

POVAŽSKO BYSTRICKO-PÚCHOVSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 33 590 domácností



Čítajte nás:

www.cujte.sk

Pozor na ďalší podvodný mail

Finančná správa (FS) opäť upozorňuje na podvodníkov, ktorí sa snažia oklamať verejnosť. Objavil sa ďalší email, v ktorom útočníci posielajú falošnú informáciu o údajnom nároku na vrátenie dane za rok 2024.

Finančná správa opäť apeluje na občanov, aby sa nenechali nachytať, v žiadnom prípade na uvedený email nereagovali a neklikali na žiadne odkazy. Odosielateľ podvodných emailov pod hlavičkou finančnej správy informuje adresátov, že po preskúmaní „daňových údajov za rok 2024“ im vznikol nárok na vrátenie dane. To sa má udiť automaticky, ľudia však majú možnosť po kliknutí na odkaz upraviť svoje platobné údaje. „Finančná správa informuje

verejnosť o týchto podvodných praktikách najmä preto, aby občania zbytočne neprichádzali o svoje peniaze. Finančná správa takýmto spôsobom s daňovými subjektmi nekomunikuje. Preto odporúčame na takéto emaily nereagovať, neklikáť na priložené linky a prípadne sa obrátiť na políciu,“ radí inštitúcia a upozorňuje, že email nie je jediný komunikačný kanál takýchto podvodníkov. Často zasielajú aj podvodné SMS s rôznym textovým znením. „Finančná správa upozorňuje ľudí, aby boli obozretní a neverili týmto podvodným správam. V prípade potreby môžu kontaktovať naše call centrum na čísle 048/4317 222.

Upozornenie na vrátenie dane

Vážení/á daňových poplatníkov,

Radi by sme Vás informovali, že po preskúmaní Vašich daňových údajov za rok 2024 máte nárok na vrátenie dane vo výške 120,28 EUR.

Suma na vrátenie: 300,28 EUR

Dátum spracovania: 31. december 2024

Číslo daňového priznania: DP-2024-35809

Stav vrátenia: Čaká na spracovanie

Všetchny vrátenie dane bude automaticky spracované na bankový účet, ktorý ste poskytli pri podaní daňového priznania. Očakáva sa, že vrátenie dane bude pripísané na Váš účet do 10 pracovných dní.

Ak potrebujete zmeniť svoje platobné údaje, kliknite na tlačidlo nižšie:

[Vrátenie peňazí](#)

Kontaktné údaje: Slovenská Finančná Správa

Ukážka podvodného mailu. zdroj FS

» ren



Odvoz kompletých vozidiel do 50km ZDARMA

Autorizované stredisko
PRE ZBER A SPRACOVANIE
STARÝCH VOZIDIEL
A PREDAJ POUŽITÝCH
NÁHRADNÝCH DIELOV

Info: 0903 511 858
0903 830 629

Ponúkame komplexné služby - preprava a právne úkony pri odhlásení vozidla z evidencie na doprav. inšpektoráte vybavíme bezplatne za Vás



PRIEMYSELNÝ PARK
/smer RAVEN a.s./
Mládežnícka 2275
01701 Pov. Bystrica

Otvorené:
PO- PI:
8.00-15.30 h.

Prijmeme

- zručného mechanika
- zručného autoelektrikára

Miesto výkonu Ilava

Bližšie informácie: **0905 449 843**

PRIJMEME

ŠIKOVNÉHO, SAMOSTATNÉHO

DISPEČERA

do významnej dopravnej spoločnosti v Ilave

Bližšie informácie: **0905 449 843**



- Maliarské práce
- Omiety
- Vysprávký
- Obklady, dlažby
- Podlahy
- Sadrokartóny,
- Voda, elektriika
- Montáž nábytku
- Zapájanie spotrebič.

