

ZLATOMORAVSKO

Najčítanejšie regionálne noviny

Týždenne do 18 990 domácností


PREDAJ

JATOČNÝCH
OŠÍPANÝCH NA DOCHOV
ODSTAVČAT
BRAVČOVÝCH POLOVIČIEK

0908 885 892

LIKVIDÁCIA

AZBESTU!!!

0919 175 335

www.likvidacia-azbestu.eu

BIO meranie celého tela
15€
ČO DOKÁŽE ZISTIŤ:

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

Čas Vašej konzultácie je potrebné objednať na tel. 0944 683 219

✓ Výživová poradňa ✓ Čínska medicína MING

pedikúra
mokrá a suchá

- líčenie • depilácia
- úprava obočia

2€ po preukázaní sa týmto bannerom vystrojitelné a nové

VERONY

0997 215 404

 Župná 51, 953 01 Zlaté Moravce
(modrá budova priamo oproti autobusovej stanici)

KANÁL SERVIS
RÝCHLO | ČISTO | SPOLAHLIVO | NONSTOP

KRTKOVANIE
ČISTENIE KANALIZÁCIÍ
BEZVÝKOPOVÉ OPRAVY
MONITORING KAMEROU

 rýchly zásah
za najlepšie ceny

DOPRAVA ZDARMA
0907 652 710
www.kanalservis.sk

POPÍL TO s.r.o.

- opíľovanie a vypíľovanie stromov
 - práce horolezeckou technikou - výškové práce
 - práce vysokozdvížnými plošinami
 - servis a údržba ručných motorových píľ a kosačiek
 - spíľovanie rizikových stromov
 - kosenie záhrad
 - mulčovanie a štiepkovanie
- 0905 - 244 214**
www.popilto.sk

DREVO EXPRESS

 Štiepane tvrdé drevo,
dĺžka polienok 33 cm - 50 cm (+ 3cm)

 Cena **35€/pms** (bez dopravy)

 Cena za **6pms z dopravou** (Zlaté Moravce a okolie do 10 km) **230€**

 Cena za **10pms z dopravou** (Zlaté Moravce a okolie do 10 km) **370€**

 Cena za **6pms z dopravou** (okruh od Zlatých Moraviec 11km do 25km) **250€**

 Cena za **10pms z dopravou** (okruh od Zlatých Moraviec 11km do 25km) **395€**

0918 794 577

Cena platí do 31.3.2020

SANN
s.r.o.

Továrenská 64

 oproti
futbalovému
stadionu ViOn

037/655 93 31

veľký výber dekorov a modelov

Predajňa Zl.Moravce

AKCIOVÉ SETY DVERÍ SO ZÁRUBŇOU


odborné poradenstvo

150,00 €
komplet so zárubňou
75mm-179mm


zameranie stav.otvorov

170,00 €
komplet so zárubňou
75mm-179mm


profesionálna montáž

180,00 €
komplet so zárubňou
75mm-179mm

PONÚKAM
SPRACOVANIE DAŇOVÝCH PRÍZNANÍ FO.
0904 201 101
ŽALÚZIE SIETE
OPRAVA
plastových
OKIEN
DVERÍ
0940 765 888
PREDAJ DVERÍ
• Fólia • CLP • Laminát
• obložky + montáž
(aj do zaliievnych zárubní)
• dodanie dverí + obložky
do 3 dní
0903 416 995
www.dvere-kovac.sk

OREZÁVANIE A VÝRUB STROMOV
v ťažko dostupných
a priestorovo obmedzených
miestach.
Tel.: 0902 593 835

EXTRA
PMMONT s.r.o.
TOPOĽČIANKY
Machulinská 7, 951 93 Topoľčianky

OTVÁRACIE HODINY Po. - Pi. 8:00-17:00 So. 8:00-12:00

 V prípade potreby otvoríme aj mimo pracovnú dobu **0917 758 716**.

 ☎ **037/630 7390, 0917 758 716** @ pmmont@centrum.sk

PLYN - VODA - KÚRENIE - PREDAJ - MONTÁŽ - SERVIS

Bezkonkurenčné ceny na: PVC, HT, meď, lisovaná meď, lisovaný plyn, uhlíková oceľ, plast hliník, šróbovací systém, klik systém, pozink, PPR, kotle, čerpadlá, vodáreničky, závlahy, kúpeľňový nábytok, kúp. doplnky, drezy, krbové kachle, batérie, ohrievače, spotrebiče MORA a GORENJE, radiátory KORADO, PURMO, SANICA, inštalátorské náradie, rozvody elektroinštalácie, bazénová chémia

PRI KÚPE MATERIÁLU ROZVOZ V OKOLÍ ZADARMO
DOPREDAJ KOTLOV NA PEVNÉ PALIVO!
ZAPOŽIČIAVAME: • PERTLOVAČKU NA EURO TIS • ZÁVITNICU • ZVÁRAČKU NA PPR • LISOVAČKU NA PLAST, HLINÍK, UHLÍKOVÚ OCEĽ, LISOVANÚ MEĎ, LISOVANÝ PLYN • TEPLOVZDUŠNÚ PIŠTOL

Quattro

ZLATOMORAVSKO

Redakcia: Kmetikova 10
NITRA
rezakova@regionpress.sk

REGIONPRESS

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

INZERCIA

Veronika Baumajsterová 0910 851 307
Alena Valašková 0910 455 919

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

DISTRIBÚCIA (18.990 domácností)

Každý týždeň:
Čaradice, Červený Hrádok, Hostovce, Choča, Jedľové Kostolany, Kostolany pod Tribečom, Lovce, Mankovce, Martin nad Žitavou, Neverice, Nevidzany, Skýcov, Slepčany, Veľké Vozokany, Vieska nad Žitavou, Volkovce, Žikava, Nová Ves nad Žitavou, Vrable, Zlaté Moravce, Čierne Kľačany, Hostie, Ladice, Machulince, Obyce, Slažany, Tesárske Mlyňany, Topolčianky, Žitavany

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	Sencko
SE	34.570	Senicko+Skalité
TO	40.560	Topoľčiansko+PE+BN
TN	59.430	Trenčiansko+DCA+IL
TT	46.550	Trnávsko
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	Žiarsko+ZC+BS
ZA	52.120	Žilinskó+BY

Východné Slovensko

BJ	33.870	Bardejovsko+SK+SP
GE	28.710	Gemerisko=RV+PS+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+HK
PO	45.115	Prešovsko+SB
SN	32.750	Špišsko+LE+GL

Nedobré časy

Sú tu. Od začiatku roka sme tak trochu verili, že neprídu, hoci, prísť museli. Spolu s epidemiou prišiel aj strach. Nemožno to odsudzovať, strach je prirodzené ľudské.

