

TOPOĽČIANSKO PARTIZÁNSKO-BÁNOVECKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 41 930 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Turisticko robotnícka ubytovňa v Bošanoch ubytovanie v dvojposteľových izbách komplet vybavených sociálnych zariadením.

petanparket@gmail.com petanparket.sk 0905386423

**VÝMENA
STREŠNÝCH
KRYTÍN,
KROVOV, RÝN**
Hydroizolácie striech
Tel.: 0917 114 686

**IZOLÁCIE
PLOCHÝCH
STRIECH**
Obhliadka a cenová
ponuka zdarma.
0904 005 299

VÝKUP
krojov a ich súčastí
kašmírových sukní,
šatiek a plátna
0908 627 952

SADBOVÉ ZEMIAKY

odrody: Bernina, Concordia, Laura,
Colomba, Sunita

konzumne zemiaky: **0,60/kg** - 25kg balenie

Nitrianska Streda (pri zberných surovinách)
predaj: pondelok - piatok od 8:00 - 16:00 hod., sobota od 8:00 - 12:00 hod.
tel: 0940 852 214




**BONUS
10 %**
Z CENY OKIEN
NA VCHODOVÉ
DVERE

**AŽ DO
1000
EUR**

Akcia platí do 31.3.2024

okná a dvere
Slovaktual®

TOPOLČANY • 0911 311 220
topolcany2@slovaktual.eu

PARTIZÁNSKE • 0905 211 572
partizanske@slovaktual.eu

www.slovaktual.sk/akcia

Prenajmem výrobnú-skladovú priestory
500m² v bývalých Koželužni Bošany.
0905 38 64 23

KAMENÁRSTVO HUMAJ TOVARNÍKY 252

Komplet žulový 2hrob ~~3.000€~~

- betón (základ) • pomník (písmo)
 - poklopy • obklad • práca (v cene)
- zálohy neberieme

Komplet žulový 1hrob ~~2.000€~~

Volajte vopred
0905 268 842

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie **-20%**

- chemická injeckáž **STOP VODA**

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

ZC
**ŽALÚZIE
CIBULA**

Malé Uherce
038 740 1460

Prievidza
0915 865 543

info@zaluzie-cibula.sk

www.zaluzie-cibula.sk

**-26%
ZĽAVA**

Platnosť do
30.4.2024

NA VONKAJŠIE
TIENENIE **climax**
SUNSCREENS

STRECHY predávame montujeme

Zavolaťte, za ponuku nič nedáte!

Zľavy
na krytiny až do
- 50%

**OHÝBAME
PLECHY
na ohýbačke**

Lindab®

MEDITERRAN
Tvorby svetla

TONDACH®

BRAMAC®

škridly plechové | klasické | trapézy | odkvapky | krovy | pur-panely | montované haly, domy

tel.: 0905 577 222
0905 598 924

www.stresnekrytiny.sk

TOPOĽČIANSKO
PARTIZÁNSKO-BÁNOVECKO

Redakcia: Tovarnícka 2104/19
TOPOĽČANY
topolciansko@regionpress.sk

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

INZERCIA
Ing. Miroslava Remeňová 0903 921 710

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

Vychádzame na recyklovanom papieri

DISTRIBÚCIA (41930 domácností)

pámy týždeň: Bánovce nad Bebravou, Behynce, Biskupice, Bojná, Dolné Ozorovce, Dvorec, Horné Obdokovce, Horné Ozorovce, Chrabrany, Chynorany, Jacovce, Kolačno, Krušovce, Kšinná, Ludanice, Malé Bielice, Malé Chlievany, Malé Uherce, Ostratice, Partizánske, Radošina, Ruskovce, Rybany, Tiesáre, Topoľčany, Tovarníky, Tvrdomestice, Uhrovec, Urmince, Veľké Bielice, Veľké Dvoryany, Veľké Chlievany, Zlatníky

ne pámy týždeň: Bánovce nad Bebravou, Behynce, Biskupice, Bošany, Brodzany, Čeladince, Dolné Ozorovce, Dvoryany nad Nitrou, Horné Chlebyany, Horné Ozorovce, Hradište, Hrušovany, Chrabrany, Ješkova Ves, Kamanová, Klátova Nová Ves, Koniarovce, Kovarce, Krásno, Krušovce, Ludanice, Malé Bedzany, Malé Bielice, Malé Chlievany, Nedanovce, Nitrianska Streda, Oponice, Partizánske, Práznovce, Rajčany, Skáčany, Solčany, Súľovce, Topoľčany, Tovarníky, Veľké Bedzany, Veľké Bielice, Veľké Dvoryany, Veľké Uherce, Veľký Klíž, Zabokreky nad Nitrou

Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovú úpravu.

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	Pezinskó
PN	41870	Piešťanskó+NM+MY
SC	35420	Senecsko
SE	36750	Senicko+Skalicko
TO	41930	Topoľčiansko+PE+BN
TN	60750	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	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	Bardajevsko+SK+SP
GE	30830	Gemersko=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

Už ju tu máme

Mám pocit, že tento rok k nám jar zavítala o čosi skôr. Snežienky v našej záhrade vykvitli už pred mesiacom a potešili nás svojou nežnou krásou. V blízkom parku, kam chodievam na každodenné vychádzky, už tri týždne obdivujem krokusy či narcisy a pred pár dňami sa k nim dokonca pridali aj tulipány. No a k tomu všetkému už pučia stromy, hmyz poletuje a vtáčence štebocú.

Priznávam, že jar je mojim najobľúbenejším ročným obdobím a na jej príchod sa vždy veľmi teším, hoci nemám námietky ani voči zvyšným trom časťam roka. Veď kto by odolal čerstvom napadnutému snehu vízgajúcemu pod nohami počas potuliek prírodou či krásnej palety jesenných farieb zdobiacej všetky stromy navôkol, alebo dlhým teplým letným večerom lákavým k posedeniám pod hviezdami s blízkymi či priateľmi? Napriek tomu však hrá jar u mňa prím a myslím si, že v tom nie som sama.

