

KOMÁRŇANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 16 450 domácností

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

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

Kúpim hodinky, budíky, hodinárske súčiastky a náradie.
Vykúpim aj diely, nástroje či celé vybavenie po hodinárovi
alebo zo starších zásob. Tel.: 0918 170 073

UŽITOČNÉ KONTAKTY
www.mojinzerat.sk

NAJVÄČŠÍ VÝBER

- » IHNEĎ ZO SKLADU
- » Plechové krytiny
- » Škridle
- » Dovozy, montáže

www.strechyokoc.sk

Okoc
STRECHY
0951 444 444

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA
(PRI GALANTE)

NOVINKA:

- 2-14 DŇOVÉ BROJLEROVÉ KAČICE
- 2-14 DŇOVÉ MULARD KAČICE
A KÁČERE

CELOROČNÝ PREDAJ NOSNÍC
OD 8. TÝŽŇA CENA PODĽA VEKU

PREDAJ RASTOVEJ A ZNÁŠKOVEJ KŮMNEJ ZMESI!
0905 551 499 • 031/781 15 63 • WWW.HYDINARSKAFARMA.SK
HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA
CENA DOPRAVY: 7,50€

LEPŠIA PRÁCA

NÁJDITE NOVÝCH ĽUDÍ

0903 921 710

Končí Vám platnosť TK alebo EK?

Lejár a műszaki vizsga (TK) vagy az emissziós ellenőrzés (EK)?

Ešte nikdy to nebolo jednoduchšie!

Még sosem volt ilyen egyszerű!

STK OK Komárno
Novozámocká cesta 5356/5C

Zavolajte
0905 917 238
alebo si sami
rezervujte termín na
www.stkok.sk

Hívjon minket a 0905 917 238 telefonszámon
vagy foglaljon időpontot saját maga
a www.stkok.sk oldalon.

Prípadne nás
navštívte a vybavíme
Vás ešte v ten deň

Vagy látogasson el hozzánk, és akár még
aznap elintézzük Önnek.

Máme nového milionára

Viac info na dvojstrane vo vnútri

TIPOS
Vaše výhry, naša radosť

HRAJ ZODPOVEDNE 18+

Bezplatný týždenník KOMÁRŇANSKO

EV 6234/24 vydáva spoločnosť REGIONPRESS so sídlom Pekárska 7489/40A, 917 01 Trnava, IČO: 36252417.

Ročník III, rok 2026 Redakcia: Coborihó 9, NITRA komarnansko@regionpress.sk

INZERCIA Alena Valašková 0910 455 919 Ing. Diana Bóriová 0901 796 594

www.regionpress.sk www.facebook.com/regionpress.sk



DISTRIBÚCIA (16.450 domácností) Každý týždeň: Kolárovo, Komárno, Bohatá, Hurbanovo



Otvorenie sezóny sprístupnených jaskýň na Slovensku

Po zimnej sezónnej uzávere, ktorá slúži najmä na ochranu jaskýň a zimujúcich netopierov, sa naše prekrásne jaskyne postupne opäť otvárajú pre verejnosť. Správa slovenských jaskýň (SSJ), ako organizačná zložka štátnej ochrany prírody SR (ŠOP SR), prevádzkuje 13 sprístupnených jaskýň, ktoré reprezentujú bohatstvo podzemného sveta Slovenska.

„Sezónna uzávera sa využíva aj na údržbu, obnovu a modernizáciu infraštruktúry. V tomto roku prinášame pre návštevníkov aj novinky – po zavedení bezhotovostných platieb sme zrušili poplatky za fotografovanie a pripravujeme rezervačný systém, ktorý zjednoduší plánovanie návštevy a umožní rezerváciu vstupeniiek na konkrétny čas,“ informoval Odbor komunikácie a propagácie ŠOP SR.

útočisko, miesto objavovania aj zdroj tajomných príbehov. V súčasnosti sú sprístupnené jaskyne významnou súčasťou cestovného ruchu a každoročne priťahujú státisíce návštevníkov. Ich jedinečnosť potvrdzujú aj svetovo významné lokality, ako Dobšinská ľadová jaskyňa či Ochtinská aragontitová jaskyňa, ako aj ich zaradenie do zoznamu svetového prírodného dedičstva UNESCO.

