

KOMÁRŇANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 16 450 domácností

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

MÁTE VLHKÝ DOM?

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

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

Kompletné strechy, rekonštrukcie
VÝPREDAJOVÉ CENY
od 3,50 € / m²

Okoč
STRECHY

0951 444 444

Skoliace centrum strechárov

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

TATRANSKÝ PROFIL - PERODRÁŽKA
PLOTOVÉ LATY / DLÁŽKOVICA
ZRUBOVINA / OKRASNÉ LIŠTY
TERASOVÉ DOSKY - červený smrek
cena od 8,20€/m²
0917 266 883

DOVOZ NA ADRESU

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

**BITUFLEX s.r.o. OBNOVA PLECHOVEJ
A ETERNITOVEJ STRECHY**

PRACUJEME VÝHRADNE
NA ZÁKLADE ZMLUVY

- odstránenie nečistôt
- penetrácia
- vynikajúca nepriepustnosť vody
- vzhľad škridle
- vysoká životnosť

- ZAMERANIE ZDARMA
- BEZ ZÁLOHY
- prvotriedny materiál zn. Index mineral design
- záruka 25 rokov a dlhoročné skúsenosti

ZÁVA pre seniorov

Oprava komínu GRÁTIS

0950 266 604

ZABEZPEČUJEME REALIZÁCIU ŠKRIDLOVÝCH STRECH na KĹÚČ

www.bituflex.sk
Bituflexroznava@gmail.com

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

ONLINE
s REGIONPRESS-om
www.regionpress.sk

SLEDUJTE NÁS

KOMÁRŇANSKO

Revolúcia vo svete fitness dorazila na Slovensko

- Viac ako 500 cvikov so záťažou do 100 kg na všetky časti tela v jedinom stroji.
- Futuristický dizajn s minimálnym nárokom na priestor.
- Cvičenia si môžete nastaviť sami alebo sa necháte viesť umelou inteligenciou.
- Na veľkom displeji uvidíte ukážky ako cvičiť a potom priebeh vášho výkonu.
- Stroj je prepojený s mobilnou aplikáciou, ktorá zaznamenáva Vaše cvičenia a umožní plánovať ďalšie.

VŠESTRANNÉ VYUŽITIE

FITNESS CENTRÁ

Cvičenie s trénerom aj individuálne. Od jednoduchých po komplexné cviky.

DO DOMU A BYTU

Využitie pre celú rodinu. Stačí minimum priestoru. Cvičíte kedy chcete.

REHABILITÁCIA

Kontrolovaný pohyb, progresívna záťaž, bezpečná spätná väzba.

IMBODY SPORT
www.imbodysport.sk



ŠPORTOVÉ KLUBY

Pokročilé funkcie pre profesionálov a kondičných trénerov.

HOTELY & WELLNESS

Prémiový zážitok, minimum priestoru, maximálna pridaná hodnota.

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

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 | 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-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 |

Súťaž „Zimná krajina na pohľad(nicu)“

Štátna ochrana prírody Slovenskej republiky (ŠOP SR) si v roku 2025 pripomína 25. výročie svojho vzniku ako samostatnej odbornej organizácie. Pri tejto príležitosti vyhlasuje už piaty ročník úspešnej grafickej súťaže „Zimná krajina na pohľad(nicu)“, ktorá spája tvorivosť mladých ľudí s poslanstvom ochrany prírody.

Téma a cieľ súťaže

Zimná krajina v sebe nesie pokoj, ticho aj silu prírody. Práve zimný obraz prírody je inšpiráciou aj pre piaty ročník grafickej súťaže „Zimná krajina na pohľad(nicu)“, ktorá je určená pre študentov vo veku 15 až 26 rokov stredných a vysokých škôl, základných umeleckých škôl či záujmových krúžkov, ktorí majú záujem tvorivo vyjadriť vzťah k zimnej prírode a jej ochrane.

