

KOMÁRŇANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 16 450 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk


Novozámocká cesta, Komárno

0905 917 238

www.stkok.sk

Rezervujte si termín
Foglaljon időpontot



- » STREŠNÉ KRYTINY
- » STAVEBNÉ REZIVO
- » ODKVAPKOVÉ SYSTÉMY
- » OSB DOSKY
- » STREŠNÉ OKNÁ
- » TATRANSKÝ PROFIL
- » IZOLAČNÉ MATERIÁLY



STRECHY na kľúč

www.strecha.ws tel.: +421 951 444 444

Ja som chytil loptu,
oni chytili mňa!

ODPORUČA

NOVOTA JÁN

ARRI, s.r.o.

Budovateľská 890/20, Okoč

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%

- chemická injekcia

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331



Čítajte nás:

www.cujte.sk

6. augusta 1737

Výročia a udalosti

v Banskej Štiavnici bola založená banská škola.



REGIONPRESS

AJ O VAŠEJ PREDAJNI MÔŽE VEDIEŤ CELÉ KOMÁRNO!

KONTAKTUJTE NÁS:

Alena Valášeková

valasekova@regionpress.sk

0910 455 919

Daniela Rezáková

rezakova@regionpress.sk

0910 569 093

INZERÁT,
KTORÝ PREDÁVA


www.regionpress.sk

SPRÁVNY KROK PRE VAŠU REKLAMU

KOMÁRŇANSKO

Redakcia:
komarnansko@regionpress.sk

REGIONPRESS
Vydavateľ:
REGIONPRESS, s.r.o.
Pekárska 7489/40A, 917 01 Trnava
IČO: 36252417
reg. MKSR EV 3676/09

INZERCIA

Veronika Baumajsterová 0910 851 307
baumajsterova@regionpress.sk
Alena Valašková 0910 455 919
valasekova@regionpress.sk
Daniela Rezáková 0910 569 093
rezakova@regionpress.sk

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

Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (16 450 domácností)

Každý týždeň:
Kolárovo, Komárno, Bohatá, Hurbanovo



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	97240	Bratislavsko Východ
BZ	106540	Bratislavsko Západ
DS	34320	Dunajskostredsko
GA	34390	Galantsko+Šaliansko
HC	30330	Hlohovecko+Sereďsko
KM	16450	Komárňansko
LV	30580	Levicko
MA	29680	Malacko
NR	54170	Nitriansko
NZ	35050	Novozámocko
PK	22970	Pezinsko
PN	41870	Piešťansko+NM+MY
SC	35420	Senecko
SE	36750	Senicko+Skalicko
TO	41930	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59870	Trenčiansko+DCA+HL
TT	49930	Trnavsko
ZM	20930	Zlatomoravsko
Stredné Slovensko		
BB	56200	Banskobystricko+BR
KY	29300	Kysucko=CA+KM
LI	37270	Liptovsko=LM+RK
LC	30860	Lučenecko+VK+PT
MT	38570	Martinskovo+TR
OR	34980	Oravsko=DK+NO+TS
PB	33590	Považsko=PB+PU
PD	40150	Prievidsko
ZV	38400	Zvolensko+DT+KA
ZH	26880	Zharsko+ZC+BS
ZA	50780	Zilinskovo+BY
Východné Slovensko		
BJ	37210	Bardajevsko+SK+SP
GE	30830	Gemerisko=RV+RS+RA
HU	27190	Humensko=VT+SV+ML
KE	92130	Košicko
KS	24900	Košicko okolie
SL	12940	Ľubovniansko
MI	31260	Michalovsko+TV+SO
PP	41520	Popradsko+KK
PO	49940	Prešovsko+SB
SN	32540	Spišsko+LE+GL

Pozrime sa na svet z výšky

V posledných rokoch vyrástlo na Slovensku rozhladní ako húb po daždi a všetky majú jedno spoločné. Poskytujú nám jedinečnú príležitosť pozrieť sa na svet okolo nás z celkom inej perspektívy.

