

# KOMÁRŇANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 16 450 domácností

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

## PSÍ HOTEL / DENNÁ ŠKÔLKA

MIESTO, KDE AJ VÁŠ PES TRÁVI DOVOLEŇKU

- INDIVIDUÁLNY PRÍSTUP KU KAŽDÉMU PSOVI
- FLEXIBILNÝ DENNÝ REŽIM
- VEĽA PRECHÁDZOK, HRY A LÁSKY

DLHŠI POBYT ZĽAVA 10%

+421 908 782 762 @ f HAPPY DOG HOTEL



ZEMIAŇSKA  
OLČA

40-0036

**PÔŽIČKY** 0918 709 028  
od 18 - 80 ROKOV  
od 400€ do 30 000€ [www.bestpozicka.sk](http://www.bestpozicka.sk)

INFOLINKA

66-009

## MÁTE VLHKÝ DOM?

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



[www.akhydroizol.sk](http://www.akhydroizol.sk) Tel.: 0908 124 331

20-0026

Kompletné strechy, rekonštrukcie  
**VÝPREDAJOVÉ CENY**  
od 3,50 € / m<sup>2</sup>

**Okoč**  
STRECHY  
0951 444 444  
Školiace centrum strechárov

9-0012

**ONLINE**  
s REGIONPRESS-om  
[www.regionpress.sk](http://www.regionpress.sk)

## 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

**STKOK**

Zavolajte  
0905 917 238  
alebo si sami  
rezervujte termín na  
[www.stkok.sk](http://www.stkok.sk)

Hívjon minket a 0905 917 238 telefonszámon  
vagy foglaljon időpontot saját maga  
a [www.stkok.sk](http://www.stkok.sk) oldalon.

Prípadne nás  
navštívte a vybavíme  
Vás ešte v ten deň

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

**Novinka**

K obľúbenému pondelkovému žrebovaniu  
**EXTRA VÝPLATY** pribudne aj štvrtkové

Viac 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



Vychádzame  
 na recyklovanom  
 papieri

DISTRIBÚCIA (16.450 domácností)

Každý týždeň:  
 Kolárovo, Komárno, Bohatá, Hurbanovo



Vydavateľ 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-SALIANSKO |        |
| 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 | TOPOUČANSKO-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 | ZIARSKO-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 | POPRAVDKO-KK      |  |
| PO | 49.940 | PREŠOVSKO-SB      |  |
| SN | 32.540 | SPIŠSKO-LE-GL     |  |

## Upečte si chutné mafiny

Mafiny sú chutnou pochútkou ku káve aj čaju. Môžete ich pridať deťom do školy alebo do tašky na výlet. Výroba týchto malých koláčikov je jednoduchá a dajú sa pripraviť i ozdobiť na mnoho spôsobov.

### Jablkové mafiny

**Suroviny:** 150g hladkej múky, 100 g celozrnnnej múky, 30g orechov, 2ČL kypriaceho prášku, 1/2 ČL sódy bikarbóny, 140g trstinového cukru, 1 vajce, 80ml oleja, 250g acidofilného mlieka, 150g jablák, 50g hrozienok

**Postup:** Hrozienka namočíme do vody. Orechy posekáme, jablká očistíme, zbavíme jadrincov a nahrubo nastrúhame.

Do misky vložíme múku, orechy, kypriaci prášok a sódu bikarbónu. Suroviny dobre premiešame.

Do druhej misky vložime cukor, olej, vajce a acidofilné mlieko a vymiešame. Následne pridáme jablká a hrozienka a sypké prísady. Všetko spolu premiešame.

Pripravíme si plech na pečenie mafinov a jeho otvory vyložíme košíčkami alebo papierom na pečenie, ktorý sme si predtým nastrihali na potrebnú veľkosť. Cesto naplníme do košíčkov asi do dvoch tretín. Rúru vyhrejeme na 180 °C a pečieme asi 25 až 30 minút.