„Úlohou súťažiacich je vytvoriť grafický návrh s motívom zimnej krajiny, ktorý zároveň reflektuje prvky ochrany prírody, život zvierat a rastlín počas zimy, kolobeh života v prírode, ticho a harmóniu zasneženej krajiny,“ informoval Odbor komunikácie a propagácie ŠOP SR a doplnil, že cieľom súťaže je podporiť a povzbudiť mladých ľudí vo vnímaní krás zimnej prírody a jej ochrany, rozvíjať ich citlivosť k prírodnému prostrediu, k hodnotám krajiny a jej prirodzených cyklov a zároveň ich viesť k hlbšiemu uvedomeniu si zodpovednosti za ochranu prírody.

Podmienky účasti

Súťažné práce je možné zasielať do 30. no-

vembra 2025. „Ocenené budú tri najlepšie návrhy, pričom vybrané víťazné práce budú použité ako oficiálne tlačene alebo elektronické pohľadnice so zimnou tematikou,“ objasnil Odbor komunikácie a propagácie ŠOP SR a dodal, že porota sa pri hodnotení zaslaných prác zameria nielen na výtvarnú úroveň a estetiku návrhu, ale aj na originalitu, nápaditosť a grafické spracovanie. Dôležitým kritériom pri hodnotení bude aj začlenenie témy ochrany prírody v kontexte Slovenska.

„Súťaž Zimná krajina na pohľad(nicu) si počas predchádzajúcich rokov získala obľubu medzi mladými výtvarníkmi z celého Slovenska. Od svojho prvého ročníka, vyhláseného v roku 2021, sa do nej zapojilo už viac ako 450 mladých tvorcov z rôznych škôl a umeleckých inštitúcií, pričom mnohé práce sa stali súčasťou výstavy ŠOP SR a boli využité ako vianočné pohľadnice,“ uviedol generálny riaditeľ Štátnej ochrany prírody SR Roman Fajth.

» ren



Ilustračné foto. zdroj foto AlainAudet 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 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, 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 nahradte písmena „KM“ v texte Vašej SMS kódom novín, ktorý nájdete v tiráži. (Službu platbarnobilom.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



TRIO

LEKÁREŇ

Nová TRIO Lekáreň v Komárne

 Mederčská ul. 3887/39 E

UŽ **4.**
TRIO LEKÁREŇ
V KOMÁRNE

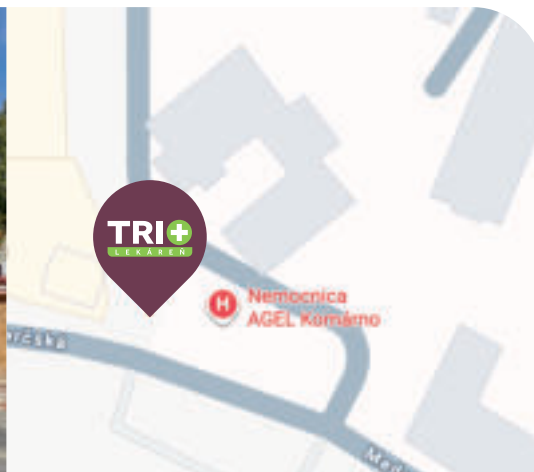
Otváracie hodiny:
Pondelok - Piatok 8.00 - 16.00 h.

SKVELÝ PROGRAM VÝHOD PRE NAŠICH STÁLÝCH ZÁKAZNÍKOV.

10% STÁLA VERNOSTNÁ ZĽAVA PRE DÔCHODCOV na celý voľnopredajný sortiment

až **50%** z doplatku na lieky

*Zľava z doplatku za liek čiastočne uhrádzaný na základe verejného zdravotného poistenia je poskytovaná v súlade s § 89 zákona č. 363/2011 Z. z. Zmena akcií vyhradená. Zľavy sa nekumulujú.