0907 738 092

Ponúkam všetky

stavebné

a maliarské práce,

striekanie striech



Kvalita a serióznosť

0910 993 219

FRÉZOVANIE

A VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

Fasádne 3-vrstvové komíny
Rekonštrukcie komínov

Oplechovanie Frézovanie Obhliadka
komínov od 15€/m zdarma

MONTÁŽ
V CELEJ SR

tel: 0907 265 361

Frézovanie a vložkovanie

KOMÍNOV frézovanie od 15€/m

- Frézovanie 1 m - 15 €
- Certifikovaný žiaruvzdorný materiál
- Obhliadka zdarma, dohoda istá
- montáž trojvrstvových fasádnych komínov
- Frézuje po celý rok - samotná realizácia cca 6 hodín

0911 322 495, 0907 362 202, frezovanievložkovanie@gmail.com

VÝKUP

KÁBLOV

0903 431 746

www.zberneteplicka.sk

FAREBNÉ KOVY MEĎ AŽ 7,30 € MOSADZ AŽ 4,50 €

FRÉZOVANIE

VLOŽKOVANIE

FRÉZOVANIE od 15€/bm

- PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASŤÍ KOMÍNOV
- ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV
- OBHLIADKA KOMÍNOV

ZĽAVA na materiál 40%

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

ZDARMA

0948 012 507 • www.profikominy.sk



VÝHODNÁ PONUKA V PREDPREDAJI

ILAVA //0907 116 118 //
predaj@byty-ilava.sk// www.bytyilava.sk

- 1-izbový byt ... od 94 584 EUR
- 2-izbový byt ... od 128 950 EUR
- 3-izbový byt ... od 138 900 EUR
- 4-izbový byt ... od 186 251 EUR

Zabezpečíme Vám ÚVER NA KLÚČ *

Všetchno vybavíme za Vás*

BRIKETY - PELETY

EKOHRÁŠOK - PALIVOVÉ DREVO

ŠKÁROVKY A STUPNICE NA SCHODY

AUTODOPRAVA NAJNIŽŠIE CENY

S HYDRAULICKOU RUKOU ALEBO ČELOM

0948 153 799 www.drevoza.sk

POTREBUJETE REKLAMU

DO NOVÍN POVAŽSKO,

ALEBO DO INÝCH REGIÓNOV

NA SLOVENSKU ?



povazsko@regionpress.sk

Vzdelávanie ako základ úspechu

Rozvoj školstva v Nitrianskom samosprávnom kraji (NSK) je základným pilierom pre budovanie vzdelanej spoločnosti, ktorá je schopná čeliť výzvam súčasného sveta. Klúčom k úspechu je modernizácia škôl, zavádzanie inovácií vo výučbe a prepojenie vzdelávacieho procesu s potrebami trhu práce.

Stredné školy, ktoré zriaďuje Nitriansky samosprávny kraj, ponúkajú pestrú paletu študijných odborov, kvalitné technické vybavenie a kvalifikovaných pedagógov. Okrem klasického vzdelávania sa zameriavajú aj na celoživotné vzdelávanie pre strednú a staršiu generáciu. Reagujú tak na dynamické zmeny na trhu práce. Regionálne školy sú ľahko dostupné a poskytujú žiakom komplexné služby vrátane ubytovania či stravovania.

Prepojenie teórie s praxou - Jednou z priorít Nitrianskej župy je prepojenie teórie s praxou. Systém duálneho vzdelávania umožňuje študentom získavať praktické skúsenosti priamo u zamestnávateľov. Osvedčil sa ako účinný nástroj prípravy kvalifikovanej pracovnej sily. V aktuálnom školskom roku sa v rámci tohto systému vzdeláva 1393 žiakov. Až 214 zamestnávateľov spolupracuje s 27 strednými odbornými školami. Model podporuje úzke prepojenie medzi vzdelávacími inšti-

túciami a podnikateľským sektorom a zabezpečuje tak lepšiu pripravenosť absolventov.

