

KOMÁRŇANSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 16 370 domácností

čítajte
NOVINY...

S NAJVÄČŠÍM
ZÁSAHOM
NA SLOVENSKU

Golgota našej doby

Tak nazval svojho času milovaný slovanský pápež, dnes už svätý Ján Pavol II. miesto, na ktorom leží areál bývalého fašistického koncentračného tábora v Osvienčime.

Moderný súčasný pápež František minulú nedeľu v modlitbe Anjel Pána vyzval 1,3 miliardy katolíkov na celom svete, aby si modlitbou a zamyslením pripomenuli 75. výročie oslobodenia nacistického vyhladzovacieho tábora v Osvienčime a povedali „Už nikdy viac“ holokaustu.

„Vzhľadom na túto nevýslovnú tragédiu, túto krutosť, nie je ľahostajnosť prípustná. Spomínanie je našou povinnosťou. Všetci sme vyzvaní, aby sme sa pri tomto výročí modlili a rozjímali. Každý by si mal vo svojom srdci povedať: Už nikdy viac! Už nikdy viac.“

Bol som pokrstený ako kresťan a vychovaný ako kresťan. Snažím sa žiť, myslieť a konať tak, ako sa od kresťana očakáva. Prijímam s pokorou a s úctou výzvu biskupa z Ríma - „už nikdy viac“. Už nikdy viac ideológiu, ktorá vyhladiť milióny nevinných ľudí z povrchu zemskeho. Už nikdy viac fašizmus. Verím a dúfam, dokonca, chcem byť presvedčený, že kresťania na Slovensku

počúvajú svojho pápeža. I toho, dnes už svätého. Verím, že ho počuli aj tí, ktorých heslom je „za Boha“. Ak si ctia kresťanskú cirkev. Verím v to aj napriek tomu, že práve táto pápežova modlitba Anjel pána z minulej nedeľe z Vatikánu u nás akoby ani nezaznela. Nespomína sa, necituje sa, nerozširuje sa. Až to budí podozrenie, že zámerne.

Golgota (tiež hora Kalvárie) je miesto, kde bol podľa Biblie ukrižovaný v 1. storočí Ježiš Kristus. „Golgota našej doby“ podľa Jána Pavla II. je koncentračný tábor Osvienčim - počas druhej svetovej vojny nemecký fašistický vyhladzovací tábor. Väčšina z jeho väzňov našla svoju smrť v plynových komorách. V Osvienčime zahynulo približne 1,5 milióna nevinných ľudí v plynových komorách, v dôsledku vyhladzovania alebo ťažkých prác. Konali sa tu aj nehumánne experimenty. Najväčšiu vinu za ne nesie Josef Mengele.

Tak – už fakt naozaj „nikdy viac“ - ako nás kresťanov dôrazne žiada náš pápež!



» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor

MÁTE VLHKÝ DOM?

- podrezávanie ^{-20%}
- chemická injeckáž
100% odstránenie vlhkosti

www.akhydroizol.sk Tel.: 0908 124 331

PREČÍTAJTE SI
ZADNÚ
STRANU

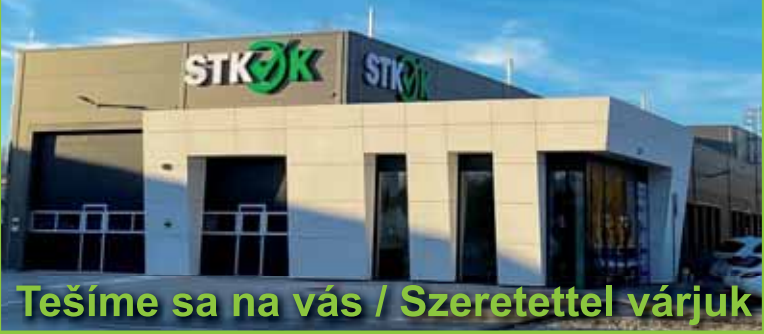


OTVORENÉ / MEGNYÍLT

Komárno, Novozámocká cesta 5536/5C
Rezervácia termínu / időpontfoglalás:

www.stkok.sk mobil: +421 905 917 238

Po-Pi / Hé-Pé: 7:30 - 16:00
So / Szo: 8:00 - 12:00



Tešíme sa na vás / Szeretettel várjuk

NAJVIAC ŠPORTU JE NA DIGI

SATELITNÁ TV A INTERNET

Komárno, Rozmarínova 12, 035/3260550

OD 9,60 €
MESAČNE

DIGI
SLOVAKIA

VLHNE Vám dom?

Sťahovanie nosných stien ocelovými lanami alebo tyčami.

- PODREZÁVANIE MURIVA
- ZOSILNENIE ZÁKLADOV
- DRENÁŽ PIVNÍC
- REKONŠTRUKCIA DOMOV
- ZÁMKOVÁ DLAŽBA
- PODKLADOVÉ BETÓNY
- OPRAVA A VÝMENA KANALIZÁCIE

Ševčovič
0905 441 627 www.PodrezavamDomy.sk

INZERÁT,
KTORÝ
PREDÁVA

0907 779 018

FRÉZOVANIE - VLOŽKOVANIE KOMÍNOV

stavba komínov, krbov, pecí

www.ekokrby.sk 0907262007

STRECHY NA KLÚČ

škridla výpredaj
3,50 €/m²

Cenové ponuky ZDARMA

ARRI s.r.o.

Okoč 0905 746 124

Budovateľská 30 www.strecha.ws

SLOVENKA
since 1921

-30%
FEBRUÁROVÁ ZĽAVA
NA CELÝ SORTIMENT

Akcia platí od 1. 2. do 29. 2. 2020
alebo do vypredania zásob. Zľava sa nevztahuje
na akciový tovar a zľavy nie je možné kombinovať.

Navštívte nás v niektorej
zo 41 PREDAJNÍ NA SLOVENSKU
www.slovenkabb.sk

KOMÁRŇANSKO

Redakcia: Podzámská 21
NOVÉ ZÁMKY
komarnansko@regionpress.sk

REGIONPRESS

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

INZERCIA

Kristína Mlatecová 0908 979 443

Distribúcia:
Kristína Mlatecová 0908 979 443
www.regionpress.sk
www.facebook.com/regionpress.sk

Šéfredaktor: Ivan Brožík

DISTRIBÚCIA (16,370 domácností)

Každý týždeň:
Kolárovo, Komárno, Bohatá, Hurbanovo



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	Galancko+Šaliansko
HC	28.510	Hlohovecko+Seredsko
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+HL
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	Martinskó+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	Žiarisko+ZC+BS
ZI	52.120	Žilinskó+BY

Východné Slovensko

BJ	33.870	Bardajevsko+SK+SP
GE	28.710	Gemersko=RV+RS+PA
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

Máte metabolický syndróm?