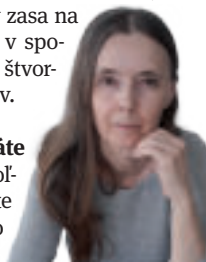
Niektorí ju milujú pre jej neopakovateľnú vôňu či teplé slnečné lúče, ktoré nás šteklika po tvári o čosi častejšie. Ďalších teší ten neutíchajúci štebot

vtákov či bzukot včielok a ďalšieho hmyzu, ktorému radi načúvajú. Iní by povedali, že ju ľúbia, lebo milujú bezstarostné prechádzky lesom, no a ďalším sa zasa páči, že sa zotmieva čoraz neskôr, ale i to, že môžu vyjsť von aj bez zimného oblečenia.

V každom prípade, najviac asi všetci milovníci jari oceňujú to, že už môžeme oveľa viac času tráviť vonku. Niektorí už oprášili svoje dvojkoľosové tátoše a objavujú nové zákutia zo sedla bicykla, ďalší sa chystajú na zber prvých jarných bylínok. Turisti už obávajú turistické topánky a vydávajú sa na ďalšie cesty za poznaním. Záhradkári sa tešia na novú výsadbu, chalupári na pravidelné víkendy strávené v prírode, kdesi ďaleko od hlučného davu, no a milovníci psíkov zasa na dlhé vychádzky v spoločnosti svojich štvornohých miláčikov.

Nech už máte na jari radi čokoľvek, vychutnajte si ju a užite čo najlepšie.

» Renáta Kopáčová, redaktorka



SBS GUARDING s. r. o.
prijme strážnikov na obchodnú prevádzku v Topoľčanoch (Kaufland)
Mzda: 5,40 € / h. brutto
Nástup ihneď. POS NUTNÝ / OSV o kurze
0948 219 522 • zuzana.horvathova@guarding.sk

LIQUID RUBBER TECHNOLOGY s.r.o. Trenčín

HYDROIZOLÁCIA PLOCHÝCH STRIECH A ZÁKLADOV
Záruka 15 rokov
Na všetky typy podkladov: plech, asfaltové pásy, betón a iné...
Blížšie info: 0907 751 046

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE
FRÉZOVANIE od 15€/bm
REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV
SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA na materiál 35%
ZDARMA
0948 012 507 • www.profikominy.sk

BM KOMÍNY KOMINÁR
FRÉZOVANIE A VLOŽKOVANIE KOMÍNOV
MUROVANIE KOMÍNOV s nerezovou vložkou
ZAREZERVUJTE SI OBHLIADKU ZDARMA!
0911 315 249 • www.bmkominy.sk

Hľadáte prácu ? Krosiak

Zamestnajte sa ako čalúnnik, stolár alebo lepič na 1 smenu v Nitrianskej Blatnici.

Nástupný plat od 1200 € pre čalúnnikov
850 € pre lepičov a stolárov.
K tomu dochádzkový a výkonnostný bonus.

Kontakt: 0918 906 710 www.krosiak.sk

SBS GUARDING s. r. o.
prijme strážnikov na obchodnú prevádzku v Bánovciach nad Bebravou (Kaufland)
Mzda: 5,20 € / h. brutto
Nástup ihneď. POS NUTNÝ / OSV o kurze
0948 219 522 • zuzana.horvathova@guarding.sk

NDF spol. s r.o. Trenčianska Teplá
prijme vodiča na návesový sklápač na TPP
Prepravy po SK a CZ. Víkendy doma. Plat: 1600 - 2000,- €. Mzda sa odvíja od počtu najazdených km a hospodárnosti.
Požiadavky: VP sk. C+E, platné doklady vodiča: KKV, karta vodiča, zdravotná a psych. spôsobilosť. V prípade potreby ponúkame bezplatné ubytovanie.
Kontakt: tel.: 0902 924 400, e-mail: praca@ndf.sk

PRÁCA v Bánovciach nad Bebravou
Firma Diand Trade s.r.o. hľadá pracovníkov na pozíciu
OPERÁTOR, KONTROLÓR
(práca na živnosť, dohodou)
od 6,5 EUR/hod. (noc 8,45€, sobota 9,10€, nedeľa, sviatok 11,37€)
Blížšie informácie: Zuzana Cibulková - 0918 467 469 zuzana.cibulkova@dianttrade.sk

PRÁCA v Topoľčanoch
Firma Diand Trade s.r.o. hľadá pracovníkov na živnosť

KONTROLA KVALITY (na zmeny)	8 EUR/hod. (+priplatky)
NOČNÁ ZMENA KONTROLA KVALITY	8,88 EUR/hod.
KONTROLA LAKOVANÝCH DIELOV	8,30 EUR/hod. (+priplatky)

Blížšie informácie: Ivana Malecová - 0918 462 912 ivana.malecova@dianttrade.sk

ORTHOPEM
Vyrábame na mieru:

- ortopedickú obuv a vložky
- ortéza trupu, horných a dolných končatín
- protézy horných a dolných končatín po amputácii

+421 915 433 923
www.orthopem.sk



Správna voľba
**Výnimočná
 Veľká noc**

51% ZĽAVA
 2.89
1.39
 Slniečnicový olej
 1l

58% ZĽAVA
 2.89
1.19

Plus
 Girna
 SUNFLOWER OIL

41% ZĽAVA
 1.89**
1.11
 Coca-Cola/
 Cola-Cola Zero/
 Fanta/Sprite
 2l
 ** záloh za obsah 0,25 €

SUPERCENA
1.29
 • (100 g = 0,65)
 Maslo
 200 g

Pilos Maslo 82% tuku
 300 g

OD PONDELKA

**OD PONDELKA 25. 3. DO NEDELE 30. 3.
 ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB**

55% ZĽAVA
 3.99**
1.79
 • (1 kg = 3,58)
 Jahody
 500 g balenie

50% ZĽAVA
 5.99
2.99
 Bielo hrozno
 bezjadierkové
 cena za 1 kg

Lidl
STÁNOK
 ČISTÉ ČERSTVE

40% ZĽAVA
 2.15
1.29
 • (1l = 3,29)
 • 1kg = 3,43
 Majonéza/
 Tatarská
 omáčka
 400 ml/330 g

Kanig

41% ZĽAVA
 7.49
4.39
 Kuracie prsné
 rezne XXL
 cena za 1 kg

MASIAŘOVÁ
 ČISTÁ PŮDA



KAŽDÝ DEŇ NÍZKE CENY!