Podpora inkluzívneho vzdelávania je tiež prioritou NSK. Zabezpečuje rovnaké šance pre všetkých žiakov, vrátane tých so špeciálnymi potrebami či zo sociálne znevýhodneného prostredia. Takýto prístup garantuje spravodlivý vzdelávací systém, ktorý pomáha rozvíjať svoj potenciál všetkým.

Centrá odborného vzdelávania a prípravy sú ďalším významným prvkom systému. Tieto inštitúcie slúžia ako centrá excelentnosti, kde si študenti osvojujú nielen špecifické odborné zručnosti, ale aj schopnosti nevyhnutné pre celoživotné vzdelávanie. Nitriansky samosprávny kraj aktuálne podporuje 13 takýchto centier, ktoré sa snažia držať krok s modernými trendmi, ako sú digitalizácia, automatizácia či zelená transformácia.

NSK každoročne vydáva brožúru Študentský servis, ktorá poskytuje komplexné informácie o možnostiach vzdelávania, mimoškolských aktivitách a uplatnení absolventov. Tlačovina je cenným zdrojom pre žiakov, rodičov i zamestnávateľov. Prispieva k efektívnemu prepojeniu medzi školami a pracovným trhom.

» ren



STREDNÁ ZDRAVOTNÍCKA ŠKOLA Celestíny Šimurkovej v Trenčíne

Otvára v školskom roku 2025/2026 tieto študijné odbory

MASÉR (28 žiakov)

Uplatnenie absolventa: zdravotnícke a sociálne zariadenia, kúpele, wellness centrá

Prijímacie konanie - testy z predmetov: slovenský jazyk a literatúra + biológia talentové skúšky

FARMACEUTICKÝ LABORANT (30 žiakov)

Uplatnenie absolventa: zariadenia lekárskej starostlivosti farmaceutické firmy

Prijímacie konanie - testy z predmetov: slovenský jazyk a literatúra + chémia

PRAKTICKÁ SESTRA (30 žiakov)

Uplatnenie absolventa: zdravotnícke zariadenia ambulancie a ústavnej zdravotnej starostlivosti zariadenia sociálnych služieb

Prijímacie konanie - testy z predmetov: slovenský jazyk a literatúra + biológia

denné štúdium

ZDRAVOTNÍCKY LABORANT (28 žiakov)

Uplatnenie absolventa: zdravotnícke zariadenia vyšetrovacích a liečebných zložiek pracovísk úradov verejného zdravotníctva

Prijímacie konanie - testy z predmetov: slovenský jazyk a literatúra + chémia

ZUBNÝ ASISTENT (30 žiakov)

Uplatnenie absolventa: zubné ambulancie ústavnej zdravotníckej zariadenia (odd. zubného lekárstva)

Prijímacie konanie - testy z predmetov: slovenský jazyk a literatúra + biológia

SANITÁR (24 žiakov)

Uplatnenie absolventa: zdravotnícke zariadenia ústavnej zdravotnej starostlivosti zariadenia sociálnych služieb

Prijímacie konanie - testy z predmetov: slovenský jazyk a literatúra + biológia

denné štúdium

externé (večerné) štúdium

Termín podania prihlášky na denné štúdium: do 20. februára 2025
na externé (večerné) štúdium: do 31. mája 2025

Kontakt: 032 65 19 810

studijne@szstn.sk

www.szstn.sk

doctor optic
OČNÁ OPTIKA

ZIMNÁ AKCIA

25.-31. JANUÁR



ULICA 1. MÁJA 870
PÚCHOV
0915 378 744

DIOPTRICKÉ SKLÁ ZADARMO*

*AKCIA PLATÍ K VYBRANÝM RÁMOM A PRE JEDNOOHNISKOVÉ SKLÁ S INDEXOM 1.5 A 1.6.

