

DUNAJSKOSTREDSKO



Čítajte nás:

www.cujte.sk

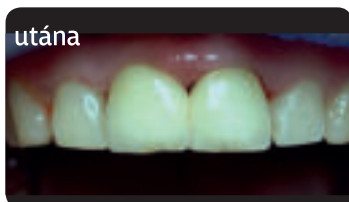
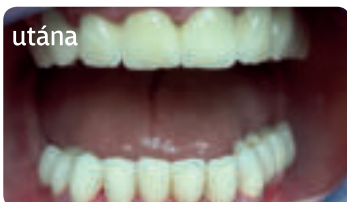
Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 34 320 domácností



Teljeskörű fogászati szakrendelő
Dr. Deák Henrietta
Egyszerű, gyors, fájdalommentes

Ingyenes állapotfelmérés



Ha ön is hasonló esztétikai problémákkal küzd, forduljon hozzánk bizalommal!

„Semmi sem olyan hatalmas, mint a mosoly ereje!“

Cím: 9022 Győr, Bajcsy-Zsilinszky u. 52/A. 1.emelet/6.
(Árkádtól 5 perc sétára)

Tel. szám: +36-30/60-99-252

www.colordent.hu, info@colordent.hu

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

INFOLINKA

66-05

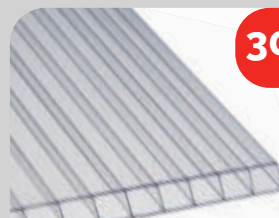
Kompletné strechy,
rekonstrukcie

Okočv
tel.: 0905 746 124

Dunajskostredsko

ZENIT

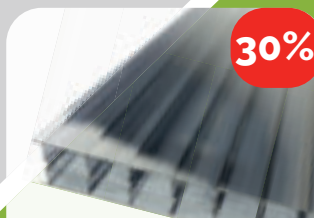
AKCIOVÉ CENY



30%

Exolon® Ultralight
2/10 číra

9,50 €/m²



30%

Exolon® 5X/16
šedá

16,51 €/m²

ROZVOZ PO CELEJ SR!

Koš - 046/5430 771, zenit@zenitsk.sk
Košice - 055/6254 006, kosice@zenitsk.sk

WWW.ZENITSK.SK

AKTUÁLNE OTVORENÉ POZÍCIE

Logistický veľkosklad
v Kostolných Kračanoch

ABOUT YOU[®]

Vedúci skupiny

Šofér

Vedúci zmeny

Náborár

Tréner procesov

Údržbár

Logistický inžinier

Recepčná

Pre bližšie informácie:

+421 903 615 739

praca.sk@cevalogistics.com

€ Základný plat od 1300€

🕒 Dvozmenná prevádzka

ceva
LOGISTICS

Bezplatný týždenník

DUNAJSKOSTREDSKO

EV 6237/24

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

Ročník I, Vydanie 9, týždeň 26/2024.

Redakcia: Trnavská 11
 903 01 SENEČ
 dunajskostredsko@regionpress.sk

INZERCIA

Zora Kováčová 0905 719 132
 Edita Schubertová 0910 922 916
 Mgr. Barbora Knapová 0910 973 657

Distribúcia:
 www.regionpress.sk
 www.facebook.com/regionpress.sk



Vychádzame
 na recyklovanom
 papieri

DISTRIBÚCIA (34.320 domácností)

páry týždeň:

Samorín, Dunajská Streda, Malé Blahovo, Čižická Radvaň, Dolný Štál, Gabčíkovo, Jahodná, Malé Dvorníky, Ohrady, Očko, Opatovský Sokolec, Veľké Dvorníky, Veľký Meder, Vrakúň, Baka, Baloň, Dunajský Klátov, Jurová, Kostolné Kráčany, Kráľovičovo Kráčany, Kúttniky, Lúča na Ostrove, Medvedov, Povoda, Topolnky, Trhová Hradská, Trstená na Ostrove

nepáry týždeň:

Báč, Blatná na Ostrove, Čenkovce, Holice, Horný Bar, Svrtok na Ostrove, Trnávka, Veľká Paka, Zlaté Klasy, Malé Blahovo, Gabčíkovo, Horná Potôň, Kvetoslavov, Lehnice, Michal na Ostrove, Orehová Potôň, Rohovce, Šamorín, Veľké Blahovo, Veľký Meder, Vydrany, Dunajská Streda

Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovú 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	34.320	DUNAJSKOSTREDSKO
GA	34.390	GALANTSKO-ŠALIAANSKO
HC	30.330	HLOHOVECKO-SEREĎSKO
KM	16.450	KOMÁRŇANSKO
LV	30.580	LEVIČKO
MA	29.680	MALACKO
NR	54.170	NITRIANSKO
NZ	35.050	NOVOZÁMOCKO
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	TRENČIANSKO-DCA-HL
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	LUCENECKO-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	BARDEJOVSKE-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	POPRADESKO-KK
PD	49.940	PREŠOVSKO-SB
SN	32.540	SPIŠSKO-LE-GL

HODINOVÝ MANŽEL

Opravy a údržba pre Váš dom, byt či kanceláriu

- » Inštalátorske práce - batérie, sprchové hadice, toalety
- » Elektro práce - svietidlá, žiarovky, spotrebiče, zásuvky, vypínače
- » Interiérové práce - tesnenie okien, žalúzie, sietky, záclonové tyče, zámky, kovania, montáž nábytku
- » Drobné stavebné práce
- » Záhradné práce



Tel.: 0903 549 642 | hodinovymanzel09@gmail.com

HĽADÁME ZÁVOZNIKA

HRUBÁ MZDA: od 900 €

MIESTO VÝKONU PRÁCE: Dunajská Streda

BENEFITY:

- Práca v stabilnej a dynamickej spoločnosti
- Pracovné oblečenie na mieru
- Preplácanie nadčasov / víkendov

PRIDAJ SA DO NÁŠHO TÍMU

KOSIT WEST s. r. o., kositwest.sk
 Kontakt: personalnaitra@kosit.sk
 +421 911 124 316 +421 907 548 630

MÁTE VLHKÝ DOM?
 - podrezávanie -20%
 - chemická injekcia **STOP VODA**

100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

AGROMAČAJ a.s. prijme do TPP

Traktorista – Pusté Úľany

Miesto práce: Pusté Úľany - Lúčny dvor
 Termín nástupu: dohodu
 Mzdové podmienky (brutto): od 6,5 € / hod. v závislosti od pracovných skúseností a zručností uchádzača + všetky zákonné príplatky

Vodičský preukaz: T
 Vzdelanie v odbore: poľnohospodárske
 Počet rokov praxe: 1

Traktorista – Mostová

Miesto práce: Mostová Termín nástupu: ihneď
 Mzdové podmienky (brutto): od 6,5 € / hod. výška základnej mzdy bude upravená na základe praktických skúseností, zručností, znalostí a schopností uchádzača + všetky zákonné príplatky

Vodičský preukaz: B, T
 Vzdelanie v odbore: poľnohospodárstvo
 Počet rokov praxe: 3

tel.: +421 908 810 069 • e-mail: personalne@agromacaj.sk

čujte.sk

Nová požičovňa kajakov na Hornáde

www.cujte.sk

DO NÁŠHO TÍMU HĽADÁME VODIČA

HRUBÁ MZDA: od 1300 €

Finálna výška mzdy závisí od skúseností uchádzača a bude dohodnutá na osobnom pohovore

MIESTO VÝKONU PRÁCE: okres Dunajská Streda

ZAMESTNANECKÉ BENEFITY:

- Práca v stabilnej a dynamickej spoločnosti
- Pracovné oblečenie na mieru
- Preplácanie nadčasov / víkendov

POŽIADAVKY:

- Vodičský preukaz skupiny C, C1E
- Tachografová karta
- Kvalifikačná karta vodiča
- Osvedčenie o psychickej spôsobilosti

PRIDAJTE SA DO NÁŠHO TÍMU

KOSIT WEST s. r. o., www.kositwest.sk
 Kontakt: personalnaitra@kosit.sk
 +421 911 124 316, +421 907 548 630

