

Platí od 28. 11. do 4. 12. 2024*



coop Jednota Tempo SUPERMARKET



SKVELÁ
CENA



129



Tradičná kvalita
Smotana trvanlivá
na varenie 500 ml
jednotková cena 2,58 EUR/l

*Najnižšia cena tovarov za posledných 30 dní je uvedená v predajniach a môže byť označená piktogramom



Široká ponuka
chutných potravín



zľava **28%**
1,99

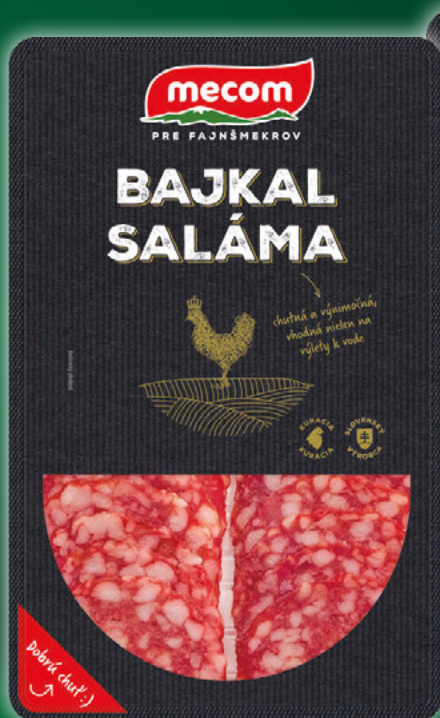
Zlatá kuracia polievková zmes
chladená 1 kg
jednotková cena 1,99 EUR/kg
Balená v ochrannej atmosfére
Ilustračné foto



PREMIUM
Gazdovská klobása 100 g
jednotková cena 8,50 EUR/kg

SKVELÁ CENA

0,85



zľava **35%**
109



Bajkal saláma 75 g
 Flamenco saláma 75 g
 jednotková cena 14,53 EUR/kg



zľava **38%**
159



Tekov Delakto plátky 2 druhy 100 g
 jednotková cena 15,90 EUR/kg

**Zottarella
Protein Sticks**
4 x 21 g 1 bal.
jednotková cena 14,17 EUR/kg

zľava **40%**
119



**Zottarella
protein 125 g**
jednotková cena 7,12 EUR/kg

zľava **40%**
089



Skyr
kyslo mliečny výrobok
2 druhy 130 g
jednotková cena 4,54 EUR/kg

zľava **33%**
059



zľava **46%**
045

Fantasia tyčinka
2 druhy 27 g
jednotková cena 16,67 EUR/kg



zľava **40%**
039

**Bagel luhovaný
so sezamom 60 g**
jednotková cena 6,50 EUR/kg



zľava **53%**
035

**Mini šiška s náplňou
2 druhy 25 g**
jednotková cena 14,00 EUR/kg

Splníme vám vianočné
práničie...

APPKÁČI
VYHRÁVAJÚ
2x!

PRE VIAC VÝHIER SI
STIAHNITE APPKU
COOP JEDNOTA KLUB



3x
Kia
Sportage



Nákup v cene
100 eur

714x

Nákup v cene
350 eur

306x



Kto ospevuje Vianoce ako čas splnených prání, má pravdu! Ak si ako vianočný darček želáte nové auto, môžete ho od nás dostať. Stačí nakúpiť aspoň za 25 € a ste v hre o tri rodinné autá a stovky nákupov. Súťaž trvá od 28. 11. do 31. 12. 2024. Viac informácií na www.coopklub.sk.

coop
JEDNOTA
Najlepšie domáce potraviny

MOTOR
CAR

Vitana

GEMERKA
OD SLOVENSKÉHO ORAZU

POMBAR

Nestlé

SEMTEX
ENERGY

BiRELL

Brumík

Biova

BRANČEL

Popradský
PIGI
ČAJ



PREMIUM
Kakaový puding s polevou
s vanilkovou arómou 4 x 125 g 1 bal.
 jednotková cena 1,98 EUR/kg

zľava **20%**
0,99





**SKVELÁ
CENA** 
449

**Kinder
Schoko-Bons 300 g**
jednotková cena 14,97 EUR/kg



zľava **30%**
069

Haribo Turtle Land veggie 80 g
jednotková cena 8,63 EUR/kg



zľava **35%**
159

Physalis 100 g 1 bal.
jednotková cena 15,90 EUR/kg
Ilustračné foto



zľava **30%**
079

Granátové jablko 1 ks
Ilustračné foto



SLANÝ KOLÁČ S MEDVEDÍM CESNAKOM A PEČENÝMI PAPRIKAMI

Ingrediencie:

