

KOMÁRŇANSKO



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 16 450 domácností

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA

PONÚKA NA PREDAJ: (PRI GALANTE)

8- 15- 20 TÝŽ. - MLÁDKY RÔZNEJ FARBY

1 - 14 DŇOVÉ BROJLEROVÉ KAČICE

1 - 14 DŇOVÉ MULARD KAČICE

1 - 14 DŇOVÉ MULARD KAČERE

MULARD KAČERE NA VÝKRM



PREDAJ RASTOVEJ A ZNÁŠKOVEJ KŔMNEJ ZMESI

0905 551 999 • 031/781 15 63 • WWW.HYDINARSKAFARMA.SK

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA

ROZVOJ ZABEZPEČÍME



SPRÁVNY KROK PRE VAŠU REKLAMU
www.regionpress.sk

PÔŽIČKY 0918 709 028
od 18-80 ROKOV
od 400€ do 30 000€
www.bestpozicka.sk

Nové pravidlá pre ospravedlňovanie absencií žiakov

Poslanci Národnej rady Slovenskej republiky schválili novelu školského zákona, ktorá definuje nové pravidlá ospravedlňovania absencií žiakov. „Cielom je zastaviť zneužívanie systému, ochrániť právo žiakov na kvalitné vzdelanie a zároveň nekomplikovať život rodičom, ktorí prístupujú k dochádzke detí zodpovedne,“ uviedol rezort školstva. Nové pravidlá začnú platiť od septembra 2025.

„Nový systém bude rozdelený do dvoch režimov. Prísnejší režim sa bude týkať iba zlomku škôl, kde sú problémy s dochádzkou najvypuklejšie. Rodičia budú mať naďalej možnosť ospravedlniť žiaka základnej školy na maximálne 5 po sebe nasledujúcich dní, ale najvyšš 15 dní za polrok. Po prekročení tejto hranice bude potrebné potvrdenie od lekára,“ priblížilo ministerstvo školstva s tým, že voľnejší režim si budú môcť uplatniť školy, ktoré počas školského roka neprekročia stanovenú referenčnú hodnotu vymeškaných hodín, ktorú bude určovať ministerstvo školstva. „Zároveň však ostane v rukách škôl možnosť dobrovoľne uplatniť prísnejší režim, ak to považujú za potrebné pre lepšie zabezpečenie plnenia povinnej školskej a predprimárnej dochádzky,“ uzavrel rezort školstva.

Po pandémie Covid19, v porovnaní s obdobím pred ňou, sa počet absencií detí zvýšil o 30 percent. „To je katastrofálne číslo. Museli sme naň reagovať, a to tak, že sme sprísnilí pravidlá. Deti nemajú šancu sa vzdelávať, ak do školy nechodia. Zamedzíme tým mnohým prípadom predčasného ukočenia školskej dochádzky a zvýšime šance detí na dokončenie štúdia a uplatnenie na trhu práce,“ uviedol minister školstva Tomáš Drucker.

Jasné pravidlá ospravedlňovania

Nastavenie jasných pravidiel ospravedlňovania školskej dochádzky má zastaviť zneužívanie ospravedlňovaní, ochrániť právo žiakov na vzdelanie a zároveň nekomplikovať život rodičom, ktorí prístupujú k dochádzke detí zodpovedne. A to bez zbytočnej administratívnej záťaže pre detských lekárov.



» [ren](#)
zdroj foto StartupStockPhotos pixabay

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie -20%
- chemická injektáž
100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

Kompletné strechy,
rekonštrukcie

Okoč

tel.: 0905 746 124



ONLINE
s REGIONPRESS-om

■ PPC kampane
■ Sociálne siete
■ Tvorba webstránok
■ Online marketing

a iné služby

Sme tu pre vás

www.regionpress.sk



VŠEM

VYSOKÁ ŠKOLA EKONÓMIE A MANAŽMENTU

98%
zamestnanosť
absolventov

Vytvor si
svoju budúcnosť.