AGROMAČAJ

Traktorista – Veľký Grob

Miesto práce: Veľký Grob Termín nástupu: ihneď
 Mzdové podmienky (brutto): od 6,5 € / hod. výška základnej mzdy bude upravená na základe praktických skúseností, zručností, znalostí a schopností uchádzača + všetky zákonné príplatky

Vodičský preukaz: B, T
 Vzdelanie v odbore: poľnohospodárstvo
 Počet rokov praxe: 3

Opravár poľnohospodárskych strojov

Miesto práce: Veľký Grob Termín nástupu: ihneď
 Mzdové podmienky (brutto): od 8 € / hod. výška základnej mzdy sa odvíja od praktických skúseností, zručností, znalostí a schopností uchádzača

Vodičský preukaz: B, T
 Vzdelanie v odbore: poľnohospodárstvo
 Prax na pozícii / v oblasti: mechanik, opravár poľnohos. strojov
 Počet rokov praxe: 1

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA

PONÚKA NA PREDAJ: (PRI GALANTE)

KURIČKY NOSIVÉ
 RÔZNEJ FARBY 8-12-15-18 TÝŽ
 BROJLEROVÉ KAČICE 1-14 DŇOVÉ
 MULARD KAČICE - KÁČERE 1-14 DŇOVÉ
 MORKY BIELE 816-6
 BROJLEROVÉ KAČICE NA VÝKRM
 MULARD KAČICE A KÁČERE NA VÝKRM

AKTUÁLNE DO VYPREDANIA ZÁSOB

PREDAJ RASTOVEJ A ZNÁŠKOVEJ KŔMNEJ ZMESI
 0905 551 499 • 031/781 15 63 • WWW.HYDINARSKAFARMA.SK

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA
 RÔZVOJ ZABEZPEČÍME

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

08 STAVBA

»Kúpim haki lešenie. Tel.
 0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare: RP medzera DS medzera Číslo rubriky medzera Text inzerátu

Príklad:
 RP DS 12 Predám kočík,
 0987 654 321.

Riadková inzercia realit je od 26.10.2023 zrušená, inzerát si môžete zadať len cez www.mojinzerat.sk

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor. Cena je 0,60 € s DPH za každých začiatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme. **Upozornenie!** Služba nefunguje u operátorov O2 a 4ka. **TIP 1:** Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v ktorých týždňoch chcete inzerovať.

TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, **DS** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete v tiráži. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.



Nová obytná zóna Báč Godmáň III

Zážitok z bývania

Mať niekde domov neznamená len mať dom a bývať v ňom. Prežiť život naplno Vám umožní prostredie, v ktorom sa Váš dom nachádza.

Új lakónegyed Bacsfán Báč Godmáň III

Az otthon élménye

A teljes otthon élményét nem csak az ingatlan de annak környezete is biztosítja. Legyen ez az új otthonod.

20 minút do Bratislavy | Pozsonytól 20 percnnyire

info@godman.sk



**Bungalovy
a domy na kľúč:**

+421 903 236 425

**Konzultácie
a predaj:**

+421 902 955 929



**Kulcsrakész családi
és bungaló házak:**

+421 903 236 425

**Konzultáció és
eladás:**

+421 902 955 929



www.godman.sk

914-110

doctor optic
OČNÁ OPTIKA



KORZO BÉLU BARTÓKA 30
DUNAJSKÁ STREDA
0947 955 055

Akcia platí do 31.8.2024 na vybrané okuliarové sklá a rámy.

KOMPLETNÉ
DIOPTRICKÉ
OKULIARE



-50%
SLNEČNÉ OKULIARE



OPTIKADROPTIK



DR.OPTIK_SK



WWW.DROPTIC.SK

75-008

Nepodceňujte množstvo tekutín a výber vhodných potravín

Pitný režim a stravovanie počas letných horúčav

Vysoké vonkajšie teploty sú tu a môžu spôsobiť ťažkosti prakticky každému z nás. Prinášajú rad zdravotných rizík od prehriatia organizmu, zdravotných komplikácií v podobe zvýšenej telesnej teploty, malátnosti, ospalosti, až po bolesti hlavy, závraty, nevoľnosť či zvracanie.

