

KOMÁRŇANSKO



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 16 450 domácností

ONLINE
s REGIONPRESS-om



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

a iné služby

s REGIONPRESS-om
VYBAVÍTE AJ



Inzerciu



Tlač



Distribúciu

V jeseni kliešte nespia

V jeseni je priam ideálne obdobie na vychádzky do prírody. Odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) však upozorňujú, že kliešte nespia ani v jeseni a preto riziko zaklieštenia netreba podceňovať.

„Infikované kliešte môžu prenášať najčastejšie kliešťovú encefalitídu a lymskú boreliózu. Ide o ochorenia, ktoré môžu zapríčiniť vážne zdravotné následky,“ prízvukujú odborníci a pripájajú nasledovné rady:

Vyhýbajte sa miestam s vyšším predpokladom výskytu kliešťov - okraje lesov, vysoké porasty tráv či krovie. Dajte si pozor aj pri mestskej zeleni - v parkoch, záhradách či na cintorínoch.

V prírode noste uzavretú obuv, dlhé nohavice, ponožky (ideálne zapravené do nohavíc). Vhodnejšie je svetlé oblečenie, na ktorom si parazita skôr všimnete.

Použite repelent a po návrate domov si vždy skontrolujte pokožku. Kliešťa je potrebné ihneď opatrne odstrániť.

Infikované kliešte môžu prenášať dve najčastejšie ochorenia:

Kliešťová encefalitída (KE) – vírusové ochorenie nervového systému. Môže zanechať dlhodobé následky najmä ne-

urologického charakteru: bolesti hlavy, únava, pocity znečitlivenia, mravčenia, porucha pamäti/konzentrácie - zhoršenie motorických funkcií, dlhotrvajúce kognitívne ťažkosti, ochrnutie. Ochorenie môže v rizikových prípadoch skončiť úmrtím.

„Nezabúdajte, že vírus KE sa môže preniesť aj cez nepasterizované ovčie či kozie mlieko a výrobky z neho. Preto odporúčame konzumovať pasterizované výrobky,“ uvádzajú odborníci z ÚVZ SR a dodávajú, že najspôhlivejšou ochranou je očkovanie.

Od začiatku roka 2025 do 17.9. evidujú 158 prípadov KE.

Lymská borelióza (LB) – bakteriálne ochorenie, ktoré ak sa nelieči včas, môže spôsobiť závažné a dlhodobé komplikácie, a to neurologické (široké spektrum od bolesti hlavy až po meningitídu, ochrnutia), kardiovaskulárne, postihnutia kĺbov (chronické bolesti svalov a kĺbov), autoimúne ochorenia, psychické problémy.

Lieči sa antibiotikami, očkovanie proti LB neexistuje.

Od začiatku roka 2025 do 17.9. evidujú 3 127 prípadov LB

Náš tip:

Informácie o tom, ako kliešťa správne vybrať, nájdete na našej webovej stránke cujte.sk

» [ren](http://cujte.sk)

HYDINÁRSKA FARMÁ TOPOLNICA
(PRI GALANTE)

PONÚKA NA PREDAJ:

MULARD KÁČERE NA VÝKRM
MULARD KAČICE NA VÝKRM
HUSI NA VÝKRM

PREDAJ RASTOVEJ A ZNÁŠKOVEJ KŔMNEJ ZMESI
0905 551 499 • 031/781 15 63 • WWW.HYDINARSKAFARMA.SK
HYDINÁRSKA FARMÁ TOPOLNICA
ROZVOJ ZABEZPEČÍME

čujte.sk
Čítajte nás:
www.cujte.sk

VÝKUP KROJOV
a ich súčastí, plátno, kašmírové sukne, šatky, brokátové šatky, štofky, mince
0908 627 952

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

RENOVÁCIA INTERIÉROVÝCH DVERÍ FÓLIU
Cena od 105 € s DPH
Tel.: 0905 604 167
www.krasnedvere.sk