Nakoľko sa jednotlivé jaskyne otvárajú pre širokú verejnosť postupne, odporúčame si pred plánovanou návštevou niektoej z našich jaskýň pozrieť presný harmonogram ich otvárania. Nájdete ho na webovej stránke SSJ.

» ren



Zdroj foto ŠOP SR

Jedinečné miesto pre objavovanie Slovenské jaskyne predstavujú jedinečný klenot našej prírody a neodmysliteľnú súčasť prírodného dedičstva Slovenska. Vďaka členitému reliéfu a zložitej geologickej stavbe Západných Karpát vznikli na našom území tisíce jaskýň rozmanitých typov – dnes ich evidujeme viac než 8 300. Od nepamäti lákali človeka ako

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 97240 BRATISLAVSKO východ BZ 106540 BRATISLAVSKO západ DS 34320 DUNAJSKOSTREDSKO GA 34390 GALANTSKO-ŠALANSKO HC 30330 HÍHOVECKO-SEREDSKO KM 16450 KOMÁRŇANSKO LV 30580 LEVICKO MA 29680 MALACKO NR 54170 NITRIANSKO NZ 35050 NOVOZÁMOKO PK 22970 PEZINSKO PN 41870 PÍEŠŤANSKO-NM-MY SC 35420 SENECKO SE 36750 SENECKO-SKALICKO TO 41930 TOPOUČANSKO-PE-BN TN 60750 TRENČANSKO-DCA-IL TT 49390 TRNAVSKO ZM 20930 ZLATOMORAVSKO

- Stredné Slovensko BB 56200 BANSKOBYSTRICKO-BR KY 29300 KYŠUCKO-CA-KM LC 37270 LIPTOVSKO-LM-RK LI 30860 LIČEŇECKO-VIK-PT MT 38570 MARTINSKO-TR OR 34980 ORAVSKO-DK-NO-TS PB 33590 POVAŽSKO-PB-PV PD 40150 PÍEŠŤANSKO ZV 38400 ZVOLENSKO-DT-KA ZH 26880 ŽILINSKO-ZC-B5 ZA 50780 ŽILINSKO-BY

- Východné Slovensko BJ 37210 BARDEJOVSKO-SK-SP GE 30830 GEMERSKO-RV-RS-RA HU 27190 HUMENSKO-VF-SV-ML KE 92130 KOŠICKO KS 24900 KOŠICKO okolie SL 12940 LUBOVNIANSKO MI 31260 MICHALOVSKO-TV-SO PP 41520 POPRADSKO-KK PD 49940 PREŠOVSKO-SB SN 32540 SPIŠSKO-LE-GL

REGIONPRESS

NAHLAS... ..o veciach verejných

Nástroj pre efektívnu komunikáciu s občanmi

Two newspaper clippings. The first is titled 'Chcem priniesť do nášeho mesta pocitív prácu, otvorenosť a riešenia, ktoré ľuďom pomôžu' and features a photo of a man. The second is titled 'Kandidujem do VÚC, aby som do kraja priniesol viac poriadku, otvorenosť a zodpovedné riadenia' and features a photo of another man.

Štvrtstranový PR článok

Polstranový PR článok

V roku 2026 sa na Slovensku uskutočnia komunálne a župné voľby. Pre mnohých aktívnych ľudí v mestách a obciach je to čas, keď premýšľajú, ako komunikovať svoje témy a svoju prácu smerom k občanom.

REGIONPRESS otvára priestor pre pravidelnú a vecnú komunikáciu tém verejného života v regiónoch. Nejde o predvolebnú kampaň. Ide o možnosť vysvetľovať občanom, čomu sa venujete, aké problémy riešite a aký dopad majú rozhodnutia na život v meste alebo obci.

Regionálne noviny patria medzi stabilné a dôveryhodné komunikačné kanály a sú distribuované priamo do domácností. Umožňujú hovoriť o témach pokojne, zrozumiteľne a bez hluku predvolebnej kampane. Ak uvažujete o tom, ako v tomto roku komunikovať smerom k občanom vo vašom regióne, radi vám predstavíme možnosti spolupráce a mediálneho priestoru v našich novinách.

