

KOŠICKO

Najčítanejší týždenník na Slovensku

Najbližšie k ľuďom

39 titulov do 1 500 000 domácností, každý týždeň ZADARMO



TAURIS®

mäsiarstvo
"Býka"

viac
vo vnútri

Pozývame Vás na
predaj kabátov

Dámske a pánske
kabáty priamo od
slovenského výrobcu



Krátko, trojštvrťové, dlhé
Veľkosti od 34 až po 64

Kabáty Žilina www.kastema.sk

KOŠICE - Congress hotel Centrum, Južná trieda 2/A
26 a 27. 10. 2026 (pondelok, utorok) od 9.00 - 17.00 hod.

ZĽAVA 5€ Kontakt: Štefan Šenkár 0907 807 882

jarek čistí čalúnený nábytok
a koberce u Vás doma aj u nás
www.jarekcistikoberce.sk | 0915 937 226

INZERCIA

kosicko@regionpress.sk



VÁŠ PARTNER

IT technológie
Počítače
Tlačiarne
Cartridge a tonery
Príslušenstvo
Kopírovanie
Servis



OC IDEA

Napájadlá 2768/18,
040 12 Nad jazerom



OTVORENÉ
PONDELOK-PIATOK

9:00 - 19:00

SOBOTA

9:00 - 14:00

**MAJSTROVSTVO
V TECHNOLÓGIÍ,
CENY PRE KAŽDÉHO**

ocidea@nesh.sk www.nesh.sk 0951 082 491

PÔŽIČKY

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

ONLINE ŽIADOSŤ POHODLNE Z DOMU

www.bestpozicka.sk

CENTRÁLNA POBOČKA

Fejova 1, Košice

(oproti OD Dargov / pri reštaurácii Stará Sýpka)



INFOLINKA

0918 709 028

G GARAKE
autoservis • pneuservis • autodiely

**KONTROLA VOZIDLA
ZDARMA!**

☒ BRZDY ☒ PODVOZOK ☒ PNEUMATIKY ☒ SVETLÁ ☒ PREVÁDZKOVÉ KVAPALINY ☒ ZÁKLADNÁ DIAGNOSTIKA

Magnetizárska 5,
040 13 Košice

www.garake.sk

+421 947 948 033

KAMENÁRSTVO

tradícia - vysoká kvalita - najväčší výber

Záruka

30
rokov



STONE



Výroba a sklad Byster - 0911 056 056

Verejný cintorín Košice - 0902 404 515

Predajňa Krompachy - 0951 679 705

www.kamenarstvostone.sk

Kamenárstvo STOCO

NOVOOTVORENÁ PREDAJŇA

Južná trieda 119

0905 509 793

**Najväčší
výrobca v Košiciach**

TRADÍCIA | KVALITA | SPOLAHNIVOSŤ

www.kamenarstvostoco.sk

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

**JESENNÁ
ZĽAVA
AŽ DO 30%
NA VŠETKY
HOTOVÉ HROBY**

Súťaž týždňa s Tiposom

Viac na dvojstrane vo vnútri

18+ HRAJ
ZODPOVEDNE

TIPOS
Vaše výhry, naša radosť

Bezplatný týždenník

KOŠICKO

EV 6210/24

Najbližšie k ľuďom

vydáva spoločnosť

REGIONPRESS

so sídlom Pekárska 7489/40A,
917 01 Trnava, IČO: 36252417.

Ročník III, rok 2026

Redakcia: Čermel'ská cesta 3
KOŠICE

kosicko@regionpress.sk

INZERCIA

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

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

Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (92130 domácností)

Pámy týždeň: Kuzmányho, Kalvária, Letná, Mlynský náhon, Čermel, Podhradová, Ťahanovce, Furča, Nad Jazerom, Vyšné Opátske, KVP, Centrum, Terasa

Nepámy týždeň: Kavečany, Lorinčík, Myslava, Pereš, Polov, KVP, Saca, Terasa, Popradská, Barca, Južná Trieda, Rastislavova, Železníky, Centrum, Sebastovce, Džungľa, Košická Nová Ves, Krásna, Nad Jazerom, Ťahanovce, Furča

KOŠICE

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-ŠALIAANSKO
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO
LV	30.580	LEVICKO
MA	29.680	MALACKO
NR	54.170	NITRIANSKO
NZ	35.050	NOVOZÁMCKO
PK	22.970	PEZINSKO
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35.420	SENECKO
SE	36.750	SENICKO-SKALICKO
TO	41.930	TOPOĽČANSKO-PE-BN
TN	60.750	TRENČANSKO-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	LUČEŇSKO-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-BŠ
ZA	50.780	ŽILINSKO-BY
Východné Slovensko		
BJ	37.210	BARDEJOVSKO-SK-SP
GE	30.830	GEMERSKO-RV-RS-RA
HU	27.190	HUMENSKO-VF-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

BEZPEČNOSTNÉ DVERE

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

DUB MATNÝ

DUB ŠEDÝ

ORECH MATNÝ

DUB VZOR

ANTRACIT

BIELE VZOR

AKCIA od 480€

kovanie ZDARMA

zameranie ZDARMA

v ponuke aj INTERIÉROVÉ DVERE

v ponuke aj hladké dvere a odtieň Wenge

všetky dvere SKLADOM

odborná montáž s licenciou technickej služby od polície SR

www.ocelovedvere.sk

ocelovedvere@ocelovedvere.sk

0917 56 36 12

0911 60 20 40

Sídliisko Terasa, Sokolovská 5 | Po-Pia: 8³⁰-17⁰⁰

REKONŠTRUKCIE BYTOVÝCH JADIER
STAVBY RODINNÝCH DOMOV NA KĽÚČ

DOVOZ ŠTRKOV A ODVOZ SUTE
AUTOM DO 3 TON

ZATEPLENIE RODINNÝCH DOMOV,
vodoinštalácie a elektroinštalácie práce, obklady, dlažby,
omietky, maľby, vinylové a PVC podlahy, sadrokartónové
podhlady a priečky, ploty, oporné múry, základové platne

STRIEKANIE PLECHOVÝCH STRIECH
Zabezpečte si dlhú životnosť a elegantný vzhľad!