„Čo je to metabolický syndróm? Mám ho? Asi nie, keď lekár hovoril „iba“ o vysokom krvnom tlaku, zvýšenej hladine cukru, vysokom cholesterole a „ľahkej“ nadváhe 10 – 20 kg...

Kritériá na diagnostiku metabolického syndrómu sa postupne vyvíjali. Najviac rozšírené sú tie, ktoré vypracovala Svetová zdravotnícka organizácia, Európska skupina na štúdium inzulinovej rezistencie či Národný cholesterolový edukačný program. Všetky pracovné skupiny sa zhodujú na základných črtách metabolického syndrómu – obezita, inzulinová rezistencia, porucha metabolismu tukov a vysoký krvný tlak.

Výskyt metabolického syndrómu na Slovensku V uplynulom období na Slovensku v rámci projektu „Prevalencia diabetu mellitus na Slovensku“ organizovaného Slovenskou diabetologickou spoločnosťou bolo vyšetrených 1517 respondentov, zodpovedajúcich štruktúre dospelého obyvateľstva podľa veku, pohlavia a krajov. Výskyt metabolického syndrómu podľa bol 20,1 percenta, pričom bol významne vyšší u žien (23,9) oproti mužom (15,9).

Dominantnou príčinou metabolického syndrómu je inzulinová rezistencia. Je to vlastne zmena fyziologickej regulácie, kedy rovnaké množstvo inzulinu má na metabolismus menší účinok ako u zdravých ľudí bez inzulinovej rezistencie. Objaví sa, keď sa pečene, svalové a tukové bunky stanú menej senzitivné alebo sú rezistentné na inzulín.

Ku vzniku a rozvoju metabolického syndrómu môžu prispievať aj niektoré podávané lieky.

Zvláštnu pozornosť treba venovať napríklad kortikoidom, antipsychotikám, niektorým liekom na vysoký krvný tlak. Preto u rizikových pacientov v súčasnosti už dokážeme „ušiť“ liečbu na mieru, iba s minimálnym rizikom zhoršovania metabolických parametrov. Najväčšie ovplyvnenie majú ale v rukách samotní pacienti v podobe dostatku pohybu a vhodnej skladby stravy.

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



1. februára 2003

Výročia a udalosti

sa pri návrate z misie nad americkým Texasom rozpadol **raketoplán Columbia** pričom zahynuli všetci siedmi astronauti na palube.

Zastavenie starých exekúcií

Od 1. januára 2020 sa začala aplikovať nová právna úprava týkajúca sa exekúcií, a to zákon o ukončení niektorých exekučných konaní.

Táto nová právna úprava sa týka exekúcií, ktoré začali pred 01. aprílom 2017 a boli (resp. sú) vedené podľa právnych predpisov aplikovaných do konca marca 2017. Do prvej skupiny spadajú staré exekúcie, ktoré sa zastavujú priamo dňa 01. januára 2020. Ide o staré exekúcie, ktoré k tomuto dátumu trvajú tzv. rozhodnú dobu, resp. dlhšie ako 5 rokov. Táto rozhodná doba začala plynúť odo dňa doručenia prvotného poverenia na vykonanie exekúcie súdneho exekútora, v danom prípade sa na zmenu exekútora neprihliada. Taktiež je potrebné prihliadnuť na skutočnosť, či v období od 01. júna 2018 do 31. decembra 2019 nebol dosiahnutý výťažok spolu aspoň vo výške 15 eur. Táto právna úprava obsahuje taktiež výnimky, v prípade ktorých k zastaveniu takejto exekúcie nedôjde. Ak má byť dôvodom zastavenia starej exekúcie rozhodná doba a súčasne ide o starú exekúciu, ktorá je uvedená v tzv. absolútnych výnimkách. Absolútnymi výnimkami v zmysle uvedenej právnej úpravy, kedy sa exekúcia nezastavuje, je vymáhanie pohľadávky na výživnom, vymáhanie práva na nepeňažné plnenie, resp. peňažné plnenie, ak sú vymáhané v jednom konaní, fon-

dy EÚ, rozhodnutia EÚ, hospodárska súťaž, ak ide o tzv. majetnú exekúciu, teda ak bol v posledných 18 mesiacoch pred dňom, kedy má byť stará exekúcia zastavená, dosiahnutý výťažok spolu aspoň vo výške 15 eur alebo má povinný konkurznú imunitu. Okrem absolútnych výnimiek, treba zohľadniť ešte relatívne výnimky upravené týmto zákonom, a to rozhodnutie, že rozhodná doba sa predlžuje za zákonom ustanovených podmienok o 12 mesiacov. Druhou skupinou starých exekúcií, ktoré budú zastavené zo zákona, sú tie v prípade, ktorých po 01. januári 2020, uplynie rozhodná doba piatich rokov, a v ktorých po tomto dátume oprávnený alebo povinný zanikne bez právneho nástupcu, oprávnený podá návrh na zastavenie starej exekúcie, alebo v prípade ak dôjde k vyhláseniu konkurzu, reštrukturalizácie alebo oddĺženia, okrem prípadu ak by išlo o výnimku zo zastavenia starých exekúcií. Nová právna úprava ukladá súdnu exekútorovi povinnosť oznámiť oprávnenému ukončenie exekučného konania, ale nedefinuje presne lehotu a spôsob tohto oznámenia.

V4 Legal
LAW FIRM

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

OPERÁTOR VÝROBY
LIBEREC ČR

- Práca v automobilovom priemysle
- Výroba klimatizácií
- 8 hodinová trojzmená prevádzka
- Možnosť pracovať nadčas
- Ubytovanie a doprava zabezpečená a hraená firmou
- Poskytujeme pracovné oblečenie a obuv
- Práca vhodná muž, ženy aj pre páry

Kontakt: 0908 914 180



SANDROCK SPED
prije do TPP aj živnostníkov

VODIČOV na SKLÁPACIE NÁVESY

Preprava sypkých materiálov.

Výkon práce - západné Slovensko. Ubytovanie ZDARMA.

info: 0903 779 101
Životopisy zasielajte na e-mail: sandrock@sandrock.sk

NEJDE VÁM
BIZNIS?
KONTAKTUJTE NÁS

komarnansko@regionpress.sk
0907 779 018

	4	6			1			7	5
S	1				7			2	
U		7	2		5			6	8
		4			6				
D	2	1	8		4				
O			6	1	9				
			4				8	7	
K					9			1	
U							4		

	8			7	2				3
S	1		9				2		
U					1			8	
							5	7	
D									
O			6						9
			3						2
K	5	3		9		6			1
U			2	5	8		7		
	7		8			3			

Vtipy týždňa

»Na trestnom pojednávaní prebiehajú záverečné reči. Obžalovaný uvádza:
- Pán sudca, ja som to naozaj neurobil, ja som tam ani nebol, musíte mi veriť, povolávam za svedka Pána Boha, že som tam naozaj nebol.
Sudca:
- Dokazovanie, vrátane výsluchu svedkov bolo ukončené!