### Mafiny s kúskami čokolády

**Suroviny:** hrnček = 250ml  
 1 hrnček polohrubej múky, 1/2 hrnčeka kryštálového cukru, 1/2 hrnčeka mlieka, 1/4 hrnčeka oleja, 1 vajce, 1/2 balíčka prášku do pečiva, čokoládu

**Postup:** Čokoládu si nasekáme na malé kúsky.

Do misky vložíme múku, prášok do pečiva, cukor, vajce, mlieko a olej a vymiešame cesto, do ktorého na záver zľahka vmiešame kúsky čokolády.

Pripravíme si plech na pečenie mafinov a jeho otvory vyložíme košíčkami alebo papierom na pečenie, ktorý sme si predtým nastrihali na potrebnú veľkosť. Cesto naplníme do košíčkov asi do dvoch tretín. Rúru vyhrejeme na 180 °C a pečieme asi 25 až 30 minút.



Ilustračné foto. zdroj foto Pexels pixabay

» ren

**HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA**  
 (PRI GALANTE)

**NOVINKA:**  
**HUSI LANDES OD 2 DO 14 DNÍ**  
**2-14 DNŔOVÉ BROJLEROVÉ KAČICE**  
**2-14 DNŔOVÉ MULARD KAČICE**  
**A KAČERE**

**CELOROČNÝ PREDAJ NOSNÍK**  
**OD 8. TÝŽDŇA CENA PODĽA VEKU**

**PREDAJ RASTOVEJ A ZNAČKOVEJ PRŔMNEJ ZMESI**

0905 551 499 • 031/781 15 63 • WWW.HYDINARSKAFARMA.SK

**HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA**

**CENA DOPRAVY: 7,50€**

**REGIONPRESS**

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

Kúpim hodinky /funkčné i nefunkčné/  
 zn. HEUER za 200 EUR a krabičku zn. HEUER za 50 EUR.  
 Tel.: 0918 170 073

**FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE**  
**KOMÍNOV**  
 stavba komínov, krbov, pecí

www.ekokrbysro.sk • 0907 262 007, 0918 469 799

**Revolúcia vo svete fitness dorazila do Bratislavy**

Viac ako 500 cvikov so záťažou do 100 kg na všetky časti tela v jednom 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  
 DO DOMU A BYTU  
 REHABILITÁCIA  
 ŠPORTOVÉ KLUBY  
 HOTELY & WELLNESS

**Pridte si vyskúšať**

**IAM akademie**

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

**IMBODY SPORT**  
 www.imbodysport.sk

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

**Riadková inzercia**

**1 AUTO-MOTO**

**2 ELEKTRO, TECHNIKA**

» Kúpim zväračku sk200, 250, 350, triodyn, 0949 386 463

**3 DOMÁCNOSŤ, NÁBYTOK**

**4 DOM A ZÁHRADA**

**5 ZVERINEC, DROBNOCHOV**

**6 HOBBY A ŠPORT**

» KUPIM LUDOVE KROJE 0902708047

**7 DEŤOM**

**8 DARUJEM**

**9 ZOZNÁMENIE**

**O 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 spoločne s platnou SMS, 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, drobných
- 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 platbarnobilom.sk technicky zabezpečuje ELET s.r.o.)

# Pripravte si osviežujúce smoothie alebo rýchle cestoviny

## Špenát prospieva nášmu zdraviu

Špenát je zdravá a veľmi všestranná zelenina. Dopriať si ho môžeme kedykoľvek, keďže je v obchodoch dostupný či už čerstvý alebo mrazený počas celého roka. Rovnako si ho však môžeme dopestovať v našej záhrade, ale aj na balkóne či terase. Zberať ho môžeme postupne a konzumovať sa dá surový ale aj tepelne upravený.

