

Plus

News

TOP news

Predstavenie centrály Plus+

Marketing náš každodenný...

7 podmienok FLOW

*Zrejme každý z nás už v živote zažil momenty
kedy absolútne nevnímal čas...*

News

Kupuj lacné ETF a hotovo...

Naozaj?

*Investovanie je v zásade jednoduché pokiaľ
viete čo robíte...*

GAP, LOM VOZIDLA – nutnosť či zbytočný luxus?

*Aké možnosti ochrany vozidla má
v súčasnosti vodič?*

Dôchodky 2024 v kocke

*Aktuálny stav základných faktorov
v slovenskom dôchodkovom systéme platných
pre rok 2024.*

#vzdyviacnoviniek



7 podmienok FLOW

„Sme tým, čo opakovane robíme.“ Výrok slávneho filozofa menom Aristoteles. Zrejme každý z nás už v živote zažil momenty kedy absolútne nevnímal čas.

V angličtine sa tento stav nazýva **FLOW** teda stav **PLYNUTIA**. Ide o stav, do ktorého sa ľudia dostávajú keď sa ponoria do činnosti, ktorá ich baví a absolútne ich pohltí. Tento stav je pre nich natoľko príjemný, že nič a nikoho okolo seba si prakticky nevšímajú. Môžeme ho pomenovať aj ako radosť, potešenie, či ponorenie sa do života.

Flow je **základným prvkom** prežívania šťastia v živote. Dôležité je venovať viac času v živote a v práci činnostiam, ktoré nás dostávajú do flow, namiesto činnostiam poskytujúcim okamžitú záľubu (alkohol, prejedanie, sledovanie TV,...).

7 podmienok flow:

1. Vedieť, čo robiť.
2. Vedieť, ako to robiť.
3. Vedieť, ako dobre to robíme.
4. Vedieť, kam máme dôjsť.
5. Mať náročné výzvy.
6. Používať svoje najlepšie osobné zručnosti.
7. Nebyť rozptyľovaný alebo vyrušovaný.

To či sa vôbec dostaneme do flow závisí od toho, či budeme dodržiavať tieto body, alebo techniky. Všetkých sedem je veľmi dôležitých, no rád by som upriamil viac pozornosti na tri z nich.



Dávať si náročné výzvy

Príjmať v osobnej a pracovnej sfére života úlohy, ktoré sme schopní **dokončiť** a na druhej strane ide o úlohy, ktoré sú **trochu** nad úrovňou našich schopností. Príliš jednoduché úlohy vedú k apatii a núde. Naopak príliš zložité úlohy, na ktoré nemáme znalosti nás zvyknú skôr odrádzať, alebo pri prvých problémoch sa vzdáme. Ideálne, ak sú úlohy v súlade s našimi schopnosťami, avšak o niečo nad nimi.

Ľahké úlohy	Mierne ťažké úlohy	Nad naše schopnosti
Nuda	FLOW	Úzkosť

Mať jasný cieľ

Veľa ľudí uviazne v detailoch a hľadaním stratégií, no nemajú definovaný cieľ. Vydať sa na cestu bez toho, aby sme vedeli, čo je konečná destinácia nemá význam dokonca ani v prípade, že v rukách držíme mapu (stratégia). Konečný cieľ predstavuje kompas a je mimoriadne dôležitý. Najskôr si definuj konečný cieľ a potom začni riešiť konkrétne kroky.

Nejasné ciele	Vymedzené ciele + pozornosť na procesy	Upnutie na ciele + nesústredenosť na procesy
Neistota - strácame čas vo všedných činnostiach	FLOW	Upnutie - zväzovanie, namiesto pozornosti na procesy
Mentálny blok	FLOW	Mentálny blok

Sústredenie na jednu činnosť

Multitasking je jeden z najväčších zabijakov flow a výkonnosti ľudí. Existuje alebo neexistuje multitasking? Mozog to vo svojej podstate nedokáže a v skutočnosti ide len o prepínanie pozornosti medzi viacerými činnosťami v danú chvíľu. Pre náš mozog je to energeticky extrémne náročné a výrazným spôsobom sa znižuje naša produktivita a efekt z daných činností.

Dôležité pre sústredenie je byť v správnom prostredí a mať neustálu kontrolu nad tým, čo robíme. Ak máte problém so sústredením tak môžete vyskúšať metódu zvanú POMODORO: 25 min. práce a 5 min. oddych, alebo 50 min. práce a 10 min. oddychu.

To či sa dokážeme dostávať do FLOW pri vykonávaní činností pravidelne veľakrát rozhoduje o výslednom efekte. Zároveň to odlišuje ľudí s nadpriemernými výsledkami od tých s priemernými výsledkami. A takisto určuje pocit dosahovaného šťastia od pocitu neustáleho hľadania niečoho, čo je už dávno ukryté hlboko v nás (talent, poslanie, vášeň, zmysel života, disciplína,...).