Možno s ním však bojovať – napríklad argumentami. Ak nás strach ovládne, náš život sa dokáže dostať do špirály nepohody a stresu. Lenže, imunita organizmu a psychika sú vzájomne prepojené viac, ako si väčšinou myslíme. Nie až tak dávne vedecké štúdie preukázali, že k vôbec najväčším „zabijakom“ imunity, a to bez ohľadu na vek či stav zdravia, patrí stres, dlhodobá depresia a úzkosť.

Zistilo sa, že depresia súvisí aj s vývojom autoimunitných ochorení, rakovinou či aktuálnym psychickým nastavením. Prirodzenou reakciou mozgu na stres je napríklad zvýšená tvorba adrenalínu, ktorý negatívne vplýva na imunitné orgány ako kostná dreň, týmus, slezina a lymfatické uzliny.

Z obchodov miznú trvanlivé potraviny. Obchodníci majú Vianoce, nikdy nemali také tržby ako teraz, radujú sa z toho, že v hĺbinách svojich skladov uvoľňujú miesto po ležiakoch,

po ktorých sa v predajniach iba tak zapráši. A domáce zásoby ľudí vyjdú o pár týždňov navnívoč. Minimálne ich začnú likvidovať špajzové mole. Radšej si treba v predstihu kúpiť aj insekticíd. O mesiac či dva zaručene nebude k dostaniu. Na desať kilo polohrubej jeden kus.

Zeleniny a ovocia je dostatok, ak nie prebytok. Čo tak zamerať sa na zvýšenú konzumáciu vitamínov a cenných minerálov? Čo tak nepodliehať panika a doma v strese rátať, či nám stačí toľko a toľko kíl múky, alebo musíme zohnať ešte dvadsať kíl ryže? Čo tak viac si umývať ruky, byť ohľaduplný voči druhým, nekašľať a nekýchať bez zakrytia úst? Čo tak ísť na prechádzku do prírody, na vzduch? Čo tak orientovať sa na to, že ide jar, že treba opäť pracovať v záhradách, na záhonoch? Čo tak myslieť aj na starkých, ktorí žijú okolo nás sami a občas sa pozrieť, ako sa majú, či nič nepotrebnujú?

Buďme stále ešte rozumní ľudia!
Všetko dobré -

» Ivan BROŽÍK / šéfredaktor

Jozef Petrovič PREPRAVA

sympkého a stavebného materiálu do 6 ton
trojstranným sklápáčom s hydraulickou rukou

0910 434 770 petroviczjosef@centrum.sk



KÚPIM
★★★★★
STARÉ OBRAZY
a iné
staročistoty
★★★★★
0915 982 680

ELEKTROINŠTALAČNÝ MATERIÁL

Elektro Kocian s.r.o.

Tehelná 4, 953 01 Zlaté Moravce
(areál BenátCentrum)

pondelok - piatok 7.00 – 16.00 hod.

E-mail: zmelektro@kfte.sk

Web: www.kfte.sk

mob: +421 948 913 357

VEĽKOSKLAD A PREDAJŇA

- ZÁSUVKY
- SVIETIDLÁ
- LED ZDROJE
- BLESKOZVODY
- KÁBLE
- ISTIČE
- STYKAČE
- VYPÍNAČE



Elektro Kocian s.r.o.
www.kfte.sk



ZVEREJNENIE ZÁMERU PREDAJA MAJETKU OBCE ZLATNO

Obec Zlatno, so sídlom Zlatno č.99, IČO: 00308684 v zmysle ustanovenia § 9a ods. 1 písm. a) a ods. 3 zákona č. 138/1991 Zb. o majetku obcí v znení neskorších predpisov a v zmysle Uznesení Obecného zastupiteľstva obce Zlatno č. 9-11/2020 zo dňa 20.02.2020

zverejňuje zámer predaja svojho majetku formou obchodnej verejnej súťaže podľa ust. § 281 až § 288 Obchodného zákonníka

1. Predmetom zámeru je predaj nehnuteľností za účelom výstavby rodinného domu IBV Zlatno JUH na **trvalé bývanie**:

Pozemok č.2 ako celok tvorený z nehnuteľností nachádzajúcich sa v okrese Zlaté Moravce, v obci Zlatno, v kat. území Zlatno, ktoré sú evidované na **liste vlastníctva č. 280**, nasledovne:

- pozemok registra C KN – parc. číslo 1133/20 o výmere 388 m², trvalý trávnatý porast v podiele 1/1
- pozemok registra C KN – parc. číslo 1133/32 o výmere 70 m², trvalý trávnatý porast v podiele 1/1

2. Najnižšia t.j. minimálna cena, za ktorú sa predmetné pozemky ponúkajú na predaj je stanovená uznesením obecného zastupiteľstva vo výške 6,- €/m².

