

BRATISLAVSKO východ

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 97 240 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Požičaj si campervan

+421 915 717 358 • www.flakamesa.sk

• sťahovanie • likvidácie
• výnos • prenos nábytku

JOŽOVCI

0911 107 792
0903 594 868

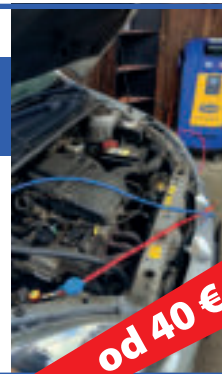
»»» ŽŤP, dôch. -10% «««

Autobazár Volt

PLNENIE A ČISTENIE AUTOKLIMATIZÁCIE

Malý Lég 1070
930 37 Lehnice
Slovensko

Kontakt:
info@autobazarovolt.sk
+421 911 76 76 76



od 40 €

12 rokov skúsenosti

TeploZima.sk

20 000+ spokojných zákazníkov

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

+421 905 100 606 www.teplozima.sk

s kupónom: BV100R

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

UMÝVANIE OKIEN

UPRATOVANIE
TEPOVANIE

MALIARSKÉ PRÁCE

www.topservis-bratislava.sk

0908 437 079

Ing. Kubaška Dušan

Vysoká
kvalita

KLIMATIZÁCIE

0951 305 288
alpaca-klima.sk

STRECHY, TESÁRSKE A POKRÝVAČSKÉ PRÁCE

za teplenie domov,
rekonštrukcie, prístavby,
nadstavby, omietky,
potery, maľovky,
nátery striech,
elektrínštácie, izolácie
domov, výmena rín,
jadrá, zámková dlažba,
oplotenia, altánky

ZĽAVA PRE SENIOROV
20%
0948 107 877



Slovenská Grafia a.s.

Pekná cesta 6, 834 03 Bratislava
výrobná spoločnosť v oblasti polygrafického priemyslu



PRIJME IHNEĎ

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

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

- ROBOTNÍKOV do výroby
- NASTAVOVAČOV OREZOVÝCH LINIEK

Mzda: min. 1 210 € - 1 600 €
od skúseností 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

Blížšie informácie:

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



Bratislava, Malacky, Trnava,
Nitra, Trenčín, Žilina, Vlkanová

Poukaz na
**STK BEZ
STRESU.sk**
len za 79 €

Poukaz je možné uplatniť na ktorejkoľvek prevádzke TÜV SÜD STK na službu TK+EK pre vozidlá kat. M1 a N1 do 3,5 tony. Nie je možné kombinovať s inými zľavami. Platnosť do 31. 12. 2025.

Happy
Hours
po celý deň

**KÚPIM BYT
V BRATISLAVE**
platba v hotovosti

0905 338 888
0903 909 888

KLIMATIZÁCIE

Ponúkame predaj, odbornú
montáž a servis klimatizácií

Rýchlo (do 48 hodín),
kvalitne a transparentne

- Diagnostika
- Opravy
- Poradenstvo

Kontaktujte nás pre riešenie na mieru:
0918 077 333 • 0944 923 218

Bezplatný týždenník

BRATISLAVSKO
východ

EV 6239/24

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 Kováčová 0905 719 132
Edita Schubertová 0910 922 916
Mgr. Barbora Knapová 0910 973 657www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.skVychádzame
na recyklovanom
papieri

DISTRIBÚCIA (97240 domácností)

Každý týždeň: Rača, Trávka, Slov-
naft, Vrakuňa, Dolné Hony, Podunajské
Biskupice, Nové Mesto, Ružinov, Nivy,
Staré Mesto, VajnoryVydavateľ nezodpovedá za obsah a
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazy-
kovou úpravou.Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípa-
de, že viete o mieste, kam naše noviny
nechodia, dajte nám, vedieť. Ďakujeme.

Západné Slovensko

BV	97240	BRATISLAVSKO východ
BZ	106540	BRATISLAVSKO západ
DS	34.320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34.390	GALANTSKO-ŠALIAANSKO
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREDSKO
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	PIEŠANSKO-NM-MY
SC	35.420	SENECKO
SE	36.750	SENIČKO-SKALICKO
TO	41.930	TOPOUČIANSKO-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	LUČEŇECKO-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-BS
ZA	50.780	ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

BJ	37.210	BARDEJOVSKE-SK-SP
GE	30.830	GEMERSKO-RV-RS-RA
HU	27.190	HUMENSKO-VI-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

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 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 spríjemňujú 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 skladaciu 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. Masťotkov z krajiny Haravara ste mohli stretnúť na viacerých podujatiach a stále sa s nimi môžete zabaviť na Dňoch parnej nostalgie v Košiciach či Margeciánskych 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 SKÚSENOSTIotvory do panelu
jadrové vrtanie 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,
bežuhonnosťcorado@corado.sk
0948 116 981PALIVOVÉ
DREVO

POLIENKA BUK, DUB, HRAB

Ku každej objednávke
hodnotný darčekwww.palivovedrevo.sk
0917 649 213

Hľadáte ľudí?

inzerujte

v tejto rubrike

0905 719 132

Čujte.sk

Prvá pomoc pri
nehode motocyklistu

www.cujte.sk

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

»Sympatic, seniorka hľadá
priateľa 70 + dobrej a ve-
selej povahy. 0949 230 745.

0 RÔZNE

Chcete si
podať riadkový
inzerát?Pošlite SMS na tel. č. 8866
v tvare RP (medzera) BV
(medzera) číslo rubriky
(medzera) Text inzerátu.

Príklad:

RP BV 7 Predám hlboký
modrý kočík. 0987 654 321Inzerát bude po skontrolovaní spo-
platený 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 „BV“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tiráži. (Službu platbarnobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

AUSTROTHERM
Tepelnoizolácie

Uniplatňa

Spolahlivá náhrada sadrokartónu
Tepelnoizolačná a nosná vrstva v jednom

uniplatna.austrotherm.sk



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. Naštípi 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

 NAJDŔVERYHODNEJŠIA ZNAČKA 2024

OBI

DOKÁŽETE ČOKOL'VEK



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 jedálniček. 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 kašíc. 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 trávacie 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,

• porciovanie 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 antioxidanty 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
ŽŤABOV 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 UKÁZKA

BOMBA FASÁDA

www.bomba-fasada.sk
+421 905 148 393
info@bomba-fasada.sk



Oplatisa.sk

**ZAČNITE PREDÁVAŤ
ONLINE!**



čujte.sk

Čítajte nás

www.cujte.sk