Viac informácií o štúdiu:

+421 907 729 427

novezamky@vsemba.sk

Nitrianska cesta 61, Nové Zámky

www.vsemba.sk

Bezplatný týždenník
KOMÁRŇANSKO
 EV 6234/24
 vydáva spoločnosť
REGIONPRESS
 so sídlom Pekárska 7489/40A,
 917 01 Trnava, IČO: 36252417.
 Ročník II, rok 2025
 Redakcia: Coborího 9,
 NITRA
 komarnansko@regionpress.sk

INZERCIA
 Veronika Baumajsterová 0910 851 307
 Alena Valašková 0910 455 919
 Veronika Klenková 0910 569 093

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.

Próba 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-SALIANSKO
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO
LV	30.580	LEVICKO
MA	29.680	MALACKO
NR	54.170	NITRIANSKO
NZ	35.050	NOVOZAMOCKO
PK	22.970	PEZINSKO
PN	41.870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35.420	SENECKO
SE	36.750	SENIČKO-SKALICKO
TO	41.930	TOPOĽČANSKO-PE-BN
TN	60.750	TRENČANSKO-DCA-IL
TT	49.930	TRNAVSKO
ZM	20.930	ZLATOMORAVSKO

Stredné Slovensko

BB	56.200	BANSKOBYSTRICKO-BR
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	ŽIARSKO-ZC-B5
ZA	50.780	ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

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

Prítomnosť rodiča počas hospitalizácie dieťaťa

Deti budú mať právo na prítomnosť rodiča počas hospitalizácie. Na sociálnej sieti to potvrdilo Ministerstvo zdravotníctva SR.

„Sprevádzajúca osoba dieťaťa počas hospitalizácie už nebude návšteva. Dieťaťu bude môcť byť nablízku aj mimo návštevných hodín,“ uviedol rezort zdravotníctva potom, ako návrh legislatívnej zmeny prešiel parlamentom. Platíť začne od 1. septembra 2025.

Počíta sa s rôznymi situáciami
 „Súčasťou úpravy je aj odborné usmernenie, ktoré zabezpečí jednotné uplatňovanie práva dieťaťa v nemocniciach na celom Slovensku – pri vyšetrovaní v ústavnej zdravotnej starostlivosti, pri intenzívnej a psychiatrickej starostlivosti, a to rešpektujúc špecifiká jednotlivých situácií vždy s ohľadom na najlepší záujem dieťaťa a bezpečnosť liečby,“ uviedlo ministerstvo zdravotníctva a dodalo, že odborné usmernenie počíta aj so situáciami, keď dieťa nemá pri sebe rodiča, ale napríklad starého rodiča, pestúna či inú blízku osobu.

pacitu na ubytovanie rodiča, bude musieť zabezpečiť aspoň stoličku pri lôžku dieťaťa. Rovnako, ak rodič nebude mať prostriedky na úhradu poplatkov či ochranných pomôcok, nemal by to byť dôvod na odmietnutie jeho prítomnosti. Nemocnica tiež nebude môcť rozhodnúť, či bude s dieťaťom matka alebo otec,“ uzavrel rezort zdravotníctva na sociálnej sieti.



zdroj: foto pixabay

Zabezpečiť majú aspoň stoličku
 „Ak zariadenie nebude mať ka-

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) KM (medzera) číslo rubriky (medzera) Text inzerátu.

Príklad:
 RP KM 7 Predám hlboký modrý kočík. 0987 654 321

Inzerát bude po skontrolovaní spoločnosťou Regionpress, ktorú Vám vyúčtuje Váš mobilný operátor.

Cena spätnej SMS (vrátane DPH):

- Text do 50 znakov 1 €
- Text 51 až 100 znakov 2 €
- Text 101 až 150 znakov 3 €

Číslo rubriky:

- 1 - Auto-Moto
- 2 - Elektro, technika
- 3 - Domácnosť, nábytok
- 4 - Dom a záhrada
- 5 - Zverinec, drobných
- 6 - Hobby a šport
- 7 - Deťom
- 8 - Darujem
- 9 - Zoznamenie
- 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 „KM“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tlači. (Službu platbamobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