**Dovolená v najnižšej sietovej predajnej cene. 1 | www.lidl.sk/ceny, cenách sa môžu vyskytnúť chyby. © 2024 LIDL, s výhradou práv z dôvodu zmeny v balení a variantoch poskytnutého tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

... a mnoho ďalších výrobkov na www.lidl.sk

Peruka tovaru platí od 25. 3. do 30. 3. 2024 alebo do vypredania zásob. Chýbajú v rámci vytrádení. Ceny sú bez daňových príplatkov. Firma LIDL, si vyhradzuje právo zmien v balení a variantoch poskytnutého tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

08 STAVBA

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

» KUPIM LUDOVE KROJE 0902708047

» Kúpim dychové nástroje, heligonku, akordeón, husle. 0915876860

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

» 68r s domom hľadá partnerku 0909105842

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare: RPmedzera TO medzera číslo rubrikamedzera Text inzerátu

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

Riadková inzercia realit je od 26.10.2023 zrušená, inzerát si môžete podať len cez www.mojinzerat.sk

Spätňou 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 nefunguje 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 novinách, TO zameňte za skratku novin, ktorú nájdete v tiráži. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

Podali ste už daňové priznanie?

Daňové priznanie k dani z príjmov za rok 2023 je potrebné podať a daň aj zaplatiť do 2. apríla (vrátane), pretože 31. marec 2024 prípadne na nedeľu. Ak nestíhate daňové priznanie podať, je potrebné finančnej správe oznámiť predĺženie lehoty.

„Najväčší počet daňových priznaní odovzdávajú daňové subjekty štandardne k poslednému možnému termínu,“ informuje finančná správa (FS) a radí: „Odporúčame však daňovníkom, aby si splnenie tejto povinnosti nenechávali na poslednú chvíľu.“

Predĺženie lehoty

Ak nestíhate daňové priznanie podať, je potrebné finančnej správe oznámiť predĺženie lehoty. Oznámenie o predĺžení lehoty musí byť podané najneskôr do 2.4.2024 elektronicky alebo na mieste príslušný daňový úrad osobne alebo poštou, ak daňovník nie je povinný komunikovať elektronicky s FS. „Pripomíname, že Oznámenie o predĺžení nestačí poslať mailom. Fyzická osoba, ktorá je podnikateľom podľa Obchodného zákonníka a je registrovaná pre daň z príjmov a rovnako aj právnická osoba zapísaná v Obchodnom registri, má povinnosť podať Oznámenie o predĺžení lehoty na podanie daňového priznania za rok 2023 na predpísanom štruktúrovanom tlačíve do 2.4.2024 elektronicky,“ upozorňuje inštitúcia a dodáva, že

tlačivo oznámenia, ktorého vzor určilo Finančné riaditeľstvo SR, je zverejnené na portáli finančnej správy. Ide o tlačivo, ktoré je označené OZN493v22 v1.0 [.pdf; 70 kB; nové okno].

Aj z pohodlia domova

„Daňové povinnosti vedia v súčasnosti vybaviť klienti aj z pohodlia domova. S finančnou správou môže komunikovať elektronicky každý, teda aj fyzické osoby, ktoré nemajú povinnosť elektronickej komunikácie s FS. Potrebne je sa registrovať na portáli finančnej správy. K registrácii a následnej autorizácii je potrebný elektronický občiansky preukaz s čipom (eID), respektíve kvalifikovaný elektronický podpis (KEP). Všetky dôležité informácie nájdú občania na PFS v časti Elektronická komunikácia - praktické informácie pre používateľov. Fyzické osoby môžu využiť aj možnosť uzavrieť s daňovým úradom takzvanú dohodu o elektronickej doručovaní,“ uzatvára FS.



» ren

zdroj foto stevepb pixabay

27. marca 1983

orgány Štb pozatýkali množstvo príslušníkov františkánskej rehole v rámci „akcie Vír“

Výročia a udalosti

28. marca 1979

Roztavenie druhého jadrového reaktora jadrovej elektrárne Three Mile Island

Výročia a udalosti

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



- Do skupiny vyhradených výrobkov patria elektrozariadenia, batérie a akumulátory, obaly, neobalové výrobky, vozidlá a pneumatiky.
- Na vyhradené výrobky sa vzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov, t. z., že výrobca takéhoto výrobku je povinný plniť súbor povinností pre vyhradený výrobok uvedený na trh SR. Tým je zabezpečené, že o vyhradený výrobok, resp. vyhradený prúd odpadu bude postarané vo všetkých fázach jeho životného cyklu.
- Financovanie triedeného zberu vyhradeného prúdu odpadu, vrátane triedeného zberu zložiek komunálneho odpadu patriacich do vyhradeného prúdu, znižujú výrobcovia v rámci systému rozšírenej zodpovednosti výrobcov. V prípade nedošledného triedenia oddelene zbieraných zložiek komunálneho odpadu, na ktoré sa vzťahuje rozšírená zodpovednosť výrobcov, náklady na triedený zber vyhradeného prúdu odpadu znáša obec.
- Každý môže predchádzať vzniku odpadu už pri rozhodovaní o kúpe nového výrobku. Pre ochranu životného prostredia je dôležité, aby sme kupovali výrobky, ktoré majú čo najmenej obalov, pokiaľ možno z rozložiteľných materiálov, aby sme kupovali elektrozariadenia s najvyššou energetickou triedou, pretože šetríme prírodné zdroje potrebné na výrobu elektrickej energie. V prípade batérií a akumulátorov sa snažíme o používanie batérií s dlhou životnosťou alebo využívame nabíjateľné akumulátory.
- Zakazuje sa do voľnej prírody ukladať akýkoľvek odpad. Batérie a akumulátory, elektrozariadenia a odpadové pneumatiky sa nesmú vyhadzovať do komunálneho odpadu.
- Konečný používateľ môže odovzdať elektrozariadenia, batérie a akumulátory na miestach spätého zberu a odpadové pneumatiky u distribútorov pneumatík. Nakladanie s odpadom z obalov a neobalových výrobkov je určené vo všeobecne záväznom nariadení obce.

Viac informácií nájdete na webových sídlach www.e-cycling.sk a www.slovmas.sk.

