

POVAŽSKO BYSTRICKO-PŮCHOVSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 35 500 domácností

čítajte
NOVINY...

S NAJVÄČŠÍM
ZÁSAHOM
NA SLOVENSKU

Kurz SBS V BELUŠI

cena 100€
Od 20. 1. 2020
Info: 0903 903 852
www.sbskoys.szm.sk

DREVENÉ BRIKETY

RUF (hranaté), NESTRO (valcové)
z tvrdého a mäkkého dreva
Cena už od 185,-€ / 960kg paleta
Viac info na tel: 0948 106 001
DARČEK - pri odbore 2ks paliet - bednička s podpalovacími trieskami

KÚPIM BYT, DOM

aj zadžený
s možnosťou
ostať ďalej
v nájme a možnej
spätnej kúpy
0948 107 044

EKOBAL Spoločnosť Ekobal s.r.o.

prijme:
Zámočníka – zvarača CO2 (aj bez preukazu)
na živnosť, alebo trvalý pracovný pomer
Potrebná je základná znalosť čítania výkresovej
dokumentácie a zodpovedný prístup k práci. Ide o prácu
v jednozmennej prevádzke. Nástup možný ihneď.
Mzda: 6,00 €/hod. + odmeny.
Miesto výkonu práce: Dolný Lieskov
Kontakt 0902 969 032; mail.sk@ekobal.sk.

PREDÁM BRIKETY, PELETY

<p>BRIKETY brikety vyrobené z tvrdého a mäkkého dreva</p> <p>1 tona 190,-</p>	<p>PELETY Borovicové pelety kvalita A1</p> <p>1 paleta 215,-</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------

Kontakt: 0905 556 624
e-mail: ib.brikety@gmail.com

Ponúkam
všetky stavebné a maliarske
práce, striekanie striech



Kvalita a serióznosť
0910 993 219



DVOJBÝT 73 a 78 m²
Royova Púchov na predaj!
Tel. 0907 983 374
www.jurcacko.sk

Nie ísť pre mlieko, ale ísť po **Slovenčina naša**
mlieko. Nie je pravdou, že, ale je pravda, že.

NOVOOTVORENÁ

sonografická ambulancia - ultrazvuk

v Nemocnici - poliklinike na 3. poschodí, Pov. Bystrica MUDr. Thoit
Ordinačné hodiny: každý deň okrem stredy od 7:00 do 11:00 hod.
Sonografická ambulancia v Lednických Rovniach - poliklinika pri kostole.
Ordinačné hodiny: pondelok, utorok a štvrtok od 13:00 do 15:00 hod.

Vyšetrujeme všetky orgány tela okrem gynekológie, s fotodokumentáciou
vyšetrených orgánov na farebnej tlačiarni.
Netreba žiadanku od obvod. lekára, stačí priamo prísť do ambulancie.

Nepracujeme na zdravotné poisťovne, platí sa 20€.
Objednajte sa na tel.: 0948 665 320 - NONSTOP

**PREČÍTAJTE SI
ZADNÚ
STRANU**

Moletka

POVAŽSKÁ BYSTRICA

VIANOČNÁ AKCIA
NA ZIMNÉ BUNDY **20%**

**ZČAVY NA KOSTÝMY, ŠATY, BLŮZKY,
SUKNE, NOHAVICE, TRIČKÁ, TUNIKY... 10%**

V ponuke aj obľúbené darčekové
poukážky v hodnote 20 €, 50 € a 100 €



Nájdete nás v Považskej Bystrici v budove SUPERMARKETU Coop Jednota
na prízemí od parkoviska. Tel.: 0948/ 88 63 88, 0911/88 37 88,
Otvorené: PO-PI: 9.00-17.30 hod., SO: 9.00-12.00 h.

KOMPLETNÉ REKONŠTRUKCIE domov, bytov
nebytových priestorov, panelákových schodísk, maľby,
nátery, stierky, omietky, sadrokartón. Tel: 0911 689 723

PONUKA PRÁCE NA TRVALÝ PRACOVNÝ POMER



Pozícia:
CNC SÚSTRUŽNÍK

- sústruženie odliatkov, znalosť jednoduchého programovania výhodou
- základná mzda 700 € plus prémie do 300 €

Ponúkané benefity:

- mimoriadne príplatky
- 2x ročne bonus
- obedy v cene 0,5 €
- wellness služby a ďalšie benefity

**LEPŠIA PRÁCA
PRINÁŠA
LEPŠÍ ŽIVOT**



MEDEKO

Kontakt:
personalne@medeko.sk
0917 146 595
Adresa: Orlové 255,
Považská Bystrica

**POVAŽSKO
BYSTRICKO-PŮCHOVSKO**

Redakcia: Partizánska 128
POVAŽSKÁ BYSTRICA
povazsko@regionpress.sk

REGIONPRESS

Vydavateľ:
REGIONPRESS S.R.O.
Študentská 2, 917 01 Trnava
IČO: 36252417
reg. MKSR EV 3676/09

INZERCIA

Lenka Mgllová 0905 915 035
Emília Rosinová 0907 673 990

www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk
Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (26.500 domácností)

Každý týždeň:
v Považskej Bystrici, Púchove, Orlové, Považské Podhradie, Jel-Sové, Prečín, Dohňany, Beluša, Lysá, Lúky, Nimnica, D. Mariková, Kľeština, Udča, Považská Tep-
lá, Noske, Žiarčie, Mestečko, Vydrná, Dolné Kočkovce, Horné Kočkovce, Streženice, Lednica, Pú-
chov - Staré, Papradno, Stupné, Jasenica, Šebeštanová, Podma-
nín, Zemiansky Kvašov, Bvrnište
a Nové Nosice
+ v páamom týždni navyše:
+ v nepáamom týždni navyše:
Bvrnište, Plevník-Drieňové, Malé
Lednice, Horný Moštenec, Dolný
Moštenec, Dolná Breznica



Vydavateľ nezodpovedá za obsah a
pravdivosť inzerátov. Neprešlo jazy-
kovou úpravou.

Posla o pomoc: Posilné Vís, v prípa-
de, že viete o meste, kam naše noviny
nechodajú, dajte nám, vedieť. Ďakujeme

Západné Slovensko

BV	57.000	Bratislavsko Východ
BZ	67.000	Bratislavsko Západ
DS	26.000	Dunajskostredsko
GA	30.000	Gallačsko-Šaliansko
HC	24.000	Hlohovsko-Serečsko
KM	15.000	Komárňansko
LV	30.000	Levice
MA	25.500	Malacko
NR	48.000	Nitranské
NZ	35.000	Novozámocko
PK	21.000	Pezinské
PN	32.500	Plesčiansko-NM+MY
SC	25.000	Serecke
SE	31.000	Serecko-Skalicko
TD	38.000	Topoľčiansko+PE+BN
TN	52.000	Trenčiansko+DCA+L
TT	45.500	Trnavsko
ZM	18.000	Zlatomoravsko

Stredné Slovensko

BB	51.000	Banskobystricko+BR
KY	30.000	Kysucko+CA+RM
LI	35.500	Liptovsko+UM+RK
LC	30.000	Lučenecko+VK+PT
MT	39.250	Martinské+TR
OR	38.600	Oravsko+DK+ND+TS
PB	35.500	Považsko+PB+PU
PD	35.000	Prievidsko
ZV	36.500	Zvolensko+DF+KA
ZH	26.500	Žiarcko+Z+ES
ZA	52.000	Zilinské+BY

Východné Slovensko

BJ	29.000	Bardubovsko+SK+SP
GE	25.000	Gemercko+RV+RS+RA
HU	25.000	Humensko+VT+SV+ML
KE	82.750	Košicko
KS	22.250	Košicko okolie
SL	13.000	Ľubovniansko
MI	30.500	Michalovsko+TV+SO
PP	40.000	Papradnsko+HK
PO	40.000	Prešovsko+SB
SN	30.000	Spišsko+LE+CL

Neobyčajne obyčajné dni

Nedávno som sa pristavil v obchode pri vyložených vianočných pozdravoch. Bolo pri nich prázdno, až na jednu výnimku, pani v zrelom striebornom veku. Vyberala si, aj keď, výber bol slabý. Vianočné pohľadnice už takmer nedostať, tie obálkové pozdravy s napísaným textom sú o dosť drahšie a hlavne – text, ktorý obsahujú, je často neosobný až hlúpy.

„Vy ešte posielate ručne písané želania“ - pýtam sa a hneď aj s úsmevom dostávam odpoveď - „celý môj život. Ja iba pišem. Rukou, od srdca.“

Takže, pišem aj ja od srdca, hoci cez počítač a tlačiareň: „Pekné, pokojné a šťastné sviatky vám, milí čitatelia!“ No, šťastné asi každý nemá, ale dá sa vybrať, aspoň pokojné. Tiché. Vlastne asi také majú byť – tiché, až do Štefana.

Nuž ale – v rukách máte práve naše posledné vydanie roka 2019. A tak sa už pozeráme aj na ten ďalší, dvadsiaty. Na Silvestra sa to ešte dá, aj do Troch kráľov, veď sú to sviatky, ale potom nastane zas každodenný boj. Áno, boj. A

tak vám, vážení čitatelia, za všetkých kolegov želim iba víťazstvá v bojoch s prípadnými chorobami. Ale aj víťazstvá v bojoch o spravodlivejšiu spoločnosť, o to, aby v politike bolo viac poctivosti a čo najmenej osobných záujmov jednotlivcov. Vybojujme si náš štát, nie štát, ktorý si uzurpovali oligarchovia a ich politické slúžky. Štát, ktorý by slúžil nám – veď si ho na to platíme. A čoraz viac si ho platíme. Tak nech sa aj stará o nás čoraz viac. Vybojujme si politiku a politikov, ktorí myslia na nás a konajú za nás a nedajú šancu tým, ktorí myslia iba na seba. Všetko seba, pre seba. A naše vzdelanie, naše zdravie, náš životný štandard, to je pre nich nič. Iba obťažovanie.

Takže – všetko dobré vám, vážení čitatelia. Uvidíme sa opäť v druhom januárovom týždni.

S pozdravom

» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor



Nie kareláb, ale kaleráb. Slovenčina naša
Nie kde ideš, ale kam ideš. Nie dopis, ale list.

• Tepelné čerpadlá
• Klimatizácie

DAIKIN
ProAir Systems s.r.o.
Tel: 0911 666 117
www.proair.sk
PREDAJ A MONTÁŽ

Tepelné čerpadlá aj so ŠTÁTNOU DOTÁCIOU

Frézovanie vložkovanie komínov

19 rokov praxe
Skúsenosti
Odbornosť

Obhliadky zdarma

Zavolajte nám a poraďte sa
0905 630 800

KOMÍNY s.r.o. www.kominsky.sk

PREDÁM NOBASIL KNAUF
všetky hrúbky 10 cm - 1,99 €
5 cm - 0,99 €
Pri väčších odberoch - dohoda

DOPRAVA ZDARMA
0902 699 999

KOVOVÝKUP - ToS KaŠ - NEMŠOVÁ
www.tvrdokov.sk
0904 538 515

VÝKUP ŠPECIÁLNYCH ZLIATIN, OCELE, AUTOBATÉRIÍ...

NEREZOVÉ KOMÍNOVÉ VLOŽKY **OCELOVÉ DYMOVODY** **FASÁDNE 3-VRSTVOVÉ KOMÍNY**

KOMÍN S.R.O.

FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV
Tel: 0948 267 814

kominsro.sk kominsro@kominsro.sk

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

Čarovné teplo domova
Vám praje firma Profikomíny

0911 836 974 - www.profikominy.sk

VŔTANIE STUDNÍ
vŕtanie aj malou súpravou
budovanie Ø 160mm
0918 620 100

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

KVALITNÉ A EXKLUZÍVNE
Od návrhu až po realizáciu

KAMINA
www.KAMINA.sk

Krby Kachle Pece Komíny
Dolné Rudiny 1, ŽILINA (budova DOMINO)
0948 159 954 Otv. hodiny: Po - Pi: 09.00 - 17.00 hod.



Way of Life!

Čas zapriať štvorkolku

POISTENIE NA ROK



V CENE

ZIMNÉ KOLESA



V CENE

EASY WAY

3+7

ROKOV
NA MOTOR A PREVODOVKU



SX4
S-CROSS 4x4
už od 19 300 €



VITARA 4x4
už od 19 490 €



ALLGRIP

Skvelé bonusy v hodnote až 2 122 €

Užite si zimu naplno. Využite špeciálnu ponuku na naše najpopulárnejšie SUV. Získate výhody, ktoré oceníte nielen na snehu. Limitovaná akcia platí na prvých 150 ks Vitara a 150 ks SX4 S-Cross. Vybrať si môžete štvorkolku s pohonom všetkých štyroch kolies AllGrip aj dvojkolku.

Ponuka je limitovaná obmedzeným počtom kusov poistení a zimných kolies. Poistenie na rok zahŕňa povinné zmluvné a havarijné poistenie. S programom Easy Way získate zdarma tri roky záruky a sedem rokov poistenia na motor BoosterJet a prevodovku. Emisie CO₂ 131 – 172 g/km, kombinovaná spotreba paliva 5,7 – 7,6 l na 100 km. Ilustračné foto. www.suzuki.sk

Trestný čin, priestupok a správny delikt

Právna úprava vymedzujúca **trestný čin** je obsiahnutá v **Trestnom zákone**. Celé **trestné právo** je založené na **záseade Nullum crimen sine lege** (Žiaden trestný čin bez zákona).

Z danej zásady vyplýva, že trestným činom je len to, čo zákon za trestný čin označí. Problematikou trestného činu sa zaoberá trestné právo a problematika správnych deliktov a priestupkov spadá pod správne právo. Priestupok je definovaný v **Zákone o priestupkoch** ako zavinené konanie, ktoré porušuje alebo ohrozuje záujem spoločnosti a je za priestupok výslovne označený v zákone o priestupkoch alebo v inom zákone, ak nejde o iný správny delikt postihnutelný podľa osobitných právnych predpisov, alebo o trestný čin.

Priestupky zároveň tvoria najrozsiahljšiu skupinu správnych deliktov. Správny delikt nie je v žiadnom právnom predpise ucelene definovaný. Ide o početnú skupinu činov, ktoré majú spoločné, že ide o protiprávne konanie, ktorého znaky sú uvedené v zákone, za ktoré orgán verejnej správy, resp. správny orgán ukladá sankcie ustanovené administratívno-právnu formou.

Správnymi deliktmi sú priestupky alebo iné správne delikty. Rozdielov medzi priestupkami a trestnými činnosťami je mnoho, ale najdôležitejšie spočívajú v rozličnej závažnosti konania, v príslušnosti na rozhodovanie a v sankciách. Asi najdôležitejšou odlišnosťou medzi

trestným činom a priestupkom z pohľadu bežného občana sú sankcie. Vzhľadom k tomu, že závažnosť trestných činov je vyššia ako závažnosť priestupkov, aj sankcie za trestné činy sú prísnejšie. Trestný zákon stanovuje, že za trestné činy môže súd páchateľovi uložiť tieto tresty: trest odňatia slobody, trest domáceho väzenia, trest povinnej práce, peňažný trest, trest prepadnutia majetku, trest prepadnutia veci, trest zákazu činnosti, trest zákazu pobytu, trest zákazu účasti na verejných podujatiach, trest straty čestných titulov a vyznamenaní, trest straty vojenskej a inej hodnosti, trest vyhodenia. Za priestupok možno uložiť sankcie vo forme pokarhania, pokuty, zákazu činnosti alebo prepadnutia veci.

Hranicou medzi priestupkom a trestným činom je tzv. materiálny korektív, ktorý má zabezpečiť dodržiavanie zásady „ultima ratio“, čo znamená, že prostriedky trestného práva sa majú použiť až ako krajný prostriedok štátu na ochranu určitým, trestným zákonom vymedzeným spoločenským vzťahom, v prípade, ak prostriedky iných právnych odvetví sú neúčinné na ochranu takýchto vzťahov.



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

Nielen REALITNÁ KANCELÁRIA



- Vykúpime Vašu nehnuteľnosť, alebo Vám pomôžeme s predajom.
- Vybavíme všetky povolenia na Vašu nehnuteľnosť - aj to, čo nik nevie.

BLIŽŠIE INFORMÁCIE:
stanislavcorej@realitier.sk
tel.: 0905 907 521

Radi Vás obslužime

v predajniach na Hlinách, Rozkvet, pri nemocnici a v Pružine.

Ponúkame hovädzie, bravčové, hydinové mäso, domáce výrobky, údené domáce klobásy a mäso na bukovom dreve. Tešíme sa na Vás!



Zdravie cez Vianoce

Súčasná podoba štedrých Vianoc je novodobým javom a postupne sa dostatok a štedrosť žiaľ stále viac a viac prehľbuje.

Z toho však býva aj veľa zdravotných problémov – z množstva stravy, z jej zloženia a z veľkej konzumácie alkoholu. Na štedré Vianoce sa treba aj pripraviť. Ten, kto dodržiava pôst má výhodu – pred Vianocami dochádza k úľave pre tráviaci trakt, k akejsi očiste, či detoxikácii, metabolické deje v organizme dostali úľavu a oddych, dochádza aj k zmenšeniu objemu žalúdka. Takže na následné štedré najedenie sa (nie prejedenie) môže metabolizmus byť viac pripravený, oddychnutý a na druhej strane aj prirodzene človek nezje enormné množstvo, lebo sa rýchlejšie zasýti.

Treba rátať, že pocit sýtosti nasleduje až 15-20 min. po poslednom sýte. Preto jeme pomaly na spôsob Francúzov, Talianov, sústredia sa radšej na spoločnosť pri jedle. Po veľkom prejedaní sú následne časté hnačkovité ochorenia. Jeme radšej častejšie, dajme priestor, aby sa metabolizmus vysporiadal aj s inou, ako bežnou skladbou stravy.

Množstvo tuku – pozor hlavne u ľudí s ochorením podžalúdkovej žľazy alebo žlčníka – či už chronickou pankreatitídou alebo s prekonaním akútnej pankreatitídy v minulosti.

Cukor – v každom recepte možno

znižiť množstvo cukru o tretinu ale neraz aj o polovicu. Ak by bol koláč niekomu málo sladký, pocukrenie na povrchu nahradí 100 g cukru v ceste. Miesto cukru možno na prípravu použiť med. Hladkú bielu múku všade, kde sa len trochu dá, nahradí špalďovou alebo celozrnnou, či už úplne, alebo v pomere 1:1. Nepoužívať umelé margaríny, radšej maslo, alebo kvalitný rastlinný olej.

Alkohol - 3 jednotky u muža, 2 jednotky pre ženy (1 jednotka = 250 ml pohár piva, 100ml vína alebo 30 ml destilátu) (1 jednotka = 10 g čistého alkoholu)

Diabetici: Vyhýbať sa sladkému vo veľkom množstve, ak áno, radšej uprednostniť ovocie ako klasické koláče. Častejšie si kontrolovať glykémiu glukomerom, podľa výsledkov event. upraviť liečbu, dávku inzulínu. Jednoznačne treba dbať na dostatok pohybu.

Hypertonici – nesoliť pri príprave jedla, ale až keď je hotové.

Iba od nás závisí, či prežijeme sviatky v pohode a zdraví. A také vám ich zo srdca želám.

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



DVERE VCHODOVÉ

www.vchodove-dvere.sk 0917 678 746

15 - bodové zamykanie, zvukotesniaca a tepelnoizolačná výplň, oceľová zosilnená konštrukcia
ZÁRUČNÝ a POZÁRUČNÝ SERVIS
PVC povrchová úprava v dekore dreva.



Výroba plastových a hliníkových
OKIEN, DVERÍ
fasád a zimných záhrad

ELASTIC
s. r. o.

ILAVA

Kpt. Nálepku 810
019 01 Ilava
tel.: 0905 371 379

elasticro@elasticsro.sk
www.elasticsro.sk

**KUPOJTE
OKNÁ
PRIAMO
U VÝROBCU**





Slovensko pre všetkých, nie pre vyvolených

www.socialisti.sk



Eduard Chmelár

V čom sa Socialisti.sk odlišujú od iných politických strán a hnutí?

Netvárame sa, že žijeme v demokracii a neopijame ľudí rožkom. Tvrdíme, že tento systém nie je vládou ľudu, ale vládou bohatých, že nepeštuje kultúru mieru, ale vojny, že sa neusiluje o udržateľný život pre všetkých, ale o nekonečný zisk pre vyvolených. My sme neprišli hrať divadlo, zapchať ľuďom ústa omrvinkami a nahradiť jednu zločineckú skupinu druhou. Prišli sme zmeniť systém. A chceme, aby ľudia konečne pochopili, že majú nárok na viac, než dostávajú.

Táto vláda však tiež tvrdí, že buduje a chráni sociálny štát...

Tomuto hovoríte sociálny štát?! Keď ľudia čoraz viac doplácajú na lieky, mladí ľudia nemajú kde bývať, dôchodcovia solva vyžijú, robotníci hrdliacia tak, že máme najviac nadčasov a nočných smien v Európe a vláda zvyšuje ceny energií pre domácnosti? A skromný slovenský človek je ešte vďačný, že mu nezoberú aj to posledné.

Ako to chcete zmeniť?

Jednoduchou zmenou priorit tohto štátu. Žijeme v spoločnosti, ktorú opustila predstava o lepšom živote pre všetkých. Namiesto nej sme si nechali vnútiť argumentáciu, že keď pracujúci ľudia, dôchodcovia alebo mamičky na materskej pýtajú viac, sú nezodpovední, lebo ekonomika to vraj neunesie. Počuli ste, že by sa takto argumentovalo v prípade nákupu stíhačiek? Alebo zvyšovania poslanceckých plátov o vyše tisíc eur? Alebo mnohonásobne predražených štátnych zákaziek? Nie, naďalej nás balamutia. My máme momentálne jediný konkrétny cieľ: dobehnúť Európu v zbrojení. Ale to je choré. My ju choeme dobiehať vo vzdelávaní, kvalitnej zdravotnej starostlivosti, výdavkoch na vedu, výskum, životné prostredie a kultúru. Poviem vám konkrétny príklad. Táto vláda vyhodila dve miliardy eur za predražené stíhačky. Za to by sme mohli postaviť 40 000 bytov pre mladé rodiny. Škrtneme tieto nezmyselné nákupy zbrani. Výrazne zlepšime životnú úroveň ľudí. Zvýšime minimálnu mzdu na 800 eur a zavedieme minimálny dôchodok vo výške 500 eur. Zavedieme nulovú DPH na potraviny, lieky a knihy. Dôchodcom zabezpečíme bezplatný prístup k liekom. Zavedieme mzdový strop na úrovni maximálneho platu desaťnásobku minimálneho platu vo firme, aby sa nestávali prípady ako v U.S.Steel Košice, kde prezident firmy má vyšší plat ako 2500 zamestnancov dohromady, ktorých chce vyhodiť na dľažbu. Nech si platy zrealizujú manažment, nie robotníci. Ak vedia nájsť peniaze

pre seba, musia nájsť peniaze aj pre zamestnancov. Podobne chceme zvýšiť materský príspevok na úroveň predchádzajúcej mzdy matky a rodičovský príspevok a úroveň priemernej mesačnej mzdy.

Kde na to všetko chcete vziať?

Ale peňazi je dosť. Stačí nekradnúť, lepšie vyberať dane a spravodlivejšie rozdeliť spoločné bohatstvo. Na korupciu odtečú zo Slovenska štyri miliardy ročne. Máme najhorší výber DPH v Európe. Šialene zbrojime. Toto sa musí skončiť. Je to aj o nás, že im to dovolíme. Namiesto toho, aby sa ľudia vzbúrili, pokome prijímajú svoj údel ako také hovädka idúce na porážku. V médiách sa riešia úplne hlúposti, ale vôbec sa nevedú diskusie o tom, aká by mala byť úroveň miezd, aby ľudia nežili v strachu o budúcnosť, aby si vedeli zaplatiť každodenné výdavky. Tento systém je prehnitý.

Čo to konkrétne znamená?

Znamená to, že koreňom našich problémov nie je Haščák, Fico alebo Kočner, ale kapitalizmus. V roku 1989 ho chceli len tri percentá ľudí. Dnes tie tri percentá držia túto spoločnosť v hrsti, ovládajú ju politicky, hospodársky, sociálne, environmentálne i mravne devastujúcim spôsobom. Ak nezmeníme logiku ekonomických vzťahov, nepohne sa z miesta. Korupcia, rozkrádanie a drancovanie zdrojov bude pokračovať. Obávam sa však, že inak ako revolúciou to nepôjde. Ak teda chceme obnoviť a sfunkčoniť demokraciu.

To znie veľmi radikálne, neobávate sa, že si tým odplašíte umiernených voličov?

Ale táto doba si vyžaduje zásadné radikálne riešenia. Naša krajina a planéta už nie je v stave, že by mohla hrať o čas a odkladať nevyhnutné opatrenia. Veď sa pozrite na tých opozičných politikov. Oni nemajú ani potuchy, ako urobiť poriadok s finančnými skupinami. Pripomínajú vystrašené decká, ktoré sa bijú do prs, ako zajtra zbijú tých veľkých chlápov, čo im vzali loptu, ale v skutočnosti iba dúfajú, že si nejaká bohatá firma spomenie aj na nich. Sú to manekýni moci. Navrhli sice Pente prstrihnúť krídla, ale na zásadnú systémovú zmenu – zrušenie zdravotných poisťovní a vyhnanie biznisu zo zdravotníctva – si netrúfnu.

A už vôbec sa nedotknú nastupujúcej digitálnej oligarchie, s ktorou sa dokonca bez hanby stretávajú za bieleho dňa na verejnosti. Viete si predstaviť, ako by vyvážala opozícia a s ňou spriaznené médiá, keby sa Fico stretol v kaviami s Haščákom? Ale keď sa stretne Kiska so Zajacom, nehanebne nás kímia

rozprávkami, že oni sú ti dobrí, že za to nič nechcu. V tomto štáte nie sú určené ani základné pravidlá, za ktorých sa smie stretávať politik s podnikateľom, tak na čo sa tu hráme?

Dnes nikto nemá odvahu povedať, že systém je prehnitý a prehrávame všetci. Oligarchia je príliš silná. Legislatíva, ktorá im trochu skomplikuje aktivitu, jej nemôže ublížiť. Proste sa to naučia robiť inak. Znova si kúpia nejakých ľudí bez morálneho kompasu, znova si prerozdedia sféry vplyvu, znova začnú diktovať podmienky voleným orgánom. Prídu nové kauzy, nové škandály, noví gaunerí. Takto to nezastavíme. A nie som si istý, či to ľudia ako pán Beblavý, Kiska či Truban vôbec chcú úprimne zastaviť.

Často hovoríte o potrebe hľadania alternatívy voči kapitalizmu.

Čo si pod tým predstavujete?

Určite nie návrat k direktívnemu riadeniu minulého režimu. Nepriaznivé dopady kapitalizmu chceme prekonať rozširovaním netrhového sektora: vytváraním podmienok pre úverové zväzy, družstvá, neziskové banky, opensourceové softwarové projekty, subvencované kultúrne projekty. V prvom rade však chceme nahradiť kapitalizmus demokratickým zriadením, v ktorom má verejný záujem prednosť pred súkromným ziskom. Úlohou ľavice nie je robiť charitu pre chudobných a rozdávať im drobné, ale programovo znižovať nerovnosti, iba tak vytvoríme systém, v ktorom oligarchovia nebudú mať šancu ovládať svet.

Presadiť výraznejšie progresívne zdanenie, obmedziť množstvo peňazi vo volebných kampaniach, vyhnáť biznis z verejných služieb – to je cesta, ktorá posilňuje demokraciu. Koristnícky kapitalizmus nie je cestou k ľudskej dôstojnosti, ochromuje našu ľudskosť, zvyšuje sebecko a ničí planétu. Ti, ktorí držia v rukách moc, sa ju napokon budú snažiť udržať aj za cenu fašistických metód, ako sme to videli v Čile. Takže našim cieľom je poraziť kapitalizmus a zabrániť fašizmu. To sú spojené nádoby.



ZLAVY • ZLAVY •

veľký knižný VÝPREDAJ



PO CELOM SLOVENSKU
15
predajní



**KNIHY PRE
KAŽDÉHO**
s.r.o.

tvoja sieť kníhkupectiev

SME TU PRE VÁS UŽ VIAC AKO
26
rokov



**NÁŠ
TIP**

**DARČEKOVÉ POUKÁŽKY NAKÚPITE
CEZ NÁŠ E-SHOP A PREDAJNE**

www.knihyprekazdeho.sk

Považská Bystrica: OD Prior, prízemie

OD PRIOR: Banská Bystrica - L. Mikuláš - Partizánske - Piešťany - Prievidza - Trenčín - Zvolen -
Žiar n. Hronom - KOŠICE: Železničná stanica, 1. posch. (Staničné námestie 11) - Martin: Martinský Rínek (Ul. 29. augusta) -
Trnava: OD Jednota - BRATISLAVA: Obchodná ul. 62 - OC DANUBIA - OC RETRO

ZLAVY • ZLAVY •

ZBORAN

výroba postelí
a matracov
na mieru

**Matrace
pre zdravie**

0907 714 329

www.matraceprezdravie.sk

Bossing, likvidácia „fajnovým“ spôsobom

Bossing je špecifický tým, že šikanovania sa dopúšťa nadriadený pracovník. Bossing je psychické šikanovanie v zamestnaní.

Ide teda o také správanie nadriadeného, ktoré poškodzuje podriadeného pred jeho kolegami, sťažuje či znemožňuje mu jeho prácu. Bossing sa samozrejme vyvíja a stupňuje. Tento druh šikanovania zhoršuje vzťahy na pracovisku a zvyšuje kult osobnosti vedúcich.

Za bossing môže byť považované:

- Prehnané kontrolovanie plnenia povinností alebo dochádzky,
- neschválenie dovolenky,
- arogantné správanie,
- slovné urážky,
- nedocenenie práce či častá a neoprávnená kritika,
- zosmiešňovanie pred kolegami,
- zadávanie príliš zložitých úloh (na ktoré nemá podriadený kvalifikáciu alebo sú nespiteľné),
- zabraňovanie prístupu k informáciám napr. od nadriadených - vedie k neinformovanosti,
- nemožnosť vyjadriť svoj názor alebo navrhnúť svoje návrhy,
- privilastňovanie práce podriadeného jeho šéfom,
- sexuálne obťažovanie,
- bezdôvodné vyhrážanie výpoveďou

(ukončením služobného pomeru),
• nadmiera nadčasov.

Tolerovať môžeme povahy a náklady kolegov, nie však bossing, ktorý je v podstate cieľným útokom. Niektoré štáty majú túto problematiku definovanú a jej riešenia rozpracované legislatívne, Slovensko sa však takýmto dokumentom ešte pochváliť nemôže. Vychádzať môžeme však zo Zákonníka práce, kde je bossing definovaný ako porušenie zásady rovnakého zaobchádzania so všetkými zamestnancami.

Prvým reálnym riešením je zväziť odchod z práce. Pokiaľ však niečo také neprichádza do úvahy, je nutné dať najavo útočníkovi, že takéto zaobchádzanie s vašou osobou nebudete tolerovať. Vhodné je porozprávať sa o tom aj na porade, nie len medzi štyrmi očami, ale v prítomnosti kolegov a svedkov, objektívnych pozorovateľov.



» red

ZA ĽUDÍ

Vymeníme neschopných
politikov za odborníkov

Krásne Vianoce a šťastný nový rok 2020

Dovoľte mi najskôr sa obzrieť za rokom, s ktorým sa práve lúčime. V rezidentských voľbách som podporoval Zuzanu Čaputovú. Veľmi ma potešilo jej víťazstvo a kontinuita, ktorá nastala.

Chcem však ďalej pomáhať Slovensku, preto som založil stranu ZA ĽUDÍ. Po troch mesiacoch patrí naša strana medzi najsilnejšie opozičné strany, ktoré majú šancu prevziať zodpovednosť za krajinu.

Dal som dokopy najlepších ľudí, ktorí nie sú marketingovými produktmi, nie sú to celebrity z televízie. V politike musia byť ľudia, ktorí vedú ako konkrétne pomôcť našej krajine, nielen kritizovať. Podľa mnohých novinárov máme najlepšiu kandidátku.

Veronika Remišová zachránila krajinu stovky miliónov eur, štát tak mohol viac investovať do zdravotníctva, či školstva. Má pripravenú reformu polície, aby sme konečne odstrihli Kočnerovskú mafiu. Na výsledky vláda Ledeckého starostu Spišského Hrhova sa chodia pozeráť reportéri a politici z celého sveta. Zamestnal každého v obci, bez ohľadu na farbu pleti, ľudia nemusia utekať za prácou. Janka

Žitňanská sa roky venuje pomoci najslabším, hendikepovaným. Juraj Šeliga ukázal odvahu na námestiach po vražde Jána Kuciaka a Martyiny Kušnírovej. Máme výbornú kandidátku, veľmi silné mená a osobnosti z celého Slovenska.

Čaká nás dôležitý rok

29. februára 2020 nás čakajú dôležité parlamentné voľby. Veľkým rizikom je, že budúcu vládu sa pokúsí zostaviť Smer s Kotlebovcami a Harabinom. Smer za 12 rokov pri moci neurobil nič pre ľudí, myslia len na seba. Ak by zostavoval ďalšiu vládu znamenalo by to, že sa nezbavíme mafie, oligarchovia budú ďalej zarábať na štáte.

Na záver mi dovoľte zaželať Vám príjemné sviatky. Veselé Vianoce a šťastný nový rok 2020. Verím, že sa Vám všetkým, ale aj nám v strane ZA ĽUDÍ bude dariť a spolu zmeníme našu krajinu. Všetci si zaslúžime žiť na lepšom Slovensku.

**ZA ĽUDÍ**

Andrej Kiska, predseda strany ZA ĽUDÍ



Ďakujeme vám za priazeň v tomto roku.

Krásne Vianoce a šťastný nový rok 2020

vám praje vaše

POVAŽSKO-PÚCHOVSKO



REGIONPRESS

79,99 €
59 €

Umývač okien
WV 2 Premium

www.kerapol.sk

PREDAJ-SERVIS-POŽIČOVŇA

KERAPOL
kúpeľňové štúdio & náradie

Vianočná akcia!

Zľavy na obklady, dlažby,
sanitu, kúpeľňový nábytok a
vybraný tovar od značiek
DeWalt a Kärcher!

3D vizualizácia ZDARMA!

279,99 €
259,00 €

FC 3 Cordless + WV 2
Premium **grátis**

0911 137 347, SNP 1425, Pov. Bystrica, smer Rajec

162,00 €
119,00 €

Profesionálny vysavač
T 7/1 Classic

Ach, ten zázračný med

Med a Vianoce. To vari ani nejde oddeľiť. Jedno bez druhého by nebolo tým, čím je. Ale prečo by to malo zostať tak, že med iba na Vianoce?

Med je pre človeka odpradávaňa čím-si zázračným. Už viac ako desaťtisíc rokov sa používa na celom svete ako výživný a taktiež liečivý prostriedok. V stredoveku bol rovnako vzácny ako soľ. V dnešnej dobe môžeme med s čistým svedomím považovať za produkt bohatý na bioaktívne a ďalšie látky podporujúce zdravie. Veda preniká stále hlbšie do zloženia týchto látok, popisuje ich účinok na látkovú výmenu a na naše zdravie a dospieva k prekvapujúcim výsledkom. Napríklad podľa českých expertov na zdravú výživu med účinne chráni pred rakovinou a duševnou únavou.

Tým, ktorých trápi nespavosť, odporúčajú užijť pred spaním práve med. Nachádza sa v ňom skupina vitamínov B, posilňujú nervovú sústavu a látky požírajúce voľné radikály, preto slúži aj ako vynikajúca prevencia proti rakovine. Zlepšuje aj trávenie, stavbu kostí a obranyschopnosť organizmu.

Najlepšie je kupovať med priamo od včelára. Určite každý z nás v okolí nejakého má. Med musí byť dostatočne hustý. Každý med prirodzene kryštalizuje, je to známka kvality. Nekryštalizuje iba agátový med, ktorý má iný pomer glukózy a fruktózy. Každý med je zdravý, majú však rôzne špecifiká.

Agátový je najjemnejší a najmenej dráždivý. Kvetové medy sú chuťovo výraznejšie, najmä lipový a slnečnicový. Niektoré obsahujú veľa peľových zložiek, ktoré môžu dráždiť najmä ľudí náchylných na alergie. Typ medu rozoznate aj podľa farby a vône. Rastliny, ktoré sú medonosné, nekvitnú naraz. Na jar sú to ovocné stromy, potom repka olejka a agáty.

Ak používate med na osladenie čaju alebo kávy, nedávajte ho do úplne horúceho nápoja, ale počkajte kým trochu vychladne. Zohrievaním nad 42 stupňov stráca med veľa zdravých látok. Preto, ak uprednostňujete tekutý med siahnite po agátovom. Naopak, pravého skryštalizovaného medu sa netreba báť – aj jeho tuhé časti sa spoľahlivo vo vlažnom čaji rozpustia.



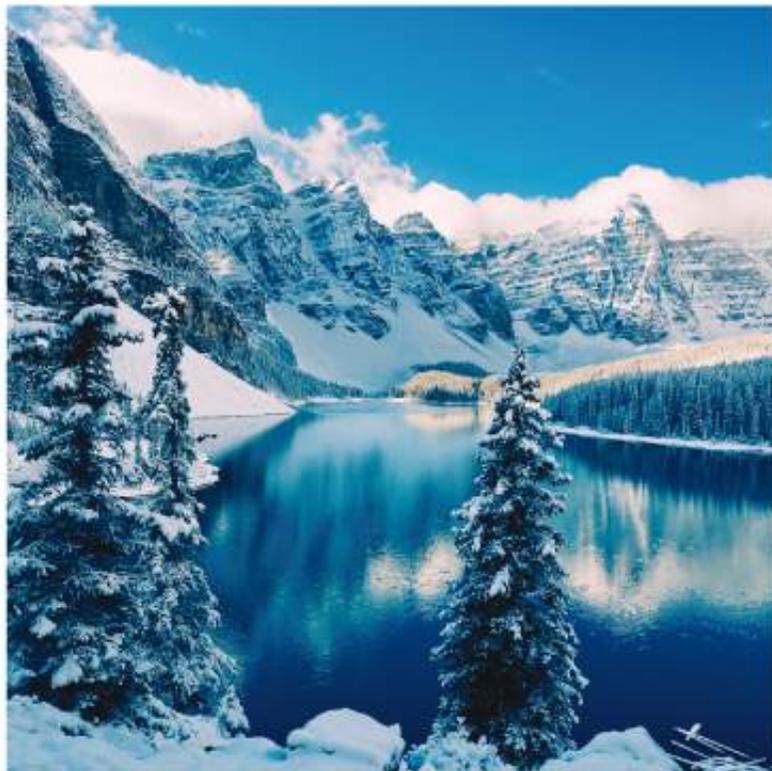
» red

Slovenčina naša

Nie je to moc dobré,
ale je to veľmi dobré.
Nie merať si horúčku,
ale merať si teplotu.

**Prijmeme
pracovníka**

na štiepanie
a ukladanie
palivového dreva
v Beluši 4€/1h/1prn
Tel: 0948 277 822



www.**TonerPartner**.sk



ZĽAVA

10%

na kompatibilné náplne

ZĽAVA

3%

na originálne náplne

Ako získate zľavu?

Pri objednávke v e-shope www.tonerpartner.sk zadajte v nákupnom košíku zľavový kód **POVAZSKOBYSTRICKO** a získate zľavu 10% na kompatibilné náplne a 3% na originálne náplne.



Čo pre vás robím v europarlamente? Bojujem proti klamstvám na internete

Moje meno je Vladimír Bilčík. Roky som pracoval ako učiteľ a v máji tohto roku som sa stal poslancom Európskeho parlamentu. Pôsobím v politickej skupine Európskej ľudovej strany a v práci sa venujem predovšetkým bezpečnosti a spravodlivosti v štátoch Európskej únie a teda aj u nás na Slovensku. Často sa ma pri stretnutiach s občanmi ľudia pýtajú, čo urobíme s tým, aké klamstvá a nenávisť sa dnes šíria po internete.

Nie je to ľahká otázka, no snažím sa na nej poctivo pracovať. V prvom rade, nikto nechce obmedzovať slobodu názoru. Ako spoločnosť sa však musíme vedieť účinne brániť proti účelovým a zákerným klamstvám. Nemôžeme sa nechať utopiť v nebezpečných a nenávislivých výmysloch. V nepravde sa nám ako spoločnosti nikdy dariť nebude.

Európska únia ako silný politický hráč je veľmi dobrým pomocníkom na to, aby sme vedeli veľkým internetovým spoločnostiam dôrazne povedať, že šírenie lží a výmyslov na internete nemôže byť také ľahké ako dnes. A čo je dôležitejšie - klamstiev a faľošných dohadov nemôže byť na

sociálnych sieťach viac ako pravdivých a overených správ a faktov.

Diskusia o riešení na úrovni Európskej únie bude trvať niekoľko rokov. Je to tak správne, pretože je to náročná téma a nikto z nás nechce nedomyšlené opatrenia a už vôbec nie obmedzovať slobodné názory.

Lož však nemôžeme považovať za názor. So šírením výmyslov, dezinformácií a klamstiev už vieme mnoho spraviť aj dnes. My sami. Úplne prvým krokom je naša väčšia obozretnosť pri práci na internete.

Môžu nám pomôcť tieto zásady. Nikto z nás predsa nechce šíriť, alebo prispieť k šíreniu klamstiev.

1/ Pred zdieľaním si správy hlavne prečítajte. Nielen nadpis, ale celý článok. Máme tak istotu, že vieme, čo zdieľame.

2/ Článok ktorý zdieľame nemá podpísaného autora, či autorku? Novinári a odborníci sa za svoju prácu obvykle nehanbia a pod svoju prácu sa podpisujú svojím skutočným menom. Ak to tak nie je, zvýšme ostražitosť.

3/ Vyvoláva článok strach? Strach je veľká zbraň klamárov, pretože



každý z nás sa niekedy bojí. Je to normálne, no je to zároveň spôsob ako nás lepšie manipulovať. Ak článok bičuje emócie a vyvoláva v nás silný strach a obavy, prípadne pritom útočí na skupinu osôb, zvýšme ostražitosť.

4/ Seriózní novinári sa vždy snažia osloviť protistranu. Nie vždy sa to podarí, ale priestor protistrane sa ponúkne. Ak je článok príveľmi jednostranný, zvýšme ostražitosť. Ak si stále nie sme istí, informáciu skúsme overiť napríklad v novinách, alebo v inom dôveryhodnom médiu na internete.

5/ Vyhýbajte sa stránkam a zdrojom na internete, ktoré často šíria dezinformácie. Upozorňujeme na to aj svojich známych. Mnohí ľudia ani netušia, že zdieľajú klamlivý obsah. Pre nás všetkých platí, že sa môžeme pomýliť, či niekomu naletieť. Musíme však robiť všetko preto, aby sme sa nestávali častými obeťami škodlivých klamstiev a dezinformácií. Začnime zodpovednejším prístupom k informáciám, ktoré čítame a šírieme ďalej. V boji s dezinformáciami vie veľmi pomôcť každý z nás.

Vladimír Bilčík
Poslanec Európskeho parlamentu

S		1	9		4	5	
U			5	2		3	7
D		3	7			9	
O		5					
K	4	3		1	6	5	
U		9	4				
	4	6	2			1	
		2		9			
	7						

S				4	9		
U			1		3	7	
D	6	4	1		5	8	
O	4	9			8	7	
K	3	8	6				
U		7		9			
	7					3	9
			6		4		
	5			3			



KRYOTERAPIA v Považskej Bystrici!

Nájdete nás: budova G3 Plus, s.r.o.
Šoltésovej 421, Považská Bystrica

Info: 0907 894 827

pomáha pri liečení a problémoch:

- zápalové ochorenia pohybového aparátu
- degeneratívne ochorenia kĺbov
- ochorenia platničiek, bolesti chrbtice
- reumatické ochorenia, dna
- stavy po úrazoch
- ospeoporóza, artritída, artróza
- celulitída, ťažkosti pri menopauze
- zápalové zmeny
- poruchy motoriky nervov
- psoriáza, dermatitída
- ekzémy, lupienka
- príznaky, migrény a depresie a mnohé iné...

Navštívte nás, Tešíme sa na Vás!

Želáme vám Slovensko bez extrémistov a Smeru

Veselé Vianoce a šťastný nový rok 2020

sas
Sloboda Solidarita



ZASKLIEVANIE BALKÓNOV A TERÁS

balkóny bezrámové
rámové

splátky od 49 €

zimné záhrady

splátky od 149 €

prístrešky

splátky od 101 €

zasklievanie terás

splátky od 98 €



VIANOČNÁ AKCIA

ZĽAVY AŽ DO 27%

Možnosť výhry 700 €

0948 787 777 | www.balkona.eu

Ku každej objednávke darček | Možnosť splátok s 0% úrokom

BALKONA
NAJ KVALITNĚJŠIE A CENNEJŠIE KRYTINY

KÚPIME

BYTY, RODINNÉ DOMY
platíme ihneď,
aj v dražbe alebo s exekúciou.

0902 84 53 48

Nie je **tomu tak**, ale **je to tak**.
Slovenčina naša

	8		1	5	6
S		1		8	2
U	2		6	3	1
D		7	8		3
O	1			4	2
K				5	
U					1
				6	
	6	3	2		8

AXUREAL
car and truck service

www.axureal.sk
axureal@axureal.sk

0917 482 952
0917 750 877

PÚCHOV - LIDL
smer STREŽENICE

Streženice

AXUREAL s.r.o.
/bývalé družstvo/

AUTOSERVIS

- diagnostika
- servis nákladných a osobných vozidiel
- pneuservis všetkých druhov vozidiel
- odťah nepojazdného vozidla
- autopožičovňa
- lakýrnicke a klampiarske práce
- opravy po nehodách
- servis a plnenie klimatizácií

Nájdete nás :

Streženice 36, Púchov 020 01
Bývalé držstvo Streženice
(na konci Streženíc doprava v smere na
Lednické Rovne)



Hľadáme muža - manipulanta s VZV



do KIA Žilina na trvalý pracovný pomer a aj brigádu. Pracuje sa od pondelka do piatka ranná, poobedná, nočná.

Platové podmienky: od 4,10 € /h v čistom.

Viac info na tel: 0908 945 203

Hľadáme pani na upratovanie



do KIA Žilina na trvalý pracovný pomer a aj brigádu. Pracuje sa od pondelka do piatka ranná, poobedná, nočná zmena. Ide o upratovanie kancelárií a výrobných priestorov.

Platové podmienky: od 3,20 € /h v čistom.

Viac info na tel: 0908 945 203

Hľadáme muža - manipulanta



s kovovými prípravkami po hale a obsluhu chem. práčky do KIA Žilina na trvalý pracovný pomer a aj brigádu. Pracuje sa od pondelka do piatka ranná, poobedná, nočná.

Platové podmienky: od 4,10 € /h v čistom.

Viac info na tel: 0908 945 203



ŽP EKO DELET

so smi to je
SQUELE

VYKUPUJEME

ŽELEZNÝ ŠROT · FAREBNÉ KOVY · PAPIER

POVAŽSKO - BYSTRICKO - PÚCHOVSKO:

0911 711 885 POVAŽSKÁ
BYSTRICA
0911 711 570 PÚCHOV

ZBER A ODHLASOVANIE STARÝCH VOZIDIEL

PRIJMEME Skladník (Nemecko)

2200 EUR/mesačne Brutto

Mäsiar (Rakúsko)

3000 EUR/mesačne Brutto

Mäsiar-pomocník (Rakúsko)

2400 EUR/mesačne Brutto

0903 431 350



www.konstrukter.sk

NÁJDEME PRÁCU
KAŽDÉMU
od 600 do 1300 EUR

ZVÁRAČ - HORIZONTKÁR - VOĐIČ VZV
OPERÁTOR VÝROBY - PRÁCA S PC A INÉ
ubytovanie zabezpečené - aj pri páry

Bezplatná infolinka: 0800 500 091

SCHEIDT & BACHMANN



HĽADÁME ŠIKOVNÝCH ĽUDÍ NA POZÍCIE



SKLADNÍK

Mzda od 535 EUR brutto
Odmeny za produktivitu 150 - 220 EUR
Preukaz na VZV výhodou

PRACOVNÍK VÝROBY KÁBLOV A KÁBLOVÝCH ZVÄZKOV

Mzda od 535 EUR brutto
Odmeny za produktivitu 150 - 220 EUR

MECHANIK, MECHATRONIK, ELEKTROTECHNIK

Mzda od 570 EUR brutto
Odmeny za produktivitu 160 - 220 EUR

PONÚKAME

- Prácu na TPP na 2 zmeny (žiadne nočné)
- Čisté a usporiadané pracovisko
- Stravné listky v hodnote 4,30 EUR
- Jazykové kurzy
- Príspevok pri životných a pracovných jubileách
- Firemné akcie pre zamestnancov a rodinných príslušníkov

KONTAKT

Scheidt & Bachmann Slovensko s.r.o.
Personálne oddelenie
Priemyselná 14, 010 01 Žilina
e-mail: kariera@scheidt-bachmann.sk
tel.: 041/5060 198
www.scheidt-bachmann.sk

Do konca roka 2019 zaškolenie na prevádzke v Žiline.
V roku 2020 plánovaný presun prevádzky do Bytče.

Občianska riadková inercia

02 AUTO-MOTO / iné

»Kúpim STARÚ PRETEKÁRSKU TOVÁRENSKÚ ALEBO SVAZARMOM UPRAVENÚ MOTORŤU MOTOKÁRU AJ DIELY 0949150398

»Kúpim staré mopedy, pi-onier, babeta, stadion, aj diely tel. 0949154017

07 REALITY / iné

»Chcete predáť nehnuteľnosť? Kúpim v hotovosti. Tel. 0948 068 938

08 STAVBA

»Predám: sklolaminátové žumpy o objeme 5.000, 8.000 a 10.000 litrov a vodomerne plastové šachty. Cena od 650 €. Dovoziem, osadím, vykonám aj tlakovú skúšku. TČ: 0905 925 991

»Čistenie hrobov a obnova písma, serióznosť, korektnosť a spoľahlivosť. TČ: 0919 205 521

»Kúpim haki lešenie, 0908 532 682

Oslávte príchod nového roka správne podávaným šampanským Silvestrovské nápoje a slané chuťovky

Už o pár dní tu máme koniec roka, ku ktorému akosi neodmysliteľne patria silvestrovské oslavy. No a Silvester bez ohňostroja a najmä bez slávnostného novoročného prípitku si väčšina z nás ani nevie predstaviť. Chýbať však nesmú tiež slané chuťovky, ktorých nie je počas silvestrovej noci nikdy dost.

Podľa tradície si zvykneme na nový rok pripíjať šampanským a mnohí možno ani netušia, že v skutočnosti si pripíjajú sektom. Je tomu tak preto, lebo žiadne šumivé víno vyrobené mimo

Vedeli ste, že...?

-šampanské sa otvára tak, že fľašu mierne nakloníme a zátku pomaly vytiahneme rukou tak, aby neletala po miestnosti. Súčasne nedochádza k žiadnemu hlasnému buchnutiu, ale len k tichému zvuku

-na podávanie šampanského by sme mali podľa znalcov používať väčšie poháre v tvare tulipánu, ktoré by sme však mali naplniť maximálne do polovice

oblasť Champagne sa nemôže nazývať šampanským. Za objaviteľa šampanského vína je považovaný Don Perignon z benediktínskeho opátstva v Hautvillers. Už v 18. storočí sa šampanské stalo oficiálnym nápojom kráľovského dvora Ľudovíta XV. Tento chutný mok sa vyrába dvojitou fermentáciou a jeho teplota pri konzumácii by mala dosahovať teplotu 5 až 7 stupňov Celzia.

Tipy na silvestrovský prípitok

Hoci si podľa tradície zvykneme na nový rok pripíjať šampanským či sektom, prečo nezvoliť pre zmenu chutný miešaný drink? Ponúkame niekoľko tipov.

Šampanské a pomarančový džús

Suroviny: 7,5 cl šampanského (prípadne sektu), 7,5 cl pomarančového džúsu

Postup: Do pohára nalejeme šam-

panské a následne džús. Zľahka premiešame a ozdobíme pomarančovou kôrou.

Sekt s čiernym pivom

Suroviny: sekt, čierne pivo

Postup: Do vysokého pohára nalejeme približne do dvoch tretín vychladený sekt a doplníme čiernym pivom.

Sekt s mangom

Suroviny: 15 cl sektu, 4 cl mangového pyrre, lístok bazalky na ozdobenie

Postup: Do pohára nalejeme mangové pyrre, ktoré vytvoríme tak, že zmixujeme ¼ manga. Doplníme ľadom a zalejeme sektom. Jemne premiešame lyžicou. Ozdobíme lístkom bazalky.

Tipy na silvestrovské chuťovky

No a aké by to bolo silvestrovské popíjanie bez slaných chuťoviek, tie jednoducho nesmú chýbať. Necháte sa inšpirovať?

Slivky pečené v sušenej šunke

Suroviny: 15 až 20 sušených sliviek, 7 až 10 plátkov sušenej šunky, špáradlá

Postup: Sušené slivky zalejeme horúcou vodou a necháme v nej namočené



Slivky z listkového cesta.

foto autor TheUjulala pixabay



Slivky pečené v sušenej šunke.

foto autor Dagny Walter pixabay

približne 15 minút. Zatiaľ si sušenú šunku rozkrojíme pozdĺžne, každý plátok na dva pásiky. Každú slivku omotáme jedným pásikom sušenej šunky a prepichnete špáradlom. Slivkové závitky



Silvestrovské miešané nápoje.

foto autor pasteloo pixabay

pokladíme na plech vystlaný papierom na pečenie a pečieme v rúre vyhriatej na 180 stupňov približne 15 minút.

Slimáky z listkového cesta

Suroviny: listkové cesto, paradajkový pretlak, šunka, syr vhodný na strúhanie



nie, oregano (môže byť aj bazalka, čo kto preferuje), vajce

Postup: Z obchodu zakúpené rozvaľkané listkové cesto ešte po dĺžke prekrájame na polovicu. Každý diel potrieme paradajkovým pretlakom, poukladáme šunku, na ňu nastrúhame syr a na záver posypeme oreganom prípadne bazalkou. Jednotlivé diely zavinieme do rolády a potom každú roládu rozkrájame zhruba na pol centimetrové kúsky – slimáky. Následne slimáky pokladáme na plech vystlaný papierom na pečenie a každý kusok potrieme rozšľahaným vajčkom a pečieme v rúre vyhriatej na 200 stupňov približne 15 minút.

Hrušky s nivou

Suroviny: 4 hrušky, 8 plátkov syra s plesňou (vhodná je Niva), 8 vlašských orechov, 4 lyžičky medu

Postup: Hrušky umyjeme a každú ešte prekrájame na polovicu. Odstránime jadrovníky. Na každú polovicu

hrušky položíme plátok nivy. Hrušky pokladíme na plech vystlaný papierom na pečenie a pečieme v rúre vyhriatej na 200 stupňov približne 10 minút. Kým sa hrušky pečú, posekáme na kúsky vlašské orechy a opečieme ich na suchej panvici. Hotové hrušky posypeme orechmi a pokvapkáme medom.

Bruschetta s paradajkami a avokádovou nátierkou

Suroviny: na bruschettu s paradajkami a bazalkou

1/2 kg paradajok, 2 PL nasekaných bazalkových lístkov, 5 PL olivového oleja, 1 cibuľa, soľ, mleté čierne korenie, chlieb, sendvič prípadne bagetu

Postup: Paradajky pokrájame na drobné kúsky, pridáme bazalku, soľ, mleté čierne korenie, nadrobno nakrájanú cibuľu, a zalejeme olivovým olejom. Spolu premiešame a necháme v chlade odstáť 20 minút. Chlieb, sendvič alebo bagetu nakrájame, každý plátok potrieme olivovým olejom a postupne opečieme na suchej panvici. Podávame obložené paradajkovou zmesou.

Suroviny: na bruschettu s avokádovou nátierkou

Dve avokáda, 2 ks roztierateľného syra, citrón, soľ, mleté čierne korenie, chlieb, sendvič alebo bagetu, pridať môžete aj strúčik pretlačeného cesnaku a jednu menšiu nadrobno posekanú cibuľu

Postup: Avokáda prekrájame na polovicu. Jadro vyberieme a dužinu naškrabeme lyžicou a vložíme do misky. K dužine pridáme syr, citrónovú šťavu podľa chuti, prípadne aj cesnak alebo cibuľu a vymiešame. Nakoniec dochutíme korením a soľou. Chlieb, sendvič či bagetu nakrájame, každý plátok potrieme olivovým olejom a postupne opečieme na suchej panvici. Podávame s avokádovou nátierkou.

STRANU PRIPRAVILA: RENÁTA KOPÁČOVÁ



ĎAKUJEME ZA
PREJAVENÚ DÔVERU

VESELÉ VIANOCE
A ŠŤASTNÝ NOVÝ ROK
ŽELÁ KOLEKTÍV FIRMY

VIKON s.r.o.

Svietidlá a elektroinštalačný materiál
Považské Podhradie 330, Považská Bystrica

*Darček pri nákupe
nad 99€*



**L'UBOVOLNÉ
fusakle®**



Ulica 1. Mája 878
Púchov 020 01



HAXNE.SK



**ZDRAVÁ OBUV PRE VŠETKÝCH
UŽ AJ PRE DIABETIKOV**



uni | elektro
www.unielektropuchov.sk

**Vianočné osvetlenie
za najlepšie ceny
nájdete u nás !**



NAJLEPŠIA KANDIDÁTKA

OBYČAJNÍ ĽUDIA A NEZÁVISLÉ OSOBNOSTI (OLANO), NOVA, KREŠŤANSKÁ ÚNIA (KÚ), ZMENA ZDOLA

Kandidátka príbehov, skutočných a čestných ľudí. Spojili sme všetkých, ktorí chcú zo Slovenska fungujúcu, prosperujúcu, spravodlivú, čestnú a bezpečnú krajinu. Nezáleží na tom, odkiaľ pochádzajú, aké sú národnosti či vierovyznania. Máme spoločný cieľ - žiť v krajine, kde zákon platí pre každého rovnako, kde deti dostanú dobré vzdelanie a chorí kvalitnú zdravotnú starostlivosť, kde rodiny budú môcť zo svojich detí vychovať slušných ľudí, kde bude každý môcť rozvíjať svoj talent, kde sa na uliciach budeme cítiť bezpečne a kde štát pomôže postaviť sa na kolená, každému, kto sa ocitne v núdzi.



PREDSTAVUJEME VÁM PRVÚ DESIATKU NAŠEJ KANDIDÁTKY



1. Mária Šofranko

pedagogička a občianska aktivistka
Spišská Nová Ves

Pred mesiacom sa mi narodil vnúčik a nie je mi jedno, v akej krajine bude môj vnuk vyrastať, do akej školy bude chodiť, aká pani učiteľka ho bude učiť či aká lekárka sa o neho bude starať. Nie som politička, som obyčajná žena z východu, ktorá chce pre našu krajinu urobiť niečo viac.



2. Jaroslav Nad'

bezpečnostný analytik
Hrubá Borša

Stojím pevne za svojim slovom a nebudem sa báť robiť svoju prácu poctivo a zodpovedne. Budem robiť všetko preto, aby sa všetkým ľuďom v tejto krajine žilo lepšie.



3. Lukáš Kyselica

bývalý šéf vyšetrovacieho tímu Gorila
Nové Zámky

Chcem, aby sme vytvorili potrebné zákony pre boj s organizovanou kriminalitou ekonomického charakteru. Musí tu byť niekto, kto bude hájiť aj záujmy policajtov, ktorí stoja na strane pravdy.



4. Anna Záborská

lekárka
Bojnice

Na našej spoločnej kandidátke je devätnásť zástupcov strany Kresťanská únia. Sú to všetko poctiví, čestní a angažovaní kresťania, ktorí sa tiež chcú postaviť na stranu dobra.



5. Michal Šipoš

aktivista v boji proti hazardu
Stará Ľubovňa

Rovnako, ako sme priniesli zmenu do Starej Ľubovne, kde transparentne staviame cesty a obnovujeme spoločný majetok, chcem zmenu priniesť aj na Slovensko. Verím, že vo februári spoločne zmenu prinesieme a ľudia nám v tom pomôžu.



6. Karol Kučera

šéftrener Národného tenisového centra
Bratislava

Žiaľ, politika sa dnes robí len v prospech niektorých jednotlivcov a nie je to služba ľuďom. 20 rokov som reprezentoval Slovensko vo svete a rád by som aj naďalej reprezentoval čestné a spravodlivé Slovensko. Vo svete, ale aj u nás doma.



7. Jozef Pročko

herec, moderátor, podnikateľ
Halič

Chcem presvedčiť nevoličov a povedať im: Vidíte, kto vás tu okráda. Tak to zmeňte a voľte. Nemusíte voliť mňa, voľte slušných ľudí, veď ich kandiduje dostatok.



8. Ján Mičovský

lesník, ochranár
Humenné

Nad Slovenskom visia dva veľké a ťaživé mraky. Tým prvým sú klimatické zmeny, ktoré sú už tu a my lesníci na ne máme odpoveď. Druhý mrak je ešte mrazivejší - je ním všadeprítomná korupcia. Tento tím vie čo je potrebné urobiť a má na to odhodlanie.



9. Anna Remiášová

občianska aktivistka
Bratislava

V srdci cítim, že každý jeden človek tohto národa má právo na slušný život, že mladí ľudia majú právo na radosť. Starším, ožobraceným dôchodcom chcem pomôcť, aby sa dokázali v pravú chvíľu správne rozhodnúť.



10. Kristián Čekovský

novinár
Bratislava

Informácie, ktoré vychádzajú v posledných dňoch dokazujú, na aké dno nás siahli najvyšší predstavitelia nášho štátu. Budeme potrebovať naozaj všetky ruky a nohy na to, aby sme sa vyhrabali z tohto dna.

Prajeme vám požehnané a pokojné prežitie Vianoc a v roku 2020 čestnú, slušnú a zodpovednú vládu