ROLETY - ŽALÚZIE - SIEŤKY PLASTOVÉ OKNÁ a DVERE

HELUX - Peter Helmeš
Ďalej ponúkame:
OPRAVY všetkých typov
• žalúzií a okien
• dverí a sieťok

Predaj Montáž Servis

0918 109 149 www.helux.sk

PLECHOVÁ STREŠNÁ KRYTINA
cena za materiál a prácu 26,99 € / m²
0915 470 099 | SME MAĎARSKÁ FIRMA

DOVOZ NA ADRESU
18 týž. mládky, brojlerové kuriatka
www.hydinashop.sk
0905 207 059

Kompletné strechy, rekonštrukcie
Okoč
tel.: 0905 746 124
Školiace centrum strechárov

MÁTE VLHKÝ DOM?
- podrezávanie -20%
- chemická injektáž **STOP VODA**
100% odstránenie vlhkosti
www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

Bezplatný týždenník
KOMÁRŇANSKO
 EV 6234/24
 vydáva spoločnosť
REGIONPRESS
 so sídlom Pekárska 7489/40A,
 917 01 Trnava, IČO: 36252417.
 Ročník II, rok 2025
 Redakcia: Cobarňo 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



DISTRIBÚCIA (16.450 domácností)

Každý týždeň:
 Kolárovo, Komárno, Bohatá, Hurbanovo



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-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	NOVOZÁMOKO
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	LUČENECKO-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-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	POPRAĎSKO-KK
PO	49.940	PREŠOVSKO-SB
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL

Pozor na falošných kontrolórov

Sociálna poisťovňa varuje verejnosť pred falošnými kontrolórami prepočtu dôchodku. Nevpúšťajte ich k vám domov a nedávajte im peniaze.

Sociálna poisťovňa upozorňuje svojich klientov na falošných kontrolórov, ktorí navštevujú seniorov priamo v ich domoch či bytoch. Tí sa predstavujú a tiež preukážu falošnými preukazmi ako zamestnanci Sociálnej poisťovne a z dôvodu prepočítania dôchodkov, ktoré sa údajne chystá, sa domáhajú vstupu do interiéru domu či bytu občanov. Tvrdia, že je to dôležité pre určenie výšky sumy ich dôchodku. Sociálna poisťovňa však takýto typ kontrol nevykonáva a pripomína, že jej zamestnanci nemajú právomoc vstupovať do nehnuteľností klientov a vyberať od nich peniaze v hotovosti alebo iným spôsobom priamo na mieste.

„Aktuálne bol tento typ falošných kontrolórov zaznamenaný v Nitrianskom kraji. Je možné predpokladať, že vzhľadom na rastúce množstvo podobných podvodov k tomu môže dôjsť aj v ďalších regiónoch Slovenska,“ uvádza Sociálna poisťovňa a zároveň vyzýva svojich poistencov na obozretnosť. Pripomína tiež, že jej zamestnanci navštevujú klientov len

v prípadoch kontroly dodržiavania liečebného režimu - ľudovo nazývané tiež „kontrola na púenke“. „Ani vtedy však do obydľia nevstupujú a tiež nemanipulujú s hotovosťou, teda nikdy od klientov nežiadajú akúkoľvek úhradu priamo na mieste a v hotovosti,“ objasňuje Sociálna poisťovňa.

Pre spresnenie doplníme, že prípadné prepočty či valorizácie dôchodkov spracováva Sociálna poisťovňa automaticky, teda bez kontaktu s klientom.

„V prípade akýchkoľvek pochybností odporúčame klientom preveriť si situáciu priamo v príslušnej pobočke Sociálnej poisťovne: **Kontakty - pobočky | Sociálna poisťovňa (socpoist.sk)** alebo na bezplatnej infolinke **Informačno-poradenského centra: 0800 123 123.**

» ren



Ilustračné foto. zdroj foto martaposemuckel pixabay

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 Vaš 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, 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 neuvádzajte. 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.)