Kontakt: Ing. Diana Bóriová | boriova@regionpress.sk | 0901 796 594

Riadková inzercia

1 AUTO-MOTO

» KÚPIM MALOTRAKTOR KUBOTA alebo AGZAT VARI. T. 0940232500 » Kúpim do zbierky aj nefunkčné Babetta, Korado, Simson, Stella, Kontakt: 0940232500

2 ELEKTRO, TECHNIKA

» kupim zvaracku ks200,250,350,triodyn 0949386463

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 riadkovú 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 spoločnou spätnou SMS, ktorú Vám vytlučuje 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 €

- Čísla rubrik: 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 tlači. (Službu platbamobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

4x9 grid of numbers: Row 1: 5, 9, 7, 2, 1; Row 2: 2, 4, 9, 8, 7; Row 3: 1, 2, 7; Row 4: 1, 4, 1

4x9 grid of numbers: Row 1: 2, 4, 9, 3, 7; Row 2: 5, 2, 3, 4; Row 3: 9, 7, 6, 5; Row 4: 4, 6, 9, 3; Row 5: 8, 6, 7; Row 6: 8, 2, 8, 6, 7; Row 7: 6, 4

Doklady vybavíte osobne aj mimo rezervovaných termínov

Vybavovanie dokladov pomocou rezervácie

Ministerstvo vnútra SR v súvislosti so zvýšeným náporom na oddeleniach dokladov, ktorý je v poslednom období citeľný najmä v Bratislave a vo väčších mestách, rozširuje možnosť rezervácie termínu z 28 na 40 dní vopred.

„Rezervácia termínu je tak po novom dostupná vo väčšom časovom horizonte ako doteraz. Ministerstvo zároveň aktívne monitoruje vývoj na klientských centrách vo veľkých mestách a na základe dát pripravuje ďalšie opatrenia tak, aby občania pocítili zrýchlenie vybavovania dokladov a aby boli všetci žiadatelia vybavení čo najplynulejšie,“ informoval rezort vnútra a uviedol tiež, že každé pracovisko má stanovené denné kapacity na spracovanie žiadostí, čomu je prispôsobený aj počet termínov v rezervačnom a vyvolávacom systéme. Počet otvorených pracovísk určujú vedúci jednotlivých agend podľa aktuálnych personálnych kapacít v daný deň.

Rezervácie tvoria menšiu časť

Klient so zarezervovaným termínom je pri vybavovaní uprednostnený pred klientom, ktorý prišiel bez rezervácie a vyžiadala si poradové číslo priamo na pracovisku. Rezervácie však podľa rezortu vnútra stále tvoria len menšiu časť celkového počtu vybavených žiadostí. Napríklad na

oddeleniach dokladov v hlavnom meste bolo v prvom štvrtroku 2026 vybavených 32 664 klientov, pričom rezervovaný termín malo len 3 727 z nich. „Aj tieto čísla ukazujú, že reálne fyzické vybavovanie dokladov nereflektuje iba obsadenosť rezervačného systému a kapacita pracoviska na osobné vybavenie žiadostí je výrazne vyššia,“ uviedlo ministerstvo s tým, že rezort zároveň registruje aj nepresné interpretácie, ktoré môžu v občanoch vyvolávať obavy, že v prípade obsadených termínov v rezervačnom systéme si doklad nebudú vedieť vybaviť. To však neplatí, keďže vybavovanie žiadostí prebieha aj pri osobnej návšteve pracoviska mimo rezervovaných termínov. „Rezervačný systém nie je úplnou náhradou osobnej návštevy pracoviska a vyzdvihnutia poradového čísla na mieste. Ide o doplnkovú službu, ktorá má občanom zjednodušiť plánovanie vybavenia dokladov, nie nahradiť štandardné osobné vybavovanie žiadostí. Aj preto musí každému prípadnému zvyšovaniu počtu rezervácií v elektronickom systéme predchádzať dôkladná analýza. Pri neprimeranom navýšení rezervovaných termínov by totiž mohlo dochádzať k ich nevyužívaniu, a tým aj k blokovaniu kapacít pre občanov, ktorí prídu na pracovisko bez rezervácie a môžu byť vybavení osobne,“ objasnilo ministerstvo vnútra, ktoré zároveň obča-