Nakúpte výhodne vo vybraných E-shopoch

Využite kód: **OPLATISA**

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

decoreum

od 9,10 EUR **od 8,19 EUR**

KOBEREC 4959B CHEAP HNEDÁ

-10%

decoreum

od 18,00 EUR **od 16,20 EUR**

KOBEREC CHEAP K857A BÉŽOVÝ

-10%

decoreum

od 37,00 EUR **od 33,30 EUR**

KOBEREC D663M ASTHANE BIELA

-10%

decoreum

od 18,00 EUR **od 16,20 EUR**

KOBEREC CHEAP K857A BÉŽOVÝ

-10%

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

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



Beckovské Slávnosti

18. - 19. júl 2025
ROZPRÁVKOVÝ BECKOV

**SIMA
TUBLATANKA
ZUZANA SMATANOVÁ
ROBO GRIGOROV | LOJZO**
INSTINCT | ŠMOX | BECKOVSKÉ XICHTY | OLDIES PARTY

**RYTIERI
HECTOR**

Princ Bajaja na love | Vikingská rozprávka
Legenda o kráľovi Artušovi | Kráľovné ohňa
Rytiersky turnaj na koňoch | Sprievod vojvodu a jeho vojska
Lukostrelecká strelnica | Dobová kuchyňa | Mučiareň | Stre-
doveký tábor | Kaukliarska show | Šermiarske vystúpenia

REMESELNÝ JARMOK
Prezentácia tradičnej ľudovej tvorby

NAFUKOVACIE KRÁĽOVSTVO
Nafukovacie atrakcie, šmyklavky, skákací hrad, maľovanie na tvár...

SPRIEVODNÉ AKCIE
Františkánsky kláštor, šľachtické sídlo rodu Ambro

Piatok: predpredaj do 17. 7. – 11 € | na mieste – 13 € | Deti do 1,99 roka – zdarma
Sobota: predpredaj do 17. 7. – 13 € | na mieste – 15 € | Deti do výšky 150cm – 8 €
Zľavnené vstupné v predpredaji: www.ticketportal.sk.

ORGANIZÁTOR



DOUBLE AGENCY

TENTO PROJEKT
FINANČNE PODPORILfond
na podporu
umenia

OBEC BECKOV



PREDPREDAJ



www.beckovskeslaunosti.sk

Hlavný partner



Ulstrup Plast

Reklamní partneri



UNITOM s.r.o.



Mediálni partneri



Gastro partneri



ZIVOT JE HORKY. BOHUDEI



Objavujeme krásy a zaujímavosti Slovenska

Bratislavský kraj ponúka množstvo krás

Bratislavský samosprávny kraj sa nachádza v západnej a juhozápadnej časti Slovenska a svojou rozlohou je najmenším krajom Slovenskej republiky. Hraníči s Rakúskom a Maďarskom a s Trnavským krajom a jeho najväčším mestom je hlavné mesto SR Bratislava. Vďaka množstvu historických pamiatok a krásnej prírode tvorenej južnou časťou Malých Karpát a územím Záhorskej a Podunajskej nížiny, má Bratislavský samosprávny kraj návštevníkom skutočne čo ponúknuť.

Bratislavský hrad

Bratislavský hrad je významnou dominantou nášho hlavného mesta. Svojím zástojom v dejinách Veľkej Moravy, Rakúsko-Uhorska, Česko-Slovenska a moderného Slovenska predstavuje Bratislavský hrad významný pamätník spoločensko-historického vývoja v tejto oblasti a jeho návštevu by ste si tak rozhodne nemali nechať ujsť. Zažil si lepšie aj náročnejšie obdobie, keď v bol v roku 1802 odovzdaný vojsku ako

šie výstavy. Okrem dočasných výstav tu nájdete aj stále expozície – Klenotnica a Dejiny Slovenska - od praveku po stredovek. Časť priestorov je využívaná na reprezentačné a štátne účely. V zadnej časti hradu je otvorená novo zrekonštruovaná baroková záhrada, ktorá určite stojí za prechádzku. Z hradu je krásny výhľad.

