

BRATISLAVSKO západ

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 106 540 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

**VINYLOVÉ, DREVENÉ,
LAMINÁTOVÉ PARKIETY**
Spolahlivosť, precíznosť
a dlhodobé skúsenosti.

**MONTÁŽ PARKIET
RÝCHLO A KVALITNE!**
Info: **0903 723 017**

32-0048

OKAMŽITÁ ÚLAVA OD AKÚTNEJ BOLESTI
FYZIOTERAPIA - BEZBOLESTNÁ RÁZOVÁ VLNA
0950 105 709 # www.alexia.sk

91-0127

• stahovanie • likvidácie
• výnos • prenos nábytku
»»» ZŤP, dôch. -10% «««

JOŽOVCI
0911 107 792
0903 594 868

32-0077

12 rokov skúsenosti

TeploZima.sk

20 000+ spokojných zákazníkov

**100€ zľava na klimatizáciu
s odbornou montážou**

+421 905 305 306 www.teplozima.sk

s kupónom: BZ100R

* zľava platí do 31. augusta 2025 a nie je kombinovateľná s inými zľavami.

91-0144

PALIVOVÉ DREVO
POLIENKA BUK, DUB, HRAB

Ku každej objednávke hodnotný darček

www.palivovedrevo.sk
0917 649 213

10-0032

UMÝVANIE OKIEN
UPRATOVANIE
TEPOVANIE

Vysoká kvalita

MALIARSKÉ PRÁCE
www.tapservis-bratislava.sk
0908 437 079
Ing. Kubeška Dušan

10-0038

KLIMATIZÁCIE

MW POWER
MITSUBISHI ELECTRIC

0951 305 288
alpaca-klima.sk

10-0168

Požičaj si campervan
+421 915 717 358 • www.flakamesa.sk

51-0070

AUSTROTHERM
Teplé izolácie

Uniplatňa

Spolahlivá náhrada sadrokartónu
Teplnoizolačná a nosná vrstva v jednom

uniplatna.austrotherm.sk

91-0004

Slovenská Grafia a.s.
Pekná cesta 6, 834 03 Bratislava
výrobná spoločnosť v oblasti polygrafického priemyslu

PRIJME IHNEĎ

- GRAFIKA PRÍPRAVY TLAČE
- KNIHÁROV - ZORAĐOVAČOV
- PREVÁDZKOVÝCH ELEKTRONIKOV
- MECHANIKA POLYGRAFICKÝCH STROJOV

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

- **ROBOTNÍKOV do výroby**
- **NASTAVOVAČOV OREZOVÝCH LINIEK**

Mzda: min. 1 210 € - 1 600 €
od skúsenosti a zručností 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 €

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**

06-0078

Bezplatný týždenník

BRATISLAVSKO
západ

EV 6238/24

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

Rokník II, rok 2025

Redakcia: Martinčekova 17
BRATISLAVA
bratislavsko@regionpress.sk

INZERCIA

Zora Kováčová 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 jazykovú úpravu.

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-ŠALIAANSKO |
| HC | 30.330 | HLOHOVECKO-SEREĎSKO |
| KM | 16.450 | KOMÁRŇANSKO |
| LV | 30.580 | LEVICKO |
| 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 | TOPOĽČIANSKO-PE-BN |
| TN | 60.750 | TRENČIANSKO-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 | LUCENCKO-VIK-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-BŠ |
| ZA | 50.780 | ŽILINSKO-BY |

Východné Slovensko

| | | |
|----|--------|-------------------|
| BJ | 37.210 | BARDEJOVSKO-SK-SP |
| GE | 30.830 | GEMERSKO-RV-RS-RA |
| HU | 27.190 | HUMENSKO-VF-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 |

Početnosť včiel tam vzrástla

Pasienkové lesy boli bežnou súčasťou kultúrnej krajiny už od stredoveku. Pasienkový les, v našich podmienkach nazývaný Panónsky háj, je dnes aj súčasťou Národnej prírodnej rezervácie Šúr. Oblasť sa vyznačuje výskytom mohutných starých dubov, pod ktorými sa ešte v polovici 20. storočia pásli kravy. S vyhlásením rezervácie v roku 1952 došlo k trvalejšej ochrane územia, ale zároveň došlo aj k zákazu pastvy a postupnému zarastaniu Panónskeho hája.