Správny krok pre vašu reklamu

- GOOGLE ADS KAMPANE
- TVORBA WEBSTRÁNKY
- OPTIMALIZÁCIA WEBSTRÁNKY
- REMARKETING, RETARGETING
- BANNEROVÉ KAMPANE
- SOCIAL MEDIA MARKETING
- SEO

0910 851 307
 www.regionpress.sk
 baumajsterova@regionpress.sk



Fazuľová, mrkvová, s jarnou cibuľkou či jablkom – stačí si vybrať

Pripravme si chutné lahodné nátierky

Receptov na chutné nátierky nikdy nie je dosť. Ich výhodou je, že sa dajú pomerne rýchlo pripraviť, neraz aj zo surovín, ktoré nájdeme doma v chladničke či komore. Poslúžia nám nielen na raňajky, ale vhodné sú aj na desiatu či ľahšiu večeru. Nesklamú ani vtedy, keď sa nám nečakane ohlásí návšteva. Prinášame recepty na chutné nátierky, ktoré sa hodia na chlieb či pečivo, ale môžeme ich podávať aj s chlebovými plackami či tortillami.

Nátierka z červenej šošovice

Suroviny: 100 g červenej šošovice polenej - lúpanej, soľ podľa chuti, sušená bazalka, 10 ks sušených paradajok v oleji

Postup:

• Červenú šošovicu opláchneme v studenej vode a varíme približne 15 minút. Zlejeme z nej prebytočnú vodu a necháme vychladnúť.

• Červenú šošovicu opláchneme v studenej vode a varíme približne 15 minút. Zlejeme z nej prebytočnú vodu a necháme vychladnúť.

• Upečenú zeleninu spolu s uvarenou šošovicou vymixujeme na hladký krém. Nakoniec primiešame 2 PL bieleho jogurtu.

Nátierka s jarnou cibuľkou

Suroviny: 1/2 zeleru, 4 mrkvy, 2 jarné cibuľky, šťavu z polovice citróna, 250 g tvarohu, 1 biely jogurt, soľ

Postup:

• Zeler a mrkvu najemno nastrúhame, jarnú cibuľku pokrájame na kolieska, všetko vložíme do misky a dôkladne premiešame. Pridáme šťavu z citróna, tvaroh, biely jogurt a opäť premiešame. Dochutíme soľou.

Nátierka s jablkom

Suroviny: 1 jablko, 150g smotanovo tvarohového syra, 2 lyžice masla, 50 g



Ilustračné foto.

zdroj foto ahrimon19 pixabay

• Následne šošovicu vložíme do mixéra, pridáme sušené paradajky v oleji a vymixujeme.

Nátierka z pečenej zeleniny

Suroviny: 4 stredné mrkvy, 2 petržlely, 1 cibuľa, 150g červenej šošovice, olej, tymián, soľ, 2 PL bieleho jogurtu

Postup:

• Mrkvu a petržlen umyjeme, očistíme a nakrájame na menšie kusy, cibuľu pokrájame na štvrtiny a spolu vložíme do plechu, ktorý sme si vystlali papierom na pečenie. Pokvapkáme olejom, pridáme soľ a sušený tymián. Pečieme pri teplote 180 stupňov do mäkka.

tvrdého syra vhodného na strúhanie

Postup: Jablko očistíme, zbavíme jadrincov a na jemno postrúhame. Tvrdý syr postrúhame na hrubo. Do misky vložíme smotanovo tvarohový syr a vymiešame ho s maslom. Pridáme strúhaný syr a jablko a všetko dobre premiešame. Môžeme dochutiť troškou soli.

