

KOMÁRŇANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 16 450 domácností

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Jeseň prináša svoje dary

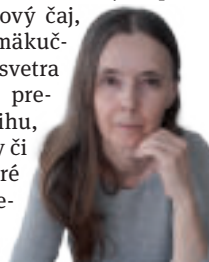
Jeseň už pomaly zasadla na svoj trón. Trvalo jej to o čosi dlhšie ako zvyčajne, kým prevzala žezlo od leta, ktorému sa akosi tento rok nechcelo odísť.

Tak ako všetky ročné obdobia, aj jeseň má svoje čaro. Príroda už začína hýriť pestrými farbami, vzduchom poletuje lístie a napriek tomu, že dni sa nám pomaly krátia, slnečných lúčov ubúda a nastáva chladnejšie počasie, má nám jeseň čo ponúknuť. Vyberte si z pestrej ponuky aktivít, ktorým sa môžeme venovať.

Zájdime do prírody, kochajme sa krásnou paletou farieb, vdychujme jej nezameniteľnú jesennú vôňu a nazbierajme si popri tom listy, šišky, žalude, bukvice, gaštany či šípky. Doma si z nich môžeme vyrobiť krásne dekorácie. Vlastnoručne zhotovený veniec z listia umiestnený na vchodových dverách, ale aj rozličné svetníky doplnené darmi lesa nám prinesú radosť a na dlhé týždne skrášia náš príbytok, balkón, terasu alebo priedomie.

ďalšej z veľmi obľúbených aktivít - do vyrezávania tekvic, ktoré aktuálne dozrievajú v našich záhradách. Poskytne to zábavu pre celú rodinu. Semiačka týchto chutných plodov si môžeme odložiť, vysušiť a upražiť, no a dužinu spracovať na chutnú polievku či prívarok, alebo si z nej upiecť chutný koláč. Záleží to od toho, akú tekvicu si na vyrezávanie zvolíme.

Ak by na nás počas tmavých pochmúrnych večerov predsa len doľahla úzkosť, nedajme sa ňou pohltiť. Využime jesenný čas vo svoj prospech a venujme sa veciam, na ktoré sme nemali počas ostatných ročných období čas. Dajme priestor svojim záľubám, zahrajme si spoločenské hry alebo si pripravme voňavý kúpeľ a po ňom bylinkový čaj, zabaľme sa do mäkučkého teplého svetra alebo deky a prečítajme si knihu, pozerať filmy či seriály, na ktoré sme sa dlho tešili.



» Renáta Kopáčová, redaktorka

Rovnako sa môžeme pustiť do

28. októbra 1918

Česko-slovenská národná rada vyhlásila vznik Česko-slovenskej republiky na severných územiach Rakúsko-Uhorska

Výročia a udalosti

Hľadáme skladníkov a skladníčky

logistický sklad v Kostolných Kračanoch

Partner pre:



ABOUT YOU®

Bezplatná autobusová doprava

Nástupný plat až do výšky
1 240 €Práca v dvojzmennej prevádzke
Pondelok - Sobota
5:45 - 14:00 | 14:00 - 22:15Pracovná zmluva na dobu
neurčitú

Kontakt:

+421 947 48 48 48

Nie sme personálna agentúra



Rekreačný príspevok



Lojality bonus 200€ každý rok



Pravidelné firemné eventy

Edenred karta
(stravovacia + darčeková karta)10€ kredit na občerstvenie
v nápojových a stravovacích automatochDarčekové, zľavové poukážky
aj na nákup About you

KOMÁRŇANSKO

Redakcia: Coborihó 9,
NITRA
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 Valaseková 0910 455 919
valasekova@regionpress.sk
Daniela Rezaková 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 jazy-
kovou úpravou.