OPTIKADROPTIK DR.OPTIK_SK

WWW.DROPTIC.SK



RETRO
týždeň

35% ZĽAVA
~~1,79**~~
1,15
• (1l = 4,60)

Smotana na šľahanie
250 ml



49% ZĽAVA
~~2,97*~~
1,49

Gulatozrná ryža
1 kg
lúpaná



33% ZĽAVA
~~3,40***~~
2,25
• (1kg = 9,00)

Horalky
5 x 50 g = 250 g



1 kus iba
0,45



37% ZĽAVA
~~1,99*~~
1,19
• (1l = 0,79)

Vinea
1,5 l
biela/červená
+ záloh za obal 0,15 €



OD PONDELKA

OD PONDELKA 27. 1. DO NEDELE 2. 2.
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

51% ZĽAVA
~~2,47~~
1,19
Mandarínky
cena za 1 kg



veľký kaliber

vhodné na šťavu

LIDL
STÁNOK
DENNE ČERSTVÉ

50% ZĽAVA
~~9,90***~~
4,89
Konzumné zemiaky neskoré
10 kg balenie
neprané
varný typ B - prílohové

1 kg iba
0,49

10 kg balenie



32% ZĽAVA
~~6,35~~
4,29
Bravčové karé
cena za 1 kg
v celku, bez kostí



SUPERCENA
2,49
• (100 g = 1,11)
Halloumi
225 g
syr na grilovanie z Cypru
rôzne druhy



ERIDANOUS
ŠPECIALITY
INŠPIROVANÉ
GRÉCKOM



*Odporúčaná bežná maloobchodná predajná cena výrobcu.

**Zľava určená z najnižšej bežnej predajnej ceny, t. j. mimo akciových cien, zistených na základe porovnania cien dňa 7. 1. 2025.

***Cena zodpovedá bežnej predajnej cene porovnávaneho produktu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri prepočte na hmotnosť produktu z akciového týždňa.

Ponuka tovaru platí od 27. 1. do 2. 2. 2025 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponúkaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

... a mnoho ďalších výrobkov na www.lidl.sk

Bezplatný týždenník

**POVAŽSKO
BYSTRICKO-PŮCHOVSKO**

EV 6203/24

vydáva spoločnosť

REGIONPRESSso sídlom Pekárska 7489/40A,
917 01 Trnava, IČO: 36252417

Ročník II, rok 2025

Redakcia: Partizánska 1128
POVAŽSKÁ BYSTRICA
povazsko@regionpress.sk**INZERCIA**

Emília Rosinová 0907 673 930

www.regionpress.sk

www.facebook.com/regionpress.sk

Vychádzame
na recyklovanom
papieri**DISTRIBÚCIA** (33.590 domácností)

Každý týždeň:

Dolný Moštenec, Horný Moštenec,
Milochov, Orlové, Podmanín, Považská
Bystrica, Považská Teplá, Považské Pod-
hradie, Praznov, Šebeštanová, Dolný
Lieskov, Domaníža, Plevník - Drienové,
Prečín, Pružina, Sverepec, Udiča, Horné
Kočkovce, Hrabovka, Nosice, Púchov, Be-
luša, Dolné Kočkovce, Horovce, Lednické
Rovne, Nimnica, Streženie, Visolaje,
Brvníšte, Dolná Mariková, Hatné, Horný
Lieskov, Jasenica, Papradno, Stupné,
Dohňany, Dolná Breznica, Lúky, Lysá pod
Makytou, Mestečko, ZáriečieVydavateľ nezodpovedá za obsah a
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazy-
kovou 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-SALANSKO
HC	30330	HLOHOVECKO-SEREDSKO
KM	16450	KOMÁRŇANSKO
LV	30580	LEVICKO
MA	29680	MALACKO
NR	54170	NITRIANSKO
NZ	35050	NOVOZÁMOCKO
PK	22970	PEZINSKO
PN	41870	PIEŠŤANSKO-NM-MY
SC	35420	SENECKO
SE	36750	SENICKO-SKALICKO
TO	41930	TOPOĽCIANSKO-PE-BN
TN	60750	TRENČIANSKO-DCA-IL
TT	49930	TRNAVSKO
ZM	20930	ZLATOMORAVSKO