Hrad Devín

Hrad Devín sa vypína na skalnom brale nad sútokom riek Dunaj a Morava a veľa krát sa označuje ako mohykán bratislavského regiónu. Nájdete ho na území mesta Bratislava, v mestskej časti Devín. Jeho história je pomerne bohatá a na hrade sa vystriedalo veľa rôznych panovníkov. Najstaršie osídlenie Devína sa datuje do obdobia mladšej doby kamennej asi 5000 - 4000 rokov pred Kristom. V roku 1809 hrad zničili napoleonské vojská. Od 30. rokov 20. storočia sa na hrade s prestávkami realizuje archeologický výskum vďaka ktorému sa o hradom období môžete dozvedieť viac



Plavecký hrad.

zdroj foto Bratislava Region Tourism

nové útočisko, a v roku 1811 zničený požiarom. Od týchto čias až po 2 svetovú vojnu sa z hradu pomaly stala ruína, o ktorej sa istý čas uvažovalo že sa zrovná so zemou aby sa na jej miestne mohli postaviť nové budovy. Presadiť myšlienku o záchrane hradu nebolo ľahké, našťastie sa to podarilo a renozácia bola ukončená v roku 1968.

z vystavených expozícií. V roku 1961 hrad Devín vyhlásili za národnú pamiatku a ročne ho navštevujú návštevníci z celého sveta. Najkrajší pohľad na hrad je priamo z Dunaja, kedy sa vám naskytne príležitosť si ho poobzerať z každej strany a v celej jeho kráse. Vyhlídková plavba po Dunaji z Bratislavy na Devín vám počas letnej sezóny



Sandberg.

zdroj foto Bratislava Region Tourism

K dnešnému dňu sa hrad využíva ako sídlo Slovenského národného múzea, ktoré pravidelne pripravuje najrôznej-

umožní dychberúce výhľady nie len na hrad ale aj na okolitú flóru podunajskej prírody.



Bratislavský hrad.

zdroj foto Bratislava Region Tourism

Hrad Červený kameň

Na juhovýchodnom svahu Malých Karpát neďaleko Modry nad obcou Častá sa vypína Hrad Červený kameň. Jeho história siaha do 1. polovice 13. storočia. Bol kráľovským majetkom, neskôr sa ako vlastníci vystriedali viaceré známe šľachtické rody a dnes je hrad v správe Slovenského národného múzea, ktoré ponúka rôzne typy prehliadok. Môžete si prezrieť inštaláciu dobovo zariadeného interiéru šľachty od obdobia renesancie po obdobie secesie ale tiež absolvovať prehliadku externých priestorov hradu. V areáli sa nachádza aj Sokoliarsky areál. Letové ukážky dravcov sú fascinujúcim zážitkom najmä pre rodiny s deťmi. Podzemie hradu taktiež nezaostáva vo svojej jedinečnosti. Miestne pivnice - pôvodne postavené na uskladňovanie medi - vo veľkosti telocvične a dosahujúce dĺžku až 72 metrov, patria k najväčším v Európe.

Hrad Pajštún

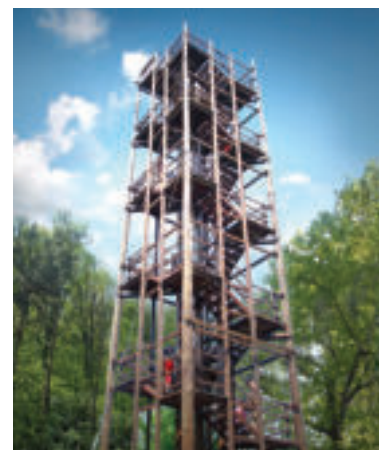
Na vápencovom brale Malých Karpát, nad obcou Borinka, očarí zrúcanina hradu Pajštún. Prvé zmienky o hrade pochádzajú z roku 1271. V minulosti plnil strážnu funkciu hranice Rakúsko - Uhorska. V 17. storočí ho zdedil do opatery Pavol Pálffy, ktorý ho dal v štyridsiatych rokoch 17. storočia veľkoryso prestavať. Osudným sa hradu stali Napoleonské vojská, ktoré odstrelili viaceré hradné múry. V súčasnosti je hrad voľne prístupný verejnosti. Pred vstupom vás privítajú kamenné levie hlavy. Pôvodne ich bolo deväť, dnes už však môžeme vidieť len šesť týchto architektonických skvostov. Jedného dokonca zblízka, keďže padol a nachádza sa neďaleko vstupnej brány. Ak si všimnete pajštúnske levy pozorne, zistíte, že každý z nich má iný výraz tváre.

Vychádzku na hrad odporúčame začať pri kostole v obci Borinka, kde môžeme nechať aj zaparkované auto.