0949 707 583

HODINOVÝ MANŽEL

VODÁR · ELEKTRIKÁR · MURÁR · OBKLADAČ ·

0910 265 473

RIZIKOVÉ OREZY a VÝRUBY STROMOV

starostlivosť o záhrady
stromy, kríky, živé ploty

0918 290 314

Kúpim GARÁŽ v Košiciach

0949 854 569

PLATBA v HOTOVOSTI

HĽADÁME VODIČOV

ZIMNEJ ÚDRŽBY KOMUNIKÁCIÍ

V KOŠICIACH

KOSIT

Hrubá mzda:
od 1.150 €

Miesto výkonu práce:
Košice a Košice okolie

Požiadavky:
vodičský preukaz skupiny
C, B

Zamestnanecké benefity:

práca s možnosťou získania trvalého pracovného pomeru po zimnom období;

adekvátne ohodnotenie, ktoré je dohodnuté individuálne na pohovore (na základe praxe, skúseností a referencií);

moderné vozidlá, pravidelná obnova vozového parku;

mesačné odmeny navyše na základe výkonov;

kvalitné pracovné oblečenie vrátane servisu a prania.

KOSIT a.s. | www.kosit.sk | Kontakt: personalne@kosit.sk | +421 917 505 369

STRECHÁRSKE
A MURÁRSKE
PRÁCE

• Montáž plechových striech
• Hrubé stavby
• Prístavby a nadstavby domov
• Rekonštrukcie podkrovi
• Výmena rín
• Hydroizolácie
• Nátery striech
• Podbitie striech
• Zateplenie domov
• Rekonštrukcie kúpeľní
• Omietky, potery, murovanie
• Drenáž domov
• Oplotenia pozemkov

0948 107 877
Košice

www.strechyreal.sk

Riadková
inzercia

9 ZOZNÁMENIE

» 54-ročný muž hľadá
ženu, diskretné. t. č. 0904
170 024

Chcete si
podať riadkový
inzerát?

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

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

Inzerát bude po skontrolovaní spo-
platnený spätnou SMS, ktorú Vám
využije 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€

Číslo rubrik:

1 - Auto-Moto

2 - Elektro, technika

3 - Domácnosť, nábytok

4 - Dom a záhrada

5 - Zverinec, drobných

6 - Hobby a šport

7 - Deťom

8 - Darujem

9 - Zoznámenie

0 - Rôzne

Komerčné inzeráty, pozvánky
na akcie, ponuky zamestnania
a reality v riadkovej inzercii neu-
verejňujeme. V prípade záujmu
o zverejnenie tohto typu inzerátu
kontaktujte našich obchodníkov.
SMS je možné podať aj v novinách
v iných regiónoch. V takom prípa-
de nahraďte písmena „KS“ v texte
Vašej SMS kódom novín, ktorý náj-
dete v tiráži.
(Službu platbamiom.sk
technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

PLASTOVÉ OKNÁ
bf - trade Košice, s.r.o.
www.bf-trade.sk | bf-trade@gmail.com

Najvyššia rada okien

tradícia viac ako
23 rokov skúseností

✓ špičkové profily
✓ celobvodové kovanie

REHAU | **SALAMANDER** | **Brugmann**

DOPRAVA | **DEMONTÁŽ A MONTÁŽ** | **SIETE PROTI HMYZU** | **VONKAJŠIE A VNÚTORNÉ PARAPETY** | **ŽALÚZIE ISSO**

TEXTILNÁ 8/E KOŠICE | **0905 89 89 81**
bf-trade@gmail.com | www.bf-trade.sk

Zariadenie pre seniorov
MEDZEV, ŠUGOV

Informácie ohľadom umiestnenia
0905 962 161
Kancelária v Košiciach.

Hľadáme: MANAŽÉRA PRE RIADENIE PROJEKTOV A VEDENIE KANCELÁRIE
Pozemné, líniové a energetické stavby.
Košice a okolie

VIAC INFO TU

Náplň práce:
• riadenie stavebných projektov
• koordinácia tímov a subdodávateľov
• kontrola termínov, rozpočtu a kvality
• práca vyžaduje cestovanie

Požiadavky:
• min. 5 rokov praxe v stavebníctve
• skúsenosť s tvorbou harmonogramov
• komunikácia s investormi, projektantmi

Mzda: 3 000 EUR

MENERT spol. s r.o., Šaľa | www.menert.sk | menert@menert.sk

Šafi-rol ŽALÚZIE

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

DODACIA DOBA OD 3 DNÍ
0905 245 995
Košice, Priemyselná 4
www.safiroll.sk
safiroll@safiroll.sk

SBS LAMA SK

prijme bezpečnostného pracovníka na obchodné prevádzky v
Košiciach

1 100 € / mes. brutto
POS nutný! Nástup ihneď.
0948 109 195

VODÁR - KÚRENÁR

- Predaj, Montáž a servis tepelných čerpadiel
- Podlahové a radiátorové kúrenie
- Nové rozvody kúrenia, vody a odpadu
- Opravy potrubia a inštalácie spotrebičov

VODA · ODPAD · KÚRENIE
24 HODINOVÝ SERVIS
0903 11 33 33

KVETY DUŠIČKY
Popradská 28C, Košice
ANJELIK
Otvorené: PO- NE: 8-19 hod.