Autor článku: **Ing. Roman Krkoška**

~~Členská sekcia~~

VŽDY VIAC PORTÁL

Nová dynamická platforma Akadémie+



S radosťou Vám oznamujeme, že preklopenie z našej Členskej sekcie na nový Portál vždyviac bolo úspešne dokončené.

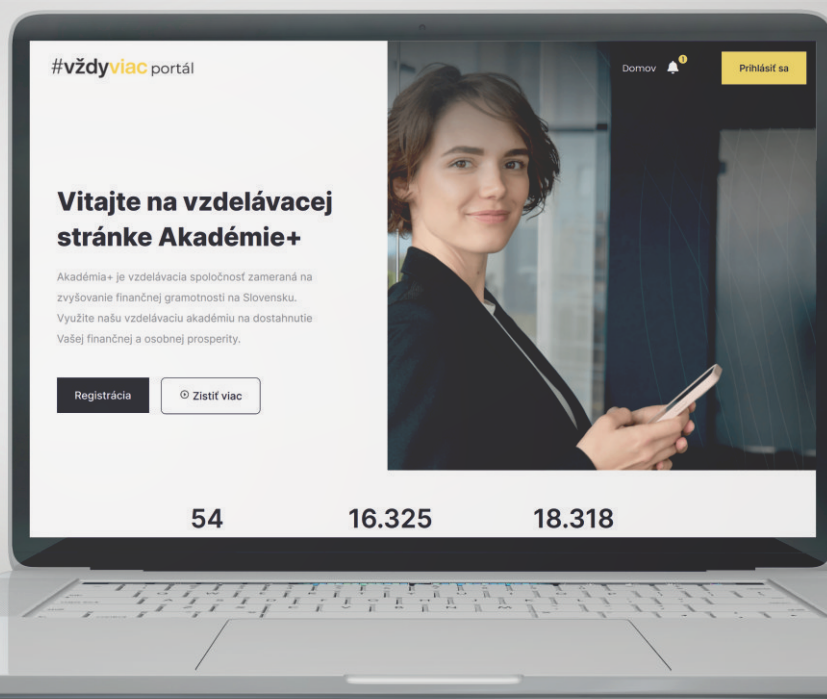
V prípade akýchkoľvek otázok alebo potreby asistencie nás neváhajte kontaktovať.

j.gomola@vzdyviac.sk

Dôležité informácie:

➔ Migrácia prebehla hladko a na pozadí, čo znamená, že Vaša práca ani prístup k službám neboli nijako ovplyvnené.

➔ Webový link na prístup ostáva nezmenený. Nemusíte si teda zvykať na nové URL; pokračujte v používaní odkazu, na ktorý ste zvyknutý.



#vždyviac

Marketing náš každodenný...



Marketingové oddelenie tvoríme (zatiaľ) 4 kusy kreatívnych dušičiek, ktorá každá myslí svojim, dalo by sa povedať poloautistickým niekedy trochu primitívnym smerom, ale tvoríme spolu jeden celok, ktorý sa snažíme ladiť do absolútnej dokonalosti.

Delíme sa na:

- ➔ **Nina** - marketingová vedúca, hlava nášho oddelenia, tzv. vodička nášho autobusu (aj dodávky, keď treba), aj fotografka, aj stratég, aj kreatívec telom a dušou, ...
- ➔ **Martin** - videomaker, tvorca video obsahov, scenárov, kreatívnych video nápadov, ale aj fotiť pekne vie a sem tam má rád aj skupinové objatie :D
- ➔ **Nela** - marketingové slniečko, najviac pracuje so sociálnymi sieťami a umelou inteligenciou, postorkuje, aj pofotí, aj objedná, čo potrebujeme a všetko cez telefón vybaví, ...
- ➔ **Eva** - grafik senior, kreatívna dušička, tvorkyňa vizuálov, bannerov, plagátov, vzhľadov konferencií, aj fotí, aj postorkuje ...

Vytvorili sme celkom produktívny tím, kde každý ovláda svoju časť fungovania vo firme takmer dokonale a vzhľadom k tomu, že doba ide dopredu, my ideme s dobou, alebo sa aspoň o to pokúšame a to všetkými možnými dostupnými prostriedkami, za čo vdčíme našej spoločnosti, ktorá podporuje našu kreativitu vo všetkých smeroch a dáva nám priestor na seberealizáciu...



Nina Szabová

Pozícia: marketingová manažerka

Prečo Ťa práca baví:

ja som už robila kadečo, od taxikárky až po lektorku ľudských práv, ale v tejto práci som sa našla, je tu skvelý kolektív a to sa potom človek cíti, ako keby ani neprišiel do roboty, ale na kultivovanú párty - dalo by sa povedať, že sú tu priam až neobmedzené možnosti vyžiantíť moje kreatívne JA

Oblíbená farba:

čierna, ako povedal Kubko, keby mali čierne vianočné svetielka, tak ich určite mám

Oblíbený nápoj:

voda (premenená na víno)