Ak vás cesty počas leta zavedú do okolia Novej Bane, isto si naplánujte vychádzku k rozhladni Háji. Stojí na mieste bývalého kameňolomu a pri pohľade z jej veže je vidieť aj Slovenskú bránu, teda priestor pri Hronskom Beňadiku, kde sa končí pásмо sopečných pohorí a Hron sa dostáva na Podunajskú nížinu. Za veľmi dobrej viditeľnosti je možné zahliadnuť dokonca aj baziľiku až v maďarskom Ostrihome.

V pohorí Považský Inovec severne od obce Nitrianska Blatnica sa zasa týči vrch Marhát a na jeho vrchole sa nachádza sedemnásť metrov vysoká rozhladňa. Ponúka pôsobivý výhľad na tri samosprávne kraje - Nitriansky, Trnavský a Bratislavský.

Na Devínskej Kobyle v Bratislave vás prekvapí rozhladňa s netradičným tvarom pripomínajúcim hmyz. Ak budete mať šťastie na priaznivé podmienky, môžete si dopriať výhľady na Viedeň a Alpy, ale aj Zobor pri Nitre.

Nad obcou Veľké Teriakovce vyrástla takmer sedemnásť metrov vysoká rozhladňa Maginhrad, z ktorej môžete vzhliadnuť aj Kráľovu hoľu.

Na území Lesoparku mesta Košice sa nachádza vyhlídková veža ponúkajúca panoramatický pohľad na mesto. Týči sa na vrchole kopca, kde v minulosti stával stredoveký hrad.

No a uprostred viníc malebnej obce Malá Tŕňa v tokajskej vinohradníckej oblasti zasa vyrástla turistická rozhladňa, ktorá už z diaľky zaujme svojím nevšedným architektonickým riešením v tvare vínného suda. Jej vyhlídková plošina poskytuje krásne pohľady na celý tokajský región.

V rozličných kútoch našej vlasti nájdeme mnoho ďalších zaujímavých rozhladní či vyhlídkových veží. Snáď vás ocutnávkva v podobe tých vyššie uvedených inšpirovala a doprajete si aj vy výhľady, vďaka ktorým spoznáte Slovensko trochu inak.



» Renáta Kopáčová, redaktorka

4. augusta 1863

v Turčianskom Svätom Martine sa uskutočnilo **prvé valné zhromaždenie Matice slovenskej.**

Výročia a udalosti

Doprajte si sladučky melón

Leto je už v plnom prúde a spolu s ním aj sezóna šťavnatých červených melónov. Tieto chutné plody nás nielen osviežia ale ponúkajú aj viacero zdravotných benefitov.

Červený melón, alebo inak dyňa červená, má pôvod v Afrike, odkiaľ sa pred tisícami rokov rozšíril do Stredozemnia, Európy a následne do celého sveta. Okrem toho, že červený melón, nám dokáže zhasiť smäd a jeho sladučky chuti málokto odolá, má vynikajúci vplyv aj na naše zdravie.

Podporuje trávenie, zlepšuje pamäť

Tým, že melón obsahuje až 90 percent vody, má pozitívny vplyv na odplavovanie toxínov z tela, vďaka čomu pracujú efektívnejšie naše obličky. Vitamíny a antioxidanty, ktoré sa v melónoch nachádzajú, prirodzene podporujú náš imunitný systém, pričom spomínané antioxidanty zabezpečujú tiež prevenciu pred mnohými ochoreniami. Vlákna zasa podporuje správne vyprázdňovanie a tak sa nám prečisťuje trávenie. Tým, že melón obsahuje cholin, prispieva k upokojeniu organizmu, čo má pozitívny účinok na náš spánok a navyše cholin zlepšuje aj pamäť. Melón má však výborné účinky aj na našu pleť.

