

BRATISLAVSKO západ

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 106 540 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Spoločnosť AVE SK odpadové hospodárstvo s.r.o.
prijme na prevádzku vo Vrakuni



» Pracovník odpadového hospodárstva

Mzda: od 5,50 € / hodina

- Vodičský preukaz B a preukaz na VZV
- Práca aj v sobotu
- Technická zručnosť vítaná

» Pracovník prevádzky

Mzda: od 5,20 € / hodina

- Pozícia triediča, VZV je výhoda

Mzda pri oboch pozíciách je delená na fixnú a variabilnú časť.
Motivačný systém odmien, príplatky a nadčasy v súlade so zákonníkom práce.

Pre viac informácií kontaktuje číslo: +421 908 867 798



Slovenská Grafia a.s.

Pekná cesta 6, 834 03 Bratislava

výrobná spoločnosť v oblasti polygrafického priemyslu



PRIJME IHNEĎ

- KNIHÁROV - ZORAĐOVAČOV
- PREVÁDZKOVÝCH ELEKTRONIKOV
- MECHANIKA POLYGRAFICKÝCH STROJOV

Mzda: min. 1 450 € - 2 100 €
od skúsenosti a zručnosti uchádzača

- ROBOTNÍKOV do výroby
- NASTAVOVAČOV OREZOVÝCH LINIEK

Mzda: min. 1 130 € - 1 600 €
od skúsenosti a zručnosti uchádzača

Požiadavky:

- zdravotná spôsobilosť na výkon práce v noci
 - vyučenie v odbore výhodou, nie podmienkou
- Mzda vrátane príplatkov do 250 € a základnej zložky mzdy od 700 € - 1000 €

- IT ŠPECIALISTA PODPORY ERP
A INÝCH PODNIKOVÝCH INFORMAČNÝCH SYSTÉMOV

Mzda: min. 1 800 €
od odborných schopností uchádzača
Základná zložka mzdy 1080 €

Benefity: 13. a 14. mzda

- každoročné zvýšenie mzdy
- mimoriadne a jubilejné odmeny
- hlavné jedlo zdarma v závodnej jedálni a iné benefity

Bližšie informácie:

tel.: 02/49493 853, 02/49493 854, 02/49493 111,
e-mail: kariera@grafia.sk, www.grafia.sk

OPRAVA STRECHY

- » oprava a údržba
- » odstránenie zatekania
- » klampiarske prvky
- » odkvapový systém

0903 969 611

UMÝVANIE OKIEN
UPRÁTOVANIE
TEPOVANIE

Vysoká kvalita

www.topservis-bratislava.sk

0908 437 079

PRIJMEME SPOLAHLIVÉ PANIE

na upratovanie
kancelárskych priestorov
od 17 hod. do 20 hod.
Plat: 5,80 € / hod. brutto

0905 758 469
0915 948 417

INZERCIA

0905 719 132

- sťahovanie • likvidácie
- výnos • prenos nábytku

»»» ZŤP, dôch. -10% «««

JOŽOVCI

0911 107 792
0903 594 868

NAŠE SLUŽBY PRE VÁS:

- renovácia dverí
- kľučky, zámky, sklo
- servis vstavaných skriň
- renovácia vstavaných skriň

obhliadky: 0905 605 934
prevádzka: 0948 288 791Odeská ulica 75, 821 06 Bratislava
renovacia@renovacia-dveri.eu
www.renovacia-dveri.eu

Nepremeškajte jarnú akciu v ZENITE!

ZĽAVY do 30%

na vybrané komórkové polykarbonáty

Formátovanie
ZDARMA

len pravouhlé rezy

Doprava po SR
ZDARMA

pri objednávke nad 500€ bez DPH

Koš - 046/5430 771, zenit@zenitsk.skKošice - 055/6254 006, kosice@zenitsk.sk

Bezplatný týždenník

BRATISLAVSKO
západ

EV 6238/24

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

Ročník II, rok 2025

Redakcia: Martinčekova 17
BRATISLAVA
bratislavsko@regionpress.sk

INZERCIA

Zora Kovačová 0905 719 132
Edita Schubertová 0910 922 916
Mgr. Barbora Knapová 0910 973 657

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



Vychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (106.540 domácností)

Každý týždeň: Dlhé Diely, Karlova Ves, Dúbravka, Lamač, Petržalka, Devínska Nová Ves, Devín, Horský park, Záhorská, Bystrica, Rusovce, Jarovce, Čunovo, Koliba, Kramáre



Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovou úpravou.