Prinášame zopár tipov, ako huby spracovať

Doprajme si huby po celý rok

Hubárska sezóna je v plnom prúde a neraz sa nám stane, že príde z lesa domov s košíkom plným húb a nemáme možnosť ich všetky skonzumovať. Vtedy je ten správny čas na ich uskladnenie. Vychutnať si ich tak budeme môcť až do jarnej sezóny, kedy si opäť pôjdeme nazbierať čerstvé.

ÚČINKY NA ZDRAVIE

Huby obsahujú podľa odborníkov mnoho látok dôležitých pre náš organizmus. Vďaka obsahu beta-glukánov sú veľmi prospešné na podporu imunity. Majú tiež veľké množstvo bielkovín, cukrov, konkrétne polysacharidov, tiež veľký obsah vlákniny a veľmi nízky obsah tukov. Nájdeme v nich rôzne vitamíny, napríklad riboflavín, tiamín, kyselinu pantoténovú, kyselinu listovú, vitamín E, provitamín A, vitamín C, biotín a betakarotén. Obsahujú tiež mnoho stopových prvkov - je medzi nimi vápnik, jód, železo, horčík, mangán, fosfor, draslík, selén, sodík, síra či zinok.

mlynčeka a zomelte alebo rozmixujte. Následne preložte do sklenej nádoby, primiešajte soľ, mleté čierne korenie a bylinky podľa chuti - hodí sa tymián, rozmarín aj oregano. Potom už len pridávajte ako korenie do jedál.

Mrazenie

Jestvuje viacero spôsobov mrazenia húb. Ponúkame návod ako zmraziť čerstvé huby:

Huby najskôr pomocou malého nožička očistíme od zvyškov hliny a nečistôt. Väčšie huby nakrájame na plátky či kocky, malé môžeme ponechať celé. Huby rozložíme na tácku alebo plech a dáme ich asi na dve hodiny predmraziť. Potom ich preložíme do vrecúšok alebo dóz a vložíme do mrazničky.

Zaváranie

Huby s octom

Suroviny: 1 kg húb, 1 cibuľa, 250 ml octu, 2 bobkové listy, 100 g cukru, 5 klinčekov, 1 ČL celého korenia, 1 ČL soli



Sušené huby nám pri dobrom skladovaní vydržia aj rok.

zdroj foto Waldrebell pixabay

SPRACOVANIE HÚB

Ponúkame návod ako huby sušiť, mraziť aj spracovať na korenie či variť.

Sušenie

Huby preberte a na sušenie použite len zdravé a nečervivé. Očistite ich, nakrájajte na plátky hrúbke približne 5mm a naukladajte ich na plech na pečenie. Sušte na vzdušnom, nie slnečnom mieste alebo v rúre na pečenie pri teplote približne 60°C. Usušené hríby vložte do sklenej uzatvárateľnej nádoby alebo do plátenného vrecúška a umiestnite na tmavé suché miesto. Takto by vám mali vydržať aj rok.

Hubové korenie

Ak ste už niekedy sušili huby, tak to poznáte, zostane vám z nich veľa drobných úlomkov. Vložte ich do

Postup:

Nálev:

- Cibuľu očistite a nakrájajte na krúžky, vložte do hrnca aj so všetkými surovinami okrem húb a uveďte do varu.

- Následne odstavte zo sporáka a nechajte dobre vychladnúť.

Huby: Huby pomocou malého nožička očistite od zvyškov hliny a nečistôt. Väčšie huby nakrájajte, malé môžete ponechať celé. Potom ich vložte do pripravených zaváracích pohárov a zalejte pripraveným nálevom.

Dokončenie: Vo veľkom hrnci poháre sterilizujte 30 minút.

POUŽITIE

Hubový Kubo

Suroviny: 250 g väčších jačmenných krúpov, 250 g čerstvých húb, 1 veľká lyžica masla, 1 veľká cibuľa, 2 strúčiky cesnaku, 1 lyžička majoránu,



Zbierať by sme mali len huby, ktoré dobre poznáme.

zdroj foto Sorbyphoto pixabay

1 lyžica masla, podľa chuti soľ, drvená rasca a mleté čierne korenie

Postup:

- Krúpy prepláchnite, vložte do hrnca, zalejte asi dvojnásobkom vody, pridajte soľ a uvarte do mäkka.

