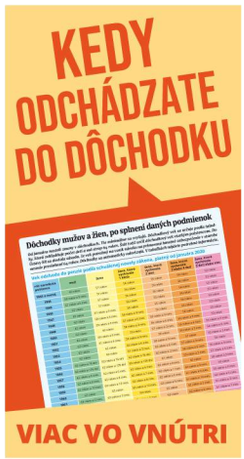
REGIONPRESS Č. 2 / 10. JANUÁR 2020 / 24. ROČNÍK

ZVOLENSKO
DETVIANSKO-KRUPINSKO

Najčítanejšie regionálne noviny Týždenne do 39 560 domácností a firiem

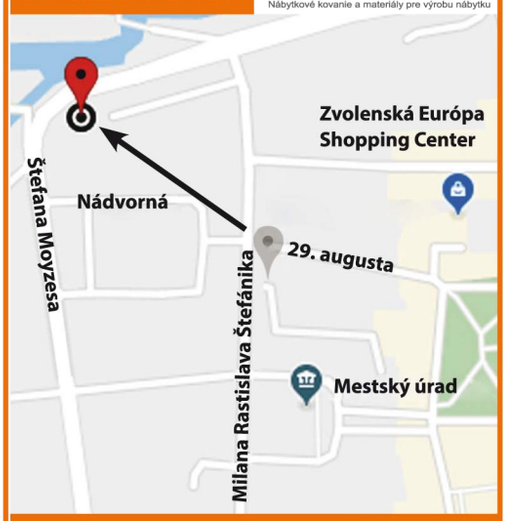


Zber starých vozidiel a trvalé vyradenie z evidencie.
Po - Pia: 7:15 - 15:00
ALUEX recyklácia odpadu
0944 530 853
045/ 533 36 44
77-0005

Šimunek s.r.o.
STAVEBNÉ PRÁCE
(rekonštrukcie domov a bytov, bytové jadra, obklady a dlažby, sadrokartóny, stierky, maľovanie)
VODA + KANALIZÁCIA
ELEKTRICKÉ KÚRENIE
(vykurovacie rohože a okruhy, sálavé vykurovacie panely, konvektory, regulácia vykurovania, ochrana proti snehu, rekuperácia, doplnkový sortiment)
0904 525 084
77-0007

NEODTEKÁ !!!
KRTKOVANIE - MONITORING
KANALIZÁCIE
LIKVIDÁCIA AZBESTU!!!
www.krtkovanie-cistenie.sk 0919 175 335
77-0001

PREČÍTAJTE SI ZADNÚ STRANU
OBYČAJNÍ ĽUDIA a neobyčajné osobnosti
031190175

NOVÉ PRIESTORY
INTERIÉR ŠTÚDIO
Nábytkové kovanie a materiály pre výrobu nábytku


Interiér štúdio s.r.o.
Nádvorná 20, 960 01 Zvolen
Mobil: 0903 538 398
e-mail: zvolen@interierstudio.sk
www.interierstudio.sk
predajňa presťahovaná
OD: 7.1. 2020
77-00003

ZASKLIEVANIE BALKÓNOV
- Rámový systém
- Bezrámový systém
- Systém pre zábradlia
- Tieniaci systém

ZASKLIEVANIE TERÁS
- Terasy
- Altánky
- Zádverie
- Prístrešky
- Pergoly

Bezpečnostné dvere do bytov - Sofia
Bezpečnostné dvere do domov - Wiked
Garážové brány výklopné a dvojkrídlové
SLOVREKLA s.r.o.
Zvolen: Trhová 6 (Tržnica - 1. posch.)
po. - pia. 8:30 - 17:00 hod., info@slovrekla.sk
045/540 20 71, 0905 298 160, www.slovrekla.sk
77-0004

MAJSTER NA ZAVOLANIE
kúrenie, radiátory, voda, sanita, elektroinštalácia, žalúzie, nábytok, dvere, podlahy, maľovky, strechy
0949 561 565
77-0015

SLOVENSKÉ BRAVČOVÉ POLOVICE
BEZKONKURENČNÁ CENA!
Doprava v cene!
T: 0908 13 11 99
13120005

STAVEBNÉ práce
- prerábanie bytov
- rekonštrukcia domov
- stierky, podlahy
- dlažba, obklady
0944 074 558
77-00015

KÚPIM BYT, DOM
aj zadlžený s možnosťou ostať ďalej bývať a možnej spätnej kúpy
0948 001 811
59-0005

KÚPIM:
MEĎ, ELEKTROODPAD, TK PLÁTKY, MOSADZ, CÍN, AL, AUTOBATÉRIE
0911 362 036
77-0015

Prijmeme
UPRATOVAČKY NA UPRATOVANIE
kancelárií vo Zvolene.
Upratovanie v pracovné dni denne po 16:00 na 3 hod.
Hrubá mzda 3,33 EUR/hod.
Kontakt: 0905 583 824
28-0017

Prijmem PRACOVNÍKA
- PEKÁR
- KUCHÁR
- CUKRÁR
s praxou na dennú pracovnú dobu do PEKÁRENSKEJ A CUKRÁRENSKEJ VÝROBY na Sliači
plat: 3€/hod. + prémie
0905 360 509
77-0009

SŤAHOVANIE
DOPRAVA-PREPRAVA
0915 829 947

WWW.STAHOVANIEPRIMA.SK
77-0008
65-004

KURZ SBS
NOOROČNÁ ZĽAVA
ZDARMA CEZ ÚRAD PRACE
0911 514 328
e-mail: sba@sbabb.sk
www.sbabb.sk
81-0001

ZVOLENSKO
DETVIANSKO-KRUPINSKO

Redakcia: Dukelských hrdinov 1
ZVOLEN
zvolensko@regionpress.sk

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

INZERCIA
Mariana Kučerová **0907 727 201**
Pavel Kučera **0915 781 228**

Distribúcia:
Pavel Kučera **0915 781 228**
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk

Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (39.560 domácností)

Každý týždeň:
Zvolen, Detva, Hriňová, Korytárky, Kriváň, Stožok, Vígľaš, Krupina, Bzovík, Dudince, Hontianske Nemce, Sebechleby, Babiná, Budča, Dobrá Niva, Hronská Breznica, Kováčová, Lieskovec, Očová, Pliešovce, Podzámčok, Sása, Sielnica, Sliač, Zvolenská Slatina, Kováčová, Očová, Zvolenská Slatina

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	Nitriansko
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	45.115	Prešovsko+SB
SN	32.750	Spišsko+LE+GL

Tak ich tu máme

Dve dvadsiatky. Vyzerajú dobre, pred pár dňami boli väčšinou stvárňované v zlatej farbe. Každoročná a novoročná eufória už je taká. Ako „železná košeľa“ ibaže v pozlátku.

Vraj to bude rok zmien. No, mohol by byť, fakt! Akurát, že zrejme nebude. Roky sa nemenia len tak, z ničoho nič. Nič sa nezmení, kým sa nezmeníme my, občania. Možno aj ľudia. Keď chcela mať stará mama vypeknený „šporhelt“, zabehla do obchodu, kúpila striebrenku a vyčančala ho. Nezmenila ho technicky, ale aspoň niečo urobila.

Nebudem tu ja a teraz mudrovať, všetko podstatné, čo mám na srdci, povedala na Nový rok 2020 pani prezidentka Zuzana Čaputová: „Medziľudské vzťahy, atmosféra, v akej naša spoločnosť žije, nie je daná a nemenná. Vytvárame ju my všetci. So smútkom a rozčarovaním sledujem, ako naberá na sile hrubosť, vulgárnosť a manipulácia vo verejnej debate. Ako si pomaly zvykáme na to, že osobný konflikt je legitímnou pracovnou metódou. Akoby jedinou cestou na presadenie svojich myšlienok bolo ponižovanie oponenta a vymedzenie sa na jeho úkor. So slovom sa často narába účelovo, bez zodpovednosti za následky a s umlčaním vlastného svedomia. Sme unavení z množstva konfliktov a mnohých ľudí rozdeľujú spory.

Myslime však na to, že aj po nich budeme všetci na Slovensku žiť spoločne. O čo prajnejší a úctivejší k sebe budeme dnes, o čo menej sa od seba v dôsledku sporov vzdialime, o to lepšie zvládneme, keď sa situácia po voľbách nebude vyvíjať celkom podľa našich predstáv. My všetci spolu teraz tvoríme Slovensko. A každý, kto má skutočný záujem o to, aby sa našej republike darilo, musí vidieť v tom druhom aj brata, sestru, občana, človeka, s ktorým, i keď názorovo nesúhlasí, bude sa na tomto dôležitom zámere spolupodieľať.“

Žiť spolu je oveľa lepšia predstava, ako sa nenávidieť? Čo myslíte? Ozaj, vraj tie dve dvadsiatky znamenajú karmický rok. A karma, tá je veľký kúzelník!

S pozdravom a želaním viac dobrého ako zlého -

» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor

Vox populi

„Ak nepôjdem voliť, automaticky sa vzdávam práva haniť či chváliť dianie na politickej scéne za uplynulé štyri roky.“

Erik Pančík - Čierny Balog

ARBORISTIKA
Komplexná starostlivosť o stromy
- Rez a ošetrovanie stromov
- Výrub stromov
- Odvoz drevnej hmoty
www.citytrees.sk tel: 0904 842 323
81-0005

MÁTE VLHKÝ DOM?
- podpilovanie muriva
- tlaková chemická injektáž ZĽAVY 20%
0918 671541 STOP vlhkým múrom
40-0004

PRÁCA PRE KAŽDÉHO
PRACOVNÉ PONUKY V ČR. MUŽI - ŽENY - PÁRY. Mzda od 850 do 1300 EUR
0800 500 091 - www.konstrukter.sk
85_0023

ADAM KRTKO s.r.o.
•čistenie kanalizácie,
•lapačov tukov
•kamerovanie
lokalizácia potrubia
NONSTOP 0948 948 606
28-0006-1

SŤAHOVANIE profi ŠLIVKA
Zvolen
Dispečing SK - 0950 333 222
www.stahovanie-profi.sk
78120009

BRIKETY BUKOVÉ
s dovozom
0919 020 350
47-012

INZERCIA
0907 727 201

E-MAIL:
zvolensko@regionpress.sk

Spôsobujú vám schody problém?
Stannah
Stannah Vám ponúka stoličkové výťahy na všetky typy schodísk.
ŤZP občanom poradíme, ako získať na zakúpenie štátny peňažný príspevok.
ZÁRUKA A SERVIS ZADARMO 5 ROKOV
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!
52-0002

77-0006

PLASTOVÉ OKNÁ
výrobca okien a dverí z PVC a hliníka
Dobré okno Zvolen, s.r.o.
EUROCOLOR
Roto
záruka 10 rokov
REHAU

ZIMNÉ ZĽAVY
Zvolen, ul. JESENSKÉHO 4707, (bývalý areál ZDROJ)
tel: 045/540 25 40 - 1, 0905 967 427
dobreoknozvolen@stonline.sk
Po - Pia 9.00 - 17.00 hod.
Krupina, A. Kmeťa 3 (oproti HONTU)
mobil: 0918 407 109
tel./fax: 045/551 16 38
dobreoknokrupina@mail.t-com.sk
www.dobre-okno.sk
77-0010

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA
0907 727 201

INZERCIA
0915 781 228

LETÁKY
0907 727 201

RECYKLÁCIA AUTOMOBILOV
Vaše staré auto odvezieme
a vyradíme z evidencie priamo u Vás doma
AUTOVRAKOVISKO
ROVAMI www.rovami.sk
NON STOP 0902 457 777

48-0012

OKNÁ, DVERE
gar. brány, sieťky,
žalúzie, interiérové dvere

OKNOPLAST
Ideálna chvíľa pre nové okná
Záhradná 4, DETVA
0908 239 451, 0908 265 128
oknoplastdt@centrum.sk, www.oknoplast.com
77-0017

VÝKUP BYTOV DOMOV
platba v hotovosti už do 24 hodín
odkúpime aj zadĺženú nehnuteľnosť
možnosť náhradného ubytovania

0918 623 169
81-0011

BRÚSENIE PARKIET
TMELENIE, LAKOVANIE - OLEJOVANIE
Bezprašná technológia lacno a kvalitne
Bona® Komplet renovácia 3x LAK už od: 10,99 €/m²

Tel.: 0917 755 577 www.BRUSENIEPARKIET.com
28-0014

VTIPY

- Nemám rád veľa rečí, - hovorí šéf parlamentu novému poslancovi. - Keď kývnem prstom, znamená to, že máte prísť ku mne.