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade, že viete o mieste, kam naše noviny nechodia, dajte nám, vedieť. Ďakujeme.

Západné Slovensko

| | | |
|----|---------|---------------------|
| BV | 97.240 | BRATISLAVSKO východ |
| BZ | 106.540 | BRATISLAVSKO západ |
| DS | 34.320 | DUNAJSKOSTREDSKO |
| GA | 34.390 | GALANTSKO-ŠALIANSKO |
| HC | 30.330 | HLOHOVECKO-SEREĎSKO |
| KM | 16.450 | KOMÁRŇANSKO |
| LV | 30.580 | LEVIČKO |
| MA | 29.680 | MALACKO |
| NR | 54.170 | NITRIANSKO |
| NZ | 35.050 | NOVOZÁMCKO |
| PK | 22.970 | PEZINSKO |
| PN | 41.870 | PIEŠŤANSKO-NM-MY |
| SC | 35.420 | SENECKO |
| SE | 36.750 | SENIČKO-SKALICKO |
| TO | 41.930 | TOPOLČIANSKO-PE-BN |
| TN | 60.750 | TRENČIANSKO-DCA-IL |
| TT | 49.930 | TRNAVSKO |
| ZM | 20.930 | ZLATOMORAVSKO |

Stredné Slovensko

| | | |
|----|--------|-----------------------|
| BB | 56.200 | BANSKOBYSTRICKO-SK-SP |
| KY | 29.300 | KYSUCKO-CA-KM |
| LI | 37.270 | LIPTOVSKO-LM-RK |
| LC | 30.860 | LUČEŇSKO-VK-PT |
| MT | 38.570 | MARTINSKO-TR |
| OR | 34.980 | ORAVSKO-DK-NO-TS |
| PB | 33.590 | POVAŽSKO-PB-PU |
| PD | 40.150 | PRIEVIDSKO |
| ZV | 38.400 | ZVOLENSKO-DT-KA |
| ZH | 26.880 | ŽILANSKO-ZC-BS |
| ZA | 50.780 | ŽILINSKO-BY |

Východné Slovensko

| | | |
|----|--------|-------------------|
| BJ | 37.210 | BARDEJOVSKO-SK-SP |
| GE | 30.830 | GEMERSKO-RV-RS-RA |
| HU | 27.190 | HUMENSKO-VT-SV-ML |
| KE | 92.130 | KOŠICKO |
| KS | 24.900 | KOŠICKO okolie |
| SL | 12.940 | LUBOVNIANSKO |
| MI | 31.260 | MICHALOVSKO-TV-SO |
| PP | 41.520 | POPRADESKO-KK |
| PO | 49.940 | PREŠOVSKO-SB |
| SN | 32.540 | SPIŠSKO-LE-GL |

Zámer nového zákona o vysokých školách

Minister školstva Tomáš Drucker predstavil v uplynulých dňoch vecný zámer nového zákona o vysokých školách. Návrh je pritom súčasťou širšieho plánu, ako zlepšiť vysoké školstvo na Slovensku.

Ministerstvo školstva SR v tejto súvislosti uviedlo, že Slovenské vysoké školstvo sa za posledné roky posunulo vpred a mnohé školy robia dôležité kroky k zvýšeniu kvality. „Napriek tomu každý piaty študent alebo študentka odchádza študovať do zahraničia. Dôvera verejnosti, médií či časti expertov a politikov v domáce vysoké školy zostáva krehká. Nedôvera má hlboké korene, či už oprávnené alebo neoprávnené. Dnes prichádzame s konkrétnym návrhom, ako situáciu zmeniť,“ povedal minister Tomáš Drucker.

Vybrané zmeny, ktoré nový zákon priniesie:

Viac možností, ako študovať - Flexibilné štúdium umožní kombináciu rôznych foriem výučby, získavanie certifikátov za kratšie programy či určenie dĺžky štúdia podľa počtu kreditov, nie rokov. Vysoké školy zároveň dostanú väčší priestor v oblasti vzdelávania dospelých.