3. Úplné podmienky obchodnej verejnej súťaže: sú zverejnené na úradnej tabuli a internetovej stránke obce /www.obeczlatno.eu/

4. Lehota na doručovanie ponúk záujemcov sa stanovuje **do 31.3.2020 do 12,00 hod.**

5. Cenová ponuka je potrebné v stanovenej lehote predložiť v podateľni Obecného úradu obce Zlatno alebo poštou na adresu: Obec Zlatno, so sídlom Zlatno č.99, 951 91 Zlatno tak, aby bola zaevidovaná v podateľni Obecného úradu obce Zlatno **do 31.3.2020 do 12,00 hod.**

Súťaž sa začína dňom jej uverejnenia na úradnej tabuli obce Zlatno, na internetovej stránke obce /www.obeczlatno.eu/ a v regionálnej tlači.

GAZDOVSKÝ DVOR VINODOL

Tel.: 0907 960 440, 0909 105 810

PREDAJ

živých
MORIEK KURENIEC



ČISTENÁ HYDINA K ODBERU

Hodnota tovar musí byť nad 30 EURO - donáška 4 EURÁ

Kŕmené husokačice s pečienkou	7,50€/kg
Kŕmené husi s pečienkou	9€/kg
Morky a moriaky	4,30€/kg
Kurence	2,80€/kg
Sliepky na polievku	2,90€/kg

Zemiaky sadbové - impala, agata, gala, queen anne

LEXAN

- balkónové striešky
- zastrešenie terás
- zimné záhrady

BALKÓNY



- kompletná rekonštrukcia (dlažba, stierka, zateplenie...)
- hliníkové zasklenie
- úprava zábradlia

ZLATÉ MORAVCE
josef.jm@gmail.com

0908 427 957

... výhodná spolupráca
pri rekonštrukcii bytových domov ...

Predaj mladých nosníc

7-týždňové vysokožnáškové
mládky plemeno DOMINANT



3,70 €/ks

Predaj kŕmnych
zmesí

OBJEDNÁVKY UŽ PRIJÍMAME

Rozvoz objednávok zadarmo,
OD MARČA DO NOVEMBRA

0905 355 145

0918 812 466

Farma Frajkovci: 160 Veľčice

frajka.team1@gmail.com • www.farmafrajkovci.sk

Význam športovania pre diabetikov II

Druh fyzickej aktivity si každý môže vybrať podľa dostupnosti, obľúbenosti, podľa ročného obdobia. Najvýhodnejšie je zapojiť čo najviac svalových skupín.

Chôdza je najľahší a najdostupnejší spôsob telesnej aktivity. Je príkladom pohybu, pri ktorom sa spaľujú tuky (a k tomu je potrebný kyslík, preto sa nazýva aj aeróbnym pohybom). Ak je rýchlejšia (5-6 km/hod), účinnosťou ju možno prirovnať k cvičeniu strednej intenzity. Priaznivé ovplyvnenie metabolizmu sa dosahuje už po prejdení 2 km denne. Tri hodiny rýchlej chôdze sa vyrovnajú 1,5 hodine telesných cvičení. Je vhodná pre tých, ktorí s pohybovou aktivitou začínajú.

Pri cvičení vo vnútri je potrebné postupne zapojiť všetky svalové partie a dôsledne sa zamerať na nohy. Špeciálne pre diabetika je vhodné denne rozvíjať aj prsty a plošky dolných končatín.

Cviky sú jednoduché:

- otváranie a zatváranie prstov
- uchopenia malých predmetov – napríklad vreckovky alebo servítky položené na koberci,
- precvičovanie nôh - kotúľanie valca alebo fľaše plôškami nôh, čo súčasne slúži aj ako príjemná masáž chodidiel
- krúživé pohyby nôh v členkovom zhybe.

Všetky cviky zaberajú iba 5 minút, precvičovať ich možno aj pred televízorom, pri čítaní, oddychu, alebo pravidelne pred ľahnutím do postele.

Veľmi vhodné je aj striedanie teploty vody – pravidelne niekoľkokrát striedať teplú a studenú vodu dopadajúcu na nohy pri sprchovaní. Iba 5 minút takejto činnosti denne je veľmi účinnou prevenciou pred vznikom tzv. diabetickej nohy.

Čo necvičiť?

Diabetik bez zistených komplikácií, prakticky až na tzv. adrenalinové športy, nemá obmedzenia vo výbere. V prípade postihnutia obličiek (diabetická nefropatia) nie je vhodné cvičenie v posilňovni. Ak má pacient očné komplikácie (proliferatívna diabetická retinopatia) neodporúča sa behanie, loptové hry, squash, tenis, vzpieranie, box. Pri postihnutí nervových vlákien (diabetická neuropatia) treba sa vyvarovať behu a dlhým túram. Pri ochorení srdcovo-cievneho systému býva cvičenie limitované výkonnosťou pacienta.

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



Frézovanie a vložkovanie

KOMÍNOV

- frézovanie 1 m - 15 €
- vložkovanie, certifikovaný žiaruvzdorný materiál
- zľava 30% na materiál
- obhládka zdarma
- dohoda istá

samotná realizácia
priemer 4-6 hodín

Tel: 0911 322 495, 0915 386 362

frezovanievložkovanie@gmail.com

frézovanie
od 15€/m



WWW.HYDINARSKAFARMA.SK PONÚKA

HYDINÁRSKA FARMA TOPOLNICA (PRI GALANTE)

- 8 - 20 TÝŽD. NOSNICE - MLÁDKY
- 1-14 DŇOVÉ BROJLEROVÉ KAČICE
- 1-14 DŇOVÉ MULARD KAČICE
- 1-14 DŇOVÉ MULARD KÁČERE
- 1-14 DŇOVÉ LANDERSKÉ HÚSATÁ
- 7 TÝŽD. MORKY BIG 6

KRMIVO PRE NOSNICE, RASTOVÁ A ZNÁŠKOVÁ

031 781 15 63, 0905 450 432, 0905 551 499



KAMENÁRSTVO PIETA

0907 755 387

Nové Zámky



Firma poskytuje jarné zľavy 20%

Ponuka: +kompletné hroby+betónovanie základov+pomníky
+pokrytie hrobov+doplinky ako lampy, vázy, zlátenie.