- Ani ja nemám rád veľa rečí, šéfe. Keď zavrtím hlavou, tak to znamená, že neprídem.

Pýtajú sa politika:
- Ako sa máte?
- Ako dvere.. - vraví.
- A to je ako?
- Čakám kedy ma zavrú...
Aký je rozdiel medzi našou vládou a obilím?
Žiadny. Oboje sa musí vymlátiť, inak pomrieme od hladu.

Občianska riadková inzercia

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

»Kúpim staré, aj nefunkčné, motorky a diely Jawa, ČZ, manet,... Ponúknite, seriózne jednanie. Tel: 0949215161

»ČZ-JAWA Odkúpim Motocykel/Diely- DOHODA ISTÁ. Tel: 0908205521

»Kúpim staré mopedy, pionier, babeta, stadion aj diely. Tel: 0949154017

03 BYTY / predaj

»Predám 2 izb. byt v centre ZV, 53m2, hotovosť. Tel: 0904354916

04 BYTY / prenájom

»Vezmem do prenájmu 1-izb. Byt vo ZV. Tel 0910446906

»Prenajmem 1 izb. Byt v Detve – Novosady. Tel: 0915966999

05 DOMY / predaj

»Predám RD v Kriváni. Tel: 0903479450

»Predám udržiavaný RD, 7km od ZV so záhradou. Tel: 0904354916

»Predám 3 generačný RD v BB časť Skubín, cena 259.000€. Tel: 0944074558

»Predám chatu na Kordíkoch, potôčik preteká cez pozemok, cena 59.000€. Tel: 0944074558

06 POZEMKY / predaj

07 REALITY / iné

»Kúpim dom vo ZV, do 20.000€. Tel: 0908855513

»Kúpim Váš dom, byt. Platba v hotovosti. Tel: 0944630600

»Prenajmem skladové a obchodné priestory 260m2 vo ZV. Tel: 0905518454

»Kúpim RD v pôvodnom stave so záhradou, okolie ZV, BB. Tel: 0944074558

»Predám veľký 3 generačný RD so záhradou v BB. Tel: 0944074558

08 STAVBA

09 DOMÁCNOSŤ

»Bezplatné poradenstvo vody. Tel: 0903149447

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

»Predám 3 mesačnú jalovičku s. strakatá. Tel: 0915165526

11 HOBBY A ŠPORT

»Kúpim staré Československé bankovky a hodinky

Chcete si podať inzerát?
Návod nájdete na strane 7 dolu.

Trojuholník škola – rodič - žiak

V prvom štvrťroku sa začne proces vyhľadávania škôl. Materských, stredných či vysokých. Napriek tomu, že sa u nás degradovalo vzdelávanie, mnohým rodičom záleží na tom, aby našli svojmu dieťaťu dobrú školu.

Na začiatku nášho sprievodcu školami si treba uvedomiť, že to, čo sa z našich detí stane, nezávisí len od školy a nedá sa to zabezpečiť len investíciou do vzdelávania. Veď koľko vzdelaných ľudí je bez práce alebo robia niečo, čo s ich štúdiom nesúvisí. Na uplatnenie človeka vplýva komplex faktorov od rodiny, osobnostných predpokladov po charakter pracovného trhu či zloženie spoločnosti. Isto, premysleným výberom školy zabezpečíme najdôležitejší krok k perspektívam nášho dieťaťa a naznačíme jeho cestu.

Na výber školy si treba definovať realistické kritériá a rozhodne sa netreba sústrediť iba na blízkosť k bydlisku. Takisto sa netreba spoliehať na internetové referencie, ktorých zámer nemusí byť vždy čestný. Najhoršie je vyberať si školu podľa toho, že tam nastúpi aj náš známy. Alebo je jej absolventom známa osobnosť. To nemusí byť zárukou, že aj nám bude taká škola vyhovovať. Najlepšie je kontaktovať sa osobne s ľuďmi, ktorí sú absolventmi školy a majú istý nadhľad. Do veľkej miery čo-to naznačia prehliadky školy počas dňa otvorených dverí alebo v iné dni. Zúčastniť by sa mali obaja rodičia alebo rodič s niekým blízkym, možno s odborníkom.

Predtým si treba uvedomiť predpoklady školy: Ako napĺňa požiadavky súčasnej spoločnosti? Ako komunikuje s potenciálnymi „klientmi“? Aký má vizuál a materiálno-priestorové vybavenie? Akú má víziu a obsah vzdelávania? Ako spolupracuje so svojím okolím, kto tvorí jej komunitu? Ak sa škola vyberá pre staršie dieťa, je dôležité, aby sa aj ono zapojilo do tohto procesu. Dôležité je spoznať vedenie školy, keďže v slovenskej legislatíve je kľúčové pri profilácii, ale aj pri zlom fungovaní. Veľa prezradí aj pohľad na web školy, na jej dizajn, obsah, aktualizácie a informácie. Ťažším je zistenie, či personál školy berie svoju službu ako povolanie či zamestnanie - to by mohol naznačiť napr. deň otvorených dverí.

Výber školy teda závisí od komplexu kritérií, nie napr. iba od toho, či sa tam učí angličtina, či majú Montessori. Školy sa v súčasnosti tiež riadia marketingom a pre získanie žiakov môžu zavádzať. Zároveň si treba uvedomiť, že neexistuje ideálna škola, ani keby bola alternatívna či súkromná. Je potrebné si vopred stanoviť očakávania, uplatniť kritické myslenie a nespoliehať sa na módne predstavy o najlepšej škole.

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

Želania a frázy

Ako slovenčinár vnímam želania k novému roku ako frázy a klišé, keďže uplynie pár dní po 1. januári a všetko je po starom.

Na druhej strane sa mi nepáči, ak niekto preposiela texty, básničky, čo kolujú po internete namiesto svojich slov. Je to skôr otravné ako úprimné. Aj preto píšem k sviatkom vlastné texty, i keď veľmi neverím novoročným frázam. Avšak som učiteľ, tak istý typ viery v lepšie časy by som mal šíriť žiakom. O to je dnes naše povolanie ťažšie. Neraz musíme šíriť pozitívne posolstvá, ktoré sú často v opozícii s dianím vo svete. Veď už v novom roku počujeme o horení lesov, týraní zvierat, bombardovaní krajín. Ak však zaujmeme skeptický postoj, môžu si ho osvojiť aj naši žiaci, resp. nebudú mať žiadnu oporu v snahe pozitívne meniť svet. Toto všetko mi beží mysľou, keď píšem novoročné želania. Hovorí sa však, že ak niečomu veríme, tak sa to splní. Preto svoju rubriku o školstve predsa len začnem želaniami.

Školám želám slobodu a apolitickosť, ktorá sa požadovala už počas nežnej revolúcie. Aby suverenita riaditeľov a učiteľov beztrestne otvárala nezávislé a zdravo kritické obzory žiakov. Želám žiakom spokojných učiteľov a rodičov. Nezabúdať, že práve spokojnosť sa aj bez kadejakých reforiem ihneď prejaví na kvalite vyučovania a výchovy. Nech už má akúkoľvek podobu, mala už dávno prísť. Ďalej želám, ak už to musí byť, skúsených a múdrych politikov, ktorí budú riadiť školstvo, ktorí ním budú žiť, nie mrhať jeho prostriedkami a systematicky ponižovať, podceňovať učiteľov a všetkých v školách. Želám v školstve pokoj a zdravý sedliacky rozum, aby sme neboli experimentálnymi dielňami rôznych reformátorov, ktorí nevidia rozdiel medzi skutočnými potrebami škôl a zbytočnými či neoverenými novinkami v systéme. Želám školstvu aj flexibilitu, lebo niektoré zmeny sa nemôžu realizovať slimačím tempom. Rodičom želám, aby si uvedomili svoju moc a skutočnú príčinu zlyhávania školstva, aby našli hranice medzi svojimi a učiteľskými kompetenciami, a aby zvažovali nároky na detstvo svojich detí.

Verím, že sa raz celá komunita školy spojí a zúčastní sa na zmenách v školstve namiesto nekompetentných politikov a úradníkov s obmedzeným číselným pohľadom, ktorí sa radi chopia aktivity namiesto nás. V neposlednom rade si všetci uvedomme, že my tvoríme školu napriek tomu, že nám tento status roky popierajú. Inak sa zmena v školstve... hm... zmena vo svete neudeje.

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

DODÁVKA + OPRAVA
ŽALÚZIE
ROLETY, SIEŤKY
0903 810 097, hronkol@gmail.com
81-0015

0910 171 103
VÝROBA SCHODOV
- interiérové - exteriérové
BRÁNY, PLOTY samonosné, dvojkrídlové
PRÍSTREŠKY, PREKRYTIE terás
ZÁBRADLIE interiérové - exteriérové
43-0001

BRIKETY

VALEC Smrek	9 x 27 cm, bal. 5ks/10kg	2.20 EUR / 10kg	200 EUR/t
VALEC tvrdé drevo	9 x 29 cm, bal. 5ks/10kg	2.20 EUR / 10kg	200 EUR/t
TEHLA Buk 80% + Breza	6x9x15 cm, bal. 12ks/10 kg	2.10 EUR / 10kg	200 EUR/t
TEHLA Buk 80% + Jedľa	6x9x15 cm, bal. 12ks/10 kg	2.10 EUR / 10kg	200 EUR/t
TEHLIČKA Smrek	7x7x13 cm, bal. 16ks/8kg	1.60 EUR / 8kg	190 EUR/t
VALČEKY DUB	7 x 2-15 cm, bal. vrece 20kg	4.40 EUR / 20kg	210 EUR/t

PELETY

SMREK TATRAS	EN+A1 6mm, 15kg/bal, 70 bal/pal	4.20 EUR/ 15kg	278 EUR/t
SMREK VOSTOK	EN+A1 6mm, 15kg/bal, 70 bal/pal	3.90 EUR/ 15kg	258 EUR/t
BUK 80%+JEĽŠA	EN+A1 6mm, 15kg/bal, 67 bal/pal	3.50 EUR/ 15kg	230 EUR/t

Ceny sú uvedené s DPH. Doprava dohodou.
KABA pelet s.r.o., Výdajný SKLAD: Majerská cesta 100, Banská Bystrica
www.kaba-pelet.sk info@kaba-pelet.sk 0905 705 785
28-0016

NEREZOVÉ KOMÍNOVÉ VLOŽKY | OCEĽOVÉ DYMOVODY | FASÁDNE 3-VRSTVOVÉ KOMÍNY
KOMÍN S.R.O.
FRÉZOVANIE, VLOŽKOVANIE KOMÍNOV
Tel: 0948 267 814
kominsro.sk kominsro@kominsro.sk
56-0008

FRÉZOVANIE KOMÍNOV
Stavby - Fasádne 3-vrstvové NEREZOVÉ KOMÍNY
ZADARMO nacenenie a dojazd až k Vám domov
0915 666 292
METAL-KOM
28-0009

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE
FRÉZOVANIE od 20€/bm
REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV
• PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV
• ZATEPĽOVANIE A SIEŤKOVANIE KOMÍNOV
SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL
ZĽAVA na materiál 30%
OBHLIADKA KOMÍNOV ZDARMA
0948 012 507 • www.profikominy.sk
46-1200607

socialisti sk

Tento štát KAŠLE na robotníkov

www.socialisti.sk

Ako jediný politický subjekt chodíte medzi robotníkov. V zime, vetre, snehu, daždi stojíte pred fabrikami na začiatku rannej i nočnej smeny a snažíte sa osloviť zamestnancov. Má to nejaký zmysel?

