

MICHALOVSKO

TREBIŠOVSKO-SOBRANECKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 31 260 domácností

Čujte.sk

Čítajte nás:

www.cujte.sk

Strechy od základu

TESÁRSKE PRÁCE

KLAMPIARSKÉ PRÁCE

POKRÝVAČSKÉ PRÁCE

ZATEPLENIE STRECHY

0940 88 88 29

CORTES majte dokonalú záhradu

kompletné služby v záhradníctve

- REALIZÁCIA OKRASNÝCH ZÁHRAD
- KOSENIE TRÁVNÍKOV
- ČISTENIE POZEMKOV
- OREZ A VÝREZ STROMOV
- SADOVNÍCKE ÚPRAVY

VOLAJTE KEDYKOLĽEK, DOHODNEME SA!

0915 509 905

GORKEHO 4, MICHALOVCE

0940 922 933

PIZZA MIAMO Donáška v meste - 1€

Donáška mimo mesto - 0,50€/1km

PREDAJ PIZZA KUSKOV NA PREVÁDZKE

Po-Št: 10-22h, Pi: 10-00h, So: 11-00h, Ne: 14-22h

KRTKOVANIE

- ◆ Precistenie kanalizácií
- ◆ Monitorovanie kanalizácie
- ◆ Vývoz žumpy
- ◆ Prenájom mobilných WC

NAJNIŽŠIE CENY!

www.cisteniekanalizacie.sk

Pochádzam z Michalovského regiónu

0905 188 051

VEĽKOSKLAD UMELÝCH KVETOV

KVETY PETRÁŠ

NAJVYŠŠIA KVALITA ZA NAJNIŽŠIE CENY

Tel.: 0905 238 230, FB: Kvety Petráš

Plynárska 3, MICHALOVCE (pri Renault Winkler)

ZASKLIEVANIE POSUVNÝM SYSTÉMOM

BALKÓNY • LODŽIE • TERASY • ZIMNÉ ZÁHRADY

Orange: **0915 117 700**

T-Mobile: **0902 082 020**

V.K. Euromont

www.zasklievanie-balkonov.sk

Facebook: zasklievanie balkonov-teras

KONEX REALITY

VAŠA REALITNÁ KANCELÁRIA

NOVÉ POZEMKY MICHALOVCE

6 POZEMKOV PRE VÝSTAVBU rodinných domov na sídl. SNP

CENA 149€/m² (od 75 tis. €)

V cene sú inžinierske siete a prístupová cesta. Súčasťou ceny sú aj projekty rodinných domov.

0918 88 33 21 • www.konex-reality.sk

BEZPEČNOSTNÉ DVERE

Naše **OCEĽOVÉ DVERE** so ZÁRUBŇOU, CHRÁNIA-ZATEPLIA-ODHLUČNIA Váš domov



všetky dvere
SKLADOM

AKCIA 470€

kovanie ZDARMA

zameranie ZDARMA

v ponuke aj
INTERIÉROVÉ DVERE

v ponuke aj
hladké dvere
a odtieň Wenge

www.ocelovedvere.sk
ocelovedvere@ocelovedvere.sk

odborná montáž s licenciou technickej služby od polície SR

0917 56 36 12 | 0911 60 20 40

Sídliisko Sekčov (smer Šalgovník) Podnikateľské centrum PYRAMÍDA
Keratsínske nám. 1, prizemie, č. dveri 105/A, Otvorené: Po-Pia: 8³⁰-17⁰⁰

Čalúnnictvo
Slánska 8, Prešov
Tel: 0911 567 934
georgijrsev@gmail.com
V ponuke aj predaj Čalúnnickej kože
od 26 €, bez DPH

Bezplatný týždenník

MICHALOVSKO

TREBIŠOVSKO-SOBRANCEKO

EV 6207/24

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

Ročník II, rok 2025

Redakcia: Štefánikova 44
MICHALOVCE
michalovsko@regionpress.sk

INZERCIA

Marianna Sovjaková 0907 895 864

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



DISTRIBÚCIA (31260 domácností)

páry týždeň:

Michalovec, Močarany, Topoľany, Vrbovec, Budkovec, Čičarovce, Dúbravka, Jovsa, Kaluža, Kľotočov, Krásnovce, Kusín, Lastomír, Nacina Ves, Palín, Pozdišovec, Rakovec nad Ondavou, Slepkovce, Strážske, Sečovce, Trhovište, Trnava pri Laborci, Zemplínska Široká, Sobrance, Trebišov, Cejkov, Hriady, Zemplínske Hradište

nepáry týždeň:

Michalovec, Ložín, Lúčky, Petrovce nad Laborcom, Staré, Veľké Kapušany, Vinné, Zalužice, Závacka, Sobrance, Veľké Revútska, Trebišov, Kráľovský Chlmec



Vydavateľ nezodpovedá za obsah a pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazykovou úpravou.