ČREPOVÉ CHRYSANTÉMY
www.kvetyanjelik.sk 0905 778 904

INZERCIA
0907 779 011

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

AUTODOPRAVA, ŠTAHOVANIE,
preprava tovarov, nábytku, stavebných materiálov a pod.
Kontakt : **0951 220 443**

PIŠKÓTKA & KÁBLIK
CUKRÁRENSKÁ VÝROBA | ELEKTROINŠTALÁCIE
0908 155 483 | 0905 956 260

Rozšírte svoje podnikanie aj do iných regiónov Slovenska.
DAJTE O SEBE VEDIEŤ
pomocou inzercie v našich novinách

REGION PRESS
vojta@regionpress.sk
0907 887 322

LEPŠIA PRÁCA

NÁJDITE NOVÝCH ĽUDÍ
+421 907 779 011

PLASTOVÉ OKNÁ
SAMoplus
SKLADNÁ 1 - ČAŇA

ŽALÚZIE SIETE proti hmyzu

DÔCHODCOVIA a ZŤP ZĽAVY do 30%

0919 204 754
samoplussro@gmail.com
www.samoplus.sk



Sa oplatí.

Zvolenský
smotanový
jogurt XXL
200 g
rôzne druhy
(100 g = 0,24)



200 g

Ušetri*
-40%

0.48

*Úspora na jednotkovej cene v porovnaní
s produktom v štandardnej ponúkanej
veľkosti z dňa 16. 10. 2026.



XXL
Alesto
orechy

už od
2.99



1 kus iba
0.49 €

Ušetri*
-48%

3.89

*Úspora k odporúčanej bežnej
malooobchodnej predajnej cene výrobcu.



Staropramen
Smíchov
8 x 0,5 l = 4 l
+ záloh za obaly 1,20 €
(1 l = 0,97)

Gourmet
Kapsička
pre mačky
4 x 85 g = 340 g
(1 kg = 4,97)

-26%

1.69

2.29



od pondelka 26. 10. do 1. 11.

Cenový líder*
ponúka stovky
dlhodobozlacnených
produktov.

Dlhodobozlacnené

-50%

0.59

1.19



Tekvica
na vyrezávanie
cena za 1 kg

-28%

1.79

2.49

Čučoriedky
125 g balenie
(100 g = 1,43)

Kačica celá
cena za 1 kg
s drobní

-40% 4.99
2.99

S Lidl Plus

-44%

2.79

4.99



Kuracie
stehná
XXL
cena za 1 kg
bez kostí
a kože

-39%

3.99

6.59



PARKSIDE®

S Lidl Plus

-33%

39.99

59.99



PARKSIDE
Aku
rázový
uťahovák
kus



ULTIMATE
SPEED

Cenový
trhák

aj online

12.99

ULTIMATE SPEED
Výhrevná
podložka
do auta
kus



*Potvrďuje 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.

Ponuka tovaru v letáku platí od 26. 10. do 1. 11. 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

Zástupca/kyňa

maloobchodnej predajne Fresh Plus, Košice



HĽADÁTE PRÁCU?

- Miesto práce**
Košice
- Druh pracovného pomeru**
Plný úväzok
- Mzdové podmienky (brutto)**
Priemerná hrubá mzda 1690 €
1 240 - 1 800€/ mesiac
- Pozícií vyhovujú uchádzači so vzdelaním**
 - Stredoškolské bez maturity
 - Stredoškolské s maturitou
- Osobnostné predpoklady a zručnosti**
 - Prax v odbore
 - Zodpovednosť a chuť pracovať
 - Vysoké pracovné nasadenie
 - Dobré komunikačné schopnosti
 - Bezúhonnosť
 - Skúsenosť s riadením ľudí

- Náplň práce, právomoci a zodpovednosti**
 - Zabezpečovanie plynulého chodu prevádzky v čase neprítomnosti vedúceho predajne
 - Vykonávanie priebežných kontrol a navrhovanie riešení problémov vo všetkých častiach obchodu v čase neprítomnosti vedúceho predajne
 - Vykonávanie dohľadu nad kvalitou poskytovaného tovaru a služieb zákazníkom v čase - neprítomnosti vedúceho predajne
 - Prijímanie sťažností zákazníkov, vybavovanie reklamácií v súlade s platnou legislatívou a internými predpismi
 - Objednávanie tovaru, príjem tovaru do systému
 - Prípadné riešenie vzniknutých nezrovnalostí
 - Riešenie preceňovania a odpisovania tovaru v súlade s internými smernicami a legislatívnych zákonov
 - Zástupca vedúceho predajne sa riadi platnými predpismi, pokynmi a úlohami vedenia spoločnosti LABAŠ s.r.o., riaditeľa maloobchodu a vedúceho predajne
 - Zabezpečuje organizovanie práce na MO predajni FRESH , určuje pracovné zmeny, úlohy zamestnancov MO, kontroluje prácu pokladníkov, predavačov a vedúcich zmien
 - Bezplatné zabezpečenie pracovného oblečenia a prania zamestnávateľom
 - Práca na zmeny

- Zamestnanecké výhody, benefity:**
 - Možnosť kariérneho rastu v rámci spoločnosti
 - Neobmedzený paušál s internetom (nonstop hovory 3000 minút do všetkých sietí, neobmedzené sms, internet 40 GB), možnosť paušálu aj pre rodinného príslušníka
 - Výplata na účte vždy do 15. dňa v mesiaci
 - Vernostné za každý odpracovaný rok v spoločnosti.
 - Odmena za hospodársky výsledok, vyplácaná 1x za rok.
 - Odmena za doporučenie nového zamestnanca 100€.
 - Oceňovanie najlepších zamestnancov
 - Program zdravotných benefitov (dni zdravia, darovanie krvi na centrále spoločnosti, zľava na vitamíny)
 - Firemné akcie: MDD, Mikuláš - Mikulášske balíčky, Vianočné balíčky
 - Zľava na letné pobytové zájazdy
 - Finančné a vecné odmeny pri životných udalostiach ako je svadba, narodenie dieťaťa, životné jubileum, pracovné výročie
 - Príspevok zamestnávateľa na kartu MultiSport
 - Možnosť preplatenia výdavkov za získanie osvedčenia o odbornej spôsobilosti pre prácu v potravinárstve
 - Zamestnanecká Fresh karta so zľavou na nákup v predajniach Fresh Plus
 - Orange TV za zvýhodnené ceny

LABAŠ s.r.o., Textilná 1, 040 12 Košice
Tel.: +421 902 998 988, email: personalne@labas.sk

3X 300 eur?
To je zverina
v predajniach TAURIS Mäsiarstvo u Býka

TAURIS®



Kúp akúkoľvek zverinu v predajni TAURIS Mäsiarstvo u Býka s vernostnou kartou a si v hre o 300 eur.