„V roku 2017 došlo k unikátnej obnove pasienkového lesa na časti jeho pôvodnej výmery, vyrezala sa časť náletových drevín a zaviedla pastva malého, asi 25 členného stáda kráv. Na obnove pasienkového lesa spolupracoval BROZ – ochrannárske združenie, Mesto Svätý Jur, CHKO Malé Karpaty a miestny hospodár Vladimír Pažitný. Jedná sa o prvú obnovu pasienkového lesa na Slovensku,“ priblížil Marek Semelbauer z Ústavu zoológie SAV, v.v.i., ktorý v rámci vedenia študentskej práce skúmal spoločenstvá opeľovačov v danej lokalite pri Svätom Jure. „Spolu s mojou študentkou Laurovou Berákovou z Prírodovedeckej fakulty UK sme v rokoch 2023 a 2024 pomocou nárazových pascí získali vzorku 676 jedincov včiel. Z nich až 547, teda viac ako 80%, pochádzalo z obnovenej časti pasienkového lesa,“ uvádza Marek Semelbauer, zoológ SAV. Obnovená aj

neobnovená časť Panónskeho hája boli vzorkované rovnakým spôsobom, aby sa zabezpečila porovnateľnosť vzoriek. Vďaka obnove pastvy sa zvýšila početnosť voľne žijúcich včiel viac ako trojnásobne.

Pasienkové lesy sú pasienky, na ktorých sú prítomné solitérne stromy a kroviny, nejde o pastvu v hospodárskom lese ani pralesi. Moderne sa takéto usporiadanie označuje ako silvopastorálny systém. Z pohľadu biodiverzity sa jedná o mimoriadne cenné ekosystémy. Vedci dnes upozorňujú na úbytok voľne žijúcich opeľovačov, ktoré sú významné pre rozmnožovanie divo rastúcich aj kultúrnych rastlín. Výsledky výskumu ukazujú, že obnovou pasienkového lesa je možné významne zvýšiť početnosť voľne žijúcich včiel.



Ilustračné foto. zdroj foto terski pixabay

Objavujte Košický kraj s Haravara Pátračkou

Košický samosprávny kraj a Krajská organizácia cestovného ruchu Košice Región Turizmus prinášajú malým i veľkým cestovateľom novinku. Obľúbená súťažná hra Haravara Pátračka dostáva digitálnu podobu – úplne nová mobilná aplikácia Haravara Pátračka je už dostupná na stiahnutie a pripravená sprevádzať rodiny po šesťdesiatich jedinečných lokalitách Košického kraja.

Aplikácia funguje jednoducho – každý pátrač má za úlohu navštíviť 60 vybraných lokalít po celom Košickom kraji, kde dobrý duch Kaško ukrýl svoje digitálne pečiatky. Návštevu miesta overí smartfón vďaka lokalizačnej funkcii a po úspešnom nájdení sa pečiatka uloží do profilu. Deti za svoj výkon získavajú nielen vecné ceny, ktoré si môžu prevziať celoročne v Regionálnom informačnom bode v Košiciach, ale aj hlavnú výhru – originálny zážitok v regióne. Príbehy spriemňujú dvaja malí hrdinovia – súrodenci Max a Majka, ktorí spolu s dobrým duchom Kaškom motivujú deti vyraziť na výlet. Digitálna aplikácia tak nadväzuje na predchádzajúce dve úspešné sezóny, no teraz už kompletne v mobilnej podobe, prístupnej pre každého.

Nové rozprávky, sprievodca aj online magazín

Haravara však neprináša len aplikáciu – návštevníkov Košického kraja čaká celý

svet aktivít. Postupne budú na webe pribúdať nové tematické rozprávky z prostredia krajiny Haravara, ktorých bude spolu až 31 a neskôr budú dostupné aj v audio formáte. K dispozícii je aj nové vydanie sprievodcu Haravarník 5, ktorý v tlačenej verzii obsahuje skladacu mapu všetkých lokalít, kde sa nachádzajú pečiatky. Úplnou novinkou je aj online magazín KUK – Kultúra pre oči a kukadlá, ktorý každý mesiac ponúkne prehľad aktuálnych výstav a expozícií v múzeách a galériách naprieč krajom. Na sociálnych sieťach Haravary budú deti baviť nové súťaže, hry a kvízy.

Haravara je krajina plná dobrodružstiev

„Haravara – je to krajina plná dobrodružstiev, kam chceme pozvať každú rodinu. Aplikáciou reagujeme na vývoj technológií aj potreby moderných rodičov a detí. Je to zábavné, bezpečné a pritom stále o zážitkoch z reálneho cestovania. Maskotov z krajiny Haravara ste mohli stretnúť na viacerých podujatiach a stále sa s nimi môžete zabaviť na Dňoch parnej nostalgie v Košiciach či Margecianských fajnotách. A ak vás to zavedie do Zádielskej tiesňavy alebo do Sobraneckých kúpeľov, nájdete tam aj naše drevené postavičky – fotopointy, s ktorými sa môžete odfotiť na pamiatku,“ uviedla riaditeľka Košice Región Turizmus Lenka Vargová Jurková.