Ilustračné foto.

zdroj foto jackmac34 pixabay

nom odporúča využiť aj elektronické zaradenie do poradia a tiež všetky **dostupné možnosti, ktoré im môžu ušetriť čas:**

- Praktickým nástrojom je aplikácia eDoklady, ktorá v časti eSlužby umožňuje nielen rezerváciu termínu, ale aj elektronické zaradenie sa do poradia na pracovisku v reálnom čase, bez potreby vyzdvihnúť si lístok fyzicky v kiosku.

- O nový občiansky preukaz možno požiadať už 180 dní pred skončením platnosti aktuálneho dokladu. O cestovný pas možno požiadať kedykoľvek - platí však,

že ak jeden pas s platnosťou na 10 rokov občan vlastní, druhý mu bude vydaný len s platnosťou na 5 rokov. Včasná plánovanie môže podľa ministerstva občanom výrazne uľahčiť výber vhodného termínu a predísť čakaniu v období zvýšeného záujmu.

- Alternatívou je aj využitie služieb oddelení dokladov v menších mestách, napríklad počas pracovnej cesty alebo dovolenky, kde sú čakacie doby často kratšie alebo minimálne. Hotový doklad si pritom občan môže nechať doručiť kuriérom na adresu bydliska alebo na ktorékoľvek oddelenie dokladov či klientske centrum.

» ren

Revolúcia vo svete fitness dorazila do Bratislavy



Príďte si vyskúšať



IAM akadyemy

Ševčenkova 23,
851 01 Bratislava
Tel.: 0914 105 644

- 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

IMBODY SPORT

www.imbodysport.sk

INFORMÁCIE: +421 904 896 262
+421 907 895 865



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

ŠPORTOVÉ KLUBY

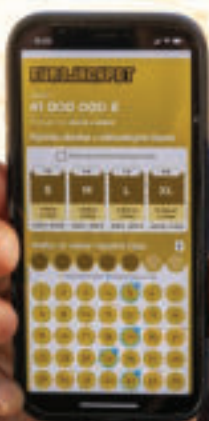
Pokročilé funkcie pre profesionálov a kondičných trénerov

HOTELY & WELLNESS

Prémiový zážitok, minimum priestoru, maximálna pridaná hodnota



EURO JACKPOT



**HRAJ O JACKPOT
AŽ DO VÝŠKY**

120 000 000 €

**Od výhry v Eurojackpote
ťa možno delí len jediná
SMS! Podaj si ešte dnes
a vyskúšaj svoje šťastie.**

18+

**HRAJ
ZODPOVEDNE**

Zákaz hrania hazardných hier osobám mladším ako 18 rokov.
Hazardné hry predstavujú riziko vysokých finančných strát.
Nadmerné hranie prináša so sebou možné zdravotné riziká.
Viac info na www.tipos.sk

TIPOS

Vaše výhry, naša radosť

WWW.TIPOS.SK

Slovák vyhral v Eurojackpote 5 000 000 eur.

Slovensko má od včerašieho rána nového milionára práve vďaka lotérii Eurojackpot, ktorú prevádzkuje spoločnosť TIPOS. V utorkovom žrebovaní (7.4. 2026) vyhral šťastný Slovák krásnu sumu 10 000 000 eur v 1. poradí.

Šťastie nechodí po horách ale po ľuďoch. A tak sa včera na Slovensku zobudil novopečený milionár.

Potvrďuje sa, že trpezlivosť a konzistencia sa ozaj vyplácajú. Niekedy aj sumou 5 000 000 eur.

Výhernými číslami utorkového žrebovania sú 2,4,16,23,27 a 5,8. Nový slovenský milionár zaplatil za výherný tiket sumu 10 eur.

Čo by to však bolo za slovenský príbeh, ak by do neho nezasahovali Fíni. Hoci náš výherca vyhral v 1. poradí pôvodnú sumu 10 000 000 eur, musí si ich rozdeliť s fínskym výhercom, ktorý utorkovú kombináciu Eurojackpotu uhádol tiež.

