK-NO-TS

POVAŽSKO-PB-PU

PRIEVIDSKO

ZVOLENSKO-DT-KA

ŽILINSKO-ZC-B5

ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

BJ 37.210

CE 30.830

HU 27.190

KE 92.130

KS 24.900

SL 12.940

MI 31.260

PP 41.520

PO 49.940

SN 32.540

BARDEJOVSKE-SK-SR

GEMERSKO-RV-RS-PA

HUMENSKO-VF-SV-ML

KOŠICKO

KOŠICKO okolie

LUBOVNIANSKO

MICHALOVSKO-TV-SO

POPRADESKO-KK

PREŠOVSKO-SB

SPIŠSKO-LE-GL

MEDZI NEBOM A TELOM

Keď mozgové bunky odmietajú spoluprácu

Sú dni, keď človeku páli. Myšlienky skáču jedna za druhou, nápady prichádzajú samy a máme pocit, že vyriešime aj štátny rozpočet. A potom sú dni, keď sa zobudíte a mozgové bunky sa zjavne rozhodli, že dnes bez nich. Sedíte pred počítačom, pozeráte na obrazovku a potrebujete napísať jednu normálnu vetu. Napíšete tri slová, vymažete ich. Po desiatich minútach uvažujete, či vôbec ešte viete po slovensky. Prečítate si mail. Trikrát. Písmeň poznáte všetky, len význam sa vyparil. Človek vstane, ide do kuchyne a nevie prečo. Otvorí chladničku. Nie od ľadu, len podvedome dúfa, že odpovede nájde niekde medzi horčicou a jogurtom. Vráti sa a v hlave stále nič. Najväčšia záhada je, že ten istý orgán, ktorý nám o druhý ráno premietne kompletný záznam trápanej situácie spred pätnástich rokov vrátane troch alternatívnych odpovedí, o desiatej dopoludnia nedokáže vyprodukovať jedinou použiteľnú myšlienku. Skúsíte kávu. Druhá káva. Skontrolujete mobil. Čím naliehavejšie mozgu vysvetľujete, že musí fungovať, tým dôslednejšie ignoruje povely. Mozgové bunky skratka vyhlásili štrajk a odbory nepoznajú ústupky. Život sa vtedy prepne do režimu medzi nebom a telom. Myseľ uletí niekam vysoko do oblakov a fyzická schránka ostane paralyzovaná sedieť na stoličke. Spojenie je prerušené. Táto dočasná nehybnosť však nie je zlyhanie, ale núdzová brzda organizmu. Jasný odkaz: „Nič si z toho nerob, choď robiť niečo iné.“ Chceme od seba nonstop stopercentný výkon, no človek nie je stroj. Niekedy je najproduktívnejšia vec úplne vypnúť. Netlačiť na pílu, nebičovať sa výčtkami, ale vstať a odísť od stola. Kreativita a riešenia nevznikajú pod nátlakom, ale v slobodnom priestore, ktorý telu dáme, keď konečne prestaneme chcieť. Tie vety počkajú. » zk

Riadková inzercia

1 AUTO-MOTO

» Kúpim st. motorku, pionier, babetu. 0905 253 009

» KÚPIM STARE MOTORKY AJ NEKOMPLETNÉ, NEPOJAZDNE. 0949 505 827

0 RÔZNE

» Kupim motorovu pílu, nefunkcnu, staru 2-muznu. tel.: 0905 450 533

Chcete si podať riadkový inzerát?

Pošlite SMS na tel. č. 8866 v tvare RP (medzera) P0 (medzera) číslo rubriky (medzera) Text inzerátu.

Príklad: RP P0 7 Predám hlboký modrý kočík. 0987 654 321

Váš inzerát bude po skontrolovaní spoplatnený spätnou SMS, ktorú Vám vyúčtuje Váš mobilný operátor. Cena spätnej SMS je 1€ pri texte do 50 znakov, 2€ pri texte do 100 znakov a 3€ pri texte s dĺžkou nad 100 znakov. Službu platbamobilom. sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o. Komerčné inzeráty, pozvánky na akcie, ponuky zamestnania a reality v riadkovej inzercii neuverejňujeme. V prípade záujmu o zverejnenie tohto typu inzerátu kontaktujte našich obchodníkov.