Na zavolanie bezplatne prideme a ochotne poradíme.



Továrenská 1264
(vedľa futb. štadiónu FC VION)
Zlaté Moravce

Otváracie hodiny:
po - pia 7:30 - 11:30
12:30 - 16:00

**MÁTE POŠKODENÉ
ČELNÉ SKLO?**



OPRAVY PRASKLÍN

**Nemeňte ho!
Vieme to OPRAVIŤ!**

**PREDAJ
PNEU A DISKOV**

+ opravy, montáž, demontáž

Ďalšie služby:

- 3D GEOMETRIA
- PNEUSERVIS pre motorky, autá, kamióny a poľnohospodárske stroje
- ŤAŽNÉ ZARIADENIE
- RENOVÁCIA SVETIEL
- OLEJ SERVIS
- PODVOZKOVÉ CENTRUM (brzdy, výfuky, tlmiče, nápravy)

☎ 0915 207 784 • 0905 186 682 🌐 www.swingpneu.sk 📍 Autocentrum SWING

OČNÁ OPTIKA



6 mesiaci marec
BEZPLATNÉ meranie zrakovej ostrosti

OPTAL, s.r.o.

037/783 35 49

Vráble, Levická 16

smerom k poliklinike

Tešíme sa na Vašu návštevu!



KAMENÁRSTVO

BAHAMA

...istota, kvalita, tradícia...

Otváracia doba:

Pon - Pia

9-16h

So

8-12h

Ne - podľa tel. dohovoru

Zlaté Moravce

Továrenská 7



VÝROBCA

Akcia

- 40% na skladové pomníky

Akcia žulový dvojhrob s pomníkom od 1235 €

0915-363 468 0918-408 184

Stála výstava pomníkov



Občianska riadková inzerca

01 AUTO-MOTO / predaj

02 AUTO-MOTO / iné

» Kúpim auto rok 1980 a staršie. Platba ihneď. 0903 305 388

» SIMSON MUSTANG PIONIER JAWA 90 KÚPIM TIETO MOTOR-KY 0915 215 406

» KÚPIM STARÚ JAWU 350 AJ SAMOTNÝ MOTOR 0949 150 398

» KÚPIM staré auto moto veterány Škoda, Lada, Trabant, moped Pionier Babeta Simson 0918 383 828

03 BYTY / predaj

04 BYTY / prenájom

05 DOMY / predaj

06 POZEMKY / predaj

07 REALITY / iné

» Hľadám priestory na prenájom v ZM 0905 156 300

» Kúpim pozemok, ornú pôdu. Platba ihneď. 0944 469 960

08 STAVBA

» Kúpim Haki lešenie, 0908 532 682

09 DOMÁCNOSŤ

10 ZÁHRADA A ZVERINEC

11 HOBBY A ŠPORT

» Kúpim ľudové kroje 0902 708 047

» ZO STARÝCH DOMOV KÚPIM STAROŽITNOSTI, STARÉ VECI A ĽUDOVÉ KROJE 0918 439 124

» ODKÚPIM OBRAZY SLOVENSKÝCH MALIAROV 0903 868 361

» ODKÚPIM KROJE MINCE BANKOVKY VYZNAMENANIA VOJENSKÉ HELMY PRILBY ČIAPKY UNIFORMY OPASKY PRACKY Z OPASKOV BODÁKY HODINKY A INÉ 0903 868 361

12 DEŤOM

13 RÔZNE / predaj

14 RÔZNE / iné

15 HLADÁM PRÁCU

16 ZOZNAMKA

» 55r hľadá priateľku 0917 049 831

» CHALAN HĽADÁ KAMARÁTKU DO 30R. 0940 855 751

» 45 MUŽ HĽADÁ ŽENU. 0907 119 860

Chcete si podať inzerát?
Návod nájdete na strane 5.

Nepeňažné benefity

Novela zákona o dani z príjmov účinná od 01.01.2020 priniesla viaceré významné zmeny, medzi ktoré môžeme zaradiť aj nové typy oslobodenia od dane z príjmu zo závislej činnosti, tzv. nepeňažné benefity.

Prvým z týchto benefítov je rozšírenie oslobodenia pre vzdelávanie zamestnancov. Rozšírenie sa týka akéhokoľvek vzdelávania zamestnanca, za splnenia podmienky, ktorá určuje, že musí ísť o stále vzdelávanie súvisiace s činnosťou alebo podnikaním zamestnávateľa, pričom ak by išlo o vysokoškolské vzdelávanie prvého alebo druhého stupňa, musí byť splnená ďalšia podmienka, ktorá určuje, že tento pracovný vzťah je zamestnanec povinný dodržiavať k začiatku akademického roka nepretržite 24 mesiacov.

Ďalším benefitom sú lekárske preventívne prehliadky, ktoré sú súčasťou opatrení o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci. Zamestnávateľ je povinný zabezpečiť aj na požiadanie zamestnanca. Takto vzniknuté náklady je povinný uhradiť a nie prenášať ich na zamestnanca. Novela zaviedla dva prípady poskytovania príspevkov na preventívnu prehliadku. Ak pôjde o poskytnutie príspevku pre zákonom určený okruh ľudí a práce, tak pôjde o príjem vylúčený z