Plavecký hrad

Plavecký hrad je zrúcanina hradu, ktorá sa nachádza nad obcou Plavecké Podhradie. Postavený bol pravdepodobne ako kráľovská pohraničná pevnosť v 13. storočí. Začiatkom 14. storočia sa zrejme stal súčasťou majetku Matúša Čáka Trenčianskeho. Po jeho smrti mal hrad veľa majiteľov. V roku 1641 ho získali Pálffyovci a boli jeho

vlastníkmi nepretržite až do 20. storočia. V roku 1706 hrad ostreľovalo cisárske vojsko, ktoré ho poškodilo a zanechalo v doterajšom stave. V súčasnosti je Plavecký hrad voľne prístupný verejnosti. Vďaka okolitým kopcom Malých Karpát je výhľad z hradu pôsobivý za každého ročného obdobia.



Rozhľadňa Alexandra Filípka.

zdroj foto Bratislava Region Tourism

Rozhľadňa Alexandra Filípka

Počas pekného počasia sa môžete vydať na prechádzku na Veľkú Homolu, ktorá je najvýraznejším vrchom na juhovýchodnej strane Pezinských Karpát. Rozhľadňa Alexandra Filípka vám pri dobrom počasi umožní vychutnať si krásny výhľad na prírodu či tiché pozorovanie zvierat.

Sandberg

Na okraji západných svahov Devínskej Kobyly sa nachádza svetoznáma paleontologická lokalita Sandberg, rozprestierajúca sa na ploche viac ako 25 ha s pozostatkami morských pieskov. More sa tu nachádzalo pred 14 až 16 miliónmi rokov. Našli sa tu zvyšky vyše 250 druhov morských a suchozemských živočíchov. Vedecky toto územie predstavuje jedno z najcennejších chránených území na Slovensku. Obdivovať tu môžete viaceré geologické a geomorfologické javy, paleontologické nálezisko a botanické a zoologické rarity. Výlet na Sandberg ponúka možnosť dozvedieť sa zaujímavosti o formovaní našej planéty v rôznych obdobiach.

Informácie poskytl(a) Krajská organizácia cestovného ruchu (KOČR) Bratislava Region Tourism

» ren

Pri nachladnutí môže pomôcť sirup z kvetov bazy

Kvitne voňavá baza

Baza je pomerne známy ker, ktorý od mája až do konca júla kvitne bielymi až žltobielymi kvetmi s charakteristickou a prenikavou vôňou. Jej plody sú čierne až čiernofialové. Baza sa ako liečivá rastlina používa už od čias antiky a je bohatá na množstvo živín a zdraviu prospešných látok.

Baza čierna rastie najmä na vlhších miestach, na lúkach, poliach, či okraji lesov. Jej kvety sa zbierajú na jar - od mája do júna, kedy sú v plnom kvete a sušit by sa mali zavesené za stonku alebo rozložené v tenkých vrstvách bez priameho slnečného svetla. Je taktiež možné sušiť plody, keď sú už zrelé.



Bazový sirup.

zdroj foto silviarita pixabay

Účinky na zdravie

„V zrelom plode sú organické kyseliny, cukor, sú tiež dobrým zdrojom vitamínu A a C a ideálne je ich spracovať do formy sirupu alebo džemu. Kvety tohto voňavého kríku obsahujú silice, triesloviny, glykozidy, organické kyseliny a vitamín C. Listy zasa obsahujú živicu, glykozidy, sambunigrin, sambucin, vápnik a semená vitamíny B1, B2, B6 a B12,“ hovorí Mgr. Klinčáková z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava a dodáva, že bazové plody sa používajú hlavne na tíšenie bolestí nervového pôvodu a bolestí chrbta. V ľudovom liečiteľstve sa používa pri liečbe chorôb z prechladnutia a respiračných ochorení ako sú chrípka, bronchitída, angína, kašeľ, nádcha či zápal dutín. „Baza stimuluje potenie, čím napomáha znižovať teplotu a pomáha uvoľňovať dýchacie cesty“, približuje odborníčka na zdravú výživu. V týchto prípadoch si môžeme pripraviť bazový čaj. Vhodným pomocníkom pri nachladnutí je aj sirup z kvetov.