PLOCHÉ STRECHY

- izolácie plochých striech
- zateplenia plochých striech
- kaučukové pasy, PVC fólie
- odborné poradenstvo a cenová ponuka na mieste ZDARMA

0905 66 22 29

LETÁKY

0903 921 710

PRENÁJOM KONTAJNEROV

Objem 6m³ na suť
a
12m³ na iné odpady.

0917351013

PREDÁM STARÝ DOM 1500m²
okr. Levice 55€/m²
pozemok1500@gmail.com



PSS

PRVÁ STAVEBNÁ SPORITELŇA

NAVŠTÍVTE NOVOOTVORENÉ

OBCHODNÉ ZASTÚPENIE PSS
Bizniscentrum, Stummerova 6
Topoľčany (bývalá budova Slovenskej sporiteľne)

MENÍME PRÁCU NA ÚSPECH PRIDAJ SA K NÁM

KONTAKT:
FRANTIŠEK VARGA
+421 915 740 123
Otváracie hodiny:
Po - Pia: 10.00 - 17.00

CHLADNIČKY, MRAZNIČKY. SERVIS!

0944 070 007

PLOCHÉ STRECHY

- izolácie, zateplenia
- bezplatná cen.ponuka
- realizácia do 7 dní
0904 644 980
<https://sites.google.com/view/strechygalis>

Ponúkame realizáciu obkladov, dlažby aj veľkoplošnej.

Dlhoročné skúsenosti 0903437322

Zateká Vám strecha?

Spoľahnite sa na odborníkov a budete kludne spať

- opravy asfaltových a plechových striech - lokálne aj celoplošne novými elastickými materiálmi so životnosťou min. 30 rokov v cene už od 12,90 € / m²
Výber z viac druhov materiálov
- obhliadka a vypracovanie cenovej ponuky **zadarmo**

STRECHAFER, s.r.o.
Božík Peter
0948 606 860

PREDAJŇA U KRTKA ŽABOKREKY NAD NITROU



Vás pozýva nakúpiť si:

- sadbové zemiaky
- sadbová cibuľka a cesnak, zeleninové semená
- ovocie, zelenina, čalamáda
- priesady byliniek a jarných kvetov atď.

PO-PIA 8.00-16.30
SO 8.00-12.00

0918 913 273

Pozývame Vás na nákup OVOCNÝCH VÝPESTKOV
Ideálny čas na výsadbu

Jablone, hrušky, slivky, Marhule, broskyne, Čerešne, višne a drobné ovocie:

ríbezle, egreše, josta, vinič, liesky, čučoriedky, zimolez, černice, maliny, malinostružina, aktinídia

FIRMA BIOPANT s.r.o., OSTRATICE
Otv. hod.: po-pia 7.30-16.30 so 7.30-12.00
038 7688415, 0908 977 926

ČISTENIE KANALIZÁCIÍ

Máte upchatý drez, WC, umývadlo?
MONITORING
Sme tu pre Vás!
NONSTOP
0902 384 668

STRECHY - MONTÁŽ - VÝMENA

- PLECHOVÉ
 - ŠKRYDĽOVÉ
 - ŠINDĽOVÉ
 - HYDROIZOLÁCIE
 - VÝMENA RÍN
 - LIKVIDÁCIA AZBESTU
 - ZATEPLENIE DOMOV
 - PRÍSTAVBY
 - BYTOVÉ JADRÁ
 - ELEKTROINŠTALÁCIE
 - POTERY, OMIETKY
 - VODA, KÚRENIE
- 0948 107 877**

SŤAHOVANIE

Topoľčany
Dispečing SK - 0950 333 222
www.stahovanie-profi.sk

DOVOZ NA ADRESU

18 týž. mládky, brojerové a nosnicové kuriatka husi, kačky, husokačky, morky
www.hydinashop.sk
0944 842 953

GARÁŽOVÉ BRÁNY
MOTORIZÁCIA BRÁN
TIENIACA TECHNIKA

CAME NICE HORMANN ALUTECH LOMAX

0903 405 766 WWW.ZUKY.SK

FRÉZOVANIE A VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

Fasádne 3-vrstvové komíny
Rekonštrukcie komínov

Zľava na materiál **35%**
Obhliadka zdarma
Montáž v celej SR
tel: **0907 265 361**

Recyklácia a vyradenie vozidla z evidencie

Autorizovaný spracovateľ - Piec auto s.r.o.
Akcia na šrotovné - platíme 30 € za auto
Odvoz auta zadarmo
GA SA HC LV NR NZ PE PN BN NM TO TT ZH ZC BS.
Už nemusíte chodiť na dopravný inšpektorát, my všetko odhlásime za Vás.
0915 261 120

KANÁL SERVIS
RÝCHLO | ČISTO | SPOLAHLIVO | NONSTOP

KRTKOVANIE ČISTENIE KANALIZÁCIÍ BEZVÝKOPOVÉ OPRAVY MONITORING KAMEROU

rýchly zásah za najlepšie ceny
DOPRAVA ZDARMA
0907 652 710
www.kanalservis.sk

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

S			3	4			5		7
	5	4							2
U					8				
D	2		8	9			3		
		5			4			6	
O	3					5			
K			6				8		
U	4						9		
			2		1				3

ŽP EKO DELET

SVIEŽE JARNÉ CENY

ZBAVTE SA SVOJHO ŠROTU ZA BEZKONKURENČNÚ JARNÚ CENU
200 AŽ 250 EUR / TONU

TOPOLČANY 1 **0903 567 336** TOPOLČANY 2 **0911 400 382** ZEMIANSKÉ KOSTOLANY **0903 546 644**

Najväčšou motiváciou prestať fajčiť bola moja rodina



Helena (60)

„V čase, keď sa zariadenie na nahrievaný tabak dostalo na Slovensko, som vôbec nevedela, ako funguje. Vďaka mojej dospeljej dcére som ho síce vyskúšala, ale po niekoľkých dňoch som ho vrátila. Cigaret som sa, bohužiaľ, vzdať nedokázala. Po roku som si všimla, že viac ľudí v mojom okolí urobilo zmenu a prešlo na bezdymové zariadenia. Dokonca mi potvrdili výhody jeho používania. Rozhodla som sa dať tomu druhú šancu. Motivovala ma predovšetkým rozrastajúca sa rodina. Zariadenie som vydržala používať celý týždeň, nekombinovala som ho s cigaretami, a odvtedy som si už nikdy nezapálila. Som rada, že to moja rodina oceňuje. Vnímam, že ide o lepší variant pre mňa aj moje okolie. V dnešných časoch bezdymových alternatív nechápem, že niekto ešte fajčí klasické cigarety.“

Fajčiari, pozor!