predmetu dane u zamestnanca a o uznateľný daňový výdavok zamestnávateľa. Ak by išlo o poskytnutie príspevku nad rámec určených predpisov prostredníctvom úhrady zo sociálneho fondu, tak pôjde o oslobodený príjem u zamestnanca a u zamestnávateľa o daňový výdavok spadajúci pod tvorbu povinného prídela do sociálneho fondu. Posledným z benefítov zavedeným novelou je zvýšenie sumy oslobodenia na ubytovanie. Tento nepeňažný benefit sa týka zamestnancov, ktorí u zamestnávateľa vykonávajú prevažne činnosti vo viacmennej prevádzke, a on im zabezpečuje ubytovanie. S účinnosťou od 01.01.2020 bol tento benefit zvýšený na sumu 100 eur mesačne, ktorá sa môže uplatniť pri poskytovaní ubytovania po 31.12.2019. Okrem týchto nepeňažných benefítov s účinnosťou od 01.01.2020, novela zavádza aj zvýhodnenie plynu až od 01.01.2021 týkajúce sa oslobodenia nepeňažného príjmu zamestnanca vo forme dopravy do zamestnania organizovanej zamestnávateľom do výšky 60 eur mesačne. Novela zjednodušuje doterajšie ustanovenie a zavádza paušálnu sumou príspevku na jedno obsadené miesto v motorovom vozidle. Po prekročení tejto sumy sa zdaní len rozdiel nad 60 eur.



LAW FIRM

» **Tim advokátskej kancelárie**
V4 Legal, s.r.o.

e-mail: info@v4legal.sk, www.v4legal.sk

15. marca 1848

vypukla **revolúcia v Rakúsko-uhorskej monarchii.**

Výročia a udalosti

16. marca 1968

spáchali americkí vojaci masovú **vraždu vietnamských civilistov** v Mý Lai.

Výročia a udalosti

MOBILNÝ VÝKUP PAPIERA

BEZPLATNA SKARTÁCIA OD 300 KG

- Mobilný výkup papiera od 300 kg
- sťahovanie aluskriňa 20m³ SK-CZ

DOVOZ ODVOZ

KONTAJNERY STAVBA

5 m³-10m³-17m³
ZM a okolie

DISPEČING: **0915 104 234**
8.00-17.00

BÚRANIE VYPRATÁVANIE

0944 423 566
8.00-17.00

JV Eko-Trans,s.r.o, Horná 189/36, 953 05 Čierne Kľačany

FRÉZOVANIE VLOŽKOVANIE

FRÉZOVANIE
od 15€/bm

REKONŠTRUKCIA KOMÍNOV

SLOVENSKÝ CERTIFIKOVANÝ MATERIÁL

ZĽAVA
na materiál **30%**

- PRESTAVBY NADSTREŠNÝCH ČASTÍ KOMÍNOV
- ZATEPLOVANIE A SIETKOVANIE KOMÍNOV

OBHLIADKA KOMÍNOV
ZDARMA

0948 012 507 • www.profikominy.sk

PLOCHÉ STRECHY

- izolácie plochých striech
- zateplenia plochých striech
- kaučukové pasy, PVC fólie
- odborné poradenstvo a cenová ponuka na mieste ZDARMA

0905/66 22 29

**STAVEBNÉ
A MURÁRSKE PRÁCE**
ZATEPLENIE BUDOV
REKONŠTRUKCIE BYTOV
BYTOVÉ JADRÁ
MUROVANÉ PLOTY
ZÁMKOVÁ DLAŽBA
DLAŽBY | OBKLADY
KÚPEĽNE NA KÚČ
OMIETKY | STIERKY
BÚRACIE PRÁCE
dodanie materiálu - záruka na prácu
0907 369 497 - CENY DOHODOU

Podporujeme slovenské výrobky

Predajne:

- Priemyselná 1, Zlaté Moravce
- nákup aj bez živnostenského oprávnenia
- Tr. A.Hlinku 2, Zlaté Moravce
- Pribinova 35, Zlaté Moravce
- Čaradice č. 263



NITRAZDROJ

Sme k vám bližšie



HORALKY

MAXIBALENIE 5x50g

1,45 €

JC 5,80 € / kg

Cena platí 1. 3. – 31. 3. 2020

Bez ďalšej zľavy. Do vypredania zásob.

www.nitrazdroj.sk

Neutečiem, kým mafiu neporazím

Ak budete mať pocit, že som zblúdil, dajte mi to vedieť

Mgr. Igor Matovič (11. máj 1973, Trnava) je slovenský politik a bývalý podnikateľ. Okrem iného, aj zakladateľ novin, ktoré práve držíte v rukách. Od roku 2010 je poslanec NR SR, najskôr za stranu SaS a neskôr ako predseda hnutia Obyčajní ľudia a nezávislé osobnosti. Muž, ktorý sa nehanbí za city, za zásady, ani za presvedčenie, že dobro musí raz zvíťaziť nad zlom. REGIONPRESSu poskytol nasledujúci rozhovor.



■ zdroj foto SITA / AP

■ **REGIONPRESS:** Pán Matovič, aký je to pocit z pozície (v čase vzniku rozhovoru s najväčšou pravdepodobnosťou) budúceho predsedu vlády Slovenskej republiky poskytovať rozhovor novinám, ktoré ste vy s vašou pani manželkou založili a uverejňovali ste v nich aj svoje stĺpčky o víziách lepšieho života v našej krajine?

■ **Igor Matovič:** Určite zaujímavý, (úsmev – pozn. red.) V každom prípade, veľmi pekne ďakujem za možnosť sa prihovoriť vašim čitateľom, ktorým som dlhé roky písal moje stĺpčky.

■ **REGIONPRESS:** Budú to trochu iné otázky, ako ste dostávali v prvých hodinách po oznámení výsledku volieb. Pamätáte sa ešte na naše stretnutie na Trnavskom Mýte v Bratislave pred rokmi a na rozprávanie o grilovanej kožke na kuracom stehne?

■ **Igor Matovič:** Samozrejme, na také niečo sa len tak ľahko zabudnúť nedá a myslím, že ani vy ste nezabudli. (Opäť úsmev – vysvetlenie red.. Ide o paralelu na tému skromnosť a vďačnosť v živote dospelávajúceho Igora Matoviča – z jeho pohľadu.)