Domáce zvieratko:

pes Elvis

Záľuby mimo práce:

cestovanie, organizovanie výletov a rôznych aktivít pre ostatných, zborový spev, gitara, nepravidelne zvrtneme s partiou nejakú večeru pre bezdomovcov, sem-tam nafotím svadbu, pripravím teambuilding na objednávku, občas urobím nejakú "escape cestu" pre stredoškolákov až dospelákov, pripravím párty, stočím vtipné video, napíšem list, ugrilujem najchrumkavejšie kuracie krídla

Zlé vlastnosti:

smejem sa moc nahlas

Dobré vlastnosti:

smejem sa schuti

Mám rada:

humor, kreativitu, priateľov, halušky, šoférovanie, akékoľvek spoločenské hry a aktivity, escape roomky, rada dávam darčeky „na mieru“

Nemám rada:

kolóny, nosenie čohokoľvek v igelitke, čakanie v radoch, dychovku, zákerákov, nudu a hlavne keď si niekto nevie urobiť srandu sám zo seba

duchom mladá, ale...





Pár viet o sebe, prípadne pár viet čo by sme mali o Tebe vedieť...

Som aktívny človek. Neobsedím na zadku, stále musím niečo vymýšľať, organizovať, tvoriť. Málo spím a hodne jím, keď by to tak bolo obrátené. Aj keď to tak nevyzerá, som športovo založená, rada lyžujem, plávam, cvičím, bicyklujem, raftujem, aj sudoku mi ide celkom dobre. Rada zabávam ľudí. Keď ideme niekam na výlet, do poslednej bodky mám všetko pripravené, od podrobného itineráru cez možnosti kultúrneho vyžitia a večernej zábavy až po adrenalínové prekvapenia, alebo aj také tie prekvapenia, čo dojmú... Alebo minimálne mám cestovný balíček pre každého člena zájazdu. Prestala som fajčiť už milión krát a práve teraz tiež. Začala som sa, že kým toto nenapíšem, nedám si. Ale keďže máme málo priestoru a ja mám nesmierne zábavný a zaujímavý život, radšej skončím v najlepšom a idem si dať cigu. Dovidenia.

„KÁVU BEZ UHT SI
VÔBEC NEMCHUTNÁM...“

„UHT...“

Martin Štaňo

Pozícia: videomaker

Prečo Ťa práca baví: robím to, v čom som doma a čo ma živí 8 rokov

Oblíbená farba: čierna

Oblíbený nápoj: long island a.k.a nápoj chudobných, cola

Domáce zvieratko: kedysi sme našli zraneného vtáčika a dali sme ho na balkón, mali sme ale aj psa a ten keď zistil, že sme mali vtáčika na balkóne, tak vtáčik už nebol

Záľuby mimo práce: rodina

Zlé vlastnosti: také nepoznám

Dobré vlastnosti: tvrdohlavosť, time management a myslím, že dokážem byť veľmi úprimný (fakt)

Mám rád: strúhaný tvarožník, huspeninu a do toho kvalitnú hudbu

Nemám rád: studenú kávu, falošných a pokryteckých ľudí (to si radšej v klude vypijem studenú kávu)



Pár viet o sebe, prípadne pár viet čo by sme mali o Tebe vedieť...

Videu sa venujem aktívne 8 rokov. V poslednom zamestnaní som dal výpoveď, založil živnosť a začal točiť na kameru za 150€ a to som ani nevedel, či sa niečo podarí. "Martin, vykašli sa na to.", hovorili. Za celú tú dobu mám za sebou množstvo projektov a mal som možnosť pracovať s najlepšími umelcami na Slovensku. Milujem pretaviť nápady, myšlienky a týždne driny do audiovizuálnej podoby. O to viac keď vidím, ako moja práca robí ľudí šťastnými (kým nepošlem faktúru).

Nela Kaduchová

Pozícia: asistentka marketingu

Prečo Ťa práca baví: najviac ma baví práca so sociálnymi sieťami, kde každý deň objavujem nové príležitosti na prepojenie značiek s ich publikom

Oblíbená farba: čierna, biela, krémová

Oblíbený nápoj: nealko preferujem 100%-tný pomarančový džús, viem ho vypiť vážne veľa a hlavne v lete, samozrejme alko nápoj Aperol Spritz!

Domáce zvieratko: moje domáce miláčiky, zlatý retriever Max a čierny labrador Bady, sú pre mňa viac než len psy, sú členmi rodiny, ktorí mi každý deň prinášajú radosť

Záľuby mimo práce: mojou vášnivou záľubou je cestovanie, milujem exotiku, teplo, more a veľmi rada spoznávam kultúry iných krajín, taktiež sa rada chodievam korčuľovať, bicyklovať a vo voľnom čase chodievam cvičiť

Zlé vlastnosti: niekedy bývam dosť trdohlavá ale zároveň si viem priznať chybu

Dobré vlastnosti: som priateľská a spoločenská, typická levica.

Mám rada: svoju rodinu, priateľov a mojich domácich miláčikov

Nemám rada: nemám rada klamstvo, radšej chcem počuť krutú pravdu ako milosrdnú lož

lepšia jak Britney...