Má to veľký význam. Nielen v rámci volebnej kampane, ale aj v rámci pomoci ťažko pracujúcim ľuďom. Viete, ja som šokovaný, že sem nikto nechodí, že si robotníci a robotníčky s vďačnosťou hovoria „aspoň Chmelár medzi nás prišiel“. Toto nie sú ľudia, ktorých oslovíte cez sociálne siete, televíznym príhovorom alebo nejakým cirkusom. Títo ľudia vedia o skutočnom živote viac ako si myslíte. Cestujem s nimi do práce nevykúrenými vlakmi a autobusmi o štvrtej ráno, hrdlačia ako kone, nikto im nepoďakuje, nemajú čas na rodiny a zarobia sotva na prežitie. Tento štát si hovorí sociálny, ale v skutočnosti kašle na robotníkov. Práve týmto ľuďom treba najviac pomôcť.

Predstavitelia strany Smer-SD však tvrdia, že za ich vlády sa darí pracujúcim najlepšie a že oni sú zakladateľmi sociálneho štátu...

To je ako v podobenstve o jaskyni, v ktorej sú ľudia pripútaní, vidia iba tiene a myslia si, že je to najlepšie miesto pre život. Ale štát, v ktorom nie je zabezpečená kvalitná zdravotná starostlivosť pre všetkých, v ktorom niet dosť miest pre deti v materských škôlkach, v ktorom mladí ľudia nemajú kde bývať, v ktorom daňový systém vyhovuje najviac bohatým, v ktorom rastie počet ľudí ohrozených chudobou, v ktorom sa zvyšuje množstvo detí žijúcich v chudobe, v ktorom sa zdražujú všetky základné ľudské potreby od potravín a liekov až po elektrinu a plyn, v ktorom sa zvyšuje počet exekúcií – o takom štáte nemožno povedať, že je sociálny ani pri znásilnení mysle. Nehovoriac o tom, že aká je to vizitka pre sociálnodemokratickú stranu, keď za dvanásť rokov svojej vlády nedokázala zmeniť, zlepšiť a zvýšiť kvalitu života práve tých chudobných a najchudobnejších? Chápem, že ľudia sa boja pravicovej opozície, ktorá chce pracujúcim zobrať aj to málo, čo im ponechala súčasná vláda. Ale tak ako to vysvetľujeme robotníkom pred fabrikami – ľudia musia pochopiť, že za svoju prácu si zaslúžia viac. Nie omrvinky, nie zvyšky po bohatých, ale dôstojný život pre všetkých.

Niektorí zamestnávatelia na vás poslali políciu a obvinili vás z poburovania.

Tak ja rozumiem, že sa im nepáči, keď informujeme robotníkov o ich právach, ale nerobíme nič nezákonné. Majitelia fabrík sa tvária, že robotníci sú ich súkromný majetok, zakazujú sa im s nami rozprávať, vyhrážajú sa, a tak podobne. Ale týmto ma nezastrašia. Naopak, polícia by sa mala začať zaujímať o nich, prečo robotníkom nepreplácajú nadčasy, prečo im neplatia príplatky za nočnú prácu, prečo porušujú zákon. Najmä na východe je situácia úplne zúfalá, v ziskových podnikoch ľudia pracujú za minimálnu mzdu, nechávajú si šliapať po svojich sociálnych právach a mlčky znášajú vykorisťovanie a ponižovanie, lebo vravia, že nemajú na výber. Ale ak nemáte na výber, to sú už otrocké podmienky. A naše hnutie vytvára obranu pracujúcich ľudí proti takýmto praktikám.

Na kandidátke máte popri špičkových odborníkoch asi najviac robotníkov zo všetkých strán. Predsa len, nebolo to trúfalé, dať ako dvojku obyčajnú žeriavničku?

Vy ju považujete za obyčajnú, ja za neobyčajnú. Pani ZUZANA CINGEĽOVÁ svojím životom a charakterom stelesňuje všetko, čo má zdravá ľavica predstavovať. Na kandidátnej listine hnutia Socialisti.sk zastupuje všetky stigmatizované skupiny tejto spoločnosti: je žena, je robotníčka, je dôchodkyňa, je chudobná, je židovka. Táto žena má obrovskú vnútornú silu a charizmu. Je symbolom sociálneho odporu na Slovensku. Nebojovala za seba, ale bojovala za lepšie pracovné podmienky pracujúcich. Zaplatila za to stratou zamestnania, šikanou a takmer aj životom. Nikdy sa nevzdala. S úctou ju počúvali v Bruseli, Londýne, Aténach. Bola živou obžalobou systému, ktorý urobil z robotníkov zotročené stroje. Aj na pokraji biedy (často doslova hladná) nezištne pomáhala ľuďom vo svojom okolí. Pre mňa je to svätica a som nesmierne hrdý, že sa s naším politickým projektom úplne stotožnila a bez váhania vstúpila do hnutia Socialisti.sk. A áno, práve takýchto ľudí ťahám dopredu, lebo viem, že keď bude treba zápasiť za tento štát, ona to vydrží. Ona neuhne, má ušľachtilé srdce a odvahu bojovníčky.

Často hovoríte, že chcete rehabilitovať robotnícku česť. Čo to znamená?

Tridsať rokov bolo toto slovo tabuizované, akoby neexistovalo. Hovorilo sa o zamestnancoch alebo sa ich profesie zakrývali cudzími slovami, akoby sa za to mali hanbiť. Akoby sme zabudli na porekadlo, že remeslo má zlaté dno. Akoby sme zabudli, s akou hrdosťou sa spájalo povolanie baníka, murára, pekára či kombajnistu. Vari všetci tí malomeštiaci, ktorí sa na robotníkov pozerajú cez prsty, zabudli, že aj Alexander Dubček bol súdružníkom v dubnickej zbrojovke? Sme hnutím obyčajných ľudí a pre obyčajných ľudí. Chceme každému človeku, ktorý žije svoj obyčajný život, nahlas povedať, že nie je neúspešný; že v jeho samom živote je zmysel. Že aj po ňom zostane na tomto svete stopa. Sme presvedčení, že každý človek si svoj význam buduje aj na tom, do akej miery ho zaujíma osud toho druhého. Sme presvedčení, že nie sme iba zhluk jednotlivcov s individuálnymi potrebami. Sme aj spoločnosť, ktorá má spoločné zážitky, spoločné starosti a spoločné ciele. Sme presvedčení, že solidarita nie je delením z nadbytku, ale z podstaty. Chceme rozvinúť všetky formy verejnej angažovanosti, ktoré nám demokratická spoločnosť ponúka. Aj preto je našou povinnosťou podporovať každého človeka, ktorý sa otvorene zasadzuje za svoju dôstojnosť. Vedome tvoriť spoločnosť a nedopustiť, aby ju ničili súkromné záujmy. Budeme pomáhať vyjadriť svoje pocity všetkým, ktorí nedôverujú oficiálnym štruktúram a nechcú žiť v lži. *Lebo toto znamená naše volebné heslo* ***SLOVENSKO PRE VŠETKÝCH, NIE PRE VYVOLENÝCH.***

25

socialisti sk

www.socialisti.sk

37-0005

Objednávateľ: Socialisti.sk, Bajzova 234/12, 82108 Bratislava-Ružinov, IČO: 52659071. Dodávateľ: REGIONPRESS,s.r.o., Študentská 2, 917 01, Trnava, IČO: 36252417

Veľa zdravia v roku 2020

Najčastejšie želania počas vstupu do nového roka sú zdravie a šťastie. A pritom zdravie si vie ovplyvniť najviac každý sám.

Je dôležité stanoviť si reálne ciele. Plány typu – schudnem 20 kg, upravím si tlak tak, že až budem môcť vysadiť lieky, udržím si hladinu krvného cukru bez nutnosti užívania inzulínu alebo tabliet – sa žiaľ väčšinou nesplnia, ak človek výrazne nezmení svoje zvyklosti. Úprava zdravia nie je možná bez úpravy pravidelných zvyklostí a naučenia sa na nových. Treba si uvedomiť, že to, čo má človek zakorenené mnoho rokov, sa môže meniť postupne.

Zlepšenie zdravia má päť základných podmienok:

1. Pravidelná fyzická aktivita – byť aktívny minimálne 20-30 minút denne, alebo 45 minút obdeň. Je dôležité zaradiť fyzickú aktivitu do denného plánu. Je jedno, či je to rýchla chôdza, beh, plávanie, cvičenie, pilates, tancovanie či intenzívny tréning.

2. Stravovanie nám dodáva energiu, živiny. Žiaľ, ak je nesprávna skladba stravy alebo nesprávne množstvo, prejavuje sa to vzostupom hmotnosti, vznikom nových ochorení a zhoršením existujúcich. Denný príjem energie má byť primeraný fyzickej aktivite. Pre aktívne ženy predstavuje 1 800 – 2 000 kcal, pre aktívnych mužov 2 400 – 2 600 kcal. Vekom sa potreba energie znižuje, za každú dekádu od 50 rokov asi o 10 percent.

3. Prispôsobiť sa výživovým odporučeniam – vynechať tučné jedlá, konzumovať iba chudé druhy mäsa a mliečnych výrobkov, zaradiť denne zeleninu a ovocie aspoň 3-5 porcií. Znížiť príjem červeného mäsa na maximálne 3-4 x do týždňa a zvýšiť príjem rýb – minimálne 2 – 3 x do týždňa. Vyhýbať sa vysokej konzumácii alkoholu a kofeínu.

4. Piť dostatok tekutín, najlepšie čistú vodu alebo nesladné čaje. Vynechať úplne sladené nápoje.

Pravidelne sa stravovať – najlepšie aj v rovnakých časových intervaloch, nevynechávať raňajky a nejesť neskoro večer (minimálne 3 hodiny pred spánkom už sa vyhýbať jedlu).

Prvé výsledky sa dostavujú už po týždni a rozhodujúcim je prekonať prvé tri týždne, potom už všetky zmeny v prospech zdravia idú ľahšie.

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

RI OKNA®
www.riplast.sk
VEĽKÉ ZIMNÉ ZĽAVY
NAJLEPŠIE CENY V ROKU
PLASTOVÉ - HLINÍKOVÉ
DREVENÉ - DREVOHLINÍKOVÉ
OKNÁ A VCHODOVÉ DVERE
ZARUČENÉ ČESKÁ OKNA
INOTHERM HAUSTÜREN AUS ALUMINIUM
SALAMANDER INDUSTRIE // PRODUKTE
tel. č. : 0915 816 929 , 045 – 53 666 43
e-mail : zvolen@riplast.sk
Ul. 29.augusta č. 4151, Zvolen
(oproti farby-laky "Beličková")
17-0004

VTIPY

- Sú dva spôsoby, akými môže slovenský politik prísť o svoju moc. Ten prvý – z neba zostúpi Archanjel Gabriel a ohnivým mečom ho vyženie. Ten druhý – z neba zostúpi Archanjel Gabriel a ohnivým mečom ho vyženie.