- Huby najskôr pomocou malého nožička očistite od zvyškov hliny a nečistôt a nakrájajte na plátky či kocky.

Očistite cibuľu, nakrájajte ju nadrobno a pretlačte cesnak.

- V hrnci na masle dozlatova opečte cibuľu, pridajte huby, rascu a poduste zhruba 5 minút. Potom primiešajte prelisovaný cesnak, mleté čierne korenie a duchoďte majoránom a soľou. Prilejte trochu vody a zakryté poduste ešte asi 10 minút. K uduseným hubám pridajte scedené krúpy a dobre premiešajte.

- Rúru rozohrejte na 180°C. Zmes vložte do maslom vymasteného plechu a pečte 20 minút.

Hubový závin

Suroviny: lístkové cesto, huby, 1 cibuľa, čerstvý smotanový syr, pór podľa chuti, soľ, čierne korenie, olej



Huby môžeme použiť pri príprave mnohých chutných pokrmov.

zdroj foto laustkehlet pixabay

Postup:

- Cibuľu očistite, nakrájajte na drobné kúsky a opečte. Pridajte očistené, na kúsky pokrúpané huby a dusite približne 10 minút. Podľa potreby podlejte vodou. Nechajte vychladnúť.

- Lístkové cesto si zatiaľ rozvalkajte na tenký plát.

- Pór umyte a nakrájajte na kolieska.

- Do vychladených húb vmiešajte krémový syr, pór a dochuťte soľou a mletým čiernym korením. Takto pripravenú zmes navrstvite rovnomerne na vyvalkané lístkové cesto a zaviňte. Pečte v rúre predhriatej na 200 °C asi 20 minút.

PRVÁ POMOC PRI OTRAVE HUBAMI

„Pri podozrení na otravu hubami sa pokúste vyvolať u postihnutého zvracanie a dopravte ho čo najskôr na lekárske ošetrenie,“ radia odborníci zo Slovenského Červeného kríža (SČK) a dodávajú, že je potrebné priniesť so sebou aj zvyšky húb alebo zvratkov, aby sa dal určiť druh huby. „Nedávajte postihnutému jesť ani piť, a už vôbec nie alkohol,“ prízvu- kujú odborníci z SČK. » ren

Zoroslav Kollár: V politike chýba: pokoj, zdravý rozum, slušnosť a odbornosť.

Frustrácia z vývoja krajiny a zodpovednosť za budúcnosť Slovenska ho dostali do politiky. Úspešný právnik a podnikateľ Zoroslav Kollár má všetko na to, aby žil pokojne v zahraničí, no nikdy o tom neuvažoval. Chce, aby na Slovensku zostali žiť aj jeho dvaja synovia. Jeho strana Právo na Pravdu ešte oficiálne neexistuje, no prieskumy jej už dávajú preferencie nad 3 %. Pre Kollára je to dôkaz, že ľudia si naozaj želajú zmenu. V rozhovore hovorí, ako ju chce dosiahnuť a čo konkrétne zmeniť. Zároveň sú témy, o ktorých nebude nikdy diskutovať ako je napríklad počet pohlaví „Boli dve, sú dve a budú dve!“ a tvrdo odmieta takéto účelové odvracanie pozornosti od skutočných problémov Slovenska.



Otázku, čo vás motivovalo vstúpiť do politiky dostávajú pomerne často, no ruku na srdce, nikdy ste naozaj nerozmýšľali usadiť sa a podnikat' v zahraničí?