Číslo rubrik:

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

SMS je možné podať aj v ďalších regiónoch, v ktorých vychádzajú noviny siete REGIONPRESS. V takom prípade nahradíte písmena „P0“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tiráži.

INZERCIA 0911 293 742

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Odborníci radia ako správne dávkovať lieky

Lieky účinkujú správne len vtedy, keď sa v tele nachádzajú v správnej koncentrácii. „Ak užijete lieku menej, než je potrebné, liek nemusí účinkovať dostatočne. Naopak, ak si vezmete väčšiu dávku, môže to viesť k nežiaducej reakcii alebo dokonca k predávkovaniu. Dodržiavajte preto dávkovanie presne tak, ako vám ho odporučil lekár alebo lekárnik,“ zdôrazňujú odborníci zo Štátneho ústavu pre kontrolu liečiv SR a pridávajú nasledovné rady:

• Vždy si prečítajte príbalový leták

Nájdete v ňom informácie o tom, ako liek správne užívať, čo robiť v prípade vynechanej dávky, aj aké sú možné riziká nesprávneho dávkovania.

Riziká nesprávneho dávkovania liekov:

• Liek nemusí mať žiadaný účinok.

• Môže pôsobiť nevhodne alebo nežiaduco.

• Môže poškodiť pečeň, obličky alebo iné orgány.

• Zvyšuje sa riziko nežiaducej reakcie s inými liekmi.

» ren

• Dodržiavajte časové rozostupy medzi dávkami

Lieky majú pôsobiť v určitom čase – neskracujte intervaly, ani si neberte „dvojnásobnú dávku“ len preto, že ste zabudli na predchádzajúcu.

• Nezvyšujte dávku svojvoľne

Ak sa vám zdá, že liek nezaberá, nekombinujte ho s inými prípravkami a neliečte sa sami. Vždy sa obráťte na lekára alebo lekárnik.

• Neužívajte lieky niekoho iného

To, čo pomohlo niekomu inému, nemusí byť vhodné pre vás. Lieky sa prispôbujú každému pacientovi individuálne – platí to aj pre dávkovanie.

zdroj foto pexels pixabay

Rozmarín podporuje dobré trávenie

Rosmarinus officinalis, v preklade „morská rosa“ pochádza z oblasti južnej Európy a je ďalšou z bylín, ktorú môžete pestovať aj vo svojej bylinkovej záhrade. Keďže nie je príliš náročný na pestovanie, darí sa mu buď aj v kvetináči na balkóne či terase.

Rozmarín lekárske je vždyzelený pololok a dorastá do výšky 40 až 200 cm. Ide o trvalku, ktorá obľubuje slnečné stanovište a suchšie pôdy. Treba ho však chrániť pred mrazom. Jeho lístky môžeme zbierať počas celého roka. Pre svoju výraznú aromatickú chuť je táto bylina obľúbená aj v kuchyni. Výborne ochutí pečené mäso a zeleninu a hodí sa aj pri príprave rýb.

Účinky na zdravie

Rozmarín obsahuje vo veľkom množstve éterické oleje - cineol a borneol. Oba pôsobia blahodarne na nervovú sústavu a na podporu dobrého trávenia. Bohatý je aj na flavonoidy, triesloviny, terpenoidy, živice, saponíny a vitamín A, B6 a C. Do nášho tela ním doplníme tiež minerály ako mangán, železo, meď, vápnik a horčík. „Využíva sa na posilnenie imunitného systému a krvného obehu. Môže zvyšovať krvný tlak a má aj výrazné antiseptické a močopudné účinky“, hovorí odborníčka na zdravú výživu z Regionálneho úradu verejného

zdravotníctva v Bratislave. Za zmienku určite stojí aj účinok spôsobený jeho vôňou - dokáže nabudiť naše zmysly a posilňuje sústredenie.

Náš tip na prípravu čaju

Rozmarín lekárske podporuje trávenie. Čaj si pripravíme tak, že čajovú lyžičku sušenej vňate zalejeme 2,5 dl vriacej vody, necháme 5 až 10 minút lúhovať. Scedíme. Pijeme v malých množstvách.

Pozor – nepreženie to!

Rozmarín je vo väčších dávkach jedovatý, preto je potrebné dať si pozor na konzumované množstvo. Aj v prípade rozmarínu platí, že hoci sú bylinky výborným pomocníkom pri rôznych ochoreniach, užívať by sme ich mali s rozumom. Ak si nie ste istý, poraďte sa s lekárom alebo lekárnikom.