Profesijné bakalárske štúdium - Cieľom je zatriktívniť bakalárske programy zamerané priamo na výkon povolania. Do výučby sa zapoja zamestnávateľia, ktorí študentom umožnia získať praktické skúsenosti.

Záverečná práca alebo odborná stáž - Študenti si budú môcť vybrať medzi písaním záverečnej práce a absolvovaním odbornej stáže – ako odpoveď na meniace sa potreby praxe aj nástup umelej inteligencie.

Odborníci z praxe a nové tituly - Zjednoduší sa zapojenie odborníkov z praxe do výučby a školy získajú možnosť udeľovať aj medzinárodne uznávané tituly (napr. MSc.).

Digitalizácia služieb - Zavádza sa jednotná elektronická prihláška na všetky vysoké školy a online overovanie diplomov – menej byrokracie a modernejší systém.

Zákaz nosenia zbraní na akademickej pôde - V rámci zvyšovania bezpečnosti sa zakáže nosenie zbraní na akademickej pôde, s výnimkou ozbrojených zložiek a výskumu.

„Zákon je štart, nie cieľ. Rozhodne implementácia – teda to, ako sa nové pravidlá premietnu do života univerzít, študentov a spoločnosti. Preto budeme dôslední v tom, ako zákon uvedieme do praxe. Budeme ho konzultovať s odbornou verejnosťou a hľadať najlepšie riešenia,“ povedal štátny tajomník ministerstva školstva Róbert Zsembera.

„Ministerstvo zverejnilo vecný zámer na svojej webstránke, odborná verejnosť má vďaka tomu príležitosť návrh pripomenovať ešte pred jeho paragrafovým znením,“ uviedol rezort školstva a dodal, že nový zákon nie je samostatným krokom, ale súčasťou širšieho plánu modernizácie vysokého školstva.

Nakúpte výhodne
vo vybraných E-shopoch

decorem.sk

od 9,19 € od 8,19 €



KOBEREC 4959B
CHEAP HNEDÁ

-10%

decorem.sk

od 18,00 € od 16,20 €



KOBEREC CHEAP
K857A BEŽOVÝ

-10%

Využite kód:

OPLATISA10

Pre získanie zľavy zadajte kód OPLATISA10 do poľa pre zľavový kupón v nákupnom košíku e-shopu.

» ren

**NEVYHADZUJTE KNIHY
DARUJTE ICH NÁM**
0907 701 786

NÁTER EUROOKIEN, OKIEN A DVERÍ
0905 621 229

REZANIE BETÓNU
KRÁTKA ČAKACIA DOBA
DLHOROČNÉ SKÚSENOSTI

otvory do panelu
jadrové vŕtanie otvorov
statické posudky
odvoz odpadu

0908 447 006
www.jadrovevrtanie.sk

HĽBKOVÉ Karol Mikláš
TEPOVANIE

sedáčky, posteľe,
koberce, kožené sedáčky

www.tepovaniemk.sk
tel.: 0949 85 11 10

PALIVOVÉ DREVO
POLIENKA BUK, DUB, HRAB,
SMREKOVÉ PELETY

Ku každej objednávke
hodnotný darček

www.palivovedrevo.sk
0917 649 213

ŽP EKO BELET

SVIEŽE JARNÉ CENY

ZBAVTE SA SVOJHO ŠROTU
V NAŠICH VÝKUPNIACH PO
CELOM SLOVENSKU.

BRATISLAVA - RAČA
0903 546 037

Riadková inzercia

1 AUTO-MOTO

2 ELEKTRO, TECHNIKA

3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK

4 DOM A ZÁHRADA

» KÚPIM HAKY LEŠENIE 0908 532 682

5 ZVERINEC, DROBNOCHOV

6 HOBBY A ŠPORT

7 DEŤOM

8 DARUJEM

9 ZOZNÁMENIE

0 RÔZNE

**Chcete si
podať riadkový
inzerát?**

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

Príklad:
RP BZ 7 Predám hľboký modrý kočík. 0987 654 321

Inzerát bude po skontrolovaní spoločnosťou spätnou SMS, ktorú Vám vyúčtuje váš mobilný operátor.