Melónový šalát so syrom balkánskeho typu

Suroviny: 1 červený melón, 150 g rukoly, 1 balíček syru balkánskeho typu, 500 g cherry paradajok, 1 kus šalotky

Postup prípravy: Rukolu umyte pod tečúcou vodou a nechajte ju odkvapkať. Cherry paradajky umyte a prekrojte každú na polovicu. Šalotku ošúpte a nakrájajte na kolieska. Melón rozkrojte, vydlabte dužinu a nakrájajte ju na kocky. V šalátovej mise zmiešajte rukolu, cherry paradajky, šalotku, červený melón a na kocky nakrájaný syr balkánskeho typu. Šalát podávajte vychladený s opečenou bagetou alebo celozrnným chlebom.

Melónové špízy

Suroviny: 1 červený melón, 2 balíčky syru balkánskeho typu, lístky mäty alebo baby šalátu

Postup prípravy: Melón rozkrojte, vydlabte dužinu a nakrájajte ju na kocky. Na približne rovnaké kocky nakrájajte aj syr balkánskeho typu. Lístky mäty umyte a osušte. Na väčšie špáradlá alebo špajle striedavo napichujte kocku melónu, lístok mäty, kocku syra a opakujte. Hotové špízy môžete podávať ako predjedlo.



» ren
zdvoj foto Adina Voicu pixabay

SBS GUARDING s. r. o.

príjme strážnikov na obchodné prevádzky v Komárne

Billa - 5€ /h brutto - na dohodu
Lidl - 5,50€ /h brutto - na dohodu
Nástup ihneď. POS NUTNÝ / OSV o kurse

0948 022 519 • milan.bozik@guarding.sk
volať v pracovné dni od 8:00h do 16:00h

SBS GUARDING s. r. o.

príjme strážnikov na obchodnú prevádzku v Hurbanove (Lidl) - na dohodu

Mzda: 5,20 € /h. brutto

Nástup ihneď. POS NUTNÝ / OSV o kurse

0948 022 519 • milan.bozik@guarding.sk
volať v pracovné dni od 8:00h do 16:00h

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA

PONÚKA NA PREDAJ: (PRI GALANTE)

KURIČKY NOSIVÉ
RÔZNEJ FARBY 8-12-15-18 TÝŽ
BROJLOVÉ KÁČICE NA VÝKRM
MULARD KÁČICE A KÁČERE NA VÝKRM
HUSI NA VÝKRM

AKTUÁLNE DO VYPREDANIA ZÁSOB

PREDAJ RASTOVEJ A ZNÁŠKOVEJ KŮRMNEJ ZMESI

0905 551 499 • 031/781 15 63 • WWW.HYDINARSKAFARMA.SK

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA

RÔZVOJ ZABEZPEČÍME

1. augusta

začiatok **Uspenského pôstu** v byzantskom obrade.

Výročia a udalosti

NDF spol. s r.o.

Trenčianska Teplá

príjme väčší počet

VODIČOV na zvoz cukrovej repy

do cukrováru v Trenčianskej Teplej

v období september 2023 - január 2024

s možnosťou nástupu ihneď a pokračovanie PP.

Mesačná mzda: min. 1600 €. Dochádzkový bonus až do výšky 200 €. Bezplatné ubytovanie.

Požiadavky: VP sk C+E, KKV, Tacho karta, lekárska prehliadka vodiča, psych. vyšetrenie vodiča.

Prax s vyklápacím návesom alebo WF výhodou.

Kontakt:

tel.: 0902 924 400, e-mail: praca@ndf.sk

			1			3	
S	1	8	9	7			4
U			5		2		
					4	7	9
D							
						2	8
O			9				4
K							5
U	9					2	7
	4	7		8	5		3

Občianska riadková inzerca
01 AUTO-MOTO / predaj
02 AUTO-MOTO / iné
» Kúpim motocykle Jawa/ CZ/Babetta/Stadion/Pio- nier/Simson aj iné. Služba zaplatím. 0949 371 361
03 BYTY / predaj
04 BYTY / prenájom
05 DOMY / predaj
06 POZEMKY / predaj
07 REALITY / iné
08 STAVBA
» Kúpim haki lešenie .tel. 0908 532 682
09 DOMÁCNOST
10 ZÁHRADA A ZVERINEC
11 HOBBY A ŠPORT
12 DEŤOM
13 RÔZNE / predaj
14 RÔZNE / iné
15 HĽADÁM PRÁCU
16 ZOZNAMKA

Chcete si
podať
inzerát?