Prošba 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	HIDVOBECKO-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	LUČEŇSKO-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	ZĽARSKO-ZC-BŠ	
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	

Prenájom a predaj elektrických
polohovacích postelí s dovozom



Info: 0903 841 587

Ľubotice • e-mail: epostel@epostel.sk

www.epostel.sk

BALENÉ 25KG

PREDAJ ZEMIAKOV
konzumné, kŕmne, sadenice

PON-PIA
6:00-14:00

Osloboditeľov 635/86 082 04 Drienov

0905 905 831, 0905 905 832

skz.drienov@komar-agro.sk www.komar-agro.sk

OBNOVA STRIECH

ETERNITOVÝCH, PLECHOVÝCH,
KANADSKÝ ŠINDEL, PLOCHÝCH

BITUMÉNOVOU LEPENKOU
bez demontáže pôvodnej krytiny

⇒ zameranie ⇒ odborné poradenstvo
⇒ cenová kalkulácia ZDARMA!!!

NON STOP - 0944 720 932

VYKONÁVAME OPRAVY: KOMÍNOV a ODKVAPOVÝCH ŽĽABOV

23. februára 1991

Druhá vojna v Perzskom zálive: pozemné jednotky prekročili saudskoarabskú hranicu a vošli do Kuvajtu, čím začala pozemná fáza vojny

Výročia a udalosti

20. februára 2001

agent FBI Robert Hanssen bol zatknutý za špiónáž pre Rusko a odsúdený na doživotie

Výročia a udalosti

čujte.sk
Banská Bystrica
„Mesto pod Urpínom“
www.cujte.sk



Po prečítaní
noviny odhodte
do triedeného
odpadu /PAPIER/

OPRAVY A SERVIS

- plastových a hliníkových okien a dverí
- žalúzií, sietí proti hmyzu
- montáž

0905 308 280**KANALIZÁCIE**

ČISTENIE • MONTÁŽ • MONITORING • OPRAVA

PREPICHY CIEST - PRÍPOJKY**0951 500 000**

ARTEL Nám. Osloboditeľov 2 (budova SATUR), Michalovce

RÝCHLOSERVIS MOBILNÝCH TELEFÓNOV

- výmena displeja, vstavaných batérií a iné
- výkup a predaj mobilných telefónov
- odblokovanie
- batérie, kryty, nabíjačky

0911 420 200
0917 240 135**Bezpečný a pohodlný domov****Emset**

Realizujeme

0918 821 229

info@emset.sk

kamery a alarmy

elektroinštalácie

klimatizácie



EMSET s.r.o., J. Palárika 6, Michalovce, www.emset.sk

- Okná - Dvere
- Tieniaca technika
- Garážové brány
- Podlahy
- Vstavané skrine
- Hliníkové zábradlia
- Altánky a prístrešky

0907 572 001

NABINT PLUS

AKCIA na interiérové dvereKompletnú ponuku dverí si môžete pozrieť na www.svetdveri.sknabintplus.sk nabintplus@gmail.com

Berehovská 2213/13, TREBIŠOV

Nechajte si zhotoviť strechu od profesionálov!**Plechová strešná krytina**

od slovenského výrobcu

a ďalšie klasické krytiny za **NAJLEPŠIE CENY**Tesárske, klampiarske a pokrývačské práce.
Dodávateľ strešných krytín a stavebného reziva.**Poradenstvo, zameranie a cenová ponuka zdarma.**ONUFER.STRECHY, Humenné, tel.: **0905 866 578**

e-mail: onufer.strechy@gmail.com

21. februára 2018**Výročia a udalosti**v obci Veľká Mača **došlo k vražde** investigatívneho novinára **Jána Kuciaka a jeho priateľky Martiny Kušnírovej****3-SKLO ZA CENU DVOJSKLA**Platí na okná PASIV v laminácii alebo s hliníkovým klipom.
Akcia platí do 28.2.2025

o k n á a d v e r e

Slovaktual®**TREBIŠOV • 0911 940 509**

trebisov@slovaktual.eu

MICHALOVCE • 0918 520 651

michalovce@slovaktual.eu

www.slovaktual.sk/akcia

Daruj lásku po kvapkách

Valentínska kvapka krvi 2025

V piatok 14. februára 2025 odštartuje 30. ročník kampane na podporu bezpríspevkového darovstva krvi - Valentínska kvapka krvi. Jej slogan tento rok znie: Daruj lásku po kvapkách.