Cena spätnej SMS (vrátane DPH):
• Text do 50 znakov 1 €
• Text do 100 znakov 2 €
• Text nad 100 znakov 3 €

Číslo rubriky:

- 1 - Auto-Moto
- 2 - Elektro, technika
- 3 - Domácnosť, nábytok
- 4 - Dom a záhrada
- 5 - Zverinec, drobnochov
- 6 - Hobby a šport
- 7 - Deťom
- 8 - Darujem
- 9 - Zoznámenie
- 0 - Rôzne

Komerčné inzeráty, pozvánky na akcie, ponuky zamestnania a reality v riadkovej inzercii neuverejňujeme. V prípade záujmu o zverejnenie tohto typu inzerátu kontaktujte našich obchodníkov. SMS je možné podať aj v novinách v iných regiónoch. V takom prípade nahraďte písmena „BZ“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tlači. (Službu platbarnobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)



25. - 27. apríla 2025

Viac informácií o akcii nájdete na obi.sk/promo/dnikvetov

- ▶ Vyberte si z našej **širokej ponuky kvetov** a my vám ich **zadarmo zasadíme** do vlastných či u nás zakúpených kvetináčov
- ▶ **Súťaž** o darčkové karty a vecné ceny
- ▶ **Zábava** pre malých i veľkých



1,99 ks

MUŠKÁT VZPRIAMENÝ
(PELARGONIUM ZONALE)

Mix farieb, priemer kvetináča cca 10,5 cm.
OBI č. 4023859



2,49 ks

BYLINKY

Rôzne druhy, priemer kvetináča cca 11 cm.
OBI č. 5294186



6,49 bal. od

JAHODY STÁLEPLODIACE (FRAGARIA)

V balení 10 ks. OBI č. 1054691

Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

Platí od 17.4. do 1.5.2025 alebo do vypredania zásob.



OBI

DOKÁŽETE ČOKOL'VEK



Aplikácia heyOBI

stiahni, zaregistruj sa a používaj už dnes

Recepty plné bylínok

Nastal čas na zber rozličných liečivých bylínok. Za našu pozornosť okrem iných isto stojí aj prhlava dvojdomá či púpava lekárska. Pripraviť si z nich môžeme nielen liečivé čaje, ale aj šaláty, polievky či chutný med.

Púpavový med

Budeme potrebovať: 400 kusov púpavových kvetov bez stoniek, 2 umyté chemicky neošetrené citróny, 2 l vody, 2 kg kryštálového cukru

Postup: Kvety púpavy a na kolieska nakrájané citróny vložte do hrnca. Zalejte dvoma litrami vody a varte na miernom ohni 15 minút. Následne preložte hrniec na chladnejšie miesto a nechajte všetko lúhovať do ďalšieho dňa. Na druhý deň zmes precedte cez sitko alebo plátno, tekutinu vlejte späť do hrnca a pridajte cukor. Varte 10 minút a nechajte vychladnúť. Potom opäť varte až do požadovanej hustoty. Med nalejte do sklenených zaváracích pohárov, ktoré po uzatvorení prevráťte hore dnom.



zdroj foto DagnyWalter pixabay

Žihlavová polievka

Ak ste odvážnejší, môžete si z prhlavy pripraviť nielen čaj, ale aj chutné a zdravé pokrmy. Jej listy sa pridávajú napríklad do šalátov, prívarkov i polievok. Tepelné spracovanie by ich malo zbaviť prhlania.

Budeme potrebovať: 1 liter zeleninový vývar, dve hrste žihlava (listy), 1 ks cibuľa, 1 ks pór, 1 ks väčší zemiak, 1 ks mrkva, 50 ml smotana na šľahanie, 50 g maslo, 1 PL olej, 1 štipka soľ

Postup: Na miernom ohni zahrejte olej. Pridáme nadrobno nakrájanú cibuľu, pór, na kolieska nakrájanú mrkvu a na kocky nakrájaný zemiak. Dusíme 10 minút, kým zelenina nepustí šťavu. Potom zalejeme vývarom a varíme, kým zemiaky nezmäknú (asi 10-15 minút).

Listy žihlavy opláchneme vo vode a pridáme do polievky. Varíme ešte asi jednu až dve minúty - kým listy nezvädnu. Potom premiešame a polievku rozmixujeme. Pridáme maslo a smotanu, dochutíme soľou.