Úprimne, nikdy som nad tým nerozmýšľal. Precesoval som celý svet a povedzme si pravdu, každá krajina má svoje problémy. Otázne je, ako sa k ich riešeniu pristupuje. Bohužiaľ, u nás politici problémy krajiny a občanov neriešia už dlhé roky, riešia iba svoje vrecká. Naša ekonomika je v katastrofálnom stave a politici to ľuďom taja. Za posledných päť rokov sa Slovensko extrémne zadlžilo a to nielen za Matoviča, ale aj za Fica. Platíme stámióny za úroky na pôžičkách a štát pomaly ale iste smeruje ku krachu... a zatiaľ politici tancujú na palube „slovenského Titanicu“ a užívajú si. Slovensko je na ceste stať sa druhým európskym Gréckom, kde sa prestali vyplácať dôchodky a ľudia si nemohli vybrať peniaze z bank. To všetko sa stalo v Grécku v roku 2015. Ako človek, ktorý tu chce zostať žiť som si po 35 rokoch podnikania vo veku 60 rokov povedal, že zvyšné roky života venujem službe našej krajiny. Politika a jej preklad z pôvodného gr. slova „politiké“, totiž doslova znamená umenie správy štátu. Uvedomil som si, že ak chcem Slovensku pomôcť, ak chcem niečo naozaj zmeniť, tak musím byť súčasťou politiky.



Pred pár dňami sa vám podarilo odovzdať 20 tisíc hlasov na registráciu strany, občianske združenie Právo na Pravdu má dokonca až 3000 členov. Čakali ste taký záujem ľudí?

Od môjho prvého politického videa sa mi ozývajú stovky ľudí. Sú nahnevaní. Frustrovaní. Majú dosť toho, ako na Slovensku nefunguje takmer nič. A vidia, že my nie sme ako tí ostatní. Nerozprávame, konáme. Starí politici si plnia svoje sny a na ľudí zabudli okamihom zvolenia do funkcie alebo do parlamentu. My prinášame reálne riešenia, pomáhame stovkám ľuďom už dnes. Postavili sme sa za ľudí v Drahovciach proti absurdnému veternému parku. Odhalili sme ako prví škandál pri tendri na záchranky, ako sa cez politikov a ich kamarátov presúvajú miliardy eur na úkor bezpečnosti občanov. Za tieto peniaze by sme mohli postaviť nové nemocnice a školy. Zachránili sme 200 detí v Richnave pred zatvorením školy. **V agentúre SCIO Martina Klusa vám namerali 3,17 percentné preferencie a to ešte strana neexistuje a nerobili ste ani kampaň. Bolo to pre vás veľké prekvapenie?**

Často hovorím, že radšej som pripravený ako pre-

kvapený, ale áno, bol som milo prekvapený. no tak ako som už povedal, ľudia sú frustrovaní. Chodím teraz veľa po Slovensku a mnohí sa na mňa obracajú s prosbami aj hnevom, pretože sú v zúfalej situácii a nikto im nevie pomôcť. Druhý dôvod momentálnych preferencií hnutia je, že sa politika presunula aj na sociálne siete, kde sme taktiež veľmi aktívni. Ľudia nás spoznávajú, vidia čo robíme. Vidia konkrétne výsledky, nie prázdne reči. A preto v nás vidia šancu na skutočnú zmenu.

Politológovia hovoria, že máte šancu, lebo budete nová strana a ľudia sú už zo sľubov „starých politikov“ sklamaní a neveria im. Myslite si, že to je vaša výhoda?

Po 35 rokoch ľudia vidia, čo v politike chýba: pokoj, pokora, zdravý rozum. A tiež slušnosť a odbornosť. Pozrite sa, ako to funguje. Každý politik si dá na posty svojich kamarátov, bez skúseností, bez odbornosti. Krajinu neradia tí najpovolanejší, ale tí, čo najdlhšie „vydržali v strane“. To krajinu ničí. Keby som takto riadil firmu, do roka skrachujem. A ľudia to presne vidia. Každá dnešná strana má fanúšikov, ale má aj tisíce sklamaných voličov, ľudí, ktorí volia menšie zlo, ktorí už neveria. Práve ich chceme oslovit'. Staré politické strany roky sľubujú, my už teraz prinášame reálne riešenia, ktoré zlepšujú život ľudí.