Kampaň odštartuje presne v deň sv. Valentína, 14. februára, mobilným odberom v priestoroch Divadla P. O. Hviezdoslava (DPOH) v Bratislave. Kampaň tento raz potrvá dva týždne, do 28. februára. V rámci mobilných odberov, ktoré organizujú územné a miestne spolky Slovenského Červeného kríža budú mať záujemcovia možnosť darovať krv aj v odľahlých regiónoch po celom Slovensku. „V čase, keď svet čelí konfliktom a neistote, je opäť nesmierne dôležité opakovane šíriť posolstvo mieru, solidarity a ľudskosti. Sloganom „Daruj lásku po kvapkách“ chceme zdôrazniť, že aj jednotlivci môžu prispieť k záchrane životov a zároveň vyjadriť svoj postoj k mieru. Našími zbraňami pritom môžu byť práve skutky dobra, akým je aj darovstvo krvi,“ hovorí o kampani generálna sekretárka Slovenského Červeného kríža Zuzana Rosiarová.

Nádej, uzdravenie a nový začiatok

Darovanie krvi je jedným z najkonkrétnejších prejavov solidarity a ľudskosti. Kvapka po kvapke môže byť rozhodujúca pre ľudí v núdzi – od onkologických pacientov až po obeť nehôd či krízových situácií. Na rozdiel od akejkoľvek formy násilia, ktoré deštruuje telá aj duše, darovaná krv znamená nádej, uzdravenie a nový začiatok. „Krv nie je voda. Nedá sa otočiť kohútikom a natanikovať. Krv je život a život má cenu, ktorá sa meria cez iné životy. Cez ich symbiózu, prieniky a spojenia. Cez empatiu a kooperáciu. Darovať krv je vrchol spolupráce. Nevyhnutnosť a prejav ultimátnej ľudskosti. Sme hrdí na tých, ktorí krv darujú. Sme hrdí, že môžeme byť súčasťou tohto projektu. Valentínska kvapka krvi v mori spolupatričnosti,“ hovorí o spolupráci na kampani riaditeľka DPOH Valéria Schulczová.

Ako sa na darovanie krvi pripraviť

- Vypite dostatok vody.
- Ak ste chorý, doliečte sa. Len zdravý môžete darovať krv.
- Pred darovaním krvi minimálne 8 hodín nefajčite.



Ilustračné foto.

zdroj foto SČK

- Alkohol vynechajte aspoň 12 hodín pred darovaním krvi
- Udržujte sa v dobrej kondícii.
- Naraňajkujte sa. Myslite pritom na pestrosť stravy – pečivo, vložky, banán. Vyhnite sa tučným masným jedlám aj údeninám.
- Doprajte si kvalitný spánok.
- Večer pred darovaním, krvi nechodte cvičiť do posilovne a vy-

hnite sa ťažkej manuálnej práci.

Pozor! Kto môže darovať krv

Krv môže darovať každý zdravý človek vo veku 18 až 60 rokov, ak váži minimálne 50 kilogramov.

Informácie poskytol Slovenský Červený kríž (SČK)

» ren

PREDAVAČ - POKLADNÍK (M/Ž)

 SOBRANCE

NÁSTUPNÁ
MESAČNÁ MZDA
1075 €
38,75 HOD./TÝŽ.
+ PRÍPLATKY

ŠIROKÝ VÝBER
BENEFITOV
V HODNOTE
VIAC AKO
800 € ROČNE

www.lidl.sk
SEKCIA KARIÉRA



Správna voľba





OD PONDELKA

OD PONDELKA 17. 2. DO NEDELE 23. 2.
ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB

• TO NAJLEPŠIE • ZO SLOVENSKA •
A ČESKA

50% ZĽAVA
~~1.59**~~
0.79
• (100 g = 0,98)
Mini Horalky
3 x 27 g = 81 g



1 kus iba
0.27

40% ZĽAVA
~~1.49**~~
0.89
• (100 g = 0,81)
Encián
110 g
v ponuke aj Encián
ochutený, rôzne druhy
110 g za 0,99 €