„Dodržiavaním základných pravidiel prevencie vieme následky horúčav vo veľkej miere eliminovať,“ hovoria odborníci z Úradu verejného zdravotníctva SR a prinášajú všetky dôležité informácie ohľadom pitnému režimu či vhodného výberu potravín.

Dodržiavajte pitný režim

Množstvo tekutín, ktoré organizmus potrebuje, je individuálne. Závisí napríklad od veku, pohlavia, telesnej hmotnosti, ale aj od telesnej aktivity, zloženia a množstva stravy, teploty ovzdušia či zdravotného stavu.

• Základom pitného režimu je čistá pitná voda. Sladené nápoje treba obmedzovať pre nadbytok cukru a kofeínu. Ideálna je preto obyčajná voda doplnená o minerálne vody.

pred, počas i po fyzickej námahe.

Pitný režim u malých detí

„Malým deťom, ktoré majú nedokonale vyvinutý mechanizmus pocitu smädu, je potrebné často ponúkať vhodné tekutiny. Pre deti je na uhastenie smädu najlepšia čistá pitná voda, môžete ju strieďať s neperlivými minerálnymi vodami a nesladenými ovocnými či bylinkovými čajmi. Množstvo vody, ktoré detský organizmus potrebuje, závisí aj od veku a hmotnosti. U novorodenca sa pohybuje od 60 do 100 ml na kilogram hmotnosti, u batolaťa 120 ml na kilogram, u dieťaťa v predškolskom veku je to 100 ml na kilogram a v školskom veku 70 ml na kilogram. Neskôr sa odporúča za 24 hodín vypíť cca 50 ml na kilogram hmotnosti,“ uviedla docentka Jana Hamade, zástupkyňa hlavného hygienika SR so zameraním na deti a mládež.

Pitný režim u seniorov

„Mimoriadne dôležité je dodržiavanie pitného režimu aj pre seniorov. Ich organizmus obsahuje menej tekutín, orgány pracujú pomalšie a nedokážu vylučovať tekutiny spoločne s látkami z



Ilustračné foto.

zdroj foto kps7942 pixabay

metabolizmu. Aj oni často necítia smäd. Dennú dávku - približne 1,5 až 2 litre tekutín - by si mali rovnomerne rozložiť počas celého dňa. Najvhodnejšia je čistá pitná voda, pri výbere minerálnych vôd venujte zvýšenú pozornosť obsahu sodíka. Starší ľudia veľmi často trpia na vysoký krvný tlak a zvýšená koncentrácia sodíka vo vode by mohla ich zdravotný stav zhoršiť. Vo vyššom veku je dôležitý aj príjem vitamínov, ktoré môže senior dostať priamo v nápoji. Pitie ovocných nápojov (džúsov, nektárov) nie je vhodné pre pomerne vysoký obsah jednoduchých cukrov, čo jednak zvyšuje ich energetickú hodnotu a tiež vylučovanie vody z organizmu,“ povedala doktorka Tatiana Červeňová, hlavný hygienik SR.

• Počas horúčav sa odporúča vypíť minimálne 2-4 decilitre tekutín na 10 kilogramov hmotnosti, čo predstavuje približne 1,5 až 3 litre tekutín denne. Toto množstvo sa však zvyšuje u ľudí, ktorí pracujú fyzicky a viac sa potia.

• Piť by sa malo v menších dávkach, častejšie a ešte pred pocitom smädu. Dôležité je piť počas celého dňa, aby sa tekutiny do organizmu dostávali priebežne a v dostatočnom množstve.

• V horúčavách obmedzte nápoje s obsahom chinínu, kávu i alkohol, ktoré vám smäd neznižia a navyše podporia vylučovanie vody z organizmu.

• Pite skôr vlažné nápoje, nie ľadové.

• U starších ľudí počas horúčav často dochádza k nedostatočnému príjmu tekutín a nedostatočnej výžive. Vážne dopady horúčav a dehydratácie mnohokrát vidieť u tých seniorov, ktorí zostanú celý deň doma v rozhorúčenom byte bez čerstvého vzduchu.

• Najmä u detí dbajte na to, aby pili

metabolizmu. Aj oni často necítia smäd. Dennú dávku - približne 1,5 až 2 litre tekutín - by si mali rovnomerne rozložiť počas celého dňa. Najvhodnejšia je čistá pitná voda, pri výbere minerálnych vôd venujte zvýšenú pozornosť obsahu sodíka. Starší ľudia veľmi často trpia na vysoký krvný tlak a zvýšená koncentrácia sodíka vo vode by mohla ich zdravotný stav zhoršiť. Vo vyššom veku je dôležitý aj príjem vitamínov, ktoré môže senior dostať priamo v nápoji. Pitie ovocných nápojov (džúsov, nektárov) nie je vhodné pre pomerne vysoký obsah jednoduchých cukrov, čo jednak zvyšuje ich energetickú hodnotu a tiež vylučovanie vody z organizmu,“ povedala doktorka Tatiana Červeňová, hlavný hygienik SR.

Nielen pre seniorov platí, že pitný režim okrem čistej vody možno doplniť aj o minerálne vody s obsahom rozpustných látok (RL) 200 - 500 mg/l, teda nízko mineralizované. Vody s obsahom RL



Ilustračné foto.

zdroj foto dennisyang988 pixabay

nad 500 mg/l nepite trvalo a vo väčších množstvách. Vody s vysokou mineralizáciou a s vyšším obsahom sodíka nie sú vhodné okrem seniorov ani pre osoby s kardiovaskulárnym ochorením, ani pre dojčatá, a to vrátane prípravy ich stravy. Voda s obsahom fluoridov nad 1,5 mg/l nie je vhodná na pravidelnú konzumáciu pre dojčatá a pre deti do siedmich rokov.

Stravovanie a výber potravín

Strava má byť v letných mesiacoch ľahšia, teda ľahko stráviteľná, s nižšou energetickou hodnotou, pretože organizmus v lete nepotrebuje vytvárať teplo v takej miere ako v zimných mesiacoch. Súčasne však strava musí poskytovať dostatok živín. „Zložením má byť strava vyvážená a pestrá, mala by obsahovať dostatok celozrnných výrobkov, ovocia a zeleniny, nízkoúčinných mliečnych výrobkov, rýb, hydiny, zemiakov a strukovín, menej jedál a potravín bohatých na tuky, najmä nasýtené tuky a na jednoduché sacharidy. Strava by mala obsahovať dostatok ovocia a zeleniny, najmä sezónnych, ktoré okrem tekutín obsahujú množstvo cenných živín, ako sú vitamíny, minerálne látky, enzýmy a vláknina. V lete je priebežné dopĺňanie vitamínov a minerálnych látok stravou obzvlášť dôležité,“ vysvetlila doktorka Tatiana Červeňová, hlavný hygienik SR.

Treba doplniť antioxidanty

Slnčné žiarenie spotrebúva pri dlhšom vystavení sa slnku antioxidanty v organizme. Ide hlavne o antioxidanty, ktoré možno doplniť stravou, vitamíny A (respektíve betakarotén - provitamín A), C, E a lykopén.

• Vitamín A sa nachádza napríklad v mrkve, paradajkách, malinách, marhuľách, masle, rybách,

• vitamín C v ovoci (čierny ríbezle, jahody, citrusové ovocie, kiwi, maliny, černice), zelenine (paprika, karfiol, kel, kaleráb, paradajky), zemiakoch,

• vitamín E v rastlinných tukoch a olejoch, zelenine, orechoch, obilných klíčkoch,

• veľmi účinným antioxidantom je však aj lykopén (obsahujú ho paradajky, červený melón).

Čo, kedy a ako jesť?

Radí doktor Marek Slávik, vedúci Oddoru hygieny výživy bezpečnosti potravín a kozmetických výrobkov ÚVZ SR:

• Jedzte častejšie a v menších dávkach. Vyhýbajte sa ľahko kaziacim sa potravinám, ktoré môžu byť zdrojom infekcie, napríklad údeniny, mäkké salámy, majonézové šaláty či niektoré mliečne výrobky.

• Nie je vhodné jesť ani príliš veľa ani príliš málo. Niektorí seniori v extrémnych teplotách strácajú chuť do jedla, opatrní by mali byť aj diabetici, tieto skupiny populácie by mali mať pravidelnú dostatočnú stravu.

• Je lepšie nahrádzať ťažké a výdatné jedlá väčším množstvom čerstvého ovocia a zeleniny. Vyberte si najmä také druhy, ktoré obsahujú veľké množstvo vody, napríklad melón, ktorý obsahuje množstvo minerálnych látok a zároveň dopĺňa telu tekutiny.

• Konzumujte potraviny, ktoré sú ľahko stráviteľné. Najvhodnejšie sú zeleninové šaláty, polievky, ryby alebo čerstvá zelenina. Z mäsa je najvhodnejšia hydina.

• Počas letných horúčav sa neodporúčajú konzumovať ťažké a mastné jedlá. Takéto pokrmy zaťažujú tráviaci systém a vyvolávajú pocity únavy či vyčerpania. Kalorickým a ťažkým jedlám sa vyhýbajte hlavne na večeru. Plný a ťažký žalú-



Ilustračné foto.

zdroj foto kechn pixabay

dok v spojení s vyššími teplotami prostredia môžu spôsobiť nekvalitný spánok.

» ren

Volné pracovné miesta v spoločnosti Edscha Velky Meder s.r.o.:

- » **Submanažér kvality pre projekty** – od 2000 € / mesiac a viac
- » **Inžinier kvality (Plánovač kvality)** – od 1600 € / mesiac a viac
- » **Vedúci výroby / majster** - od 7,89 € / hodina
- » **Elektrikár** - od 7,14 € / hodina
- » **Nastavovač** - od 6,84 € / hodina
- » **Zmenový kontrolór** - od 7,14 € / hodina
- » **Výrobný robotník** - 6,76 € / hodina

Benefity:

- 13. a 14. plat
- výkonnostný bonus 0,83 € / hod.
- prítomnostný bonus 0,60 € / hod.
- extra bonus za výkon 0,36 € / hod.
- príspevok na dopravu, na stravovanie, na DDS
- vianočný bonus
- príspevok pri pracovnom a životnom jubileu
- kariérny rozvoj



Pridaj sa k nám!

Práca je na pravidelnom pracovisku: **Mostová 41, 932 01 Veľký Meder**

Kontakt: tel: **+421 31 59 04 223** / e-mail: **mlaszloova@edscha.com**

P.L.S. s.r.o. Ing. Peter Leporis
 sprostredkovateľ poistenia, úverov a leasingu - člen skupiny **respect**.

Ponúkame poistenie:

- osôb • majetku • podnikateľov
- cestovné • vozidiel

Vyberte si najvýhodnejšie poistenie

Hlavná 21/1, P.O.Box 181, 929 01 **Dunajská Streda**
 tel./fax: 031/552 47 37, mobil: 0907 742 798, 0905 988 039, 0905 524 737
 Šamorín - mobil: 0905 491 878

e-mail: Leporis@nexta.sk



**Proti škodcom v záhrade
aj bez chémie**

www.cujte.sk

Kolagén, ktorý si podmaňuje zdravie aj krásu naraz!

V posledných rokoch sa o kolagéne hovorí stále častejšie. Celosvetové štúdie preukázali, že správne užívanie kolagénu pomáha pri súvislosti so starnutím a pohybovými problémami.

Kolagén je bielkovina, ktorú tvorí skladba 19 aminokyselín prospešných pre ľudský metabolizmus a jeho správne fungovanie. Tieto bielkoviny sú dôležitým stavebným prvkom.

Ľudské telo si už od útleho veku dokáže kolagén vytvárať samo a však pribúdaním veku je tvorba tejto bielkoviny v našom tele stále slabšia a slabšia. Bolo preukázané, že už pri dosiahnutí 18 roka života je vo väčšine prípadov tvorba vlastného kolagénu takmer nulová. Každý metabolizmus si dokáže robiť zásoby kolagénu, ktoré sa však vstrebávajú u každého jedinca rôzne a podľa toho sa odvíja zásoba kolagénu a s tým spojené vyživovanie pohybového aparátu a pokožky. V dnešnej dobe existujú formy kolagénu, ktoré si vieme načerpať užívaním rôznych výživových doplnkov s obsahom kolagénu.

Rybí a hovädzí kolagén sú veľmi dôležitým stavebným prvkom v oblasti zdravej kĺbovej výživy, podpory správneho fungovania pohybového aparátu, zdravej pokožky, krásnych vlasov a silných nechtov.

Hovädzí kolagén tvoria 2 typy kolagénu a to I a II, tieto kolagény sú neoddeliteľnou súčasťou v raste, obnove a rekonvalescencie kostí, šliach, väzov a kože. Pri dennom

AKCIA

2+1 ZADARMO

KOLAGÉN FORTE 2+1

38,90

/ 1 KS

(Akcia platí iba pri nákupe dvoch rovnakých druhov kolagénu.)

HOVÄDZÍ KOLAGÉN FORTE

45,90

EUR

/ 1 KS

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 známkov 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.

Alebo kúpiť
aj v predajni:



SLNIEČKO ZDRAVÁ VÝŽIVA
Coborihu 1, Nitra - OC Polygón

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA



ZIMNÉ ZÁHRADY
ZASKLENIA BALKÓNOV
A TERÁS • PRÍSTREŠKY
PREKRYTIA BAZÉNOV
HLNÍKOVÉ A NEREZOVÉ
ZÁBRADLIA A BRÁNY
gszasklenie.sk
0800 333 223



ZAMERANIE A
3D VIZUALIZÁCIA
ZDARMA

**ZĽAVY AŽ
DO 50%**

Stannah



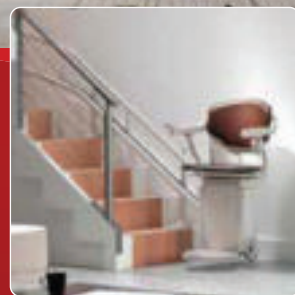
Ahoj, Leto!

PONUKA
**GRIL alebo
FRITÉZA**

Táto ponuka platí pri kúpe
schodiskového výťahu Stannah do
31.7.2024 a nie je platná s inými
akciami alebo ponukami.

**Vieme výborne robiť
životy ľudí úžasnými.**

Zakúste teplo domova so
stoličkovými výťahmi Stannah, ktoré
sú navrhnuté tak, aby vám priniesli
nezávislosť a pokoj na duši.
Dôverujte našej tradícii starostlivosti
o bezpečnosť a pohodu, vďaka
ktorej akýkoľvek priestor zmeníme
na radosné a pohodlné miesto.



Služby
**Špičkovej
Kvality**

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

Zavolajte zadarmo
0800 162 162
www.stannah.sk

EKOLOGICKÉ

ČISTENIE FASÁD

rodinné
domy
ZĽAVA 50%

Patentovaná
kontaktná technológia

Bez vysokotlakových
čističov

f BombaFasada
www.BombaFasada.sk

0905 148 393

**BEZPLATNÁ UKÁŽKA A KONZULTÁCIA
PRIAMO U VÁS DOMA**

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
trofejeeu@gmail.com

OŠETRENIE CHRUPU, HYGIENA

Ošetrovanie zubov
& hygiena,
poliklinika Senec

0918 326 458
zubsdental@gmail.com

TÚŽIŠ SA STAŤ KUCHÁROM? SPLŇ SI U NÁS SEN A PRIHLÁSA NA POZÍCIE:

KUCHÁR

OD 1 300 €
Nástupný bonus 900 €
Miesto práce: Bratislava - Devínska Nová Ves

POMOCNÝ KUCHÁR/ VÝDAJCA STRAVY

OD 900 €
Miesto práce: Bratislava - Devínska Nová Ves



BENEFITY:

- bonusy a príplatky za nočné zmeny, víkendy, nadčasy
- príspevok na dopravu alebo ubytovanie
- kompletne pracovné oblečenie a obuv
- bonus za odporúčanie známeho do 400 €
- prax nie je potrebná, zaškolenie
- práca vhodná aj pre dôchodcov alebo absolventov

KONTAKTUJTE NÁS: +421 901 902 313