■ **REGIONPRESS:** Medzinárodný deň žien ani napriek straníckym zámerom politickej konkurencie nikdy nebol vo februári, ale prichádza teraz, 8. marca. Aký je váš vzťah k mamám, k ženám... k bytostiam, ktoré nám do života prinášajú šťastie a lásku, aj za cenu neraz veľkých obetí?

■ **Igor Matovič:** Bez našich žieničiek by na svete bola strašná nuda. Ale vážne, samozrejme, že si prácu a obetu našich žien veľmi vážim a veľmi ma mrzí, že doplácajú za výchovu detí tým, že majú v práci nižšie platy a dôchodky ako muži. Máme čo robiť, aby sme si ich prínos pre spoločnosť dostatočne vážili a ohodnotili.

„Ide mi o mimoriadne otvorené informovanie ľudí o všetkom, čo vláda robí a pozvanie ľudí do spolurozhodovania o dôležitých rozhodnutiach našej krajiny.“

■ **REGIONPRESS:** Nikto sa vás nepýtal ani na to, čo všetko si musela „preskakať“ vaša manželka, pani Pavlínka, vaše dcéry, kým ste sa vo svojej politickej práci – nehovorím o kariére, lebo viem, že tá vás nezaujíma – dostali až do bodu zostavovania vlády Slovenskej republiky?

■ **Igor Matovič:** Mám úžasnú manželku a nenáročné dcéry. Viem, že by boli veľmi radi, aby sme spolu trávili viac času, ale veľmi dobre vidia, že chcem pre Slovensko zabrať naplno. Vyžaduje to aj takúto obeť. Bohužiaľ, potom sa to prejaví aj tým, že úplne obyčajný dom staviam miesto roku päť rokov.

■ **REGIONPRESS:** V to ráno, keď boli známe výsledky, v jednom z komentárov Českého rozhlasu na adresu našich volieb zaznelo: „Tam, kde je pravda kompromisom, tam sa kompromis stane pravdou.“ Vy nie ste v súvislosti s pravdou človek kompromisov, púšťate sa do boja s dlhoročnou lžou. Zvládnete to? Vydržíte? Práve s takýmto predpokladom vám ľudia zverili svoju dôveru. Ľudia, dusení nepravdou a podvodmi.

■ **Igor Matovič:** Urobím pre to všetko, ale ak budete mať čo i len najmenší pocit, že som zblúdil, prosím, dajte mi to patrične vedieť.

■ **REGIONPRESS:** Ako dlho ministerstvo vnútra pod vedením niekoho z vašej vlády bude ešte poskytovať finančne náročnú ochranu predsedom iných politických strán bez toho, aby zastávali ústavnú funkciu?

■ **Igor Matovič:** Podľa mojich informácií neexistujú žiadne zákonné dôvody na poskytovanie mimoriadne drahej ochrany Róbertovi Ficovi.

■ **REGIONPRESS:** Boli ste niekedy v minulosti zúfalý, znechutený, bez energie pokračovať?

■ **Igor Matovič:** Veľakrát, ale našťastie ma vždy vrátila späť výčitka, ktorú som si sám sebe nadelil, že nemôžem utiecť z bojiska, kým mafiu definitívne neporazím.

■ **REGIONPRESS:** Aké vzťahy predpokladáte v pracovných témach s pani prezidentkou?

■ **Igor Matovič:** Nemám najmenšie obavy, ba priam sa na naše stretnutia priamo teším.

■ **REGIONPRESS:** Vo vašom volebnom štábe bola v prvú marcovú noc prítomná aj verejnosť. Otvoríte občas pre bežných, naozaj obyčajných ľudí aj priestory vlády, parlamentu..?

■ **Igor Matovič:** Určite áno. Otvorené vládnutie, kde budú môcť ľudia zažiť politiku zblízka, je jeden z mojich hlavných cieľov. To však zďaleka nie je len otvorený Úrad vlády pre verejnosť, ale mimoriadne otvorené informovanie ľudí o všetkom, čo vláda robí a pozvanie ľudí do spolurozhodovania o dôležitých rozhodnutiach našej krajiny.

■ **REGIONPRESS:** Napíšete, pán Matovič, ešte niekedy do REGIONPRESSu stĺpček? A prípadne, ako oslovíte svojich bývalých kolegov, jeho tvorcov a tiež jeho čitateľov?

■ **Igor Matovič:** Veľmi rád, ak by som taký priestor dostal. Uvidíme, (šibalský úsmev – pozn. red.) ... Pozdravujem vás všetci moji bývalí (a aj súčasní) blízki, chýbate mi, veľmi, ani neviete ako.

Za rozhovor ďakuje Igorovi Matovičovi Ivan Brožík



Správnou hygienou predchádzajme závažným ochoreniam

Pozor na kontamináciu potravín

Denne médiá informujú o tom, že dodržiavaním základných hygienických návykov, najmä dôkladným umývaním rúk, môžeme zabrániť šíreniu respiračných ochorení, ku ktorým patrí aj COVID-19, teda koronavírus. Vystávajú však aj ďalšie otázky.

Naši čitatelia nás upozornili na to, ako nezodpovedne sa mnohí ľudia správajú počas nákupov v obchodoch. „Holými neumytými rukami sa prehŕňajú v pečive, chleboch, ovocí či zelenine, napriek tomu, že v týchto dňoch je nutnosť hygieny veľmi potrebná,“ poukazujú a zároveň sa pýtajú, či môže byť takéto správanie sa zákazníkov istou hrozbou z nákazy chrípkou, koronavírusom či inými ochoreniami.