1 kg iba
0.68
43% ZĽAVA
~~5.97***~~
3.39
Konzumné zemiaky
ružové neskoré
prané
varný typ B – prílohové



5 kg
balenie

VIAC AKO
30 PÍV
ZO SLOVENSKA
A ČESKA
4+2
ZADARMO
LIDL Plus AKTIVUJ KUPÓN

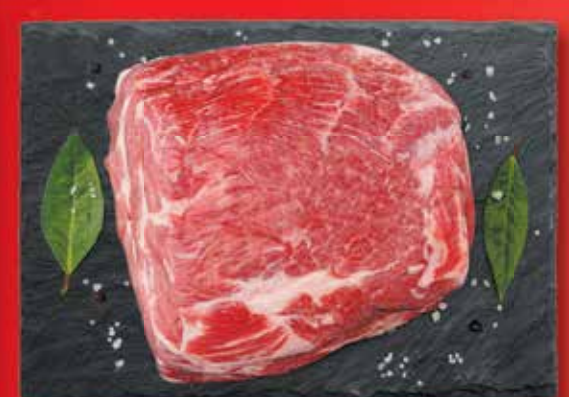


KOMBINUJTE
LUBOVOLNE

20% ZĽAVA
~~2.13~~
1.69
• (1 kg = 6,76)
Mascarpone
250 g
41 % tuku



25% ZĽAVA
~~6.05~~
4.49
Bravčová
krkovička
cena za 1 kg
v celku, bez kostí
MÁSIAROVA
PRVÁ POKUŠKA



29% ZĽAVA
~~11.28***~~
7.99
Nutella
1 kg



24% ZĽAVA
~~6.35~~
4.79
Kuracie prsné
rezné
cena za 1 kg



**Zľava udaná v najnižšej bežnej predajnej cene, s i. mimo akčných cien, píšemych na základe porovnania cien dňa 28. 7. 2025.
***Cena zľavovaná bežnej predajnej cene porovnávateľného predajcu zaradeného do stáleho sortimentu spoločnosti LIDL Slovenská republika, s.r.o. pri porovnaní na hmotnosti produktu z akčového rybníka. ... a mnoho ďalších výrobkov na www.lidl.sk
Ponuka tovaru v letáku platí od 17. 2. do 23. 2. 2025 alebo do vypredania zásob. Chyby v tlači vyhradené. Ceny sú bez dekorácie. Firma LIDL si vyhradzuje právo zmien v baleniach a variantoch ponákaného tovaru. Odber možný v obvyklom množstve.

Stravovanie si treba adekvátne upraviť

Nezabúdajme v zimnom období na vitamíny

Na to, aby sme sa počas zimného obdobia udržali v čo najlepšom zdraví, je podľa odborníkov potrebné dbať na dodržiavanie telesnej aktivity, dostatočný pobyt vo vonkajšom prostredí a tiež by sme mali uistiť, že v strave prijímame dostatok živín a vitamínov.

„Živiny sú najlepšie a väčšinou dostávajúce z konzumovanej stravy, obrátenie sa na suplementy je častokrát potrebné len v krajných prípadoch,“ popisuje na sociálnej sieti Regionálneho úradu verejného zdravotníctva (RÚVZ) Bratislava MUDr.Šranková z tamojšej Poradne zdravia. Keďže naše telo v najväčšom počte získava vitamíny z čerstvej zeleniny a ovocia, ktoré sa v zimnom období vyskytujú v menšom množstve, je podľa odborníčky potrebné si stravovanie adekvátne upraviť.

MUDr.Šranková zároveň približuje, na ktoré vitamíny by sme nemali zabúdať a kde ich môžeme nájsť:

VITAMÍN C

Vitamín C je vo vode rozpustný vitamín a veľmi účinný antioxidant. Medzi jeho účinky patrí posilňovanie imunitného systému, čím podporuje obrannú schopnosť, hojenie povrchových rán, spevňovanie steny ciev a podporuje vstrebávanie železa.

Denná dávka - Odporúčaná denná dávka vitamínu C u dospelých je približne 70-100mg. Väčšie množstvo je potrebné u ľudí so zvýšenou psychickou námahou, u ľudí so zvýšenou fyzickou aktivitou, u starších a dlhodobo chorých ľudí, tehotných žien a u fajčiarov.