»Čítal si o škodlivosti alkoholu?
-Áno.
-A prestal si piť?
-Nie. Čítať.

»Aký je rozdiel medzi traktorom a mrazom?
Keď ti prejde po chrbte mráz, iba sa strasieš a ideš ďalej.

»Sekretárka prichádza ráno do práce a vidí ako z kancelárie vynášajú gauč. Pomyslí si:
- No toto, hádam ma len neprepustili.

»Lenin mal pravdu, socializmus sa ukázal ako era elektriny:
Do práce sa chodí s odporom, na plat sa čaká s napatím a vedenia se dotknúť nemôžeš.

»Policať vidi na kraji cesty nesprávne odstavené auto, tak príde k nemu, obzerá sa, nikoho nevidí, napokon zvolá:
-Je tu vodič tohto auta?
Odniekiaľ sa ozve:
-No, hej.
-A máte papiere?
-Nuž, sú tu nejaké lopúchy.

»Na rozvodovom súde Sudca:
- A kedy sa začali medzi vami prvé nezhody?
Manžel:
- No, keď som trval na tom, že aj ja chcem byť na sva-dobnej fotke.

»Žúfalý hlas v telefóne:
- Haló, tam je linka dôvery? Ja sa idem zabíť. Môj život je jeden veľký omyl. Zmyšľil som sa vo výbere povolania, vo výbere manželky, zmyšľil som sa...
- Prepáčte, zmyšľili ste sa aj v telefónnom čísle. Toto je bitúnok.

»V pive je málo vitamínov, preto ho musíme piť veľa!

» redakcia

Fazuľa obyčajná

Fazuľa je prastarou kultúrnou rastlinou juhoamerických indiánov. Stále je neobvyčajne zdravou zeleninou.

Fazuľa obsahuje arginín, asparagín, tyrozín, leucín, tryptofan, ďalej hemicelulózy, vitamín C, flavonoidy, inozit a cukry, kyselinu kremičitú, soli draslíka, fosfáty, stopy kobaltu, medi a niklu. Medzi ľuďmi je rozšírené používanie fazuľovej múky na zasýpanie rôznych mokvavých ekzémov, kožných vyrážok. Semená v prášku slúžia na horúce obklady pri mokvavých a svrbivých ekzémoch.

Ak máte predispozíciu na vznik diabetu alebo ste už diabetici, poteší vás fakt, že fazuľa má nízky glykemický index. Fazuľa obsahuje vlákninu - konštantnú dodávku energie. Pomáha minimalizovať riziko srdcových ochorení a vysokého krvného tlaku. Fazuľa je bohatá na železo, kde pol pohára varenej fazule obsahuje 3,3 mg železa. Chráni telo pred voľnými radikálmi, ktoré by mohli poškodiť bunky a mať za následok rakovinu.

Pokiaľ ide o prínosy pre zdravie očí, fazuľa obsahuje veľa zinku, vitamínu A a bioflavonoidov. Zinok je podporujúca výživa, ktorá má prospech pre zdravie našich očí. Jeho hlavnou úlohou je previesť betakarotén na vitamín A vo forme, ktorá je použiteľná vizuálnym systémom a telom.

Každodenná dávka kyseliny listovej vám môže pomôcť vyrovnať sa aj s depresiou.

Vďaka vysokému obsahu vlákniny má blahodarné účinky na črevá (vláknina upravuje trávenie, viaže jedovaté látky a tuky). Zelená fazuľka lieči ochorenia pečene. V Ázii používajú fazuľu tradične ako účinný preventívny i liečivý prostriedok na črevné a obehové problémy ako aj na nedostatočnú funkciu sleziny a podžalúdkovej žľazy.

Fazuľu môžeme použiť do polievok, prívarkov, šalátov. Sušenú je vhodné na noc namočiť do vody, ráno vodu zliať, fazuľu nechať odkvapkať a až potom variť v čerstvej vode. Po konzumácii sa tým zmierni nadúvanie. Mladú fazuľku možno dusiť nad parou, alebo s trochou tuku asi 10-15 minút.



» red

Bojnická ZOO je zavretá

V Národnej zoologickej záhrade v Bojniciach potvrdili výskyt vtáčej chrípky u kačice a lyžičiara. Potvrdil to riaditeľ Štátnej veterinárnej a potravinovej správy SR Jozef Bíreš.

ZOO teda bude zatvorená minimálne jeden mesiac. Nie je možné urobiť izoláciu zvierat, pretože zoologická záhrada slúži pre verejnosť. Takže by bolo riziko prenosu nákazy, jednak na človeka, ale človek ju môže aj roznášať.

„Náhle úhyny kačice a lyžičiara bieleho naznačujú, že tam bol alebo je kontakt s voľne žijúcim vtáctvom, hlavne divokými kačicami, husami a labuťami. Toto, myslím si, že personál podcenil. Veď už mesiac hovoríme o chrípke, že ju prenáša sťahovavé vtáctvo,“ povedal riaditeľ Štátnej veterinárnej a potravinovej správy SR.

Vtáctvo a hydinu musia podľa neho izolovať. „Dáme ju do karantény a pokiaľ by boli ďalšie úhyny, že je už viacej kusov nakazených, tak niektoré zvieratá sa budú musieť, aj keď sú vzácné, usmrcovať,“ dodal riaditeľ Bíreš.

Sokolári Aquila z Bojníc uzavreli areál s tromi desiatkami dravcov pri Národnej zoologickej záhrade. Informoval vedúci sokoliarov Jozef Tomík. „Pri vstupe do areálu je dezinfekčný roztok a vybraní členovia skupiny, ktorí sa starajú o dravce, si očistia topánky. Je to hlavne preto, aby sa vírus nepreniesol do areálu prostredníctvom

výkalov nakazených vtákov,“ vysvetlil Jozef Tomík.

Doplnil, že dravce sú v areáli celoročne a nebudú ich premiestňovať. „Máme výhodu oproti zoo, že dravce sú predátori a divo žijúce vtáky k nim nelietajú. Zoo má vlastné rybníky, na ktorých chová hydinu a k nej dolietajú divo žijúce kačice. A môžu túto chorobu priniesť. Určite sa snažia robiť opatrenia, že zakrývajú rybníky sieťami. My tento problém nemáme, že by k našim vtákom prilietali cudzie. Ale snažíme sa robiť dopredu aspoň opatrenia, aby sme to zamedzili. Na druhej strane, pokiaľ sa vírus nachádza v ovzduší a rozširuje sa aj vzduchom, tak človek nijako nezabráni tomu, aby sa nejaký jedinec nenakazil,“ pripomenul vedúci sokoliarov.