Kritizujete zatiaľ všetkých politikov napriek celým spektrom. Aké bude teda zameranie vašej strany?

V prvom rade - Slovensko na prvom mieste. Celková globálna situácia, politická aj ekonomická, ukazuje, že sa musíme vrátiť k našim základom. Musíme sa vrátiť k zdravému rozumu. Musíme si priznať, že nikto nám zadarmo nič nedal ani nedá, o všetko sa musíme postarať sami. Takže Slovensko na prvom mieste, potom Európska únia a ostatné krajiny.

Dnešní politici vždy vytvoria nejakú zástupnú tému, aby odpúťali pozornosť od skutočných problémov. Pretože skutočné problémy sú problémy rodín, nedokončené cesty, tragicky zúfaly stav nemocníc a s nimi nikto reálne za 32 rokov existencie samostatného Slovenska nič nespravil. Politika sa musí vrátiť k reálnej službe ľuďom na riešenie problémov ľudí, ktoré si nevedia alebo nemôžu vyriešiť sami. Bohužiaľ, dnes je politika o limuzínach a tajných dohodách pre vyvolených, a to nikomu okrem nich nepomáha.

Co sa týka tradičných hodnôt tvrdím, že máme na milión percent iba dve pohlavia. A pýtam sa rovnako ako milióny Slovákov, prečo sa pre Boha zaoberáme tým, koľko máme pohlaví... boli dve, sú dve a budú dve... toto je presne zástupná téma aby sa politici nemuseli trápiť ako pomôcť rodinám, matkám s deťmi, živnostníkom a mladým ľuďom.

A čo sa týka ekonomiky, tá úzko súvisí s tou prvou časťou. Treba uplatniť zdravé vlastníctvo a podporovať domácich podnikateľov, ktorí sa tu narodili, žijú, podnikajú a nikdy odtiaľto neodídu. Netvrdím, že zahraniční investori sú zlí, ale naozaj treba podporovať podnikateľský sektor s víziou dlhodobého rozvoja. Slovenský podnikateľ, pokiaľ bude podporovaný štátom aj v zlých časoch, bude stabilizujúcim prvkom, dobrým základom na zlepšenie ekonomickej situácie

Slovenska. Ak funguje ekonomika, budeme mať aj na sociálne výdavky ako sú napríklad trinásť dôchodky.

Hovoríte, že Slovensko má byť na prvom mieste, až potom Európska únia a ostatné štáty. Súhlasíte s politikou na všetky štyri strany?

Zdravý rozum vraví, že politika na všetky svetové strany je pre Slovensko nevyhnutnosť, žiaľ v súčasnosti je to len prázdne marketingové heslo... nepoznám žiadnu významnú zmluvu, žiadny benefit, ktorý by súčasní politici zabezpečili pre Slovensko v rámci ich akože politiky na 4 svetové strany. Na druhej strane je nutné zdôrazniť a to vychádzam z reality, že sme členom Európskej únie a väčšina zahraničných zamestnávateľov u nás je z krajín EÚ. A preto dobré obchodné vzťahy s krajinami EÚ musí byť pre nás prioritou.

Viem, že by bolo populárne povedať: „Podme z nej vystúpiť.“ Ale ja som pragmaticky uvažujúci človek a spolupráca európskych krajín tak, ako bola zamýšľaná pri vzniku EÚ je výborná idea. Žiaľ politici - neschopní politici na úrovni EÚ sa spreneverili pôvodnému zámeru. EÚ ako taká sa musí vrátiť k svojim základným cieľom a nie riešiť otázku LGBTI ako svoju prioritu.

Vaše útoky na politikov sú často osobné. Nebojíte sa, že si ich proti sebe všetkých poštve a ostanete sám ako Igor Matovič?

