

# ŽILINSKO BYTČIANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny Týždenne do 52 000 domácností a firiem

PREČÍTAJTE  
SI...  
**NOVÉ  
LEPŠIE  
NOVINY**

## U NÁS NA PRÁCU ČAKAŤ NEMUSÍŠ.

### VOĽNÉ PRACOVNÉ POZÍCIE



[www.KIA.sk](http://www.KIA.sk) | 0800 111 911



**DOLVAP, s.r.o.,**  
prijme do prac. pomeru

- zámočníkov ▪ elektrikárov
- rušňovodičov ▪ pracovník do výroby
- obsluhu kolesových nakladačov

Pracovná doba od 6:00 do 14:00 hod.  
alebo na 12-hodinové zmeny.

Nástupný plat od 850 €/brutto

Po zaškolení zvýšenie, iné bonusy a benefity  
(závodné stravovanie, pevná pracovná doba,  
odmena za odpracované roky, odmena pri životnom  
a pracovnom jubileu a iné).

Výkon práce: Varfin

Bližšie info: 041/5692731 alebo [personal@dolvap.sk](mailto:personal@dolvap.sk)

**OKNA | DVERE | BRÁNY**

**TIENENIE | TERASY**

NAJPREDÁVANEJŠIE  
**FAREBNÉ  
OKNÁ**  
EKOPROFIL EFORTE  
**V CENE  
BIELYCH**

**ZIMNÝ  
FESTIVAL  
FARIEB**



**EKO-PROFIL**  
www.ekoprofil.sk

**ŽILINA:**

Bulvár, A. Bernoláka 75/35

0907 284 483, 0948 365 005

[za@ekoprofil.sk](mailto:za@ekoprofil.sk)

všetky informácie o akcii na:  
[www.ekoprofil.sk](http://www.ekoprofil.sk)

**KÚPIM  
BYT, DOM**

aj zadĺžený  
s možnosťou  
ostať ďalej  
bývať a možnej  
spätnej kúpy  
0948 107 044

**INZERCIA**  
0908 979 468

**ŽILINSKO**  
 BYTČIANSKO

Redakcia: Vysokoškolákov 6  
 Žilina  
 zilinsko@regionpress.sk

**REGIONPRESS**
**Vydavateľ:**

REGIONPRESS s.r.o.  
 Studentská 2, 917 01 Trnava  
 IČO: 36256717  
 reg. MKSR EV 36/5/09

**INZERCIA**

Mgr. Dana Mázalková 0908 979 468  
 Veronika Žitňáková 0905 362 803

Distribúcia:  
 Katarína Čížková 0905 423 329  
 www.regionpress.sk  
 www.facebook.com/regionpress.sk

Šéfredaktor: Ivan Brožík

**DISTRIBÚCIA (52 000 domácností)**

Každý týždeň: Žilina, Zvolen, Hôrky, Bánová, Teplická n/láh, Terchová, Rosinky, Imòrov, Rožňava, Letanice Lúčka, Bytča, Budatín, Považský Chlmec, Divín, Dlhá, Liptovský Mikuláš, Horný Hrušov, Strečno, Štrba, Vŕšok, Belá, Krásňany, Turčianske Teplice, Žádubce, Žástranie, Poniky, Súľov, Štrba, Bodno, Vranie, Dol. Tôňa, Lietavská Súčinná, Batkov, Dolný Hrušov, Gbeliany, Nedele, Trhová, Poluvsie, Štrbské, Žilinská Lehota, Štrba.

+ párny týždeň: Bytča, Kolárovo, Kremnica, Hradisko, Púšomlak, Šidlovec, Hlboké nad Váhom, Matia, Bytča, Hronsek, Pezinok, Maďarská Rača, Hlinka nad Váhom, Petrovce, Štúrov, Súľov

+ neplamý týždeň: Rajec, Kanienka, Poruba, Rajec, Teplická, Rónská, Možská, Mojská, Lukáč, Zbytný, Káč, Jasenová, Lysica, Durčiná, Rajec, Lesná, Fadec, Uzavra, Kuncelá

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

Prosba o pomoc: Poslatte Vám v priebehu 3-6 týždňov e-mail na adresu redakcie, do ktorej vám vedečí členovia.

**Západné Slovensko**

BV	57.000	Bratislavsko-Východ
BZ	67.000	Bratislavsko-Západ
DS	25.000	Dunajskostredsko
GA	30.000	Galanta-Sáleská
HC	24.000	Hlohovsko-Sečedsko
KM	15.000	Kemánkovo
LV	30.000	Levice
MA	25.500	Malacky
NR	48.000	Nitra
NZ	35.000	Nozdravie
PK	21.000	Pezinská
PN	32.500	Prievidzsko-NM-HMV
SC	25.000	Sereď
SE	31.000	Senecio-Skalicko
TO	38.000	Teplicko-HN-BN
TN	52.000	Trenčiansko-OCAH
TT	45.500	Trnava
ZM	18.000	Zlatomoravsko

**Stredné Slovensko**

BB	50.000	Banskobystricko-BR
KY	30.000	Kysucko-ČA-HM
LC	35.500	Lučenecko-LV-HR
MC	30.000	Lučenecko-WK-PT
MT	38.250	Mariánsko-TR
OR	38.600	Oravsko-DK-HN-TS
PS	30.000	Považsko-PB-PU
PO	35.000	Prievidzsko
ZV	36.500	Žilinsko-DE-HA
ZH	26.500	Zlarsko-DC-BS
ZM	52.000	Zlatoberounsko

**Východné Slovensko**

BJ	29.000	Bardejovsko-SK+SP
GE	25.000	Gemersko - RV-RS+RA
HU	25.000	Huštacko-VT-SV-M
KE	82.750	Kežmarsko
KS	22.250	Kežmarsko okolie
SL	12.000	Duboviansko
MI	30.500	Michalovsko-TV+G
PP	35.000	Popradsko-HK
PO	40.000	Prešovsko-SB
SN	30.000	Spissko-HL+GL

## A sme tu opäť

Srdečne pozdravujeme, vážení čitateľia. Po krátkej prestávke na prelome rokov sme tu teda zas. S našimi a dúfajme, aj s vašimi novinami. Aj s predstavzatiami, ktoré má naša redakcia práve tak, ako aj vy, jednotlivci či celé rodiny. Nemusia sa splniť všetky, ale na druhej strane – ak by aspoň niektoré z nich, bol by rok 2019 celkom dobrý. Taký vám ho úprimne za všetkých kolegov želám.

Akúrát treba vedieť, čo to vlastne dobrý rok je. Nuž, je to časové obdobie, v ktorom sa na záver roka stretneme so všetkými, s ktorými sme ho vitali a nikto nebude chýbať. Je to rok, v ktorom sme čo najmenej navštevovali zdravotnícke zariadenia a lekárov v nich a v ktorom sme nemuseli volať na pomoc žiadnych záchranárov. Slováci podľa prieskumov patria medzi najustarannejších občanov Európy. Určite to má svoje ekonomickej príčiny, pretože naozaj nie je pravda, že sa dá vyžiť z pár stoviek mesačne, najmä keď ceny všetkého idú hore. Na druhej strane – akosi sme zabudli vedieť sa tešiť z toho, čo nám nikto nemôže vziať a nikto to nemôže ani spravidlovať, ukradnúť, spreneveriť. Je to nás vzťah k životu, k bytu ako takému. K rodine, k deťom, starým rodičom,

psíkovi či mačke, je to nás súkromný mikrosvet, ktorý je bohatý tak, ako si ho vieme bohatým spraviť. A v tom nám nepomôžu žiadne peniaze, ani majetky, ani moc svetská. Ani násilie, ani arogancia voči ostatným okolo nás. Napokon, myslíte si, že ti ktorí si myslia opač, sú šťastní? Stačí sa na nich pozrieť.

Šťastie nie je sedieť v predstavenstve, na ministerstve, vo vláde či v parlamentnej lavici. Šťastie je strečať sa s milovanými a byť zdravý. Šťastie je nebyť nenávidený. Šťastie je – naopak – byť väčený. Všetko, čo je spojené so zneužívaniem moci je iba prejav zúfalstva a vlastnej neschopnosti. Šťastie je byť sám sebou.



» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor

**MAĽBY, NÁTERY  
STIERKY  
VEĽKOPLOŠNÉ  
STRIEKANIE  
RENOVÁCIE FASÁD**

**www.WILLIE.sk**

e-mail: info@willie.sk  
+421 907 664 171

**STAVEBNÁ  
SPOLOČNOSŤ**

**kúpi BYT / DOM  
vhodný na rekonštrukciu**

UI. V. Tvrđého 5, Žilina, 0904 106 670

Pomôžeme aj so zadlženým bytom / domom  
Transparentne, poctivo a spoľahlivo

**FRÉZOVANIE  
VLOŽKOVANIE**

**REKONŠTRUKCIA  
KOMÍNOV**

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL  
**ZĽAVA** na materiál **30%**

OBHLIADKA KOMÍNOV  
**ZDARMA**

0948 012 507 - [www.profikominy.sk](http://www.profikominy.sk)

- Frézovanie a vložkovanie komínov
- Revízia komínov
- Všetky druhy kotolní

Vielko pre Váš komín

kontakt: 0905 742 808

**VRTANIE  
STUDNÍ**

vŕtanie aj malou súpravou  
budovanie ø 160mm

**0918 620 100**

VODA  
KÚRENIE  
KANALIZÁCIA

- výmena vodomerov SV, TUV  
- výmena meračov tepla, PRVN

Hydraulické  
vyregulovanie TUV, ÚK

**0915 824 106**

PALIVOVÉ  
DREVO

ŠTIEPANÉ POLIENKA  
SYPAÑE 25,33,40,50 cm

TVRDÉ DREVO  
od 41 €/prms\*

MÄKKÉ DREVO  
od 30 €/prms\*

\*prms - priestorový meter sypamy

ZIMNÁ AKCIA od 17.12.

zľava 1,- € na 1 prms  
na polienka - tvrdé drevo  
zľava 3,- € na 1 prms  
na polienka - mäkké drevo  
+1 balík pešpalovacích briesok zľama

volať prac. dni 7.00-14.30  
**0917 249 284**

ROZVOZ - 0,80 €/km

kontajnery 7,9,10 a 12 m<sup>3</sup>  
[www.pitavelkerovne.sk](http://www.pitavelkerovne.sk)

## Budme k sebe dobrí

Dovolte mi zaželať nám všetkým úspešný a láskyplný rok 2019, aby sme obstáli vo všetkých skúškach života a boli sme oporou pre našich blízkych. Želajme si, aby bol tento rok úspešný aj pre našu vlast, aby pre nás Slovensko bolo oporou a istotou. Veď moderný štát by mal byť tou inštitúciou, ktorá chráni slabších, dáva za vzor pocitových a slušných, vytvára priestor pre schopných, zaručuje rovnosť pred zákonom, chráni slobodu a garantuje bezpečnosť. Žiaľ, minulý rok priniesol viaceré udalosti, ktoré nami silno otriasli a naša spoločnosť sa znova začala deliť. Je obzvlášť smutné, že k tomuto deleniu a pocitom nepriateľstva prispevali najmä politici.

Som presvedčený o tom, že súdržnosť a dôvera na Slovensku sa dá obnoviť, ak sa sústredime na tie ciele, ktoré nás spájajú, aby sme v nich dosiahli konkrétnu výsledky. V mojom prezidentskom programu ich vidím takto: vyššia životná úroveň a vyššie platy, slušná a spravodlivá krajina, ochrana našej krásnej prírody a rozvíjanie našich tradícií. A samozrejme európska budúcnosť Slovenska. Som presvedčený, že toto je program, pod ktorý sa podpíše najviac ľudí na Slovensku, a toto sú ciele, na ktorých sa najviac zhodneme.

V roku 2019 si pripomenieme 15 rokov od vstupu Slovenska do Európskej únie, 30 rokov od pádu železnej opony,



» Robert Mistrik  
nezávisly kandidát na prezidenta SR

**LETÁKY**  
0908 979 468

**PREDÁM TATRANSKÝ PROFIL**  
DLÁŽKOVICA, ZRUBOVINA  
PLOTOVÉ LATY TEL: 0917 266 883

86/2018

**ŠTAHOVANIE**  
profík  
**ŠUVKA**  
Žilina  
Dispečing SK - 0950 333 222  
www.stahovanie-profi.sk

**INZERÁT,  
KTORÝ  
PREDÁVA**  
0905 362 803

Kúpim  
jelenie,  
srnčie,  
danielie  
zhody  
a trofeje.  
tel. 0940 723 073

**PREDÁM**  
**NOBASIL KNAUF**  
všetky hrubky 10 cm - 1,99 €  
5 cm - 0,99 €  
Pri väčších odberoch - dohoda  
**DOPRAVA ZDARMA**  
0902 699 999

**MÁTE VLHKÝ DOM?**  
- podrezávanie -20%  
- chemická injektáž STOP VODA  
100% odstránenie vlhkosti  
www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

[www.kovane-ploty.sk](http://www.kovane-ploty.sk)



0918 847 674

záhradné a kované ploty | brány | zábradlia

0911 847 674

## FRÉZOVANIE

### VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

Tel: 0948 267 814  
kominsro@kominsro.sk

**KOMÍN S.R.O.**

**NEREZOVÉ KOMÍNOVÉ VLOŽKY**  
**OCEĽOVÉ DYMOVODY**  
**FASÁDNE 3-VRSTVOVÉ KOMÍNY**  
[www.kominsro.sk](http://www.kominsro.sk)

**ZBAVTE SA VLHKOSTI**  
pivnice šachty základy obytné priestory  
**0907 55 77 78** + ponuka ZADARMO

Dražobná spoločnosť AUKČNÝ DOM, s.r.o.  
vyhlasuje dražbu na nehnuteľnosť:

Rodinný dom + pozemky, ul. Karminová č. 1168/4,  
k. ú. Budatin, vyvolávacia cena 275 000 €

Dražba sa bude konať dňa 29.01.2019 o 11,00 hod.,  
v priestoroch Palace Hotel Polom\*\*\*\*  
P.O. Hviezdoslava 22, 010 01 Žilina.

Bližšie informácie na čísle: 033 742 75 75, 0905 469 050  
alebo na [www.aukcnydom.eu](http://www.aukcnydom.eu)

**BIO meranie celého tela** 15 €

#### ČO DOKÁZE ZISTIŤ:

- funkčnosť a stav jednotlivých orgánov
- povahu a príčinu Vášho ochorenia
- bolesti, alergie, skrytých chorôb
- prítomnosť cudzorodých organizmov
- okamžite rieši zdravotné problémky,
- bezbolestne a vhodné aj pre deti, trvá 45 min.



Čas Vašej konzultácie je potrebné objednať: 0905 655 392

✓ Výživová poradňa ✓ Čínska medicína MING

**až**  
**65%**  
**%**

**NOVOROČNÝ**  
**VÝPREDAJ**

# BRENO

KOBERCE • PVC

kusové koberce  
**Fusion**  
 materiál 100% PP shaggy,  
 výška vlasu 50 mm, viacero farieb

€/ks

~~29,70~~ **10,39**

cena za rozmer 60x110 cm

... Inšpirujte sa  
vo Vašej najbližšej  
predajni BRENO s najširším  
sortimentom podlahových krytin.  
6x v SR / Bratislava, Martin,  
Nitra, Trenčín, Trnava, Žilina

**BRENO.sk**

Regiónpress SK 01/2019

**KUPÓN NA ZĽAVU**  
pri nákupe

**-15%**

Plati len do 31. 1. 2019!  
Vzťahuje sa iba na tovar v predajni.  
Zľavy sa nezdružujú, neplatia späťne,  
ne akčový kód ani na objednávku.

**Občianska  
riadková  
inzercia**
**01 AUTO-MOTO / predaj****02 AUTO-MOTO / iné**

**Kúplim vaše auto aj v horšom stave od r.v. 2000 aj bez STK 0902395404** **ČZ-JAWA kúplim Motocykel/Diely - DO-HODA ISTÁ 0908205521**

**KÚPLIM NOVÉ DIELY NA BABETY, KORADO,JAWA 90, MANET,PIONIER. DOBRE ZAPLATÍM! 0910904599**

**03 BYTY / predaj****04 BYTY / prenájom****05 DOMY / predaj****06 POZEMKY / predaj****07 REALITY / iné****08 STAVBA****09 DOMÁCNOSŤ****10 ZÁHRADA A ZVERINEC****11 HOBBY A ŠPORT**

**Kúplim papierové peniaze, mince, vyznamenania. T.C. 0903548208**

**12 DĚTOM****13 RÔZNE / predaj**

**Predám prvorepublikový nábytok z masívu vo výnimočnom stave. Kontakt: ale-na.ulicnikova@gmail.com**

**14 RÔZNE / iné****16 ZOZNAMKA**

**SYMPATICKÁ 54 R HĽADÁ PRIATELA INA. ZOZNAMENIE 0944724181**

**Chcete si podať inzerát?**

Pošlite SMS na číslo

8866 v tvare:

RPmedzera ZA medzera

Číslo rubrikymedzera Text inzerátu

Priklad:

RP ZA 12 Predám kočik, 0987 654 321.

Spatnou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vykútuje vaš mobilný operátor.

Cena je **0,60 € s DPH** za každých začiatých 30 znakov textu vašho inzerátu, vrátane medzier. Nič iné neučítame.

**TIP 1:** Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms tolkočrát, v ktorých týždňoch chceete inzerovať.

**TIP 2:** Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, **ZA** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete na druhej strane vľavo dolu. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

## Dobrý a zlý cholesterol

Cholesterol je jeden z tukov v tele človeka, ďalšie sú triglyceridy, fosfolipidy a mastné kyseliny. Tuky majú nezameniteľnú úlohu, sú zdrojom energie, vytvárajú stabilnú teplotu, zapájajú sa do metabolickej dejov. Sú nerozpusťné vo vode, ktorá je však hlavným vnitorným prostredím a preto sú viazané na bielkoviny, s ktorými vytvárajú špeciálne časticie – lipoproteíny (lipidy = tuky, proteíny = bielkoviny).

**Cholesterol** sa viaže na lipoproteíny a vytvárajú spolu LDL-cholesterol a HDL-cholesterol. LDL-cholesterol sa nazýva aj „zlý“ cholesterol, HDL-cholesterol s vysokou hustotou organizmu chráni pred ochoreniami a preto sa označuje ako „dobrý“. Potrebne sú oba, ale v správnom zložení.

**Cholesterol** je základnou stavebnou súčasťou každej bunkovej membrány, je potrebný na tvorbu žĺcových kyselin a steroidných hormónov. Keď je ho v tele veľa, má aj negatívne vlastnosti – zrýchljuje proces kôrnenia ciev – aterosklerózu. Cievy sa zužujú a nedokážu tak zabezpečiť prívod krvi, kyslíka a živin ku všetkým orgánom a tkániam v dôstatočnom množstve.

Preto je potrebné poznáť hladinu svojho cholesterolu a jeho podtypov. Optimálne je, ak celkový cholesterol je menej ako 5,0 mmol/l a „zlý“ LDL-cholesterol menej ako 3,0 mmol/l. Rizikové skupiny majú však ešte prísniejsie normy – diabetici by mali mať LDL cholesterol pod 2,5 mmol/l a ľudia s kardiovaskulárnymi ochoreniami

dokonca pod 1,8 mmol/l. Platí, čím nižšia hladina, tým lepšia. Na druhej strane „dobrý“ HDL-cholesterol u mužov by mal byť nad 1,0 a u žien nad 1,1 mmol/l.

**Približne tretina** Slovákov má hodnoty vyššie, ako sú odporučené. Na vysokej hladine má dedičnosť vplyv asi na 60 percent a životný štýl 40 percent. Genetiku nezmienime, ale našu stravu a pohybovú aktivitu áno. Ak rodičia majú zvýšenú hodnotu cholesterolu, je vysoká možnosť, že aj ich potomok to tak bude mať. Pritom dve tretiny sa v tele tvoria, hlavne v pečeni, menej v tenkom čreve. Tvorí cholesterol by však dokázala každá bunka, okrem červených krviniek. Zvyšná jedna tretina sa do tela dostáva potravou. Cholesterol z potravy predstavuje asi jednu tretinu. Nachádza sa vo výrobkoch živočišného pôvodu – v mäse, mäsových výrobkoch, mlieku a výrobkoch z neho a vo vajíčkach. Vyhýbajme sa preto tučným potravinám – slanina, masť, tučné mäso a tučné mliečne výrobky. Ak ich nedokážeme z potravy vylúčiť, treba zredukovať ich množstvo. V rastlinnej potrave sa cholesterol ne-nachádza. Vhodný je stredomorský typ stravy, veľa rýb, zeleniny, bylinky a orechov a olivový olej. A sladkosť na-hradíť ovocím.

» **MUDr. Adriana Ilavská, PhD., MBA, MPH**  
Diabetoložička, odbornička na poruchy metabolizmu a výživy



**NEJDE VÁM  
BIZNIS?  
KONTAKTUJTE NÁS**

**zilinsko@regionpress.sk  
0908 979 468**

Ponúkame voľné pracovné miesto

**VODIČ**

**na kamión a ľahač s návesom  
plat: 1.600 €/mesiac/brutto  
každý deň doma**

**0908 822 731**

**MIMORIADNA  
ZLAVA !!!**

**Cena: 350 € - 750 €**

**Akreditovaná  
Masérská škola  
REMINY**

**OTVÁRA KURZ  
KLASICKÉJ MASÁŽE**

**začiatok kurzu  
8.2.2019**

**miesto: Turčianske Teplice  
(učebna masérskej školy REMINY)**

**0904 561 900  
0917 128 155**

**www.reminy.sk  
eva@reminy.sk**

**SBS  
LAMA SK**

**príjme strážníkov  
na obchodné prevádzky  
v Žiline**

**800 € brutto / mesiac  
+ variabilná zložka**

**Nástup IHNEĎ!**

**0948 696 208  
miroslav.gazo@lamask.sk**

**REGION  
PRESS**

**WWW.REGIONPRESS.SK**



**RI OKNA®**  
www.riplast.sk



## VIANOČNÉ AKCIE

- dodatočná extra zľava **-5%** na celý sortiment produktov
- Kvalitné nerezové kľučky na okná a vchodové dvere v cene štandardu



**PLASTOVÉ OKNÁ A VCHODOVÉ DVERE**  
**HLINÍKOVÉ OKNÁ A VCHODOVÉ DVERE**  
**DREVENÉ A DREVOHLÍNKOVÉ OKNÁ**  
**GARÁŽOVÉ BRÁNY - ZIMNÉ ZÁHRADY**

.....

### KONTAKT

mobil : **0915 82 61 81**

e-mail : **zilina@riplast.sk**

adresa : **Ul. Za plavárňou 3937 / 1,  
Žilina (budova TENIS POINT)**

## Školská novoročenka

Aj keď prešlo málo dní od nového roka, už nás v školstve prepadli škanďaly ministerstva v oblasti dotácií či obrovských odmienn pre ministerských úradníkov. V období, keď neraz na úkor žiakov šetríme každé euro a žobremo od rodičov, aby prispeli na školu. Príčom ministerstvo, ale aj iné inštitúcie, mrhajú prostredkami nehoráznym spôsobom. Preto ani v čase sviatkov či novoročných želani netreba zabúdať na realitu, hoci zodpovední si namýšľajú, že cez dovolenky a prázdniny zabudneme. Od tejto situácie sa odvija moje želanie pre učiteľov, žiakov, rodičov. Či sa naplní nie je v rukách nepríateľov školstva, ale v našich, v našej vzájomnej spolupráci.

**Priatelia,** k novému roku vám želám zdravia a najmä zdravého rozumu, čo sa postaví proti hlúposti, ktorú nám vládnuči či médiá neraz podstúvajú.

**Želám vám** vela šťastia a najmä šťastie vašich detí, keďže je čoraz fažsie nájsť školu, ktorá dokáže naplniť hlavné ciele školy namiesto sústredenia sa na

zbytočné byrokratické úkony, ktorých každým rokom pribúda. A to sa potom odráža na radoch žiakov z poznávania, ale aj na radoch pedagógov zo sprevádzania poznávaním.

**Spoľočne sú** prajme politikov, ktorí sa vyznávajú v školstve nielen z hľadiska ekonomiky, ale najmä z hľadiska výchovy a vzdelávania, aby sme viac neboli svedkami zásahov, čo roky devastujú školstvo a nerešpektujú jeho nenahraditeľný význam, nerešpektujú to, že štát bude taký, aki vzdelaní sú jeho občania.

**Želám školstvu** peniaze, lebo v dnešnej spoločnosti je práve kapitál podmienkou kvality, hoci to mnohí politici odmiestia a chcú, aby sa financie na ich populizmy získavalia na úkor škôl a daňových poplatníkov. Iba dobre vybavená škola s primeranými platmi dokáže preniesť pozornosť od naháňania peňaží a častej fluktuácie zamestnancov k systematickej práci na kvalitnom vzdelávaní a na budovani filozofie školy.

» **Ján Papuga**  
redaktor ZS

## Odvody živnostníkov od januára 2019

Pred týždňom sme posledný raz platiли odvody podľa predpisu, platného ešte pre rok 2018. Zostali teda už iba tri na to, aby sme si pomenili trvalé príkazy, prípadne, aby sme si vžili novú sumu predpisov „do krvi“. Počnúc februárom totiž budeme do zdravotníckych a do sociálnej poisťovne odvádzat viac. K tomu niekoľko nasledujúcich informácií.

Za **samostatne** zárobkovo činnú osobu (SZČO) sa považuje fyzická osoba, ktorá dovršila 18 rokov veku a ktorá je oprávnená na výkon alebo na prevádzkovanie podnikania, prípadne innej samostatnej zárobkovej činnosti alebo má z tejto činnosti príjem. Za SZČO sa teda považuje osoba, ktorá má príjem z podnikania alebo inej samostatnej zárobkovej činnosti.

**Výška vymeriavacieho základu** sa odvíja od sumy priemernej mesačnej mzdy v hospodárstve Slovenskej republiky. Minimálny vymeriavaci základ platný od 1. 1. 2019 predstavuje 50 percent priemernej mzdy na Slovensku za rok 2017, príčom výška priemernej mesačnej mzdy za rok 2017 na Slovensku dosiahla sumu 954 Eur. Minimálny vymeriavaci základ teda predstavuje od 1.1.2019 sumu 477 Eur.

**SZČO, ktoréj** vznikla povinnosť platiť poistné do Sociálnej poisťovne, platí odvody v nasledovnej výške:

**4,4 percenta** z vymeriavacieho základu na nemocenské poistenie,

**18 percent** z vymeriavacieho základu na starobné poistenie,

**6 percent** z vymeriavacieho základu na invalidné poistenie,

**4,75 percenta** z vymeriavacieho základu do rezervného fondu solidarity.

V prípade, ak chce mať SZČO nárok na dávku v nezamestnanosti, môže okrem povinného pojistného uvedeného vyššie platiť aj dobrovoľné poistenie na poistenie v nezamestnanosti, a to vo výške 2 percent z vymeriavacieho základu.

**SZČO musí** platiť minimálne odvody do Sociálnej poisťovne vo výške 158,12 Eur.

**Minimálne** mesačné preddavky SZČO do príslušnej zdravotnej poisťovne platné od 1.1.2019 vypočítame vo výške 14 percent z minimálneho vymeriavacieho základu, teda zo sumy 477 Eur. Výška minimálneho mesačného preddavku na zdravotné poistenie je od 1.1.2019 v sume 66,78 Eur.

» red

## Nový rok

Na nový rok sa ľudom obyčajne prihovárajú politici a rôzni analytici. Je zaujímavé, že za dôležitých sa obyčajne považujú ti, ktorí nimi nie sú. Myslim si, že naš život nezávisí od prezidentov, premiérov alebo ministrov, ani od politických strán, korporácií alebo bank. Oni nás sice presvedčajú, že bez nich by sa systém zrútil, je to však systém, ktorý slúži ľavine im. Strašia nás krízami alebo extrémizmom, ale vylolávajú ich oni. Aby nás mohli lepšie ovládať. My však máme – dôfam - dosť vlastného rozumu, aby sme nevollili fašistov a komunistov. Vieme si spravovať svoje životy a rodiny sami. Aj posledný rok ukázal, že sa vieme „nehodných služov“ v nami platených funkciach aj zbabiti.

**Naše životy** nezávisia od tých, ktorí sa považujú za páнов tohto sveta. Oni závisia od nás. Mnohí z nich si myslia, že majú v rukách bohatstvo a pritom je to len niečo bezcenné, čo rozožerú mole a hrdza. Skutočné bohatstvo je úplne inde. Nie je dôležité, kolkých ľudí ovládame, ale kolkým pomôžeme. Ticho a pokoj sú mocnejsie, ako krik a silné reči.

**Mám pre vás** pre nový rok niekoľko dobrých správ. Naše životy budú

také, aké si ich urobíme a nezávisia od žiadneho prezidenta, premiéra ani kapitána. Reálne veci meníme my – ľudia zdola. Tým akí sme, aké sú naše rodiny a spoločenstvá, v ktorých pôsobíme. Ja sám spolupracujem so sietami rôznych ľudí. Som presvedčený, že menia spoločnosť viac, ako ti, ktorí o tom rozprávajú v televízii. To, čo vidíme v médiách nie je reálny obraz spoločnosti. Zlo dejstvá a násilie, ktoré vidíme, sú denne vykupované milosrdenstvom a skutkami lásky. So zlom netreba bojovať, treba rozširovať dobro. Každý deň. Zlo sa porazi samé. Nemuseli by sme riešiť problémy mnohých ľudí, keby sme žili slušne v rodine – mama, otec a deti.

**Je fajn hľadať** najväčšieho Slováka, možno si uvedomíme akú významnú ľudia žili medzi nami. Ale je lepšie žiť tak, aby bol veľkým Slovákom každý z nás. Tam, kde sa dá. Aj bez televízie. Ďakujem vám priatelia, že ste Veľkí Slováci – nebudem vás všetkých menovať. S vami budeme mať krásny rok 2019.



» **Ján Košturiak**

## Blízkosť na 365 dní

Počas vianočných a novoročných sviatkov sme intenzívne prežívali ľudské spoločenstvo. Priania, obdarovanie, solidarita, návštevy a spoločné zdieľanie životných príbehov nás akosi naplnilo väčšou nežnosťou a otvorenosťou. Verím, že všetky krásne slová neboli len klišé, ale odrážali skutočné túžby srdca ľudov. Toho, ktorému sa darí reálne podľa nich aj žiť, ale aj toho, ktorý by si to v kútku duše želal a dal si to ako predsa vziať do budúcnosti. Lebo tam, kde je postavený ideál, už horí nádej na pohyb. To, čo tak veľmi charakterizuje tieto chvíle, je túžba po blízkosti.