Viac o súťaži v apke Tauris alebo na masiarsouvbyka.sk

MUFLÓN KLOBÁSA



TOP CENA
-23 %
119
155

Cena €/100 g
1 kg - 11,90 €

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

Tipos pre nových hráčov: 10 € bonus za registráciu bez vkladu

Tipovacia sezóna naberá na obrátkach a Tipos prináša novým hráčom štartovací bonus. Pri registrácii na etipos.sk získate bonus 10 € bez vkladu (za splnenia podmienok). K tomu je k dispozícii aj bonus k prvému vkladu.

Ako bonus získať

Po registrácii na etipos.sk sa novému hráčovi pripíše bonus 10 €. Nevyžaduje sa žiadny finančný vklad. Pri prvom vklade od 20 € je k dispozícii aj bonus vo výške 50 % z prvého vkladu. Maximálny bonus je 20 €, ktorý hráč získa pri vklade 40 €. Registrácia je podmienená overením totožnosti a dovŕšením aspoň 18. roku života.

Aká ponuka na stávkovanie vás čaká?

Slováci v Lige majstrov

Liga majstrov prináša duel, ktorý priťahne aj pozornosť divákov mimo futbalového prostredia. Atlético Madrid s aktuálne najlepším slovenským futbalistom Dávidom Hanckom privíta Stuttgart s Leom Sauerom, takže na ihrisku sa stretnú dvaja slovenskí reprezentanti, tentokrát každý na

opačnej strane. Takéto zápasy nie sú bežné a patria k pozorne sledovaným futbalovým momentom sezóny pre slovenského diváka. V ponuke TiposBetu nájdete nielen kurzy na výsledok, ale aj na počet gólov a iné typy stávok.

NHL v plnom prúde

V NHL pôsobia slovenskí hráči. Zápasy sa hrajú najmä v noci a skoro ráno, preto si ich slovenskí fanúšikovia často pozrú až v zostrihu, prípadne si výsledky overia až ráno. Mnohonásobná prítomnosť Slovákov v zámorskej lige tak dáva dôvod sledovať každé kolo.

Futbal každý víkend

Bohatý program ponúkajú aj ligy v Anglicku, Španielsku a Taliansku. Rastúcu pozornosť si získava aj francúzska liga. Ponuka zahŕňa ako duely veľkých klubov tak aj menej sledované zápasy z čoho vyplýva, že každý fanúšik si príde na svoje.

Extraliga a derby

Na Slovensku sa už naplno rozbehla aj hokejová extraliga. Derby duely sú známe tým, že sa často vyvíjajú inak,

než naznačuje tabuľka, a patria medzi najsledovanejšie zápasy sezóny.

Ako teda získať bonus 10 eur?

Stačí sa zaregistrovať na www.etipos.sk a získate bonus 10 € bez vkladu (za splnenia všetkých uvedených podmienok). Pri prvom vklade od 20 € je k dispozícii aj bonus vo výške 50 %.

Bonus 10 € platí len pre novo-registrovaných hráčov. Podrobné podmienky bonusov (vrátane podmienok ich uvoľnenia a výberu) nájdete na etipos.sk.

Spoločnosť TIPOS odvádza 20 % z hernej istiny z číselných a okamžitých lotérií na podporu slovenského športu. 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



Hráme o 3 balíčky stieracích žrebov od TIPOSu

každý v hodnote 35 €



Otázka týždňa:

Ktorý slovenský futbalový tím hrá aktuálne skupinu Ligy majstrov?

A: Slovan Bratislava

B: FK Nitra

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



- Súťaž týždňa prebieha od piatku 23. 10. 2026 od 10:00 hod. do piatku 30. 10. 2026 do 10:00 hod.
- Zo správnych odpovedí vyžrebujeme 3 výhercov
- Vyžrebovaných výhercov, podrobné informácie a štatút súťaže nájdete na www.tipos.sk/region

Podpora duševného zdravia v Košickom kraji

Knižnice ako liek na osamelosť

Duševné zdravie patrí medzi najväčšie spoločenské výzvy súčasnosti. Podľa údajov OECD a Európskej komisie žije s problémami duševného zdravia približne každý šiesty obyvateľ Európskej únie. Narastá aj počet ľudí, ktorí sa cítia osamelí, pričom osamelosť dnes odborníci označujú za jeden z významných faktorov ovplyvňujúcich kvalitu života i zdravie. Košický samosprávny kraj (KSK) preto prostredníctvom siete svojich knižníc upozorňuje na význam prevencie a podpory psychickej pohody.

Počas jesene pripravili knižnice kraja sériu podujatí, ktoré prepájajú čítanie, komunitné aktivity, vzdelávanie, pohyb a otvorenú diskusiu o duševnom zdraví. Základnou myšlienkou je ukázať, že knižnice dnes nie sú len miestom kníh, ale aj bezpečným priestorom pre stretávanie, porozumenie a budovanie zdravých komunit. „V dnešnej spoločnosti, ktorú čoraz viac ovplyvňuje pretlak informácií, napätie vo verejnej diskusii, osamelosť či rastúca miera úzkosti, potrebujeme miesta, ktoré ľudí spájajú, nie rozdeľujú,“ povedal predseda Košického samosprávneho kraja Rastislav Trnka a dodal: „Som presvedčený, že podpora duševného zdravia sa nezačína až v ambulancii, ale aj v prirodzených komunitách, ktoré si navzájom vedia podať pomocnú ruku.“

Kruh emócií

V Zemplínskej knižnici v Trebišove sa účastníci workshopu Kruh emócií učia rozpoznávať vlastné pocity, pomenovať ich a pracovať s nimi zdravým spôsobom. Súčasťou programu je aj odborná prednáška Psychohygiena: Ako sa nezbázníť zo školy, života a internetu, ktorá reaguje na rastúce psychické zaťaženie mladých ľudí v digitálnom prostredí.

