REGIONPRESS
38. TÝŽDEŇ / 18. SEPTEMBER 2026

POPRADSKO
KEŽMARSKO

Najčítanejší týždenník na Slovensku



Najbližšie k ľuďom

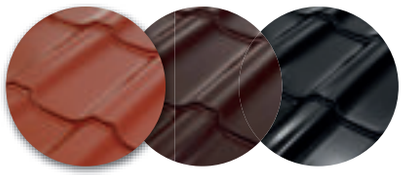
39 titulov do 1 500 000 domácností, každý týždeň **ZADARMO**



98-0036

STREŠNÉ KRYTINY
MASLEN®
SLOVENSKÝ VÝROBCA

Akciové krytiny



od 7,70€ (9,47€ s DPH)



Akcia platí pre farby: ● RAL 3009 - červenohnedá
● RAL 8017 - hnedá lesklá / ● RAL 9005 - čierna lesklá

Akcia -50% na všetky farebné žľaby

ALUZINOK V ATRAKTÍVNEJ CENE POZINKU



Všetky krytiny a trapézové plechy
v prémiových vlastnostiach aluzinku
za cenu obyčajného pozinku

www.maslen.sk

Poprad, Levočská 5745 maslenpp@maslen.sk 0948 389 861

81-0156



SERVIS OKIEN S VÝMENOU TESNENIA
VONKAJŠIE A VNÚTORNÉ ŽALÚZIE A ROLETY
Kontakt a objednávky: 0902 111 773

PAVOL JUŠČÁK - OKNORENOVA
KOPEČNÁ 252/2 POPRAD
OKNO RENOVA

99-0013

ČISTENIE HROBOV
• Obnova písma, dátumy úmrtia
• Náhrobné doplnky
JEDNOHROB 80€
DVOJHROB 120€
OBNOVA PÍSMA 1,50€/znak
IMPREGNÁCIA A DOPRAVA ZDARMA



0911 996 087 0949 651 250
www.cistenie-hrobov.sk

25-0012

VÝKUP KROJOV
a krojových súčastí, kašmírové, merinové a tibetové sukne, zásterky, kašmírové a štofové šatky
0908 627 952
stavaj.peter@gmail.com

77-0001

OBNOVA NÁPISOV A DOSEKÁVANIE DÁTUMOV NA POMNÍKY
PRIAMO NA CINTORÍNE
čistenie dvojhrobu 100€
0944 229 001
www.zlate-pismo.sk

77-0010

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

99-0020

ČISTENIE HROBOV
1hrob 80€ 2hrob 120€
Obnova písma 1,5€/znak
www.cisteniehrobu.sk
0940 653 651, 0919 205 521
Ing. Miroslav Greisiger
Do Dušičiek ešte stíhame!
AKCIA PLATÍ do 30.9.2026!!

18-003

VYPRATÁVANIE
DOMOV, BYTOVÝCH
A NEBYTOVÝCH PRIESTOROV
pivnice, povaly, garáže, sklady...
ČISTENIE POZEMKOV
A RUČNÉ BÚRACIE PRÁCE
0903 640 759
vypratavaniecistenie@gmail.com

42-0001

Výročia a udalosti

25. septembra 1576 **Rudolf II. Habsburský** bol korunovaný za **uhorského kráľa**

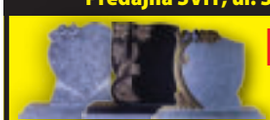
NOVÁ STRECHA
NÁTERY STRIECH
OPRAVA KOMÍNOV
za rozumnú cenu
0908 152 485

53-0028-9

VÝSTAVBA RD na kľúč
REKONŠTRUKCIE
rod. domov, bytov, bytových jadier, a iné stavebné činnosti ...
ZATEPĽOVANIE
info: 0902 60 73 75

99-0080

Kamenárstvo
Predajňa SVIT, ul. SNP 145 oproti Bille



NAJVÄČŠÍ VÝBER pomníkov na Slovensku
...SERIÓZNE A KVALITNE...
0948 906 102
www.kamenarstvosvit.sk

99-0003

Súťaž týždňa s Tiposom
Viac na dvojstrane vo vnútri
18+ HRAJ ZODPOVEDNE
TIPOS Vaše výhry, naša radosť

35-0013

eľné

Bezplatný týždenník
POPRADSKO KEŽMARSKO
Najbližšie k ľuďom
EV 6206/24
vydáva spoločnosť
REGIONPRESS
so sídlom Pekárska 7489/40A,
917 01 Trnava, IČO: 36252417.
Ročník III, rok 2026
Redakcia: Bajkalská 3852/20
POPRAD
popradsko@regionpress.sk

INZERCIA
Mgr. Marcela Petreková 0905 338 878
Miroslav Imrich 0907 895 865

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

Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (41.520 domácností)
párny týždeň:
Poprad, Abrahámovce, Huncovce, Kežmarok, Spišská Belá, Vlková, Vrbov, Spišská Teplica, Spišské Bystré, Spišský Štiavnik, Svit

nepárny týždeň:
Poprad, Kežmarok, Batizovce, Hozelec, Hôrka, Hranovnica, Jánovce, Kravany, Lučivná, Spišská Teplica, Spišské Bystré, Spišský Štiavnik, Svit, Štrba, Švábovce, Vikartovce



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

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

Západné Slovensko

BV	97.240	BRATISLAVSKO východ
BZ	106.540	BRATISLAVSKO západ
DS	34.320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34.390	GALANTSKO-ŠALIANSKO
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO
LV	30.580	LEVICKO
MA	29.680	MALACKO
NR	54.170	NITRIANSKO
NZ	35.050	NOVOZÁMOCKO
PK	22.970	PEZINSKO
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35.420	SENECKO
SE	36.750	SENICKO-SKALICKO
TO	41.930	TOPOĽČIANSKO-PE-BN
TN	60.750	TRENČIANSKO-DCA-IL
TT	49.930	TRNAVSKO
ZM	20.930	ZLATOMORAVSKO

Stredné Slovensko

BB	56.200	BANSKOBYSTRICKO-BR
KY	29.300	KYSUCKO-CA-KM
LI	37.270	LIPTOVSKO-LM-RK
LC	30.860	LUČENECKO-VK-PT
MT	38.570	MARTINSKO-TR
OR	34.980	ORAVSKO-DK-NO-TS
PB	33.590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40.150	PRIEVIDSKO
ZV	38.400	ZVOLENSKO-DT-KA
ZH	26.880	ŽIARSKO-ZC-BS
ZA	50.780	ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

BJ	37.210	BARDEJOVSKO-SK-SP
GE	30.830	GEMERSKO - RV-RS-RA
HU	27.190	HUMENSKO-VT-SV-ML
KE	92.130	KOŠICKO
KS	24.900	KOŠICKO okolie
SL	12.940	ĽUBOVNIANSKO
MI	31.260	MICHALOVSKO-TV-SO
PP	41.520	POPRADSKO-KK
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL

Viete správne skladovať syry?

Trh nám ponúka nespočetné množstvo syrov vynikajúcich chutí. Veď kto by už nepoznal francúzsky syr Camembert, holanskú Goudu, švajčiarsky Emmental či najznámejšie talianske syry, akými sú Parmezán, Mozzarella či Gorgonzola. Sú syry, ktoré sa podávajú čerstvé, krátko po dokončení ich výroby, ale i také, ktoré zrejú niekoľko týždňov, mesiacov dokonca aj rokov, kým sa dostanú na náš stôl.

Medzi čerstvé syry patria napríklad tvarohy, cottage cheese, syr ricotta či hrudkový syr. Tvrdé syry sú charakteristické tým, že musia zrieť najmenej 4 týždne a najviac 1 až 2 roky. Plesňové syry patria medzi zrejúce syry. Sú vyrobené z pasterizovaného mlieka, do ktorého sa pridávajú okrem kyslomliečnych kultúr i špeciálne ušľachtilé plesňové kultúry. Radíme sem syry s modrou alebo zelenou plesňou vo vnútri, syry s bielou plesňou na povrchu ako aj syry dvojplesňové. Ďalšiu skupinu syrov tvoria tavené syry.

Správne skladovanie syrov

Aby sme zachovali kvalitu, chuť ale aj vôňu syra, mali by sme ho správne skladovať, a myslieť aj na to, že každý druh syra vyžaduje iné podmienky. Optimálna teplota pre uchovanie syrov je 8 až 12 °C. V bežných podmienkach je preto najlepšie skladovať ich v chladničke, pričom čerstvé mäkké syry skladujte v najchladnejšej časti chladničky, tvrdšie môžete uložiť tam, kde je trochu vyššia teplota. Baliť by sme ich mali do papiera, ktorý im umožňuje dýchať. Použiť môžeme aj papierový obrúsok a ten následne vložiť do polouzatvoreného plastového vrecka. Plesňové syry sa odporúča skladovať v plastových nádobách alebo pod pokrievkou zo skla, aby sme zabránili rozšíreniu plesne na iné potraviny. Pri dlhšom skladovaní syrov je dobré ich po každom vybalení zabaliť do nového obalu. Odborníci neodporúčajú syry uchovávať v mrazničke, pretože dochádza k narušeniu ich štruktúry, ale i zmene chute.



» ren

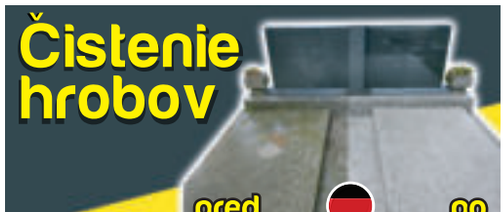
zdroj foto VMonte13 pixabay

UŽITOČNÉ KONTAKTY
www.mojinzerat.sk

KLAMPIARSTVO
0904 121 559 | www.tulisstrechy.sk KLTP v.o.
37-0005

STRECHY
0907 940 920
▸ opravy striech
▸ rekonštrukcie
▸ výmena žľabov
▸ nátery striech
37-0036

www.mojinzerat.sk
INZERÁT TU UŽ OD 5,50 EUR

Čistenie hrobov

pred po
AKCIA
Používame materiál nemeckej kvality
jednohrob 80 €
dvojhrob 120€
malba písma 1,50€/znak
dosekávanie písma od 99 €
impregnácia a doprava zdarma
Predaj a montáž svietnikov a váz za výhodné ceny od slovenského výrobcu
0902 509 700
Výmena krycích dosiek, pomníky s nápismi, náhrobné fotky, tabuľky s menami
www.cisteniehrobovsaris.sk
25-0055

STRECHÁRSKE A MURÁRSKE PRÁCE
• Montáž plechových striech
• Hrubé stavby
• Prístavby a nadstavby domov
• Zhotovenie vencov
• Výmena rín
• Hydroizolácie
• Nátery striech
• Podbitie striech
• Zateplenie domov
• Rekonštrukcie kúpeľní
• Omietky, potery, murovanie
• Vypratávanie interiérov
• Vypratávanie exteriérov
0948 107 877
Poprad
www.strechyreal.sk
20-0002





VIZITKY
0905 338 878

• výmena a rekonštrukcia striech
• výmena odkvapov
• snežné zábrany
0952 264 819
53-0028

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


AKCIA 460 €
kovanie ZDARMA
zameranie ZDARMA
v ponuke aj INTERIÉROVÉ DVERE
v ponuke aj hladké dvere a odtieň Wenge
všetky dvere SKLADOM
odborná montáž s licenciou technickej služby od polície SR
V ponuke aj bezpečnostné dvere SECURIDO a SECUM
0905 468 802 • KEŽMAROK, Hlavné námestie 78 • Otvorené: Po-Pia: 9⁰⁰-17⁰⁰
www.ocelovedvere.sk ocelovedvere@ocelovedvere.sk
66-0153

Čalúnnictvo
Slánska 8, Prešov
Tel: 0911 567 934
olgaraseyova@gmail.com
Predaj čalúnníckej kože od 26 €, bez DPH
66-0014

MY všetci sme POPRAD



ANTON DANKO
Nezávislý kandidát na primátora

Lávka spojí Juhy, pribudnú tržnice

Vo februári 2025 sa v Poprade skončila éra starej tržnice na Ulici Joliota Curie. Nebolo to rozhodnutie mesta. Po 28 rokoch ju prestal prevádzkovať súkromný investor, ktorý sa rozhodol na jej mieste vybudovať bytový dom. V Poprade ale vzniknú dve nové tržnice, ktoré prinesú do mesta priestor pre predajcov i miestnych producentov. Jedna vznikne v centre ako súčasť viacpodlažného parkovacieho domu, druhá pribudne na Juhu pred Arénou Poprad.





Tržnica pribudne aj na Juhu

Nová tržnica nepribudne len v centre. Myslím aj na obyvateľov popradských sídlisk. Na Juhu vznikne malá mestská tržnica v priestore bývalého kĺziska pri Aréne Poprad, ktoré už dlhodobo neplní svoju pôvodnú funkciu. Obyvatelia Juhov tak budú mať tržnicu priamo vo svojom okolí.

Krytá tržnica v centre

Pri rozvoji mesta je dôležitá aj spolupráca so súkromnými investormi. Práve vďaka nej by na Popradskom nábreží mohol vyrásť viacpodlažný parkovací dom, ktorého súčasťou bude aj veľká krytá tržnica. Mesto do projektu vloží pozemok na mieste súčasného parkoviska v blízkosti Surprise. Všetko ostatné – od výstavby až po realizáciu samotného projektu zabezpečí investor. Po dokončení projektu sa mestu vráti pôvodný počet parkovacích miest. Navyše budú kvalitnejšie a zastrešené. Súčasťou projektu bude aj krytá tržnica, ktorú Poprad potrebuje a ktorú si obyvatelia dlhodobo želajú.

Juhy prepojíme lávkou

Popradčania už dlhšie hovoria aj o potrebe prepojiť starý a nový Juh – smerom od Mamutu k Obchodnému centru Max. Na tomto projekte sme pracovali dlhší čas a dnes je už pripravený. Nová lávka spojí obe sídliská, uľahčí pohyb peším aj cyklistom a vytvorí bezpečnejšie prepojenie Juhov. Dobrou správou je, že vďaka dohode s partnermi mesto uhradí iba tretinu nákladov. Zvyšné dve tretiny pokryje podnikateľský sektor.

Práca pre rozvoj Popradu nikdy nekončí. Ak mi dáte svoju dôveru, verím, že vieme mesto posunúť ešte ďalej.



Objednávateľ: Key Art Agency, s.r.o. Kempelenova 2, Bratislava 841 05, IČO: 44218354
Dodávateľ: REGIONPRESS, s.r.o., Pekárska 7489/40A, 917 01 Trnava, IČO: 36252417

98-0038



42-0039



99-0021



14-0012



99-0028

Rudolf Huliak je Strana Vidieka

Hrdý vidiek, hrdé Slovensko.



Strana vidieka

Objednávateľ: STRANA VIDIEKA, Račianska 157 1/66, 83102 Bratislava, IČO: 42359741

35-0109

KANDIDUJETE V KOMUNÁLNYCH ALEBO ŽUPNÝCH VOĽBÁCH ?



Regionálne voľby 2026

DAJTE O SEBE VEDIEŤ

Predstavte svoje myšlienky a priority priamo k občanom.
Regionálne inzertné noviny sú ideálnym priestorom na osobné predstavenie, prezentáciu vášho tímu aj plánov pre váš kraj či obec.
Oslovte občanov prostredníctvom média, ktorému miestni obyvatelia dlhodobo dôverujú.

Kompletné spracovanie: od grafiky až po tlač.

Sme najbližšie k ľuďom

OZVITE SA NÁM

Marcela Petreková
e-mailpetrekova@regionpress.sk
0905 33 88 78

www.regionpress.sk


EURO JACKPOT
Užívaj si problémy milionárov
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 informácií na www.tipos.sk.
Obsah upravený pomocou umelej inteligencie.
TIPOS
35-0013

Sedem výhier za týždeň: bodku za sériou dal Euromiliónový Joker za 20 000 €

Ak by sme začiatok septembra v TIPOSe mali opísať, bol by to výherný týždeň. Výhry putovali putovali naprieč krajmi, hrami aj sumami:

- VŠETKO ALEBO NIČ – absolútny hit týždňa. Maximálnu možnú výhru 100 000 € zinkasovali až traja hráči.
- EXTRA VÝPLATA – v pondelok 31. 8. si jeden hráč spríjemnil deň výhrou 30 000 €, po štvrtkovom žrebovaní si ďalší dvaja hráči odniesli 15 000 €.
- EUROMILIÓNY JOKER – týždeň uzavrela výhra 20 000 € z Prešovského kraja.

Sedem výhier, tri rôzne hry, jedno spoločné posolstvo: veľké sumy padajú nielen v sprievodných poradiach ale aj v celkom bežných denných žrebovaniach.

Niekedy jedna návšteva predajného miesta spôsobí, že máte zrazu nečakané dôvody na úsmev. Presne to sa stalo hráčovi z Prešovského kraja, ktorý si posledný augustový deň podal na termináli stávku a 5. septembra 2026 mu doplnková hra Euromilióny Joker priniesla krásnu výhru 20 000 €. Týmto tiketom sa zároveň uzavrel mimoriadne štedrý týždeň, počas ktorého padlo až sedem atraktívnych výhier.

Výherná kombinácia, ktorá stála za čakanie

Hráč zveril svoje šťastie 2-tipovej stávke s doplnkovou hrou Euromilióny Joker, ktorú si uzatvoril na 2 žrebovania za celkových 7 €. Prvé žrebovanie mu síce nevyšlo, no práve v tom je čaro systémových stávok. Druhé žrebovanie, ktoré sa udialo 5. septembra, bolo presne to, na ktoré čakal. Šesťčíslie 357905 mu vynieslo 20-tisícovú výhru. Aj tento príbeh nám potvrdzuje, že aj doplnková hra dokáže potešiť podobne ako hlavná.

Bude celý september takto úspešný?

Do číselných lotérií Euromilióny Joker, Všetko alebo nič, prípadne do EXTRA VÝPLATY, sa môžete zapojiť či už na predajných miestach spoločnosti TIPOS, cez portál eTIPOS.sk, v mobilnej aplikácii TIPOS alebo prostredníctvom SMS. Už najbližšie žrebovania ukážu, či sa výherná séria zo začiatku septembra pretiahne na celý mesiac a možno bude práve váš tiket ten výherný.

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.

18+

Súťaž týždňa s TIPOSom

Hráme o 3 balíčky stieracích žrebov od TIPOSu

každý v hodnote 35 €

Otázka týždňa:

Koľko výhier v troch rôznych lotériach od TIPOSu padlo začiatkom septembra?

A: 13 B: 7

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

- Súťaž týždňa prebieha od piatku 18. 9. 2026 od 10:00 hod. do piatku 25. 9. 2026 do 10:00 hod.
- Zo správnych odpovedí vyžrebujeme 3 výhercov
- Vyžrebovaných výhercov, podrobné informácie a štatút súťaže nájdete na www.tipos.sk/region

35-0013

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 ZOSNULÉHO Z MIESTA ÚMRTIA
KOMPLETNÉ VYBAVENIE POHREBNÝCH NÁLEŽITOSTÍ
ĽUDSKÝ PRÍSTUP, ÚCTA A DISKRÉTNOSŤ
MEDZINÁRODNÁ PREPRAVA ZOSNULÝCH
DÔSTOJNÁ POSLEDNÁ ROZLÚČKA OD: 750€
WWW.BAREZIOPLUS.SK
24/7
25-0106

izoservis
izoservis.sk
FÚKANÁ IZOLÁCIA
tepelná - protipožiarna - zvuková
1 Bezplatná obhliadka
2 Návrh riešenia
3 Cenová ponuka
4 Realizácia
• Trámové stropy
• Novostavby
• Pultové strechy
• Drevostavby
medved@izoservis.sk 0949 410 106
Ušetrite až 40% na energiách
ECO FRIENDLY
08-0047

FRÉZOVANIE od 15€/bm
FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE
REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV
• PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV
• ZATEPĽOVANIE A SIEŤKOVANIE KOMÍNOV
OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA
SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA na materiál 45%
0948 012 507 • www.profikominy.sk
46-0004

isover FASADOVO
FÚKANÉ A STRIEKANÉ IZOLÁCIE
Celé Slovensko
Timeo, s.r.o.
0903 906 766 fasadovo@fasadovo.sk
83-0007

čujte.sk
Vyberte deťom vhodnú obuv
www.cujte.sk
Zdroj foto Bässi (pixabay)

Práca pre MUŽOV, ŽENY a PÁRY s ubytovaním operátori vo výrobe
výhodné platové podmienky
ČESKÁ REPUBLIKA
Prácu už hľadať nemusíš, s nami pracuješ už zajtra.
0903979707
57-0100

MULTICAR 4x4
s hydraulickou rukou
• šírka vozidla 1,6 m
• výška vozidla 2,6 m
• nosnosť 2 t
• NOSNOSŤ RUKY • na krátko 1100 kg • 4,2 m 300 kg
• korba 2 x 1,6 m
0910 987 007 www.cxdx.sk
99-0081

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

e-cycling slovmas

• 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, znášajú 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** a **www.slovmas.sk.**

08-0026

SUDOKU

				2			9	
	2					5		
3	1							4
			3			1	5	8
		5	6				3	
5		3			1	2		
6					4		8	
8			9		3	4		6

Frézovanie a vložkovanie KOMÍNOV
frézovanie od 15€/m
- Frézovanie 1 m - 15 €
- Certifikovaný žiaruvzdorný materiál
- Akcia 10m komín vyfrézovanie, vyvložkovanie komplet 900€
- Obhliadka zdarma, dohoda istá
Zľava na materiál 40%
0911 322 495, 0907 362 202, frezovanievlozkovanie@gmail.com
86-0006

STRIEKANÉ IZOLÁCIE
12,50 €/m² pur penou, hrúbka 20 cm
0,58 €/m² hrúbka 1 cm
• najlepší pomer kvalita/cena
• predĺžená záruka na 60 mesiacov
• diagnostika zatepľovaných konštrukcií v cene
AKCIA omietky pucovka od 5,05€ s materiálom
Partner firmy Stavpoč Jendroľ
STAVEBNÉ PRÁCE tel: 0915 363 983
POTERY A STROJOVÉ OMIETKY
MONTÁŽ SADROKARTÓNU 9,50€/m²
ZATEPĽOVANIE rodinných domov
IZOLÁCIA PODKROVIA
tel: +48 665 719 051
24-0024

Prečo SA NÁM ZHORŠUJE SLUCH?





Špecialisti nepochybujú o tom, čo k tomu môže prispieť.

Problém zhoršujúceho sa sluchu sa týka dospelých aj detí. K tomu môžu prispieť chyby, ktoré nevedome robíme.

V prvom rade **prestaňte používať vatové tyčinky.** Odkedy sa objavili v obchodoch, lekári varovali pred ich používaním na ušnú hygienu. Vloženie vatových tyčiniek do zvukovodu len navodzuje ilúziu čistenia uší.

ZANESENÉ UCHO JE HLUCHÉ UCHO...

„Čistenie uší vatovou tyčinkou je veľmi zlá metóda, pretože môže spôsobiť mnoho rôznych vedľajších účinkov. Jedným z nich je, že pri čistení ušného mazu ho môžeme presunúť hlbšie, prakticky až k bubienku, čo môže viesť k upchatiu ucha a následne k strate sluchu,“ hovorí Katarína, laryngologička z Košíc.

O rizikách spojených s používaním vatových tyčiniek sa môžeme dočítať aj na ich obale. Bohužiaľ, väčšina z nás nečíta etikety.

AK NIE TYČINKY, TAK ČO?

S vodou určite nie! Voda spôsobuje napučiavanie ušného mazu a uzatvorenie zvukovodu. Oplatí sa zaobstarať si kvalitný prístroj na čistenie uší. Taký, ktorý z uší šetrne odsaje prebytočný ušný maz, nečistoty a vodu a zanechá ich čisté, suché a hlavne zdravé.

PRÍSTROJ NA ČISTENIE UŠÍ *PRE CELÚ RODINU!*

WaxVac

WaxVac nepretlačí ušný maz hlbšie do zvukovodu. Namiesto toho „vysáva“ prebytočný ušný maz, nahromadenú špinu a vodu – všetko, čo by v našom uchu nemalo byť.



AKO TO FUNGUJE?

Najdôležitejšou súčasťou zariadenia je **inovatívny nano-nasávací systém,** fungujúci na princípe odstredivej sily. V priebehu niekoľkých sekúnd sa štruktúra ušnej mazovej zátky rozpadne a jemne sa vytiahne z ucha.

AKO POUŽÍVAŤ?

Na hrot nasaďte mäkký silikónový uzáver a zapnite zariadenie. Potom si priložte prístroj k uchu. Pocítite, ako prístroj efektívne a šetrne vysáva vodu a nečistoty.



Prístroj je vybavený **4 vymeniteľnými nastavcami**, takže ho môže využívať celá rodina. Nastavce sú vyrobené z najkvalitnejšieho technologicky vyspelého silikónu.



Využite *73% zľavu!*

JESENNÁ PONUKA

Máme pre Vás jedinečnú ponuku ***LEN TERAZ,*** prvých 100 ľudí, ktorí sa zaregistrujú telefonicky, získa zariadenie na čistenie uší **len za** ~~73 €~~ **19 €!**

Ponuka platí do 25.09.2026 alebo do vypredania zásob.

054/230 44 00

Pon-Pia: 8:00-20:00,
So-Ne: 9:00-19:00.
(cena bežného miestneho hovoru)

47-0077

Riadková inzercia

1 AUTO-MOTO

2 ELEKTRO, TECHNIKA

3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK

4 DOM A ZÁHRADA

5 ZVERINEC, DROBNOCHOV

6 HOBBY A ŠPORT

» Kúpim staré plechové šlapacie autíčko. 0905 450 533

7 DEŤOM

8 DARUJEM

9 ZOZNÁMENIE

0 RÔZNE

» Hľadám JÚLIUSA, syna Jaroslava Č., narodeného v druhej polovici 50. rokoch. Prosím volajte t. č. 0950 486 447

www.regionpress.sk

REGION PRESS

Chcete si podať riadkový inzerát?

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

Príklad:
RP PP 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 51 až 100 znakov 2 €
- Text 101 až 150 znakov 3 €

Čísla rubrík:

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

Komerčné inzeráty, pozvánky na akcie, ponuky zamestnania a reality v riadkovej inzercii neuverejňujeme. V prípade záujmu o zverejnenie tohto typu inzerátu kontaktujte našich obchodníkov. SMS je možné podať aj v novinách v iných regiónoch. V takom prípade nahraďte písmena „PP" v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tiráži.
(Službu platbamobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

Veterný mlyn aj Rozhľadňa na Hrebeni

Ak vás najbližšie vaše cesty zavedú na Záhorie, isto si nezabudnite naplánovať vychádzku k jedinému zachovanému veternému kamennému mlynu na našom území. Ide o centrálny kamenný trojpodlažný podpivničený objekt, do roku 1926 zastrešený otočnou kuželovitou strechou so vsadeným veterným kolesom. Pohon mlyna zabezpečovali štyri ramená s lopatkami, ktoré boli osem metrov dlhé a otáčali sa proti smeru hodinových ručičiek.

Veterný mlyn

Cesta k mlynu je nenáročná, a tak ju pokojne zvládnu všetky vekové kategórie. Priamo z centra Holíča tam prídeme do 30 minút po žltej značke, prípadne sa tam môžete priviezť autom a zaparkovať pri neďalekej strelnici.

Z informačného panelu sa dozvedáme, že veterný mlyn v Holíči bol postavený koncom 19. storočia a k jeho stavbe sa viaže meno vynikajúceho stolárskeho majstra Františka Slámu. V roku 1906 bol jediným mlynom s valcovou železnou mlynskou stolicou a liatinovými valcami podľa patentu Ing. Wegmana. Záznamy tiež uvádzajú, že v mlyne sa mlelo ešte počas I. svetovej vojny. Po roku 1950 došlo k devastácii mlyna, kedy bolo rozobraté zariadenie a z mlyna sa postupne stávala ruina. V roku 1972 bol mlyn vyhlásený za Národnú kultúrnu pamiatku. Dnes môžu záujemcovia v Holíči vidieť udržiavaný kamenný objekt veterného mlyna so stálou expozíciou o mlynoch na Záhorí.

Rozhľadňa na Hrebeni

Len pár krokov od veterného mlyna objavíte Rozhľadňu na Hrebeni. Môžete si z nej vychutnať výhľad na mesto, blízke okolie či panorámu Bielych Karpát. V prípade pekného počasia dovidíte až do Rakúska či susedného Česka. Rozhľadňa má kamennú konštrukciu so železobetónovou výplňou a obložená je lomovým kameňom. Vrchná časť je z drevenej konštrukcie. Výška rozhľadne je približne 17 metrov, vyhliadková plošina je umiestnená vo výške 12 metrov.

Náš tip:

Holíčsky zámok aj megality

Priamo v meste Holíč stojí za návštevu Holíčsky zámok. Vznikol v polovici 13.storočia a chránil takzvanú Českú cestu, ktorá spájala Uhorsko a Čechy. Neďaleko zámku, vo dvore jednej z bývalých manufaktúrnych budov, môžete vzhliadnuť aj Holíčske megality.

» ren



Veterný mlyn.
autor foto renáta kopáčová

Meniny oslavujú



September

18. Eugénia
19. Konštantín
20. **Ľuboslav, Ľuboslava**
21. Matúš
22. Móric
23. Zdenka
24. Ľuboš, Ľubor
25. Vladislav, Vladislava
26. Edita
27. **Cyprián**

Pravidelná fyzická aktivita je dôležitá

Pohybom ku zdraviu

Pohybová aktivita je jednou z ciest k zlepšeniu kvality života. Pevné zdravie a dlhší život sú dobrým dôvodom, aby sa pohyb stal pozitívnym návykom všedného dňa.

Odborníci hovoria, že pravidelná pohybová aktivita zlepšuje fyzickú a psychickú kondíciu, posilňuje imunitný systém, podporuje srdcovú činnosť a krvný obeh, zlepšuje prívod kyslíka do celého tela, normalizuje krvný tlak, podporuje trávenie a činnosť čriev, harmonizuje činnosť endokrinného systému, je prevenciou pred osteoporózou a má veľa ďalších benefitov. Na druhej strane sa podľa nich nedostatočná fyzická aktivita v kombinácii s nesprávnou výživou spolupodieľa na vzniku chronických ochorení ako sú srdcovocievne ochorenia, onkologické, metabolické, respiračné či ochorenia pohybového aparátu a podobne. „Čím je človek starší, tým viac je dôležitá primeraná a pravidelná fyzická aktivita. Šport odďaľuje príznaky starnutia, pomáha zvládať choroby a bolesť, dodáva chuť do života, zvyšuje energiu a zlepšuje pozitívnu náladu", objasňuje Mgr. Klinčáková z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava.

Výskumy varujú

Z výsledkov rôznych výskumov vyplýva, že až 70 % Slovákov sa hýbe nedostatočne a málo. Podľa údajov Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO) zomiera v dôsledku nedostatku pohybu celosvetovo ročne vyše 5 miliónov ľudí, čo je podobný efekt ako má fajčenie. „Dnešný sedavý spôsob života významne prispieva k pandémii obezity a vzniku rôznych chronických civilizačných ochorení ako je diabetes, ateroskleróza, kardiovaskulárne a neurodegeneratívne ochorenia", upozorňuje odborníčka. Nedostatočná pohybová aktivita má vplyv aj na vznik niektorých typov rakoviny, ako je napríklad kolorektálny karcinóm.

Telesná aktivita je dôležitá

„Osobitne dôležitá je pravidelná telesná aktivita v detstve a mladom veku, pretože vtedy sa vytvára celoživotný návyk. Edukácia má preto zásadný význam", uvádza Mgr.Klinčáková a vysvetľuje, že mladiství, ktorí sú pravidelne aktívni, majú menšiu šancu, že sa u nich vyvinú rizikové faktory ako obezita či zvýšený krvný tlak. Je preto vhodné podporovať deti v tých pohybových aktivitách, ktoré ich bavia a napĺňajú.



Ilustračné foto. ***zdroj foto PICNIC-Foto pixabay***

Prospeje nám chôdza

Najprirodzenejšou pohybovou aktivitou je chôdza, ktorá je prospešná pre našu fyzickú kondíciu a psychiku. Podľa viacerých štúdií dokáže pravidelná chôdza predĺžiť život človeka o niekoľko rokov a dokonca spúšťa aj omladzovacie procesy v tele. WHO odporúčaná dávka pohybu, ktorá prináša zdravotné benefity je 10 000 krokov denne + 30 minút stredne intenzívnej vytrvalostnej aktivity aspoň 5krát týždenne alebo 1 hodina intenzívnej vytrvalostnej aktivity 3krát týždenne, optimálne v kombinácii so silovým tréningom 2 až 3krát týždenne.

Tipy ako zvýšiť fyzickú aktivitu

- Ak máte sedavé zamestnanie, počas prestávky sa poprechádzajte,
- prechádzajte sa počas telefonovania,
- ak sa dá, na prepravu zvoľte bicykel namiesto auta,
- používajte schody namiesto výťahu

Informácie poskytol RÚVZ Bratislava / Fb

» ren

Oplatí sa !

TOP
NAJLEPŠIE PONUKY
NAJBLIŽŠIE K ĽUĎOM

ABA INNOVATOR

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



TOP INJECT

stabilizujeme základovú pôdu
zastavíme sadanie budov
injektážou syntetickej živice

zastavenie sadania budov

SPÄTNÉ ZDVIHNUTIE PODLÁH

ČISTO, RÝCHLO a bez BÚRANIA

PRACUJEME PO CELOM SLOVENSKU

0918 726 754

sk.abainnovator.com

66-0179



SOS STREŠNÉ PRÁCE

Tesár, klampiar, pokrývač

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

ZĽAVA 15% na objednávky prác do 30.9.

Obhliadka a cenová ponuka ZDARMA

Kontakt: +421 918 081 699

91-0092



68-001

Oravská Horáreň

JESEŇ PRE SENIOROV

Dovolenkujte iba za 310 €

1 „nepracujúci dôchodca" na 6 dní/5 nocí

Pobytový balíček zahŕňa:

- ★ 5x ubytovanie
- ★ 5x plná penzia
- ★ 1x celodenný zájazd
- + zaujímavé bonusy

Voľné termíny:

12. 10. – 17. 10.
19. 10. – 24.10.
26. 10. – 31. 10.

Rezervácie: 0918 591942
www.oravskahoraren.sk | info@oravskahoraren.sk
Penzión*** Oravská horáreň, Oravský Podzámok 396, lokalita Hruštín Zábava

37-0140

LEPŠIA PRÁCA SK
PERSONÁLNA AGENTÚRA

NÁJDITE NOVÝCH ZAMESTNANCOV

EFEKTÍVNEJŠIE

Revolúcia vo svete fitness dorazila do Kežmarku

- 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



VŠESTRANNÉ VYUŽITIE

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

IMBODY SPORT
www.imbodysport.sk
INFORMÁCIE: +421 904 896 262
+421 907 895 865

Príďte si vyskúšať
inspirimate
Trhovište 748/4,
060 01 Kežmarok
Tel.: 0902 469 374

BIELA PASTELKA

Vidíme vás

aj napriek glaukómu

25 rokov stojíte pri nevidiacich a slabozrakých.
Ďakujeme!

bielapastelka.sk
SMS na č. 820

v uliciach 18. septembra

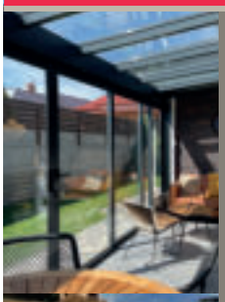
Hlavní partneri: PROMISEO, DHL
Partneri: UniCredit Bank, ZSR, Atos, MODEL
SMS partneri: O2
Mediálni partneri: Pravda, Startitup, Vnimedia

Oplatí sa !

TOP
NAJLEPŠIE PONUKY
NAJBLIŽŠIE K ĽUĎOM

GS
EUROTHERM
MONT







INVESTIČNÉ ZIMNÉ ZÁHRADY
ZASKLENIA TERÁS A BALKÓNOV
PRÍSTREŠKY NAJVYŠŠEJ KVALITY
NAJLACNEJŠIE PREKRYTIA BAZÉNOV
ZÁBRADLIA A BRÁNY NA MIERU
gszasklenie.sk
0800 333 223
DAJTE PREDNOSŤ 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





98-0004

Stannah



Ponuka
Darček
v hodnote
až 200,- €

Stoličkový výťah Stannah:
užívajte si svoj domov naplno

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

Najvyššia kvalita servisu na celom Slovensku.

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

0800 162 162
www.stannah.sk

91-0002





Rum Diplomatico Reserva Exclusiva
40 %; 0,7 l
1 l = 38,56 €
UŠETRI 9 €
35,99
26 99

Tennessee Whiskey Jack Daniel's
40 %; 0,7 l
1 l = 27,13 €
UŠETRI 8 €
26,99
18 99

Vodka Forel' Platinum
40 %; 0,7 l
1 l = 14,27 €
UŠETRI 2 €
11,99
9 99

TATRATEA Original Tea
52 %; 0,7 l
1 l = 24,27 €
UŠETRI 6 €
22,99
16 99

Becherovka
38 %; 0,5 l
1 l = 13,98 €
UŠETRI 2 €
8,99
6 99

Prosecco La Marca Spumante DOC Treviso Extra Dry; Brut
0,75 l
1 l = 10,65 €
UŠETRI 4 €
11,99
7 99

Získajte darček pri akomkoľvek nákupe nad 10 €, 20 € alebo 30 €. Akcia sa nevzťahuje na nákup tabaku, tabakových výrobkov a služieb. Akcia platí do 10. 10. 2026 alebo do vyčerpania zásob darčekov, a to len v predajni uvedenej vyššie. Vyhradzujeme si právo na zmenu darčekov a predčasné ukončenie akcie. Všetky akciové produkty platia do vypredania zásob, alebo do 10.10.2026. Fotografie v letáku sú ilustračné. Ceny sú uvedené v eur s DPH. Zmena cien a chýb v tlači vyhradená. Produkty v akcii nie je možné kombinovať s individuálnymi zľavami. Nákup možný len v obvyklom množstve. Alkoholické nápoje len od 18 rokov. Konzumujte zodpovedne.

85-0055