Pozor na kontamináciu potravín

Ako nám potvrdila Jozefína Kaššová z Komunikačného referátu Úradu verejného zdravotníctva Slovenskej republiky (SR), nedostatočnou hygienou rúk sa môžu na potraviny prenášať vírusy, parazity i baktérie, vrátane patogénnych foriem. „Ak je spotrebiteľ chorý a nevenuje dostatočnú pozornosť osobnej hygieny, vrátane hygieny rúk, môže takéto druhy potravín kontaminovať,“ upozorňuje J. Kaššová. „Pri voľne ulože-

nom pečive a chlebe majú spotrebiteľia k dispozícii jednorazové rukavice, vrecká alebo náradie, aby sa zabránilo priamemu kontaktu rúk s potravinou, ktorá nie je zabalená v spotrebiteľskom obale,“ dodáva. Je preto dôležité, aby sme pri kupovaní nebalených potravín, tieto pomôcky skutočne používali. Ak ich pri výrobkoch nenájdeme, mal by nám ich predajca na požiadanie nachystať, čo potvrdzujú aj slová Zuzany Fischerovej, vedúcej odboru surovín a potravín rastlinného pôvodu zo Štátnej veterinárnej a potravinovej správy SR. „Predajca v zmysle platnej legislatívy musí pri takomto predaji nebaleného pečiva, zabezpečiť vhodné pomôcky, akými sú kliešte, mikroténové vrecká a podobne, aby sa zabránilo nevyhovujúcej osobnej hygieny zákazníkov a zabezpečila sa tak celková hygiena predaja,“ objašňuje odborníčka. Je teda pravdepodobne na každom z nás, či sa odvážime v týchto dňoch riskovať kúpou nebalených pečiarenských výrobkov naše zdravie, alebo siahneme radšej po tovare balenom.

Ovocie aj zeleninu dôkladne umyte

Pokiaľ ide o ovocie a zeleninu, určite je podľa Jozefíny Kaššovej namieste jej dôkladné umývanie pod studenou tečúcou vodou, nie v stojacej a nepitnej vode.



ilustračné foto

autor TiBine pixabay

„Neustále majte na pamäti aj dodržiavanie hygienických zásad pri príprave jedál, predovšetkým časté umývanie rúk,“ zdôrazňuje Kaššová. Vysvetľuje pritom, že každé umývanie rúk má trvať 40 až 60 sekúnd. Ruky si treba navlhčiť teplou vodou a nabrať si dostatočné množstvo mydla. Ruky následne potierať spôsobom dlaň o dlaň, pokračovať preložením dlane pravej ruky na chrbát ľavej ruky s čistením vnútorných strán prstov a opačne. Trením ďalej čistíte spojené prsty pravej ruky proti ľavej ruke a opačne, následne zovrieť prsty jednej ruky do dlane a potierať si ich oproti druhej dlani. Nasleduje čistenie ľavého palca krúživým pohybom pravou rukou a opačne. Potom treba čistiť ľavú dlaň krúživým pohybom spojenými prstami

pravej ruky a opačne. Ruky opláchnuť vodou a dôkladne utrieť jednorazovou utierkou alebo čistým uterákom.

Dbajte aj na hygienu pracovných plôch

Aby sme predišli kontaminácii potravín aj počas prípravy pokrmov, musíme si vždy dôkladne umyť ruky mydlom. Zároveň však musíme dbať aj na hygienu kuchynského dreasu a pracovnej dosky, ktorú pravidelne a dôkladne čistíme, pričom sa zameriame na všetky povrchy, kde by mohli zostať nečistoty pri spracovaní predchádzajúcej potraviny. V čistote musíme samozrejme držať aj všetok kuchynský riad a pravidelne meniť tiež špongiu a utierky.

TEXT: RENÁTA KOPÁČOVÁ

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

REKONŠTRUKCIE
ETERNITOVÝCH, PLOCHÝCH
A PLECHOVÝCH STRIECH
Bez demontáže!

KVALITA A SPOHLIVOSŤ ZA VÝHODNÉ CENY
Chránite svoj strop v izolácii pred škodami spôsobenými ľuďmi!
Realizujeme rodinné domy, paneláky
s plochou strechou. 12 ročná záruka. Bezplatná miestna obhliadka.
S farebným a vzorkovaným originálnym materiálom INDEX a VILLAS 3D

Tel.: 0915 437 039 www.palaservis.sk

MY MATERIAL
NEFALSUJEME!

Zimná
AKCIA!

Hľadáme zamestnanca na pozíciu
KONTROLNÝ TECHNIK STK
Miesto výkonu práce: Úľany nad Žitavou
Náplň práce: kontrola motorových vozidiel
Ponúkame: plný úväzok, nástup ihneď
Mzda: 1000 € brutto/mesiac
Požadujeme: minimálne stredoškolské
vzdelanie, prax 2 roky,
vodičský preukaz A,B,C,D,E,T

životopisy posielajte na e-mailovú adresu:
hursan@stknz.sk

MAHAX Slovakia s.r.o.

Ponuka
práce

Prijmeme
operátorov/ky skladu
na 2 zmeny TPP v NR.
Mzda od 700€/brutto/
mes. + príplatky podľa
ZP, bonusy do výšky
15%, SL 3,83€/deň alebo
strava.
DOPRAVA ZABEZPEČENÁ.
Pre viac info: **0944 425 183**
Mahax Slovakia, s.r.o.

14. marca 1994

odvolal **prezident SR Michal Kováč** z funkcie premiéra **Vladimíra Mečiara**.

Výročia a udalosti

S

U

D

O

K

U

	4	2				1		
				5			3	
1	5					9		
							9	
			2	4		5		
		1		5				2
8		3						7
	1			8	7			
			3		4			

HĽADÁTE
ZAMESTNANCA?