- Veľa politikov drží krok s módou. Pred každou voľbou mení kabát.

- Poslankyňa napomína svojho kolegu:
- Prosím vás, buďte taký dobrý a neskáčte mi do reči, keď vás prerušujem!

- Prečo majú politici také vysoké platy?
Predsa nebudú hrať divadlo zadarmo!

Výročia a udalosti

12. 1. v roku 2016
sa uskutočnila posledná rozlúčka s kňazom a politickým väzňom **Antonom Srholcom** v Bratislave a Skalici.

Bezpečnostné dvere
• 5 modelových rád • možnosť montáže • rýchle dodanie
• moderný dizajn • bezpečnostné certifikáty
od 319 €
Dvere od: 319 €
klučka: 1 €
montáž: 99 €
spolu s DPH: 419 €
Akcia
sofia PLUS
sofia MODERN
sofia GREY
sofia RETRO
sofia STYLE
sofia bezpečnostné dvere
www.bezpecnostnedveresofia.sk 0948 401 321
43-0015

BALKÓNY • ZIMNÉ ZÁHRADY • PERGOLY
zimné záhrady splátky od 149 €
BIOCLIMATIC pergoly splátky od 238 €
zasklievanie terás splátky od 98 €
NOVOROČNÁ AKCIA
ZĽAVY AŽ DO 30%
Možnosť výhry 700 €
0948 787 777 | www.balkona.eu
Ku každej objednávke darček | Možnosť splátok s 0% úrokom
BALKONA BALKÓNOVÉ A OKENNÉ SYSTÉMY
63-0012

Výmeny 2020

Koncom starého roka si niektorí ľudia dávali rôzne záväzky, aby sa ich na začiatku nového roka mohli začať postupne vzdávať.

Niekedy je plánov príliš veľa, inokedy presahujú nad naše reálne možnosti. Nemôžeme byť napríklad večne mladí ani získať bohatstvo celého sveta. S tými bohatstvom mi to pripadá ako s hračkou v rukách dieťaťa. Dostávame ho iba dočasne. Akoby nás náš Otec pozoroval, čo s nim urobíme – s talentmi, ktoré sme dostali. Niekto iba rozpráva aké je všetko zlé a druhý to zmení, niekto využije moc a peniaze na dobré vecí a iného zničia.

Môj učiteľ Vladko Maslák pomáha ľuďom, ktorí prichádzajú z ulice, detských domovov alebo väzenia. Aj on používa príklad s hračkou a dieťaťom. Hovorí, že keď chcú rodičia zobrať dieťaťu z ruky nôž alebo zápalky, musia mu dať nejakú lepšiu náhradu – napríklad hokejku alebo knihu. Aj Vladko berie ľuďom „hračky," na ktoré si už privykli – alkohol, drogy, hazardné hry, násilné sklony alebo vulgárne slová. Dáva im za ne prijatie, prácu, pokoj, modlitbu.

Aj my sa môžeme rozhodnúť pre takúto výmenu. Alkohol môžeme napríklad vymeniť za pohyb a šport. Neberiete drogy? A čo závislosti na čokoláde, sláve a obdive, moci a egu, sebastrednosti a sebaľútosti? Možno nesedíte každý deň za hracím automatom, ale za internetom a hazardujete za volantom auta. Čo tak odpojiť sa od internetu a cestovať vlakom? Na začiatok postačí aspoň pár dní v mesiaci. A môžeme pokračovať – ohováranie ľudí nahraďme pochvalou (hľadajme v druhých ľudí Krista, aj keď je riadne ukrytý), útoky na druhých (často slabších ako my) vymeňme za ich ochranu.

Otočme prst, ktorým ukazujeme na nedostatky druhých radšej na seba. Vymeňme svoj autoportrét dokonalosti za zrkadlo a poctivo si v ňom urobme vlastnú reflexiu. Spomeňme si na mnohých svätých – mali zlý začiatok, ale dobrý koniec. Minulosť je za nami, nevyčítajme si už donekonečna svoje pády. Budúcnosť je pred nami, pracujme na nej. Každý deň, každú hodinu, môžeme znovu začať – zmeniť sa, premeniť sa, obrátiť sa, znovu sa narodiť alebo vstať z mŕtvych.

» Ján Košturiak

Výročia a udalosti

15. 1. 1971
vydal **George Harrison** svoj singel My Sweet Lord, na celom svete sa ho predalo viac ako 5 mil. kusov.

VRTANIE STUDNÍ

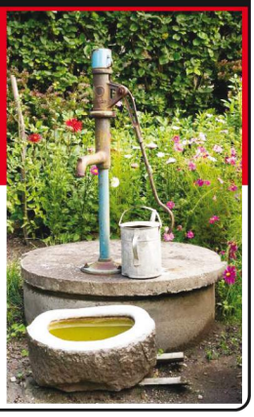
AKCIA JAR

štandartné vŕtanie - 60 €/m
nestabilné podložie - 120 €/m

MOŽNOSŤ SPREVÁDZKOVANIA VRTOV NA KĽÚČ
- Dodanie - vodárne, čerpadla, vodoinštalačného materiálu vrátane práce
- Zemné práce
- Dokážeme prevádzať vrty až do hĺbky 120 m

VYHĽADANIE PRAMEŇA - ZDARMA!

Tel.: +421 917 020 609



81-0022

DVERE VCHODOVÉ

www.vchodove-dvere.sk
0917 678 746

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

ZÁRUČNÝ a POZÁRUČNÝ SERVIS

od 239,- + montáž

86-0002

SaS Sloboda Solidarita — Návod na lepšie Slovensko

Programy nikto nečíta? Veľký omyl!

Denne sa stretávam s množstvom ľudí, ktorí vedia, že o kvalite spravovania krajiny a o kvalite reforiem nerozhodujú vymakané videá, ani pekne znejúce frázy, ale kvalita volebného programu. Ten je kľúčovým dokumentom každej strany, ktorá má ambíciu spraviť život na Slovensku lepším.

Preto sme sa rozhodli napísať program, ktorý má nielen ambíciu byť opäť raz najlepší, ale zároveň je to skôr Návod na lepšie Slovensko. Návod, ako riadiť krajinu, ak nám dáte dôveru. Aby sa nám ani omylom nestalo, že sa staneme súčasťou vlády a nebudeme vedieť, „čo včul". Bude to presne naopak - od prvého dňa budeme veľmi presne vedieť, čo robiť, lebo máme plán. Dali sme si s ním veľa práce. Našim zámerom bolo napísať program, aký Slovensko ešte nezažilo, lebo práve taký po 12-ich rokoch Fica naša krajina potrebuje ako soľ.

Na 372-ich stranách uvádzame 1.144 konkrétnych a reálnych riešení, ktoré zlepšia život na Slovensku. Program tvorilo vyše sto ľudí doslova tisíce hodín a so všetkou skromnosťou hovorím, že sa máme čím pochváliť.

Ak sa do neho začítate, zistíte, že presne na toto sme poctivo pripravení - žiadne všeobjímajúce frázy, žiadny svetový mier, ale konkrétne, ihneď použiteľné riešenia.

Návod na lepšie Slovensko nájdete na www.sas.sk

Richard Sulík
predseda SaS

SaS ROZDÁVA DARČEKY AJ PO VIANOCIACH ☺

Získajte kuchársku knižku Richarda Sulíka, ktorú pripravil so šéfkuchárom Marcelom Ihnačákom

48 prvotriednych receptov

*Napíšte poslancovi Národnej rady Slovenskej republiky **Karolovi Galekovi**, číslo **7** na kandidátke SaS, na email **karol@galek.sk** a on Vám ju rád pošle.*

Zdravý rozum je najlepší recept

SaS Sloboda Solidarita

Občianska riadková inzercia

Prim. Tel: 0905767777
Kúpim akordeon, heligonku. Tel: 0915876860
»Odkúpim obrazy slovenských a českých maliarov. Tel: 0903868361
»Odkúpim kroje mince bankovky vyznamenania voj.prilby opasky pracky z opaskov pohľadnice a iné. Tel: 0903868361
Odkúpim obrazy slovenských a českých maliarov. Tel: 0903868361

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

»Predám neolúpané orechy. Tel: 0918258399

14 RÔZNE / iné

15 HĽADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

»Hľadám priateľa na vážne zoznámenie (45r.) SMS 0910655469
»Seniorka hľadá kamarátku len zo zvolena od 60 r. volať po 18 tej hod. Tel: 0904041603
»Žena hľadá nefajčiara len zo zvolena od 68-70 r. volať po 18 tej. Tel: 0908867263
»Mam 35r, hľadám rodinne založeného bezdetného nefajčiara. Tel: 0908508870
»Seniorka hľadá kamaráta. Nie sms. Tel: 0907610920

Chcete si podať inzerát?

Pošlite SMS na číslo 8866 v tvare:
RP medzera ZV medzera Číslo rubrikymedzera Text inzerátu

Príklad:
RP ZV 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, **ZV** zameňte za skratku novín, ktorú nájdete na zadnej strane vľavo dolu. Službu PlatbaMobilom.sk technicky zabezpečuje ELET, s.r.o.

03-0001 Objednávateľ: Sloboda a Solidarita (SaS) s.r.o., Priemyselná 8, 82109 Bratislava, IČO42139333 Vydávateľ: REGIONPRESS, s.r.o. Študentská 2, 917 01 Trnava, IČO: 36252417

VOLNIJ ✣ DON

SÓLISTI DONSKÉHO KOZÁCKEHO CHÓRU ✣ ROSTOV NA DONE ✣ RUSKO A ICH HOSTIA

S ruským bajanom, balalajkou, perkusiami a s nezameniteľnými vokálmi vystupovali takmer na všetkých kontinentoch zemegule.

Počas svojich vystúpení roztancovali svetové festivaly, občas vtisli slzu do oka, svojským humorom pobavili, ale hlavne vniesli na pódia koncertných sál energiu a virtuozitu na ruských hudobných nástrojoch.

KALINKA 2020

Koncertný program KALINKA 2020 prináša tradičné piesne donských kozákov, známe ruské melódie, hosťa programu Svetlenu Vadko, ktorá maľuje obrazy pieskom.

3.február 2020
Divadlo J.G.Tajovského
ZVOLEN 18.30h

4.február 2020
Dom kultúry 19.00h
VEĽKÝ KRTÍŠ

predpredaj:
Pokladňa DJGT Zvolen, Divadelná 3
tel: 045 55 51 226

MsKS Veľký Krtíš,
www.msks.velky-krtis.sk

77-0016

Zvolenská kapela

Sólisti:
Anna Jakubíková
Ľuboš Kovačech
Martina Saksová
Jaroslav Knápek

Prvá zvolenská dychovka
vás pozýva na

Novoročný koncert

Partneri

VINOJEK - J. Knápek
Rodinné vinárstvo

MESTO ZVOLEN

DIVADLO JGT ZVOLEN

ZV Poduj atia

REGION PRESS

17.1.2020 o 18:30

Divadlo J.G.T. vo Zvolene

Vstupné 4€

Predaj vstupeniek v pokladni Divadla J.G.T.

48-0001

Za férové a hrdé Slovensko

Iste ste si všimli, že slovo "zmena" sa na billboardoch a v rečiach politikov objavuje čoraz častejšie. Je to dobre, Slovensko zmenu potrebuje ako soľ. Lenže nestačí rečniť. **Politici musia ukázať, že na ňu majú aj odvahu, riešenia a energiu.**

Nečaká nás ľahká práca. Kočnerove správy odhaľujú systém zhnitý na kosť. Trpezlivosť ľudí skúšajú desiatky káuz vládnych politikov. A po vražde dvoch mladých ľudí mnohí stratili dôveru a nádej, že by to tu niekedy mohlo byť lepšie. Ale môže.

Slovensko je plné slušných, pracovitých, talentovaných ľudí, ktorí už nechcú ťahať za kratší koniec. Stretávam ich pri mojich cestách po celej krajine. Nechcú veľa. Chcú štát, ktorý k nim bude fér a na ktorý môžu byť opäť hrdí. Na to však potrebujeme zásadnú zmenu spôsobu vládnutia.

Našu dravosť a vytrvalosť musíme smerovať do riešení. Nie do zbytočných sporov a hádok, tie Slovensku nepomôžu. Víťazstvo našej koalície v eurovoľbách a víťazstvo Zuzany Čaputovej nám ukázali, že spolupráca prináša výsledky. S Mišom Trubanom sme ťahali za jeden povraz, a to dalo ľuďom nádej a chuť sa za nás postaviť.

Aj do týchto volieb ideme spoločne - SPOLU a Progresívne Slovensko. Teší nás, že sme uzavreli aj dohodu o spolupráci a slušnej politike s ďalšími troma opozičnými stranami.

Na zmenu však potrebujeme nielen dohody, ale aj odvážne riešenia. Aby sme raz a navždy zatočili s oligarchami, ktorí roky vyciciavajú náš štát a prežívujú korupciu. Preto sme predložili Lex Haščák, zákon na obmedzenie moci oligarchov v zdravotníctve a v médiách.

Penta na nás zaútočila všetkými zbraňami - médiami, právnikmi či lobistami. Nevystrašilo nás to. Na svojej strane máme ľudí - len do Vianoc podpísalo petíciu za Lex Haščák vyše 10 000 Slovákov a Sloveniek.

Vieme, že uspieť vo voľbách, vyhnať mafiu a oligarchov, opraviť nemocnice, ochrániť naše lesy pred vyrubovaním či presadiť ďalšie odvážne riešenia z nášho 250 -stranového programu bude stáť veľa práce. **Zmena nikdy neprichádza ľahko. Sme však pripravení - bojovať za férové a hrdé Slovensko.**

PS Progresívne Slovensko
SPOLU

MIROSLAV BEBLAVÝ
programový líder koalície PS/SPOLU
predseda SPOLU - občianska demokracia

33-0002 Objednávateľ: SPOLU – občianska demokracia, Tallerova 10, 81102 BA, IČO: 51313901. Vydavateľ: REGIONPRESS, s.r.o. Študentská 2, 917 01 Trnava, IČO: 36252417

Zázvor alebo ďumbier

Obidva názvy rastliny ďumbier aj zázvor sú spisovné a uvádzajú sa v Pravidlách slovenského pravopisu aj v Krátkom slovníku slovenského jazyka. No odborný botanický názov je iba názov ďumbier.

Zázvor sa využíval už v stredoveku ako konzervačný prostriedok a rovnako pomáhal liečiť tráviace problémy. Gréci ho jedli pri problémoch s trávením. Zázvor má protizápalové účinky. Je preto mimoriadne vhodnou prevenciou a aj liečbou v prípade prechladnutia, zápalov horných dýchacích ciest a chrípky. Môžeme ho pokojne nazvať prvou pomocou v období chrípkových a vírusových epidémií. Zázvor tiež pomáha náš organizmus detoxikovať a zbavovať ho škodlivých látok. Dokáže dokonca „odstrániť" rakovinové bunky rýchlejšie ako niektoré ostatné lieky, ktoré sú predpísané pacientom s rakovinou vaječníkov! Lekárski experti tiež tvrdia, že tí, ktorí konzumujú zázvor, majú nižšiu hladinu črevných zápalov a zápalov v hrubom čreve a znižujú tak riziko rakoviny hrubého čreva.

Zázvor obsahuje veľké množstvo super zdravých látok menom gingeroly, ktoré účinne bojujú proti mnohým zdravotným problémom, ktoré súvisia so zápalom buniek. Výskum, vykonaný u pacientov, trpiacich artritídou a svalovými bolesťami, preukázal významné výsledky v úľave od bolesti. Zázvor je tiež veľmi užitočný a prínosný pre pacientov, u ktorých dochádza k chorobe, ktorá je spôsobená zápalom buniek ako obezita, cukrovka, Alzheimerova choroba, atď.

Zázvoru by sa mali vyhnúť ľudia, ktorí majú problémy s krvným obehom, respektíve trpia na hemofíliu. Môže tiež nepriaznivo ovplyvňovať diabetickú a antikoagulačnú liečbu, jeho užívanie si vyžaduje v týchto prípadoch monitoring lekárom – špecialistom.

» red

PREDAJ OVOCIA A ZELENINY

AKCIA trvá od pondelka 13.1.2020 do soboty 18.1.2020

Na krytom mestskom trhovisku, Trhová ulica, ZVOLEN

Predaj sa uskutoční na krajných stoloch č.29 a č.46, vchod od námestia.

ZEMIAKY ŽLTÉ
balenie 5kg
0,49 €/kg

PETRŽLEN
voľný predaj
0,99 €/kg

Predaj tovaru v akciových cenách.

NOVÁ KVASENÁ KAPUSTA
na domáci spôsob
voľný predaj
0,69 €/kg

JABLKÁ ČERVENÉ
rôzne odrody
balenie 5kg
0,59 €/kg

PAPRIKOVÁ POMAZÁNKA 190g
(sladká, pikant, extra pikant)
na domáci spôsob
od 1,00 €/ks

KEL
voľný predaj
0,79 €/kg

MRKVA
voľný predaj
0,49 €/kg

ZAVÁRANINY
na domáci spôsob
od 1,20 €/ks

KAPUSTA BIELA
voľný predaj
0,39 €/kg

Ďalej Vám ponúkame široký sortiment ovocia a zeleniny a iného potravinárskeho tovaru

76-0009

Dôchodky mužov a žien, po splnení daných podmienok

Od januára nastali zmeny v dôchodkoch. Tie minimálne sa zvyšujú. Dôchodkový vek sa určuje podľa tabuľky, ktorá zohľadňuje počet detí a má strop 64 rokov. Štát totiž určil dôchodkový vek všetkým poistencom. Do Ústavy SR sa dostala zásada, že vek potrebný na vznik nároku na primerané hmotné zabezpečenie v starobe nesmie presiahnuť 64 rokov. Dôchodky sa automaticky valorizujú. V tabuľkách nájdete potrebné informácie.

Vek odchodu do penzie podľa schválenej novely zákona, platný od januára 2020

rok narodenia poistenca	muž	žena	žena, ktorá vychovala 1 dieťa	žena, ktorá vychovala 2 deti	žena, ktorá vychovala 3 alebo 4 deti	žena, ktorá vychovala 5 detí alebo viac
1943 a menej	60 rokov	57 rokov	56 rokov	55 rokov	54 rokov	53 rokov
1944	60 rokov a 9 mes.	57 rokov	56 rokov	55 rokov	54 rokov	53 rokov
1945	61 rokov a 6 mes.	57 rokov	56 rokov	55 rokov	54 rokov	53 rokov
1946	62 rokov	57 rokov	56 rokov	55 rokov	54 rokov	53 rokov
1947	62 rokov	57 rokov a 9 mes.	56 rokov	55 rokov	54 rokov	53 rokov
1948	62 rokov	58 rokov a 6 mes.	56 rokov a 9 mes.	55 rokov	54 rokov	53 rokov
1949	62 rokov	59 rokov a 3 mes.	57 rokov a 6 mes.	55 rokov a 9 mes.	54 rokov	53 rokov
1950	62 rokov	60 rokov	58 rokov a 3 mes.	56 rokov a 6 mes.	54 rokov a 9 mes.	53 rokov
1951	62 rokov	60 rokov a 9 mes.	59 rokov	57 rokov a 3 mes.	55 rokov a 6 mes.	53 rokov a 9 mes.
1952	62 rokov	61 rokov a 6 mes.	59 rokov a 9 mes.	58 rokov	56 rokov a 3 mes.	54 rokov a 6 mes.
1953	62 rokov	62 rokov	60 rokov a 6 mes.	58 rokov a 9 mes.	57 rokov	55 rokov a 3 mes.
1954	62 rokov	62 rokov	61 rokov a 3 mes.	59 rokov a 6 mes.	57 rokov a 9 mes.	56 rokov
1955	62 rokov a 76 dní	62 rokov a 76 dní	62 rokov a 76 dní	60 rokov a 3 mes.	58 rokov a 6 mes.	56 rokov a 9 mes.
1956	62 rokov a 139 dní	62 rokov a 139 dní	62 rokov a 139 dní	61 rokov	59 rokov a 3 mes.	57 rokov a 6 mes.
1957	62 rokov a 6 mes.	62 rokov a 6 mes.	62 rokov a 6 mes.	62 rokov a 9 mes.	60 rokov	58 rokov a 3 mes.
1958	62 rokov a 8 mes.	62 rokov a 8 mes.	62 rokov a 7 mes.	62 rokov a 1 mes.	60 rokov a 9 mes.	59 rokov
1959	62 rokov a 10 mes.	62 rokov a 10 mes.	62 rokov a 8 mes.	62 rokov a 5 mes.	61 rokov a 6 mes.	59 rokov a 9 mes.
1960	63 rokov	63 rokov	62 rokov a 10 mes.	62 rokov a 9 mes.	61 rokov a 10 mes.	60 rokov a 6 mes.
1961	63 rokov a 2 mes.	63 rokov a 2 mes.	63 rokov	63 rokov	62 rokov a 2 mes.	61 rokov a 3 mes.
1962	63 rokov a 4 mes.	63 rokov a 4 mes.	63 rokov a 2 mes.	63 rokov	62 rokov a 6 mes.	61 rokov a 7 mes.
1963	63 rokov a 6 mes.	63 rokov a 6 mes.	63 rokov a 4 mes.	63 rokov	62 rokov a 6 mes.	61 rokov a 11 mes.
1964	63 rokov a 8 mes.	63 rokov a 8 mes.	63 rokov a 6 mes.	63 rokov	62 rokov a 6 mes.	62 rokov a 3 mes.
1965	63 rokov a 10 mes.	63 rokov a 10 mes.	63 rokov a 6 mes.	63 rokov	62 rokov a 6 mes.	62 rokov a 6 mes.
1966 a viac	64 rokov	64 rokov	63 rokov a 6 mes.	63 rokov	62 rokov a 6 mes.	62 rokov a 6 mes.

Vek odchodu do dôchodku mužov podľa novely zákona, ktorá začala platiť od januára 2020

rok narodenia poistenca	muž, ktorý vychoval 1 dieťa	muž, ktorý vychoval 2 deti	muž, ktorý vychoval 3 alebo viac deti
1958	62 rokov a 8 mes.	62 rokov a 8 mes.	62 rokov a 6 mes.
1959	62 rokov a 10 mes.	62 rokov a 10 mes.	62 rokov a 6 mes.
1960	63 rokov	63 rokov	62 rokov a 6 mes.
1961	63 rokov a 2 mes.	63 rokov	62 rokov a 6 mes.
1962	63 rokov a 4 mes.	63 rokov	62 rokov a 6 mes.
1963 a viac	63 rokov a 6 mes.	63 rokov	62 rokov a 6 mes.

FUTBALISTKY SPARTAKA MYJAVA ZNOVA NA NÁVŠTEVE U NEYMARA. PO BRAZÍLII VYCESTOVALI DO PARÍŽA

Svetové finále Red Bull Neymar Jr's Five 2019 vyhrali v júli slovenské futbalistky z tímu Spartak Myjava. K brazílskemu víťazstvu, nezabudnuteľným zážitkom a priateľskému zápasu s Neymarom pridali pred pár dňami ešte jednu časť vybojovanej odmeny: na štyri dni si odbehli do Paríža, kde si okrem tradičných turistických zastávok urobili aj pár futbalových.

Najlepší ženský tím turnaja sa v hlavnom meste Francúzska spojil s majstrami z Maďarska. Spolu si pozreli ligový zápas Paríž Saint Germain proti Nantes, absolvovali prehliadku domovského štadiónu PSG Parc des Princes a nazreli aj do zákulisia, kde sa opäť stretli s najdrahším futbalistom planéty. Súčasťou návštevy bolo aj odovzdanie cien najužitočnejším hráčom. Na Slovensko si toto ocenenie odniesla Andrea Bogorová.

Viac info a čoskoro aj registráciu na Red Bull Neymar Jr's Five 2020 nájdete na **redbull.sk/neymar**.

FOTO: Hadrien Picard / Red Bull Content Pool

Poviedka

Poučenie uštvanej kolegyne

Báli sme sa o ňu. Vo firme bola jedna z najuštvanejších. Takmer denne pôsobila tak, že prvé, čo mi zišlo na um, keď som ju stretol bolo, či už niekto volal záchranárov, alebo je to tentoraz na mne.

Napodiv, nikdy neskolabovala na verejnosti a čo sa dialo v jej kancelárii nikto nevedel, lebo nikto nevedel ani to, kde ju má, na ktorom poschodí, v rámci akého útvaru.

Žila a pracovala na chodbách. A vo výťahu a na trase z a do jedálne. Prípadne do bufetu. To boli najfrekventovanejšie migračné trasy kolegov v pracovnom čase. Celé roky. Mala úradnícky čas. SELČ – ÚČ. Nevynechávala ani pracovné soboty a najrôznejšie brigády. Zaobstarávala catering. No, po našom – proviant.

Postavou bola nižšieho vzrastu, zhrbený predklon, zjavne sa prispôsobila trvalému polobehu. Podobne ako u primátov. Väčšinou neupravené vlasy, presne taký účes, ako keď si do porastu na hlave z času na čas hrabnete s cieľom vytrhať si to na protest proti celému zlému a neprajnému svetu.

Z jedenástich povolených osôb, ktoré sa smeli prepravovať v jednej z výťahových kabín, bola vždy a v každej prítomná aj ona. Úplne jedno, ktorý zo štvorice výťahov automat prihral na poschodie najskôr, vždy bola dnu.

Stála opretá v rohu, tesne pred zrútením sa, z každej strany kŕčovito zvierala držadlo. Pod pazuchou šanón, niekedy aj dva až tri, inokedy zas nejaké spisy... vždy niečo. Za starých čias, keď sa ešte vysielalo z pásov, nosila po chodbách škatuľu s pásom, obvykle s dosť odmotaným, ťahajúcim sa niekoľko desiatok metrov za ňou po kobercoch.

Mno – poučenie. Už roky som z toho pracoviska odídený. Pre nadbytočnosť. Robil som totiž nočné, víkendy, sviatky, vždy, keď sa práve zväzákom a iným „úderníkom" nechcelo. Ona je tam vraj stále a stále behá ustarostená odkiaľsi kamsi. V dobrej kondícii a zaručene v ideálnom zdravotnom stave. Chcete v práci dožiť aspoň do invalidného do dôchodku? Dá sa - musíte sa iba naučiť ju dobre predstierať. Ak budete iba makať, vyhodia vás. Máte na výber. Kým ste mladí!

» Ivan Brožík

Výročia a udalosti

17. 1. 1904
sa uskutočnila svetová premiéra hry **A. P. Čechova Višňový sad** v Moskovskom umeleckom akademickom divadle.

PONDELOK 13.1.2020

MARKÍZA 06:00 Teleráno 08:30 Zámena manželiek 09:50 Rodinné prípady 10:55 Susedské prípady 11:50 Rodinné prípady 12:50 NCIS - Námorný vyšetrovací úrad 14:45 Susedské prípady 15:50 Rodinné prípady 16:55 Šetríme spolu 17:00 PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY 17:25 Reflex 17:55 Oteckovia - NOVÁ SÉRIA 19:00 TELEVÍZNE NOVINY 20:05 POČASIE 20:20 ŠPORTOVÉ NOVINY 20:30 Mrcha učiteľka 22:20 Susedia na odstrel 00:20 NCIS - Námorný vyšetrovací úrad 02:00 Cestovatelia v čase 03:20 Susedské prípady

TV JOJ 05:05 NOVINY TV JOJ 05:40 KRIMI 06:15 RANNÉ NOVINY 08:30 SÚDNA SIEŇ 09:35 SÚDNA SIEŇ 10:40 Pod povrchom 4 12:00 NOVINY O 12:00 12:30 TOP STAR 12:45 IQ TAXI 4 13:20 INKOGNITO 14:20 SÚDNA SIEŇ 15:25 POLICAJTI V AKCII 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 S PRAVDOU VON 00:30 Myšlienky vraha 6 01:30 INKOGNITO 02:25 NOVINY TV JOJ 03:00 TOP STAR

RTVS 05:45 Správy RTVS „N" 07:00 Postav dom, zasaď strom 07:30 Ranné správy RTVS 08:55 Na krok od neba 09:55 Zajtrajšie noviny 10:50 Duel 11:20 5 proti 5 12:20 Dámsky klub 13:55 Folklorika 14:25 Don Matteo 15:30 Úžasné záhrady: Rosendal, Švédsko 16:00 Správy RTVS 16:40 Na krok od neba 17:45 Duel 18:20 5 proti 5 19:00 Správy RTVS 20:30 Erik a Erika 22:00 Reportéri 22:35 Prípady 1. oddelenia 23:40 Don Matteo 00:35 Zajtrajšie noviny 01:20 Erik a Erika 02:50 Dámsky klub 04:25 Správy RTVS „N"

UTOROK 14.1.2020

MARKÍZA 06:00 Teleráno 08:30 Svadba na prvý pohľad 09:55 Oteckovia 10:55 Susedské prípady 11:55 Rodinné prípady 12:55 NCIS - Námorný vyšetrovací úrad 14:50 Susedské prípady 15:50 Rodinné prípady 16:55 Šetríme spolu 17:00 PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY 17:25 Reflex 17:55 Oteckovia 19:00 TELEVÍZNE NOVINY 20:05 POČASIE 20:20 ŠPORTOVÉ NOVINY 20:30 Utajený šéf 21:55 Zámena manželiek 23:10 Rodinné prípady 00:00 NCIS - Námorný vyšetrovací úrad 01:50 Cestovatelia v čase

TV JOJ 05:05 NOVINY TV JOJ 05:40 KRIMI 06:15 RANNÉ NOVINY 08:30 SÚDNA SIEŇ 09:35 SÚDNA SIEŇ 10:50 Pod povrchom 5 12:00 NOVINY O 12:00 12:30 TOP STAR 12:45 IQ TAXI 5 13:20 INKOGNITO 14:20 SÚDNA SIEŇ 15:30 POLICAJTI V AKCII 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 NOVÝ ŽIVOT 21:40 Beverly Hills 90210 2 22:50 C.S.I.: Kriminálka Miami IX. 4 23:50 Myšlienky vraha 7 00:50 NOVÝ ŽIVOT 02:15 NOVINY TV JOJ

RTVS 05:45 Správy RTVS „N" 07:05 Folklorika 07:30 Ranné správy RTVS 08:55 Na krok od neba 09:55 Zajtrajšie noviny 10:50 Duel 11:20 5 proti 5 12:20 Dámsky klub 13:50 Folklorika 14:20 Don Matteo 15:30 Úžasné záhrady 16:00 Správy RTVS 16:40 Na krok od neba 17:50 Duel 18:20 5 proti 5 19:00 Správy RTVS 20:30 Kolonáda 21:25 Umenie zločinu 22:15 Zákon a poriadok 22:55 Don Matteo 23:50 Zajtrajšie noviny 00:35 Umenie zločinu 01:25 Slovensko v obrazoch 01:50 Dámsky klub 03:30 Správy RTVS „N"

STREDA 15.1.2020

MARKÍZA 06:00 Teleráno 08:30 Zámena manželiek 09:50 Oteckovia 10:55 Susedské prípady 11:55 Rodinné prípady 12:55 NCIS - Námorný vyšetrovací úrad 14:50 Susedské prípady 15:55 Rodinné prípady 16:55 Šetríme spolu 17:00 PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY 17:25 Reflex 17:55 Oteckovia 19:00 TELEVÍZNE NOVINY 20:05 POČASIE 20:20 ŠPORTOVÉ NOVINY 20:30 CHART SHOW 22:35 RYTMUS sídliskový sen 00:20 NCIS - Námorný vyšetrovací úrad 01:45 Cestovatelia v čase 03:10 Susedské prípady

TV JOJ 05:05 NOVINY TV JOJ 05:40 KRIMI 06:15 RANNÉ NOVINY 08:30 SÚDNA SIEŇ 09:35 SÚDNA SIEŇ 10:55 Pod povrchom 6 12:00 NOVINY O 12:00 12:30 TOP STAR 12:45 IQ TAXI 6 13:20 NOVÝ ŽIVOT 14:20 SÚDNA SIEŇ 15:30 POLICAJTI V AKCII 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 NOVÝ ŽIVOT 21:40 Beverly Hills 90210 3 22:50 C.S.I.: Kriminálka Miami IX. 5 23:50 Myšlienky vraha 8 00:50 NOVÝ ŽIVOT 01:50 KRIMI

RTVS 06:05 Občan za dverami 06:30 Reportéri 07:05 Folklorika 07:30 Ranné správy RTVS 09:00 Na krok od neba 10:00 Zajtrajšie noviny 10:55 Duel 11:20 5 proti 5 12:00 Správy RTVS 12:20 Dámsky klub 13:55 Folklorika 14:25 Don Matteo 15:30 Úžasné záhrady 16:00 Správy RTVS 16:40 Na krok od neba 17:35 Šetríme spolu planétu 17:45 Duel 18:15 5 proti 5 19:00 Správy RTVS 20:30 Vraždy v La Ciotat 22:05 Winnetou 23:40 Don Matteo 00:35 Zajtrajšie noviny 01:20 Autosalón 01:45 Vraždy v La Ciotat

ŠTVRTOK 16.1.2020

MARKÍZA 06:00 Teleráno 08:30 Utajený šéf 09:45 Oteckovia 10:45 Susedské prípady 11:50 Rodinné prípady 12:50 NCIS - Námorný vyšetrovací úrad 14:45 Susedské prípady 15:50 Rodinné prípady 16:55 Šetríme spolu 17:00 PRVÉ TELEVÍZNE NOVINY 17:25 Reflex 17:55 Oteckovia 19:00 TELEVÍZNE NOVINY 20:05 POČASIE 20:20 ŠPORTOVÉ NOVINY 20:30 Svadba na prvý pohľad 22:10 Rodinné prípady 23:10 NCIS - Námorný vyšetrovací úrad 00:50 Cestovatelia v čase 02:20 Utajený šéf 03:25 Susedské prípady

TV JOJ 05:05 NOVINY TV JOJ 05:40 KRIMI 06:15 RANNÉ NOVINY 08:30 SÚDNA SIEŇ 09:50 SÚDNA SIEŇ 10:55 Pod povrchom 7 12:00 NOVINY O 12:00 12:50 TOP STAR 13:10 NOVÝ ŽIVOT 14:20 SÚDNA SIEŇ 15:20 POLICAJTI V AKCII 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 NOVÝ ŽIVOT 21:40 NA HRANE 22:25 C.S.I.: Kriminálka Miami IX. 6 23:25 Myšlienky vraha 9 00:20 NOVÝ ŽIVOT 01:20 KRIMI 01:50 NOVINY TV JOJ 02:30 TOP STAR

RTVS 06:05 Správy RTVS „N" 07:05 Folklorika 07:30 Ranné správy RTVS 09:00 Na krok od neba 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 Úžasné záhrady 16:00 Správy RTVS 16:35 Na krok od neba 17:40 Šetríme spolu planétu 17:45 Duel 18:15 5 proti 5 19:00 Správy RTVS 20:30 Zlaté časy 21:35 Naša rodina 23:15 Neskoro večer 00:05 Don Matteo 01:05 Naša rodina 02:45 Svet v obrazoch 03:10 Dámsky klub

Čo nové vo Zvolene?

Vstúpili sme do nového roku s číslom 2020. Býva zvykom, že ruka v ruke so začiatkom niečoho nového prichádzajú predsavzatia, nové vízie, plány do budúcnosti. Na prelome rokov si ich stanovujeme v našich súkromných životoch a odlišné to nie je ani v živote mesta. Akurát sa to deje omnoho skôr a plány sa odzrkadľujú v schválenom rozpočte.

Na čo sa teda môžu Zvolenčania tešiť v novom roku? V prvom rade na dokončenie námestia. Mám na mysli rekonštrukciu Parku Ľ. Štúra a jeho okolia, veď tamojšie chodníky a cesty sú v nedobrom stave celé roky. Po tom, čo sa dostal do konkurzu súkromný investor blízkeho nákupného centra a nesplnil tak svoj záväzok rekonštruovať priestor na svoje vlastné náklady, vynaložili sme množstvo energie, aby sme ho pre Zvolenčanov konečne mohli upraviť. Podarilo sa, s prácami by sme mali začať na jar.

Finančne ešte náročnejšie bude splnenie ďalšieho z veľkých snov Zvolenčanov – novovybudované predstaničné námestie. Aj priestor v okolí hlavnej železničnej stanice roky vyzeral veľmi nevábne. Vzhľadom na veľkú finančnú náročnosť sme dlho váhali opraviť ho z vlastných zdrojov, po celý čas sme však hľadali možnosti získania iných peňazí. Podarilo sa, uspeli sme so žiadosťou o eurofondy a dnes už hľadáme dodávateľa prác. Pri takmer dvojmiliónovej zákazke ide o dlhý a náročný proces, určite by sme však boli radi, keby sme už tento rok mohli začať aspoň výkopovými prácami. Chceme predsa dať predstaničnému námestiu podobu hodnú vstupu do nášho kráľovského mesta.

V minulých rokoch sme postupne vybudovali pekné nové športové areály pri ZŠ Hrnčiarska (5. ZŠ) a pri ZŠ Námestie mládeže (9. ZŠ), v tomto roku chceme pokračovať pri základných školách na Zlatom Potoku a na Sekieri. Školské dvory boli dlhé roky prvou voľbou našich detí pri trávení voľného času. Chceme dať túto možnosť aj súčasnej mladej generácii a vlastne celej našej športovej verejnosti.

Na záver som si nechala jeden projekt s otáznikom. Ide o vybudovanie plavárne a kúpaliska na Barinách, a teda o našu snahu priniesť Zvolenčanom dôstojné podmienky na plavecký šport a relax. Hoci máme dlhodobo pripravený projekt, poslanci si zobrali čas, aby vec ešte prerokovali v pracovnej skupine. Na jednej strane rozumiem, že chcú zvažovať možnosti, na druhej strane ma mrzí, že každým ďalším odkladom sa predlžuje doba, kedy Zvolenčania konečne budú môcť tráviť čas na vysnívanej novej plavárni či kúpalisku. Snáď teda rok 2020 prinesie pozitívny posun aj v otázke plávania.

Projektov, pripravených v prospech zlepšenia života Zvolenčanov, máme pochopiteľne viac. Prajem nám všetkým, aby sa nám spoločne vydarili, aby všetky práce v prebiehajúcom roku prebiehali čo najrýchlejšie a bez výrazných problémov. Nech je rok 2020 ďalším, kedy spoločne zlepšíme podmienky pre život Zvolenčanov.

» Lenka Balkovičová
primatorka@zvolen.sk

Usmievavý a vždy dobre naladený je náš

Janko Šouc

***5. januára** spolu s bratom*

Vladimírom
z Lieskovca

*oslávili okrúhle **60. tiny**,*
tiež 40. ročné účinkovanie ako DJ.

Želáme im veľa zdravia a šťastia v ďalšom živote.
S láskou Vaša rodina a široký okruh fanúšikov.

48-0003

Spomienka...

*Dňa **18. januára 2020***
uplynie rok, čo nás navždy
opustil vzácny človek

Ing. Peter Koza zo Zvolena

Kto ste ho poznali, venujte mu tichú spomienku.
Smútiaca rodina s láskou.

77-0002

PIATOK 17.1.2020

DOMA **DOMA 06:25** Nočná služba II. 7-8/14 **08:10** Krok za krokom **10:10** Vymenené životy 259-260 **12:20** Reflex **13:05** Moja malá princezná 13-14/92 **14:50** Koleso šťastia **16:50** Odložený prípad **18:35** Nočná služba II. 9-10/14 **20:30** Labutia pieseň Romantický film MN 12 (USA) 2015 J. Lee, M. Kellyová, M. E. Jonesová, J. Lewison, C. Paton. **22:35** Zámena manželiek Nové mamy, nové pravidlá. MN 12 **01:10** Odložený prípad Detektívny seriál MN 12 (USA) 2008-2009 **02:35** Smotánka **03:50** Adela show

plus **PLUS 05:30** Najkrajšie bývanie II. 9 **06:15** NA CHALUPE **07:00** Pod povrchom 7 **08:15** MOJA MAMA VARÍ LEPŠIE AKO TVOJA **09:35** Panelák 170 **10:45** Najkrajšie bývanie II. 10 **11:45** NA CHALUPE **13:00** Prvé oddelenie **14:05** Simpsonovci II. 16,17 **15:05** Panelák 171 **15:50** Hoď svišťom 12 **16:30** Simpsonovci II. 18,19 **17:30** C.S.I.: Kriminálka Las Vegas 14,15 **19:35** ŽREBOVANIE **19:40** Hoď svišťom 13 **20:25** Kúpili sme ZOO **23:05** Detektív Dee a záhada tajomného ohňa **01:55** Walking Dead VIII. 5 **02:40** Prvé oddelenie **03:25** Hoď svišťom

:2 **RTVS 06:00** Rýchle vody hôr **06:25** Odkaz vo fľaši **06:45** Kniha džunglí **07:00** Včielka Maja **07:30** Tenis - WTA Tour 2020 **12:30** Cirkusy sveta **13:50** Tvárou v tvár **14:20** Biatlon - SP 2019/20 **15:55** Národnostné správy **16:20** Regina **17:25** Tajomstvá pokladov **18:30** Večerníček **18:45** Veselá farma **19:00** Včielka Maja **19:35** Zázračný miniateliér **19:50** Správy RTVS **20:10** Família **20:35** Meno ruže **21:35** Tiesňové volanie **23:00** Bratislavské jazzové dni 2017 **23:50** Správy RTVS „N" **01:00** Správy - Hírek

SOBOTA 18.1.2020

DOMA **DOMA 05:00** Odložený prípad **05:50** Rosamunde Pilcherová: Tajomstvo bielej holubice **07:15** Smotánka **08:15** Krok za krokom **10:10** Ohnivý kuře **12:35** Odložený prípad **13:50** Labutia pieseň **15:55** Mestečko Frühling: Nový začiatok **17:55** Dovolenka v pekle **20:00** Rosamunde Pilcherová: Svadba plná zmätkov **22:00** Inga Lindströmová: Večná láska **00:05** Labutia pieseň **01:50** Rosamunde Pilcherová: Svadba plná zmätkov **03:20** Inga Lindströmová: Večná láska **04:45** Odložený prípad

plus **PLUS 05:30** Súdna sieň **07:05** NOVÁ ZÁHRADA **08:25** NA CHALUPE **09:50** NOVÉ BÝVANIE **11:05** NOVÉ BÝVANIE DIZAJN **12:30** Tajné životy boháčov IV. 15,16 **13:30** Sopka **15:45** Kráľovstvo opíc **17:35** MOJA PRVÁ DOVOLENKA **18:55** GURMÁNI ULICE 2 **19:30** KINOSÁLA **19:45** ŽREBOVANIE **19:50** DVOJIČKY 5 **20:45** Wasabi Francúzsko - japonská akčná komédia. MN 15 2001 J. Reno, R. Hirosueová, M. Muller, C. Bouquetová, E. Frencková a ďalší. **22:50** Outsider **00:55** Jem a hologramy **03:05** Detektív Dee a záhada tajomného ohňa

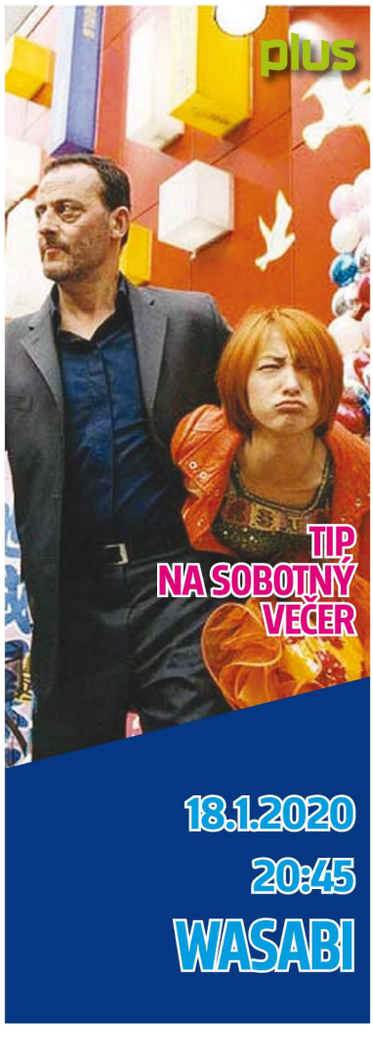
:2 **RTVS 06:00** Vládcovia výšin **06:45** Autosalón **07:30** Život v pohybe **08:30** Televíkend **09:25** Retro noviny **10:10** VaT **10:45** Zjazdové lyžovanie SP **12:35** Televízny klub nepočujúcich **13:20** Magazín FIS **13:50** Zjazdové lyžovanie SP **15:10** Biatlon - SP 2019/20 **15:45** 65. ročník Slávnosti Rusínov vo Svidníku **16:30** Farmárska revue **17:00** Na rybách **17:35** Kvarteto **18:00** Európa v obrazoch **18:30** Večerníček **19:10** Včielka Maja **19:50** Správy RTVS **20:35** Ľalie poľné **22:00** Narcos **22:45** Unášaní búrkou **00:55** Správy RTVS „N"

NEDEĽA 19.1.2020

DOMA **DOMA 05:50** Inga Lindströmová: Večná láska **07:15** Smotánka **08:10** Krok za krokom **10:10** Ohnivý kuře **12:35** Odložený prípad **13:50** Emilie Richardsová: Voľba srdcom **15:55** Rosamunde Pilcherová: Svadba plná zmätkov **17:55** Falošný snúbenec **20:00** Prekliaty raj Skutočný príbeh MN 15 (Nemecko) 2015| S. Stappenbecková, M. Mittermeier, J. Y. Berteloot, F. Coorsová, M. Rapold. **22:00** Beštiálny sused **00:00** Dovolenka v pekle **01:40** Prekliaty raj **03:10** Beštiálny sused **04:35** Odložený prípad

plus **PLUS 05:10** KINOSÁLA **05:20** Súdna sieň **07:20** Sopka **09:50** Tecumseh **12:25** VŠETKO ČO MÁM RÁD **14:35** VŠETKO ČO MÁ ANDER RÁD 4,5 **15:35** Slovácko sa nesúdi 3,4 **17:25** Rande v ťažkostiach **19:40** ŽREBOVANIE **19:50** DVOJIČKY 6 **20:45** Ťažko zamilovaný Americko-nemecká komédia. MN 15 2001| G. Paltrowová, J. Black, J. Alexander, J. Viterelli, B. McGill, S. Wardová, B. Burnsová, K. Gass, A. Robbins, R. Kirby a ďalší. **23:05** Dvojitý život **01:25** Outsider **03:05** Tecumseh **04:50** KINOSÁLA

:2 **RTVS 06:15** Život v bielom **06:35** Nepočuté SOS **07:20** Televíkend **08:30** Farmárska revue **08:55** Na rybách - Petrov zdar **09:30** Orientácie **10:00** Ekumenická bohoslužba **11:30** Zjazdové lyžovanie SP **13:25** Biatlon - SP 201 9/20 **14:25** Folklórny festival - Detva **15:45** Hokej - Tipsportliga **18:45** Večerníček **19:00** Veselá farma **19:10** Kniha džunglí **19:25** Odkaz vo fľaši **19:50** Správy RTVS **20:10** Portrét Ivana Mistríka **21:05** Švédska lovestory **23:10** Novoročný koncert Viedenských filharmonikov 2020 **01:10** Správy RTVS



MIMORIADNA ZĽAVA !!!
Cena: 435 € ~~750 €~~
Masérska škola REMINY
OTVÁRA KURZ KLASICKEJ MASÁŽE
začiatok kurzu 14.02.2020
miesto: Turčianske Teplice
(učebňa masérskej školy REMINY)
0904 561 900
0917 128 155
www.reminy.sk
eva@reminy.sk
17-0012

PRACOVNÁ PONUKA:
Príjmeme na TPP dievčatá 18-40 rokov:
SPOLOČNÍČKY / STRIPTÉRKY
do nočného klubu Afrodita v Nových Zámkoch. Ubytovanie zdarma, stála klientela, garantovaný denný príjem, mesačný bonus 400 EUR.
0910 970 890
76-0011

Príjmeme
POMOCNÍK/POMOCNÍČKA
do mäsozávodu v Krupine.
Mzda 600€.
Bližšie informácie na tel.č. 0907 805 257
alebo marketing@masolapin.sk
29-0002

INZERÁT, KTORÝ PREDÁVA
0907 727 201

A.I.I. Technické služby s. r. o. prijme ihneď
• Ručný pracovník – ruč. čistenie – 680 € mesačne brutto + príplatky
• VODIČ "B" "T" - 980 € mesačne brutto + príplatky
• VODIČ "C" - od 1.300 € mesačne brutto + príplatky
Zimná údržba ciest a komunikácií v BA
Miesto výkonu práce BRATISLAVA
0948 / 374 149, dispecing2@aii.sk
Základná zložka mzdy + príplatky a ODMENY
UBYTOVANIE ZADARMO – NÁSTUP IHNEĎ
94-0002

E-MAIL:
zvolensko@regionpress.sk

EKOKANAL 0908 967 587, 0911 967 587
NON-STOP
- Čistenie kanalizácií a odtokov
- Inšpekcia potrubia kamerou
- Čistenie lapačov tukov
- Tlakové skúšky potrubia
- Bezvýkopové opravy -výkopové opravy kanalizácií
- Frézovanie kanalizačných potrubí
- Vyhľadávanie kanalizač. trás detektorom
- Lokálne bezvýkopové opravy
28-0019

Oplatí sa !

TOP PONUKY TÝŽDŇA

PRÁCA V ČR
PLAT: OD 850 DO 1300 EUR

- OPERÁTOR VÝROBY
- VODIČ VZV
- PRÁCA S POČÍTAČOM
- HORIZONTKÁR CNC
- ZVÁRAČ CO2
- ZORAĎOVAČ

Bezplatná infolinka:
0800 500 091
www.konstrukter.sk - nabor@konstrukter.sk

85-0008

PRIJMEME

Skladník (Nemecko)
2200 EUR/mesačne Brutto

Mäsiar (Rakúsko)
3000 EUR/mesačne Brutto

Mäsiar-pomocník (Rakúsko)
2400 EUR/mesačne Brutto

0903 431 350

85_0006

SCHNELLECKE LOGISTICS prijme do pracovného pomeru:

Vodič LKW od 810 € brutto + 160 € variabilná zložka + ďalšie prémie

Vodič VZV / retrak / ťahač od 810 € brutto + variabilná zložka min. 110 € + ďalšie prémie

Pracovník montáže od 810 € brutto + variabilná zložka min. 110 € + ďalšie prémie

Skladový pracovník od 765 € brutto + variabilná zložka min. 110 € + ďalšie prémie

Miesto výkonu práce:
Devínska Nová Ves (BA)

e-mail: praca@schnellecke.com
tel.: 0800 144 140

32-0079

AIW - Práca - Opatrovanie seniorov v Rakúsku!

- 14-dňové turnusy, rakúska živnosť
- máme stále dostatok ponúk aj pre mužov
- sme partnerom rakúskeho Červeného kríža
- 20 rokov pomáhame opatrovateľkám v Rakúsku

Honorár 1 100 až 1 300 € za 15 dní
Dopravu hradí klient, strava a ubytovanie ZDARMA!

Kritériá pre spoluprácu s AIW:
- opatrovateľský kurz a prax
- dobrá znalosť nemeckého jazyka
- vek 25 až 60 rokov

AIW má zástupcov v rôznych mestách Slovenska!
Zavolajte na bezplatné číslo
0800 24 24 44
a dohodnite si osobné stretnutie.
Pracovať môžete už o pár dní!

www.aiw.sk Facebook: aiwsk

32-0001-1

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 **ZVOLENSKO** a získate zľavu 10% na kompatibilné náplne a 3% na originálne náplne.

33-0003

Zimné záhrady zasklievanie balkónov Slovakia

0940 172 493

zimnezahradyslovakia@gmail.com

Drevené a hliníkové pergoly a prístrešky

Zimné záhrady

Drevené terasy

Hliníkové okná a Dvere

Zasklievanie balkónov a terás

50 % Zľavy na objednávky v mesiacoch január a február !!

85_0013

Sme najaktívnejšie hnutie!

11

268

OĽANO 162

KOALÍCIA Smer-SD + SNS + Most-Híd

93 ĽSNS

počet predložených zákonov

Za vaše peniaze nesedíme, ale robíme! Napriek tomu, že sme v opozícii, pripravujeme pre vás zákony, ktorými chceme zlepšiť vaše životy. Žiaľ, väčšinu našich dobrých návrhov vládne strany zhodia zo stola, no nevzdávame to! Niektoré sa nám podarilo presadiť, iné nám koalícia prebrala a napokon ich pod svojím menom uviedli do praxe. Nám to nevadí, pretože pre nás je dôležité, aby sme spoločnými silami vytvorili krajinu, kde budeme radi žiť.

Za posledné 4 roky sme predložili spolu 268 návrhov zákonov. Je to viac ako predložili poslanci za SMER, SNS, MOST a ĽSNS dokopy!

Naši poslanci pravidelne vystupujú aj v pléne Národnej rady, atakujú ministrov s otázkami, ktoré vás trápia a svojou aktivitou vynikajú.

OBYČAJNÍ ĽUDIA a nezávislé osobnosti

ČO SME PRESADILI

147 Ján Budaj

9 Anna Remiášová

ZÁKON PROTI NIČENIU LESOV

Štát už nedotuje výrobu energie z drevoštiepky, pre ktorú sa rúbali aj zdravé stromy. Dieru v zákone využívali podvodníci, ktorí drancovali naše lesy a kvalitné drevo používali na výrobu elektriny. Zákon sme predkladali dovtedy, kým sa nám ho nepodarilo presadiť. **Ochránili sme tak časť slovenských lesov!**

ZRUŠENIE MEČIAROVÝCH AMNESTIÍ

Robert Fico sa roky bránil tomu, aby zrušil nehanebné amnestie svojho učiteľa Vladimíra Mečiara. Tie zabránili potrestať únoscov Michala Kováča ml., vrahov Roberta Remiáša a aktérov zmareného referenda o vstupe Slovenska do NATO. **Po našom dlhodobom tlaku boli Mečiarove amnestie napokon zrušené.**

NAŠE NÁPADY, KTORÝMI SA VLÁDA CHVÁLI

Toto sú niektoré zákony, ktoré sme najprv predložili my, no koaliční poslanci ich najskôr zmietli zo stola, neskôr skopírovali a schválili.

VYŠŠIE PRÍPLATKY ZA VÍKENDY A SVIATKY

Ľudia pracujúci cez víkend a vo sviatok dnes už zarábajú viac.

SKORŠÍ DÔCHODOK PRE MAMIČKY

Každá mamička, ktorá vychová dieťa, si zaslúži skorší odchod do dôchodku.

NÁRAST MATERSKÉHO A RODIČOVSKÉHO

Štát musí podporovať pracujúcich rodičov, ktorí sa rozhodli mať deti.

ZVÝŠENIE DAŇOVÉHO BONUSU NA DETI

Pracujúci rodičia majú právo, aby im štát nechal viac peňazí z výplaty.

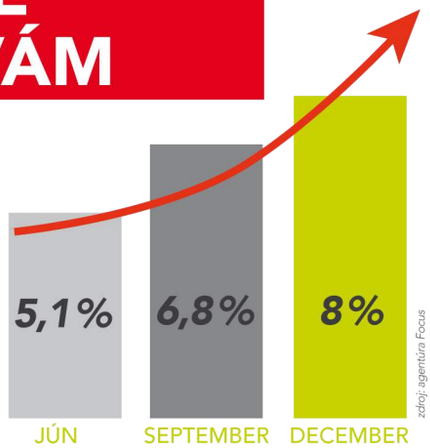
ZNÍŽENIE DPH NA DETSKÉ POTREBY

Je neférové, ak štát zarába na tom, že rodičia živia a starajú sa o svoje malé deti.

RASTIEME VĎAKA VÁM

V posledných prieskumoch hnutie OĽANO rastie. Každý váš hlas znamená väčšiu nádej na zmenu. Nedajme sa znechutiť a zastrašiť. Spravodlivé, bezpečné a ľudské Slovensko pre nás všetkých je reálny cieľ. Keď vytrváme, spoločne ho dosiahneme.

Ďakujeme za vašu podporu!



zdroj: agentúra Focus

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 / regionPRESS s.r.o., Študentská 2, 917 01 Trnava, IČO: 36252417

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