REZANIE BETÓNU
KRÁTKA ČAKACIA DOBA
DLHOROČNÉ SKÚSENOSTI
otvory do panelu
jadrové vŕtanie otvorov
statické posudky
odvoz odpadu
0908 447 006
www.jadrovevrtanie.sk

PRIJMEME PRACOVNÍKOV SBS
na obchodnú prevádzku - BRATISLAVA
Práca v stabilnej spoločnosti
Nutný preukaz odbornej spôsobilosti, zdravotná spôsobilosť, bezúhonnosť
corado@corado.sk
0948 116 981

NAJLACNEJŠIE VYPRAŤAVANIE domov, bytov, povál, záhrad, pivníc a garáží
0940 300 123

INZERCIA
0905 719 132

STRECHY, TEŠÁRSKE A POKRYVÁČSKÉ PRÁCE
zateplenie domov, rekonštrukcie, prístavby, nadstavby, omietky, potery, maľovky, nátery striech, elektroinštalácie, izolácie domov, výmena rín, jadrá, zámková dlažba, oplotenia, altány
ZĽAVA PRE SENIOROV 20%
0948 107 877

Po prečítaní noviny odhod'te do triedeného odpadu / PAPIER /

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
»68r s domom hľada partnerku 0909 105 842
- 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 hlboký modrý kočík. 0987 654 321

Inzerát bude po skontrolovaní spoločne 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 neuvěřujeme. 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 tiráži. (Službu platbarnobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)



BOBRIA SILA V AKCII

AUGUST PRAJE PROJEKTOM



17⁹ ks

STRATENÉ DEBNENIE „20“

Vysoká pevnosť, mrazuvzdornosť, vibrolisovaný jednovrstvový výrobok, prírodný, 50 × 20 × 25 cm. Paletová cena 1,69 €/ks pri kúpe 60 ks. OBI č. 5269741



21⁹ ks

ZÁHONOVÝ OBRUBNÍK

Odolnosť voči obrusu, jednoduchá a rýchla výstavba, prírodná, 100 × 5 × 20 cm. OBI č. 5269089



21⁹ ks

ZATRÁVNŔOVACIA DLAŽBA „80“

Hrana nášľapnej plochy je opatrená fazetou, prírodná, 45 × 30 × 8 cm. OBI č. 5269634



299⁹⁹
-40 €
259⁹⁹

SCHEPPACH HORIZONTÁLNY ŠTIEPAČ NA DREVO „HL 760 LS 2,2KW/7T“

Výkonný horizontálny štiepač na drevo 2200 W. Naštiepi aj čerstvé drevo rýchlosťou až 100 polien/hodinu. Štiepací tlak až 7 ton. Pre polená s dĺžkou max. 52 cm a priemerom 25 cm. S poistkou proti uvoľneniu polena pri výpadku prúdu. OBI č. 1679224



379⁹⁹
-40 €
339⁹⁹

DURAMOT ELEKTRICKÝ FÚRIK „B500“, 500 W

Až 7 hodín na jedno nabitie. Nosnosť 150 kg. Objem 75 l. OBI č. 2732444

489⁹⁹
-60 €
429⁹⁹

BOSCH ZÁHRADNÝ DRVIČ „AXT 25 TC“

Rýchle, tiché a bezproblémové drvenie dreva a záhradného odpadu. Silný bezuhlíkový motor 2 500 W. Vysokokapacitné drvenie s automatickým lievikom s rýchlym plnením. Veľký 53 l zberný kôš. OBI č. 2300432 a i.



Len vo vašej OBI predajni

Svoju najbližšiu predajňu OBI nájdete na obi.sk

Platí od 1. 8. do 31. 8. 2025 alebo do vypredania zásob.

 obchodník
roka 2024
cena verejnosti

 **1**
NAJDOVERYHODNEJŠIA
ZNAČKA
2024

OBI

DOKÁŽETE ČOKOLVEK



Aplikácia heyOBI

stiahni, zaregistruj sa a používaj už dnes

Mandľové, kokosové aj ovsené

Rastlinné mlieka si vyrobíte hravo aj doma

Ovsené, mandľové či kokosové – ktoré z nich si vyberiete? Rastlinné mlieka sú vhodnou voľbou nielen pre ľudí trpiacich alergiou na bielkovinu kravského mlieka, či vegánov, ale pre všetkých, ktorí si chcú spestriť svoj jedálny lístok. A hoci ich dnes už bez problémov zakúpite vo väčšine predajní s potravinami, zvládnete si ich jednoducho a rýchlo vyrobiť aj doma.