Prečítajte si nasledujúce riadky a cigaretu navždy uhaste

Najlepšie je nefajčiť vôbec, ideálne ani nikdy nezačať. To si uvedomuje azda každý fajčiari. Preto ak fajčíte, tak s tým skončujte! Pre tých, ktorí by inak pokračovali vo fajčení, sú určite lepšou voľbou bezdymové alternatívy.

To, že cigarety nie sú tým najlepším životným spoločníkom, si uvedomujú aj fajčiari. Veľmi dobre vedia o rizikách tejto neresti. Väčšina z nich dokonca skúsila s fajčením skončiť, a to opakovane. Či už to bolo kvôli strachu o vlastné zdravie, zlepšeniu kvality života pre seba aj okolie, alebo pre peniaze.

1 Poznáte to? Chceme skončiť s fajčením, ale...

Skončiť s fajčením nie je jednoduché. Pevná vôľa nám vydrží týždeň či pár mesiacov, v mnohých prípadoch sa zlozvyk vracia späť. „Na pomoc“ mu pride celý rad výhovoriek a prekážok. Fajčenie cigariet si ospravedľujeme tým, že nám pomáhajú zvládať stresové situácie alebo nepribrat, a nakoniec začneme zľahčovať vplyvy na naše zdravie. Nemenej osvedčené sú výhovorky, že bez cigariet sa cítim divne medzi priateľmi. Veď je to len jedna cigareta ku káve alebo dve pri pive. Alebo že fajčenie k nám skrátka patrí. A celé to obvykle uzavrie k nám skrátka nemáme dostatočne pevnú vôľu skončiť.

2 Problémy spôsobuje horenie cigarety

Najlepším riešením je s fajčením skončiť úplne. Mnohí fajčiari však potvrdia, že prestať fajčiť zo dňa na deň je pre nich mimoriadne náročné, a to práve kvôli závislosti od nikotínu.

Čo robiť v takom prípade? Vyhľadajte odbornú pomoc alebo skúste niektorý z dostupných prostriedkov pre odvykanie od fajčenia, ako sú pastilky alebo náplasti. Ak sa nechcete z akéhokoľvek dôvodu nikotínu vzdať, zvážte prechod na bezdymové alternatívy. Medzi ne patria aj zariadenia na nahrievanie tabaku, e-cigarety alebo nikotínové vrecúška.

Klasická cigareta



Obsahuje nikotín



Vytvára škodlivý cigaretový dym, decht a popol



Tabak sa spája



Zanecháva cigaretový zápach na oblečení, vlasoch a pokožke



Produkuje 6 000 chemikálií/100 z nich je klasifikovaných ako škodlivé alebo potenciálne škodlivé

Mýtus o nikotíne, pravda o dechte

Mnoho fajčiarov si myslí, že pôvodcom ochorenia spojených s fajčením je nikotín. Ako je to však naozaj? Nikotín a decht sú dve rozdielne veci. Cigarety ľudia fajčia kvôli nikotínu. Ten je síce návykový, nie je však hlavnou príčinou ochorenia spojených s fajčením. Skutočným vinníkom, ktorý je zodpovedný za najväčšie škody na zdraví dospelých fajčiarov, je tabakový dym, resp. tabakový decht – zmes chemických látok, ktorá vzniká počas horenia cigarety a obsahuje karcinogénne a toxické látky nebezpečné pre zdravie.

Zariadenia na nahrievanie tabaku alebo e-cigarety



Obsahujú nikotín



Tabak alebo kvapalina sa nahrievajú



Produkujú o 95 % menej škodlivín v porovnaní s cigaretami*



Vytvárajú aerosól



Nezanechávajú cigaretový zápach na pokožke, vo vlasoch a na oblečení

Bez dymové zariadenia nie sú bez rizika. Obsahujú nikotín, ktorý je návykový. Sú určené výhradne pre dospelých fajčiarov, ktorí by inak pokračovali vo fajčení cigariet alebo užívaní iných nikotínových výrobkov. Bez dymové zariadenia nie sú prostriedkom na odvykanie od fajčenia. Najlepším spôsobom, ako znížiť zdravotné riziká spojené s užívaním výrobkov s obsahom tabaku alebo nikotínu, je prestať ich celkom užívať.

* Platí pre bezdymové zariadenie na nahrievanie IQOS. „O 95 % menej“ predstavuje priemerné zníženie hladiny 9 škodlivých chemických látok, ktorých obsah odporúča Svetová zdravotnícka organizácia znížiť v cigaretovom dyme a ktoré nezahŕňajú nikotín. To nevyhnutne nepredstavuje zníženie rizika o 95 %.

Stavebná firma
Rekonštrukcie domov a bytov


- Zateplenie a fasády
- Pokládka zámkovej dlažby
- Dlažby- obklady
- Sadrokartónové práce a ďalšie stavebné práce
- Drevodomý a altánky

Zálohu za prácu dopredu neberieme

0944 669 354

ÚČTOVNÍCTVO **0905 867 956**

- JEDNODUCHÉ A PODVOJNÉ
- SPRACOVANIE DPH
- MZDY A PERSONALISTIKA



ZEMNÉ A VÝKOPOVÉ PRÁCE **0905 419 232**

- PLYN, VODA, KANÁL, DOVOZ PIESKY

BÁNOVCE NAD BEBRAVOU + OKOLIE

Montáž, predaj a servis klimatizácií



AUX 3,5 kW
 cena s montážou **749€**

0905 935 026

ČISTENIE HROBOV DOSEKÁVANIE PÍSM

Čistenie: Jednohrob **100€ 85€** Dvojhrob **150€ 130€**
 Impregnácia hrobu **ZDARMA**, Doprava **ZDARMA**
 Obnova písma: (zlatá, strieborná, čierna, biela) **2€ 1,60€/znak**.
 Dosekávacie písma priamo na mieste, bez demontáže pomníka
 Do 5 znakov **85€**, 6-11 znakov **125€**, 12 a viac **12€/znak**

Ing. Miroslav Greisiger **Zimná akcia do 31.3.**
 0940 653 651, 0919 205 521 www.greisiger.sk

Oslavujeme 10 rokov a 15 000 spokojných zákazníkov, preto každý zákazník dostane pri platbe dodatočnú zľavu 10%!! Staňte sa ďalším spokojným zákazníkom.