» red

SaS Menej štátu, nižšie dane

Kotlebovo zoštatnenie nie je ako znárodnenie v 48-om

Billboardy Mariana Kotlebu sľubujú zoštatnenie strategických podnikov a že potom bude lacnejšia elektrina, teplo, aj voda. Ak sa pozrieme čo len na základné fakty, zistíme, že to nie je pravda.

V roku 1948 znárodnili komunisti prakticky všetky fabriky a nazvali to Víťazný február. Pointa bola v tom, že komunisti tie fabriky ukradli. Len tak. Bez náhrady.

Dnes však sme členmi EÚ a platí Ústava SR, ktorá v článku 20 odsek 1 hovorí, že „Každý má právo vlastníť majetok.“ O zoštatnení ani znárodnení nie je v Ústave ani slovo, avšak odsek 4 hovorí o vyvlastnení nasledovné: „Vyvlastnenie alebo nútené obmedzenie vlastníckeho práva je možné iba v nevyhnutnej miere a vo verejnom záujme, a to na základe zákona a za primeranú náhradu.“

Takže fajn, je možné vyvlastniť, ale len za primeranú náhradu a tá bude minimálne vo výške ceny, ktorú investori zaplatili. Takže môžeme chystať miliardy eur.

Povedzme, že Kotlebovi by sa naozaj podarilo niečo vyvlastniť a zadlžiť naše deti, to však zďaleka neznamená, že energie budú lacnejšie. Napríklad teplo: štátu patrí 6 teplární (v Bratislave, Žiline, Trnave, Košiciach, Martine a vo Zvolene). Teplo lacnejšie nie je, lebo sa jedná o regulovanú cenu, avšak podľa Kotlebu by tieto teplárne mali dosahovať vyšší zisk. Je to tak? Ani omylom. Je to práve naopak. Prečo? Lebo štát je ten najhorší vlastník.

Richard Sulík
predseda SaS



Sloboda a Solidarita v Nových Zámkoch Ako bude vyzerat Slovensko po voľbách 2020?



kedy: 3. 2. 2020 o 18.30 hod.
kde: Poetry café, Hlavné Námestie 7



Objednávateľ: strana Sloboda a Solidarita, Priemyselná 8, 821 09 Bratislava, IČO: 421 39333
Dodávateľ: REGIONPRESS, s.r.o., Študentská 2, 917 01 Trnava, IČO: 36 252 417

Syrové pochúťky

Syry môžeme okrem klasického servírovania využiť aj pri príprave množstva rýchlych chutoviek, vďaka ktorým získame skvelé pohostenie pre nás i naše návštevy.

Syrové guľky s pistáciami

Suroviny: 150 g plesňového syra - napríklad niva, 100 g goudy, 80 g masla, pol strúčika cesnaku (alebo podľa chuti, prípadne môžete vynechať), 50 g parmskej šunky, korenie, 100 g sekaných pistácií

Postup: Goudu postrúhame. Do misky vložíme maslo a spolu s nivou a syrom gouda vymiešame do peny. Následne okoreníme a ochutíme pretlačeným cesnakom. Pridáme na malé kocky pokrúpanú parmskú šunku. Zo vzniknutej masy v dlaniach tvarujeme guľky. Na tanier si nasypeme posekané pistácie a každú guľku v nich obalíme. Takto pripravené guľky dáme stuhnúť do chladničky.

Podávame dipy

V preklade slovo **dip** znamená **namočiť** či **namáčať**. Na prípravu dipov potrebujeme zväčša biely jogurt alebo pochúťkovú smotanu, rôzne druhy syrov, korenie a byliniek.

Dip so smotanovým syrom

Suroviny: 200 g smotanového syra, 4 lyžice bieleho jogurtu, 3 jemné cibulky (ako obmenu môžete použiť pažitku či žeruchu), biele korenie

Postup: Do misky vložíme smotanový syr a jogurt a dohľadka vymiešame. Ochutíme bielym korením. Vmiešame na kolieska nakrájanú jarnú cibuľku.

Dip s nivou

Suroviny: 100 g nivy, 100 g bieleho jogurtu, 1 lyžicu citrónovej šťavy



ilustračné foto

autor hamomdomingue pixabay

Postup: Do misky vložíme jogurt, namrvieme doň nivu a vymiešame. Ochutíme citrónovou šťavou.

Náš tip: Do dipov namáčame slané tyčinky, tortilové čipsy, na menšie kusy natrhanej pite chlieb, slané kekse, prípadne na hranolčeky nakrájanú surovú zeleninu, ako napríklad uhorku, mrkvu či stonkový zeler.

Prudké zmeny teplôt syrom neprospievajú a ani mraznička

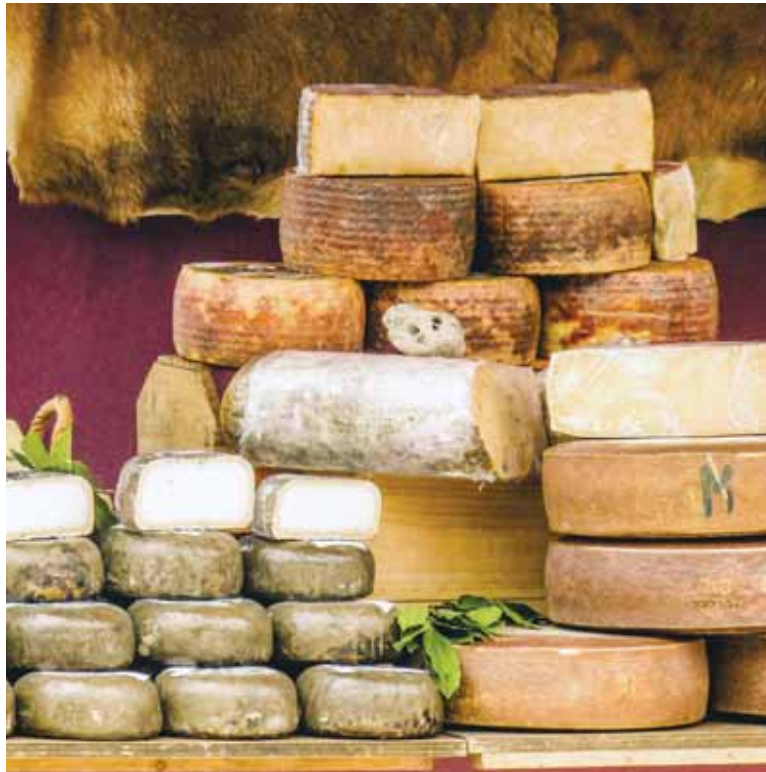
Servírujeme syry a syrové pochúťky

Trh nám ponúka nespočetné množstvo syrov vynikajúcich chutí. Veď kto by už nepoznal francúzsky syr Camembert, holanskú Goudu, švajčiarsky Emmental či najznámejšie talianske syry, akými sú Parmezán, Mozzarella či Gorgonzola. Sú syry, ktoré sa podávajú čerstvé, krátko po dokončení ich výroby, ale i také, ktoré zrejú niekoľko týždňov, mesiacov dokonca aj rokov, kým sa dostanú na náš stôl.