Pohyb miesto liekov

Verejná knižnica Jána Bocatia v Košiciach sa zameriava najmä na seniorov. Aktivita Pohyb miesto liekov prepája terapeutické cvičenie s pravidelným stretávaním a budovaním sociálnych kontaktov. Knižnica zároveň pripravila tematické podujatia podporujúce koncentráciu, kreativitu a tréning mysle prostredníctvom literatúry.

Moja duša

Dôležitú tému prináša aj Zemplínska knižnica Gorazda Zvonického v Michalovciach. Výstava Moja duša predstaví výtvornú a remeselnú tvorbu ľudí s duševnou poruchou a dáva priestor príbehom, ktoré často zostávajú na okraji verejnej pozornosti. Knižnica zároveň pripravila tematickú výstavu literatúry venovanej problematike duševného zdravia a bezpečnému pohybu v online priestore.



zdroj foto KSK

Upokoj svojho ducha a Písmená víťazia

V Gemerskej knižnici Pavla Dobšinského v Rožňave sa návštevníci naučia jednoduché dychové techniky a postupy zvládania stresu v rámci podujatia Upokoj svojho ducha. Mladým ľuďom je určená beseda Písmená víťazia, ktorá otvára témy šikanovania, vzťahov, športu a duševnej pohody.

Terapia duše

Na potreby seniorov a zdravotne znevý-

hodnených skupín sa zameralo aj Spišské kultúrne centrum a knižnica. V rámci diskusie Terapia duše budú odborníci hovoriť o zvládaní každodenných starostí, významne pozitívnych emócií a budovaní psychickej odolnosti. Workshop Ako si udržiavať kognitívne zdravie prinesie praktické návody, ako si aj vo vyššom veku zachovať dobrú pamäť, pozornosť a mentálnu kondíciu.

Do iniciatívy sa zapojila aj knižnica Kultúrneho centra Medzibodrožia a Použitia.

» ren

Revolúcia vo svete fitness dorazila na Slovensko



www.imbodysport.sk

- 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

Cvičenie s trénerom aj individuálne
Od jednoduchých po komplexné cviky

DO DOMU A BYTU

Využitie pre celú rodinu. Stačí minimum priestoru. Cvičíte kedy chcete

REHABILITÁCIA

Kontrolovaný pohyb, progresívna záťaž, bezpečná spätná väzba

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



ŠPORTOVÉ KLUBY

Pokročilé funkcie pre profesionálov a kondičných trénerov

HOTELY & WELLNESS

Premiový zážitok, minimum priestoru, maximálna pridaná hodnota



PERKINS®
je tím
HENRY VAJCE
od roku 1992
perkinsslovakia.sk



Parlament schválil balík sociálnych zákonov Podpora rodín s deťmi a odkázaných ľudí

Národná rada Slovenskej republiky schválila viacero legislatívnych opatrení zameraných na podporu rodín s deťmi, posilnenie zodpovednosti pri plnení povinnej školskej dochádzky a reformu financovania sociálnych služieb.

Podpora rodín s deťmi

Jednou z pozitívnych zmien je zvýšenie minimálneho výživného na dieťa zo súčasných 40 eur na 134,80 eur. Ide o opatrenie na podporu pre deti a rodičov, ktorí zostali na výchovu svojho dieťaťa sami.

V prvom čítaní parlament schválil návrh na zvýšenie príspevku pri narodení dieťaťa z doterajších 829,86 eur na 1000 eur. Výška príspevku sa nemenila vyše 17 rokov, pričom náklady spojené s narodením dieťaťa predstavujú pre rodiny stále vyššiu finančnú záťaž.

Rovnako v prvom čítaní bol schválený aj návrh na odpustenie dane z príjmov pre pracujúce matky a osamelých otcov, ktorí vychovávajú alebo vychovali štyri a viac detí.

Novela zákona o sociálnych službách

Parlament schválil aj novelu zákona

o sociálnych službách, ktorá ďalej upravuje reformu financovania sociálnych služieb. Reforma má v plnom rozsahu začať fungovať od 1. januára 2027. Hlavnou prioritou je podpora starostlivosti o odkázané osoby v domácom prostredí. V rámci reformy sa mení to, že príspevok na pomoc v odkázanosti bude dostávať už priamo odkázaná osoba. Využiť ho môže na neformálnu starostlivosť poskytovanú v domácom prostredí alebo na formálnu starostlivosť v rámci ambulantnej a terénnej služby, na odľahčovaciu službu, hospic, dom ošetrovateľskej starostlivosti a služby sociálneho podniku, prípadne na ich kombináciu.

Zároveň sa rozšíri možnosť zapojenia väčšieho počtu opatrovateľov v starostlivosti o odkázanú osobu. Po novom sa pri odkázanej osobe môžu striedať traja opatrovatelia a zároveň budú môcť aj riadne pracovať, pričom nárok na príspevok na opatrovanie už nebude závisieť od výšky ich príjmu.

Významnou súčasťou zmien je aj zvýšenie príspevku na pomoc pri odkázanosti, ktorý sa začne uplatňovať od 1. januára 2027. Jeho výška bude závisieť od stupňa odkázanosti – pri



Ilustračné foto.

zdroj foto stevepb pixabay

piatom stupni dosiahne 1 038,50 eura, pri štvrtom stupni 858,50 eura, pri treťom stupni 617 eur, pri druhom stupni 473 eur a pri prvom stupni 236,50 eura.