Použitie rastlinných mliek je veľmi všestranné. Dajú sa piť samotné, pripravovať z nich môžete tiež rôzne nápoje, koktaily či smoothie, ale skvelé sú aj do polievok, omáčok či do kaší. Na ich výrobu budete okrem rastlinnej zložky potrebovať kvalitný mixér, vodu a husté plátno, prípadne sitko.

Mandľové mlieko

Jeden hrnček lúpaných mandlí cez noc namočte do vody. Ráno sceďte, potom vložte do mixéra, pridajte štyri hrnčeky vody a rozmixujte dohladka. Precedte cez plátno, prípadne sitko. Získate tak nielen mlieko, ale aj mandľovú drť. Tú môžete použiť na výrobu domácej mandľovej nátierky či ako prísadu pri pečení koláčov.

Náš tip: Ovocné smoothie s mandľovým mliekom

Suroviny: 1/2 hrnčeka mandľového mlieka, 1 banán, 1/2 hrnčeka ananásu, 1/2 hrnčeka manga, 1/2 hrnčeka jahôd

Postup: Všetko ovocie očistíme, nakrájame na menšie kúsky a vložíme do mixéra. Zalejeme mandľovým mliekom a dôkladne rozmixujeme na hladké smoothie. Prelejeme ho do vyššieho pohára a ihneď podávame.

Kokosové mlieko

Dva hrnčeky strúhaného kokosu vložte do mixéra, pridajte štyri hrnčeky horúcej, nie však vriacej vody a rozmixujte dohladka. Precedte cez plátno, prípadne sitko. Získate tak nielen mlieko, ale aj kokosovú drť. Tú môžete použiť pri pečení ako prísadu do koláčov.

Náš tip: Kaša s kokosovým mliekom

Suroviny: 100 g ovsených vločiek, 200 ml vody, 200 ml kokosového mlieka, 1/2 PL medu, orechy a ovocie podľa chuti

Postup: Vločky dáme variť do vody. Keď sa časť vody odparí, prilejeme kokosové mlieko, necháme zovrieť a varíme za stáleho miešania na miernom ohni kým nezískame kašu požadovanej konzistencie. Na záver ochutíme medom a ozdóbime ovocím, prípadne nasekanými orechmi.



Ilustračné foto.

zdroj foto Imoflow pixabay

Zmrzlina s kokosovým mliekom

Suroviny: zrelé mango, banán, kokosové mlieko

Postup: Mango ošúpeme, vykôstkuje a nakrájame na kocky, banán nakrájame na plátky. Takto pripravené ovocie dáme do vrecka a vložíme do mrazničky.

Na druhý deň zmrazené ovocie vyberieme, dáme do mixéra a počas mixovania pridávame vychladené kokosové mlieko podľa toho, akú konzistenciu zmrzliny chceme dosiahnuť.

Ovsené mlieko

Postup: 100g jemných ovsených vločiek nasypete do mixéra, zalejte štyrmi hrnčekmi studenej vody a nechajte pol hodiny rozmočiť. Následne mixujte asi štyri minúty dohladka.

Po príprave mlieka ho ihneď skonzumujeme alebo uchováme v uzavretej nádobe v chladničke najviac do druhého dňa.

» ren

Prinášame rady, čo si treba pri kúpe zmrzliny všímať

Vychutnajte si kvalitnú lahodnú zmrzlinu

Leto a zmrzlina jednoducho patria k sebe. Kto by odolal tejto osviežujúcej pochúťke plnej lahodnej chuti? Aby bol však náš pôžitok čo najlepší, je dobré naučiť sa rozoznať, ktorá zmrzlina je skutočne aj kvalitná. Odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) pripravili rady, vďaka ktorým si budete vedieť vybrať tú pravú.

Kvalitná nebalená zmrzlina

Tento rýchly test vám napovie, či je zmrzlina kvalitná. Zodpovedať by mala nasledovným zmyslovým požiadavkám:

- vôňa a chuť musí byť príjemná, charakteristická po použitých surovinách,
- farba musí svojou intenzitou zodpovedať použitým surovinám,
- konzistencia má byť hladká, bez kryštálikov ľadu a hrudiek spracovaných surovín a prísad, okrem surovín a prísad použitých na ochutenie, ako napríklad ovocie, orechy.