8 červených papriek
3 PL olivového oleja Tradičná kvalita
100 g medvedieho cesnaku
1 čili paprička
1 citrón ZELOVOC
400 g ovčieho syra

3 vajcia Coop PREMIUM
3 PL masla Tradičná kvalita
2 pláty lístkového cesta
Mamičkine dobroty
4 PL balsamico octu
sol'

Postup:

Rúru vyhrejeme na 220 °C. Papriky prekrojíme po dĺžke na štvrtky, odstránime stopky a umyjeme. Poukladáme šupkou hore na plech vystlaný papierom na pečenie a potrieme ich olivovým olejom. Pečieme 12 minút. Vyberieme ich a teplotu znížime na 170 °C. Kým sa pečú papriky, listy medvedieho cesnaku umyjeme a osušíme. Čili papričku umyjeme, osušíme a nakrájame aj so semiačkami na drobno. Ovčí syr rozmrvieme. Do misy dáme medvedí cesnak, čili papričku, syr, citrónovú kôru a šťavu. Pridáme vajcia a ručným mixérom rozmixujeme na jemné pyrú. Pláty lístkového cesta spojíme do jedného a vyvalkáme. V malom hrnci roztopíme maslo a plát lístkového cesta ním potrieme. Uložíme do formy vymastenej maslom. Listy medvedieho cesnaku poukladáme na cesto a zalejeme syrovou zmesou. Koláč vložíme do rúry a pečieme asi 35 minút. Na hotový koláč dáme upečené papriky a zvyšok listov medvedieho cesnaku.



zľava **40%**

239

Paprika červená kapia voľná 1 kg

jednotková cena

2,39 EUR/kg

Ilustračné foto



Mnoho ďalších inšpirácií nájdete na
www.netradicnerecepty.sk

zľava **25%**
239



Vegan omáčka
2 druhy 270 g
 jednotková cena 8,85 EUR/kg



Hellmann's omáčka 2 druhy
 od 250 g do 255 g
 jednotková cena
 od 7,80 EUR/kg
 do 7,96 EUR/kg

SKVELÁ CENA

199



**SKVELÁ
CENA**



**Calvo
tuniakový šalát
2 druhy 150 g**

jednotková cena 9,93 EUR/kg

149

zľava **30%**
159

**Hrášok s mrkvou
v slanom náleve 510 g**
pevný podiel 290 g
jednotková cena 5,48 EUR/kg



**SKVELÁ
CENA** 

059

Kubík Desiata
2 druhy 100 g
jednotková cena
5,90 EUR/kg



Med včelí agátový 950 g
jednotková cena 8,41 EUR/kg

zľava **34%**

799



zľava **12%**
139



PREMIUM
Cookies s belgickou čokoládou 150 g
jednotková cena 9,27 EUR/kg



SKVELÁ CENA

299

Mysli Emco 2 druhy 500 g
jednotková cena 5,98 EUR/kg



bez lepku

zľava **34%**

239

Schär Wild biscuits
bezgluténové sušienky 115 g
jednotková cena 20,78 EUR/kg



**SKVELÁ
CENA**



025



Tatranky
celomáčané oblátky
2 druhy 30 g
jednotková cena 8,33 EUR/kg



**SKVELÁ
CENA** 

Teekanne Collection
ovocno-bylinný čaj
2 druhy od 66,25 g do 72,5 g
jednotková cena od 41,24 EUR/kg do 45,13 EUR/kg

299



zriadte si kartu cez appku
alebo na www.coopklub.sk



využívajte e-doklad
a mobilnú aplikáciu



nakupujte a použite
vernostnú kartu



získajte zľavu
2x do roka



coop
JEDNOTA

Najlepšie domáce potraviny



UPLATNITE SI ZĽAVU Z NÁKUPOV ZA 1. POLROK 2024

OD 31. 10.
DO 31. 12.
2024

Verní zákazníci, ktorí si v čase od 1. 1. do 30. 6. 2024 evidovali nákupy na vernostnú kartu, si môžu uplatniť zľavu formou odpočtu z ďalšieho nákupu. Výšku zľavy sa dozvedia na www.coopklub.sk alebo v mobilnej aplikácii COOP Jednota Klub u svojom zákazníckom konte.

V prípade, ak si držiteľ vernostnej karty zľavu za 1. polrok 2024 neuplatní v stanovenom termíne do 31. 12. 2024, pripočíta sa mu k zľave za 2. polrok 2024.