### ÚČINKY NA ZDRAVIE

Špenát siaty je listová zelenina bohatá na množstvo zdraviu prospešných živín. „Obsahuje rôzne množstvo vitamínov; akými sú napríklad vitamín A, vitamín C, vitamín K či kyselina listová. Obsahuje aj minerály ako napríklad horčík alebo draslík,“ vymenúva pozitíva špenátu MUDr. Šranková z Poradne zdravia Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Bratislava. Vďaka



Špenátové smoothie je plné vitamínov.

obsahu draslíka, horčíka či kyseliny listovej je špenát vhodný pre ľudí, ktorí sú vo zvýšenej miere vystavení stresu. Konzumácia špenátu taktiež pozitívne vplýva na spánok. Vďaka obsahu vitamínu A je veľmi dobrý aj pre zdravie očí - karotenoidy luteín a zeaxantín pomáhajú pri ochrane očí pred poškodením UV žiarením. Špenát má nízky glykemický index, teda nespôsobuje prudký nárast hladiny cukru v krvi. „Obsahuje tiež množstvo vlákniny, ktorá pomáha podporovať tráviace procesy. Je dôležitá pre udržiavanie pravidelnosti stolice a pri predchádzaní zápchy,“ približuje odborníčka a dodáva, že tepelne neupravený špenát v surovej forme je dobrý zdroj napríklad kyseliny listovej, vitamínu C alebo draslíka.

### Pozor!

Hoci je špenát veľmi zdravá potravina, nie je vhodné ho konzumovať v príliš veľkých množstvách. „Špenát má vysoký obsah vitamínu K, ktorý je najznámejší pre svoju úlohu pri zrážaní krvi a preto ako taký by mohol interferovať s liekmi na riedenie krvi. Veľké množstvá špenátu teda nie sú vhodné najmä u ľudí, ktorí tieto lieky užívajú,“ upozorňuje MUDr.Šranková. Taktiež vápnik

a oxaláty obsiahnuté v špenáte môžu podľa odborníčky podporovať tvorbu obličkových kameňov, a preto nie sú vhodné veľké množstvá špenátu pre ľudí so sklonom k problémom s obličkami.

### PESTOVANIE

Špenát nie je náročný na pestovanie, nemá však veľmi rád príliš vysoké teploty. Výhodou tejto zdravej zeleniny je, že ju môžeme vysievať až trikrát do roka. Prvý, takzvaný jarný výsev môžeme realizovať koncom marca až začiatkom apríla a úrodu by sme mali zberať v máji. Druhým obdobím, kedy môžeme špenát siať, je polovica augusta a na úrodu sa môžeme tešiť približne koncom septembra. Zimný špenát sa vysieva koncom septembra až v októbri a úrody sa dočkáme skoro na jar.

*zdroj foto NatureFriend pixabay*

### Ako na to?

Pripravte si riadky vo vzdialenosti približne 15 až 30 cm a semiačka špenátu sejte do hĺbky približne 2 až 3 cm, pričom vzdialenosť medzi nimi by mala byť 1,5 až 3 cm. Nezabúdajte na zavlažovanie. Rastlinky zalievajte ku koreňom tak, aby bola pôda vlhká, nie premočená. Listy radšej nepolievajte, mohlo by to viesť k plesňovým ochoreniam.

### Náš tip

Ak chcete špenát pestovať na balkóne či terase, zabezpečte mu kvetináč s hĺbkou aspoň 15 až 20 cm. Keďže špenát obľubuje vlhké prostredie, zvažte použitie samozavlažovacích črepníkov.

### ZBER A USKLADNENIE

Špenát zbierame ešte pred kvitnutím, v čase, keď jeho listy dorastú do veľkosti približne 10 až 15 cm. Čerstvý a neumytý vydrží v chladničke niekoľko dní. Ak sa nám ho urodilo viac, môžeme si ho aj zamraziť. „Pri nákupe čerstvého špenátu treba dbať na to, aby listy boli bez škvrín. Skladovaný by mal byť len niekoľko dní, a to najlepšie v chladničke,“ radí MUDr.Šranková.



Špenát si môžeme dopestovať aj v našej záhrade.