Opatrenia zamerané na riešenie záškoláctva

Ďalej bol v prvom čítaní schválený aj návrh opatrení zameraných na riešenie záškoláctva a opakovaného páchania priestupkov detí v školských zariadeniach. Cieľom je zamedziť zneužívaniu sociálneho systému a posilniť zodpovednosť rodičov za plnenie povinnej školskej dochádzky. Ak dieťa nebude

riadne plniť povinnú školskú dochádzku, počas prvých troch mesiacov bude prídavok na dieťa vyplácaný osobitnému príjemcovi, ktorým bude spravidla obec. Pokiaľ nedôjde ani po uplynutí tejto lehoty k náprave a dieťa bude v zanedbávaní školskej dochádzky pokračovať, výplata prídavku rodičom sa na nasledujúce tri mesiace pozastaví. Ak bude problém pretrvávať aj naďalej, obdobie pozastavenia výplaty sa bude predlžovať až do momentu, keď dôjde k náprave. Rovnaký mechanizmus sa bude uplatňovať aj v prípadoch, keď dieťa opakovane pácha priestupky.

» [en](#)

Na добрote záleží viac, než si myslíme

Žijeme v dobe, keď máme takmer neobmedzené možnosti komunikovať, a predsa si neraz prestávame rozumieť. Dokážeme sledovať udalosti na druhom konci sveta, no niekedy si nevšimneme starosti človeka, ktorý býva hneď vedľa nás. Máme množstvo kontaktov, ale čoraz menej času na skutočné rozhovory. A hoci všetci túžime po úcte a pochopení, nie vždy ich dokážeme prejať druhým.

Možno by pritom stačilo začať od jednoduchého pravidla: Správajme sa k druhým tak, ako by sme chceli, aby sa oni správali k nám.

Skutočná ľudskosť sa neprejavuje iba vo veľkých skutkoch. Často ju vidíme v drobnostiach, ktoré zostávajú nepovšimnuté. V trepezlivosti s unaveným človekom, v ochote vypočuť si suseda, v pomoci staršiemu človeku či v schopnosti ospravedlniť sa, keď sme niekomu ublížili.

Najťažšie je však zachovať si dobrotu vo chvíľach, keď sa nám nedarí. Keď nás niekto sklame, keď čelíme nespravodlivosti alebo keď máme sami dosť vlastných starostí. Práve vtedy sa ukazuje, aké hodnoty skutočne nosíme v sebe. Byť slušný k niekomu, kto je k nám príjemný, nebýva náročné. Oveľa väčšiu vnútornú silu si vyžaduje zachovať si úctu aj voči človeku,

s ktorým nesúhlasíme. Veľkú zodpovednosť máme aj za svoje slová. Jedna neuvážena poznámka, klebeta či nespravodlivé odsúdenie dokážu narušiť vzťahy budované celé roky.

Naopak, jednoduché a úprimné povzbudenie, porozumenie či obyčajné „ďakujem“ môže niekomu zmeniť celý deň. V našich rodinách, na pracoviskách, v susedstvách aj v spoločnosti potrebujeme viac ochoty porozumieť a menej túžby za každú cenu presadiť svoj názor. Nemusíme so všetkými súhlasiť, aby sme si ich dokázali vážiť. A nemusíme vyriešiť všetky problémy sveta, aby sme mohli zlepšiť svet niekoho vo svojom okolí. Hodnota človeka sa totiž nemeria tým, koľko má, čo dokázal alebo aké postavenie zastáva. Oveľa viac o nás vypovedá to, ako sa správame k ľudom, od ktorých nič neočakávame.

Skúsme si preto v nadchádzajúcich dňoch položiť jednoduchú otázku: Komu môžem dnes urobiť život aspoň o trochu krajším? Pretože spoločnosť, v ktorej sa dobre žije, nevzniká iba vďaka veľkým rozhodnutiam. Vytvárame ju každý deň – svojimi slovami, postojmi a skutkami.

A možno práve obyčajná dobrota je tou najväčšou silou, ktorú máme všetci na dosah.

V záhrade sa postarajte o rastliny aj trávnik

Hoci už z hriadok zberáme poslednú úrodu, v záhrade nás čaká ešte veľa práce. O slovo sa hlásia dreviný, kvetinový i zeleninový záhon, ale aj trávnik.

Starostlivosť o trávnik

Aby sme sa vyhli plesniam, je dôležité na jeseň z trávniku priebežne vyhrabávať popadané lístie. Trávnik ešte pred zimou poslednýkrát pokoste a následne prevzdusňte. Prípadne ho môžete aj prihnojiť.

Náš tip:

Pokosenú trávu môžeme zapracovať do kompostu, prípadne ju môžeme použiť na mulčovanie záhonov, stromov a kríkov.

Postarajte sa o dreviný

Koncom októbra môžete ešte pristrihnúť živý plot a potom výdatne zalejte vodou všetky ihličnaté stromy, kríky a vždyzelené dreviný. Nezabudnite na orez ovocných stromov.

Upravte kvetinové záhony

Trávy nezrezávajújte, ale zviažte jednotlivé trsy v hornej časti do snopov. Zabráňte tak prenikaniu snehu dovnútra trsu a možnému vyhnitiu rastliny. Trvalky zostrihajte na výšku približne 5 až 7 cm, záhradníckymi nožnicami ostrihajte všetky suché včiate a listy. Zo záhonov tiež odstráňte letničky a vyplejte burinu. Citlivejšie rastliny, zabaľte do jutovej tkaniny a korene prikryte čecínou, prípadne nástiolkou zo suchého lístia.

Postarajte sa o rastliny v kvetináčoch

Našu pozornosť si zaslúžia aj rastliny, ktoré pestujeme v kvetináčoch. Najskôr ich premiestnime na miesto, kde je závetrie, najlepšie k stene domu. Aby sme rastliny ochránili pred mrazom, je dobré ich izolovať celé. Zospodu ich môžeme zabezpečiť tak, že kvetináče položíme na tabuľu polystyrénu a následne kvetináč aj samotnú rastlinu obalíme jutovinou, prípadne netkanou textíliou. Občas rastliny nezabudnite poliať – hodia sa na to dni, keď nemrzne.

Chráňte zeleninu

Ak ste sa rozhodli ponechať na záhonoch už vysadenú zeleninu, môžete ju prihnúť zeminou a prípadne zakryť netkanou textíliou. Takto môže prezimovať napríklad ružičkový kel, pór, petržlen, ale aj špargľa, pažitka či niektoré zimné odrody šalátov.