Stredné Slovensko

BB	56200	BANSKOBYSTRICKO-BR
KY	29300	KYSUCKO-CA-KM
LI	37270	LIPTOVSKO-LM-RK
LC	30860	LUČEŇECKO-VK-PT
MT	38570	MARTINSKO-TR
OR	34980	ORAVSKO-DK-NO-TS
PB	33590	POVAŽSKO-PB-PU
PD	40150	PRIEVIDSKO
ZV	38400	ZVOLENSKO-DT-KA
ZH	26880	ZIARSKO-ZC-BS
ZA	50780	ŽILINSKO-BY

Východné Slovensko

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

Keď človek dostáva, musí sa vedieť aj podeliť

„Je to ako sen,“ hovorí Emmanuel o niekoľkých vreciach s ryžou, kukuricou, fazuľou a o bandaskách s olejom. „Keď sme museli narychlo utiecť z našej dediny, nemohli sme si so sebou zobrať nič. Teroristi útočia v našej oblasti a zničili nám dom, aj domy našich susedov. Prišli sme o všetko,“ opisuje otec dvoch detí, ktorý do svojej rodiny prijal aj troch synovcov.

Emmanuel je jedným z viac ako dvoch miliónov ľudí, ktorí kvôli hrozbe nájazdov, rabovania a bezhlavého zabijania museli opustiť svoje domovy.

Vysídlené rodiny hľadajú bezpečie v mestách, kde lepšie funguje ochranná zložka štátu. Bývajú v provizórnych utečeneckých táboroch. Aj Cirkev otvorila svoje brány a zriadila núdzové ubytovanie u svojich budovách a areáloch. O vysídlencom sa stará duchovne i materiálne.

Medzi vysídlencami sú aj katechéti ako Emmanuel. Pred útekem pracoval vo farnosti v meste Nouna, kde vyučoval náboženstvo a sprevádzal ľudí vo viere aj v každodennom živote. V Burkiné Faso je viera veľmi mladá – kresťanstvo sem prišlo len pred 125 rokmi. „Rodina katechéty je u nás srdcom kresťanského spoločenstva. Jeho dom

je otvorený pre všetkých. Ak má rodina katechéty čo jesť, potom má čo jesť celé spoločenstvo,“ vysvetľuje Emmanuel.

Balík s potravinami vystačí jeho rodine na šesť mesiacov. „Keď sme sa dozvedeli, že existuje pomoc pre vysídlených katechéty, boli sme takí šťastní,“ spomína Emmanuel. Základné potraviny dostali od nadácie ACN – Pomoc trpiacej Cirkvi, ktorá sa postarala o obživu pre tridsiatku rodín katechéty na úteku.

Emmanuel sa teší: „Som veľmi rád, že sa budem môcť podeliť o jedlo aj s ostatnými núdznými. Keď dostávate, musíte sa vedieť aj podeliť. Evanjelium nám hovorí: zadarmo ste dostali, zadarmo dávajte. Ďakujeme všetkým darcom. Nech vás Boh požehná a daruje vám pokoj.“

www.acnslovensko.sk



» acn

zdroj foto ACN

INZERCIA
povazsko@regionpress.sk

• Vypratávanie domov, bytov, garáží, povál, pivnic
• Búracie práce
• Likvidácia nebezpečného odpadu
0902 266 147

DOVOZ NA ADRESU

18 týž. mládky, brojlerové kuriatka
www.hydimashop.sk
0944 842 953

ZENIT

AKCIA NA POLYKARBONÁT

REZANIE MATERIÁLU ZDARMA

eshop.zenitsk.sk/akcia

Ultralight 2/10 číra
9,74 €/m² s DPH

Exolon 5X/16 2UV šedá
16,92 €/m² s DPH

ROZVOZ PO CELOM SLOVENSKU

KOŠ - 046/5430 771, zenit@zenitsk.sk
KOŠICE - 055/6254 006, kosice@zenitsk.sk

BIO meranie celého tela 20 €

ČO DOKÁŽE ZISTIŤ:

- funkčnosť a stav jednotlivých orgánov
- povahu a príčinu Vášho ochorenia *bolestí, alergií, skrytých chorôb*
- prítomnosť cudzorodých organizmov
- okamžité rieši zdravotné problémy, bezbolestne a vhodne aj pre deti, trvá 45 min

Čas Vašej konzultácie je potrebné objednať: **0905 655 392**✓ **Výživová poradňa** ✓ **Čínska medicína MING**

4. februára 1993 Výročia a udalosti

Slovensko sa stalo členom Svetovej zdravotníckej organizácie

		8		9	3		6	2
S				2			8	
U								1
D	4	5			3	9		
O			1				5	
K	2	3						
U						2		1
	5		3	1				

			3	2				
S	1			6				4
U		3			9		6	
D			9	1				
O		2				8	9	7
K		1				6		4
U	4	7						
	6					8		2
			3	9				

	4	2						
S				7		4		6
U	9	7		6	5	3	8	
D				3	7			4
O					5			9
K				3	9			5
U				5	2			
		4	7		6		9	8
				8				

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

POKRÝVAČ- TESÁR

renovácia striech,
renovácia garáží,
zateplenie,
oprava a renovácia
žlabov kompletná
výmena striech

OKAMŽITÉ
ZACATIE
PRÁČ

-10% Z CENY PRÁČE DO 31.03.2025

ZDARMA

doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁČU RUČÍME!

Kontakt: +421 949 623 050



DOM
KAVY

DOMKAVY.SK
TRNAVA

BIGBEAN10

ZLAVOVÝ KÓD - 10% ZLAVA PLATÍ PRI NÁKUPE ŠIESTICH
250G KÁV BIGBEAN ZO STRÁNKY WWW.DOMKAVY.SK
ALE AJ PRI NÁKUPE NA PREDAJNI.



Samo Tex

+421 940 835 444

predaj@samotex.sk

www.samotex.sk

ČELNÝ NAKLADAČ A PRÍSLUŠENSTVO NA KAŽDÝ TRAKTOR
MONTÁŽ ZABEZPEČENÁ • AŽ 50% ZLAVA NA DOVOZ

tu mohla byť
VAŠA REKLAMA

PALIVOVÉ DREVO

PETRIK
s.r.o.

0917 351 013

www.palivovedrevopetrik.sk

STRECHY - MONTÁŽ - VÝMENA

- PLECHOVÉ
- ŠKRIDLOVÉ
- ŠINDĽOVÉ
- HYDROIZOLÁCIE
- VÝMENA RÍN
- LIKVIDÁCIA AZBESTU
- PRÍSTAVBY DOMOV
- VÝMENA OKIEN
- OBNOVA HOSPOD. BUDOV
- ZATEKANIE STRIECH
- ODDRENÁŽOVANIE DOMOV
- FASÁDY

0948 107 877

REKONŠTRUKCIE
DOMOV (IZOLÁCIE)
BYTY, JADRÁ,
ZATEPLENIE DOMOV,
OPLOTENIA,
ZÁMK. DLAŽBA,
ELEKTROINŠTALÁCIA,
OMIETKY, MAĽOVKY,
STRECHY, KROVY,
HYDROIZOLÁCIE
FATRAFOL,
VÝMENA RÍN

0902 266 147

www.elasticsro.sk

VÝROBA PLASTOVÝCH
A HLINIKOVÝCH

OKIEN a DVERÍ

FASÁD A ZIMNÝCH
ZÁHRAD

KUPUJTE OKNÁ PRIAMO U VÝROBCU
ILAVA – Kpt. Nálepku 810
tel.: 0905 371 379
elasticsro@elasticsro.sk

REHAU
V ponuke máme aj
PROTIPOŽIARNE DVERE

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 nechto.