*zdroj foto har11ok pixabay*

### POUŽITIE

Špenát je veľmi všestranná potravina a spôsobov jeho prípravy je veľa, pričom podľa druhu úpravy sa jeho chuť výrazne líši. Môže byť pripravený surový v šaláte či v smoothie, tepelne upravený ako omáčka alebo polievka alebo napríklad i zapekaný. Obľúbené sú i špenátové halušky, omeleta, koláče alebo dokonca i lasagne. Tepelnou úpravou možno znížiť množstvo oxalátov v špenáte, avšak živiny, ktoré sú rozpustné vo vode sa pri varení či dusení strácajú. Preto je lepšie tepelne upraviť špenát bez použitia vody, napríklad na pare.

### Náš tip

#### ŠPENÁTOVÉ SMOOTHIE (4 poháre)

**Suroviny:** 1 jablko, 40g špenátu, 1 uhorka, 1 avokádo, 500 ml mandľového mlieka, 4 datle

#### Postup:

- Jablko a uhorku umyjeme, zbavíme šupky a pokrájame na kocky.
- Avokádo rozdelíme na polovice, vyberieme kôstku a vydlabeme z neho dužinu.
- Datle odkôstkujeme a pokrájame na menšie kúsky.
- Všetky ingrediencie vrátane špenátu a mandľového mlieka vložíme do mixéra a mixujeme do hladka.

tu a mandľového mlieka vložíme do mixéra a mixujeme do hladka.

### CESTOVINY SO ŠPENÁTOM

**Suroviny:** 300 g cestovín typu penne, 250 g baby špenátu, 250 ml smotany na varenie, 1 čerstvý syr vo vaničke, 1 strúčik cesnaku, 1 PL strúhaný parmezán, 1 PL olivový olej, 1 PL masla, soľ, mleté čierne korenie, hrst vlašských orechov

#### Postup:

- Cestoviny uvaríme v osolenej vode.
- Kým sa cestoviny varia, pokrájame si orechy nadrobno, opražíme ich nasucho v panvici a odložíme do misky.
- V ďalšej väčšej panvici rozohrejeme olej, maslo a pridáme špenát, soľ a mleté čierne korenie a zakrátko aj očistený, popučený cesnak. Krátko restujeme.
- Prilejeme smotanu a pridáme syr z vaničky. Omáčku privedieme k varu.
- Do hotovej zmesi pridáme uvarené cestoviny a dôkladne premiešame.
- Podávame posypané opečenými orechmi, ozdobiť môžeme ešte lístkami čerstvého špenátu.

» *ren*



Cestoviny so špenátom zvládnete pripraviť za pár minút.

*zdroj foto m\_krohn pixabay*

# Našich športovcov podporujeme v každej sekunde



Sme TIPOS, **najväčší  
podporovateľ športu  
na Slovensku**

**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](http://www.tipos.sk)

**TIPOS**

Vaše výhry, naša radosť

[WWW.TIPOS.SK](http://WWW.TIPOS.SK)

## NOVINKA: K oblúbenému pondelkovému žrebovaniu EXTRA VÝPLATY pribudne aj štvrtkové

**Číselná lotéria, ktorá si za 2 roky získala tisíce hráčov, sa od 23. 4. 2026 rozširuje. K pondelkovému žrebovaniu pribudne aj štvrtkové – viac príležitostí na zábavu, kratšie čakanie a rovnaká šanca na výhru až 480 000 €.**

### 2 roky na trhu: čo sa udialo?

Od spustenia Extra Výplaty až do 15. apríla 2026 bolo hráčom vo všetkých poradiach (1. – 8.) vyplatených celkovo 15 563 955,80€. Za každou výhrou stojí príbeh skutočného človeka, ktorému Extra Výplata priniesla radosť a príjemné prekvapenie. Spomedzi hráčov, ktorí sa tešili z výhry 1. poradia, ich bolo doteraz 14, v 2. poradí sa výhry dočkalo 63 hráčov. Všetci začali rovnako – jedným tipom a s trochu šťastia.