» ren



zdroj foto andreas160578 pixabay

Kolagén, ktorý si podmaňuje zdravie aj krásu naraz!

V posledných rokoch sa o kolagéne hovorí stále častejšie. Celosvetové štúdie preukázali, že správne užívanie kolagénu pomáha pri súvislosti so starnutím a pohybovými problémami.

Kolagén je bielkovina, ktorú tvorí skladba 19 aminokyselín prospešných pre ľudský metabolizmus a jeho správne fungovanie. Tieto bielkoviny sú dôležitým stavebným prvkom.

Ľudské telo si už od útleho veku dokáže kolagén vytvárať samo a však pribúdaním veku je tvorba tejto bielkoviny v našom tele stále slabšia a slabšia. Bolo preukázané, že už pri dosiahnutí 18 roka života je vo väčšine prípadov tvorba vlastného kolagénu takmer nulová. Každý metabolizmus si dokáže robiť zásoby kolagénu, ktoré sa však vstrebávajú u každého jedince rôzne a podľa toho sa odvíja zásoba kolagénu a s tým spojené vyživovanie pohybového aparátu a pokožky. V dnešnej dobe existujú formy kolagénu, ktoré si vieme načerpať užívaním rôznych výživových doplnkov s obsahom kolagénu.

Rybí a hovädzí kolagén sú veľmi dôležitým stavebným prvkom v oblasti zdravej kĺbovej výživy, podpory správneho fungovania pohybového aparátu, zdravej pokožky, krásnych vlasov a silných nechťov.

Hovädzí kolagén tvorí 2 typy kolagénu a to I a II, tieto kolagény sú neoddeliteľnou súčasťou v raste, obnove a rekonvalescencii kostí, šliach, väzov a kože. Pri dennom



užívaní predpísaných dávok dostáva naše telo skrz hovädzí kolagén veľké množstvo aminokyselín potrebných na regeneráciu tkanív. Hovädzí kolagén je pomocníkom pri bolestiach kĺbov, po úrazoch, problémoch s pohybovým aparátom, bolestiach a pri reumatických ťažkostiach.

Rybí kolagén tvorí kolagén typu I, tento druh kolagénu obsahuje podobné množstvo aminokyselín ako hovädzí kolagén a však v menšom množstve. Zdrojom hydrolizácie kolagénu z rýb sú šupiny a koža. Tento typ kolagénu je bohatý na aminokyselinu „hydroxyprolín“, ktorá je

základným prvkom pokožky, ciev a tkanív. Rybí kolagén má blahodárne účinky v boji proti vráskam, zvyšuje pružnosť a elasticitu pokožky a podporuje antioxidanty organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známk starnutia.

Medika Expert priniesla na trh formu kolagénov, v ktorých sú obsiahnuté zložky v navýšených denných dávkach. Denná dávka kolagénu forte 2 v 1 obsahuje až 6 800 mg kolagénu s pridaným vitamínom C. Denná dávka hovädzieho kolagénu forte obsahuje až 8 000 mg kolagénu s pridaným MSM Opti+.

text: Medika Expert

MEDIKA
EXPERT

Objednávajte
teraz:

www.medikaexpert.sk

Alebo volajte:
0904 552 345

Oplatí sa!



Internet za 0€ na dva roky

Presne toľko stojí internet pre žiakov základných a stredných škôl, ktorí pochádzajú z domácností **v hmotnej núdzi**, alebo majú **špeciálne výchovno-vzdelávacie potreby**.

Onlinežiak

480 € na internet
hradených poukazom

30 Mb/s minimálna
garantovaná rýchlosť

Inštalácia modemu/
routera v cene

Overte si podmienky
a zaregistrujte sa
na onlineziak.sk



Spolufinancovaný
Európskou uniou



PROGRAM
SLOVENSKO



MINISTERSTVO
INVESTÍCIÍ, REGIONÁLNEHO ROZVOJA
A INFORMATIZÁCIE
SLOVENSKEJ REPUBLIKY

Starobylá gajdičiarska tradícia

Medzi významné prvky nášho nehmotného kultúrneho dedičstva patrí tiež starobylá gajdičiarska tradícia, pričom gajdica patrí do skupiny takzvaných jazýčkových aerofónov, a teda v rámci slovenského inštrumentára do skupiny, kam sa radia aj všetky typy gájd. Dôvodom je rovnaký princíp tvorby tónu a aj herná prax. Gajdica tak plnohodnotne patrí do široko rozvinutej gajdošskej tradície na Slovensku.

Ide o sedemdiernový cylindrický nástroj klarinetového typu, ktorý využíva jeden plátok - jazýček. Vyrába sa vŕtaním do dreva liesky, bazy alebo javora a jeho dĺžka dosahuje 35 – 45 cm. Jeho telo tvoria tri časti: pískadlo perdzavka, melodická píšťala gajdica a kravský roh ruh. Na melodické píšťale je zvrchu vyrezaných šesť otvorov, siedmy sa nachádza na zadnej strane. Hlas nástroja je mimoriadne prenikavý, sýty a jeho prirodzené ladenie najmä v minulosti významne ovplyvňovalo aj spevný prejav hráčov.

Na existencii a zachovaní gajdice a jej hudobno-štýlového prejavu mali, a dodnes majú, veľký podiel gajdičiari regiónu Horného Šariša. Pôvod, hlbšia história a územné rozšírenie tohto nástroja nie sú dostatočne známe, no najstaršie zmienky o ňom siahajú k prelomu 19. a 20. storočia do obcí Kamenica a Lúčka-Potoky dnes okres Sabinov. Odtiaľ sa gajdica postupne rozšírila do ďalších obcí hornotyrského regiónu, v ktorých existovala pastierska tradícia.

Najvýraznejším a najstarším známym

gajdičiarom bol Andrej Mizerák (1897 – 1977) z obce Lúčka-Potoky, ktorý po celý život prispieval k uchovávaniu a propagácii gajdice a významne prispel aj k výchove ďalších hráčov na tento nástroj. Základom herného repertoáru tohto nástroja sú pastierske piesne, samostatné inštrumentálne melódie a signály. Významný je aj segment tanečných melódií odzemkového typu, no najvýraznejšie sa gajdica spája s hudobným sprievodom k jedinečnému tancu pastierskej kultúry s názvom Ofči zdich. Starobylá gajdičiarska tradícia prirodzene podlieha inovácii: jedna z najvýraznejších patrí Alexandrovi Gernátovi, ktorý v roku 1976 vyrobil z jednoduchej gajdice takzvanú dvojgajdicu, štýlovo aj esteticky zapadajúcu do filozofie gajdičiarskej hry. Unikátnosť gajdice, jej inšpiratívnosť a životaschopnosť dokazuje rozširujúci sa okruh gajdičiarov, ktorí dnes prezentujú tento nástroj a jeho hudobnú kultúru na folklórnej scéne.

Informácie a foto poskytlo Centrum pre tradičnú ľudovú kultúru pri SLUK-u
[/https://www.ludovakultura.sk](https://www.ludovakultura.sk)

» [ren](#)



Gajdičiar Andrej Kasina pri hre na gajdici
/2020/ Jano Štovka

Nové centrum Vodojem láka na vyhliadku aj umenie

Spišská Nová Ves má novú dominantu. V uplynulých dňoch tam otvorili Multifunkčné centrum Vodojem, ktoré v historickej vodárenskej veži prepája históriu s umením a ponúka panoramatické výhľady. Stavba prešla rozsiahlou premenou s využitím ekologických materiálov. Návštevníkom odteraz slúži ako atraktívny kultúrno-turistický priestor, kde sa vzdelávanie snúbi s oddychom.

V interiéri veže sa nachádza interaktívna expozícia železníc, približujúca dopravné a technické inovácie v regióne. Ďalšie priestory sú vyhradené pre kultúrne podujatia a prezentáciu umelcov zo Spiša. Lákadlom zrekonštruovanej veže je vrcholová vyhliadka, odkiaľ turisti cez ďalekohľady objavujú okolie. Súčasťou revitalizácie bola aj úprava a zveladenie bezprostredného okolia Vodárenskej veže, ktoré vytvára príjemné a reprezentatívne prostredie pre návštevníkov.

Dvere pre verejnosť sú otvorené od pondelka do štvrtka medzi 8.00 a 17.00, v piatky a soboty si atmosféru vychutnáte až do 22.00 a v nedeľu je otvorené od 10.00 do 19.00 hodiny.

„Vodárenská veža je súčasťou Spišskej Novej Vsi už desaťročia a teraz dostáva nový život. Aj zdanlivo obyčajný vodojem sa tak možno stane miestom, kam budú východniari radi prichádzať za históriou, zážitkami aj krásnymi

výhľadmi na Spiš,“ uviedol predseda Košického samosprávneho kraja Rastislav Trnka.

„Naším cieľom bolo nielen zachrániť toto vzácne technické dedičstvo, ale dať mu úplne nový, zmysluplný život a sprístupniť ho verejnosti. Vytvorili sme priestor, ktorý spája vzdelávanie, kultúru a moderný zážitok pod jednou strechou. Verím, že táto interaktívna forma pamiatky zaujme nielen fanúšikov histórie, ale pritiahne aj rodiny s deťmi,“ uviedol Jozef Hlinka.

„Spišská Nová Ves a okolie ponúkajú množstvo krás. Kto chce Spiš naozaj spoznať, mal by sa naň pozrieť z rôznych uhlov, a Vodojem ponúka jeden z najkrajších. Jeho návštevu určite odporúčam spojiť s prechádzkou po meste s najvyššou kostolnou vežou, návštevou Zoologickej záhrady alebo výletom do blízkeho Národného parku Slovenský raj, kde na vás čaká napríklad ikonický Tomášovský výhľad,“ poznamenala riaditeľka Košice Región Turizmus Lenka Vargová Jurková.

» [ren](#)



zdroj foto Košice Región Turizmus

Oplatí sa!

TOP
NAJLEPŠIE PONUKY
NAJBLIŽŠIE K ĽUDOM

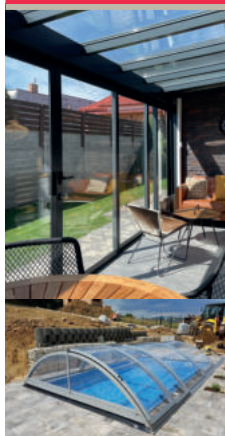
GS
EUROTHERM
MONT



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



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

0800 162 162

www.stannah.sk

ABA
INNOVATOR

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

**zastavenie
sadania budov**

SPÄTNÉ ZDVIHNUTIE PODLÁH

ČISTO, RÝCHLO a bez BÚRANIA



TOP INJECT

stabilizujeme základovú pôdu
zastavíme sadanie budov
injektážou syntetickej živice

PRACUJEME PO CELOM SLOVENSKU

0918 726 754

sk.abainnovator.com

VÝHODNÝ POBYT
so štátnou dotáciou
už od 273.- EUR / 1 neprac. dôchodca
na 6 dní / 5 nocí

Cena zahŕňa:
* 5 x pohodlné ubytovanie,
* 5 x plnú penziu,
* 1 x celodenný výlet
a folklórne vystúpenie.

Voľné termíny:
9.11 – 14.11
16.11 – 21.11
23.11 – 28.11.26

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



EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANOU TECHNOLÓGIU

**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
prác do 31.10.

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



**PRACOVNÉ
ODEVY A OBUV**

PRE ZDRAVOTNÍCTVO,
GASTRO AJ PRIEMYSEL.

Navštívte našu
predajňu v Košiciach.

Rastislavova 68,
040 01 Košice

www.abtex.sk

GRATIS
DODANIE
DOPRAVA
DO DOMA