Medzi čerstvé syry patria napríklad tvarohy, cottage cheese, syr ricotta či hrudkový syr. Tvrdé syry sú charakteristické tým, že musia zrieť najmenej 4 týždne a najviac 1 až 2 roky. Plesňové syry patria medzi zrejúce syry, sú vyrobené z pasterizovaného mlieka, do ktorého sa pridávajú okrem kyslomliečnych kultúr i špeciálne ušľachtilé plesňové kultúry. Radíme sem syry s modrou alebo zelenou plesňou vo vnútri, syry s bielou plesňou na povrchu ako aj syry dvojplesňové. Ďalšiu skupinu syrov tvoria tavené syry.

Správne skladovanie syrov

Aby sme zachovali kvalitu, chuť ale aj vôňu syra, mali by sme ho správne skladovať, a myslieť aj na to, že každý druh syra vyžaduje iné podmienky. Optimálna teplota pre uchovanie syrov je 8 – 12 °C. V bežných podmienkach je preto najlepšie skladovať ich v chladničke, pričom čerstvé mäkké syry skladujte v najchladnejšej časti chladničky, tvrdšie môžete uložiť tam, kde je trochu vyššia teplota. Odborníci neodporúčajú syry uchovávať v mrazničke, pretože dochádza k narušeniu ich štruktúry, ale i zmene chute. Baliť by sme ich mali do papiera, ktorý im umožňuje dýchať. Použiť môžeme aj papierový obrúsok a ten následne vložiť do poluzatvoreného plastového vrečka. Plesňové syry sa odporúča skladovať v plastových nádobách alebo pod pokrievkou zo skla, aby sme zabránili rozšíreniu



ilustračné foto

autor xuanzi86410527 pixabay

plesne na iné potraviny. Pri dlhšom skladovaní syrov je dobré ich po každom vybalení zabaliť do nového obalu.

Ako správne syry podávať

Syry by sme nemali konzumovať hneď po vybratí z chladničky, nedosiahli by tú správnu chuť. Je preto lepšie vybrať ich približne o hodinu skôr, ako ich plánujeme jesť. Podávame ich zvyčajne na drevenom lopáriku. Ukladáme ich naň do skupiniek podľa jednotlivých druhov. K čerstvým syrom sa hodia bylinky a korenia, a zo zeleniny koktailové paradajky. Zrejúce syry môžeme doplniť bobuľami hrozna, jablkami, hruškami, figami, prípadne vlašskými orechmi. Tavené syry sa hodia na prípravu rôznych nátierok. Ako prílohu k syrom môžeme zvoliť chlieb, pečivo či bagety.

Syrové fondue

Samostatným a veľmi príjemným



ilustračné foto

autor jsbaw7160 pixabay

spôsobom podávania syrov je fondue čo znamená tavený. Ide o jedlo zo syra roztaveného nad ohňom. Ak si chcete vychutnať príjemný večer strávený v spoločnosti blízkych a priateľov, môže byť práve pohostenie v štýle syrového fondue, vhodnou voľbou. Na syrové fondue se používa veľké množstvo druhov syra. Vytvoriť si môžete rôzne

NÁŠ TIP

Ako na to? Na jednu osobu si nachystajte približne 150 až 200 gramov syra. Syry, napríklad Gruyér a Emmental, nastrúhajte na hrubom strúhadle, nasypete do fondue hrnca a zalejte bielym vínom. Na minimálnej teplote začnite pomaly ohrievať. Keď sa syr začína vo víne topiť, zvýšte teplotu a syr miešajte vareškou až kým nedostanete homogénnu hmotu, trvá to približne desať minút. Popri miešaní môžete pridať cesnak, prípadne čerstvo zomleté biele korenie. Zapáľte horák, ten bude nádobu s pripraveným fondue udržiavať počas konzumácie stále horúcu.

kombinácie a nájsť také, ktoré chuťovo ulahodia práve vám. Najlepšie je však kombinovať tri, minimálne však dva druhy syra. Fondue pripravíte v špeciálnom hrnci z kameniny, ktorý sa počas stolovania položí na liehový horák umiestnený uprostred stola. Každý stolovník dostane špeciálnu dlhú vidličku, na ňu si nastokne kúsok bagety alebo chleba a následne namáča do hrnca s rozpusteným syrom. Ako príloha sa hodí nakladaná zelenina.

STRANU PRIPRAVILA: RENÁTA KOPÁČOVÁ

Spôsob vykonania voľby

Volič je povinný po príchode do volebnej miestnosti preukázať okrskovej volebnej komisii svoju totožnosť predložením občianskeho preukazu. Ak bol voličovi na jeho žiadosť vydaný hlasovací preukaz, predloží spolu s občianskym preukazom hlasovací preukaz.

Potom okrsková volebná komisia zakrúžkuje poradové číslo voliča v zozname voličov a vydá voličovi hlasovacie lístky a prázdnu obálku opatrenú odtlačkom úradnej pečiatky obce.

Každý volič sa musí pred hlasovaním odobrať do osobitného priestoru určeného na úpravu hlasovacích lístkov.

V osobitnom priestore určenom na úpravu hlasovacích lístkov volič vyberie jeden hlasovací lístok toho kandidujúceho subjektu, ktorému sa rozhodol odovzdať svoj hlas. Tento hlasovací lístok môže bez ďalšej úpravy vložiť do obálky alebo na vybranom hlasovacom lístku môže volič zakrúžkovaním poradového čísla kandidáta vyznačiť, ktorému kandidátovi dáva prednosť. Volič môže zakrúžkovať poradové číslo najviac štyroch kandidátov. Ak volič odovzdá prednostný hlas viac ako štyrom kandidátom, taký hlasovací lístok sa bude počítať v prospech kan-

didujúceho subjektu a na prednostné hlasy sa nebude prihliadať.

Na požiadanie voliča mu okrsková volebná komisia vydá za nesprávne upravené hlasovacie lístky iné. Nesprávne upravené hlasovacie lístky vloží volič do schránky na odloženie nepoužitých alebo nesprávne upravených hlasovacích lístkov. Inak sa dopustí priestupku, za ktorý mu bude uložená pokuta 33 eur. V prípade hlasovania mimo volebnej miestnosti, volič nepoužitý alebo nesprávne upravený hlasovací lístok znehodnotí pred členmi okrskovej volebnej komisie.