Za dva roky si Extra Výplata vybudovala povest' lotérie, ktorej možno dôverovať. Transparentné pravidlá, pravidelné žrebovania a skutočné výhry, ktoré sa skutočne vyplácajú – to sú hodnoty, na ktorých Tipos od začiatku stojí.

### Prečo štvrtok?

Extra Výplata od samého začiatku stavia na pravidelnosti a zábave. Teraz k pondelkovému žrebovaniu pribudne aj štvrtkové – a s ním nový dôvod na príjemnú chvíľu tesne pred víkendom. Dvakrát do týždňa, kratší čas čakania medzi žrebovaniami. V Tipose ostávame verní tomu, čo funguje: jednoduchosti, reálnym výhram a jasným pravidlám, ktorým rozumie každý.

Štvrtok bol dlho dňom, keď si ľudia hovorili:

„Ešte chvíľa a je víkend.“ Od 23. apríla 2026 k tomu môže pribudnúť aj príjemná správa navyše.

### Príbeh z 13. apríla: 6 eur, 30 000 €

Žrebovanie 13. apríla 2026 ukázalo, že výsledky každého žrebovania sú nepredvídateľné. Tak to pri lotériách býva. Jeden z hráčov uzatvoril stávkou online, vyplnil tiket náhodnými číslami v štyroch hracích poliach a vložil do hry 6 eur. Vyžrebované čísla z prvého osudia boli 3, 7, 17, 23, 26 a 27, z druhého osudia padlo powerballové číslo 1. Hráč trafil všetkých šesť čísel z prvého osudia – powerballové číslo sa však nezhodovalo, a tak dosiahol výhru 2. poradia vo výške 30 000€.

Každé žrebovanie prináša výhercov v rôznych poradiach. Tieto príbehy pripomínajú, že lotéria môže priniesť príjemné prekvapenie. Hrajte s rozvahou, hrajte zodpovedne! Nech sú stávky vždy v rámci vašich možností.

### Extra Výplata: jednoduchá hra, reálne výhry

Extra Výplata je číselná lotéria, v ktorej sa hrá o hlavnú výhru 1. poradia vo výške až 480 000€. V 2. poradí možno získať až 30 000€. Cena za jeden tip je 1,50€ na jedno žrebovanie.

Od 23. apríla 2026 sa výherné čísla žrebujú každý pondelok aj každý štvrtok. Či už hráte online z pohodlia domova, alebo osobne na pobočke Tipos, pravidlá sú jasné a hra je férová.

### Ako hrať zodpovedne?

Hrajte s radosťou, v rámci svojich možností a s

rozvahou. Pred registráciou sa oboznámte s nástrojmi zodpovedného hrania – nastavte si limity a stávkujte tak, aby hra zostala naozaj len zábavou.

### Tipy pre zodpovedné hranie:

- Hrajte pre zábavu a potešenie, neberte hru ako formu zárobku.
- Nevnímajte hranie ako únik od každodenných problémov.
- Na hru si vopred stanovte finančný a časový limit.
- Nehrajte s cieľom získať späť peniaze, ktoré ste už raz prehrali.
- Rekapitulujte si pravidelne svoje výdavky a čas spojený s hraním.

Pokiaľ chcete získať viac tipov, nájdete ich na stránke: <https://www.tipos.sk/stranky/pre-hracov/zodpovedne-hranie/zdravotne-rizika-nadmerneho-hrania>

Ak máte podozrenie, že vaše hranie prekračuje zdravé hranice otestujte sa ZADARMO na našej stránke: <https://www.tipos.sk/stranky/pre-hracov/zodpovedne-hranie/test-mate-svoje-hranie-pod-kontrolou>.