Pošlite SMS na číslo
8866 v tvare:
RP medzera KM medzera
Číslo rubriky medzera Text
inzerátu

Príklad:
RP KM 12 Predám kočík,
0987 654 321.

Spätnou SMS vám potvrdíme
prijatie inzerátu a jeho cenu,
ktorú vám vyúčtuje váš mobilný
operátor. Cena je 0,60 € s DPH
za každých začatých 30 znakov
textu vášho inzerátu vrátane
medzier. Nič iné neúčtujeme.
Upozornenie! Služba nefungu-
je u operátora 02 a 4ka.

TIP 1: Ak chcete inzerát na viac
týždňov, pošlite rovnakú sms
toľkokrát, v koľkých týždňoch
chcete inzerovať.

TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť
v ľubovoľných iných našich no-
vinách, KM zameňte za skratku
novín, ktorú nájdete na druhej
strane vľavo dole. Službu Plat-
baMobilom.sk technicky zabez-
pečuje ELET, s.r.o.

Zverejnili hlasovacie lístky pre voľbu poštou

Ministerstvo vnútra SR (MV SR) zve-
rejnili na svojom webovom sídle
hlasovacie lístky pre voľbu poštou
a zároveň zasiela voličom, ktorí po-
žiadali o voľbu poštou, materiály
potrebné na hlasovanie. Doposiaľ
požiadalo o voľbu poštou 22 038
ľudí.

„Každému človeku zapísanému do
osobitného zoznamu voličov pre voľbu
poštou bude doručená obálka na hla-
sovanie, návratná obálka a poučenie o
spôsobe hlasovania, a to najneskôr do
21. augusta na adresu miesta pobytu v
cudzine. Pri elektronickom podaní MV
SR voličovi nezasiela hlasovacie lístky.
Tie si volič stiahne z webovej stránky
ministerstva vnútra: <https://www.minv.sk/?nr23-hl>“, informuje rezort.

Voľba poštou

Do výsledku hlasovania budú zapo-
čítané hlasy na hlasovacích lístkoch,
ktoré budú doručené ministerstvu
vnútra najneskôr v posledný pracovný
deň pred dňom konania volieb, teda
najneskôr 29. septembra do 12.00 h.
Hlasovací lístok pre voľbu poštou je
určený výlučne pre voľbu poštou a nie
je možné ho použiť ako hlasovací lístok
vo volebnej miestnosti. V prípade, že
volič hlasujúci vo volebnej miestnosti
vloží do obálky na hlasovanie hlaso-

vací lístok pre voľbu poštou, je takýto
hlasovací lístok neplatný. Všetky hlasy
cez voľbu poštou budú spočítané v oso-
bitných volebných okrskoch, ktoré sa
utvoria pre hlasovanie poštou.

V nadchádzajúcich parlamentných
voľbách bude po prvýkrát komplexne
známe, ako volili voliči zo zahraničia.
Pri voľbách v roku 2020 bol známy len
výsledok hlasovania voličov, ktorí ne-
mali trvalý pobyt na Slovensku. Hlaso-
vacie lístky voličov s trvalým pobytom
na Slovensku boli totiž vložené do vo-
lebanej schránky v príslušnom okrsku
podľa miesta trvalého pobytu. V pa-
lamentných voľbách v roku 2020 volilo
poštou zo zahraničia 48 925 voličov.