Igor Matovič oklamal voličov rovnako ako ostatní starí politici. Nič ľuďom neprinesol len sa pričínil o ešte väčší úpadok politiky na Slovensku.

V podnikaní klamstvom neprežijete. Musel som tvrdo pracovať a vždy som sa obklopoval ľuďmi, ktorí boli v jednotlivých oblastiach šikovnejší ako ja sám. Len tak sme boli lepší, rýchlejší ako konkurencia. To isté chcem preniesť do politiky. Profesionalitu, pracovitosť. Slovensko si zaslúži, aby v politike pracovali tí najlepší nie tí najzakernejší, ktorých jediným cieľom je obohatiť sa na úkor ľudí. Oproti ostatným politikom nestojí za mnou žiadny oligarcha, som úplne nezávislý, nie je nikto, kto by ma manipuloval alebo financoval.

Ak teda uspejete a ostanete s kým by ste chceli spolupracovať?

S každým, kto bude ctíť naše hodnoty a bude chcieť pracovať pre ľudí. Môže Vám to znieť ako klišé, ale sme takmer dva roky pred voľbami. Slovensko čakajú veľmi ťažké ekonomicke časy ale veríme mi, že to veľmi zamáva politikou. To, s kým konkrétne si budem vedieť predstaviť vytvoriť vládu, Vám poviem hodinu po budúcich voľbách.



Zmeny zahŕňajú všetky kľúčové oblasti Schválili balík školských zákonov

Parlament dal zelenú najväčšej reforme slovenského školstva za posledných 20 rokov. Každý zákon je dielom skladačky – od materských škôl až po univerzity. Ich cieľom je podľa rezortu školstva nastaviť systém spravodlivo, zapojiť aj neverejné školy do poskytovania verejnej služby a zabezpečiť férovejšie podmienky pre všetky deti.

Zmeny zahŕňajú všetky kľúčové oblasti od predprimárneho vzdelávania cez reformu matematiky, duálne a odborné vzdelávanie, nový vysokoškolský zákon, zvýšenie atraktivity učiteľskej profesie, starostlivosť o duševné zdravie, novú koncepciu špeciálnych výchovných zariadení, zmenu v školských obvodoch, zmeny v podporných opatreniach a edukačných publikáciách, až po spravodlivé financovanie, zefektívnenie riadenia, debyrokratizáciu či masívnu digitalizáciu.

Nový systém sa nebude týkať stredných neverejných škôl, škôl pre deti so zdravotným znevýhodnením alebo nadaním, škôl s medzinárodným programom i škôl, kde aspoň 35 % žiakov tvoria deti so špeciálnymi potrebami alebo zo znevýhodneného prostredia.

Predprimárne vzdelávanie

„Prvé roky života sú rozhodujúce pre budúci rozvoj dieťaťa. Od školského roka 2027/2028 zavádzame povinné predprimárne vzdelávanie pre deti od štyroch rokov, o rok neskôr aj pre deti od troch rokov. Zákonný zástupca môže zabezpečiť predprimárne vzdelávanie sám, ak má ukončené najmenej stredné odborné vzdelanie (bez maturity). Stačí, ak to oznámi obci,“ informovalo ministerstvo školstva.

Základné školy

„Nejednotný a často nespravodlivý systém prijímania detí do škôl sa zmení. Zavádzame novú definíciu verejných školských obvodov ako základný mechanizmus spravodlivého prijímania do základných škôl,“ uviedol rezort školstva s tým, že sa zohľadní kapacita škôl, vzdialenosť, dopravná dostupnosť, právo detí na vzdelávanie v štátnom jazyku aj v jazyku menšín, zákaz segregácie a princíp inkluzívneho vzdelávania. „Cirkevné a súkromné školy môžu získať plné financovanie, ak prijímajú žiakov podľa pravidiel, neposkytujú vzdelávanie s poplatkom či preukázateľne prispievajú k verejnému záujmu,“ doplnilo ministerstvo.



Ilustračné foto.

zdroj foto pixabay

Stredné školy

„Spúšťame zásadnú reformu stredného vzdelávania. V matematike zavádzame nový spôsob výučby prostredníctvom objavovania a praktických úloh. Súčasťou bude dvojúrovňová maturita, ktorá bude od roku 2027 povinná – základná pre všetkých a vyššia pre študentov smerujúcich na technické a prírodovedné odbory. V odbornom školstve vzniknú centrá excelentnosti, ktoré nastavia štandardy pre ostatné školy a prepoja sa s univerzitami aj trhom práce. Súčasťou reformy je aj rozsiahla podpora učiteľov,“ priblížil rezort školstva.

Vysoké školy

Nový zákon o vysokých školách otvorí podľa ministerstva slovenské školy medzinárodnému a modernejšiemu prostrediu. Prináša jasné pravidlá, viac slobody (flexibilnejší výber predmetov, kratšie programy), menej byrokracie a moderné nástroje pre univerzity, učiteľov aj študentov so silnejším prepojením na prax a využitím umelej inteligencie vo výučbe. „Zároveň sa akademická pôda stane bezpečnejšou s posilnením poradenských služieb, mentoringu a buddy systému,“ dodal rezort školstva.

» 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 tvorí 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 antioxidantnú 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

58,90€



Ariana Grande Cloud
parfum pre ženy 100 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

LIDL

14,99€
24,99€



PARKSIDE® Priamočiara
kyvadlová píla PSTK 800 D3

Lidl.sk

25,68€



Zrnková káva Musetti
Intenso - 1kg

Domkavy.sk

479,00€



Candy FMBC A896S EO
+ BENEFIT

Tibi.sk

LIDL

14,99€
24,99€



SILVERCREST® Ryžovar SRK
400 D2/SORK 400 D2

Lidl.sk

349,90€



Akumulátorový vyžinač
Husqvarna 215i set

husqvarnacentrum.sk

33,69€



ROTHO Kontajner na krmivo
CODY 25L - DOG WITH JOY

kokiskashop.sk

19,46€



Orion forma srnčí chrbát
33,5x15cm 1ks

demro.sk

3,49€



Žiarovka OSRAM® LED FR 040
(ean6453) non-dim, 5,7W

obi.sk

LIDL

27,99€
49,99€



REMINGTON Sušič vlasov
GoldDust D5208

Lidl.sk

www.TonerPartner.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
trofej.eu@gmail.com

SOS STREŠNÉ PRÁCE
Tesár, klampiár, pokrývač

Pokrývačské práce
Nové strešné konštrukcie, Opravy
Izolácia plochých striech
Klmpiarske práce, Zateplenie

Obhliadka a cenová ponuka ZDARMA

**Zľava 15%
na objednávky
prac do 31.12.**

KONTAKT: +421 918 081 699

pred po

EKOLOGICKE ČISTENIE FASÁD
PATENTOVANOU TECHNOLÓGIOU

**BOMBA
FASÁDA**

**BEZ
WAPKY**

BEZPLATNÁ
UKÁŽKA

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

**POKRÝVAČ STRIECH
MAJSTER TESÁR**

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

**DO 31.12.
ZĽAVA
-15%**

Kontakt: +421 917 506 871

**EXPERTI NA STRECHY
POKRÝVAČSKÉ / TESÁRSKE PRÁCE**

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

**-10%
Z CENY PRÁCE
OD 31.12.2025**

**OBHLIADKA
A PONUKA
ZDARMA**

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

Auto extra
Zlaté Moravce

MG ZS

Už od
19 390 Eur

**POCTIVÝ
ATMOSFERICKÝ MOTOR
1,5 BENZÍN 4-VALEC**

**AUTÁ SKLADOM
IHNEĎ K ODBERU**

Továrenská 33, ZLATÉ MORAVCE
0910 307 707, predaj-mg@autoextra.sk

čujte.sk

Čítajte nás

www.cujte.sk