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípa-
de, 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	Pezinskó
PN	41870	Piešťansko+NM+MY
SC	35420	Senecsko
SE	36750	Senicko+Skalicko
TO	41930	Topoľčiansko+PE+BN
TN	60750	Trenčiansko+DCA+HL
TT	49930	Trnávsko
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	Martinskó+TR
OR	34980	Oravsko=DK+NO+TS
PB	33590	Považsko=PB+PU
PD	40150	Prievidsko
ZV	38400	Zvolensko+DT+KA
ZH	26880	Žiarsko+ZC+BS
ZA	50780	Žilinskó+BY

Východné Slovensko

BJ	37210	Bardajovsko+SK+SP
GE	30830	Gemersko=RV+RS+ML
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

Aký bude váš 13. dôchodok?

Sociálna poisťovňa pripravila pre poberateľov dôchodkov Kalkulačku na výpočet 13. dôchodku a zverejnila ju na svojej webovej stránke. Použitie kalkulačky je jednoduché. Poberateľ dôchodku do nej vpiše sumu dôchodku, respektíve jednotlivých dôchodkov, ktoré poberá. Po kliknutí na políčko Vypočítať ihneď zistí v akej sume mu patrí 13. dôchodok v novembri 2023.

Kalkulačka umožňuje zápis aj v inej mene ako euro, pričom sama prepočíta inú menu na euro, pričom suma dôchodku v eurách sa zaokrúhľuje na najbližší eurocent nadol. Na prepočet dôchodku z cudziny sa použije referenčný výmenný kurz určený Európskou centrálnou bankou alebo Národnou bankou Slovenska, ktorý je platný 1. septembra 2023.

Vyplatia ho automaticky

Sociálna poisťovňa vyplatí 13. dôchodok v novembri 2023 automaticky, o 13. dôchodok teda netreba osobitne žiadať. Maximálna suma 13. dôchodku v novembri 2023 bude 300,00 eur a dosťanú ju tí, ktorí poberajú dôchodok v sume 268,88 eur a nižší.

Poberateľom dôchodku v rozpätí od 268,89 eur do 963,32 eur sa suma 13. dôchodku bude znižovať až do minimálnej sumy 50,01 eur. Najnižší 13. dôchodok v sume 50,00 eur dostanú

poberatelia, ktorí poberajú dôchodok 963,33 eur a vyšší.

Kto dostane 13. dôchodok

13. dôchodok sa poskytne poberateľovi starobného dôchodku, predčasného starobného dôchodku, invalidného dôchodku, vdovského dôchodku, vdoveckého dôchodku, sirotského dôchodku a sociálneho dôchodku, ktorý má nárok na výplatu dôchodku v novembri 2023.

13. dôchodok bude vyplatený v deň výplatného termínu dôchodku v novembri 2023, ak je dôchodok v Slovenskej republike poukazovaný v hotovosti na pošte, na účet v banke alebo hromadným poukazom do zariadenia sociálnych služieb.

Informácie poskytla
Sociálna poisťovňa



» ren

zdroj foto martaposemuckel pixabay

Demänovská jaskyňa slobody je opäť otvorená

Turisti budú môcť po takmer ročnej pauze opäť navštíviť jednu z najpopulárnejších jaskýň na Slovensku. Po realizácii rekonštrukčných prác otvorila svoje brány Demänovská jaskyňa slobody. Jaskyňa na severnej strane Nízkych Tatier je súčasťou najdlhšieho jaskynného systému na Slovensku a je známa bohatou kvapľovou výzdobou, tajuplným podzemným tokom Demänovky ako aj mnohými jazierkami.

Komplexná rekonštrukcia jaskyne zahŕňa niekoľko etáp technických prác. Ako uvádza Peter Gažík zo Správy slovenských jaskýň Štátnej ochrany prírody SR: „V aktuálnej etape bola dokončená rekonštrukcia osvetlenia, kedy jaskyňa ožila novými modernými LED svetidlami. Svetidlá boli umiestnené aj na nové miesta a tak okrem úspory energie a výrazne nižšej produkcie tepla do jaskynného prostredia, ponúkajú nové svetidlá iný pohľad na známe priestory.“ Osvetlenie je rozdelené na zóny, ktoré svietia len pri prítomnosti návštevníkov a náhradný zdroj elektrickej energie sa stará o nepretržitú dodávku energie v prípade jej výpadku.