Číselné lotérie sú určené výhradne 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:

**Kolko čísel stačí trafiť na získanie hlavnej výhry 100 000 € v číselnej lotérii Všetko alebo Nič?**

A: 0 čísel

B: 3 čísla

Správnu odpoveď vyplňte **zadarmo** na stránke súťaže [www.tipos.sk/region](http://www.tipos.sk/region) alebo použite QR kód:



- Súťaž týždňa prebieha od piatku 1. 5. 2026 od 12:00 hod. do piatku 8. 5. 2026 do 10:00 hod.
- Zo správnych odpovedí vyžrebujeme 3 výhercov
- Vyžrebovaných výhercov, podrobné informácie a štatút súťaže nájdete na [www.tipos.sk/region](http://www.tipos.sk/region)

# V Malých Karpatoch pribudli herné prvky Slovenský raj má novú „bránu“ do prírody

Najnavštevovanejšia roklina Slovenska, Suchá Belá mení svoju tvár. V turistickom centre Podlesok slávnostne otvorili unikátny vstupný portál, ktorý spája moderný dizajn s praktickými funkciami pre bezpečnejší a komfortnejší pohyb návštevníkov. V blízkosti jaskyne Driny zasa pribudli nové herné prvky, ktoré zážitkovou formou približujú prírodné dedičstvo Malých Karpát.

## Suchá Belá

Nový prvok v srdci Slovenského raja má nielenže uľahčiť orientáciu turistov, ale vďaka inovatívnej digitálnej technológii priniesť dôležité informácie o aktuálnej vyťaženej trase priamo v reálnom čase. Dominantou nového vstupného portálu je kruhový objekt, ktorý je vizuálnou bránou medzi svetom civilizácie



Malé Karpaty.

zdroj foto KOČR Trnavský kraj

a divokou prírodou. Konštrukcia portálu kombinuje prírodné drevo a odolný kov, vďaka čomu objekt prirodzene zapadá do prostredia Podleska. Okrem vizuálnej stránky je jeho najväčším prínosom digitálny ukazovateľ návštevnosti, takzvaný semafor obsadenosti. Ten informuje prichádzajúcich o aktuálnom počte osôb v rokline, čím predchádza vzniku nebezpečných kolón pri rebríkoch a v úzkych úsekoch. Projekt dopĺňajú aj tri nové infopointy osadené priamo na trase, ktoré turistom ukazujú ich aktuálnu polohu a odhadovaný čas potrebný na zdolanie zvyšku cesty. Zároveň slúži vstupný portál ako atraktívny fotopoint. „Národný park Slovenský raj je našou pýchou a dlhodobo sa snažíme investovať do projektov, ktoré zvyšujú kvalitu zážitkov návštevníkov pri zachovaní maximálnej úcty k prírode. Košický samosprávny kraj prostredníctvom programu Terra Incognita, podporil vybudovanie tohto moderného portálu sumou 16 000 eur,“ uviedol predseda Košického samosprávneho kraja Rastislav Trnka.

Realizácia vstupného portálu do rokliny Suchá Belá tak prináša novú úroveň organizácie turizmu priamo v turistickom centre Podlesok. Projekt je pripravený slúžiť návštevníkom už počas nadchádzajúcej sezóny a stať sa nielen



Suchá Belá.

zdroj foto Košice Región Turizmus

estetickým orientačným bodom, ale predovšetkým dôležitým informačným nástrojom pre bezpečné objavovanie krás divokej prírody Slovenského raja.

## Malé Karpaty

V blízkosti jaskyne Driny pribudli nové herné prvky, ktoré sú rozšírením náučného chodníka Smolenický kras. Ich úlohou je zážitkovou formou približiť prírodné dedičstvo Malých Karpát. Sú navrhnuté tak, aby oslovili rodiny s deťmi, školy aj individuálnych turistov a podporili ich zvedavosť a záujem o spoznávanie okolitej krajiny. „Herné prvky

spájajú zábavu s poznávaním, budujú vzťah k prírode a sú ďalším turistickým lákadlom Smolenického krasu, ktorý patrí k najnavštevovanejším lokalitám Trnavského kraja,“ povedal trnavský župan Jozef Viskupič.

