

VÝLETY? vo aj relax

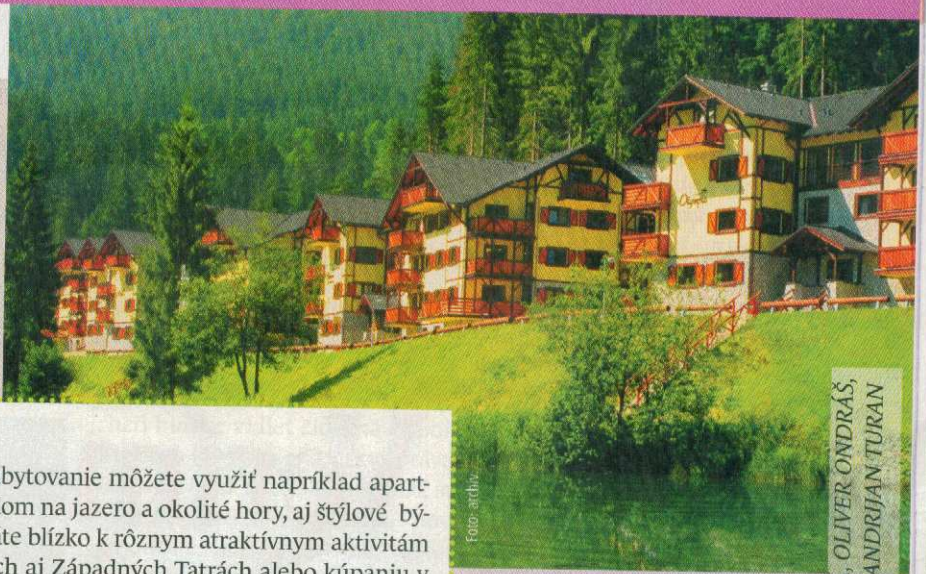


Foto: archiv

ANNA BOČKOVÁ, ZUZANA LAJDOVÁ, OLIVER ONDRÁŠ,
ALENA HORVÁTHOVÁ-ČISÁRIKOVÁ, ANDRIJAN TURAN

ZA RELAXOM DO HRABOVA

Urobte si výlet na Malinô Brdo alebo do Vlkolínca a na ubytovanie môžete využiť napríklad apartmány v Hrabove. Určite oceníte krásne prostredie s výhľadom na jazero a okolité hory, aj štýlové bývanie v alpskom štýle. Výhodou tohto ubytovania je, že máte blízko k rôznym atraktívnym aktivitám – letnej bobovej dráhe, turistike vo Veľkej Fatre, v Nízkyh aj Západných Tatrách alebo kúpaniu v známych termálnych kúpaliskách. Do Tatralandie je to len dvadsaťpäť kilometrov. Škoda to nevyužiť...

POZOR, KLOKANY!

Len pár metrov za obcou Modrová pri Piešťanoch, uprostred kopcov západného Slovenska, natrafíte na zelenú značku, ktorá oznamuje, že sa nachádzate na území Nového Zélandu. Ďalšia tabuľa vás vystríha Pozor, klokan! a len o pár metrov ďalej sa už môžete pozrieť do očí novozélandským ovciam, ľave či highlandským kravám. Návštevníci sa na netradičnej farme, na ktorej si môžete ponáhľať dokonca kravu zo stáda, ktorého patrónkou je britská kráľovná. Každé zviera na farme symbolizuje jeden kontinent a vlastne všetky nájdete aj na ostrove v Tichomorí. Môžete si vychutnať akciu zháňania dobytka na štvrťkolkách alebo vidieť verný obraz z austrálskych fariem, na ktorých sa vrtulníkom zháňajú ovce do svojich ohrád. Farma je voľne prístupná a uvidíte ju už z cesty.



predĺžený veľkonočný víkend je rodinný výlet do slovenskej histórie. Povedzme do ľubovnianskeho skanzenu a na tamojši hrad. Pod hradom v Starej Ľubovni sa nachádza ľubovniansky skanzen – národopisná expozícia v prírode, ktorá predstavuje dokonale zachované kultúrne hodnoty tohto etnicky zmiešaného regiónu severovýchodného Spiša a severozápadného Šariša, kde po stáročia vedľa seba žili Slováci, Nemci, Rusíni, Goralí a Židia. Skanzen ukazuje originálnu jedinečnú rôznorodosť života v tejto oblasti. Návštevníci si môžu prezrieť spolu šesťdesiat domov, medzi inými dominantný gréckokatolícky kostolík z Matysovej, krásne obytné domy z Veľkého Lipníka, Kremenej, Kamienky, Jakubian a sezónne poľné obydlia z Litmanovej. Nielen deti zaujme sýpka a dom roľníka, kováčska vyhňa, starý mlyn či funkčná stolárska dielňa. Výlet do slovenskej histórie môžete ukončiť prehliadkou múzea na Ľubovnianskom hrade zo začiatku 13. storočia, kde si môžete prezrieť unikátnu expozíciu dobového nábytku a chladných zbraní.

VÝLET DO HISTÓRIE

Peknou možnosťou ako stráviť



Foto: archiv

Ko si vybrať správny, teda účinný prípravok na kĺby? Nadajte dôkaz!

Osteoartróza už zďaleka nie je len ochorenie staroby. V poslednej dobe postihuje ľudí už od dvadsiatich rokov a v niektorých krajinách sa jej výskyt zvyšuje. Počet prípadov v posledných rokoch narastá. Len v Európe trpí touto chorobou miliónov ľudí rôznych vekových skupín – po šesťdesiatom roku života dokonca každý druhý. Typickým príznakom osteoartrózy je deštrukcia chrupavky a narušujúca funkciu kĺbu.

Prípravky sú v lekárňach v ponuke prípravky, ktoré môžu pomôcť. Dôležité je vybrať si ten správny. Pri výbere kĺbového preparátu je isto viac, ale najdôležitejším je účinnosť. Práve účinnosť je to, na ktorú len slubujú. Argumenty často bývajú: ešte jedna látka navyše, ešte dve látky navyše... Reklama môže byť sľubná. Účinnosť ale nie je o množstve rôznych látok. Účinnosť je o schopnosti ju preukázať. A v tom GS Condro FORTE úplne jedinečné.

Mimoriadna účinnosť

Mimoriadna účinnosť prípravku GS Condro FORTE bola preukázaná klinickou štúdiou Reumatologického ústavu v Prahe,* ktorý patrí medzi najrenomovanejšie európske pracoviská. Táto jedinečná štúdia bola vykonaná podľa medzinárodných pravidiel EULAR (Európska liga proti reumatizmu), trvala 2 roky a zúčastnilo sa jej viac ako 150 pacientov.

Výsledky klinickej štúdie:

- Celkové zlepšenie pohyblivosti a zníženie bolestivosti kĺbov bolo preukázané u **80 % pacientov**
- Zníženie spotreby analgetík u viac ako **50 % pacientov**
- Optimálna doba užívania 6 mesiacov
- Priaznivý efekt užívania GS Condro FORTE pretrváva po dobu ďalších **3-6 mesiacov**

Mimoriadne účinný na boľavé kĺby



Výživový doplnok

Spoločte sa na kvalitu
a overenú účinnosť!

*Pavelka M., Pavelka K. a kol., Účinnosť glukozaminu sulfátu (GS Condro FORTE), pravidelného cvičenia a kombinácie oboch postupov u symptomatickej osteoartrózy. Reumatologický ústav, Praha 2006-2008