SKÚSTE TO
INZERCIOU
v našich novinách
0910 851 307
0910 455 919

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

Prijmeme
vodičov VZV
na TPP v NR. Mzda **837€/brutto/**
mes + príplatky podľa ZP,
bonusy do výšky **15%,**
SL 3,83€/deň alebo strava.
DOPRAVA ZABEZPEČENÁ.
MAHAX Slovakia, s.r.o.
0944 425 183
Preukaz VZV PODMIENKOU

MAJTE SLNKO POD KONTROLOU

ŽALÚZIE CIBULA

ŽALÚZIE, ROLETY

SIEŤKY PROTI HMYZU

MARKÍZY, PERGOLY

GARÁŽOVÉ BRÁNY

WWW.ZALUZIE-CIBULA.SK
038 7401 460

BALKÓNY • ZIMNÉ ZÁHRADY • PERGOLY

balkóny rámové

splátky od 49 €

balkóny bezrámové

splátky od 98 €

zasklievanie terás

splátky od 98 €

zimné záhrady

splátky od 149 €

hliník. prístrešky

splátky od 99 €

JARNÁ AKCIA

ZĽAVY AŽ DO 25%

Možnosť výhry 250 €

0948 787 777 | www.balkona.eu

Ku každej objednávke darček | Možnosť splátok s 0% úrokom

BALKONA
BALKONOVÉ A OKENNÉ SYSTÉMY

ZM20-11 strana-

7

Oplatí sa!

TOP
PONUKY
TÝŽDŇA

Kúpim jelenie, srnčie, danielie zhody a trofeje.

VÝKUP VOJENSKÝCH VECÍ - MILITÁRIÍ

tel. 0904 474 597

Okenné sušiaky

Montáž bez narušenia fasády alebo okenného rámu

AKCIA - 25% do konca mesiaca

0944 556 070

www.susiakynaokna.sk

Spôsobujú vám schody problém?



5 ROKOV

Stannah

Stannah Vám ponúka stoličkové výťahy na všetky typy schodísk.

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



Viac ako 600 000 Stannah zákazníkov na svete

Zavolajte na naše
bezplatné telefónne číslo
0800 162 162
www.stannah.sk

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

PRIJMEME ucelené partie

MURÁROV

na výstavbu
rodinných a bytových domov v Belgicku

- Práca na živnosť
- Práca na úkol (3.500 - 4.500 €/mes.)
- Ubytovanie zabezpečené a hraďené
- slovensky hovoriaci kolektív
- Nástup ASAP

ZU-COM, s.r.o.
Tel.: 0917 860 693

PRÁCA V ČR

PLATÍ OD 08.08. do 13.08.2018

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

Bezplatná infolinka:
0800 500 091

ECO Energy® energetické poradenstvo

CHCETE VYUŽÍVAŤ SLNEČNÚ ENERGIU NA MAXIMUM?

Teraz už môžete vďaka neobmedzenej virtuálnej batérii, z ktorej čerpáte elektrickú energiu pre celú Vašu domácnosť večer aj ráno. Spotrebujete ju dokonca ešte skôr ako ju vyrobíte, stačí keď ju vrátite počas roka.

NAŠA FIRMA ZABEZPEČUJE KOMPLETNÚ ADMINISTRÁCIU PRE ZÍSKANIE DOTÁCIÍ

POTVRDENÉ NAŠIMI ZÁKAZNÍKMI !!!

Ako jediný na trhu Vám prinášame možnosť splatiť si Vaše nové zariadenie, ktoré Vám bude celý život šetriť Vašu peňaženku. Toto zariadenie si navyše splatíte z ušopených financií, ktoré by ste aj tak zaplatili za nákup elektrickej energie.

- 3 ploché kolektory, 300 l bojler v cene
- návrh investície 2-3 roky
- kompletná konštrukcia na strechu + pripojovacie potrubie
- spoločne pokryje spotrebu teplej vody od marca do októbra

Aj na splátky 1890€
23,66€ x 96 mes. vrátane montáže

Možnosť na splátky na celý sortiment až na 5 až 8 rokov

www.ecoenergy.sk • info@ecoenergy.sk infolinka: 0800 909 909, 0948 930 940

Virtuálna batéria s neobmedzenou kapacitou u nás

Nemusíte si kupovať vlastnú fyzickú batériu

~ vaša spotreba elektrickej energie
■ vaša výroba
■ váš prebytok
■ vlastná spotreba z výroby
■ nedostatok vlastnej elektriny

ráno poludnie večer

Fotovoltaická elektrárňa 3000 Wp

- pozostáva z 10 panelov + menič
- + zdarma virtuálna batéria s neobmedzenou kapacitou
- montáž na kľúč, návratnosť investície 4-5 rokov
- ročná výroba el. energie 3500 kWh
- Zvýšok životnosti elektrárne viac ako 25 rokov máte vami vyrobenú elektrinu úplne zdarma

3189€ vrátane montáže

Aj na splátky 39,91€ x 96 mes.

ZÁRUKA OD VÝROBCU 25 ROKOV

ENVIRO THERM

www.envirotherm.sk
info@envirotherm.sk

tel: 0909 150 150

Pre všetky kotly platí:

emisia trieda 5

Uvedené ceny sú s DPH.

VIADRUS

- záruka 10 rokov
- účinnosť až 91%
- nízka spotreba paliva

Výkon v kW	Doporučená vykurovacia plocha	Cena
16 kW	150 m²	1 €
21 kW	220 m²	35 €
25 kW	290 m²	79 €
30 kW	350 m²	150 €

ATMOS

Splyňovací kotol ATMOS DC 18 S kW

Výkon v kW	Doporučená vykurovacia plocha	Cena
18 kW	200 m²	199 €
25 kW	290 m²	380 €
30 kW	350 m²	457 €

MCE

Automatický kotol drevo a pelety MCE V7 PLUS PELLET

Vysoká účinnosť kotla nad 91%

Výkon v kW	Doporučená vykurovacia plocha	Cena
19 kW	270 m²	999 €

VIGAS

Splyňovací kotol VIGAS. Vysoká účinnosť kotla nad 91%.

Výkon v kW	Doporučená vykurovacia plocha	Cena
18 kW	200 m²	199 €
25 kW	290 m²	380 €
30 kW	350 m²	457 €

ecodesign

Ceny kotlov emisnej triedy 5, sú uvedené po odrátaní štátnej dotácie, bez montáže.