Pozor! - Tak ako v prípade iných bylínok, aj žihlavu či púpavu používajte s mierou. Ak si nie ste istí, vždy sa radšej poraďte s lekárom.

» ren

Prinášame rady odborníkov

Prvá pomoc pri krvácaní

Krvácanie sprevádza mnoho poranení v každodennom živote. Ak ide o závažnú ranu, rýchla a správna reakcia môže zachrániť život. Spoznajme rôzne typy krvácania a naučte sa zásady prvej pomoci. Môžu vám dodať istotu a schopnosť pomôcť v kritickej chvíli.

Krvácanie vzniká mechanickým alebo chemickým poškodením steny cievy. Rozlišujeme:

- vonkajšie (z rán alebo pri otvorených zlomeninách),
- vnútorné (tupé a prenikajúce poranenia, dôsledok niektorých ochorení)
- krvácanie z telesných otvorov (z nosa, úst, ucha, rodidiel, tráviacej sústavy).

Pri krvácaní je veľmi dôležité čo najskôr zistiť o aké krvácanie ide a následne podľa toho poskytnúť prvú pomoc. V prípade potreby treba vyhľadať odborné ošetrovanie alebo kontaktovať linku tiesňového volania. Nezabúdajme však na vlastnú bezpečnosť a chráňte sa v čo najväčšej miere pred kontaktom s krvou - ideálne použitím jednorazových rukavíc z lekárníčky.

Vonkajšie krvácanie

Pri drobných poraneniach, ako sú odreniny alebo povrchové rezné rany, dochádza ku krvácaniu z vlások, ktoré väčšinou ustane v pomerne krátkom čase aj samo. V rámci prvej pomoci treba zabrániť infekcii rany - vyčistiť ju aj jej okolie vodou, následne vydezinfikovať a sterilne prekryť.

Hlboké poranenia a poranenia s postihnutím žíl a tepien krvácajú výraznejšie a hrozia väčšie straty krvi. V rámci prvej pomoci musíme preto krvácanie čo najskôr zastaviť. „Okamžite ranu zatlačíme rukou, prípadne cez vrstvu obväzu alebo inej tkaniny priamo v mieste poranenia, tak aby sme ju čo najviac prekryli - ideálne celú. Tlakom sa snažíme spomaliť prítok krvi v mieste poranenia a uzavriť poranené cievy. V prípade veľkého krvácania má nutnosť jeho rýchleho zastavenia prednosť pred sterilitou,“ vysvetľuje PhDr. Martin Štelzer, inštruktor prvej pomoci zo Slovenského Červeného kríža. Dodáva, že postihnutého dáme do ležiacej polohy a ak je to možné, poranenú časť tela vyvýšime nad úroveň srdca. Tým znížime tlak krvi v mieste poranenia. Následne vytvoríme tlakový obväz veľmi silným obviazaním rany - ideálne



Prvá pomoc.

zdroj foto SČK

elastickým obväzom z lekárníčky. Tlak v rane môžeme zvýšiť uložením nerozvinutého obväzu medzi kryciu vrstvu a použitý elastický obväz. Ak obväz presakuje krvou, neskladáme ho, ale vytvoríme ďalšiu vrstvu, ktorú sa snažíme utiahnuť ešte silnejšie. Ak nemáme k dispozícii žiadne pomôcky (obväzy, tkaniny) aj samostatný tlak na ranu rukou môže byť účinnou prvou pomocou.

Cudzí predmet v rane

Ak je v rane cudzí predmet - nôž, sklo, konár a podobne, nesmie sa z rany vyťahovať. Mohlo by dôjsť k zvýšeniu krvácania. Pohybom predmetu v rane by sme tiež mohli zhoršiť rozsah samotného poranenia. Takéto krvácanie môžeme zastaviť zatlačením okrajov rany smerom k cudziemu predmetu a obložením obväzmi po jeho obvode. Okrem vytvorenia tlaku na ranu tak dochádza zároveň k fixácii predmetu. Následne poranenie obviažeme tlakovým obväzom tak, aby nedochádzalo k zatlačaniu cudzieho telesa do rany.

Po ošetrení krvácania čo najskôr začneme s protišokovými opatreniami:

- privoláme odbornú pomoc,
- upokojíme postihnutého,
- nepodávame tekutiny,
- bránime stratám tepla.