Volič, ktorý nemôže sám upraviť hlasovací lístok pre zdravotné postihnutie alebo preto, že nemôže čítať alebo písať a oznámi pred hlasovaním túto skutočnosť okrskovej volebnej komisii, má právo vziať so sebou do priestoru určeného na úpravu hlasovacích lístkov inú spôsobilú osobu, aby podľa jeho pokynov upravila hlasovací lístok a vložila do obálky, takouto osobou nemôže byť člen okrskovej volebnej komisie. Obidve osoby pred vstupom do osobitného priestoru na úpravu hlasovacích lístkov člen okrskovej volebnej komisie poučí o spôsobe hlasovania a o skutkovej podstate trestného činu marenia prípravy a priebehu volieb.

» Ivan Brožík

Pat a Mat

Poznáte dve zábavné postavičky Pat a Mat? Dvaja babráci, ktorí riešia rôzne problémy - neefektívne a zle.

Je zábavné pozeráť sa na nich v televízii. Pracovať s nimi pod jednou strechou veselé nie je. Tragédiou je mať takúto dvojicu za šéfov. Okrem toho, že sú nekompetentní, nevedia prijímať spätné väzby. Najskôr sa obhajujú a potom útočia. Ostatní po čase rezignujú, prestanú im oponovať a myslia si svoje. Majú radi tituly a funkcie, potrpia si na svoje postavenie. Nevedia si vytvoriť prirodzenú autoritu a tak si ju vynucujú silou. Oponentov potláčajú - niekedy priamo, inokedy rôznymi intrigami a manipuláciami. Vydria sa nimi tí, ktorí ich ignorujú a robia si svoje, alebo tí, ktorí prijali ich pravidlá hry - hovoria im, čo chcú počuť a prispôbia sa.

Pat a Mat si myslia, že všetkému rozumujú a pritom ani nevedia, čo nevedia. Sú ako slony v porceláne. Často sa o nich rozprávajú historky. Väčšinou, keď tam nie sú. Ak sa im niekto snaží vysvetliť, že by mali zmeniť svoje správanie, tak to nedopadne dobre. Občas poľutujú sami seba ako sa narobia. Majú pravdu. Najviac sa narobia nešikovní.

Pat a Mat majú niekoľko znakov - majú sami o sebe vyššiu mienku, ako sú ich reálne schopnosti a výsledky, podceňujú a podozrievajú druhých ľudí a radi ich kriticky posudzujú. Nepriznajú si vlastnú chybu, ale s obľubou hľadajú nedostatky na iných. Sú dosť zameraní na svoje potreby a ostatní ľudia pre nich predstavujú len zdroje na dosiahnutie ich plánov. Radi poučajú druhých a zdôrazňujú svoje postavenie. Dokážu sa aj pretvarovať a správať priateľsky, lebo pochopili, že svoje ciele dosiahnu ľahšie. A vedia byť aj dobrí päťlízaci, keď potrebujú získať pre seba výhody od silnejšieho.

Čo s Patom a Matom? Funkcie si držia a chyby nepripúšťajú. Môžete sa im vyhýbať, ale ak sú vašimi šéfmi, tak len obmedzene. Bojovať s nimi sa tiež veľmi nevypláca - bývajú pomstychtiví. Môžete ich ignorovať a baviť sa na nich, pokiaľ vám nerozoberajú vo firme strechu nad hlavou. Najlepšie je utekať od nich preč.

» Ján Košturiak



INZERCIA

0907 779 018

3. februára 1922

Výročia a udalosti

sa narodil Andrej Lettrich, slovenský režisér, scenárista a herec († 1993).

Férové Slovensko od východu na západ

Minulý týždeň by ste nás v bratislavskej centrále hľadali márne. Kancelárie zivali prázdnotou, kvety skoro uschli. Náš štáb, kandidáti aj my s Mišom Trubanom sme sa na týždeň presťahovali na východ. V Košiciach sme zriadili dočasnú kanceláriu a za týždeň sme obehli väčšiu časť východu.

Ak má byť Slovensko férovou krajinou, na ktorú budeme všetci hrdí, musí byť spravodlivosť aj v regiónoch. Na východ sme prišli aj s Plánom pre východ - s riešeniami ako rozhybať ekonomiku tak, aby sa v nej točilo viac peňazí. Lebo viac peňazí znamená vyššie platy a vyššiu kvalitu života a služieb.

Spravovanie štátu však nie je len o plánoch a zákonoch. Je najmä o porozumení ľuďom a podmienkam, v ktorých žijú. Preto väčšinu času trávim medzi ľuďmi. Na východe sme na 37 miestach - od Košíc, cez Michalovce, Rožňavu, Bardejov po Cigelfku či Čiernu nad Tisou, urobili 73 akcií. Boli to diskusie na odborné témy, ale aj stretnutia v uliciach či podomová kampaň.

Boli sme v nemocniciach, v ktorých ľudia dostávajú zlú starostlivosť aj v mestách, na ktoré politici zabudli, ako sú Snina a Gelnica. Počúvali sme, keď nám hovorili o problémoch spolunažívania v blízkosti osád, ale aj o tom, že ani tam neveria všetci fašistom. S mnohými sme sa postavili na námestia v Levoči či v Sobrance, aby sme odmietli kotlebovskú politiku nenávisti bez riešení.

Podľa našich odhadov sme za týždeň priamo oslovlili 10 tisíc ľudí. A pokračujeme. Tento týždeň takmer tisíc dobrovoľníkov. Spolu so 150 kandidátmi a kandidátkami denne stoja v uliciach. Vyše tisíc ľudí nám na kampaň prispela finančne. To je pre nás obrovský záväzok, aby sme zabodovali za férové Slovensko.

Som hrdý, že sa nám na pomoc s kampaňou prihlásilo takmer tisíc dobrovoľníkov. Spolu so 150 kandidátmi a kandidátkami denne stoja v uliciach. Vyše tisíc ľudí nám na kampaň prispela finančne. To je pre nás obrovský záväzok, aby sme zabodovali za férové Slovensko.

Miroslav Beblavý

programový líder koalície PS/SPOLU
predseda SPOLU – občianska demokracia

PS
Progressive Slovensko
SPOLU



2. februára 1943

Výročia a udalosti

sa skončila Bitka o Stalingrad, po tom čo sa vzdali poslední nemeckí vojaci v Stalingradskom traktorovom závode.

Poviedka

Z druhého brehu I

Každý z nás má nejaký ten „svoj“ vlastný breh a pozerá sa z neho na život. Na život tých, ktorí sú tam kdesi „za vodou“. Na diaľku sa však to „za vodou“ až tak ľahko nerozozná. Aj preto sa mi dosť často zdá, že ten „môj“ breh je zarastený burinou, plný ostrých skál, že na ňom nesvieti slnko, že na tom druhom...

Rukách staré handry, keď čistil ten svoj, naftou orosený svet. Mal v zásobe spústu spomienok na lodnícku mladosť a rôčik pred penziou veľa snov o tom, ako aj on v dôchodku už konečne prejde z jeho pohľadu na – druhý breh. Vraj – šťastnejší. Zmysluplnejší. Pokojnejší. Cháron ho tam však previezol akosi skôr.

A s veliteľom lode Lacom, kapitánom dunajského remorkéra s nákladom 3200 ton surového železa pre oceliarne v Linzi. Miluje svoju robotu. Miluje „komando“ – mostík. Dnes už iba z brehu.

A s „Frcinom“, teda lodníkom Lacom, ktorý kedysi Ružín – remorkér – pred štyridsiatimi rokmi preberal v lodeniach v Budapešti.

„Toto je moja labutia píseň Ivan“ - hovorí mi večer, na korme, keď sa spolu pozeráme na kláštor Niebelungov. „Naposlady vidím tento kraj“ – dodáva zasnene a len ja viem, že na takúto plavbu už nikdy nepôjde. Rozlúčil som sa s ním o čosi neskôr – navždy.

Aj tak sa mi ten „Druhý breh“ zdá krajší.

Druhý breh otvára oči.

A dušu.

» Ivan Brožík



1

Štefan Harabin

38

Martin Endrődy

Koniec kradnutia!

Peniaze naspäť ľuďom.

Politická kasta rozkradla Slovensko. Ročne sa u nás rozkradnú stá milióny Eur. To sa musí skončiť! Zlodeji už nám nesmú vládnuť. Strana VLASŤ zastaví kradnutie a peniaze vráti tým, ktorí to najviac potrebujú – ľuďom: seniorom, mladým rodinám, slovenským firmám a živnostníkom, mestám, obciam a regiónom, lebo Slovensko nie je len Bratislava. **Voľte číslo 17, stranu VLASŤ a pomôžte na Slovensku zastaviť kradnutie!**

stranavlast.sk

VOĽTE 17


Objednávateľ: Strana VLASŤ, Miličova 559/21, 821 08 Bratislava, IČO: 46257344.
Vydávateľ: REGIONPRESS, s.r.o. Slovenská 2, 917 01 Trnava, IČO: 36252417

33-0012

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

33-0013

Niekoľko základných rád, ako postupovať v prípade podozrenia na ochorenie

Nemýľme si chrípku s nachladnutím

Zdravý organizmus si s infekciami dokáže hravo poradiť, majú miernejší priebeh alebo sa neprejavia vôbec. V kritickom období treba viac dodržiavať základné hygienické návyky.

V uzavretých a zle vetraných priestoroch majú nákazy lepšie šancu šíriť sa. Nižšie teploty navyše vysušujú sliznice dýchacieho systému, vďaka čomu sa vírusy jednoduchšie usídľujú. V období od novembra do marca je iba málo slnečného svitu, ktorý podporujú tvorbu

je prítomná, skôr u malých detí zvykne byť len mierne zvýšená teplota. Hlieny v nose sú v prvé dni vodnaté a po niekoľkých dňoch už hustejšie, až vymiznú úplne. V každom prípade by ste mali zostať doma a dopriať si odpočinok, prechladnutie by malo ustúpiť maximálne do týždňa, ak nie, môže už ísť o bakteriálnu infekciu a bude potrebná liečba antibiotikami.

Chríпка – príznaky

Chríпка sa už od prvého dňa prejavuje výraznou bolesťou hrdla, hlavy, svalov, kĺbov, často je prítomná aj bolesť za očnými bulvami. Chorého páli v krku, pridružia sa problémy s prehĺtaním a

Ako sa môžeme pred týmito ochoreniami chrániť?

V rámci prevencie sa odporúča dostatočný príslun vitamínov a minerálov najlepšie v prirodzenej forme v ovoci a zelenine, dostatok spánku a pohybovej aktivity. Lekári uvádzajú, že najúčinnnejšou prevenciou proti chrípke je očkovanie. Odporúča sa u ľudí, u ktorých je najvyššia pravdepodobnosť vzniku komplikácií, resp. tých, ktorí sú najviac vystavení riziku nákazy.

objaviť sa môže aj suchý kašeľ. Zvyčajne sa objaví aj vysoká horúčka a zimnica,



Foto: ilustr

pričom sa všetky príznaky stupňujú do dvoch až piatich dní. Často sa stáva, že chorého prepadne pocit, že sa jeho stav už zlepšuje a vzápätí sa druhý deň cíti ešte horšie. Najčastejšou komplikáciou chrípky je zápal pľúc alebo srdcové problémy. Spozornieť by ste mali, ak ani po troch až piatich dňoch neklesá horúčka, trpíte na dýchavičnosť alebo vám príliš búši srdce. Chríпку treba poctivo vyležať, prijímať dostatočné množstvo tekutín, znižovať horúčku a ak sa po troch až piatich dňoch zjavne necítite

lepšie, treba navštíviť lekára.

Okolnosti nákazy

Prechladnutie a chrípka sa prenášajú kvapôčkovou infekciou, keď sa do ovzdušia dostane infikovaný hlien z dýchacích ciest chorého. Kým pri prechladnutí môže ísť o množstvo rôznych typov vírusov, pri chrípke poznáme tri základné typy vírusov chrípky (A, B, C), ktoré dokážu meniť svoju podobu. K nákaze prispieva aj nedostatočná hygiena rúk.

ib

Kedy treba vyhľadať lekára?

Horúčka pretrváva dlhšie ako 3 – 4 dni.

Kašeľ trvá dlhšie ako dva až tri týždne.

Veľké bolesti pri prehĺtaní.

Dlhotrvajúca nádcha a bolesti hlavy.

Pozor, nežiadajte lekára o antibiotiká, tie na vírusy neúčinkujú.

vitamínu D, mimoriadne dôležitého pre imunitu.

Prechladnutie – príznaky

Prechladnutie sa väčšinou ako prvé prejaví bolesťou v krku a nádchou v nose, môže sa pridružiť mierny kašeľ, ktorý s bolesťou hrdla postupne mizne už do dvoch dní. Horúčka väčšinou nie

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

Zimné záhrady
zasklievanie balkónov
Slovakia



0940 172 493

zimnezahradyslovakia@gmail.com



Drevené a hliníkové
pergoly a prístrešky



Zimné záhrady



Hliníkové okná a
Dvere



Drevené terasy



Zasklievanie balkónov a
terás

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



Kúpim
jelenie,
srnčie,
danielie
zhody
a trofeje.

tel. 0940 723 073
trofejeeu@gmail.com

CHCETE BYŤ PRI TOM A ZAROBIŤ SI

75-100 EUR?

zapojte sa 29. 2. 2020 ako

ANKETÁR
či ANKETÁRKA
do povolebného prieskumu

MEDIAN SK, s.r.o. prieskum verejnej mienky
www.median.sk

0911 715 916, anketari@median.sk

PRÁCA V ČR
PLAT: DO 850 00 1300 EUR

◆ OPERÁTOR
VÝROBY
◆ VODIČ VZV
◆ PRÁCA
S POČÍTAČOM
◆ HORIZONTKÁR CNC
◆ ZVÁRAČ CO2
◆ ZORAĐOVAČ

Bezplatná infolinka:
0800 500 091

www.konstrukter.sk - nabor@konstrukter.sk



GSK
SPOL. S R.O.

Stavebná spoločnosť prijme

• TESÁROV
• ŽELEZIAROV

Ponuka vhodná pre:

• TPP - 6 EUR/hod. + variabilná zložka
• ŽIVNOSTNÍCI - plat podľa dohody
• MENŠIE STAVEBNÉ FIRMY

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

BALKÓNY • ZIMNÉ ZÁHRADY • PERGOLY

balkóny
rámové
bezrámové

zimné záhrady

zasklievanie terás

hliník. prístrešky

BioClimatic pergoly

splátky od 49 €

splátky od 149 €

splátky od 98 €

splátky od 99 €

splátky od 249 €

NOVOROČNÁ AKCIA

ZĽAVY AŽ DO 30%

Možnosť výhry 300 €

0948 787 777 | www.balkona.eu

Ku každej objednávke darček | Možnosť splátok s 0% úrokom

BALKONA
BALKONOVÉ A OKENNÉ SYSTÉMY

KAŽDÝ DEŇ STRETÁVAME ĽUDÍ, KTORÍ CHCÚ LEPŠIE SLOVENSKO



a nezávislé osobnosti

Chodíme za vami a dávate nám obrovské množstvo energie a chuti pokračovať v boji za lepšie Slovensko! V hnutí OĽANO dôverne poznáme problémy Slovenska aj ľudí, ktorí tu žijú. V regiónoch sa však stretávame preto, aby sme s vami hovorili o našich riešeniach a nápadoch, ako neblahý stav tejto krajiny zlepšiť. Veľa ste nás inšpirovali, ešte viac ste nám povedali a my na vaše rady a odporúčania dáme! Náš

vynovený program vám predstavíme už v najbližších dňoch. Zároveň veríme, že už 29. februára poviete vo voľbách, kto sú pre vás tí, čo pracujú na lepšom Slovensku a tí, ktorí ho ťahajú zlým smerom. Všetci totiž chceme krajinu, kde budeme radi pracovať aj žiť.

“STE ÚŽASNÍ, VERÍME VÁM!”



NAŠI REKORDÉRI:

Sme radi, že všetci naši kandidáti veľmi aktívne prechádzajú Slovensko. Medzi nimi sú aj takí rekordéri, ako napríklad Jaroslav Nad', ktorý za posledný rok prešiel všetkých 79 okresov Slovenska. Poslanec Martin Fecko urobil v obciach a mestách dovedna viac ako 40 diskusií. Na nich pomáhal a radil farmárom, ako zvládnuť pozemkové úpravy a čerpať dotácie. Južné, stredné a severné Slovensko precestoval vlakom Ján Marosz, pričom robil s ľuďmi a železničiarimi diskusie o spoľahlivej doprave.

Takto sme spoločne bojovali za lepšie Slovensko!

Sme aktívni celé volebné obdobie, nie iba pred voľbami!



2016: Protesty pred Bonaparte
Dôvod: Bažernák, Fico, Kaliňák

**2019
Protesty pred
ministerstvom
spravodlivosti
Dôvod:**

prepojenie
M. Kočnera na
štátnu tajomníčku
ministerstva
spravodlivosti
M. Jankovskú
(Smer-SD)



na foto: Gábor Grendel, poslanec NRSR za OĽANO

VO FEBRUÁRI SA VIDÍME:

1.2.	Velký Meder - penzión Stefarez o 17:00	Nad', Mikulec, Kyselica
4.2.	Košice - Pereš, obchodné stredisko o 15:00-18:00	stretnutie s poslancami a kandidátmi OĽANO
5.2.	Pezinok - reštaurácia Knajpa o 17:00	Heger, Nad', Kremský, Marosz, Mrva,
6.2.	Senec - hotel Nostalgia o 17:00	Nad', Marosz, Kremský, Mrva, Heger
7.2.	Žilina - Taste Restaurant o 17:00	Marosz, Jurinová, Kyselica, Nad', Mikulec
8.2.	Zuberec - psie záprahy	stretnutie s kandidátmi OĽANO
8.2.	Vitanová - Furmánsky deň	stretnutie s kandidátmi OĽANO
8.2.	Levice - kultúrne stredisko Junior o 15:00	Fecko, Hajdamárová, Nad'
11.2.	Bardejov - hotel Šariš o 17:00	Fecko, Andrejuvová, Šipoš
12.2.	Stará Ľubovňa - kino Tatra o 16:30	Šipoš, K. Čekovský, Plešinská, Andrejuvová, Šudík
13.2.	Poprad - reštaurácia Fabrika o 17:00	Marosz, K. Čekovský, Heger, Šipoš, Milanová, Andrejuvová
14.2.	Kežmarok - Kežmarská reštaurácia o 17:00	Nad', Mikulec, Garstková, Milanová
14.2.	Humenné - reštaurácia Modrý kocúr o 17:00	Šudík, Marosz, K. Čekovský, Mičovský, Jílek, Šipoš, Zajačík
14.2.	Lučenec - divadlo B.S. Timravy o 17:00	Matovič, Pročko, Kyselica
15.2.	Komárno - hotel Peklo o 17:00	Grendel, Mikulec, Heger, Nad', Václav
15.2.	Svidník - LOKAL Vermex o 16:00	Andrejuvová, Sopko, Šipoš, Heger
17.2.	Michalovce, reštaurácia Family o 17:00	Jílek, Potocký, Kyselica, Mikulec, Kaplan, Sopko
18.2.	Trebišov, reštaurácia Amadeus o 17:00	Jílek, Kyselica, Mikulec, Potocký, Kaplan, Sopko
20.2.	Nové Zámky - kultúrne centrum Csemadok o 17:00	Matovič, Kyselica, Nad'
24.2.	Košice - Hlavná ul., celý deň	stretnutie s kandidátmi OĽANO
25.2.	Banská Bystrica, Námestie SNP, celý deň	stretnutie s kandidátmi OĽANO
26.2.	Bratislava - Nám. SNP, celý deň	stretnutie s kandidátmi OĽANO

Okrem toho budeme v uliciach po celom Slovensku. Aktuálny zoznam podujatí a prípadné zmeny nájdete na www.obycajniludia.sk



2020 - HACIENDU
bývalého ministra financií
a dopravy za stranu SMER
- Jána POČIATKA vo
francúzskom Cannes, sme
označili ako „Majetok SR“