MLÁDKY
 rôznych farieb, veľkostí a vytriedených (sexovaných) **MORIAKOV na 95%**
 dovezieme v apríli a máji k VÁM

pozri na **www.farmastrezenice.sk**
 Chovná hydina **volajte**
0905 332 402, 0903 886 300

ZATEPLENIE DOMOV - FASÁDY
 Rekonštrukcia domov, bytov, kúpeľní, maľovanie, stierkovanie, izolácie domov a striech, výmena rýn sadrokartónové systémy, podlahy, dlažby

0907 382 062

Frézovanie a vložkovanie

KOMÍNOV frézovanie **od 15€/m**

- frézovanie 1 m - **15 €**
- vložkovanie, certifikovaný žiaruvzdorný materiál
- zľava 35% na materiál
- obhliadka zdarma, dohoda istá

FRÉZUJEME PO CELÝ ROK

0911 322 495, 0907 362 202, frezovanievložkovanie@gmail.com

UŽITOČNÉ KONTAKTY
www.mojinzerat.sk

30. marca 1920 **Výročia a udalosti**
 česko-slovenský parlament schválil oficiálnu **vľajku Česko-Slovenska**

Topoľčiansko.sk

Pomôcť môže aj kvalitná strava, dostatok tekutín či odдых
Podporte fungovanie svojho mozgu

Mozog a nervový systém riadia fungovanie celého tela. „Mozog je jeden z najdôležitejších orgánov v ľudskom tele - umožňuje nám myslieť, hýbať sa a komunikovať s okolím. Dáva nám schopnosť vnímať svet naokolo, cítiť emócie, pamätať si, učiť sa a sústrediť sa. Zdravý mozog je preto zásadný pre prežitie plnohodnotného života,“ uvádza na sociálnej sieti Úrad verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR).

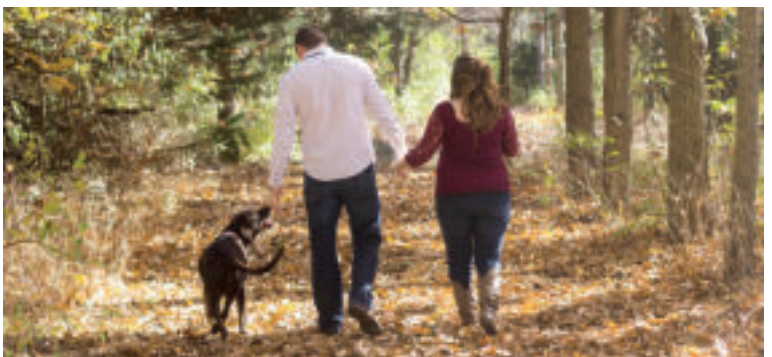
Fungovaniu mozgu podľa odborníkov škodí nedostatočný pohyb, sedavý životný štýl, nekvalitný spánok alebo jeho nedostatok, nedostatočná socializácia, neprimerané množstvo času osamote, dlhodobý a chronický stres, nadmerné užívanie alkoholu, fajčenie, dlhodobé pesimistické myslenie.

Čo prospieva mozgu:

- Nenechať ho "zlenivieť". Akákoľvek aktivita mu prospieva či už to je komunikácia, udržiavanie sociálnych vzťahov, literatúra, nové podnety, kultúra, umenie, pestovanie koníčkov, spoločenské hry, učenie cudzích jazykov.
- Trénovať pamäť – výkon pamäti sa môže vekom znižovať, preto ju treba stále trénovať a udržiavať v aktivite. Dôležité je používať aj vlastnú pamäť,

nielen tú digitálnu. Skúste svoj mozog priebežne stimulovať napríklad vedomostnými súťažami, rébusmi, krížovkami, sudoku, pexesom alebo šachom.

- Kvalitná strava – mozog spotrebúva veľa energie. Dôležitá je zdravá a vyvážená strava. Vhodným príkladom je stredomorská strava zahŕňajúca zeleninu, ovocie, olivový olej, obilniny, chlieb, strukoviny, ryby, vajíčka, mliečne výrobky, mäso. Dôležité je redukovať príjem alkoholu. Vitamíny skupiny B sú doppingom pre celý nervový systém.
- Dostatok tekutín - ak je telo zásobené tekutinami, mozog je dostatočne prekrvený a nervové bunky navzájom dobre komunikujú.
- Kvalitný spánok – chronický nedostatok spánku poškodzuje pamäť, únava znižuje schopnosť koncentrácie.
- Pravidelná fyzická aktivita – pohybom sa zvyšuje mozgová výkonnosť. Ideálny je pohyb na čerstvom vzduchu. Mozog je pri fyzickej aktivite viac prekrvený, a teda viac okysličovaný a zásobovaný živinami.
- Pravidelný odдых počas dňa – krátke prestávky (mikroprestávky, 5- až 10-minútové) počas dňa zmierňujú únavu – prospieva pohľad z okna, chôdza po schodoch, hlboké dýchanie, krátka meditácia.
- Pobyť v prírode – aspoň dve hodiny za



Ilustračné foto. zdroj foto jatocreate pixabay

týždeň. Podporuje psychické aj fyzické zdravie.

- Používať informačné a komunikačné technológie len v nutnej miere a nenechať ich zbytočne zapnuté.
- Určiť si vo svojom byte aj pracovnom prostredí zóny bez akýchkoľvek technológií.

Potraviny pre mozog
 Pravidelnou konzumáciou nasledujúcich potravín môžete zlepšiť fungovanie svojho mozgu:

- Potravinové zdroje vitamínu E, ako sú rastlinný olej, semená, avokádo, orechy.
- Zdroje antioxidantov vrátane vitamínov A, C, D, E, K, ktoré sa nachádzajú v pestrofarebnom ovocí a zelenine.