Čo ak chýba - Pri nedostatku vitamínu C môže okrem iného dôjsť k oslabeniu imunity, a teda častejšiemu ochoreniu na infekcie, vyskytuje sa pomalé hojenie rán, častejšie sa môžu objaviť zápalové dšasien, únava, anémia či sklon k depresiam.

Kde ho hľadať - Bohatým zdrojom vitamínu C sú napríklad čerstvé citrusové plody – pomaranče, citróny, ďalej kivy,

paradajky, brokolica, hrášok, kapusta, karfiol, jablká či ríbezle.

KYSELINA LISTOVÁ - VITAMÍN B9

Kyselina listová je vo vode rozpustný vitamín a patrí do vitamínov skupiny B. Je potrebná na správnu funkciu nervového systému a tvorbu kostnej drene a zvyšuje odolnosť organizmu.

Denná dávka - Dospelí by mali denne prijímať 0,4mg a tehotné a dojčiacie ženy 0,6mg/deň.

Čo ak chýba - Pri nedostatku kyseliny listovej môže dôjsť k vzniku anémie, k zvýšenej únave, slabosti a nadmernej spavosti.

Kde ho hľadať - Zdrojom kyseliny listovej je napríklad špenát, kapusta, karfiol, brokolica, marhule, strukoviny, kvasnice, celozrnné obilniny, mrkva, mliečne výrobky.

VITAMÍN D

Vitamín D je v tukoch rozpustný vitamín, ktorý sa vytvára pôsobením slnečného svetla v pokožke zo svojho



Ilustračné foto.

zdroj foto cattalin pixabay

provitamínu. Pomáha pri vstrebávaní vápnika do kostí, podporuje hojenie pokožky, pomáha podporovať imunitný systém. Vitamín D taktiež vplyva na nervový systém, ovplyvňuje náladu a pomáha pri depresii. Kvôli nedostatku

dávka pre dospelých je približne 0,1mg/deň.

Čo ak chýba - Pri nedostatku vitamínu D dochádza k zvýšenej lámavosti kostí, taktiež sa u človeka môže vyskytnúť zvýšená podráždenosť a poruchy spánku.

Kde ho hľadať - Na získanie jeho dostatočného množstva je dobré stráviť aspoň 15 minút denne vonku v čase, kedy je slnko najsilnejšie. V strave sa vyskytuje v napríklad vo vajčičkách, mliečnych výrobkoch, hríboch či tučných rybách, ako napríklad tuniak, losos.

VITAMÍN E

Vitamín E je v tukoch rozpustný vitamín a antioxidant. Podporuje tvorbu červených krviniek, zúčastňuje sa obnovy tkanív a pomáha pokožke udržať svoju hebkosť a pružnosť.

Denná dávka - Odporúčaná dávka u dospelých je približne 15mg/deň.

Kde ho hľadať - Vitamín E je možné nájsť v arašidoch, cereáliách a v špenáte, brokolici, kapuste či v avokáde.

Tip - V zime pôsobením chladného vzduchu a vetra ľahšie vysychá pokož-



Ilustračné foto.

zdroj foto DianaLavrova

slnečných lúčov v zimnom období môže dochádzať k deficitu vitamínu D častejšie ako v inom období počas roka.

Denná dávka - Odporúčaná denná

ka, a preto je dobré si ju ošetrovať krémami, ktoré obsahujú tento vitamín. Ošetrovaná pokožka je potom chránená pred poškodením, čo je dôležité najmä u ľudí s citlivejšou pokožkou.

VITAMÍN A

Vitamín A je taktiež v tukoch rozpustný vitamín a dôležitý antioxidant pomáhajúci pri podpore imunity, podporuje rast a obnovu tkanív a tým regeneruje poškodenú pokožku, podporuje zdravie kostí a zubov a pomáha udržiavať dobrý zrak.

Denná dávka - Odporúčaná dávka u dospelých je približne 0,8mg/deň.

Čo ak chýba - Pri nedostatku sa môže vyskytnúť častejší zápal očných spojoviek, vysychanie pokožky, zníženie imunity a sklon k zápalom.

Kde ho hľadať - Vitamín A sa nachádza napríklad vo vajčičkách, mliečnych výrobkoch, tučných rybách, žltom ovocí, mrkve, žltej alebo tmavozelenej zelenine, napríklad v špenáte.