» ren

Rozmarín.

zdroj foto couleur pixabay

PO26-34 strana- 14

Most v Klokočove čaká komplexná rekonštrukcia

Košický samosprávny kraj (KSK) začína s realizáciou ďalšieho mosta na Zemplínskej šírave. Obnovy sa dočká most M2791 ponad Klokočovský potok v obci Klokočov v okrese Michalovce.

Most je v súčasnosti v nevyhovujúcom stave. Podľa stavebno-technického hodnotenia sa nachádza v šiestom zo siedmich stupňov, čo si vyžaduje jeho komplexnú rekonštrukciu. Poškodené sú najmä betónové časti opôr mosta a koryto Klokočovského potoka pod mostom je výrazne zarastené vegetáciou.

„Na Zemplínskej šírave aktuálne realizujeme viacero projektov, ktoré sa navzájom dopĺňajú a prispievajú k zvýšeniu atraktivity regiónu. Dlhodobu tu investujeme do rozvoja cestovného ruchu, budujeme novú promenádu na Zemplínskej šírave, nedávno sme otvorili obľúbené detské ihrisko Mokraďkovo, vyhlásili sme samostatnú výzvu Terra Incognita pre oblasť podpory infraštruktúry na Zemplínskej šírave. Rovnako dôležité však je, aby sa obyvatelia aj návštevníci k týmto miestam dostali bezpečne a komfortne. Aj preto postupne obnovujeme cesty a mosty v tejto oblasti. Rekonštrukcia mosta v Klokočove prispieje nielen k vyššej bezpečnosti a komfortnejšiemu cestovaniu pre miestnych obyvateľov, ale zároveň podporí ďalší rozvoj cestovného ruchu a miestneho podnikania v regióne,“ povedal predseda Košického samosprávneho kraja Rastislav Trnka.

Rekonštrukcia bude prebiehať v dvoch etapách. Počas stavebných prác zostane premáv-

ka zachovaná v oboch smeroch, vždy však len v jednom jazdnom pruhu a riadiť ju bude dočasná svetelná signalizácia.

Stavebné práce zahŕňajú odstránenie existujúcej vozovky na ceste II/582, ktorá vedie cez most, ako aj demoláciu ríms, časti nosnej konštrukcie a záverného múrika. Následne bude vybudovaný nový záverný múrik, osadia sa nové mostné ložiská a prefabrikovaná nosná konštrukcia. Súčasťou rekonštrukcie bude aj nová izolácia mosta, vybudovanie ríms, polozenie asfaltového krytu, osadenie zvodidiel, dopravného značenia, úprava vozovky na predpolí mosta a terénne úpravy jeho oakolia.

Dôraz sa bude klásť aj na bezpečnosť chodcov. Na moste pribudne osvetlenie napájané fotovoltickým systémom, ktoré zvýši jeho viditeľnosť.

Zhotoviteľ sa zaviazal ukončiť práce do 140 pracovných dní od ich začatia, ukončené by mali byť budúci rok. Celkové náklady na rekonštrukciu mosta predstavujú takmer 332 000 eur, kraj ich financuje zo svojho rozpočtu.

» ren



zdroj foto KSK

Nový kruhový objazd v Spišskom Štvrtku

Výstavba novej okružnej križovatky v Spišskom Štvrtku pokračuje podľa harmonogramu. Moderný kruhový objazd má byť v obci realitou do februára budúceho roku. Prešovský samosprávny kraj túto investíciu realizuje vďaka župným eurofondom, pričom celkovo tu preinvestuje 1,2 milióna eur.

„Existujúca neriadena križovatka v Spišskom Štvrtku v okrese Levoča, ktorá bola kapacitne nevyhovujúca a predstavovala bezpečnostné riziko, bude čoskoro minulosťou a nahradí ju nová okružná križovatka,“ informovalo oddelenie komunikácie Prešovského samosprávneho kraja (PSK), ktorý jej výstavbu realizuje vďaka eurofondom z integrovaných územných investícií, ktoré sú vo výške 1,04 milióna eur. Projekt, ktorého celkový objem financií presiahne 1,2 milióna eur, má byť dokončený vo februári 2026. Aktuálne sa jeho vecná prestavanosť dostala už na úroveň 40 percent.