Syrová nátierka s paprikou

Suroviny:

250g tvrdého syra vhodného na strúhanie, 3 papriky rôznych farieb - zelená, červená, žltá, 150g šunky, 100g majonézy, 100g bieleho jogurtu, soľ a korenie podľa chuti



Ilustračné foto.

zdroj foto Einladung_zum_Essen pixabay



Ilustračné foto.

zdroj foto Anestiev pixabay

Postup:

• Papriky umyjeme, rozkrojíme na štvrtiny, odstránime z nich jadrince a potom pokrájame na malé štvorčeky. Rovnako pokrájame aj šunku.

• Syr na hrubo postrúhame.

• Do misky vložíme majonézu a vymiešame ju s jogurtom. Pridáme papriku, šunku a syr. Nátierku podľa chuti osolíme a okoreníme.

Fazuľová nátierka s orechmi

Suroviny:

250g konzervu bielej fazule v slanom náleve, 4 lyžice panenského olivového oleja, soľ, korenie, 2 strúčiky cesnaku, hrsť vlašských orechov.

Postup:

• Vlašské orechy posekáme na kúsky.
• Strúčiky cesnaku pretlačíme.
• Fazuľu vylejeme na sito, prepláchneme studenou vodou a necháme odkvapkať.

• Do mixéru vsypeme fazuľu, pridáme olivový olej a dôkladne vymixujeme na nátierku.

• Nátierku preložíme do misky a ochutíme cesnakom.

• Na záver zľahka vmiešame orechy.

Náš tip:

Ak nemáte po ruke mixér, môžete použiť pučidlo na zemiaky.

Mrkvová nátierka s ovsenými vločkami

Suroviny:

150g smotanovo tvarohového syra, 50g bieleho jogurtu, 2 mrkvy, 2PL ovsených vločiek, 1PL repkového oleja, tekvicové jadierka

Postup:

• Mrkvu umyjeme, očistíme a na hrubo postrúhame.

• Na panvicu dáme olej a mrkvu na ňom asi 5 minút podusíme. Necháme vychladnúť.

• Do misky vložíme syr a vymiešame ho s jogurtom. Primiešame ovsené vločky a mrkvu. Pred podávaním posypeme tekvicovými jadierkami.

Syrová nátierka s pečeným cesnakom

Suroviny:

200g syra s modrou plesňou, 200g

smotanovo tvarohového syra, 3PL bieleho jogurtu, hlavička cesnaku, korenie a cukor podľa chuti

Postup:

• Rúru zohrejeme na stredne vysokú teplotu. Hlavičku cesnaku zabalíme do alobalu a pečieme pol hodinu. Necháme vychladnúť a potom strúčiky vytlačíme



Ilustračné foto.

zdroj foto ctwn pixabay

zo šupky a popučíme vidličkou.

• Syr s modrou plesňou pretlačíme cez hrubé strúhadlo do misky. Vymiešame ho so syrom a jogurtom. Pridáme cesnak a dochutíme podľa chuti korením a štipkou cukru.

Vajčková nátierka s avokádom

Suroviny:

1 avokádo, 2 vajcia, 2PL bieleho jogurtu, citrónovú šťavu, soľ a korenie podľa chuti

Postup:

• Vajčka uvaríme na tvrdo, necháme vychladnúť a potom pokrájame na malé štvorčeky.

• Avokádo rozkrojíme na polovice, pomocou lyžice z neho vyberieme dužinu.

• Do misky vložíme dužinu z avokáda, popučíme ju vidličkou a pokvapkáme citrónovou šťavou. Pridáme pokrúpané vajcia a jogurt. Dochutíme soľou a korením.

» ren

Pitný režim a vhodná fľaša na pitie

Koľko a aké tekutiny by mali piť deti?

Dodržiavanie správneho pitného režimu je jednou z najdôležitejších zásad zdravého životného štýlu. Podľa odborníkov z Úradu verejného zdravotníctva SR (ÚVZ SR) je potrebné preferovať pitie výhradne čistej pitnej vody.