Požiadat možno do 9. augusta

Volič, ktorý nemá trvalý pobyt na
území Slovenskej republiky, môže vo-
liť len poštou. Voľba poštou je určená
aj pre voličov s trvalým pobytom na
Slovensku, ktorí sa v čase volieb budú
zdržiavať v cudzine. Požiadat o voľbu
poštou je možné elektronicky alebo lis-
tinne, pričom žiadosť musí byť doručé-
ná na MV SR najneskôr 9. augusta 2023.

Komplexné informácie o voľbe poš-
tou vrátane otázok a odpovedí sú do-
stupné na webe MV SR: <https://www.minv.sk/?nr23-posta>.

» ren



Pomôžme voľne žijúcim zvieratám



www.cujte.sk

3. augusta 1708
odohrala sa **bitka pri Trenčíne** stretnutie **armád Františka II. Rákociho**
s cisárskou armádou pod vedením generála Siegberta Heistera.

SLEDUJTE NÁS NA FACEBOOKU

Najčítanejšie regionálne noviny



5. augusta 1963
Spojené štáty, Spojené kráľovstvo a Sovietsky zväz **podpísali v Moskve**
zmluvu zakazujúcu jadrové skúšky vo vesmíre, v atmosfére a pod vodou

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare:
RP medzera KM medzera Číslo
rubriky medzera Text inzerátu

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie
inzerátu a jeho cenu, ktorú vám
vyúčtuje váš mobilný operátor. Cena je
0,60 € s DPH za každých začatých 30
znakov textu vášho inzerátu vrátane
medzier. Nič iné neúčtujeme.
Upozornenie! Služba nefunguje u
operátora 02 a 4ka.



Občianska
riadková
inzerca

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

03 BYTY / predaj

04 BYTY / prenájom

05 DOMY / predaj

06 POZEMKY / predaj

07 REALITY / iné

08 STAVBA

09 DOMÁCNOST

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

SPOMIENKY

BLAHOŽELANIA

Príklad: RP KM 12 Predám kočík, 0987 654 321.

		5	6			4		
S						4	5	2
U					3		7	8
D								
O	9	3			2			
K		6				9		
U	4				8	9		3
		8	5		7			9

	7		3	4		5		6
S								
U		6			1		8	5
D	3							1
O			8					
K	5	4	6	3			7	
U		3		6		7		
	1				5			

Ako na zdravé a chutné grilovanie

Dnes sa griluje všade, v záhradách, na chatách i na lúkach, dokonca i na sídliskových dvoroch. Skôr ako sa pustíte do samotného grilovania, venujte pozornosť príprave grilu ale aj výberu kvalitných surovín.

Na grilovanie sa hodí hovädzie stehno, bravčová krkovička či panenka, kuracie prsia bez kože, kuracie krídelká ale aj vykostené kuracie stehná. Z rýb siahnite po čerstvom lososovi alebo tuniakovi. Zo zeleniny sa osvedčila cuketa, baklažán, kukurica, paprika aj paradajky. Svoje miesto na grile si však získava aj ovocie. Výborne sa hodia broskyne či slivky. Všetky suroviny je vhodné pred grilovaním marinovať. Pokrmy tak získajú na chuti.

Náš tip: Suroviny pripravené na grilovanie vyberte z chladničky dve hodiny pred grilovaním, aby dosiahli izbovú teplotu. Po tom, ako mäso vyberiete z grilu, nechajte ho ešte pár minút uložené na teplom mieste, až potom ho krájajte a podávajte.

Myslite aj na svoje zdravie

Ak grilujete na príliš silnom ohni a dyme, vznikajú pri príprave vašich pokrmov zdraví škodlivé látky. Ak pozorujete na jedle príliš tmavé a spálené časti, rozhodne ich pred konzumáciou z

pokrmov odstráňte.

Náš tip: Vyhnúť sa horiacemu tuku môžete aj tak, že budete pri grilovaní používať na to určené perforované misy. Oceníte ich aj pri príprave mäkkších druhov zeleniny, ktorá by sa inak mohla pripaľovať.

Nezabúdajte!

Na gril neukladajte surové mäso vedľa toho, ktoré už prešlo tepelnou úpravou. To platí aj v prípade pracovnej dosky či používaného náradia. Vyčleňte si zvlášť náradie na surové a osobitne na už hotové mäso.

Tipy na skvelé pochúťky z grilu

Melón na grile

Suroviny: 1 červený melón, 2 cibule, olivový olej, soľ, korenie podľa chuti

Postup prípravy: Červený melón nařežte na asi dva centimetre hrubé plátky a pomažte zmesou, ktorú pripravíte z olivového oleja, jemne nakrájanej cibulky, soli a korenia. Plátky opekajte na grile asi 5 minút z každej strany, až kým povrch melóna skaramelizuje. Grilované melónové plátky môžete podávať ako netradičný dezert alebo ako prílohu ku grilovanému mäsu.

Marinované kuracie krídelká

Suroviny: 500 g kuracích krídel, dva strúčiky cesnaku, lyžicu medu, mleté



čierne korenie, lyžicu olivového oleja, lyžicu sójovej omáčky, podľa potreby soľ a citrónová šťava na ochutenie

Postup: Najskôr si pripravíme marinádu: V sklenej miske zmiešame dva strúčiky pretlačeného cesnaku, lyžicu medu, mleté čierne korenie, lyžicu olivového oleja, lyžicu sójovej omáčky, soľ a citrónovú šťavu.

Kuracie krídelká vložíme do misky s marinádou a poriadne ňou potrieme každé krídelko. Necháme odležať minimálne dve hodiny, alebo cez noc v chladničke. Potom už len grilujeme a vychutnávame.

Náš tip: Ak by bola marináda príliš hustá, zriediť ju môžete vodou.

Kuracie steaky v jogurte

Suroviny: 600 g kuracích prs, 3 lyži-

ce bieleho jogurtu, lyžičku soli, 2 lyžice oleja, mleté čierne korenie, zmes vášho obľúbeného korenia, lyžicu sekanej máty

Postup: Najskôr si pripravíme marinádu: V sklenej miske zmiešame jogurt, soľ, olej, mleté čierne korenie, ďalšie korenia podľa chuti, mäto - môžete ju nahradit vašimi obľúbenými bylinkami.

Kuracie prsia vložíme do misky s marinádou tak, aby ňou bol pokrytý každý plátok mäsa. Necháme odležať minimálne dve hodiny, alebo cez noc v chladničke. Potom už len grilujeme a vychutnávame.

Náš tip: Mäso na grile neotáčajte vidličkou ale pomocou klieští. Zabránite tak vytekaniu šťavy z mäsa.

» **PRIPRAVILA: RENÁTA KOPÁČOVÁ**
zdroj foto pexels 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 jedinca 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 nechto.

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

LETNÁ AKCIA

KOLAGÉN FORTE 2 v 1
31,12
38,90-EUR

HOVÄDZÍ KOLAGÉN FORTE
41,30
45,90-EUR

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 kolagénu, 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

LIMITOVANÁ ZLAVA
-40%

Zinok 15mg + Vitamin C	16,60-EUR	9,96 EUR 10%
Vitamin D3	16,60-EUR	9,96 EUR 10%
Glutation - antioxidant	23,10-EUR	13,86 EUR 10%
B-komplex forte	19,60-EUR	11,76 EUR 10%

Môžete teraz objednať na:
www.medikaexpert.sk
alebo na tel.: **0904 552 345**
(dostupné od Pon. - Pia.)

Alebo kúpiť aj v predajni:
Slniečko
zdravé výživa
SLNIEČKO ZDRAVÁ VÝŽIVA
Coborňo 1, Nitra - OC Polygon

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

ZIMNÉ ZÁHRADY
ZASKLENIA BALKÓNOV
A TERÁS • PRÍSTREŠKY
PREKRYTIA BAZÉNOV
HLNÍKOVÉ A NEREZOVÉ
ZÁBRADLIA A BRÁNY

gszasklenie.sk
0800 333 223

**ZAMERANIE A
3D VIZUALIZÁCIA
ZDARMA**

**ZĽAVY AŽ
DO 50%**

**Ste len na krok
od zábavy**

Stannah

S riešeniami Stannah sa toto leto budete pohybovať podľa svojich predstáv, nezávisle a bezpečne, v interiéri aj exteriéri.

Získajte pokoj s odbornosťou spoločnosti so 156-ročnou tradíciou a servisnými službami na celom Slovensku.

Pre ŽP občanov možnosť vybaviť na zakúpenie stoličkového výtahu peňažný príspevok od štátu.

Zavolajte zadarmo
0800 162 162
www.stannah.sk

Dve horúce ponuky
Naskenujte QR kód a objavte naše limitované ponuky!

SIMON - Fleisch

**BRAVČOVÁ
A HOVÄDZIA
PORÁŽKA
V NEMECKU**

14€ - 20€

PODĽA KVALIFIKÁCIE
Brutto na hodinu

20 dní platenej dovolenky,
preplácané sviatky

Nemecká pracovná zmluva
Nemecké sociálne poistenie
Vybavíme všetko
potrebné pre prácu
Možnosť turnusov
Ubytovanie zabezpečené
Stabilná celoročná práca

www.simon-fleisch.de | job@simon-fleisch.de
+421 944 995 400

**MÁTE
VLHKÝ DOM?**

- podpilovanie muriva
- chemická injeckáž

ZĽAVY 20%

STOP
vlhkým múrom

0918 671 541

Kúpim parožie

Zhody, trofeje i celé
poľovnícke zbierky.

Kúpim veci
z 1. a 2. sv. vojny,
vzduchovky.

Výkup mincí
do roku 1945

Celá SR

0940 723 073
trofejeeu@gmail.com

**EKOLOGICKÉ
ČISTENIE
FASÁD**

Patentovaná
kontaktná
technológia

**BEZPLATNÁ
UKÁŽKA
A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA**

f BombaFasada
www.BombaFasada.sk
0905 148 393

Bez vysokotlakových
čističov

**ZĽAVA
50%**
rodinné
domy

**NAŠA FIRMA ZABEZPEČUJE KOMPLETNÚ ADMINISTRÁCIU
PRE ZÍSKANIE DOTÁCIÍ**

NEPOŽADUJE DOPREDU ŽIADNU ZÁLOHU - MONTÁŽ DO 1 MESIACA*

ENVIRO THERM
PROFESIONALITA & KVALITA

www.envirotherm.sk
kontakt@envirotherm.sk

0800 909 909
0951 909 909

**Dotácie od EU
1 500 €**

EURÓPSKA ÚNIA
Európsky fond regionálneho rozvoja

**Zelená
domácnosť**

***Fotovoltaická elektrárňa 2300 Wp**

- pozostáva z 5 panelov
o výkone 455 Wp
- inštalovaný výkon 2300 Wp
- zariadenie na kľúč
- návratnosť investície 4-5 rokov
- ročná výroba el. energie 3000 kWh

**už od
1 990 €**
vrátane montáže

zvyšok životnosti elektrárne máte vami vyrobenú elektrinu úplne zdarma

Stavebná firma s dlhoročnou pôsobnosťou
na belgickom trhu prijme

MURÁROV

na výstavbu rodinných domov v Belgicku.

Ponúkame:

- Stabilné miesto a dlhodobú spoluprácu
- Platobné podmienky: úkol 4.000 – 4.500 € / mesiac
- Fakturácia každé 2 týždne s 10-dňovou splatnosťou
- Pracovné náradie
- Hradené ubytovanie v RD

Požadujeme:

- Vlastné auto
- Živnosť
- Serióznosť, pracovitnosť a zodpovednosť

Viac info: ZU-COM, s.r.o.
Mgr. Zuzana Ježeková, MSc
+421 917 860 693, info@zu-com.eu

www.zu-com.eu