Investícia v Spišskom Štvrtku realizovaná Správou a údržbou ciest PSK zahŕňa okrem výstavby samotnej okružnej križovatky tiež výmenu a opravu krytu vozovky na prilahlých cestách druhej a tretej triedy. Ide pritom o celkovo jeden kilometer ciest.

Konkrétne v úseku cesty II/536 ide o rekonštrukciu v dĺžke 300 metrov vrátane odvodňovacích zariadení a vyznačenia priechodov

pre chodcov. Smerom na Košický kraj, na obec Hrabušice, má byť výsledkom modernizácie cesty tretej triedy III/3227 v celkovej dĺžke 700 metrov. Samozrejmosťou bude v závere projektu aj aplikácia nového vodorovného značenia v retroreflexnej úprave.

„Nová okružná križovatka výrazne zvýši bezpečnosť cestnej premávky v jednom z dopravne vyťažených bodov regiónu. Jej vybudovaním sa zlepši napojenie ciest II. a III. triedy, zvýši plynulosť dopravy, zníži riziko vzniku dopravných nehôd a v neposlednom rade vodiči získajú komfortnejší a prehľadnejší prejazd križovatkou,“ doplnil odbor komunikácie PSK.

Počas jej výstavby platia v obci dopravné obmedzenia, ako je uzávera komunikácie od hlavnej križovatky v smere na Hrabušice a vylúčenie nákladnej tranzitnej dopravy nad 7,5 ton z obce. Ďalšie obmedzenia sa týkajú i regionálnej autobusovej dopravy.

» ren



zdroj foto PSK

Oplatí sa.sk

NAJLEPŠIE PONUKY

72.00€



Ariana Grande Cloud
parfum pre ženy 100 ml

Notino.sk

31.95€



Gillette Styler zastrihávač
a holiaci strojček 4 v 1

Demro.sk

1.490.00€



Rocket Espresso Rocket
Appartamento TCA copper

Domkavy.sk



19.99€



PARKSIDE® Aku strunová
kosačka - bez akumulátora

Lidl.sk

14.78€



Musetti zrnková káva
Gentile - 500g

Domkavy.sk

279.00€



Mora VT 344 BX
elektrická rúra samostatná

Siko.sk



19.99€



SILVERCREST®
Ručný parný čistiaci prístroj

Lidl.sk

349.00€



STIHL BG 56

zakovsky.sk

Oplatí sa!

TOP
NAJLEPŠIE PONUKY
NAJBLIŽŠIE K ĽUDOM

GS
EUROTHERM
MONT



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

gszasklenie.sk
0800 333 223

DAJTE PREDNOSŤ SLOVENSKEJ KVALITY
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



pred po

BEZ WAPKY

BEZPLATNÁ UKÁŽKA

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

86-001

PRENÁJOM a PREDAJ
ELEKTRICKÝCH
polohovacích postelí
s dovozom

www.epostel.sk



0903 841 587

Lubotice • e-mail: epostel@epostel.sk

98-0004

**INŠTA
LATÉR
SKE**
PRÁCE

ČISTENIE ODPADOV
OPRAVY WC
A RADIÁTOROV

0905 262 932

25-0108

IMBODY SPORT
www.imbodysport.sk

Revolúcia vo svete
fitness dorazila
na Slovensko



INFORMÁCIE:
+421 907 895 865
info@imbodysport.sk

LEPŠIA PRÁCA SK
PERSONÁLNA AGENTÚRA

NÁJDITE NOVÝCH ZAMESTNANCOV
EFEKTÍVNEJŠIE

ABA
INNOVATOR

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



TOP INJECT

stabilizujeme základovú pôdu

zastavíme sadanie budov

injektážou syntetickej živice

PRACUJEME PO CELOM SLOVENSKU

0918 726 754

sk.abainnovator.com

66-0179

**PREBÍJANIE
a PREČISTENIE
ODPADOVÝCH POTRUBÍ**

- ▶ WC - UMÝVADIEL
- ▶ DAŽĎOVÝCH ZVODOV
- ▶ PISOÁROV
- ▶ GULÍČIEK

NONSTOP
VAS

s možnosťou
využitia
kamerového
systému

0908 580 291

87-0131

**zastavenie
sadania budov**

SPÄTNÉ ZDVIHNUTIE PODLÁH

» ČISTO, RÝCHLO a bez BÚRANIA «