- Ryby obsahujúce omega-3 mastné kyseliny.
- Tmavozelená listová zelenina, ako napríklad kel, špenát, mangold.
- Všetky strukoviny nám môžu pomôcť stabilizovať hladinu cukru v krvi, a tým zabezpečiť priebežné dodávky potrebnej energie aj do mozgu.
- Káva, čaj a horká čokoláda; kofeín konzumovaný v týchto formách a s mierou môže stimulovať duševnú bystrosť.
- Okrem týchto potravín nepodceňujte dôležitosť pitia dostatočného množstva vody. Kognitívne funkcie môžu byť narušené, keď je telo dehydrované.

Informácie poskytol ÚVZ SR

» ren

HLINÍKOVÉ ROLETY

V CENE
PLASTOVÝCH

Ochráňte svoje
okná a zvýšte tepelnú
izoláciu o 30%



Záruka
10 rokov

Garancia
najnižšej
ceny
v regióne

OKNÁ ZA POLOVICU

- nový profil 76 mm
- 3-sklo za cenu 2-skla
- -10% za rýchlu objednávku
- -10% pre seniorov a ZŤP
- TOP výmena okien do 10 dní od zamerania



PETER ČÍK

Dolina 975/55, Brezová pod Bradlom
0918 500 492 • oknozahorie@azet.sk
www.top-okna.sk

Malacky • Senica • Skalica • Nové Mesto nad Váhom • Trenčín • Topoľčany

10-008

▲ ZENIT

JARNÁ AKCIA



Exolon® 2/10
Ultralight číra
9,50 €/m²



Exolon® 7/16
BF, bronz
16,50 €/m²

Koš - 046/5430 771, zenit@zenitsk.sk
Košice - 055/6254 006, kosice@zenitsk.sk
WWW.ZENITSK.SK

13-0134



Dražobník GAVILA s. r. o.,

1. mája 173/11, Trenčín, IČO: 45 517 959

uverejňuje týmto podľa zákona č.527/2002 Z. z.

OZNÁMENIE O OPAKOVANEJ DOBROVOĽNEJ DRAŽBE č. DR004/2023
Dátum dražby: 17.04.2024 o 13:00 hod. - Štvrté kolo dražby

Miesto konania dražby: Notársky úrad Trenčín,
Brianska 1J, Trenčín 911 05, notár JUDr. Denisa Adamkovičová

Predmet dražby:

Predmet dražby: jednak nehnuteľnosti zapísané na LV č. 561 vedenom Okresným úradom Partizánske, kat. odborom, pre okres Partizánske, obec Partizánske, k.ú. Partizánske a to:

PARCELY registra „C“ evidované na katastrálnej mape:

- parcelné číslo 871 - Zastavané plochy a nádvoria o výmere 414 m²

- parcelné číslo 872 - Záhrady o výmere 492 m² a

Stavby:

- Rodinný dom so súpisným číslom 924 postavený na parcele „C“ KN parc. č. 871,

a jednak súbor hnuťelných vecí podľa Súpisu hnuťelných vecí uvedených v oznámení o dražbe.

Najnižšie podanie 121.500 EUR . Dražobná zábezpeka 5.000 - EUR

Bližšie informácie o podmienkach účasti na dražbe:

gavila@gavila.sk, www.gavila.sk, kontakt: 0905 476 407, 0948 670 881

96-0121

kamstav
kompletné kamenárske služby

www.kamenarstvo-kamstav.sk

B. BYSTRICA, J. KRÁĽA 4, CENTRUM, PRI POTOKU
(novootvorená predajňa - presťahovaná z Radvane)

0917 216 390



-50%
na všetky pomníky

SERIÓZNOSŤ • FLEXIBILITA • TRADÍCIA od r. 1989

SPISUJEME
OBJEDNÁVKY
PRE ROK
2024
ZA
MINULOROČNÉ
CENY

DOPRAVA ZDARMA

CINTORÍN RADVAŇ NOVÉ URNOVÉ A HROBOVÉ MIESTA ZAKÚPITE U NÁS

18-0010

Prijmeme do TPP
**SKLADOVÝCH
PRACOVNÍKOV**

- práca s ručným skenerom

- preukaz VZV vítaný

Plat: 800 - 1300 €

v závislosti od výkonu

0905 550 896

51-0072

MONTÁŽ - OPRAVA - SERVIS

- žalúzie, sítá, rolety (všetky druhy)
- bezpečnostné dvere
- okná a dvere - nastavenie a utesnenie

0905 304 601 Zľavy pre
dôchodcov a ZŤP

20-0058

čujte.sk

**Ázijský tigrovaný komár
už aj na Slovensku**

www.cujte.sk



zdroj foto: Wikimedia.org/pixabay

ZÁHRADKÁR

2024 10.-14. APRÍL

28. ROČNÍK

LETISKO, TRENČÍN

ZÁHRADKÁR VEĽTRH PRE POTREBY ZÁHRADKÁROV

VČELÁRSKY VEĽTRH

ĽUDOVÉ UMELECKÉ REMESLÁ

KRST KNIHY PROF. I. HRIČOVSKÉHO

ING. E. JAKUBEK PRAKTICKÉ UKÁŽKY REZOV

NOVÁ ZÁHRADA - M. ČURDA a F. LAŠŠÁK

SLÁVNOSTNÉ OTVORENIE S PROF. I. HRIČOVSKÝM
SEMINÁRE ■ PREDNÁŠKY ■ ZÁHRADNÁ TECHNIKA

BONSAJOVÁ SHOW ■ ZÁHRADKÁRSKE POTREBY

ZABÍJAČKA SO SALAŠOM ZBOJSKÁ A PD BOŠÁCA

GASTRO ZÓNA ■ ZÁHRADNÉ CENTRUM

🌐 www.mpevent.sk ✉ obchod@mpevent.sk

📱 📷 Záhradkársky veľtrh Trenčín



predpredaj sk

POD ZÁŠTITOU:

HLAVNÝ PARTNER:

ODBORNÍ GARANTI:

PARTNERI A MEDIÁLNI PARTNERI:



Podujatie sa koná s podporou Trenčianskeho samosprávneho kraja.