Pár viet o sebe, prípadne pár viet čo by sme mali o Tebe vedieť...

Práca, ktorú robím ma baví som rada, že môžem byť súčasťou marketingového tímu Plusky. Naša práca je kreatívna a dynamická, neustále sa snažíme prichádzať s novými a inovatívnymi nápadi, ktoré by pomohli našej firme rásť a prosperovať. A niečo o mne? Rada cvičím, bicyklujem, korčuľujem a po skvelom výkone si doprajem chutné jedlo, ktoré si s radosťou sama navarím.

Eva Pankuchová

Pozícia: grafik senior

Prečo Ťa práca baví:

No, keď sa ma niekto opýta, čo by som chcela byť v budúcom živote poviem, že veterinárka, lebo milujem všetky zvieratá na svete, ale prd... To sa nedá robiť z domu... Milujem kreativitu a všetko, čo je spojené s grafikou, tie možnosti, čo sa všetko dá, vôňu čerstvo vytlačených plagátov, farbu tlačovín po spracovaní, nočnú prácu, kedy mi najviac ide hlava a vymyslím jednorozčovi nové dúhové rohy, ...

Oblíbená farba:

čierna a ešte viac čierna

Oblíbený nápoj:

alko prosečko a nealko Magnosolv :D :D

Domáce zvieratko:

pes Filip a fenka Pipina (psov nikdy neni dosť a preto už nesledujem Útulok na FB)

Záľuby mimo práce:

rodina, psy, športové karate, ktoré mi akosi prischlo za celý život a trénujem deti v Karate Klube Žilina, rada varím a jem a sem tam napečem dajaké koláče a torty len tak, aby som nesesedela stále len pri počítači

Zlé vlastnosti:

také nemám :D, ale kus nerváčim dakedy...

Dobré vlastnosti:

ako správny blíženec si myslím, že sme najskvelejšie znamenie, samozrejme prekvitáme všetkými možnými dobrými vlastnosťami a som celkom spoločenská

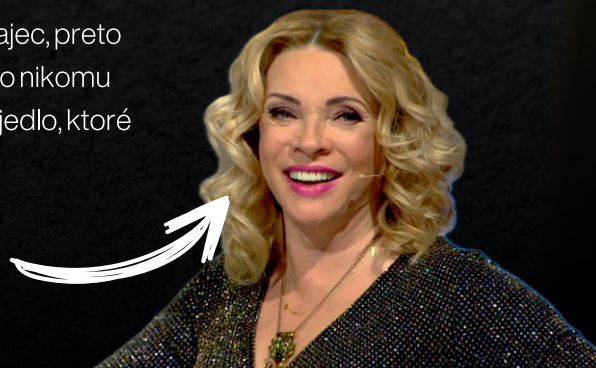
Mám rada:

moju rodinu, psy, kvietky, všetky zvieratká na svete, bryndzové halušky a mamine pirohy

Nemám rada:

oranžovú farbu, pútko vo vajci (celkovo ma napína z vajec, preto si ich musím sama pripraviť a vybrať pútko osobne, lebo nikomu v tomto neverím), z duše neznášam huby, pečienku a jedlo, ktoré chutí ako blato...

d'alšia duchom mladá, ale kľby nepustia, lebo šak...





Pár viet o sebe, prípadne pár viet čo by sme mali o Tebe vedieť...

Nooo, čo by som.... Grafiku som študovala a aj ju robím 100 rokov asi už, karate som trénovala celý život a aj trénujem ďalej a odovzdávam skúsenosti mladším. Milujem svoju rodinu a psíky.... Celkovo zvieratá a konkrétne psy sú pre mňa nadbytok, ktoré sú ďaleko pred nami. Čítom a duchom. Rada pomôžem, pokiaľ sa dá a myslím si, že aj v práci som zodpovedná, pokiaľ nie je dlhé zadanie, ktoré nedočítam dokonca, lebo som vlastne ako Dory, že asi mám stratu krátkodobej pamäte... Ale nie. Vtip. Pamätám si, čo chcem, ale tvárim sa že nie :D

Autor článku: **Mgr. Nina Szabová, Nela Kaduchová, Martin Staňo, Mgr. Eva Pankuchová**

Kupuj lacné ETF a hotovo... Naozaj?

Investovanie je v zásade jednoduché pokiaľ viete čo robíte. Pokiaľ máte určený investičný cieľ a stratégiu ako ho dosiahnete, ste na najlepšej ceste ako sa dopracovať k vašej osobnej finančnej slobode a prosperite.

Avšak ruku na srdce, kto sa dnes trápi s nejakým cieľom a stratégiou? A načo aj, veď podľa mnohých expertov na webe stačí vkladať úspory do lacného ETF a hotovo.

V tom, že je potrebné pravidelne investovať majú experti z webu určite pravdu. Avšak investovať bez toho, aby ste mali jasno čo chcete dosiahnuť, je ako bezcieľne sa túlať a potom byť prekvapený kam ste vlastne prišli.

Aby to celé dávalo zmysel podľa se si to popísať na konkrétnom príklade.