Projekt bol realizovaný z Fondu malých projektov v rámci programu cezhraničnej spolupráce a prepája dve chránené prírodné krajinné oblasti – Malé Karpaty a Biele Karpaty. Okrem budovania infraštruktúry zahŕňa tiež vzdelávacie aktivity pre žiakov základných škôl zo Slovenska aj Českej republiky.

» [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 jedince 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](http://www.medikaexpert.sk)  
alebo na tel.:

**0904 552 345**

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

70,00€



**Ariana Grande Cloud**  
parfum pre ženy 100 ml

Marionnaud.sk

31,95€



**Gillette Styler** zastríhávač  
a holiaci strojček 4 v 1

Demro.sk

1.490,00€



**Rocket Espresso Rocket**  
Appartamento TCA copper

Domkavy.sk

LIDL

229,00€  
299,00€



**PARKSIDE®** Aku kosačka  
na trávu bez akumulátora

Lidl.sk

14,78€



**Musetti** zrnková káva  
Gentile - 500g

Domkavy.sk

259,00€



**Mora VT 344 BX**  
elektrická rúra samostatná

Siko.sk

LIDL

14,99€



**SILVERCREST®** Panvica  
z ušľachtilej ocele Premium

Lidl.sk

339,90€



**Akumulátorový vyžinač**  
Husqvarna 215iL set

husqvarnacentrum.sk

82,94€



**BEURER PP250 Kira**  
vyhrievaný zvierací pelech

mojalekaren.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

11,99€



**esmara®** Dámske  
mušelínové kimono

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](http://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](http://www.oplatisa.sk)

# Oplatí sa!

TOP  
PONUKY  
TÝŽDŇA



**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 KVALITE  
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**

BEZ WAPKY

BEZPLATNÁ UKÁŽKA

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

UŽ OD 499 €

DAŇČEK ZADARMO  
K HNOJIVA

| Model    | Š x V x D      | Cena  |
|----------|----------------|-------|
| GRETA    | 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 € |
| GOLIÁŠ   | 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.

galerica  
ODOLNÉ SKLENÍKY  
Z POLYKARBONÁTU

0948 88 88 55 galerica.sk

**SOS STREŠNÉ PRÁCE**  
Tesár, klampiár, pokrývač

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

**ZIAVA 15%**  
na objednávky  
prac do 31.5.

Obhliadka a cenová ponuka ZDARMA  
Kontakt: +421 918 081 699

Oravská Horáreň

Výhodný pobyt so štátnou dotáciou  
už od 273,- EUR  
1 nepracujúci dôchodca na 6 dní / 5 nocí

Pobytový balíček zahŕňa:

- 5 x pohodlné ubytovanie
- 5 x plnú penziu
- 1 x celodenný výlet
- folklórne vystúpenie
- kávu a koláčik KAŽDÝ DEŇ

Voľné termíny:  
25.5 - 30.5.2026,  
1.6 - 6.6.2026,  
8.6 - 13.6.2026,  
29.6 - 4.7.2026

Penzión  
Oravská horáreň  
Oravský Podzámok č. 396  
lokality Hruštín Zábava

Počas celej letnej sezóny cena pobytu 310.- EUR / 1 nepracujúci dôchodca  
Vynikajúca gastronómia, bezplatné parkovanie v areáli, horské bicykle, spoločenské hry, pokoj a bezpečie.

Rezervácie: 0918 591 942, info@oravskahoraren.sk  
Informácie o nás nájdete na: www.oravskahoraren.sk

Oplatí sa.sk

ZAČNITE PREDÁVAŤ  
ONLINE!

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

VOLAJTE: 0914 403 131

OBMEDZENÝ POČET  
Tepelné čerpadlo Galmet Prima  
POZOR CENA VRÁTANE MONTÁŽE

**5290€**

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

Spíčovú 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 stať desiatky tisíc eur

- 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