„Množstvo vody, ktoré detský organizmus potrebuje, závisí predovšetkým od veku a hmotnosti dieťaťa, ale aj od iných faktorov, ako sú fyzická aktivita, teplota prostredia a typ stravy. U dieťaťa v školskom veku je to 70 ml a u dospelých je to cca 50 ml na kg hmotnosti za 24 hodín,“ objasňujú odborníci a na ilustráciu uvádzajú: toto množstvo u dieťaťa s hmotnosťou 20 kg predstavuje 1400 ml vody/deň, u dieťaťa vážiaceho 30 kg je to 2100 ml vody/deň, u dieťaťa s hmotnosťou 40 kg 2800 ml vody/deň. „Odporúčame aj pedagogickým pracovníkom, aby vyzývali deti napíť sa, najmä po telesnej aktivite, v stresujúcich situáciách a počas mimoriadne teplých dní,“ hovoria odborníci a dodávajú: „Deti by mali vypíť pred odchodom do školy aspoň jeden pohár vody. Vypíť naraz veľké množstvo vody nie je vhodné. Pokiaľ má dieťa dostatok tekutín počas dňa, večer stačí piť menšie množstvo vody, najmä pred spaním.“

Čo ponúknuť deťom piť okrem vody?

Pre spestrenie pitného režimu môžeme podľa odborníkov jednorazovo denne po-

núknuť dieťaťu nesladený bylinkový alebo ovocný čaj, prípadne nesýtenú minerálnu vodu. „Ovocné šťavy predstavujú dôležitý zdroj vitamínov a minerálnych látok, šťavy odporúčame podávať zriedené, napríklad v pomere 1:1 s vodou. Nevhodné sú silne mineralizované vody sýtené oxidom uhličitým, všetky sladené nápoje, ako sú napríklad colové nápoje, nápoje s umelými sladidlami, energetické nápoje s obsahom chinínu, káva a alkohol,“ prízvukujú odborníci.

Ktorá fľaša je vhodná?

Je najvhodnejšie, aby si dieťa do školy nosilo vlastnú fľašu. Tá ideálna by mala byť ľahko čistiteľná, mať odmerku a udržiavať teplotu nápoja. „PET fľaše z už vypitých nápojov sú určené iba na jednorazové použitie, preto ich neodporúčame znova používať. Vhodné sú fľaše na opakované používanie: vyrobené z plastu (Tritan, PP), skla alebo z nerezovej ocele. Sklo je považované za vysoko inertný (nečinný) materiál, ktorý neuvolňuje do vody žiadne nežiaduce látky. Jeho nevýhodou je však vyššia hmotnosť a riziko rozbitia. Akékoľvek plastové a nerezové fľaše určené na opakované použitie sú bezpečné, ak sa dodržiavajú podmienky použitia uvedené na obale,“ približujú odborníci.

Ako sa správne starať o fľašu?

• Fľaše určené na opakované používanie



Ilustračné foto.

zdroj foto Adam364593133 pixabay

je potrebné pred prvým použitím dôkladne opláchnuť tak, aby nedošlo k vytvoreniu mikrobiálneho biofilmu alebo pomnožovaniu mikroorganizmov, hlavne ak sa do fliaš dáva džúzy alebo mliečne výrobky.

• Je dôležité fľašu umývať každý deň teplou vodou s jemným saponátom. Vhodné je použiť kefku pre dôkladné mechanické vyčistenie vnútorných stien. Po umytí je potrebné nechať fľašu otvorenú, aby dobre preschla.

• Fľaše, najmä plastové, by sa nemali nechávať v priamom slnečnom svetle. Teplota a UV žiarenie môžu znižovať kvalitu materiá-

lu a podporovať rast mikroorganizmov.