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



ZIMNÁ AKCIA

KOLAGÉN
FORTE 2 V 1
31,91
EUR
39,90 - EUR

HOVÄDZÍ KOLAGÉN
FORTE
39,98
EUR
47,05 - EUR

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!



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

Nový rok, nové príležitosti!

Spoločnosť Stannah ponúka **DARČEKOVÚ KARTU v hodnote 500 €** za objednávky uskutočnené do 2.2.2025. *

Toto hovoria naši zákazníci.
Neni k tomu čo dodať

Už po prvom kontakte sme boli veľmi milo prekvapení ochotou, ústretovosťou a profesionálnym prístupom tejto spoločnosti. Stoličkový výtah mi zmenil kvalitu môjho života a umožnil mi stráviť zvyšok môjho života v našom rodinnom dome. Moje poďakovanie patrí celému tímu spoločnosti Stannah.

Helena Soťáková ★ Trustpilot

Služby **Špičkovej** Kvality

Zavolajte zadarmo
0800 162 162 • www.stannah.sk

Pre ŽŤP občanov možnosť vybaviť na zakúpenie stoličkového výtahu peňažný príspevok od štátu.

*Táto ponuka platí pri kúpe schodiskového výtahu Stannah do 2.2.2025 a nie je platná s inými akciami alebo ponukami.

KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje i celé poľovnícke zbierky.

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

Výkup mincí do roku 1945

Celá SR
0904 474 597
vykupparoziaeu@gmail.com

MON TTER

ROČNÉ 12 SKÚŠENOSŤÍ

ZIMNÉ ZÁHRADY
PERGOLY
ZASKLENIE

AJ BEZ MONTÁŽE
ušetříte takmer **50%**

0919 383 881
www.mon tter.sk
objednavky@mon tter.sk

POKRÝVAČ- TESÁR

-10% Z CENY PRÁCE DO 31.03.2025

RENOVÁCIA STRIECH, RENOVÁCIA GARÁŽÍ,
ZATEPLENIE, OPRAVA A RENOVÁCIA
ŽĽABOV KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH

**ZA NAŠU PRÁCU
RUČÍME!**

Kontakt: Janek - 0919 495 628

BEZPLATNÁ UKÁZKA

BEZ WAPKY

BOMBA FASÁDA

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

STÁLE VÁHATE ? DOTÁCIE SA MÍŇAJÚ RÝCHLYM TEMPOM. ZAVOLAJTE EŠTE DNES !!!

!!! NEPREMEŠKAJTE !!!

Spoločnosť ECO Energy www.ecoenergy.sk
info@ecoenergy.sk

VOLAJTE: 0909 131 131

Fotovoltaická elektrárňa 3,18 kW

- základná zostava 7 panelov o výkone 455Wp
- inštalovaný výkon 3185Wp
- návratnosť 4-5 rokov
- zariadenie na kľúč
- kvalita na prvom mieste
- zdražovanie energií sa Vás týkať nebude

Záruka 25 ROKOV

Zaplatíte len **2190€***

Špeciálna ponuka
Ak si zaobstaráte 5kW elektrárňu
DOSTANETE 10kW
menič napätia namiesto 5kW v úžasnej cene **2790€**

11ks 10kw Menič

Akcia na 10kW menič Platí pre prvých 50 zákazníkov

Zaplatíte len **4290€***

Teplné čerpadlo Galmet Prima

- s našim teplným čerpadlom zabudnete na uhlie a drevo
- užite si komfort, pohodlie a teplo domova bez námahy
- dostupné verzie 6kw, 8kw, 10kw, 12kw a 16kw
- vhodné aj pre radiátory
- pracuje aj pri teplote -25°C
- 10kw verzia vykúri 200m2

Záručný servis zabezpečuje výrobca

*Cena vrátane montáže