A kedy sa stal Slovák milionárom v Eurojackpote naposledy? Bolo to opäť v utorok - 16. októbra 2020. Počas žrebovania získal šťastný výherca neuveriteľných 58 807 427 eur.

Žrebovanie sa uskutočňuje každý utorok a piatok. V hre o ďalšie milióny tak môžete byť aj vy. Spoločnosť

TIPOS ešte raz gratuluje výhercovi a praje mu, aby si svoju rozprávkovú výhru užil presne tak, ako si ju vysníval.

Číselné lotérie sú určené pre osoby od 18 rokov. Hrajte zodpovedne, hrajte pre radosť!



Súťaž
týždňa
s TIPOSom

Hráme o 3 balíčky stieracích žrebov od TIPOSu

každý v hodnote 35 €

18+

Otázka týždňa:

Aká je najvyššia možná výhra v číselnej lotérii EUROJACKPOT?

A: 10 000 000 €

B: 120 000 000 €

Správnu odpoveď vyplňte **zadarmo** na stránke súťaže www.tipos.sk/region alebo použite QR kód:



- Súťaž prebieha do piatku 24.4.2026 do 10:00
- Zo správnych odpovedí vyžrebujeme 3 výhercov
- Vyžrebovaných výhercov, podrobné informácie a štatút súťaže nájdete na www.tipos.sk/region

Pri dlhodobom ošetrovaní sa striedanie členov rodiny zjednoduší

Zmeny v nároku na dávku ošetrovné

Nárok na dávku ošetrovné (OČR) bude môcť od 1. júla 2026 získať viac poistencov než v súčasnosti. Novela zákona o sociálnom poistení rozšírila okruh osôb s nárokom na krátkodobé aj dlhodobé ošetrovné o chorú manželku a manžela rodiča alebo osvojiteľa, ako aj o chorých osvojiteľov a ich príbuzných. Národná rada SR v tejto súvislosti na svojej marcovej schôdzi posunula termín účinnosti zákona z 1. apríla 2026 na 1. júl 2026.

„Nová právna úprava zjednodušuje postup pri striedaní členov rodiny počas dlhodobého ošetrovania chorého člena rodiny. Pri 90-dňovej dávke ošetrovné sa poistenci pri starostlivosti o chorého budú môcť po 30-dňoch vystriedať prostredníctvom elektronického formulára – nebudú už musieť navštevovať a o potvrdenia k dávke žiadať ošetrojúceho lekára chorého,“ priblížila Sociálna poisťovňa s tým, že uvedené platí iba v prípadoch, ak lekár potvrdí potrebu dlhodobej osobnej starostlivosti elektronicke. Pokým lekár nepristúpi k elektronickej potvrďovaniu potreby dlhodobej osobnej starostlivosti elektronicke, budú sa používať tlačivá a uplatňovať sa postupy platné v súčasnosti.

Krátkodobé ošetrovné

S účinnosťou od 1. júla 2026 zákon spresňuje definíciu okruhu osôb, ktorým vzniká nárok na krátkodobé aj dlhodobé ošetrovné a aj ju rozširuje. Po novom si budú môcť po splnení zákonných podmienok nárok na ošetrovné uplatniť aj poistenci, ktorí budú osobne a celodenne ošetrovať:

- chorého osvojiteľa (nevlastného rodiča)
- chorého osvojiteľa manžela alebo manželky (manželovho/manželkinho nevlastného rodiča)
- chorého manžela alebo manželku rodiča/osvojiteľa (otčima, macochu)

„Doteraz si mohli osvojené deti uplatniť ošetrovné len pri ošetrovaní svojho chorého rodiča a chorého rodiča manžela/manželky,“ objasnila Sociálna poisťovňa.