Informácie poskytol RÚVZ Bratislava



Ilustračné foto.

zdroj foto BuyMeACoffee pixabay



Ilustračné foto.

zdroj foto PhotoEnduro pixabay

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

POKRÝVAČ- TESÁR



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

OKAMŽITÉ
ZACĀTIE
PRÁČ

-10% Z CENY PRÁČE DO 31.03.2025

ZDARMA

doprava, vypracovanie cenovej ponuky

ZA NAŠU PRÁČU RUČÍME!

Kontakt: +421 949 623 050

pred po

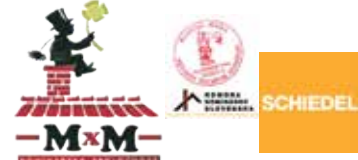
BEZ WAPKY

BEZPLATNÁ UKÁŽKA

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

KOMINÁRSTVO

KOLAUDÁCIE
FRÉZOVANIE / VLOŽKOVANIE
NEREZOVÉ KOMÍNY



frezovanie2@gmail.com
0915 35 33 35

Nakúpte výhodne vo vybraných E-shopoch

Využite kód:

OPLATISA

Pre získanie zľavy zadajte kód **OPLATISA** do poľa pre zľavový kupón v nákupnom košíku e-shopu.

decoreum

od 9,10 EUR od **8,19 EUR**



KOBEREČ 4959B CHEAP HNEDÁ

-10%

decoreum

od 37,00 EUR od **33,30 EUR**



KOBEREČ D663M ASTHANE BIELA

-10%

decoreum

od 18,00 EUR od **16,20 EUR**



KOBEREČ CHEAP K857A BÉŽOVÝ

-10%

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 rekonvalescencii kostí, šliach, väzov a kože. Pri dennom

3-MESAČNÝ BALÍČEK ZA ZVÝHODNENÚ CENU

KOLAGÉN FORTE 2 v 1 **95,76 EUR**

112,92 EUR HOVÄDZÍ KOLAGÉN FORTE

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.

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

GS
EUROTHERM
MONT

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

**-10%
ZĽAVA**

**Stoličkové výťahy Stannah,
žiť doma nezávisle**

Stoličkové výťahy sú naším rodinným podnikom. Sme hrdí na to, že môžeme slovenským domácnostiam dodávať najbezpečnejšie a najodolnejšie schodiskové výťahy v odvetví.

- ✓ Vynikajúca kvalita výrobkov
- ✓ Zákaznícka podpora 24h/7d
- ✓ 158 rokov výroba



Na celom Slovensku

Zavolajte zadarmo

0800 162 162

www.stannah.sk

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

*Ponuka sa nekumuluje s inými zľavami a kampaňami. Platí do 28.02.2025

REYMONT

Reymont zimné záhrady - investícia do pohodlia za skvelé ceny!

- Zimné záhrady
- Zasklenia terás, balkónov
- Prístrešky a Pergoly
- Zábradlia

**Profesionálna montáž.
Doprava ZADARMO
po celom Slovensku!**

+421 944 333 818
info@reymont.eu
www.reymont.eu

KÚPIM PAROŽIE

Zhody, trofeje i celé poľovnícke zbierky.

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

Výkup mincí do roku 1945

Celá SR

0940 723 073
trofej.eu@gmail.com

POKRÝVAČ- TESÁR



**-10% Z CENY PRÁCE
DO 31.03.2025**

**RENOVÁCIA STRIECH, RENOVÁCIA GARÁŽI,
ZATEPLENIE, OPRAVA A RENOVÁCIA
ŽLABOV KOMPLETNÁ VÝMENA STRIECH**

**ZA NAŠU PRÁCU
RUČÍME!**

Kontakt: Janek - 0919 495 628

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

ECO Energy
energetické poradenstvo

www.ecoenergy.sk
info@ecoenergy.sk

VOLAJTE: 0909 131 131

Fotovoltaická elektrárň 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€*

*Cena vrátane montáže

!!!NEPREMEŠKAJTE!!!

Špeciálna ponuka
Ak si zaobstaráte 5kW elektrárň
DOSTANETE 10kW

menič napätia
namiesto 5kW
v úžasnej
cene

2790€



11ks

10kw Menič

Akcia na 10kW menič
Platí pre prvých 50
zákazníkov



Tepelné čerpadlo Galmet Prima

- s našim tepelným čerpadlom zabudnete na uhlie a drevo
- užijete 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



Zaplatíte len
4290€*

*Cena vrátane montáže

**Záručný servis
zabezpečuje
výrobca**