Výhody získate aj u našich externých partnerov:





**SKVELÁ
CENA** 

559


Birell 8 x 0,5 l 1 bal.
jednotková cena 1,40 EUR/l
+ záloh za obal 8 x 0,15 €

Represent
Elixir 5YO black 38% 0,7 l
jednotková cena 14,27 EUR/l

zľava **28%**
999



I Heart Prosecco
Frizzante Screwcap 0,75 l
jednotková cena 5,99 EUR/l

zľava **30%**
449



**Originál Kosher
Spišská Borovička**

40% 0,7l

jednotková cena

15,70 EUR/l

**SKVELÁ
CENA**



1099





**SKVELÁ
CENA**



199

**Vileda Actifibre
handrička
z mikrovlákien 1 ks
rozmer 29 x 29 cm**

1.



2.



Dove
Advanced Care Winter
 1. sprchovací gél 225 ml
 jednotková cena 14,62 EUR/l
 2. antiperspirant 150 ml
 jednotková cena 21,93 EUR/l

SKVELÁ CENA 

329

SKVELÁ CENA 

749

AXE Dark Temptation
kozmetický balíček 1 bal.
 Balíček obsahuje: dezodorant 150 ml,
 sprchovací gél 250 ml



AKO PREŽIŤ ZIMU

Chladné mesiace sú tu a s nimi často prichádzajú aj prechladnutia, chrípky a úbytok energie. Ak chcete prežiť zimu bez zdravotných problémov, je dôležité starať sa o svoje telo, posilniť imunitu a prispôbiť sezónne svoje stravovanie aj obliekanie.

láciu, zvyšuje **odolnosť proti stresu** a najmä **posilňuje imunitný systém**, čím sa znižuje pravdepodobnosť ochorenia počas zimného obdobia.

AKO NA POCITY CHLADU A ZIMY?

Vrstvite: Základom je správne obliekanie vo viacerých vrstvách. Vrstvenie umožňuje vytvoriť izoláciu a prispôbiť sa meniacim sa podmienkam, či už ste vonku, alebo vnútri.

Hydratácia a pohyb aj v zime: Mnohí v zime zanedbávajú pitný režim, pretože nepocítujú smäd tak intenzívne ako v lete. Hydratácia je však rovnako dôležitá aj v chladnom období. Teplé nápoje ako bylinné čaje, zázvorový čaj s citrónom či vývary sú skvelým spôsobom, ako zostať hydratovaní a zároveň zohriať telo zvnútra. Zázvor navyše pôsobí protizápalovo a podporuje imunitu.

Aj keď je lákavé zostať počas zimy v teple domova, pravidelný pohyb a pobyt na čerstvom vzduchu sú dôležité pre zdravie. Aj krátka prechádzka v prírode pomáha okysličiť organizmus, zlepšiť cirkuláciu krvi a posilniť imunitný systém. Ak sa však rozhodnete cvičiť vonku, nezabúdajte na správne oblečenie, aby ste sa vyhli podchladeniu.

Sauna a otužovanie: Sú to vynikajúce spôsoby, ako posilniť imunitu a pripraviť telo na zimu. Sauna podporuje prekrvenie tela a pomáha rozširovať cievy, čo prispieva k lepšej cirkulácii krvi. Pri potení sa z tela vyplavujú toxíny a zároveň sa posilňuje imunitný systém zvýšenou produkciou bielych krviniek, ktoré sú zodpovedné za boj proti infekciám. Pravidelné saunovanie zlepšuje termoregulačné schopnosti tela, čo znamená, že vaše telo bude lepšie zvládať chladné podmienky. **Otužovanie** pôsobí podobne, no s priamym vystavením tela chladu. Postupné otužovanie, či už vo forme studených spŕch, alebo plávania v studenej vode, trénuje organizmus na rýchlejšiu adaptáciu na zmeny teploty. Tým sa posilňuje kardiovaskulárny systém, zlepšuje sa schopnosť ciev reagovať na teplotné zmeny a zvyšuje sa odolnosť proti prechladnutiam a vírusovým infekciám. Kombinácia sauny a otužovania podporuje **termoregu-**

lačte termobielizňou, ktorá odvádza vlhkosť, pokračujte teplou strednou vrstvou (napr. z flísu), a na záver bundou alebo kabátom, ktorý vás ochráni pred vonkajšími vplyvmi. Nezabúdajte na teplé ponožky, šál, rukavice a čiapku, keďže najviac tepla uniká cez hlavu.

A aké materiály nosiť?

Na zimu sú najvhodnejšie materiály, ktoré udržiavajú teplo a zároveň odvádzajú vlhkosť.

Merino vlna je skvelá na základnú vrstvu, pretože je priedušná, reguluje teplotu a neabsorbuje zápach. **Vlna** vo všeobecnosti vrátane hrubších druhov je výborná na strednú vrstvu, pretože poskytuje výbornú izoláciu aj vo vlhkom prostredí. **Flís** je ďalšou skvelou voľbou na strednú vrstvu, pretože je ľahký, teplý a rýchlo schne. **Páperie** je ideálne na izoláciu v extrémnom chlade, zatiaľ čo **goratex** a iné membránové materiály sú najlepšie na vrchnú vrstvu, pretože chránia pred vetrom a dažďom a sú priedušné. **Softshell** je vhodný na aktívne činnosti, kde potrebujete pohyblivosť. Vyhnúť by ste sa mali **bavline**, ktorá absorbuje vlhkosť a udržiava ju pri tele, čo vedie k pocitu chladu. Takisto sa snažte vyhnúť polyesteru, ktorý síce dokáže odvádzať vlhkosť, ale neheje a nie je priedušný.

Teplé nápoje: Čaje, vývary alebo horúca čokoláda pomáhajú nielen zohriať telo zvnútra, ale aj zvýšiť cirkuláciu krvi.



Viac sa dočítate tu

V KUCHYNI BUDETE FRAJER

coop
JEDNOTA

Najlepšie domáce potraviny

TÁTO LIMITOVANÁ PONUKA PLATÍ DO 31. 12. 2024, NELEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB.

ZĽAVA
50%
PRI NÁKUPE
NAD 25 EUR

CENA
PO ZĽAVE
52 EUR
104,00 EUR



TEPLOVZDUŠNÁ
FRITEZA

CENA
PO ZĽAVE
29,95 EUR
59,90 EUR



CENA
PO ZĽAVE
48 EUR
96 EUR

RÝŽOVAR



CENA
PO ZĽAVE
33 EUR
66 EUR

HANVICA



HRIANKOVAČ



CENA
PO ZĽAVE
37 EUR
74 EUR

TYČOVÝ
MIKÉR



CENA
PO ZĽAVE
96 EUR
192 EUR

INTELIGENTNÝ GRIL

Pripravili sme pre vás chutné zľavy na užitočné kuchynské spotrebiče. Nakúpte u nás aspoň za 25 eur a budete ich mať za polovicu pôvodnej ceny! V ponuke je okrem iného aj teplotvzdušná fritéza zvaná air-fryer, ktorú v kuchyni používa každý správny frajer! www.coop.sk

Tefal



Zoznam inzerentov: Titulná strana: COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo, **2. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo; HYZA, a. s., **3. strana:** MECOM GROUP, s. r. o.; LEVICKÉ MLIEKÁRNE, a. s., **4. strana:** ZOTT s. r. o., **5. strana:** ACCOM Slovakia s. r. o.; Danone s. r. o., **6. strana:** Bidfood Slovakia s. r. o.; PPM LOGISTIC s. r. o., **7. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo, **8. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo, **9. strana:** Ferrero Česká s. r. o.; HARIBO SK, s. r. o., **10. strana:** HORTIM – SK, s. r. o.; HORTI, s. r. o.; Ing. Jozef Horváth – RAMAS; TEKOO Slovakia, s. r. o., **11. strana:** HORTIM – SK, s. r. o.; HORTI, s. r. o.; Ing. Jozef Horváth – RAMAS, **12. strana:** Ryba Žilina, spol. s r. o.; Unilever Slovensko, spol. s r. o., **13. strana:** TRANSTRADÉ s. r. o.; Orkla Foods Slovensko s. r. o., **14. strana:** Maspex Slovakia Trade s. r. o.; Ing. Peter Kudláč – APIMED, **15. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo; Emco Slovensko spol. s r. o., **16. strana:** McCarter a. s.; I.D.C. Holding, a. s., **17. strana:** TEEKANNE, s. r. o., **18. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo, **19. strana:** Plzeňský Prazdroj Slovensko, a. s., **20. strana:** Gurlex, s. r. o.; HUBERT J.E., s. r. o., **21. strana:** Gurlex, s. r. o., **22. strana:** Freudenberg Home and Cleaning Solutions s. r. o., **23. strana:** Unilever Slovensko, spol. s r. o., **24. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo, **25. strana:** COOP Jednota Slovensko, spotrebné družstvo