Dlhodobé ošetrovné a striedanie poistencov pri ošetrovaní

Ďalšia legislatívna úprava, účinná taktiež od 1. júla 2026, sa týka dlhodobého ošetrovného. Doposiaľ pri striedaní sa v starostlivosti o ošetrovaného musí lekár ošetrovanej osoby ukončiť poskytovanie ošetrovania prvému poistencovi



Ilustračné foto.

zdroj foto truthseeker08 pixabay

a následne potvrdí jeho poskytovanie ďalšiemu poistencovi. Striedanie poistencov pri ošetrovaní chorého je možné spravidla najskôr po uplynutí 30 dní. „Ak lekár po 30. júni 2026 potvrdí potrebu dlhodobej osobnej starostlivosti vytvorením elektronického záznamu v Elektronickej zdravotnej knižke občana – striedanie poistencov už nebude potvrdzovať lekár. Poistenci sa budú môcť vystriedať naďalej spravidla po 30 dňoch ošetrovania, pričom poistenec, ktorý aktuálne ošetruje ošetrovanú osobu, bude

musieť udeliť súhlas s ukončením ošetrovania prostredníctvom pripravovaného elektronického formulára. Následne bude môcť ošetrovanie prevziať ďalší poistenec,“ vysvetlila postup Sociálna poisťovňa a zdôraznila tiež, že ak lekár po 30. júni 2026, v prechodnom období, potvrdí potrebu v prirodzenom prostredí osoby na účely dlhodobého ošetrovného na aktuálne platných tlačivách Sociálnej poisťovne, postupy pri striedaní sa poistencov sa nemenia a ich prestriedanie sa potvrdzuje naďalej príslušný lekár. » 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 antioxidantáciu organizmu. Pleti pomáha udržiavať mladistvý vzhľad s potlačením známok starnutia.

Medika Expert priniesla na trh formu kolagénu, v ktorých sú obsiahnuté zložky v navýšených denných dávkach. Denná dávka kolagénu forte 2 v 1 obsahuje až 6 800 mg kolagénu s pridaným vitamínom C. Denná dávka hovädzieho kolagénu forte obsahuje až 8 000 mg kolagénu s pridaným MSM Opti+. text: Medika Expert


**MEDIKA
EXPERT**

**Môžete teraz
objednať na:**

www.medikaexpert.sk
alebo na tel.:

0904 552 345

Volajte v pracovné dni:
**od Pondelka do Piatka,
od 10:00 do 16:00 hod.**

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

UŽ OD 499 €
DARČEK ZADARMO K INOVÁVA

Model	Š x V x D	Cena
GRETA TIP	2 x 2 x 4 m	499 €
GLORIA	2,58 x 2 x 4 m	599 €
GALA	3 x 2 x 4 m	469 €
GENIO	3 x 2,07 x 4 m	499 €
GARANT	3 x 2,07 x 4 m	599 €
GULLIVER	3 x 2,07 x 4 m	669 €
GOLIÁS	3 x 2,1 x 4 m	749 €
GORAL	3 x 2,3 x 4 m	749 €
GALINA	3 x 2,27 x 4 m	899 €

Všetky modely je možné predĺžovať o 2m.

- DOPRAVA ZADARMO
- JEDNODUCHÁ MONTÁŽ

0948 88 88 55 galerica.sk

EKOLOGICKÉ ČISTENIE FASÁD PATENTOVANOU TECHNOLÓGIOU

BOMBA FASÁDA

BEZ WAPKY

BEZPLATNÁ UKÁZKA

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

SOS STREŠNÉ PRÁCE

Tesár, klampiar, pokrývač

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

Obhliadka a cenová ponuka ZDARMA

Zľava 15% na objednávky prác do 30.4.

KONTAKT: +421 918 081 699

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

LEPŠIA PRÁCA SK

PERSONÁLNA AGENTÚRA

NÁJDITE NOVÝCH ZAMESTNANCOV

EFEKTÍVNEJŠIE

Oplatí sa.sk

NAJLEPŠIE PONUKY

56,61€

Gucci Guilty Parfumovaná voda 50 ml

Notino.sk

49,99€

Zastrihávač Philips OneBlade 360 QP2724/31

mojalekaren.sk

799,00€

ASTORIA FORMA SAE2 čierna kat.b

Domkavy.sk

39,99€

lupilu® Detská drevená kuchynka do exteriéru

Lidl.sk

14,78€

Musetti zrnková káva Gentile - 500g

Domkavy.sk

1177,00€

Plne vstavaná umývačka riadu Siemens 60 cm

Siko.sk

54,90€

Krycia plachta na traktorovú kosačku (logo STIGA)