Povedzme, že máme čerstvého 30 ročného investora bez úspor, ktorý nechce byť na dôchodku závislý od štátu.

Jeho investičný cieľ znie: **Zo svojej investície chcem dosiahnuť pravidelnú mesačnú rentu 2 000 Eur po dobu 30 rokov.**

Aby tento cieľ dosiahol potrebuje dve stratégie:

1. akumuláciu stratégiu - jej cieľom je naakumulovať dostatočný kapitál, ktorý mu dokáže generovať požadovanú rentu
2. konzumačnú stratégiu - jej cieľom je po dobu 30 rokov vyberať (konzumovať) mesačne 2 000 Eur z kapitálu vybudovaného v akumuláčnej fáze

Náš investor stojí pred nasledovnými otázkami:

1. aký veľký kapitál potrebujem za 35 rokov vybudovať? (predpokladajme dôchodkový vek 65 rokov)
2. akým spôsobom ten kapitál vybudujem? (akumulačná stratégia)
3. ako zmením spôsob investovania keď nastúpim do dôchodku? (konzumačná stratégia)

Aby sme získali odpovede na tieto otázky, musíme ísť na to od zadu a najskôr si zadefinovať konzumačnú stratégiu a z nej odvodiť potrebnú výšku kapitálu.

Konzumačná stratégia by mala byť čo najbezpečnejšia a teda konzervatívna s nízkym rizikom, aby maximálne chránila kapitál vytvorený v akumuláčnej fáze. V takomto prípade samozrejme nemôžeme očakávať veľký výnos, ale to ani nie je potrebné. Úplne postačuje výnos okolo 4% ročne.

Čiže, máme všetky potrebné údaje k tomu, aby sme dokázali vypočítať výšku potrebného kapitálu, s ktorým náš investor vstupuje do dôchodku. Zhrňme si ich:

1. potrebujeme rentu 2 000 Eur
2. po dobu 30 rokov
3. pri ročnom výnose 4%

Výšku kapitálu určíme podľa **Kalkulačky finančnej prosperity**, o ktorej sa viac dozviete na praktickom seminári Investície. Konkrétne použijeme tretiu tabuľku zhora: **Akú sumu potrebujem mať našetrenú na požadovaný pasívny príjem**. Po zadaní príslušných údajov kalkulačka určí výšku hľadaného kapitálu: **422 563 Eur**.



Kalkulačka finančnej prosperity.				
Koľko potrebujem mesačne investovať ?				
Cieľová suma	Očakávaný ročný výnos	Počiatočný vklad	Počet rokov	Potrebná výška mesačného vkladu
€0	0 %	€0	1	€0
Koľko si investovaním našetrím ?				
Počiatočný vklad	Očakávaný ročný výnos	Pravidelný príspevok	Počet rokov	Cieľová suma
€0	0 %	€0	0	€0
Akú sumu potrebujem mať našetrenú na požadovaný pasívny príjem ?				
Aký chceš pasívny príjem ?	Ročný výnos	Počet rokov	Potrebuješ mať našetrené	
€2 000	4 %	30	€422 563	
Výpočet výšky pasívneho príjmu				
Teraz mám	Ročný výnos	Počet rokov	Mesačná renta	
€0	0 %	1	€0	

Konzumačnú stratégiu máme vyriešenú. Teraz sa sústreďme na stratégiu akumuláciu.

Akumulačná stratégia slúži na vytvorenie kapitálu (v našom konkrétnom prípade je to cca 423 000 Eur) pre pokojné prežitie dôchodku. Keďže sa jedná o stratégiu, ktorá prebieha počas aktívneho pracovného života investora, môžeme si dovoliť väčšie riziko. Čím dlhší investičný horizont má investor k dispozícii, tým môže kalkulovať s väčším rizikom. Vzhľadom na historický vývoj trhov je výnos akumulácie stratégie cca 7% ročne viac než reálny.

Čiže, máme všetky potrebné údaje k tomu, aby sme dokázali vypočítať výšku mesačnej investície, ktorá naakumuluje potrebný kapitál pre konzumačnú stratégiu. Zhrňme si ich:

1. máme k dispozícii 35 rokov
2. pri ročnom zhodnotení 7%
3. na to, aby sme naakumulovali 423 000 Eur

Opäť použijeme **Kalkulačku finančnej prosperity** a konkrétne jej prvú tabuľku: **Koľko potrebujem mesačne investovať**. Po zadaní príslušných údajov nám kalkulačka odporúča mesačne investovať **234 Eur**.