• Plastové fľaše sa časom opotrebojú, a môžu sa objaviť povrchové trhliny a praskliny, vypukliny, oddeľovanie vrstiev, strata objemu alebo iné deformácie, ako je zažltnutie či strata lesku alebo priehľadnosti. „Zmeny v dôsledku používania, akými sú zafarbenie od farbív z potravín vrátane lykopénu a kurkumínu, však nepredstavujú zhoršenie vlastností plastového materiálu. V prípade výrazných mechanických zmien je potrebné plastovú fľašu nahradiť novou,“ radia odborníci z ÚVZ SR.

» **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 nechťov.

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 fažkostiach.

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



79,30€

Chloé Love Story
Parfumovaná voda 75 ml

Notino.sk



309,90€

Dámske Hodinky
Emporio Armani,

Answer.sk



919,00€

Práčka s predným plnením
BOSCH WAX32KH1BY

Andreashop.sk




39,99€

PARKSIDE® Ponorné
čerpadlo na znečistenú vodu

Lidl.sk



13,78€

Musetti zrnková káva
Deca - bezkofeinová 500g

Domkavy.sk



20,20€

3D nástenné hodiny
BAST čierne

HouseLand.sk



62,99€

Akumulátorový plotostrih
HECHT 6020

Trtechnic.sk



359,00€

Vysokotlakový čistič Kärcher K4
Power Control Car & Home

Karcher-store-karimtech.sk



76,70

Detské odrážadlo
Milly Mally Marshall

Drmax.sk



7,99€

Forma na pečenie
medvedík, orion

4home.sk




39,99€
55,99€

adidas® Pánska mikina
Squadra 21

Lidl.sk




59,99€
132,99€

Tefal Tlakový hrniec
Secure Click P25307, 6 l

Lidl.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**

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%**

KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje i celé
poľovnícke zbierky.

Kúpim veci
z 1. a 2. sv. vojny,
vzduchovky.

**Výkup mincí
do roku 1945**

Celá SR
0940 723 073
trofejjeu@gmail.com

EXPERTI NA STRECHY
POKRÝVAČSKÉ / TESÁRSKE PRÁCE

- » POKLÁDKA PLECHOVEJ STREŠNEJ KRYTINY
- » RENOVÁCIA STRIECH / GARÁŽÍ
- » ZATEPLENIE, OPRAVA ŽLABOV
- » KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH

**OBHLIADKA
A PONUKA
ZDARMA**

**-10%
Z CENY PRÁCE**

ZA KVALITU PRÁCE RUČÍME!
Kontakt: Janek - 0919 495 628

Stannah

Ponuka
Darček v
hodnote až
200,- €

**EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANOU TECHNOLOGIOU**

pred po

BEZ WAPKY

**BEZPLATNÁ
UKÁŽKA**

**BOMBA
FASÁDA**

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

Váš domov, vaša sloboda.

Zostaňte mobilní bez obmedzení tam, kde je najkrajšie.
Stoličkové výfahy 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 výfahu peňažný príspevok od štátu.

*Táto ponuka je k dispozícii
do 17.10.2025 a nie je platná
s inými kampaniami alebo
ponukami.

0800 162 162 www.stannah.sk

**POKRÝVAČ STRIECH
MAJSTER TESÁR**

- kompletná montáž nových striech
- kompletná renovácia striech
- renovácia žlabov
- renovácia hospodárskych budov
- pokládka strešnej krytiny • zateplenie

**DO 30.9.
ZĽAVA
-15%**

Kontakt: +421 917 506 871

POKRÝVAČ- TESÁR
profesionálne strešné práce

**OKAMŽITÉ
ZAČATIE
PRÁČ**

**-10%
Z CENY
PRÁCE**

ZA NAŠU PRÁCU RUČÍME!

- » renovácia striech, renovácia garáží
- » pokládka plechovej strešnej krytiny
- » oprava a renovácia žlabov
- » kompletná výmena striech
- » zateplovacie práce

ZDARMA DOPRAVA, CENOVÁ PONUKA
Kontakt: +421 949 623 050