Pri kúpe nebalenej zmrzliny si dajte pozor:

- či sú informácie o prítomnosti alergénov viditeľne uvedené,
- v prípade použitia farbív E 122, E 129 a E 102 musí byť uvedená informácia „môže mať nepriaznivé účinky na

činnosť a pozornosť detí“,

- nebalená zmrzlina sa môže predávať 24 hodín po zmrazení. Ak je zmrzlina opakovane zmrazovaná, môžu sa v nej vytvoriť kúsky ľadu, ktoré nielen zmyslovo znehodnotia zmrzlinu, ale môže byť dokonca zdrojom mikrobiologickej kontaminácie. Po konzumácii takejto zmrzliny sa môžu objaviť aj ťažšie ťažkosti, ako napríklad nevoľnosť, zvracanie a hnačka. Citlivejšie na ochorenie sú deti a starší ľudia.

Pri kúpe nebalenej zmrzliny si ďalej všímajte:

- čisté pracovné plochy a náradie a ich pravidelné umývanie,
- nádoby aj obľátky na zmrzlinu majú byť chránené pred znečistením z vonkajšieho prostredia,
- či pracovníci používajú jednorazové rukavice pri manipulácii so zmrzlinovým kornútkom, prípadne, či má kornútok okolo seba obal, ktorý bráni jeho kontaminácii,
- porciovacie náradie nesmie byť skladované v nádobe so stojacou vodou, pretože sa tam množia mikroorganizmy.

Na kvalitu dozerať aj odborníci

Na potvrdenie zdravotnej bezpečnosti zmrzliny, však už potrebujete odbor-



Ilustračné foto.

zdroj foto picjumbo_com pixabay

nika. „Naši odborní pracovníci z úradov verejného zdravotníctva každé leto náhodne odoberajú vzorky zmrzlin a laboratórnou analýzou zisťujú ich zloženie. Preverujú napríklad, či zmrzlina bola alebo nebola kontaminovaná mikroorganizmami, ako sú napríklad koliformné baktérie alebo salmonela, či sa v nej nachádzajú nepovolené farbivá, alebo či v nej bolo prekročené najvyššie prípustné množstvo farbiva,“ povedala doktorka Tatiana Červeňová, hlavný hygienik

SR a dodala: „Odborní pracovníci úradov verejného zdravotníctva preverujú v teréne aj pôvod surovín a polotovarov na výrobu zmrzliny, ich dátum spotreby a minimálnej trvanlivosti, hygienu procesu výroby zmrzliny, úroveň jej podávania, prevádzkovú hygienu zariadení, odbornú aj zdravotnú spôsobilosť pracovníkov. Náhodne odoberajú aj stery z prostredia, odevov a rúk pracovníkov a pracovných plôch.“

» ren

Otvor s nami novú predajňu Bory

**Prihlás
sa teraz!**

Predavač - pokladník (m/ž)

1 420 €/mesiac (38,75 hod./týž.)

+ príplatky

+ 40 € mesačne na nákup v Lidli



kariera.lidl.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



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*


**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
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

Ponuka
Darček v
hodnote až
200,- €


Sloboda nepozná vek.

Keď sa zhorší mobilita a každý krok je náročný, schodisková stolička Stannah môže byť riešením, ktoré vám pomôže zostať nezávislý a žiť naplno vo vlastnom domove.

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

 Pretože Stannah zmení Váš život.

*Táto ponuka je k dispozícii do 22.08.2025 a nie je platná s inými kampaňami alebo ponukami.

 0800 162 162

www.stannah.sk



POKRÝVAČ- TESÁR

**-10% Z CENY PRÁCE
DO 31.08.2025**

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

**ZA NAŠU PRÁCU
RUČÍME!**

Kontakt: Janek - 0919 495 628



Ponuka práce pre
**MURÁRSKE
partie**
(SZČO) DO BELGICKA

- Dlhodobá spolupráca
- Platobné podmienky 4.000 – 5.000 € / mesiac
- Fakturácie každé 2 týždne s 10-dňovou splatnosťou
- Ubytovanie zabezpečené a hradené

Kontaktujte nás

+ 421 917 860 693 info@zu-com.eu
+ 32 492 049 012 www.zu-com.eu



REGIONPRESS

Vyleť s nami!

- Inzercia**
- Tlač**
- Distribúcia**
- Online**

Sme experti v marketingovej komunikácii, reklame, online kampaniach, polygrafickej produkcii a distribúcii, **s cieľením na regióny po celom Slovensku.**

+421 910 922 916 / schubertova@regionpress.sk



EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU

BEZ WAPKY

BEZPLATNÁ UKÁŽKA

BOMBA FASÁDA

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



Oplatisa.sk

**ZAČNITE PREDÁVAŤ
ONLINE!**



čujte.sk

Čítajte nás

www.cujte.sk