98,90€

HUGO BOSS BOSS Alive
Parfumovaná voda 80 ml

Demro.sk



31,15€

Gillette 4 v 1 Precízny
Zastrihávač Na Telo A Bradu

Demro.sk



324,00€

SMEG Espresso kávovar
50 s Retro Style White

Domkavy.sk



49,99€

Crivit Kolobežka
Big Wheel

Lidl.sk



25,90€

Musetti zrnková káva
Intenso - 1kg

Domkavy.sk



255,00€

Plynová varná doska
Whirlpool GOFL 629/NB

ZlavneneSpotrebice.sk



59,99€

Parkside® Elektrická kosačka
PRM 1200 C3

Lidl.sk



485,50€
~~699€~~

Rotavátor Worcraft WPLM112,
7HP, 100 cm, benzínový

ZEPA.sk



38,00€

Nylonový pelech pre psov
Čierny 70x80 cm

Profitent.sk



29,89€

ORION Forma na bábovku
MARISSA, 24 cm

Kuchyňovo.sk



4,25€

Žiarovka OSRAM® LED GU10
36° 5W/2700K

Demro.sk



49,99€

Parkside® Aku multivyžinač
3 v 1 Pamt 20-Li A1

Lidl.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**

SIMON-Fleisch

**BRAVČOVÁ
A HOVÄDZIA
PORÁŽKA
V NEMECKU**

14€ - 20€

**OBSLUHA UMÝVACEJ
LINKY**

od 13€

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

**Ostaňte sami sebou
vďaka stoličkovým
výťahom Stannah**

**Darček v
hodnote až
do 500,-€***

Ponuka

Zavolajte zadarmo
0800 162 162
www.stannah.sk

Váš partner pre stoličkové
výťahy na Slovensku.
Pretože Stannah
mení váš život.

Stannah

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

*Kampaň platí pre každú objednávku do 30.4.24, nie je retroaktívna ani kumulovateľná s inými ponukami alebo kampaňami.

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
vykupparoziaeu@gmail.com

čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

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 rekonvalescencii kostí, šliach, väzov a kože. Pri dennom

**AKCIA
2+1 ZADARMO**

HOVÄDZÍ
KOLAGÉN FORTE
**45,90
EUR**
/1 KS

KOLAGÉN
FORTE 2 v 1
**38,90
EUR**
/1 KS

(Akcia platí iba pri nákupe dvoch rovnakých druhov kolagénu.)

užívaním 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 hydrolyzácie 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 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**

Môžete teraz
objednať na:

www.medikaexpert.sk
alebo na tel.:

0904 552 345

Volajte v pracovné dni:
od Pondelka do Piatka,
od 10:00 do 16:00 hod.

**Alebo kúpiť
aj v predajni:**

SLNIEČKO
ZDRAVÁ VÝŽIVA

SLNIEČKO ZDRAVÁ VÝŽIVA
Coboriho 1, Nitra - OC Polygon

Oplatí sa!

**TOP
PONUKY
TÝŽDŇA**

**GS
EUROTHERM
MONTY**

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%**

**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**

**VYPESTUJTE SI
DOMÁCU ÚRODU!**

SKLENÍKOV
Polykarbonátové skleníky

Kompostéry
Sudy na vodu

**DOPRAVA
ZADARMO!**

Navštívte náš e-shop!

0915 516 672
www.sklenikovo.sk

479 € Galerica
Genio 3x4 m

galerica

**ODOLNÉ
POLYKARBONÁTOVÉ
SKLENÍKY**

ŠVAJČIARSKY POLYKARBONÁT
PRÉMIOVEJ KVALITY

**DARČEK
ZADARMO**

4 L

Bez budovania základov
Odolnosť voči snehu a vetru
5 rokov záruka na konštrukciu
10 rokov záruka na polykarbonát
BIO HNOJIVO chrániace rastliny pred škodcami

ENVIROTHERM V NOVOM PROJEKTE ZELENA DOMÁCNOSTIAM
PROFESIONALITA & KVALITA Zelená Domácnostiam

JE K DISPOZÍCII VÝŠE 151,6 MILIÓNOV EUR AJ PRE BYTOVÉ DOMY

FOTOVOLTIKA NA KĹÚC O VÝKONE:

3 kW za **3 240 €**
5 kW za **5 059 €**
7 kW za **6 509 €**
10 kW za **9 099 €**

**NEVÁHAJTE
A PREDREGISTRUJTE SA
EŠTE DNES!**

Ziskame Vám dotáciu pre fotovoltiku
až do výšky 4 025 €

V cene fotovoltiky je montáž vrátane administratívy na kľúč

25 ROKOV ZÁRUKA OD VÝROBCU
Možnosť nákupu AJ NA SPLÁTKY

infolinka: **0951 909 909**
www.envirotherm.sk
kontakt@envirotherm.sk
fb.com/envirotherm.sk

DOPRAVA ZADARMO • VŠETKO SKLADOM

Názov	Š x V x D	Cena	Cena za predĺženie	2m
GNOM	1,64 x 1,66 x 4 m	379 €	cena predĺženia o 2m	100 €
GRETA	2 x 2 x 4 m	479 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GLORIA	2,58 x 2 x 4 m	579 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GENIO	3 x 2 x 4 m	479 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GARANT	3 x 2 x 4 m	579 €	cena predĺženia o 2m	160 €
GULLIVER	3 x 2 x 4 m	649 €	cena predĺženia o 2m	200 €
GOLIÁŠ	3 x 2 x 4 m	729 €	cena predĺženia o 2m	200 €
GOLEM	4 x 2,7 x 4 m	1 599 €	cena predĺženia o 2m	400 €
GIGANT	6 x 4 x 10 m	5 799 €	cena predĺženia o 2m	750 €

0948 88 88 55 info@galerica.sk www.galerica.sk

OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH,
KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

**BITUMÉNOVOU LEPENKOU
bez demontáže pôvodnej krytiny**

⇨ zameranie ⇨ odborné poradenstvo
⇨ cenová kalkulácia ZDARMA!!!

NON STOP - 0944 720 932

25 ROKOV ZÁRUKA OD VÝROBCU
ZÁRUKA 25 ROKOV

slovenská firma

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽĽABOV