REGIONPRESS
Č. 48 / 29. NOVEMBER 2019 / 23. ROČNÍK

PEZINSKO

Najčítanejšie regionálne noviny
Týždenne do 18 210 domácností

čítajte NOVINY...
S NAJVÄČŠÍM ZÁSAHOM NA SLOVENSKU

Nebuďme otrokmi slobody

Nastáva čas zamyslenia, očakávania, čas príchodu. Rok stiekol ako prívalová voda z kopcov a čím je človek starší, tým je ten rok akýsi kratší. Ako dni v tomto období. Vážení čitatelia, začína sa nám veľmi zvláštne, miestami krásne obdobie, v inej podobe zas čas hádok, bojov o moc.

Ide o morálku, spravodlivosť, ide o antagonizmus dobra a zla. Stále je tu pred očami ten prastarý biblický príbeh o tom, ako sa zlo snažilo zlikvidovať prichádzajúce dobro, o chudobnej maštali a vyhnanstve a o zlatom lesku palácov moci, ktorá sa v určitý čas rozsýpa ako chatrč pri závane jarného vetríka. Lebo je neudržateľná a lebo aj tak nie je najvyššia, hoci sama je o tom presvedčená.

V tejto súvislosti vám ponúkam obraz zo starozákonnej knihy proroka Daniela 7,13: „Hľa, v oblakoch neba prichádzal ktosi ako Syn človeka; prišiel až k Starcovi dní, priviedli ho pred neho.“

Pán Ježiš hovorí o citlivosti na znamenia čias: „Keď sa toto začne diať, vzpriamte sa, zodvihnite hlavu, lebo sa blíži vaše vykúpenie.“ (Lk 21,28)

Advent a jeho začiatok teda určite nie je iba nedeľa, strávená niekde vo veľkom nákupnom centre. Nie sú to tašky plné tovaru a vzdychajúce gazdiné, ktoré lamentujú, kam s ním doma. Dokonca to nie sú ani štyri sviečky, kúpené v akciovej zľave, no aj tak predražené a postavené do radu za seba ako nejaká bezduchá priamka. Advent je kruh. Aj preto veniec v tvare kruhu. Je to koniec starého a začiatok nového. Večne sa opakujúci.

„Dávajte si pozor, aby vaše srdcia neoťaželi...“ (Lk 21,34) Chcete vedieť čím? Lukáš to jasne vymenúva - „obžerstvom, opilstvom, starosťou o pôžitky. Patrón maliarov, lekárov a liečiteľov o tom písal pred dvadsiatimi storočiami, no v inej podobe je to platné aj dnes.

Začína sa Advent – áno, Advent sa píše s veľkým písmenom. Dokážete si nájsť čas na ticho...? Je to pozvanie...

» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor

protherm TRIANGEL s.r.o. Vaillant
Najlepší výber KOTLOV
predaj - montáž - servis
Predajňa: Tomášikova 35 a 37, BA
02-49 10 30 40 / kotly@triangel-ba.sk
94-0091-1

KLASICKÁ KOZMETIKA
Salón PK - centrum 0949 22 48 41
24-0115

PREČÍTAJTE SI ZADNÚ STRANU
OBYČAJNÍ ĽUDIA a neobyčajné osobnosti
03II90175

HODINOVÝ MANŽEL
www.momentum.sk 0908 698 322
24-0004

VÝKUP KOŽÍ
a PREDAJ KRMÍV
PREDAJ MLÁDOK od marca 2020
www.slovakiaskins.sk
Viac informácií NA STRANE č. 4
46-0020

LOCK SERVICE
Bezpečnostné dvere a uzamykacie systémy
www.lock.sk
lock@lock.sk
Pezinok Bratislavská 56 ✆ 0948 754 798
Bratislava Miletičova 67 ✆ 0910 970 770
PREDAJ • SERVIS • PORADENSTVO
ROZUMIEME BEZPEČNOSTI
NON - STOP servis 0905 754 798
24-0006

ANTON JUDIAK
maliarske a natieračské práce
www.judiak.sk
0903 430 796, 0908 486 061
Tel./Fax: 033/642 29 87
e-mail: judiak@stonline.sk
tondo.judiak@gmail.com
- maľby (byty, rod.domy, firmy)
- fasády - stierky
- nátery (okná, dvere)
- špeciálne nástreky
- sadrokartón (montáž)
- upratovacie práce
Rozpočet a obhliadka ZDARMA!
možnosť splátok!
nad 1500 € zľava -25%
zľavy -20% KUPÓN
51-0238

Firma Celox Viničné
prijme do TPP
PRACOVNÍKA do skladu
(aj dôchodcu)
PONÚKAME:
600-700 €/mes.
info na:
0918 824 262
51-0234

Hľadáme dokladačov tovaru
v regióne Pezinok, Modra
a okolité obce (cca 15 predajní).
Zamestnanie je možné na živnosť alebo dohodu.
Odmena 3€/hod.
Informácie na t.č.: 0905 561 473
24-0108

Predám výborné lúpané
ORECHY
8,40 € / kg
min. odber 3 kg
0915 950 055
06-0156

CENTRUM NÁRADIA
OBCHODNÁ 18 PEZINOK 0910 691 719
ZĽAVY AŽ DO 70%
86 DIELNA SADA
€29,- s DPH
W 850-125
€49,- s DPH
POWERMAX BS BASIC
€69,- s DPH
akcia platí do vypredania zásob
51-0193

Spôsobujú vám schody problém?

Stannah

Stannah Vám ponúka stoličkové výťahy na všetky typy schodísk.

ŤZP občanom poradíme, ako získať na zakúpenie štátny peňažný príspevok.

Viac ako 600 000 Stannah zákazníkov na svete

Zavolajte na naše bezplatné telefónne číslo

0800 162 162

www.stannah.sk

Sme priami výrobcovia a špecialisti na najpredávanejšie stoličkové výťahy na svete!

52-0163

PUR ZATEPLENIE.sk
zateplenie striekanou pur penou **0915 399 662**
51-0205

POWER BATTERY
RECHARGE RENEW RECYCLE

POWER BATTERY, s.r.o.
Majerská cesta 36, B. Bystrica
www.powerbattery.sk
dispecing@powerbattery.sk

VÝKUP
BATÉRIÍ A AKUMULÁTOROV
ZA VÝHODNÝCH PODMIENOK
Tel.: 0905 750 613
Kontaktujte nás v pracovných dňoch v čase **od 8:00 - 16:00 hod.**

Tretia osoba a organizácia zodpovednosti výrobcov (OZV), zabezpečujú pre zastúpených výrobcov, resp. dovozcov automobilových a priemyselných batérií a akumulátorov systém združeného nakladania s vyhradeným prúdom odpadu v súlade so zákonom č 79/2015 Z. z. o odpadoch. **Tretia osoba a OZV zabezpečuje zber, prepravu, triedenie, prípravu na opätovné použitie, zhodnotenie a recykláciu použitých automobilových a priemyselných batérií a akumulátorov v rámci SR.**

Akumulátory a batérie sú najvýznamnejšou skupinou, ktorá sa podieľa na ohrození životného prostredia ťažkými kovmi. Takmer všetky totiž obsahujú zvlášť nebezpečné látky – ťažké kovy – ortuť, kadmium a olovo.

Základným predpokladom pre každú krajinu, aby nedochádzalo k znečisťovaniu životného prostredia odpadovými akumulátormi a batériami, je vybudovaný účinný a ľahko dostupný systém nakladania s nimi, v ktorom všetci občania sú neoddeliteľnou súčasťou ich triedeného zberu a aktívne tak prispievajú k ich recyklácii.

Odovzdaním použitej batérie alebo akumulátora chránite svoje životné prostredie!

Použité batérie a akumulátory odovzdávajte iba osobe na to oprávnenej - špecializovanej firme zabezpečujúcej zber nebezpečného odpadu, na zberný dvor vo vašej obci alebo do spätného zberu batérií a akumulátorov.

Použité batérie a akumulátory sú NEBEZPEČNÝ ODPAD, NEPATRIA do komunálneho odpadu a preto sú označené symbolom

Triedený zber použitých automobilových a priemyselných batérií a akumulátorov, vrátane tých, ktoré sú zložkou komunálneho odpadu, zabezpečujú ich výrobcovia a znášajú všetky finančné náklady s tým spojené.

Náklady na triedený zber použitých batérií a akumulátorov, oddelene od komunálneho odpadu, nie sú súčasťou miestneho poplatku za komunálny odpad a drobný stavebný odpad, (okrem nákladov spôsobených nedôsledným triedením v zmysle § 81 ods. 10 zákona o odpadoch).

POWER BATTERY RECHARGE RENEW RECYCLE
ENVIBAT

28-0494

32-0175

Komplet – zimný set paplón+vankúš
Pri objednávke nad 50 € poštovné zdarma, ináč 5 €.
rozmer setu:
vankúš 70x90 cm, paplón 200x140 cm
25 €
7 €
Bedrový pás univerzálna veľkosť
14 €
Vesta
S: 50x73 cm
M: 54x73 cm
L: 57x76 cm
XL: 60x76 cm
XXL: 63x76 cm
XXXL: 68x76 cm
Papuče
dámske veľkosti 3-7, pánske veľkosti 6-12
Dámske (A, B, C)
a pánske (D)
A B C D
6,50 €
0903 349 510 WWW.LACNETOPANKY.SK
73-0176

HM Delikatesa
Poctivé kura
Pri stretnutiach s priateľmi, rodinných, firemných oslavách, Garden Party ...
ponúkame
domáce grilované kurčatá s donáškou
0905 353 204 po 15:00 hmdelikatesa@gmail.com
24-0105

PALIVOVÉ DREVO
0911 990 463
16-0361

LTE internet
1€ BEZ viazanosti
za mesiac
platí pre prvé 3 mesiace
rýchlosť 15/2 MBit
slovanet
0907 153 480
24-0114

KADERNÍCTVO
David JANAS
JE TU čas STUŽKOVÝCH!
AKCIA na slávnostný účes a líčenie.
... navštívte náš salón ...
Na Bielenisku 4, PEZINOK
(v priestoroch Kaderníctva Vlások)
EXKLUZÍVNA VLASOVÁ KOZMETIKA **0915 897 483**
51-0052

Nie **odbáčať**, **zabáčať**, ale **odbočovať**, **zabočovať**. Nie **prísť tu**, ale **prísť sem**.
Slovenčina naša

MOLO
Nákupné centrum
MOLO Pezinok
pozýva všetky deti a ich rodičov privítať Mikuláša, ktorý nás navštívi s predstavením pre deti
6. decembra 2019 o 17:00 hod.
Mikuláš odmení všetky dobré deti ☺
24-0112

BONBON
darčeková predajňa BONBON
Pezinok, ul. Holubyho 26
facebook.com/BonbonPezinok
Celý sortiment si môžete pozrieť na:
www.bonbonpezinok.sk
Príďte si k nám pre vaše ratolesti nakúpiť
Mikulášske balíčky
(hotové, aj plnené podľa vlastného výberu)
Ochutnávka Lindor od Lindt dňa 5.12.2019 v priestoroch predajne

24-0013

ZÁHRADNÍCTVO V4
VSTUPNÁ BRÁNA DO VAŠEJ ZÁHRADY

Príďte si k nám pre vianočnú výzdobu a

vianočný stromček
PEZINOK, Viničianska cesta, kontakt: 0902 405 535
51-0236

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

»Kúpim havarované alebo motoricky poškodené auto, motocykel. 0905 218 938.
»ČZ-JAWA Odkúpim Motocykel/Diely- DOHODA ISTÁ 0908 205 521
»Kúpim starý TRAKTOR - Zetor 15, Zetor 25, Super 35, Super 50, Škoda 30, 3011 - 4011 Aj iný - Pasak Zetor 2023. - staré auto aj ruské. 0908 146 946.

03 BYTY / predaj

04 BYTY / prenájom

»Dám do prenájmu garzónku v PK Sever, 0918 411 251, 0907 47 23 63.

05 DOMY / predaj

»Predám rodinný dom vo Svätom Jure v tichej časti, 184.000 €, 0907 093 386.

06 POZEMKY / predaj

»Predám ornú pôdu v Budmericiach 0902 192 512.

07 REALITY / iné

»Kúpim vinohrad alebo pustak v Modre. 0903 297 356.
»Kúpim rodinný dom, SP alebo byt 35 km od Bratislavy. Tel. 0903 765 606.
»Kúpim 3 izb. byt v Pezinku do 100.000 €, 0907 093 386.

08 STAVBA

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare:
RPmedzera PK medzera Číslo rubrikymedzera Text inzerátu

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

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor.
Cena je **0,60 € s DPH** za každých začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme.
TIP 1: Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať.
TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, **PK** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete na zadnej strane vľavo dolu. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

ZA ĽUDÍ

Vymeníme neschopných politikov za odborníkov

Poďme riešiť skutočné problémy

Žijem v Poprade so svojou rodinou a do Bratislavy chodím pracovať. Chodím na týždňovky už asi šiesty rok. Žije tak množstvo rodín, nie sme žiadna výnimka. Niekedy, keď sa rozprávam s ľuďmi v hlavnom meste, zisťujem, že len vo veľmi obmedzenej miere poznajú, čo ľudí v regiónoch skutočne trápi. Tu sa viac rieši, kto čo na tlačovke povedal, o čom sa hádajú v parlamente, kto je na vine čomu. Z dediniek a miest po Slovensku to tak vyzerá, že v Bratislave neriešia ich problémy, ale iba sa medzi sebou hádajú.

Ja a ľudia zo strany ZA ĽUDÍ trávime veľa času mimo hlavného mesta, buď žijeme mimo, alebo chodíme ľudí počúvať. Každá časť Slovenska má svoje starosti. Napríklad v Michalovciach je problém s nedostatkom pracovných miest, hoci celková nezamestnanosť na Slovensku je veľmi nízka. Viac ako 60 000 ľudí v Námestove potrebuje verejnú plaváreň. Vo Vranove nad Topľou a okolí ľudí trápi rómska otázka. Sú obce, kde je všetko v poriadku, ale na mnohých miestach je to doslova stredovek, nemajú ani tečúcu vodu. V Šali ľudí trápi nielen zrušená nemocnica, ale aj prehustená doprava. Orava potrebuje, aby sme konečne stavali cestu R3 a odľahčili od dopravy mestá a obce. Dunajskej strede by pomohlo, keby sa zdvojkoľajnila železničná trať, lebo vlaky sa musia púšťať, stáť, a potom meškajú.

Len za posledný mesiac sme navštívili asi 35 obcí a mestečiek na Slovensku, kde nám ľudia presne porozprávali miestne problémy. Ale aj Bratislava má samozrejme svoje starosti, ktoré treba riešiť, nejde len o dopravu, ale aj dostupnosť škôlok, či škôl. V strane ZA ĽUDÍ sme dali dokopy tím ľudí, ktorí poznajú problémy na Slovensku, a majú pripravené riešenia. Nás zaujímajú skutočné problémy, nie nezmyselné konflikty. Nedávno sme predstavili kandidátku do parlamentných volieb. Nájdete tam ľudí z celého Slovenska, z vašich regiónov. **Som presvedčený o tom, že v parlamente musí byť zastúpený každý kút našej krajiny. Aby sa na nikoho a na nič nezabudlo.**

ZA ĽUDÍ Andrej Kiska, predseda strany ZA ĽUDÍ

Objednávateľ: ZA ĽUDÍ, Jašíkova 4849/2, 82103 Bratislava, IČO: 52581675, Vydavateľ: REGIONPRESS, s.r.o. Študentská 2, 917 01 Trnava, IČO: 36252417
33-00039

PRÁCA PRE KAŽDÉHO
PRACOVNÉ PONUKY V ČR. MUŽI - ŽENY - PÁRY. Mzda od 850 do 1300 EUR
0800 500 091 - www.konstrukter.sk
85_0792

ELEKTROINŠTALÁCIE
bleskozvody, prípojky, revízie
0903 908 807
51-0036

Čistenie kanalizácie
- Rekonštrukcie kanalizačných a vodovodných sietí
- TV - monitoring kanalizácie
- Oprava kanalizácie
- Lokalizácia stavu a poruchy na kanalizácii

www.havarijnapomoc.sk
Pezinská havarijná služba
NON - STOP 0949 177 200
51-0052

BÚRACIE A VÝKOPOVÉ PRÁCE
s pásovým minibagrom a traktorbagrom

- Vývoz, nakládka, likvidácia odpadu 5 m³, 7 m³ a 8 m³ kontajnermi
- Čistenie a planírovanie pozemkov s UNC + kladivo
- Dovoz štrkopieskov a makadamu

martinheriban7@gmail.com
0904 527 658
51-0070

ING. KUBAŠKA
TEPOVANIE HĹBKOVÉ
• UPRATOVANIE
VYSOKÁ KVALITA
• ČISTENIE KOŽENÝCH SEDAČIEK
0908 437 079
52-0008-1

PONÚKAME profesionálne
MALIARSKE PRÁCE
» interiér aj exteriér
» striekanie, natieranie
» valcovanie
www.strombau.sk
0944 274 430
51-0058

PALIVOVÉ DREVO
POLIENKA aj GUĽATINA
Najsuchšie drevo je zo zimnej ťažby, neváhajte!
0917 649 213
16-0361

Kúpim jelenie, srnčie, danielie zhody a trofeje.
VÝKUP STAROŽITNOSTÍ
tel. 0904 474 597
46-004

Výmena tesnenia a oprava všetkých druhov a typov
OKIEN
0903 791 159
24-0019

VÝKUP KOŽÍ a PREDAJ KRMÍV

Výkup sa opakuje každé 3 týždne
Aktuálne ceny na www.slovakiaskins.sk
Kože vykupujeme vysušené, bez hláv a nožičiek. Cena kože sa môže meniť.
od 0,40 € za kus
Pri predaji viac ako 30 ks kože 5kg KRMIVA ZDARMA!
králik s liečivom, nosnice, brojlery a kačice, bažant, ovce, kozy, ošípané, husi, morky, psy
PREDAJ MLÁDOK od marca 2020

vždy v ŠTVRTOK v týchto termínoch:
(38) 5.12. 2019
16.1., 6.2., 27.2., 19.3. 2019

Lehnice-trhovisko	9,00 hod.	Tureň-samoška	12,40 hod.
Kvetoslavov	9,20 hod.	Kostolná p/D-KD	13,00 hod.
Hviezdoslavov	9,40 hod.	Hr. Borša-Coop	13,20 hod.
Alžbetin dvor	10,00 hod.	Reca-Coop	13,45 hod.
Štvrtok na Ostrove	10,20 hod.	Boldog	14,00 hod.
Miloslavov	10,40 hod.	Blatné-kostol	14,20 hod.
Vlky	11,00 hod.	Šenkvice-Coop	14,40 hod.
Tomášov-KD	11,20 hod.	Višťuk-h. Mizera	15,00 hod.
Malinovo-samoška	11,40 hod.	Báhoň	15,20 hod.
Zálesie	12,00 hod.	Budmerice	15,40 hod.
N. Dedinka-pošta	12,20 hod.	Jablonec	16,00 hod.

vždy v PIATOK v týchto termínoch:
(4) 13.12. 2019
24.1., 14.2., 6.3., 27.3. 2020

Cerová	9,00 hod.	Častá-trhovisko	12,35 hod.
Prievaly	9,15 hod.	Doľany	12,50 hod.
Pl. Mikuláš-kostol	9,35 hod.	Štefanová	13,05 hod.
Plavecké Podhradie	9,50 hod.	Dlhá	13,20 hod.
Sološnica	10,10 hod.	Košolná	13,35 hod.
Rohožník	10,30 hod.	Suchá nad Parnou	13,50 hod.
Kuchyňa	11,00 hod.	Dolné Orešany	14,10 hod.
Pernek	11,15 hod.	Horné Orešany	14,30 hod.
Vinosady	12,00 hod.	Lošonec	14,50 hod.
Dubová	12,20 hod.	Smolenice	15,05 hod.

>> Auto bude stáť na stanovišti alebo Obecným úradom 10 minút <<
VOLAJTE 0907 893 351 • 0907 684 441 • 0915 252 372 • 0905 345 352
www.slovakiaskins.sk • Slovakia Skins s.r.o. • 913 24 Svinná 466
46-0020

BS® VINÁRSKE POTREBY
Šenkvická cesta 12 F, Pezinok
(nákupné centrum BOZIN, pri bývalej Hypernove)

AKCIA
NOŽNICE • PÍLKY • OTVARÁKY
SOMELIERSKE POTREBY
V ponuke aj
darčekové fľaše • obaly • drevené kazety

BAHCO -15%
Pulltex -20%

Akcia na celý sortiment BAHCO
platí od 1.12.2019 do 31.01.2020.
(neplatí na už zlacnené akciové sady Bahco, právo na zmenu cien vyhradené)
51-0235

colormont
Kollárova 18, Pezinok www.colormont.sk

Notebook HP 15,6" 1TB HDD, 4GB RAM, WIN10

STRONG SRT32HB3003
Uhl. 82cm, tunery DVB-T2/DVB-C/DVB-S

JBL - bezdrôtové reproduktory a slúchadlá

Podlahový vysávač ECG VP2080

Elektrický holiaci strojček Remington
51-0147

ZASKLIEVANIE BALKÓNOV A TERÁS

VIANOČNÁ AKCIA ZĽAVY AŽ DO 27% Možnosť výhry 700 €

0948 787 777 | www.balkona.eu Ku každej objednávke darček | Možnosť splátok s 0% úrokom
BALKÓNOVÉ A OKENNÉ SYSTÉMY
63-0179

Občianska riadková inzercia

»Kúpim haki lešenie, 0908 532 682.

09 DOMÁCNOSŤ

»Predám Philips LCD veľmi málo používaný 100 cm uhlopriečka, 0905 593 810.

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

»Predám slnečnicu, 0911 206 899.

11 HOBBY A ŠPORT

»Kúpim staršiu vzduchovku alebo babetu. Tel. 0907 374 235.

»Kúpim staré mince, bankovky, odznaky, vyznamenania, pohľadnice, knihy a starožitnosti aj poškodené. Tel.: 0903 753 758.

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

»Som 58r. 180/95 muž, hľadám ženu do voza i do koča na trvalý vzťah a spoločnú cestu životom 0944 870 709.

OZNAMY

SPOMIENKY

BLAHOŽELANIA

POĎAKOVANIA

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare:
RPmedzera PK medzera Číslo rubrikymedzera Text inzerátu

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

Spätnou SMS vám potvrdíme prijatie inzerátu a jeho cenu, ktorú vám vyúčtuje váš mobilný operátor.
Cena je **0,60 € s DPH** za každých začatých 30 znakov textu vášho inzerátu vrátane medzier. Nič iné neúčtujeme.
TIP 1: Ak chcete inzerát na viac týždňov, pošlite rovnakú sms toľkokrát, v koľkých týždňoch chcete inzerovať.
TIP 2: Ak chcete inzerát uverejniť v ľubovoľných iných našich novinách, **PK** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete na zadnej strane vľavo dolu. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

Cukrovka - jej výhody a potrebná liečba

Medzi všetkými ochoreniami nie je žiadne také, kde chorý môže veľmi aktívne zasahovať do liečby a navyše s takým úspechom ako v prípade diabetes mellitus.

Na stave, vývoji a prognóze choroby sa samotný diabetik podieľa neuveriteľnými 75-85 percentami! Je to oveľa viac ako pri iných ochoreniach a dokonca aj oveľa viac, ako dokážu aj najmodernejšie lieky. Diabetik tak má obrovskú výhodu oproti pacientom s inými diagnózami. Môže, a dokonca sa musí zapájať do liečby. Aktívna účasť na liečbe znamená dodržiavanie režimových opatrení. Znamená to upraviť stravovacie zvyklosti a ovplyvniť – zväčša zvýšiť fyzickú aktivitu. Jedno aj druhé je hlboko zakorenené v každom z nás. Vyžaduje to veľa pevnej vôle, niekedy aj sebazapierania, ale výsledkom je zdravie a to je uznávané za najväčšiu hodnotu, nielen podľa známeho latinského príslovie.

Diabetes mellitus je špecifický tým, že:
• môže byť riadený samotným diabetikom na 75 – 85 percent,
• diabetik je včas upozornený na dôležitosť racionálneho stravovania,
• diabetik, ktorý si zoberie za svoje odporúčané režimové opatrenia, môže ovplyvniť aj zvyklosti celej rodiny, usmerniť stravu a aj fyzickú aktivitu a tým aj zdravie ostatných členov rodiny,
• ochorenie zväčša nebolí, je lepšie, ak pacient nepociťuje fyzickú bolesť. Na druhej strane ale je to aj nevýhoda, lebo často chýbajú varovné príznaky, ktoré sú motiváciou k liečbe.

Diabetes mellitus je zväčša celoživotné ochorenie.
Napriek tomu, že aj správna liečba neznamená úplné vyliečenie, pri jej uplatňovaní jednoznačne dochádza k odďaľovaniu a predchádzaniu dlhodobých následkov. Ideálna liečba je založená na aktívnej spolupráci pacienta – diabetika a lekára – diabetológa. **Liečbu predstavuje komplex opatrení, kde jednotlivé zložky sú rovnako dôležité a navzájom nezameniteľné:** dodržiavanie diétnych opatrení, fyzická aktivita a užívanie liekov alebo podávaní inzulínu v prípade nutnosti. Výnimkou je cukrovka 1. typu, kedy je inzulín potrebný už od rozpoznania diagnózy U všetkých ostatných typov diabetu u väčšiny diabetikov je pri dodržiavaní diéty so zníženým obsahom cukrov a tukov a zmene prevažujúceho sedavého spôsobu života za zvýšenú fyzickú aktivitu možné predísť nielen užívaniu tabliet a inzulínu, ale aj všetkých sprievodných komplikácií. **Jednotlivé kroky sú navzájom nezameniteľné – tablety a inzulín nedokážu nahradiť nedodržiavanie stravovacích odporučení alebo fyzickú pasivitu.**

» MUDr. Adriana Ilavská, PhD., MBA, MPH
Diabetologička, odborníčka na poruchy metabolizmu a výživy

Spôsobilosť na právne úkony

Spôsobilosť na právne úkony, označovaná aj ako svojprávnosť, predstavuje spôsobilosť fyzickej osoby vlastnými úkonmi nadobúdať práva a brať na seba povinnosti.

Znamená to právoplatne vstupovať do právnych vzťahov, uzavierať zmluvy, robiť všeobecne záväzné právne úkony, ktoré nesú určitý právny následok. Právna úprava spôsobilosti na právne úkony fyzických aj právnických osôb sa nachádza v Občianskom zákonníku. Spôsobilosť na právne úkony nadobúdajú fyzické osoby dovŕšením osemnásteho roku života. Táto spôsobilosť môže byť obmedzovaná v medziach zákona. Spôsobilosť na právne úkony zaniká smrťou, podobne ako spôsobilosť na práva a povinnosti, prípadne rozhodnutím súdu o obmedzení spôsobilosti na určité právne úkony.

Právnickej osobe vzniká spôsobilosť na právne úkony spolu so spôsobilosťou na práva a povinnosti. U právnickej osoby sú tieto spôsobilosti chápané ako celok a vznikajú dňom zápisu do obchodného registra, čiže dňom vzniku právnickej osoby alebo výnimočne jej založením, ak nemá povinnosť zápisu. Spôsobilosť na právne úkony pri právnickej osobe zaniká dňom výmazu z Obchodného registra alebo dňom jej zrušenia, ak nemá povinnosť zápisu. Právne úkony za právnickú osobu vykonávajú jej orgány, ktoré sú na to opravné.

Pri fyzických osobách sa rozlišuje úplná spôsobilosť na právne úkony a čiastočná spôsobilosť na právne úkony. Spôsobilosť na právne úkony pred plnoletosťou možno nadobudnúť iba uzatvorením manželstva, ato pod podmienkou, že manželstvo uzavrie osoba staršia ako šestnásť rokov a súd udelí súhlas s takýmto manželstvom. Maloletí majú spôsobilosť len na také právne úkony, ktoré sú svojou povahou primerané rozumovej a vôľovej vyspelosti zodpovedajúcej ich veku.

Počas života fyzickej osoby môže dôjsť k obmedzeniu spôsobilosti na právne úkony, resp. obmedzenie svojprávnosti, ale len za zákonom presne stanovených podmienok. Občiansky zákonník pripúšťa aj pozbavenie fyzickej osoby spôsobilosti na právne úkony, resp. pozbavenie svojprávnosti, čomu ale v súčasnosti bráni právna úprava obsiahnutá v Civilnom mimosporovom poriadku, ktorý s pozbavením spôsobilosti na právne úkony už nepočíta z dôvodu rozporu s ľudsko-právnymi štandardmi.

Súd v rozhodnutí o obmedzení spôsobilosti na právne úkony zároveň určí rozsah tohto obmedzenia. Mal by v rozhodnutí uviesť výpočet právnych úkonov, na ktoré fyzická osoba nie je spôsobilá. Spôsobilosť na všetky ostatné právne úkony pritom ostáva nedotknutá.

V4 Legal LAW FIRM

» Tím advokátskej kancelárie V4 Legal, s.r.o.
e-mail: info@v4legal.sk, www.v4legal.sk

KANÁLSERVIS
ČISTENIE KANALIZÁCIÍ
WC odtokov, umývadiel, sprch, priemyselných a iných kanalizácií
ČISTENIE TLAKOM A ŠPIRÁLOU
MONITORING KAMEROU
rýchlo • čisto • spoľahlivo • NON STOP
0918 907 920
www.kanalservis.sk
45-0027

PREDÁM NOBASIL KNAUF
všetky hrúbky 10 cm - 1,99 €
5 cm - 0,99 €
Pri väčších odberoch - dohoda
DOPRAVA ZDARMA
0902 699 999
17-0003

Laco
OC PLUS, PEZINOK
po-pia: 10.00-18.00
so: 9.00-13.00
0944 444 349, 033/647 74 63
www.laco-odevy.sk
NOVINKA:
Slovenské obleky
OZETA neo
- obleky, saká, nohavice, košele, viazanky
- tričká, mikiny
- bezplatná úprava zakúpených odevov

Wrangler Lee H·I·S
51-0009

ODVOZ ODPADU KONTAJNERMI
stavebný • bio • komunálny • zmiešaný
ZEMNÉ, VÝKOPOVÉ PRÁCE MINIBÁGROM
DOVOZ: štrk • piesok • makadam • zemina
0917 373 326 www.pemont.sk
24-0035

BOSCH Service Senec
Autoservis SCHWARTZ plus
Vám ponúka extra akciu
Prehliadka vozidla pred zimou
v cene 25 € vrátane zmerania 3D geometrie
S kupónom zľava 10 €
Trvanie prehliadky: 45 min
Objednajte sa ihneď!
Platnosť akcie do: 20.12.2019
KUPÓN 10,- Eur
Tel.: 0918 525 222 , servis@vaseauto.sk

Nitrianska 48A Senec
064-0161

QB výroba oprava
ŽALÚZIE
ROLETY
0904 237 414
01-0029 TT04

Nie problém poriešiť, ale riešiť či vyriešiť.
Slovenčina naša

www.hipcentrum.sk

HIP CENTRUM

Máme pre Vás v ponuke:

RELAX ZÓNA (fínska sauna, parná bylinková sauna, parná soľná sauna, infra sauna, ochladzovací bazén, vedro odvahy, polárna dobrodružná sprcha, jacuzzi a odpočívareň)
AQUA FITNESS BIKE
AQUA FITNESS AEROBIC
AQUA PRENATAL
PLAVECKÝ BAZÉN 25m
BABYPLÁVANIE
VODOLIEČBA (ručná podvodná masáž)
MASÁŽE
ZÁBALOVÁ TERAPIA
NEINVAZÍVNA LIPOSUKCIA
PRÍSTROJOVÁ LYMFODRENÁŽ
MEZOTERAPIA
FOTOREJUVENIZÁCIA
FOTODEPILÁCIA
KAVIAREŇ

Vážení zákaznici,
Ďakujeme Vám za prejavenú dôveru v uplynulom roku, želáme Vám príjemné prežitie vianočných sviatkov.
V novom roku 2020 Vám želáme veľa zdravia, šťastia a úspechov.

Tím Hipcentrum

Darčekové poukážky

hipcentrum@hipcentrum.sk
0917 911 312

facebook.com/hipcentrum

Holubyho 41
Pezinok

Pripravujeme sa na vianočné sviatky

Vyrábame adventný veniec

Adventný veniec má vo väčšine slovenských domácností svoje nezastupiteľné miesto a krášli naše príbytky už niekoľko týždňov pred vianočnými sviatkami. Zväčša je zdobený vždyzelenými vetvičkami, rozličnými ozdôbkami a štyrmi sviecami, ktoré sa zapaľujú postupne každú adventnú nedeľu.

Adventný veniec sa dá v predvianočnom období kúpiť takmer na každom kroku. Ale ten, ktorý si vlastnoručne vyrobíte možno aj s pomocou vašich blízkych, iste vyčarí vo vašom domove nenapodobiteľnú atmosféru. Či už zastávate klasiku, alebo preferujete skôr moderný či menej tradičný štýl, veríme že vám budú naše návody vhodnou inšpiráciou.

Tradičný adventný veniec

Budeme potrebovať:
-kruhový slamený korpus
-ihličnaté vetvičky alebo nepichľavé vetvičky, hodí sa tuja, cypruštek ale aj eukalyptus (ponecháme na vás, čo sa vám páči)
-drôtik
-4 adventné sviečky
-4 podstavce pod sviečky
-lepidlo alebo taviacu pištoľ
-záhradné alebo iné silné nožnice
-rozličné prírodné ozdoby, napríklad suché plody šípky, kúsky škorice, škrupiny z vlašských orechov, na kúsky narezané a do malých otiepok špagátikom zviazané konáriky

Postup: Do slameného korpusu zapichneme začiatok drôtika. Následne začneme okolo korpusu ovíjať a drôtikom prichytávať vetvičky, ktoré sme si vopred nastrihali na požadovanú veľkosť. Takto postupujeme, až kým sme vetvičkami nepokryli celý veniec. Koniec drôtika zapichnite do korpusu.

Základ adventného venca je hotový. Zapichneme doň štyri podstavce na adventné sviečky a sviečky tam osadíme. Každú sviečku môžeme obviazať farebnou stuhou.

Keď sú sviečky upevnené, môžeme začať so zdobením. Pomocou drôtika, lepidla alebo taviacej pištole pripevňujeme na veniec ozdoby podľa nášho výberu – šišky, škrupinky z orechov, šípky, či sušené ovocie, hodia sa napríklad kolieska pomaranča či jabĺčka, ale pridať môžeme aj drobné vianočné ozdôbky z dreva či slamy.

Netradičný adventný veniec. *foto zdroj cocoparisienne pixabay*

Netradičný adventný veniec

Budeme potrebovať:
-vhodnú nádobu – dekoračnú misku, podnos či tanier
-zelenú aranžovaciu hmotu
-mach
-4 adventné sviečky
-4 podstavce pod sviečky
-lepidlo alebo taviacu pištoľ (nemusí byť)
-rozličné prírodné ozdoby, napríklad suché plody šípky, kúsky škorice, škrupiny z vlašských orechov, na kúsky narezané a do malých otiepok špagátikom zviazané konáriky, vianočné gule, či iné vianočné ozdoby

Postup: Dekoračnú nádobu si vyplníme až do požadovanej výšky aranžovacou hmotou, ktorú následne pokryjeme machom. Do machu upevníme či zastokneme podstavce pod sviečky a sviečky tam osadíme.

Keď sú sviečky na svojom mieste, môžeme začať so zdobením. Niektoré drobné ozdôbky ako napríklad menšie šišky, škrupinky z orechov, vetvičky šípky, či sušené ovocie môžeme najskôr ovinúť drôtikom a potom zastoknúť do aranžmánu. Iné, ako napríklad vianočné gule, či drobné vianočné ozdôbky tam môžeme len voľne poukladať, prípadne podľa potreby zafixovať lepidlom či taviacou pištoľou. Ak chceme, aby nám mach dlhšie vydržal svieži, môžeme ho priebežne kropiť.

Pripravila: RENÁTA KOPÁČOVÁ

MALOOBCHOD-VEĽKOOBCHOD
predaj zábavnej pyrotechniky a ohňostrojov
LACNÁ PYROTECHNIKA
AKCIA TRVÁ OD 2. 12. DO 31. 12. 2019 ALEBO DO VYPREDANIA ZÁSOB.
Iba u nás!
KDE? kpt. Nálepku 39
SMOLENICE (smer Lošonec)
KEDY? Po-Pia 13-20 hod.
So 9-20 hod.
Ne zatvorené
Mimo otváracích hodín po tel. dohode.
Od 20.12. až do 31.12.2019
otvorené každý deň od 9:00 do 20:00.
KONTAKT? Peter Zvonár - JANPET light
0907 774 096
janpetlight@gmail.com
www.lacnapyrotechnika.sk
50%
30%
25%
VYTOČTE SI MEGAZĽAVU
a kupujte
ZA BEZKONKURENČNE
NAJNIŽŠIE CENY!
VEĽKÝ VÝBER ZÁBAVNEJ PYROTECHNIKY ZA VEĽKOOBCHODNÉ CENY!!!
39-0060 TT48

OPRAVY - SERVIS
plynových kotlov, elektrokotlov,
ohrievačov vody plynových a elektrických,
ročné prehliadky a čistenie kotlov,
oprava sporákov, inštalatérske práce
PREDAJ a MONTÁŽ KOTLOV
Tel.: 0910 996 565, intexasro@gmail.com
06-0061

AUTORIZOVANÝ SERVISNÝ PARTNER
predaj, montáž a servis
protherm
Vždy na Vašej strane
Vaillant
Tel.: 0911 585 577
91-0026

51-0240

KADERNÍCTVO
David JANAS

Je tu čas STUŽKOVÝCH!

My sme pre Vás, milé slečny a dámy,
pripravili vynikajúcu AKCIU
na slávnostný účes a líčenie.

Staňte sa aj Vy kráľovnou večera
... navštívte náš salón ...

Na Bielenisku 4, PEZINOK
(nájdete ma v priestoroch Kaderníctva Vlások)

0915 897 483
david.janass@gmail.com

EXKLUZÍVNA VLASOVÁ KOZMETIKA
PAUL MITCHELL
51-0239

Prinášame osvedčené recepty na vianočné pečivo a koláče

Voňavé a sladké vianočné pečenie

Začiatkom decembra sa už našimi príbytkami zvyčajne šíri príjemná vôňa vianočného pečiva. Gazdinky začínajú piecť medovníky, to aby stihli do Vianoc zmäknúť. Ostatné suché pečivo prichádza na rad postupne a tesne pred štedrým dňom ešte dostane slovo vianočná štóla či štedrák. Prinášame vám osvedčené recepty, vďaka ktorým si môžete tieto dobroty pripraviť a vychutnať aj vy.

Medovníky

Suroviny: 160 g medu, 160 g cukru kryštál, 120 g masla, 500 g hladkej múky, 1 KL sódy bikarbóny, 1 KL mletej škorice, dve vajcia

Postup: Z uvedených surovín vypracujeme cesto a necháme ho odpočinúť aspoň dve hodiny. Cesto vyvaľkáme na hrúbku 3 až 5 milimetrov a vykrajujeme z neho pomocou formičiek rôzne tvary. Pečieme v rúre vyhriatej na 170 stupňov asi 10 minút.

Náš tip: Na zdobenie medovníkov vyšľahaníme 1 bielok, 100 g preosiateho práškového cukru a pol lyžičky citrónovej šťavy. Naplníme zdobiace vrecúško a zdobíme.

Kokosové hviezdičky

Suroviny: Na cesto: 300 g hladkej múky, 180 g masla, 40 g práškového cukru, 3 vajcia

Na krém: 75 g masla, 50 g syru typu Lučina, 1PL trstinového cukru

Na polevu: 150 g práškového cukru, 60 g strúhaného kokosu, 1PL vriacej vody

Postup: V miske zmiešame preosiatu múku, s rozšľahanými vajcami, zmäknutým maslom a práškovým cukrom. Vypracované hladké cesto necháme chvíľu odležať. Potom ho na pomúčenej doske rozvaľkáme na hrúbku asi 5mm. Pomocou formičiek vykrajujeme z cesta hviezdičky. Pečieme v rúre vyhriatej na 175°C asi 5 až 7 minút. Necháme vychladnúť. V miske zatiaľ vyšľaháme zmäknuté maslo so syrom a cukrom. Krém dáme asi na 20 minút do chladničky. V miske si zatiaľ pripravíme polevu tak, že vymiešame vodu s cukrom. Upečené hviezdičky po dve zlepujeme krémom. Následne z jednej strany namočíme do polevy a posypeme strúhaným kokosom.

Náš tip: Ak máte formičky na vykrajovanie hviezdičiek v rôznych veľkostiach, vykrojte polovicu hviezdičiek väčšou a polovicu menšou formičkou. Zlepujte ich potom tak, že spodná hviezdička bude mať väčší rozmer a vrchná menší.

Plnené orechy

Suroviny: 400 g hladkej múky, 250 g masla, 170 g mletých orechov, 150 g práškového cukru, 1 vanilkový cukor

Postup: Všetky suroviny na cesto zmiešame. Z cesta rukami odoberáme kúsky, ktoré vtlačíme do pripravených formičiek v tvare vlašského orecha (dostať kúpiť v predajniach s domácimi potrebami). Pečieme v rúre vyhriatej na 160°C asi 10 až 15 minút. Upečené ich ešte teplé vyklopíme a obalíme v práškovom cukre. Necháme vychladnúť a potom po dva zlepujeme krémom (krém z predchádzajúceho receptu).

Vianočné medovníky. *foto autor germanka pixabay*

Vianočná štóla. *foto autor tanja pixabay*

Vianočná štóla

Suroviny: 1 kocka droždia (42 g), 110 ml mlieka, 340 g polohrubej múky, 200 g masla , 45 g kryštálového cukru, 1 lyžička soli, kôra z pomaranča, kôra z citrónu, hrsť sušených hrozienok, 1 vajíčko, 80 g práškového cukru

Postup: Vo vlažnom mlieku rozmiešame droždie a pridáme 110 g múky. Odložíme na 5 minút na teplé miesto, aby sa vytvoril kvások.

Potom zo zvyšnej múky, 150 g zmäknutého masla, kryštálového cukru, soli, pomarančovej a citrónovej kôry a pripraveného kvásku vymiesime ručne alebo v mixéri s hákom vláčne cesto (miesime asi 8 minút na strednej rýchlosti). Cesto prenesieme do čistej nádoby, prikryjeme potravinárskou fóliou a necháme 20 minút kysnúť.

Potom ručne primiesime hrozienka, prípadne aj iné sušené a kandizované ovocie či mandľové lupienky. Z cesta vytvarujeme bochník, ktorý ešte necháme v miske zakrytý utierkou hodinu kysnúť.

Cesto vyvaľkáme na pomúčenej doske do tvaru obdĺžnika a jeho dlhšiu stranu preložíme (prehneme) asi do dvoch tretín na cesto a hranou ruky vytvoríme preliačinu. Takto pripravenú štólu necháme ešte 10 minút kysnúť na plechu.

Pred pečením odstránime vyčnievajúce ovocie, aby počas pečenia nezhorelo a nezhorklo. Potrieme rozšľahaným vajíčkom zmiešaným so štipkou soli a pečieme v rúre vyhriatej na 180° C asi 30 až 40 minút.

Upečenú štólu potrieme 50 g rozpustného masla a obalíme v práškovom cukre. Rozpustené maslo a práškový cukor na povrchu vytvoria škrupinu - ochrannú vrstvu, vďaka ktorej štóla dlhšie vydrží.

Kokosové hviezdičky. *foto autor silviarita pixabay*

Štedrák

Suroviny: Na cesto: 550 g polohrubej múky, 300 ml mlieka, 150 g masla, 100 g cukru, 3 žĺtky, 1 kocka droždia (42 g), KL soli, 450 g slivkového lekváru, žĺtok na potretie

Na orechovú plnku: 200 g mletých vlašských orechov, 100 ml mlieka, 80 g práškového cukru, 1 lyžica rumu (môžete vynechať)

Na makovú plnku: 200 g mletého maku, 100 ml mlieka, 120 g práškového cukru, citrónová kôra (asi z polovice citróna)

Na tvarohovú plnku: 500 g tvarohu, 80 g práškového cukru, žĺtok, citrónová kôra (asi z polovice citróna), pol lyžičky mletej vanilky

Postup: Z polovice vlažného mlieka, cukru a droždia pripravíme kvások. Odložíme ho na 5 minút na teplé miesto. Potom vložíme do misy preosiatu múku, kvások, rozpustené a schladené maslo, zvyšné vlažné mlieko, žĺtky, soľ a vymiesime cesto. Dáme ho kysnúť asi na 40 minút na teplé miesto.

Pripravíme si plnky.

Orechová plnka: V horúcom mlieku vymiešame orechy s cukrom a necháme vychladnúť. Môžeme pridať aj rum.

Maková plnka: V horúcom mlieku vymiešame mak, cukor a nastrúhanú citrónovú kôru a necháme vychladnúť.

Tvarohová plnka: Vymiešame všetky v recepte uvedené suroviny.

Vykysnuté cesto položíme na dosku a rozdelíme na päť rovnakých dielov. Každý diel vyvaľkáme na tenký plát veľkosti plechu. Plech vyložíme papierom na pečenie a položíme naň prvý plát, ktorý potrieme orechovou plnkou a položíme naň druhý plát cesta. Ten potrieme makovou plnkou. Položíme naň tretí plát a potrieme tvarohovou plnkou. Položíme naň štvrtý plát cesta a potrieme slivkovým lekvárom.

Posledný plát cesta rozdelíme nožom alebo radielkom na prúžky a poukladáme ich na vrchný lekvárom potretý plát do tvaru mriežky. Mriežku potrieme rozšľahaným žĺtkom a koláč pečieme v rúre vyhriatej na 170 stupňov 50 až 60 minút.

Stranu pripravila: RENÁTA KOPÁČOVÁ

Novodobí experti

Koľko expertov sa zrazu vyrojilo okolo politických strán takto pred voľbami. Poznám texty rôznych odborníkov, no o niektorých „školských“ politikoch som nepočul, hoci sú pasovaní za predstaviteľov školstva.

Môžeme sa tešiť zase na takých, čo sa nechajú obklopiť „odborným“ tímom a zabetónovanými štruktúrami na ministerstve a budú nimi ovplyvnení. Chodiť do školy nie je kvalifikácia na jeho zmenu. Potom získa politik funkciu, bude presadzovať svoju koncepciu bez komplexného pohľadu a bez odstránenia malých, no zásadných každodenných problémov vyučovania. Bez toho sa neoplatí prejsť k vyšším koncepciám.

Najčastejšie sa noví politici prezentujú tým, že sa majú robiť interaktívne hodiny, má sa posilňovať kritické myslenie, nemá sa memorovať a pod. Mrzí ma, keď sa prezentujú v médiách ľudia (mentori, popularizátori), čo ponúkajú deťom vzorové vyučovanie ako kontrast k štandardným vyučovacím hodinám. Menej sa ukazuje, koľko práce je za tým a koľko inej (zbytočnej) práce učitelia musia robiť okrem vyučovania. Okrem toho, materiálne podmienky škôl nie vždy dovoľujú realizovať veľkolepú hodinu. Ďalším problémom je aj čas. Príčin je mnoho, ale isté je, že schopnosť učenia sa žiakov klesá. Preto učiteľ potrebuje viac času na vysvetlenie témy. Samozrejme, môže ju názorne vyložiť, len je otázne, čo si žiaci z nej zapamätajú, keď si nemusia písať poznámky a nemajú sa učiť. Ak má byť učebná téma prostriedkom vzdelávania, musí byť aj teoreticky reflektovaná. Aby ju aj žiak mohol v budúcnosti opakovať, aplikovať, transformovať. Čo z toho, keď žiak uvidí chemickú šou, bez toho, aby pochopil reakcie, ktoré sa pred jeho očami dejú? Alebo budeme viesť školu prchavými vizuálnymi zážitkami a spoľahneme sa na internet?

Diskusie, debatné hodiny či kritické myslenie sú úžasné metódy, ktoré súčasných žiakov bavia. Ale ak majú byť takéto hodiny efektívne, opäť to predpokladá prípravu, štruktúru a hlavne redukciu osnov. Teda, ak to nemá byť zbytočná jednorazová aktivita. Hodiny bez výkladu či diktovania poznámok? Veľmi by sa mi páčilo viesť dialóg o téme. Sú však žiaci pripravení učiť sa z počutého bez písania poznámok? Máme učebnice, ktoré sú také spoľahlivé, že netreba písať poznámky?

Úplne súhlasím, že vyučovanie treba inovovať. Avšak nesmie to byť tak, že sa to uloží ako povinnosť učiteľom bez systémovej zmeny prípravy učiteľov, úpravy legislatívy a bez odstránenia prekážok, ktoré nás doslova nútia ísť po starom. Uvedomujú si toto všetko novodobí experti?

» PhDr. Ján Papuga, PhD.
riaditeľ ZŠ s MŠ

Preventívne proti chrípke

Otužovanie, správna výživa bohatá na antioxidanty, dostatočný fyzický pohyb a šport vo vonkajšom prostredí sú podľa odborníkov najlepšou prevenciou pred akútnymi respiračnými ochoreniami a chrípkou u detí.

Významnú úlohu v prevencii ochorení má totiž stav odolnosti organizmu. Ochranou dýchacích ciest proti oxidantom a radikálom v znečistenom ovzduší v týchto dňoch je zvýšený príjem rýb, ako aj ovocia a zeleniny, ktoré sú významným zdrojom antioxidantov.

„Antioxidanty - vitamín C a radikálny upratovač vitamín E, sú obsiahnuté v mimobunečnej a v bunečnej membráne epitelu dýchacích ciest. Nízky príjem týchto účinných látok má za následok ich nízku hladinu v mimobunečnej a bunečnej tekutine, čo oslabuje ochranu proti oxidatívnym a radikálnym atakom zo znečisteného ovzdušia,“ vysvetlila Katarína Slotová z Regionálneho úradu verejného zdravotníctva v Banskej Bystrici.

Vo všeobecnosti sa pravidelný výživový režim a rovnomerné rozloženie jedál počas dňa považuje aj v týchto dňoch za optimálny stav pre správnu fyziologickú rovnováhu, ako aj psychickú výkonnosť. Mimoriadne nezdravým stravovacím návykom, ktorý by aspoň v tomto čase mali rodičia prísnejšie kontrolovať, sú podľa nej potraviny rýchleho občerstvenia.

„Z pohľadu racionálnej výživy sú pokrmy typu ‚fast food‘ nevhodné, pretože sú zdrojom takzvaných skrytých tukov a soli. Ich častá konzumácia nie je správnou výživou, vedie k nesprávnym stravovacím návykom a hrozí riziko vzniku obezity - rizikového faktora mnohých vážnych neinfekčných ochorení – kardiovaskulárnych, nádorových, metabolických, pohybových a tak ďalej,“ objasnila potrebu zvýšenej pozornosti stravovaniu detí a mládeže v čase vyššieho výskytu chrípkových ochorení Slotová.

Z hľadiska ochrany pred infekciami šíriacimi sa vzdušnou cestou má veľký význam častá a účinná výmena vzduchu vetraním, a to rovnako doma ako v škole. Vetranie slúži na reguláciu teploty a vlhkosti vzduchu v miestnosti, ale aj na znižovanie koncentrácie nežiaducich mikroorganizmov a alergénov a tým obmedzuje možnosti prenosu nákazy.

Medzi ďalšie opatrenia okrem správnej výživy, dostatočného pohybu a pravidelného vetrania priestorov patrí správny pitný režim, dodržiavanie zásad osobnej hygieny, teda umývanie si rúk vždy po návrate domov, po ceste verejným dopravným prostriedkom, pred jedlom.

» Zdroj: TA SR

Citáty týždňa

» „Nepýtaj sa, čo môže urobiť tvoja zem pre teba. Pýtaj sa čo môžeš urobiť ty pre svoju zem.“ JFK

» „Dôvtipný muž musí byť tak chytrý, aby rozostaval na vhodné miesta ľudí, ktorí sú omnoho chytrejší než on.“ JFK

» „Keď slobodná krajina nedokáže pomôcť tým, ktorí sú chudobní, nemôže zachrániť tú hŕstku bohatých.“ JFK

» „Nechceme znevažovať odvahu, s akou ľudia umierajú, no nemali by sme zabúdať na skutky odvahy, s ktorou ľudia... žijú. Životná odvaha zväčša nebýva taká dramatická ako odvaha poslednej chvíle; napriek tomu nie je o nič menej veľkolepou spleťou triumfu a tragédie. Človek robí, čo treba - navzdory dosahu na svoj osobný život, napriek prekážkam, nebezpečenstvám a tlaku a práve v tom je základ celej ľudskej morálky...“ JFK

» „Prevaha demokratického politického systému – narozdiel od iných je zjavná. Vytvára viac priestoru pre zásadovosť, nápaditosť, obetovanie sa pre blaho celku a občiansku odvahu. To všetko však možno naplno uplatňovať len vtedy, keď to požehná štát svojou zdravou, inšpiratívnou, nápaditou a rozumnou politikou.“ JFK

» „Každá politická strana sa nachádza vo vážnom nebezpečenstve, keď v snahe udržať jednotu, poriadok a úspech postupuje iba podľa svojich politických vízií a dogiem. Potlačovanie nového myslenia, tvorivej nezávislosti, rebelujúcej časti členstva a voličov ju vedie iba k zániku. Politická strana sa udrží na vrchole iba vnútorným intelektuálnym rastom. Jeho potlačovanie znamená vždy iba úpadok, alebo politickú samovraždu.“ JFK

» redakcia

PENIAZE EXPRESNE DO 5 HODÍN! ÚVER MAX
- RUČENIE AJ ZALOŽENOU NEHNUTEĽNOSŤOU
- NÍZKA SPLÁTKA, DLHÁ DOBA SPLATNOSTI
- RIEŠENIE NEDOPLATKOV, EXEKÚCIÍ, DRAŽIEB
Tel. 0915 / 736 640 - NONSTOP
05-0008

WINDOR
Holubyho 35, PEZINOK (po schodoch nad hodinárstvom HOFI) Tel.: 0903 82 82 30
po - pia: 10.00 - 17.00 e-mail: windorpezinok@gmail.com www.windorpezinok.sk
PLASTOVÉ OKNÁ a DVERE
- kalkulácie
- zameranie
- dovoz, odvoz ZADARMO
NOVINKA 6-komorový profil TROCAL 88+ s trojsklom
NAJLEPŠIE CENY V MESTE
TROCAL PREDAJ AJ NA SPLÁTKY
51-0006

MÁTE VLHKÝ DOM?
- podrezávanie -20%
- chemická injektáž STOP VODA
100% odstránenie vlhkosti
www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331
40-0001

Frézovanie komínov
• Stavba teplovzdušných krbov a teplovzdušných rozvodov
• Vložkovanie komínov
• Rekonštrukcia starých komínov
• Obhliadka komína zdarma
ZĽAVA NA NEREZ
www.kominicek.sk
0905 702 276 • 0917 850 155
15-0004

SUDOKU

	1		3	5			6	
				9				
	3							2
			3		7		2	
	6	7				5		
1	2		9					6
			5	8	3			
8			1			9	7	5

PONDELOK 2.12.2019

MARKÍZA **06:00** Teleráno **08:30** Zámena manželiek **09:40** Oteckovia **10:40** Rodinné prípady **11:45** Kobra 11 **13:45** FARMA **15:55** Rodinné prípady **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:50** Lovci peňazí **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** Susedia **21:25** FARMA **22:40** Rodinné prípady **00:40** Kobra 11 **01:40** FARMA **02:55** Šiesty zmysel **03:40** Policajné prípady **04:20** Rodinné prípady **04:55** TELEVÍZNE NOVINY

TV JOJ **05:40** KRIMI **06:15** RANNÉ NOVINY **08:30** SÚDNA SIEŇ **09:30** SÚDNA SIEŇ **10:30** HABOVŘESKY 3 **12:00** NOVINY 0 12:00 **12:30** TOP STAR **12:50** Doktori II. 23/23 **13:45** SÚDNA SIEŇ **14:50** SÚDNA SIEŇ **15:50** POLICAJTI V AKCII **16:50** NAŠI IV. 4 **17:30** NOVINY **17:55** MOJA MAMA VARÍ LEPŠIE AKO TVOJA **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** INKOGNITO **21:45** INKOGNITO **23:00** Myšlienky vraha VI. 21 **00:00** HROBÁRI 8/8 **00:55** POLICAJTI V AKCII **01:55** KRIMI **02:30** NOVINY TV JOJ

RTVS **05:40** Správy RTVS „N“ **07:00** Postav dom, zasaď strom **07:30** Ranné správy RTVS **08:40** Mestá v čase **09:05** Durrellovci **09:55** Zajtrajšie noviny **10:50** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:00** Správy RTVS **12:20** Dámsky klub **13:55** Folklorika **14:25** Don Matteo **15:35** Slovensko s Tiposom **16:00** Správy RTVS **16:25** Španielsko **16:55** Durrellovci **17:50** Duel **18:20** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Bella a Sebastián **22:10** Reportéri **22:40** Rédl **23:50** Don Matteo **00:50** Zajtrajšie noviny **01:35** Bella a Sebastián

UTOROK 3.12.2019

MARKÍZA **06:00** Teleráno **08:30** Utajený šéf **09:45** Oteckovia **10:45** Rodinné prípady **11:40** Kobra 11 **13:40** FARMA **15:00** Policajné prípady **16:00** Rodinné prípady **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:50** Lovci peňazí **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** Utajený šéf **21:45** FARMA **23:05** Horná Dolná **00:15** Kobra 11 **02:20** FARMA **03:30** Policajné prípady **04:10** Rodinné prípady **04:55** TELEVÍZNE NOVINY

TV JOJ **05:40** KRIMI **06:15** RANNÉ NOVINY **08:30** SÚDNA SIEŇ **09:25** SÚDNA SIEŇ **10:30** HABOVŘESKY 4 **12:00** NOVINY 0 12:00 **12:25** TOP STAR **12:50** Tlkot srdca 7 **13:45** SÚDNA SIEŇ **14:50** SÚDNA SIEŇ **15:50** POLICAJTI V AKCII **16:50** NAŠI IV. 5 **17:30** NOVINY **17:55** MOJA MAMA VARÍ LEPŠIE AKO TVOJA **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** Rýchlo a zbesilo 6 **23:40** Myšlienky vraha **01:35** POLICAJTI V AKCII **02:35** KRIMI **03:10** Profesionáli VI. 13 **03:45** MOJA MAMA VARÍ LEPŠIE AKO TVOJA

RTVS **06:00** Správy RTVS „N“ **07:05** Folklorika **07:30** Ranné správy RTVS **08:40** Španielsko **09:10** Durrellovci **10:00** Zajtrajšie noviny **10:55** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:20** Dámsky klub **13:55** Folklorika **14:25** Don Matteo **16:00** Správy RTVS **16:25** Španielsko **16:55** Durrellovci **17:45** Duel **18:20** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Nevera po slovensky **21:40** Mediciovci **22:40** Stará škola **23:45** Tajomstvo **00:30** Don Matteo **01:25** Mediciovci **02:20** Slovensko v obrazoch **02:45** Dámsky klub **04:20** Svet v obrazoch

STREDA 4.12.2019

MARKÍZA **06:00** Teleráno **08:30** Varte s nami **08:40** Zámena manželiek **09:50** Oteckovia **10:50** Rodinné prípady **11:45** Kobra 11 **13:40** FARMA **14:55** Policajné prípady **16:00** Rodinné prípady **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:50** Lovci peňazí **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** CHART SHOW **22:40** FARMA **23:45** Susedia **00:25** Kobra 11 **02:30** FARMA **03:25** Policajné prípady **04:15** Rodinné prípady **04:55** TELEVÍZNE NOVINY

TV JOJ **05:40** KRIMI **06:15** RANNÉ NOVINY **08:30** SÚDNA SIEŇ **09:30** SÚDNA SIEŇ **10:30** HABOVŘESKY 5 **12:00** NOVINY 0 12:00 **12:25** TOP STAR **12:50** Tlkot srdca 8 **13:45** SÚDNA SIEŇ **14:50** SÚDNA SIEŇ **15:50** POLICAJTI V AKCII **16:50** NAŠI IV. 6 **17:30** NOVINY **17:55** MOJA MAMA VARÍ LEPŠIE AKO TVOJA **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** Barry Seal: Nebeský gauner **23:00** Myšlienky vraha VI. 24/24 **00:05** Myšlienky vraha VII. 1/24 **01:00** POLICAJTI V AKCII **02:00** KRIMI

RTVS **06:05** Správy RTVS „N“ **07:05** Folklorika **07:30** Ranné správy RTVS **08:40** Španielsko **09:05** Durrellovci **09:55** Zajtrajšie noviny **10:50** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:20** Dámsky klub **13:55** Folklorika **14:25** Don Matteo **16:25** Španielsko **16:55** Durrellovci **17:45** Duel **18:20** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Voľný pád Film o priemernom mužovi, ktorého pohár trpezlivosti pretiekol... MN 15 (Francúzsko, Spojené štáty americké, Veľká Británia) 1993 **22:20** Möbius **00:05** Stará škola **01:10** Voľný pád

ŠTVRTOK 5.12.2019

MARKÍZA **06:00** Teleráno **08:30** Svokra **09:40** Oteckovia **10:40** Rodinné prípady **11:40** Kobra 11 **13:45** FARMA **14:55** Policajné prípady **15:55** Rodinné prípady **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:50** Lovci peňazí **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** Horná Dolná **21:40** FARMA **22:55** Utajený šéf **00:15** Kobra 11 **02:20** FARMA **03:30** Policajné prípady **04:15** Rodinné prípady **04:55** TELEVÍZNE NOVINY

TV JOJ **05:40** KRIMI **06:15** RANNÉ NOVINY **08:30** SÚDNA SIEŇ **09:30** SÚDNA SIEŇ **10:30** HABOVŘESKY 6/6 **12:00** NOVINY 0 12:00 **12:25** TOP STAR **12:45** INOVUJME SLOVENSKO **12:50** Tlkot srdca 9 **13:50** SÚDNA SIEŇ **14:50** SÚDNA SIEŇ **15:50** POLICAJTI V AKCII **16:50** NAŠI IV. 7 **17:30** NOVINY **17:55** MOJA MAMA VARÍ LEPŠIE AKO TVOJA **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** INKOGNITO **21:50** NA HRANE **22:20** SEDEM **23:20** Myšlienky vraha VII. 2,3 **01:15** POLICAJTI V AKCII

RTVS **06:10** Správy RTVS „N“ **07:05** Folklorika **07:30** Ranné správy RTVS **08:40** Španielsko - história zhora **09:05** Durrellovci **09:55** Zajtrajšie noviny **10:50** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:00** Správy RTVS **12:20** Dámsky klub **13:55** Folklorika **14:25** Don Matteo **16:25** Španielsko **16:55** Durrellovci **17:45** Duel **18:15** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Zlaté časy **21:35** Moja cudzia priateľka **23:05** Neskoro večer **00:00** Don Matteo **00:55** Moja cudzia priateľka **02:25** Svet v obrazoch **02:50** Dámsky klub **04:25** Správy RTVS „N“

PIATOK 6.12.2019

MARKÍZA **06:00** Teleráno **08:30** Sladká výzva **08:40** Zámena manželiek **09:45** Oteckovia **10:45** Rodinné prípady **11:40** Kobra 11 **13:40** DEŇ S NADÁCIOU MARKÍZA **13:45** FARMA **14:55** DEŇ S NADÁCIOU MARKÍZA **15:00** Policajné prípady **15:55** DEŇ S NADÁCIOU MARKÍZA **16:00** Rodinné prípady **17:00** PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY **17:25** Reflex **17:50** Lovci peňazí **17:55** Oteckovia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:15** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:25** DEŇ S NADÁCIOU MARKÍZA **20:30** FARMA **23:00** Bod zlomu **01:05** Kobra 11

TV JOJ **05:40** KRIMI **06:15** RANNÉ NOVINY **08:30** SÚDNA SIEŇ **09:30** SÚDNA SIEŇ **10:40** SKUTOČNÉ PRÍBEHY **12:00** NOVINY 0 12:00 **12:25** TOP STAR **12:50** Tlkot srdca 10/10 **13:45** SÚDNA SIEŇ **14:50** SÚDNA SIEŇ **15:50** POLICAJTI V AKCII **16:50** NAŠI IV. 8 **17:30** NOVINY **17:55** MOJA MAMA VARÍ LEPŠIE AKO TVOJA **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:25** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** DEŤOM NA MIKULÁŠA: Hľadá sa Dory **22:40** DOSPELÝM NA MIKULÁŠA: PREMIÉRA: Päťdesiat odtieňov temnoty **01:25** Hranica smrti

RTVS **05:45** Správy RTVS „N“ **07:05** Folklorika **07:30** Ranné správy RTVS **08:40** Španielsko - história zhora **09:05** Durrellovci **09:55** Zajtrajšie noviny **10:50** Duel **11:20** 5 proti 5 **12:00** Správy RTVS **12:20** Dámsky klub **13:55** Folklorika **14:25** Don Matteo **15:30** Slovensko s Tiposom **16:00** Správy RTVS **16:25** Španielsko **16:55** Durrellovci **17:45** Duel **18:15** 5 proti 5 **19:00** Správy RTVS **20:30** Milujem Slovensko **22:00** V dobrej spoločnosti **22:30** Cestou necestou **23:05** Mafiáni **01:25** Don Matteo **02:20** Dámsky klub

SOBOTA 7.12.2019

MARKÍZA **05:00** TELEVÍZNE NOVINY **06:00** Priatelia Toma a Jerryho **06:30** Nové dobrodružstvá Toma a Jerryho **06:50** Príbeh žraloka **08:30** Fušeri zo striedačky **10:15** Môj vianočný anjel **12:20** Už sme tam? **14:20** Kučeravá Sue **16:40** Shrek 2 **18:20** Smotánka **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** V oku hurikánu Akčný film MN 12 (USA) 2018 R. Kebbell, M. Gracová, R. Kwanten. **22:35** Kolíska do hrobu **00:45** Bod zlomu **02:45** Čeľuste 3D

TV JOJ **05:15** NOVINY TV JOJ **06:05** KRIMI **06:35** NOVINY TV JOJ **07:25** SpongeBob SquarePants IX. 2 **07:55** Labková patrola II. 2 **08:25** PRÁZDNINY III. 2 **09:40** NAŠI I. 19,20 **10:55** SUPER KARAOKE 1/5 **11:00** MILÁČIKOVO **11:40** ČESKO SLOVENSKO MÁ TALENT **14:00** Siedmy syn **16:55** Cumlikátor **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:15** ŠPORT **20:20** NAJLEPŠIE POČASIE **20:25** ČESKO SLOVENSKO MÁ TALENT **23:25** Nepodarený biznis **01:25** Prázdniny za všetky prachy **03:25** Profesionáli VII. 1/9 **04:00** PRÁZDNINY III.

RTVS **06:00** Veselá farma **06:20** Včielka Maja **07:15** Sofia Prvá **07:50** Levia stráž **08:15** Fidlibumove rozprávky **09:40** Merlin **10:35** On air **11:00** Deň nádejí **12:20** Záhady tela **13:25** Milujem Slovensko **14:55** Grand hotel **16:20** Poirot: Tragédia v sídle Marsdonovcov **17:20** KULTÚRA.SK **17:55** Cestou necestou **18:25** Postav dom, zasaď strom **19:00** Správy RTVS **20:30** Noc nádejí **23:00** Grand hotel **00:25** Poirot: Tragédia v sídle Marsdonovcov **01:20** Mafiáni **03:40** Komisár Manara **04:30** Merlin

NEDEĽA 8.12.2019

MARKÍZA **05:00** TELEVÍZNE NOVINY **06:00** Nové dobrodružstvá Toma a Jerryho **06:20** Priatelia Toma a Jerryho **06:40** Kučeravá Sue **08:50** Shrek 2 **10:45** CHART SHOW **13:00** Na telo **13:45** V oku hurikánu **16:00** Horná Dolná **17:15** Susedia **19:00** TELEVÍZNE NOVINY **20:05** POČASIE **20:20** ŠPORTOVÉ NOVINY **20:30** LOVEnie Romantická komédia MN 12 (ČR) 2019 E. Geislerová, J. Prachař, J. Plesl, E. Kramerová, M. Písařík. **23:05** Skrytý nepriateľ **01:10** LOVEnie **03:00** Skrytý nepriateľ **04:55** TELEVÍZNE NOVINY

TV JOJ **05:10** NOVINY TV JOJ **05:50** KRIMI **06:15** NOVINY TV JOJ **06:55** SpongeBob SquarePants IX. 3,4 **07:50** Labková patrola II. 3 **08:15** Cesta do zeme jednorožcov **10:25** Cumlikátor **12:30** Nezastaviteľný vlak **14:40** Hľadá sa Dory **16:50** NA CHALUPE **17:50** NOVÉ BÝVANIE **19:00** KRIMI **19:30** NOVINY TV JOJ **20:20** ŠPORT **20:30** NAJLEPŠIE POČASIE **20:35** V SIEDMOM NEBI **22:35** Heydrich: Muž so železným srdcom **01:25** Špeciálna jednotka **03:30** NOVINY TV JOJ **04:05** Profesionáli VII. 2

RTVS **06:05** Správy RTVS „N“ **07:05** Snehuliak Albi **07:20** Sofia Prvá **07:55** Levia stráž **08:20** Zázračný ateliér **08:45** Táraninky **09:05** Kriminálka 5.C **09:40** Autosalón **10:05** Japonsko zhora **11:00** Slovensko v obrazoch **11:25** Svet v obrazoch **11:55** O 5 minút 12 **13:00** Občan za dverami **13:35** Poirot: Päť podozrivých **15:15** Zlaté časy **16:20** Pomáda **18:15** Tajomstvo mojej kuchyne **19:00** Správy RTVS **20:30** Červený kapitán **22:20** Únos **00:00** Poirot: Päť podozrivých **01:35** Pomáda

Vianočné JEDLE

od 11,90 €

Pri výbere stromčeka podávame VARENÉ VÍNO ZDARMA

PEZINOK

Lipera

Stále držíme najlepšie ceny!

Vinárske potreby LIPERA SK s.r.o. | Bernolákova 18, Pezinok | Tel: 0911347925

Predajná doba: pondelok až piatok 8 - 18 h., sobota 8 - 12 h.

24-0110

PEZINSKO

Redakcia: Kollárova 12
PEZINOK
pezinsko@regionpress.sk

REGIONPRESS
Vydavateľ:
REGIONPRESS, s.r.o.
Študentská 2, 917 01 Trnava
IČO: 36252417
reg. MKSR EV 3676/09

INZERCIA
Lucia Demovičová **0905 593 810**
Lenka Ostrá **0905 963 035**

Distribúcia:
Lenka Ostrá **0905 963 035**
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk

Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (18.210 domácností)
Každý týždeň:
Myslenice, Pezinok, Báhoň, Častá, Doľany, Dubová, Jablonec, Modra, Svätý Jur, Viničné, Budmerice, Častá, Slovenský Grob, Viničné, Budmerice, Doľany

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

Prosba o pomoc: Prosíme Vás, v prípade, že viete o mieste, kam naše noviny nechodia, dajte nám, vedieť. Ďakujeme.

Západné Slovensko

BV	94.750	**Bratislavsko** Východ
BZ	100.200	**Bratislavsko** Západ
DS	33.080	**Dunajskostredsko**
GA	31.290	**Galantsko+Šaliansko**
HC	28.510	**Hlohovecko**+Sereďsko
KM	16.370	**Komárňansko**
LV	31.310	**Levicko**
MA	27.450	**Malacko**
NR	54.930	**Nitrianasko**
NZ	34.140	**Novozámocko**
PK	18.210	**Pezinsko**
PN	38.810	**Piešťansko**+NM+MY
SC	27.920	**Senecko**
SE	34.570	**Senicko+Skalicko**
TO	40.560	**Topoľčiansko**+PE+BN
TN	59.430	**Trenčiansko**+DCA+IL
TT	46.550	**Trnavsko**
ZM	18.990	**Zlatomoravsko**

Stredné Slovensko

BB	50.530	**Banskobystricko**+BR
KY	29.120	**Kysucko**=CA+KM
LI	35.020	**Liptovsko**=LM+RK
LC	30.690	**Lučenecko**+VK+PT
MT	41.690	**Martinsko**+TR
OR	36.230	**Oravsko**=DK+NO+TS
PB	28.230	**Považsko**=PB+PU
PD	41.340	**Prievidsko**
ZV	39.560	**Zvolensko**+DT+KA
ZH	27.490	**Žiarsko**+ZC+BS
ZA	52.120	**Žilinsko**+BY

Východné Slovensko

BJ	33.870	**Bardejovsko**+SK+SP
GE	28.710	**Gemersko** = RV+RS+RA
HU	26.640	**Humensko**=VT+SV+ML
KE	83.740	**Košicko**
KS	20.730	**Košicko** okolie
SL	12.970	**Ľubovniansko**
MI	29.620	**Michalovsko**+TV+SO
PP	41.130	**Popradsko**+KK
PO	42.845	**Prešovsko**+SB
SN	32.750	**Spišsko**+LE+GL

Daruj viditeľnosť, daruješ život

Pre zachovanie bezpečnosti na a popri cestách v jesennom období policajti pripomínajú chodcom používať reflexné prvky. Upozorňujú, že chodec idúci po kraji cesty by mal mať tieto prvky na tej strane tela, ktorú vidno z vozovky.

Reflexné predmety je najlepšie umiestniť blízko ku kolenám, do úrovne pásu a na rameno, deťom tiež na čiapku a cyklistom na prilbu a na bicykle. Mladší členovia rodiny by mali presvedčiť tých starších, ktorí napríklad večer chodia do kostola po zle osvetlenej alebo vôbec neosvetlenej ceste, alebo ju prechádzajú z jednej strany na druhú, aby sa nehanbili a tiež sa vybavili reflexnými prvkami. Pokojne im ich zadovážte, upevnite na kabelky, na rukávy kabátov, hoci aj na chrbát či golier. Nikto si z nich „srandu“ robiť nebude, naopak, určite budú za vzor.

Reflexné prvky sú povinné pre chodcov na krajnici či okraji vozovky počas zníženej viditeľnosti nielen mimo obce, ale aj v nej. Skvelým riešením sú reflexné pásiky, ktoré sú cenovo dostupné pre každého a zároveň ich môžete nosiť neustále so sebou. V prípade, že chodec nemá v noci, počas hmly či snežnej búrky reflexný prvok, hrozí mu pokuta do 50 eur.

Najväčším rizikom je však ohrozenie bezpečnosti a zdravia chodcov – počas zníženej viditeľnosť vidí vodič z 20 metrov len spodnú časť nôh chodca bez reflexných prvkov. Ak má však refexnú bundu či overal, dokáže ho vodič spozorovať aj z viac ako 150 metrov. Reflexné prvky majú schopnosť niekoľkonásobne znásobiť intenzitu odrazeného svetla, a tak doslova zažiaria vodičovi pred očami aj na veľkú vzdialenosť.

Inak, lepšie ako iba odrážať svetlo, je vysielať ho. Bežný reflexný náramok so štyrmi LED diódami stojí z hľadiska ochrany zdravia naozaj bagateľ. Ak by ste niečo podobné hľadali pre svoje deti či starkých, určite ho nájdete v každej špecializovanej predajni potrieb pre cyklistov. Reflexné pásky dostať prakticky všade, majú ich už aj v mnohých stánkoch s dennou tlačou.

» red

PRIJMEME
VODIČA
na nákladné vozidlo kategórie C+E
0905 277 734
51-0231

Spoločnosť z TT
PRIJME ĽUDÍ NA ROZVOZ A DISTRIBÚCIU KNÍH.
Požadujeme vlastné auto, ponúkame zárobok 200-250 € týždenne.
0904 996 772
83-0450

www.konstrukter.sk
PRACOVNÉ PONUKY
od 850 do 1300 EUR
- PRÁCA S POČÍTAČOM
- PRÁCA NA VZV
Brandys nad Labem, ČR
Bezplatná infolinka: **0800 500 091**
85_0690

INZERCIA
0905 593 810

HOTEL VINÁRSKY DOM ***
prijme do TPP
CHYŽNÚ
platové podmienky: 4 eur / hod + odmeny
INFO u MANAŽERA HOTELA
HOLUBYHO 27, PEZINOK
info: 0903 501 428
51-0229

ROMETRANS
ROME trans, s.r.o. so sídlom v Pezinku
príjme do pracovného pomeru
VODIČA/-ku
na nákladné vozidlo skupiny sk. „C“
mzda brutto: 1.200,- €
požiadavky: psychotesty, kvalifikačná karta vodiča
kontaktná osoba: p. Kotes, ✆ **0903 784 026**
e-mail: **info@rometrans.sk**
51-0233

Personálna & pracovná agentúra
EURO personal
PRÁCA IHNEĎ
VOLAJ IHNEĎ:
0800 500 002
0800 500 502
0800 500 520
• BRATISLAVA • TRNAVA • HLOHOVEC • NITRA • MALACKY • LOZORNO ...
Personálna & pracovná agentúra
34-0216

MACH
MACH HYDINA BUDMERICE
príjme do pracovného pomeru
OŠETROVATEĽA HYDINY
na farmu ČASTÁ
NÁPLŇ PRÁCE: kompletná starostlivosť o kŕdeľ hydiny
POŽIADAVKY:
- samostatnosť, flexibilita, zodpovedný prístup k práci
- svedomité plnenie príkazov nadriadeného pracovníka
PONÚKAME:
- práca v prosperujúcej spoločnosti
- prídel hydiny a vajec za výhodné zamestnanecké ceny
- výhodné platové podmienky
- odmeny za neabsenciu
- vernostné odmeny
- príspevok na stravovanie
- odmena za ukončený turnus
- odmena za podostielku
TERMÍN NÁSTUPU DO PRÁCE: ihneď
PRACOVNO - PRÁVNY VZŤAH: hlavný pracovný pomer
PLAT: 550 € + odmeny*
(priemerný plat za rok 2018 sa pohyboval na úrovni 770€/mes.)
*(so špecifikáciou hodnotiacich kritérií bude záujemca oboznámený pri pracovnom pohovore)
Kontakt pre záujemcov: telefón: **0901 905 523**
e-mail: **kurtisova@machhydina.sk**
51-0087

SUDOKU

5	1				6			9
	8		9				1	
9		3			7	6		8
			3			2		
						8		
				7				5
				1	5			
6		9		8				
		8	7			3	2	

MIMORIADNA ZĽAVA !!!
Cena: **420 €** ~~750 €~~
Masérska škola REMINY
OTVÁRA KURZ KLASICKEJ MASÁŽE
začiatok kurzu
15.01.2020
miesto: Turčianske Teplice
(učebňa masérskej školy REMINY)
0904 561 900
0917 128 155
www.reminy.sk
eva@reminy.sk
17-0113

Nie za desať minút, ale o desať minút.
Slovenčina naša

Vtipy týždňa

» Lord hovorí svojmu sluhovi:
- Kopni do steny!
- A prečo?, pýta sa šokovaný sluha.
- Som nahnevaný!

» - Jean!
- Áno pane?
- Čo robia deti?
- Skáču do bazéna, pane!
- A neutopia sa, Jean?
- Nie pane, vodu som predtým vypustil!

» Lord Stanley a jeho sluha idú na parnom aute ulicami Londýna. Keď tu sa lord pozrie na sluhu a hovorí:
- James, prihoď uhlie, pozrieme sa smrti do očí!

» - Jean, dnes je vonku ale hustá hmla, že?
- Nie, pane, to nám horí dom.
- To je hrozné, Jean, a práve v takej hmle.

» - Jean, prší vonku?
- Áno pane, prší ako z krhly.
- Tak choď vyvenčiť rybičky.

» Jedného rána po preflámovanej noci sa pýta lord svojho sluhu:
- James, má náš záchod dvojkrídlové dvere?
- Nie, pane.
- Tak som potom včera bol v skrini.

» Lady prijíma novú slúžku. Úvodný prejav končí slovami:
- ... a raňajkovať sme zvyknutí v osem hodín.
- Výborne! Ale keby som náhodou zaspala, tak na mňa nečakajte...

» Lord hovorí sluhovi:
James, dnes mám chuť pracovať. Vajíčko si olúpem sám.

» - James, čo nového píšu v novinách?
- Píšu, pane, že v Amerike sa stal prezidentom černoch...
- Ach, James, tak to musí mať jeho pán naozaj veľkú radosť!

» - James, kúp mi papagája!
- Pane, mám kúpiť zeleného alebo červeného?
- Červeného James, zelený ešte nedozrel.

» - Pane, v jedálni horí!
- Nevadí, James, obedovať budem v poľovníckom salóniku.

» redakcia

Automobilový priemysel

Hľadáme

ZVÁRAČOV

do výrobnej firmy
Martinrea Slovakia Fluid Systems s.r.o.
s nástupom ihneď.

MARTINREA

Nástupný plat 1100 €/mesačne + 13. a 14. plat.

adresa: **Priemyselná 1, 900 21 Svätý Jur**
kontakt: **02/ 32 171 945**

24-0113

PRENAJMEM
obchodný priestor - 30m²
v Pezinku sídl. Sever od 1.1.2020
0918 411 251
0907 472 363

51-0230

HĽADÁME
ČAŠNÍKA/-čku
s organizačnými schopnosťami
do prevádzky
na Zochovej chate
0948 88 30 40

51-0222

LUTO automotive
personálne služby

hľadá **pracovníkov do skladu** do Nemecka

Ponúkame:
- stabilnú prácu v renomovanej spoločnosti na TPP
- hodinová mzda od 8€ netto/hod.
- možnosť nadčasov, ubytovanie ZADARMO
- nástup možný ihneď

Poď k nám pracovať do Nemecka!

V prípade záujmu nás kontaktuje: **+421 918 351 574, praca@lutogroup.com**

34-0217

Spoločnosť MURAT, s.r.o.
Bratislavská 87, 902 01 Pezinok

MURAT

prijme do pracovného pomeru pracovníkov na pozíciu:

Pracovník SBS - strážením areálu spoločnosti v Pezinku

Nástupný plat od 3,30 € za hod.
(+ prémie a zákonné príplatky, priemerný zárobok 850 € mesačne),
okrem toho vyplácame 13. a 14. plat, príspevky zo sociálneho fondu a iné benefity
Potrebný je preukaz odbornej spôsobilosti.
Nástup: **ihneď** Informácie na tel. čísle: **033/648 11 25**

51-0237

PREDAJCA ZÁBAVNEJ PYROTECHNIKY

INDEX NOSLUŠ
PERSONÁLNA AGENTÚRA

Miesto práce: Pezinok

Vašou úlohou bude:
- predaj a dokladanie pyrotechniky
- práca s pokladňou
- obsluha zákazníkov

Mzda v hrubom: 5,38 €/hod.
+ príplatky za víkendy a sviatky

- **bezplatné školenie pre prácu s pyrotechnikou**
  po absolvovaní získate ZADARMO pyrotechnický preukaz
- **stravný lístok v hodnote 3,83 €/zmena**
- **možnosť výberu z ranných a poobedných zmien**

0917 862 022 **trnava@indexnoslus.sk**

36-0001

SaS Sloboda Solidarita

Pripravení prevziať zodpovednosť

Diskusia s ekonomickým diletantom

Uplynulú nedeľu som diskutoval v relácii televízie Markíza Na telo s Marianom Kotlebom. Mnohí ma kritizovali už len pre rozhodnutie prijať toto pozvanie. Vraj s Kotlebom sa nediskutuje, pridávam mu relevanciu, atakďalej. Ja si to však nemyslím. Podľa mňa je potrebné, aby čím viac ľudí videlo, aké hlúposti rozpráva a ako jeho program vôbec nedáva zmysel. To je, samozrejme, dávno známe. Sľubuje, že opraví nemocnice, zavedie vysoké kočíkovné, nakúpi stíhačky, zvýši dôchodky. Kde na to vezme, lebo samozrejme medzitým ešte z EÚ a NATO stihne vystúpiť, nie je známe a ako sa ukázalo v nedeľu, nevie to ani on sám.

Ľúbivé reči, na ktoré sa ľahko chytajú voliči, to je niečo, k čomu sa SaS nikdy neznížila a je mi ľúto, koľko Slovákov sa na to chytí. Na druhej strane rozumiem voličovi Kotlebu, ktorý vidí nefungujúci štát a nemá žiadne perspektívy do budúcnosti. O to viac je však potrebné ukazovať, že dva plus dva nikdy nebude sedemnásť a že len odborné premyslené riešenia sú cestou pre vyššiu životnú úroveň na Slovensku.

Dvanásť rokov Ficovej vlády nás dostalo sem – do krajiny korupcie, byrokracie, súdnych prieťahov a kradnutia. Ale aj krásnej a plnej skvelých ľudí, ktorým verím, že sa dokážu rozhodnúť správne. Slovensko neopravia sľubotechny, ale odborníci. My v SaS ich máme dostatok a sme pripravení.

Richard Sulík
predseda SaS

SaS Sloboda Solidarita

Zdravý rozum je najlepší recept

Len spoločne spravíme Slovensko lepším

V novembri sme si pripomenuli 30 rokov od Nežnej revolúcie. Základným cieľom roku ´89 bolo vybojovanie demokracie a slobody. Budovanie demokracie, ale musí byť ruka v ruke s budovaním demokratických inštitúcií. Dnes sme svedkami toho, že to nestačí; „vybudované“ demokratické inštitúcie, ako nezávislý súdny systém, prokuratúra, polícia, Najvyšší kontrolný úrad SR, atď., zlyhávajú na plnej čiare. Práve tieto nezávislé inštitúcie mali garantovať vymožiteľnosť práva, transparentnosť, kontrolovateľnosť vplyvu a moci. Udalosti posledných dvoch rokov nás presvedčili, že to neplatí. Politici, ktorí disponovali vplyvom a mocou nezabezpečili dostatočne kontrolné mechanizmy, ktoré by dokázali garantovať nezávislosť a objektívnosť. Presne tí politici totiž dovolili tieto inštitúcie dať do rúk politickým nominantom, ktorí plnili zadania oligarchov či záujmových skupín. Všetko však nedokážu ovplyvniť, regulovať, či umlčať. Je to práve občianska spoločnosť, ktorá dokáže zjednať nápravu. Už o tri mesiace budú voľby a február 2020 bude kľúčový pre zmeny, ktoré spoločnosť tak veľmi potrebuje. Preto je dôležité ísť voliť, lebo len spoločne spravíme Slovensko lepším.

Lenka Jakubčová
advokátka a členka strany SaS

03-00171 Objednávateľ: Sloboda a Solidarita (SaS) s.r.o., Priemyselná 8, 82109 Bratislava, IČO:42139333 Vydávateľ: REGIONPRESS, s.r.o. Štúdenská 2, 917 01 Trnava, IČO: 36252417

VYKONŠTRUOVANÝ PROCES PROTI JAROVI NAĎOVI: OBVINENÝ ZA OTÁZKU BEZ ODPOVEDE!

Telefonáty s manželkou, s deťmi, či s mamou. Tajní agenti odpočúvali všetky súkromné rozhovory nášho tieňového ministra obrany Jara Naďa viac ako rok. Režiséri tohto totalitného procesu ostali asi veľmi sklamaní, keď nič nezistili. A tak si obvinenie vymysleli.

Výsledkom je komplot, že „vyzvedal" závažné informácie a ohrozil bezpečnosť tohto štátu. Inak povedané - Jara obviňujú, že sa opýtal na informáciu, o ktorej nevedel, že je tajná. A aj keď žiadnu odpoveď nedostal, podľa tajných služieb tým spáchal trestný čin.

Premiér Peter Pellegrini dokonca zvolal bezpečnostnú radu štátu! Škoda, že tak neurobil v momente, keď na Slovensku zavraždili novinára, keď sa zistilo, že Marián Kočner lustroval tých, čo o ňom písali, kupoval si rozsudky a zneužíval všetky bezpečnostné zložky tejto krajiny. Nevadili mu ani škandalózne nahrávky Dobroslava Trnku s Kočnerom, ani napojenie bývalého podpredsedu parlamentu Martina Glváča na mafiu. **„Premiér Pellegrini ukázal, že skôr ako slušnosť a charakter sú mu blízke praktiky komunistickej štátnej bezpečnosti, a neváha ich využiť na umlčanie človeka, ktorý bojuje proti korupcii a len za tento rok občanom Slovenska ušetril približne miliardu eur na pochybných tendroch v armáde,"** povedal na Jarovu obranu Igor Matovič.

Jaro Naď

Po tom, čo sa Jaro Naď mohol pozrieť do spisu zistil niečo neuveriteľné. Trestné oznámenie na Jara podal šéf Vojenského obranného spravodajstva Ján Balciar! Na Balciarove majetky v hodnote miliónov eur dlhodobo poukazoval práve Jaro a žiadal jeho odchod z funkcie. Podľa Jara zneužila štátna moc svoje kompetencie. **„30 rokov po revolúcii, šéf vojenského spravodajstva dáva odpočúvať jemu nepohodlných občanov Slovenska na základe výmyslov. Príslušníci NAKA im následne vznášajú obvinenia a zabavujú telefóny a premiér Pellegrini hovorí o bezpečnostnej hrozbe pre SR. Vitajte na Slovensku v roku 2019,"** dodal Jaroslav Naď.

Hnutie OĽANO sa však nedá zastrašiť. Už 10 rokov odvážne bojujeme presne proti takým ľuďom, akým je Ján Balciar a jemu podobní politruci na Ministerstve obrany SR.

Chránime peniaze nás všetkých a nenecháme ich rozkrádať. Žiaľ, zobudili sme sa v časoch, kedy môžeme byť pre našu prácu prenasledovaní a odpočúvaní. Napriek tomu nepoľavíme a do najbližších volieb ideme s tým, aby sme tento prehnitý systém očistili a tých čo okrádali štát postavili pred spravodlivý súd.

Šéf vojenského spravodajstva Balciar a časť jeho nehnuteľností. Odhadovaný majetok - 3 MILIÓNY EUR!!!

PORAZME SPOLU MAFIU

OBYČAJNÍ ĽUDIA a nezávislé osobnosti

Pre lepší život nás všetkých

DOSŤ BOLO KLAMSTIEV SMERÁKOV: THREEMA JE SKUTOČNÁ!

Nominantka Smeru-SD na Najvyššom súde Monika Jankovská si s Mariánom Kočnerom nielen písala, ale sa s ním aj stretla! Potvrdila to komisia Súdnej rady, ktorá prípady skorumpovaných sudcov vyšetruje.

Predseda komisie Dušan Čimo dokonca hovorí, že komunikáciu cez aplikáciu Threema už nemusíme ani nazývať ako "údajnú". Sudcovia tak potvrdili, že Jankovská si s Kočnerom vymenila viac ako 5 tisíc správ, v ktorých dohadovali rozsudky v prospech mafie. Ďalšie stovky správ si s Kočnerom vymenil jeho ďalší poskok v parlamente - Martin Glváč, ktorý mu pomáhal vybavovať stretnutia s vysokopostavenými úradníkmi tohto štátu.

Od momentu, keď sa hnutie OĽANO postavilo pred Najvyšší súd SR a žiadalo okamžitý odchod štátnej tajomníčky Moniky Jankovskej zo svojej funkcie, počúvali sme množstvo nezmyslov z úst predstaviteľov strany Smer, ktorí štátnu tajomníčku obhajovali. Poslanci ako Ľuboš Blaha, označovali celú komunikáciu cez Threemu za nezmysel, šírili o nej hoaxy a Robert Fico sa bývalej štátnej tajomníčke dokonca poďakoval za „dobre odvedenú prácu".

OĽANO „vyhnalo" Jankovskú z Najvyššieho súdu a Glváča zo stoličky podpredsedu parlamentu. Čoskoro v ňom skončí úplne.

Threema je skutočná a hovorí o obludnom prepojení mafie na bezpečnostné zložky štátu. Mafia prerástla na súdy, do polície a dokonca aj na generálnu prokuratúru! To všetko s pomocou nominantov a funkcionárov strany SMER-SD. Tu však jej popredný predstaviteľ a premiér Peter Pellegrini nevidí riziko, na základe ktorého by zvolal bezpečnostnú radu štátu.

Aj v tomto prípade sa hnutie OĽANO ako prvé postavilo na barikády a žiadalo odchod "škodných" v slovenskej justícii a politike. Veríme, že už vo februári definitívne všetci spolu porazíme mafiu!

Objednávateľ: OBYČAJNÍ ĽUDIA a nezávislé osobnosti (OĽANO), NOVA, Kresťanská únia (KÚ), ZMENA ZDOLA, Zámocká 6873/14, 811 01 Bratislava, IČO: 42287511- Dodávateľ: CAMPAIGNS s.r.o., Štefana Moyzesa 1577/22, 034 01 Ružomberok, IČO: 47016671

031190175 Objednávateľ: OBYČAJNÍ ĽUDIA a nezávislé osobnosti (OĽANO), Zámocká 6873/14, 811 01 Bratislava, IČO: 42287511 Dodávateľ: regionPRESS s.r.o., Študentská 2, 917 01 Trnava, IČO: 36252417