Zakotvená je v každom z nás. Nie je to hmatajteľné a nedá sa to výčísiť v kvantite. Potvrdzuje to životná skúsenosť. Dieťa ako symbol Vianoc pre všetkých (či skutočnosť Ježišovho narodenia) tu blízkosť ešte viac zvýrazňuje.

**Čo iné pôsobi** intímnejšie a zasahuje ľudské čity viac než objatie čerstvo narodeného dieťaťa odkázaného na našu lásku a starostlivosť? Ak by vyslovali táto náklonnosť, čo iné by zostało ľudstvu na prežitie? No potreba blízkosti sa prejavuje aj v iných oblastiach: v manželských a rodinných vzťahoch, v hlbokom a vrúcom priateľstve, kde sa ľudia vzájomne zdôverujú, kde sa

, „vlastnia“, dávajú a odovzdávajú, kde sa delia o šťastie i utrpenie a kde vernosť nie je vynucovaná, ale chcená. Nič nie je krajsie ako prežívanie takejto blízkosti. A ak chýba, stále je pritomná aspoň vo vedomej či podvedomej nejasnej túžbe.

**Blízkosť je zrejme** to podstatné, pre čo vôbec existujeme. Preto si to ročne obnovujeme vo vianočných časoch. Ak by raz oslavu Vianoc niekto zrušil, tieľa by táto potreba nadalej. Aj v oblastiach s najväčšími konfliktami rešpektujú pokoj Vianoc ako čosi posvätné, čo sa nedá len tak vymazať z ľudského srdca. Kým samota mrazi, blízkosť zohrieva, ba v mnohých prípadoch je sladkým liekom na problémy. Blízkosť má jediný výraz zrozumiteľný všetkým a umožnený všetkým. A kto nenašiel ešte dotezor svojho blízkeho, stále má možnosť stať sa blízkym niekomu inému.

**Blízkosť nie je** viazaná na vek, rasu, pohlavie, dokonca ani na miesto. Je to priestor v srdci, ktorý darujeme niekomu mimo seba. A nie je ani výlučný, pretože srdce sa rozširuje úmerne svojmu darovaniu. Skúsme na toto posolstvo blízkosti pamätať 365 dní. A uvidíme, že budeme „o celý rok“ šťastnejší.

» **Mária Raučinová, Fórum života**

## PRIJMENE UPRAŤOVÁČKY

NA TRVALÝ PRAC. POMER ALEBO DOHODU, DO VÝROBNÉHO ZÁVODU

- 3,19€/hod. brutto (pripl.: nočné, soboty, nedele, sviatky)
- zabezpečená doprava (príspevok)
- ŽILINA, nástup ihneď

» **0903 828 397**



0911 593 555  
moriak@moriak.sk

AKCIA 3,05 – 3,35 €/kg  
január - február

**Moriaky**  
priamo z nášho chovu  
to je čerstvá morčacia  
až k dverám Vášho domu



Od teraz  
až do Veľkej noci

16-0200



Miroslav Paur  
Kontakt:  
0905 142 990  
0908 833 086  
e-mail: oknazilina@profiplastsk.eu  
[www.profiplastsk.eu](http://www.profiplastsk.eu)

## PLASTOVÉ OKNÁ A DVERE

- 7-kom. profil triedy A **VEKA** trojsklo U=0,5W/m<sup>2</sup>K
- Na profil Gealan **SUPER SPACER** gráatis
- Bezpečnostné dvere, komplet aj s montážou za 550,-€ aj s DPH
- Vchodové dvere PVC cena od 440 €



**Okno Stav**

**OKNÁ + DVERE (PVC,hliník)**  
žalúzie, sietky, parapety,  
bezpečnostné dvere

**SPOKOJNOSŤ ZÁKAZNÍKA**  
= NAŠA PRIORITA !

**ZĽAVA až 58%**

kontakt: 0903 190 400, kontakt@okno-stav.sk  
A. Rudnaya 2247/23, Žilina-Bôrik  
(budova MAGNUS-prízemie)  
[www.okno-stav.sk](http://www.okno-stav.sk)

# DVERE

[www.vchodove-dvere.sk](http://www.vchodove-dvere.sk)

**BEZPEČNOSTNÉ**  
**0917 678 746**

15 - bodové zamykanie, zvukosnemiacia  
a tepelnoodolačná výplň, oceľová zosilnená konštrukcia  
PVC povrchová úprava v dekore dreva.

**ZÁRUČNÝ a  
POZÁRUČNÝ SERVIS**

od 239,-  
+ montáž



o k n á a d v e r e



**AKCIA-**  
**ZIMNÉ ZĽAVY**  
**a 3SKLO**  
**BEZ PRÍPLATKU**

pre VYBRANÉ  
farebné OKNÁ  
Akcia platí  
do 30.1.  
2019



**ŽILINA**  
**Fraňa Mráza 12**

[slovaktualzilina@stonline.sk](mailto:slovaktualzilina@stonline.sk)  
Tel: 041/500 7777  
0902 950 702

# Oplatí sa!



**STAJAN SLOVAKIA PRIJME:**  
MUŽOV/ŽENY NA POZÍCIU

**BALÍČ/BALÍČKA**

(BALENIE ČASŤI NÁBYTKU, PRÁCA V HALE):  
(4,47€/HOD + 0,13€/HOD + 1,05€/HOD)

**MIESTO PRÁCE:** MALACKY

- MONTÁŽNIK

(SKLADANIE SKRÍN, PRÁCA V HALE):  
(65€ + 100€ + 50€ + 30€ + 15€ = 845€)

- ELEKTROMONTÁŽNIK §21

(PRÁCA V HALE):

(70€ + 100€ + 50€ + 30€ + 15€ = 890€)

**MIESTO PRÁCE:** NOVE MESTO N. VÁHOM

- BRÚSÍČ (VÝROBA LOZISK)

(3,76€/HOD + 0,53€/HOD + 0,08€/HOD + 1,05€/HOD)

**MIESTO PRÁCE:** KYUSICKE NOVE MESTO

UBYTOVANIE ZDARMA.

Kontakt: 0918 493 960

mail: stajanslovakia@seznam.sk

**Firma FORSE**  
prijme  
**Skladník**

(Nemecko)

2200 EUR/mesačne Brutto

**Mäsiar**

2400 EUR/mesačne Brutto

**Mäsiar-pomocník**

(Rakúsko)

2400 EUR/mesačne Brutto

**0903 431 191**

**WOOD HOLZ SLOVAKIA**

0911 113 130  
0917 123 136  
woodholz.sk@gmail.com

**SME S VAMI UŽ 25 ROKOV**

**NÍZKOENERGETICKÝ DREVODOM UŽ OD 29 990 €**

- DREVODOMY V KORUNÁCH STROMOV
  - DREVENÉ PERGOLY, TERASY
  - DREVENÉ ZÁHRADNÉ, MOBILNÉ CHATKY
  - HLINÍKOVÉ OKNÁ A DVERE
  - HLINÍKOVÉ PERGOLY NA ELEKTRICKÉ OVLÁDANIE
  - RÁMOVE A BEZRÁMOVE SKLENENÉ ZABRADLIA
- ZAMERANIE STAVIEB, CENOVÁ KALKULÁCIA A 3D NÁVRH ZDARMA

**NOVOROČNÉ ZĽAVY DO VÝŠKY**

**30%**

**Quattro**  
šikovné nákupovanie

**NÁKUP AJ NA SPLÁTKY tovarov a stavieb**

DREVENÉ A HLINÍKOVÉ FASÁDY



ZIMNÉ A TEPLÉ ZÁHRADY



LIALE PODLAHY

- UV STABILNÉ
- 3D PODLAHY
  - FOTOPODLAHY
  - JEDNOFAREBNÉ
  - METALICKÉ
  - SVETELNE



HLINÍKOVÁ LAMELOVÁ PERGOLA NA ELEKTRICKÉ OVLÁDANIE



SKLENENÉ ZABRADLIA



DREVENÉ PELETY DIN PLUS A1 1T = 290€

DREVENÉ BRIKETY RUF BUKOVÉ 1T = 250€

DOPRAVA ZDARMA

RUF RUF



**www.wood-holzstenko.sk**

**luto automotive**  
automobilné služby

hľadá pre Volkswagen  
**VYROBNÝCH PRACOVNÍKOV**

základná mzda 1100 €\* / v hrubom • nástupný bonus 500 € • príspevok na ubytovanie, stravu a dopravu •

možnosť nástupu **IHNED**

V prípade záujmu nás kontaktuje: 0902 918 362, 0918 351 574, praco@lutogroup.com

\*základná zložka 909€, nástupný bonus 300€ + 200€



Stavebná spoločnosť prijme

**TESÁROV, ŽELEZIAROV,  
STAVEBNÝCH  
ROBOTNÍKOV a FIRMY  
NA NOVÚ ZÁKAZKU.**

Práca na území SR. Nástup po dohode,  
tel: 0918/413582, 0904/881 418,  
mail: info@gksro.sk

**www.konstrukter.sk**  
Prijmeme na pozíciu v ČR  
info@konstrukter.sk

**OPERÁTOR VÝROBY**

800 - 1000 EUR/netto

**VODIČ VZV**

900 - 1100 EUR/netto

**ÚDRŽBÁR STROJOV**

900 - 1200 EUR/netto

**ZVÁRAČ ZM1,135**

11 EUR/hod.

**TEL.: 0908 914 180**

**TPD**

**www.tpd.sk**

**399€**

**VÝPREDAJ**

**-300€**

**699€**

**4K  
UHD**

**A**

**SAMSUNG UE49NU7172 / LED TV**

**123 cm  
49"**

Akcia platí do 25. 01. 2018 alebo do vyprázdnenia zásob.

Liptovský Mikuláš EURNICS TPD, OD PRIOR, Štúrova ul. 1968, 044/562 1674

Lučenec EURNICS TPD, OD Prior-Stred, tel. 047/433 3332

Zilina EURNICS TPD, Priehty 1012/1C, tel. 0917 493 211

Žiar nad Hronom EURNICS TPD, OD Prior-Stred, IHL. 045/673 2289

Zvolen EURNICS TPD, RETAIL PARK, tel: 045/540 1845