Dôležité je neustále sledovať životné funkcie a celkový stav postihnutého.



Lekárnička.

zdroj foto Hans pixabay

Pre lepšie zapamätanie postupu nám môže pomôcť:

„Pravidlo 5Z“

1. Zistiť krvácanie.
2. Zatlačiť v rane.
3. Zdvihnúť nad srdce.
4. Zabrániť šoku.
5. Zdravotnícka pomoc.

Vnútorné krvácanie

V prípade vnútorného krvácania môžu mať jeho viditeľné príznaky oneskorený nástup. Preto ho predpokladáme na základe mechanizmu, ako došlo k poraneniu. Ak predpokladáme neúrazové vnútorné krvácanie, berieme do úvahy predošlé ochorenia a stav postihnutého - napríklad prasknutý peptický vred. Samotná prvá pomoc pri vnútornom krvácaní je značne obmedzená, nie je ho možné účinne zastaviť v rámci laickej prvej pomoci. Preto bezodkladne privoláme odbornú pomoc prostredníctvom tiesňovej linky, vykonáme protišokové opatrenia, prípadne opatrne polohujeme postihnutého na zmiernenie jeho stavu.

Krvácanie v oblasti hlavy

Ak predpokladáme vnútorné krvácanie v oblasti hlavy, postihnutého dáme do polohu podložením hlavy a chrbta, aby bola hlava nad úrovňou srdca.

Krvácanie v oblasti hrudníka

Ak predpokladáme krvácanie v oblasti hrudníka, uložíme ho do polosediackej polohy a s miernym naklonením na poranenú stranu. V prípade sťaženého dýchania by to mal byť polosed s miernym predklonom.

Krvácanie do brušnej dutiny

Pri možnom krvácaní do brušnej dutiny postihnutého polohujeme do polohu s podporou hlavy a hrudníka, pokrčenými a podloženými dolnými končatinami a podloženými špičkami chodidiel.

Informácie poskytol Slovenský Červený kríž (SČK)

» ren

Oplatí sa.sk

NAJLEPŠIE PONUKY



78,60€

BOSS Alive HUGO BOSS
Parfumovaná voda 80 ml

Notino.sk



31,95€

Gillette Styler zastrihávač
a holiaci strojček 4 v 1

Demro.sk



1.299,00€

Pákový kávovar Lelit Mara X
PL62X V2

Domkavy.sk

129,00€
~~149,00€~~
PARKSIDE® Benzínová
kosačka na trávnu PBRM 39 C2

Lidl.sk



25,68€

Zrnková káva Musetti
Intenso - 1kg

Domkavy.sk



474,21€

Candy FMBC A896S E0
+ BENEFIT

Andreashop.sk

99,99€
~~119,00€~~
SILVERCREST® Odvlhčovač
vzduchu SLE 200 B3

Lidl.sk



299,00€

Akumulátorový vyžinač
Husqvarna 215iL set

zakovsky.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 nechtov.

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


KOLAGÉN
FORTE 2 V 1
31,91
EUR
~~30,90 EUR~~
HOVÄDZÍ KOLAGÉN
FORTE
39,98
EUR
~~47,05 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 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 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*

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.

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

| | Š x V x D | |
|------------------|----------------|-------|
| GRETA TIP | 2 x 2 x 4 m | 499 € |
| GLORIA | 2,58 x 2 x 4 m | 599 € |
| GALA | 3 x 2 x 4 m | 469 € |
| GENIO | 3 x 2,07 x 4 m | 499 € |
| GARANT | 3 x 2,07 x 4 m | 599 € |
| GULLIVER | 3 x 2,07 x 4 m | 669 € |
| GOLIÁŠ | 3 x 2,1 x 4 m | 749 € |
| GORAL | 3 x 2,3 x 4 m | 749 € |
| GALINA | 3 x 2,27 x 4 m | 899 € |

Všetky modely je možné predĺžovať o 2m.

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 galerica.sk

**Aké máte plány na zajtra?
So spoločnosťou Stannah
máte nekonečno možností.**

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

Zavolajte zadarmo
0800 162 162
www.stannah.sk



Služby
Špičkovej
Kvality

Ponuka sa nekumuluje s inými zľavami a kampaňami. Platí do 09/5/2025

vypupparoziaeu@gmail.com."/>