Práce pokračujú v ďalších jaskyniach

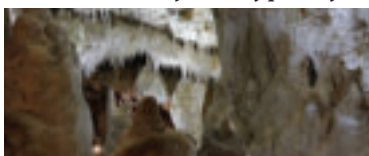
Projekt je realizovaný v celom systéme Demänovských jaskýň, pričom rekonštrukčné práce okrem Demänovskej jaskyne slobody, prebiehali aj v Demänovskej

ľadovej jaskyni a Demänovskej jaskyni mieru. Ďalšia etapa projektu pokračuje prácami práve v Demänovskej jaskyni mieru, kde je potrebné odstrániť starú suť z nevhodného spôsobu sprístupňovania v 80-tych rokoch minulého storočia a staré skorodované železné prvky aktuálne nahradzajú nerezovou oceľou.

Realizované aktivity prispejú k ochrane citlivých jaskynných biotopov a ich živých obyvateľov, napríklad netopierov. Výmenou osvetlenia, zvyšovaním bezpečnosti a inými aktivitami sa zároveň zvyšuje ochrana týchto vzácných druhov a biotopov a zároveň povedomie návštevníkov o potrebe ich ochrany.

V rámci projektu realizujú aj činnosti odborného výskumného a monitorovacieho charakteru prírodných pomeroch jaskyne. V nesprístupnených častiach jaskynného systému a tiež v Jaskyni Zápoľná robia aj potrebnú stabilizáciu vstupu do jaskyne.

Informácie a foto poskytla Správa slovenských jaskýň v spolupráci s Odborom komunikácie a propagácie Štátnej ochrany prírody SR



» ren

Občianska
riadková
inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

AUTO-MOTO INÉ

» Kupím motocykle Jawa/
CZ/Babetta/Stadion/Pio-
nier/Simson aj iné. Služne
zaplatím. 0949 371 361

» Kúpim tovarenský traktor
alebo malotraktor, aj starý
nefunkčný. Tel. 0949 350
195

03 BYTY / predaj

04 BYTY / prenájom

05 DOMY / predaj

06 POZEMKY / predaj

07 REALITY / iné

08 STAVBA

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HLADÁM 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 začiatých 30 znakov
textu vášho inzerátu vrátane
medzier. Nič iné neúčtujeme.
Upozomenie! 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 doľu. Službu Plat-
baMobilom.sk technicky zabez-
pečuje ELET, s.r.o.

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA

PONÚKA NA PREDAJ: (PRI GALANTE)

KURIČKY NOSIVÉ
RÔZNEJ FARBY 8-12-15-18 TÝŽ
BROJLEROVÉ KAČICE NA VÝKRM
MULARD KAČICE A KÁČERE NA VÝKRM

AKTUÁLNE
DO VYPREDANIA ZÁSOB

PREDAJ RASTOVEJ A ZNÁŠKOVEJ KŔMNEJ ZMESI
0905 551 499 • 031/781 15 63 • WWW.HYDINARSKAFARMA.SK

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA

RÔZVOJ ZABEZPEČÍME

SBS GUARDING s. r. o.

prijíme strážnikov na obchodné prevádzky
v Komárne

LIDL - 5,50€ /h brutto

Billa, Kaufland - 5€ /h brutto - na dohodu

Nástup ihneď. POS NUTNÝ / OSV o kurze

0948 022 519 • milan.bozik@guarding.sk

volať v pracovné dni od 8:00h do 16:00h

SBS GUARDING s. r. o.

prijíme strážnikov na obchodnú prevádzku
v Hurbanove (LIDL) na dohodu

Mzda: 5,20 € /h. brutto

Nástup ihneď. POS NUTNÝ / OSV o kurze

0948 022 519 • milan.bozik@guarding.sk

volať v pracovné dni od 8:00h do 16:00h

24. októbra 1885

Výročia a udalosti

premiéra operety Cigánsky barón, od Jo-
hanna Straussa ml.

Pobyt v prírode, cvičenie, masáže - pomôcť môžu mnohé aktivity

Myslite na svoje duševné zdravie

Pri príležitosti Svetového dňa duševného zdravia upozorňujú odborníci z Odboru podpory zdravia a výchovy k zdraviu Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) na význam duševného zdravia a potrebu zvyšovať úsilie na jeho zlepšenie.

Duševné zdravie zahŕňa emocionálnu, psychickú a sociálnu pohodu. Ovplyvňuje to, ako myslíme, cítime a konáme. Pomáha tiež určiť, ako zvládame stres, ako sa správame k ostatným a ako sa rozhodujeme. Ak v priebehu života pociťujeme problémy s duševným zdravím, môže to ovplyvniť naše myslenie, náladu a správanie. Keď sa cítime duševne dobre, môžeme produktívne pracovať, užívať si voľný čas a aktívne prispievať do života komunit, ktorých sme súčasťou. Dôležitým atribútom duševnej pohody je tiež byť odolný a schopný vyrovnávať sa s bežnými životnými problémami, stresmi.

Pozor na somatizáciu

Telesné a duševné zdravie spolu často úzko súvisia a vzájomne sa môžu ovplyvňovať. Zanedbanie starostlivosti o psychické zdravie môže viesť k javu, ktorý sa označuje ako somatizácia. Ide o prenesenie psychického napätia

do telesnej oblasti, ktoré vyvoláva fyzické prejavy, akými sú napríklad tráviace ťažkosti, bolesti hlavy alebo iných častí tela. Somatizácia sa môže prejavovať, ak sme príliš vyčerpaní, v strese, prípadne keď sme úzkostní a depresívni.

Ako podporiť svoje duševné zdravie

- Trávte viac času v prírode.
- Zapájajte sa do aktivít vo svojej komunite.
- Čítajte knihy. Učte sa. Rozvíjajte sa.
- Oddychujte. Nezabúdajte na dostatok spánku.
- Trávte čas s ľuďmi, ktorí vnášajú do vášho života smiech, humor.
- Udržiavajte staré priateľstvá a nadväzujte nové.
- Nájdite spôsob, ako uvoľniť negatívne emócie, upokojiť sa a zlepšiť náladu (rozhovor s priateľom, pobyt na miestach kde sa cítite dobre, venovanie sa obľúbenej aktivite).
- Nájdite si aktivity, ktoré vás potešia, spoločenstvo ľudí, spoločnosť človeka, ktorý vám rozumie.
- Rešpektujte svoje telesné a duševné možnosti. Nepreceňujte svoje sily.
- Na zmiernenie nahromadených napätí a uvoľnenie je vhodné, aby ste sa pravidelne fyzicky unavili. Vyberte si nejaký šport.
- Prijmite fakt, že v čase životných zmien budete vždy pociťovať aj určité



Ilustračné foto.

zdroj foto StockSnap pixabay

nepohodlie, ktoré postupne pominie.

- Hľadajte niekoho, kto vás vypočuje a odpovie vám.
- Ak potrebujete odbornú pomoc, vyhľadajte ju.

Aktivity, ktoré podľa odborníkov prispievajú k psychickej pohode:

- Práca v záhrade - osviežuje myseľ, poskytuje relax.
- Začítajte sa do dobrej knihy - zážitok z ponorenia alebo zapojenia sa do príbehu pri čítaní môže zvýšiť pocit pohody.
- Choďte si zacvičiť - pohyb zlepšuje náladu a psychickú pohodu a má aj zdravotné benefity.
- Doprajte si masáž - poskytne oddych aj relax.
- Choďte na turistiku.

- Choďte na obed alebo kávu s priateľmi
- utužite vzťahy, zabavíte sa, zrelaxujete pri spoločnom smiechu a rozhovoroch.
- Odpočinite si - ak môžete, naplánujte si poobedňajší krátky spánok, alebo choďte večer skôr spať.
- Naplánujte si výlet na víkend či dovolenku s rodinou, priateľmi.
- Choďte na dlhšiu prechádzku - pobyt v prírode (aspoň 20 minút) upokojuje, je to skvelá relaxačná terapia, ponúka čas na premýšľanie a utriedenie myšlienok.
- Píšte si denník - vypíšte sa zo svojich pocitov.
- Zapojte sa do dobrovoľníckej aktivity vo svojej komunite, keď robíte dobro pre druhých, je to dobré aj pre vás, prináša pocity uspokojenia a naplnenia.

» ren

Z+M

SERVIS

KOMPLEXNÉ TLAČOVÉ SLUŽBY



KOMPLEXNÉ
TLAČOVÉ
RIEŠENIA



VAŠA KANCELÁRIA
A OOPP



INFORMAČNÉ
TECHNOLÓGIE



ŠKOLSTVO A DOTAČNÝ
MANAGEMENT



DOKUMENTOVÉ
RIEŠENIA



CHRÁNENÉ
DIELNE

www.zmgroup.sk

objednávajú na:

zmgroup@zmgroup.sk

www.zmgroup.sk/e-shop/

EPSON

Z+M
SERVIS

CASHBACK 50^{EUR}

UPLATNÍŠ NA LINKU

www.epson.sk/cashback

188€
S DPH



Multifunkčná
farebná tlačiareň
EPSON L3250

100 strán
v BALENÍ

+ZADARMO

k tlačiarni fotopapier
EPSON paper Value Glossy Photo
183g - 10x15cm

Oplatísa.sk

NAJLEPŠIE PONUKY



112,00€

Chloé Love Story
Parfumovaná voda 75 ml

Demro.sk



279,00€

Pánske hodinky police
pewjf2203602

ZlatnictvoLion.sk



1.199,00€

Americká chladnička Haier
HFW7720ENMB

ZlavneneSpotrebice.sk



1.999,00€

SCOTT SCALE 960 2023
Vel'kosť rámu: XXL

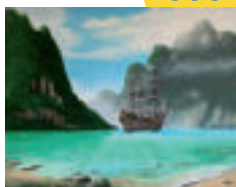
Cykloshop.sk



26,90€

SADA TERMO POHÁROV 70ML
6 KUSOV

ShopJK.sk



690,00€

Skrytý záliv
akrylová maľba 80x100 cm

zlatovsky.eu



2.199,00€

Traktorová kosačka VARI
RL 84 H _ B&S 3130

trtechnic.sk



369,00€

Vysokotlakový čistič K 4
Power Control Car & Home

lux-karcher.sk



549,00€

Aku píla STIHL MSA 70 C
set s 2x AK30

TopNaradie.sk



10,39€

AMBITION forma
na 12 muffinov Lukrecja

Kuchyňovo.sk



69,12€

DYNAMAX COOLANT ULTRA G12
chladiaca kvapalina

ShopJK.sk



10,29€

Box na náradie CALIBER
KCR5530, 550x267x270 mm

Profitent.sk

www.TonerPartner.sk



24,34 €



HP 44A
Toner PREMIUM, čierny

37,34 €



HP 106A
Toner PREMIUM, čierny
s čipom

12,32 €



HP 650-XXL
Cartridge PREMIUM,
čierny

Chcete ušetriť na toneroch? Pri objednávke v e-shope **www.tonerpartner.sk** zadajte v nákupnom košíku zľavový kód **OPLATISA** a získajte zľavu 10% na kompatibilné náplne a 3% na originálne náplne.

Predávajte alebo nakupujte
na online trhovisku:

www.oplatisa.sk

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

ENVIRO THERM
PROFESIONALITA & KVALITA

ZABEZPEČUJEME KOMPLETNÚ ADMINISTRÁCIU
PRE ZÍSKANIE DOTÁCIÍ

Zelená
domácnosť

FOTOVOLTAICKÁ
ELEKTRÁREŇ
3185 W

VEĽKÁ JESENNÁ AKCIA
10KW MENIČ ZA CENU 5KW !!!*

4990 €

*Akcia je limitovaná do vypredania zásob
vzťahuje sa na inverter

Možnosť nákupu
AJ NA SPLÁTKY

PRE
POSLEDNÝCH
100 ZÁKAZNÍKOV
V TOMTO
ROKU



- ✓ pozostáva zo 7 panelov o výkone 455Wp – inštalovaný výkon 3185Wp
- ✓ zariadenie na kľúč
- ✓ návratnosť investície 4-5 rokov
- ✓ ročná výroba el. energie 4000 kWh

2940 €

Zvyšok životnosti elektrárne viac ako 25 rokov máte vami vyrobenú elektrinu úplne zdarma

infolinka : 0800 909 909, 0951 909 909

www.envirotherm.sk

kontakt@envirotherm.sk, fb.com/envirotherm.sk

25 ROKOV
ZÁRUKA
OD
VÝROBCU

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

	1				9	5	2	
S		7		6				1
U	6	9	4				7	
D	9			7				
O	3		5					
K					6		1	7
U			5					2
	2				1			
						3		

			3		2			
S		9	1		7			
U		3		5				
D		1			5			
O	9	7		2		8	6	5
K		2		6				
U		7					1	
	2	8						
	1	5			8	9		7

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 v 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 nechťov.

Hovädzí kolagén tvoria 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

JESENNÁ AKCIA

KOLAGÉN FORTE 2 v 1
31,12
39,90 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 antioxidantáciu organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známok 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

LIMITOVANÁ
ZĽAVA
-40%

Vitamin D3
9,96
16,60 EUR

Glutátion - antioxidant
23,10 EUR
13,86
EUR

+ JÓD ZADARMO
KU KAŽDÉMU
LIPOZÓMU

Môžete teraz objednať na:

www.medikaexpert.sk

alebo na tel.: 0904 552 345

(dostupné od Pon. - Pia.)

Alebo kúpiť aj v predajni:



SLNIEČKO ZDRAVÁ VÝŽIVA
Coborho 1, Nitra - OC Polygon

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

GS
EUROTHERM
MONT

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%**

Stannah

**-10%
ZĽAVA**

Stoličkové výfahy Stannah.

Zostaňte v domove, ktorý milujete.



Na celom
Slovensku

**Stoličkový výfah Stannah sa zmestí do vášho domu,
či už sú vaše schody točité, rovné alebo v exteriéri.**

Od pondelka do piatku je v jednej slovenskej domácnosti každých 24 hodín nainštalovaný schodiskový výfah Stannah. Od soboty do nedele naši klienti oslavujú svoje rozhodnutie so svojimi rodinami.

- ✓ Vynikajúca kvalita výrobkov
- ✓ Zákaznícka podpora 24h/7d
- ✓ 156 rokov výrobcu

Pre ŽZP občanov možnosť vybaviť
na zakúpenie stoličkového výfahu
peňažný príspevok od štátu.

Ponuka sa nekumuluje s inými zľavami a
kampaňami. Platí do 31.10.2023

0800 162 162
Zavolajte zadarmo

www.stannah.sk

	Š x V x D	
GNOM	1,64 x 1,66 x 4 m	379 €
GRETA	2 x 2 x 4 m	479 €
GLORIA	2,58 x 2 x 4 m	579 €
GALA	3 x 2 x 4 m	449 €
GENIO	3 x 2 x 4 m	479 €
GARANT	3 x 2 x 4 m	579 €
GAMMA	3 x 2,15 x 4 m	AKCIA 549 €
GULLIVER	3 x 2 x 4 m	649 €
GOLIÁŠ	3 x 2 x 4 m	729 €
GOLEM	4 x 2,7 x 4 m	1 599 €
GIGANT	6 x 4 x 10 m	5 799 €

Všetky modely je možné predĺžovať o 2m.

galerica

ODOLNÉ POLYKARBONÁTOVÉ SKLENÍKY

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55

galerica.sk

EKOLOGICKÉ

**ČISTENIE
FASÁD**

rodinné
domy
ZĽAVA 50%

Patentovaná
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových
čističov

BombaFasada
www.BombaFasada.sk

0905 148 393

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

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

Kúpim parožie

Zhody, trofeje i celé
poľovnícke zbierky.

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

Výkup mincí
do roku 1945

Celá SR

0904 474 597
vykupp parožiaeu@gmail.com

KÚPIME

obrazy, grafiky

a sochy

slovenských

a českých

maliarov a sochárov

KONTAKTUJTE:

0903 846 800
groma@groma.sk