Textová inzercia: ACCOM Slovakia s.r.o.; ADANO, s.r.o.; AGRO TAMI, a.s.; AGROKARPATY, s.r.o. Plavnica; ANDACO, s.r.o.; AVEPHARMA, s.r.o.; B.M.Kávoviny, spol. s r.o.; BALTAXIA s.r.o.; Berto Trade s.r.o.; Bidfood Slovakia s. r. o.; BOCHVILL, spol. s r.o.; BONAVITA SERVIS spol. s r.o.; Bryndziareň a syrárň, s.r.o.; CALENDULA, a.s.; CELLTEX s.r.o.; CIMBALÁK s.r.o.; COOP JLC, a.s.; Danone s.r.o.; DL Lauko, s.r.o.; DOBROTA, a.s.; DRU a.s.; DUKACSO TRADE, spol. s r.o.; Ed. Haas SK, s.r.o.; ENCINGER SK s. r. o.; FOR-TRABE, s.r.o.; Gemermilk rs, s.r.o.; GGT a.s.; GORAL, spol. s r.o.; Herba Drug Trade s.r.o.; HERBEX spol. s r.o.; HORTI s.r.o.; HORTIM - SK s.r.o.; HSH spoločnosť s ručením obmedzeným; HYZA a.s.; CHOCOLAND a.s.; I.D.C. Holding, a.s.; Ing. Peter Kudláč - APIMED; JAV - AKC, s.r.o.; JS trade Slovakia, spol. s r.o.; KL Logistic Service spol. s r.o.; KOLIBA Trade, s.r.o.; KRUP s.r.o.; Lactalis Slovakia, s.r.o.; LEVICKÉ MLIEKARNE a.s.; LINEA Slovensko, spol. s r.o.; LUMARKT, s.r.o.; M ä s p o m a spol. s r.o.; Mapa Spontex CE s.r.o.; Maspex Slovakia Trade s.r.o.; Mattes Slovakia, spol.s.r.o.; McCarter a.s.; MECOM GROUP s.r.o.; MEGGLE Slovakia s. r. o.; MILSY a.s.; MINERÁLNE VODY a.s.; Mlyn Kolárovo, a.s.; Mlyn Pohronský Ruskov, a.s.; MORAVEC KVALITNÍ PONOŽKY s.r.o.; MORAVOSEED SLOVAKIA, s.r.o.; MPC CESSI a.s.; NAMEX, s.r.o.; NEALKO ORAVAN, spol. s r.o.; NIKA, s.r.o.; NOVOFRICT SK, s.r.o.; OPTIMA, a.s.; Orkla Foods Slovensko s. r. o.; Orkla Foods Fresh Slovensko s. r. o.; PALMA a.s.; Partner in Pet Food SK s.r.o.; Pečivárň Lipt.Hrádok, s.r.o.; PENAM SLOVAKIA, a.s.; Pivovar STEIGER a.s.; PODVIHORLÁTSKÉ PEKÁRNE A CUKRÁRNE a.s.; POLABSKÉ MLÉKARNY a.s.; Poľnohospodárske družstvo Trsteník; Proxyma, s.r.o.; RISO - R, s.r.o.; Ryba Žilina, spol. s r.o.; Savencia Fromage & Dairy SK, a.s.; SHP Harmanec, a.s.; SITIL BOHEMIA, s.r.o.; SOLNOBANSKÁ, akciová spoločnosť; ST.NICOLAUS-trade, a.s.; SWEETTY ICE, s.r.o.; Syrárň Bel Slovensko a.s.; TATRACHEMA, výrobné družstvo Trnava; TATRAKON spol. s r.o.; Tatranská mliekareň a.s.; TAURIS, a.s.; TEKMAR SLOVENSKO, s.r.o.; THYMOS, spol. s r.o.; TOMATA s.r.o.; ÚSOVSKO SK, s.r.o.; VEPY, spol. s r.o.; VEST spol. s r.o.; Vinárske závody Topoľčianky, s.r.o.; VITAR SLOVAKIA, spol. s r.o.; ZLOM TRADE s.r.o.; ZOTT s.r.o.; Zvolenská mliekareň s.r.o.



Perun

Biova



Reklamný partner:



HARMONY



Symbol vyjadruje pôvod poľnohospodárskych produktov a potravín v Slovenskej republike v zmysle zákona č. 152/1995 Z.z. o potravinách v platnom znení v spojení s vyhláškou MPA RV SR č. 163/2014 Z.z. o podmienkach používania dobrovoľného označovania poľnohospodárskych produktov a potravín na účely informovania spotrebiteľa.



Používajte biocídne výrobky bezpečne. Pred použitím si prečítajte údaje na obale a pripojené informácie o výrobku.

**TENTO PROPAGAČNÝ LETÁK OBSAHUJE 34%-NÝ
PODIEL POTRAVÍN VYROBENÝCH NA SLOVENSKU.**