Pozor! - Niektoré časti bazy, teda listy, korene, kôra, stonky a dokonca aj nezrelé bobule obsahujú kyanogénne glykozidy, ktoré za určitých okolností môžu uvoľňovať kyanid, ktorého množstvo je síce zriedkavo život ohrozujúce, avšak môže spôsobiť nevoľnosť, vracanie, hnačku, závraty či



Baza.

zdroj foto Manfred Richter Pixabay

problémy s dýchaním. Rovnako aj zrelé, ale neuvarené plody môžu spôsobiť ťažkosti.

Konzumácia bazy nie je podľa odborníkov vhodná pre ľudí s autoimunitnými problémami, malé deti, tehotné ženy či pre ľudí, ktorí užívajú lieky s močopudnými účinkami.

Náš tip:

Sirup z kvetov bazy

Budeme potrebovať: 40 kvetov bazy, 3 citróny, 1,25 kg cukru, 2,5 litra vody, 1 ČL kyseliny citrónovej

Postup: Jeden citrón odšťavíme a dva

zbavíme šupky a nakrájame na kolieska. Do väčšieho hrnca dáme vodu, prevaríme ju a necháme vychladnúť, potom do nej pridáme kvety bazy, citrónovú šťavu a citróny nakrájané na kolieska. Prikrýjeme a vložíme na 24 hodín do chladničky. Tekutinu precedíme do hrnca a dáme na mierny oheň. Pridáme cukor a kyselinu citrónovú, privedieme do varu a za stáleho miešania necháme cukor rozpustiť, tak aby sme získali sirupovú konzistenciu. Horúci sirup nalejeme do umytých fliaš, uzavrieme a skladujeme na tmavom, chladnom mieste.

» ren

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



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 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.**

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%**

Stannah

Ponuka
Darček v
hodnote až
200,- €

Domov dôchodcov môže počkať!

Zostaňte mobilní bez obmedzení tam, kde je najkrajšie. Stoličkové výťahy od Stannah vám dajú slobodu užívať si svoj domov kedykoľvek a bez prekážok.

Najvyššia kvalita servisu na celom Slovensku.

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

*Táto ponuka je k dispozícii do 04.07.2025 a nie je platná s inými kampaňami alebo ponukami.

0800 162 162

www.stannah.sk

pred po

BEZ WAPKY

BEZPLATNÁ UKÁŽKA

**BOMBA
FASÁDA**

BEZPLATNÁ UKÁŽKA

BEZPLATNÁ UKÁŽKA

www.bombafasada.sk +421 905 148 393 info@bombafasada.sk

POKRÝVAČ- TESÁR

-10% Z CENY PRÁCE DO 30.06.2025

RENOVÁCIA STRIECH, RENOVÁCIA GARÁŽÍ,
ZATEPLENIE, OPRAVA A RENOVÁCIA
ŽLABOV KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH

**ZA NAŠU PRÁCU
RUČÍME!**

Kontakt: Janek - 0919 495 628

**Big
bean**

PRENÁJOM KÁVOVAROV

SANREMO DB Profesionálny kávovar				JURA X10 Veľký automatický kávovar			
1 DEN	VÝKEND	2-30 DNÍ	30 DNÍ -	1 DEN	VÝKEND	2-10 DNÍ	15-30 DNÍ -
80 €	90 €	40 €	20 €	25 €	35 €	20 €	15 €
			9 €				7 €

BIG BEAN, Logistická 6, 917 01 Trnava
+421 910 315 415, info@domkavy.sk Pondelok - Piatok: 08:00 - 16:30
Jedná sa o nezáväznú B2B ponuku.

POKRÝVAČ- TESÁR

renovácia striech,
renovácia garáží,
zateplenie,
oprava a renovácia
žlabov kompletná
výmena striech

OKAMŽITÉ
ZAČATIE
PRÁCE

-10% Z CENY PRÁCE DO 30.06.2025

ZDARMA
doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

Kontakt: +421 949 623 050

ODKÚPIME

mince do roku 1945
vojnové predmety
z 1. a 2. svetovej vojny

výkup **hodiniek**
výkup **nožíkov**

**poľovnícke
trofeje** a celé zbierky

0940 723 073
trofejeeu@gmail.com

Oplatí sa!.sk

ZAČNITE PREDÁVAŤ ONLINE!