trtechnic.sk

39,99€

SILVERCREST®Panini gril SPM 2000 E2/SOPM 2000 E2

Lidl.sk

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

GS
EUROTHERM
MOINT



INVESTIČNÉ ZIMNÉ ZÁHRADY
ZASKLENIA TERÁS A BALKÓNOV
PRÍSTREŠKY NAJVIŠŠEJ KVALITY
NAJLACNEJŠIE PREKRYTIA BAZÉNOV
ZÁBRADLIA A BRÁNY NA MIERU

gszasklenie.sk
0800 333 223

DAJTE PREDNOŠŤ SLOVENSKEJ KVALITY
S NAMI SA VŽDY VIETE DOHODNÚŤ
ODOLNÉ ZVÁRANÉ KONŠTRUKCIE
SME VEĽKÁ SPOLOČNOSŤ, VIAC NEŽ 90 ĽUDÍ
MENÍME VAŠE SNY NA REALITU UŽ 25 ROKOV



HLINÍK, DREVO
ČI NEREZ?
S TÝM SI HRAVO
PORADÍME!
ZAMERANIE A
3D VIZUALIZÁCIA
ZDARMA



Stannah



Ponuka
Darček
v hodnote
až 200,- €

**Môj domov. Môj život.
Môj Stannah výťah.**

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



Pretože Stannah zmení Váš život.

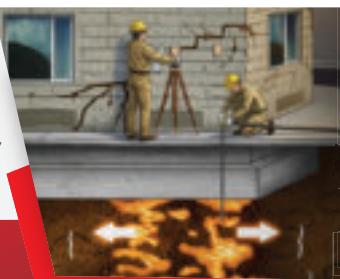


0800 162 162

www.stannah.sk

ABA
INNOVATOR

- ✓ Rýchla aplikácia
- ✓ Bez potreby výkopov
- ✓ Jednoduchá aplikácia
- ✓ Dlhodobá spoľahlivosť
- ✓ Garancia kvality



TOP INJECT

- stabilizujeme základovú pôdu
- zastavíme sadanie budov
- injektážou syntetickej živice

**zastavenie
sadania budov**

SPÄTNÉ ZDVIHNUTIE PODLÁH

ČISTO, RÝCHLO a bez BÚRANIA

PRACUJEME PO CELOM SLOVENSKU

0918 726 754

sk.abainnovator.com

**EXPERTI NA STRECHY
POKRYVAČSKÉ / TESÁRSKE PRÁCE**

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

**-10%
Z CENY PRÁCE**

**OBHLIADKA
A PONUKA
ZDARMA**



ZA KVALITU PRÁCE RUČÍME!

Kontakt: Janek - 0919 495 628

UŽ STE TO POČULI AJ VY? DOTÁCIE SPUSTIA NA JESEŇ TOHTO ROKA

VOLAJTE: 0914 403 131

info@ecoenergy.sk
www.ecoenergy.sk



Spičkové komponenty
Intuitívne ovládanie
Profesionálna montáž
Kvalitný servis
Funguje aj pri -25°C

Chápeme Vaše potreby, a preto Vám kotol na tuhé palivo/plyn necháme zapojený a funkčný

~~15 000€~~
~~12 000€~~
~~9 000€~~
Kvalitné tepelné čerpadlo nemusí stáť desiatky tisíc eur

**OBMEDZENÝ POČET
Tepelné čerpadlo Galmet Prima**

POZOR CENA VRÁTANE MONTÁŽE
5290€

VY SI UŽITE TEPLU A *platí pre verziu 10kw
ČAKANIE NA DOTÁCIU NECHAJTE NA NÁS
VYUŽITE BEZPLATNÚ OBHLIADKU



- s našim tepelným čerpadlom zabudnete na uhlie a drevo
- užite si komfort, pohodlie a teplo domova bez námahy
- dostupné verzie 6kw, 8kw, 10kw, 12kw a 16kw
- vhodné pre radiátory
- výstupná teplota až 65°C
- 10kw verzia vykúri 150m²

ECO Energy
Galmet