Kalkulačka finančnej prosperity.				
Koľko potrebujem mesačne investovať ?				
Cieľová suma	Očakávaný ročný výnos	Počiatočný vklad	Počet rokov	Potrebná výška mesačného vkladu
€423 000	7 %	€0	35	€234
Koľko si investovaním našetrím ?				
Počiatočný vklad	Očakávaný ročný výnos	Pravidelný príspevok	Počet rokov	Cieľová suma
€0	0 %	€0	0	€0
Akú sumu potrebujem mať našetrenú na požadovaný pasívny príjem ?				
Aký chceš pasívny príjem ?	Ročný výnos	Počet rokov	Potrebuješ mať našetrené	
€2 000	4 %	30	€422 563	
Výpočet výšky pasívneho príjmu				
Teraz mám	Ročný výnos	Počet rokov	Mesačná renta	
€0	0 %	1	€0	

Hotovo, akumulčná stratégia (pravidelne dlhodobo nabaľuj) je pripravená na realizáciu. Náš investor má teda nastavený investičný cieľ a aj stratégie, ktorými sa k nemu dopracuje.

Vzhľadom na to, že dnes väčšina investorov pod vplyvom guruov zo sociálnych sietí "investuje" živelne, je stanovenie investičného cieľa a stratégie ako ho dosiahnuť dôležitou a neoddeliteľnou súčasťou finančného mentoringu.

Ak má mať investovanie nejaký zmysel a poskytovať investorovi dobrý pocit, musí sa budúci investor zamyslieť nad nasledovnými otázkami:

1. Aký je môj investičný cieľ?
2. Ako ho dosiahnem, aké stratégie zvolím?
3. Do čoho a v akej fáze budem investovať?
4. Aké riziko dokážem zvládnuť?
5. Ako dokážem psychicky zvládnuť kolísanie trhov a vôbec celú investíciu?

Pokiaľ má investor odpovede na všetky vyššie spomínané otázky, je pripravený investovať. Pokiaľ nie, je čas poradiť sa s **finančným mentorom** a spoločne s ním nájsť odpovede. V opačnom prípade celá investícia končí tak, ako začala: **ŽIVELNE**, nepredvídateľne a žiaľ vo väčšine prípadov neúspešne.

Náš investor už vie:

PREČO má investovať - cieľom je pokojný a plnohodnotný dôchodok

AKO má investovať - akumulačná a konzumačná stratégia

Ešte však stále nevie do **ČOHO** má investovať...

Nech sa páči. Napríklad využitím produktov ProfiPlus by to mohlo pre nášho 30 ročného investora vyzerať nasledovne:

1. Akumulačná fáza: iPlus ETF alebo iPlus Mix alebo Kombinácia (iPlus ETF 70%, Prvý realitný fond 10%, Zlato 20%)
2. Konzumačná fáza: Kombinácia (iPlus ETF 20%, Prvý realitný fond 60%, Zlato 20%)

Čo je však najdôležitejšie?

V **ProfiPlus** nie je investor počas celej doby investovania **NIKDY** sám! Vždy má k dispozícii svojho osobného **finančného mentora**.

Vždy viac, PRIATELIA!

autor článku: **Ing. Ľuboš Gašparík, PhD.**



Dôchodky 2024 v kocke

Rok 2022 bol rokom novelizácie a nastavenia nových pravidiel v dôchodkovom systéme.

Po jesenných parlamentných voľbách 2023 sa niektoré ustanovenia znovu menili, prinášame aktuálny stav základných faktorov v slovenskom dôchodkovom systéme platných pre rok 2024.

Všeobecne:

- vek odchodu do dôchodku v roku 2024 je 63 rokov a 2 mesiace,
- priemerný starobný dôchodok za rok 2024,
- rodičovský príspevok sa vypláca jednorázovo v mesiaci jún 2024.

I. PILIER

- Pri materskej dovolenke štát neplatí dôchodkové poistenie, ale doba sa započítava do obdobia dôchodkového poistenia pre potreby výpočtu starobného dôchodku.
- Starobný dôchodok v roku 2024 z I. piliera sa v prípade využívania II. piliera kráti cca o 12%.

II. PILIER

- Príspevok tvorí 4% z hrubej mzdy.
- Prvopoistiteľ v dôchodkovom poistení zo zákona musí si založiť II. pilier, ak si nevyberie sám správcovskú spoločnosť, do 6 mesiacov mu ju prideli Sociálna poisťovňa, do dvoch rokov môže z neho vystúpiť.
- Referenčná suma pre rok 2024 je 651,70 eur.
- Povinný podiel majetku v garantovanom fonde od 50. roku života je vo výške 4% každý rok sa navyšuje o 4%, sporiteľ si tento podiel môže znížiť na 2%.
- Zmena v systéme vyplácania dôchodkov z II. piliera sa posúva na 1.1.2026.
- Rentu z II. piliera sa čerpá na základe tzv. ponukového listu.

III. PILIER

- ➔ Čerpanie dôchodku z III. piliera prebieha na základe rôznych dávkových plánov, ktoré sú naviazané na dobu uzavretia, prestupu, alebo dodatku účastníckej zmluvy.
- ➔ Ak máte nárok na daňový bonus, tlačivo zo správcovskej spoločnosti treba čo najskôr odovzdať zamestnávateľovi, v prípade podávania daňového priznania svojho účtovníkovi.
- ➔ Pre nové zmluvy, prípadne staré zmluvy s dodatkami od 1.1.2014 platí jednotný dávkový plán, v prípade prestupu do inej správcovskej spoločnosti pôvodný dávkový plán zanik.

Autor článku: **Ing. Ľubomír Kral'ovanský**



Fakty v dôchodkových pilieroch

II. PILIER – Starobné dôchodkové sporenie

Výkonnosť fondov



Údaje o dôchodkových fondoch k 02.02.2024

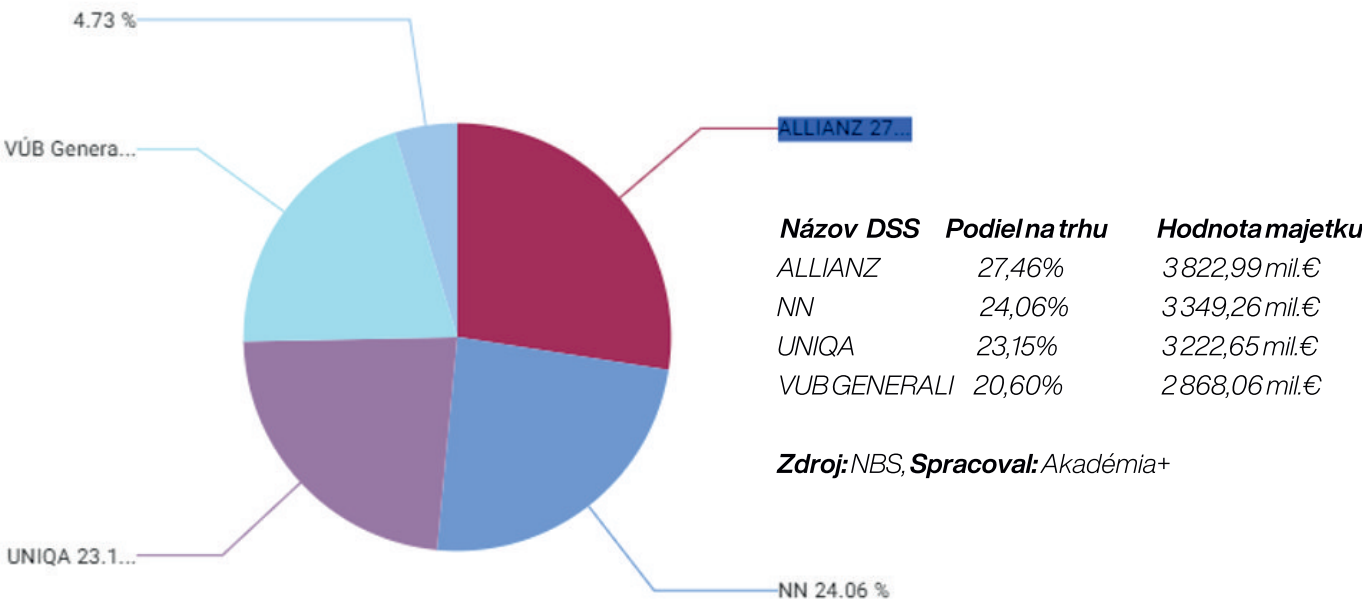
spoločnosť	dôchodkový fond	dátum vzniku	aktuálna hodnota dôchodkovej jednotky *	čistá hodnota majetku (NAV)	zhodnotenie majetku v dôchodkovom fonde					
					od začiatku roka	3 mesiace	1 rok	5 rokov p.a	10 rokov p.a	od vzniku p.a.
Garantované dôchodkové fondy										
Allianz - Slovenská d.s.s., a.s.	GARANT dlhopisový garantovaný d.f.	22.03.2005	0,041856 €	2 140 431 993,57 €	-0,031%	1,128%	1,961%	-0,576%	0,332%	1,236%
KOOPERATIVA, d.s.s., a.s.	KOOPERATIVA dlhopisový garantovaný, d.f.	22.03.2005	0,046961 €	379 236 991,66 €	-0,966%	3,632%	2,973%	0,134%	1,146%	1,855%
NN d.s.s., a.s.	Solid - Dlhopisový garantovaný d.f.	22.03.2005	0,042642 €	1 047 315 491,55 €	0,367%	1,800%	3,815%	-0,577%	0,205%	1,336%
UNIQA d.s.s., a.s.	Dlhopisový garantovaný d.f.	22.03.2005	0,040492 €	1 464 660 817,66 €	-0,118%	-0,359%	-2,245%	-0,809%	-0,011%	1,058%
VUB Generali d.s.s., a.s.	KLASIK, dlhopisový garantovaný d.f.	22.03.2005	0,045811 €	1 153 240 805,99 €	0,241%	2,065%	4,014%	-0,007%	0,834%	1,721%
				6 184 886 100,43 €						
Negarantované dôchodkové fondy										
Allianz - Slovenská d.s.s., a.s.	PROGRES indexový negarantovaný d.f.	22.03.2005	0,084188 €	1 837 133 509,32 €	4,320%	12,068%	16,681%	9,805%	8,350%	5,053%
KOOPERATIVA, d.s.s., a.s.	KOOPERATIVA indexový negarantovaný, d.f.	18.04.2012	0,082814 €	277 066 521,71 €	3,479%	13,791%	9,884%	8,257%	7,406%	8,056%
NN d.s.s., a.s.	Harmónia - Zmiešaný negarantovaný d.f.	22.03.2005	0,053887 €	111 949 544,66 €	1,446%	6,912%	9,823%	3,411%	3,590%	2,600%
NN d.s.s., a.s.	Dynamika - Akciový negarantovaný d.f.	22.03.2005	0,062106 €	380 156 109,77 €	2,315%	8,621%	12,210%	5,309%	5,233%	3,374%
NN d.s.s., a.s.	Respekt - Akciový negarantovaný ESG d.f.	13.04.2012	0,071366 €	230 634 667,54 €	3,420%	10,053%	12,905%	6,702%	5,208%	6,694%
NN d.s.s., a.s.	Index Global - Indexový negarantovaný d.f.	24.04.2012	0,101564 €	1 557 473 371,12 €	4,650%	12,103%	16,444%	11,072%	10,069%	9,955%
UNIQA d.s.s., a.s.	Akciový negarantovaný d.f.	22.03.2005	0,057746 €	256 724 176,92 €	2,129%	6,761%	8,864%	4,566%	4,353%	2,976%
UNIQA d.s.s., a.s.	Indexový negarantovaný i.d.f.	10.04.2012	0,104510 €	1 907 778 019,15 €	4,461%	11,720%	15,584%	11,192%	10,135%	10,188%
VUB Generali d.s.s., a.s.	SMART, zelený inovatívny negarantovaný d.f.	22.03.2005	0,059372 €	73 072 610,02 €	2,387%	9,407%	10,189%	3,703%	4,127%	3,128%
VUB Generali d.s.s., a.s.	PROFIT, akciový negarantovaný d.f.	22.03.2005	0,070898 €	190 783 743,78 €	2,764%	9,877%	12,594%	6,843%	6,032%	4,101%
VUB Generali d.s.s., a.s.	INDEX, indexový negarantovaný d.f.	02.04.2012	0,101953 €	1 438 203 966,47 €	4,545%	12,184%	16,599%	11,597%	10,373%	9,938%
				8 260 976 240,46 €						
Hodnota majetku sporiteľov v druhom pilieri k 02.02.2024				14 445 862 340,89 €						

Odplata za správu všetkých dôchodkových fondov je maximálne vo výške 0,425 % priemernej ročnej predbežnej čistej hodnoty majetku v dôchodkovom fonde v roku 2024

* aktuálna hodnota dôchodkovej jednotky sa určuje ako podiel čistej hodnoty majetku v dôchodkovom fonde a počtu všetkých dôchodkových jednotiek evidovaných na osobných dôchodkových účtoch všetkých sporiteľov DF v deň výpočtu

Dôchodok II. pilier

Trhové podiely dôchodcovských správcovských spoločností.



III. PILIER – Doplnkové dôchodkové sporenie



Údaje o doplnkových dôchodkových fondoch 02.02.2024

spoločnosť	doplnkový dôchodkový fond	aktuálna hodnota dôchodkovej jednotky	čistá hodnota majetku (NAV)	zhodnotenie majetku v doplnkovom dôchodkovom fonde						
				od začiatku roka*	1 týždeň	1 mesiac	3 mesiace	6 mesiacov	1 rok	3 roky p.a.

Príspevkové doplnkové dôchodkové fondy

Doplnková dôchodková spoločnosť Tatra banky, a.s.	Comfort life 2040 príspevkový d.d.f.	0,046596 €	383 127 403,33 €	1,27%	0,43%	1,87%	9,32%	4,25%	7,25%	3,00%
Doplnková dôchodková spoločnosť Tatra banky, a.s.	Comfort life 2030 príspevkový d.d.f.	0,042236 €	427 781 459,74 €	0,48%	0,17%	0,74%	5,42%	3,60%	4,33%	0,52%
Doplnková dôchodková spoločnosť Tatra banky, a.s.	Comfort life 2060 príspevkový d.d.f.	0,040051 €	43 494 724,91 €	1,83%	0,58%	2,55%	11,11%	4,33%	8,15%	2,73%
Doplnková dôchodková spoločnosť Tatra banky, a.s.	Comfort life 2050 príspevkový d.d.f.	0,046425 €	184 470 658,25 €	1,63%	0,51%	2,33%	10,43%	3,98%	8,00%	3,38%
Doplnková dôchodková spoločnosť Tatra banky, a.s.	Comfort life 2020 príspevkový d.d.f.	0,035365 €	72 613 940,37 €	0,53%	0,14%	0,64%	3,85%	3,61%	4,02%	0,44%
NN Tatry - Sympatia, d.d.s., a.s.	Konzervatívny príspevkový d.d.f.	0,037360 €	155 322 620,02 €	-0,17%	0,17%	-0,05%	4,36%	4,25%	4,61%	-2,09%
NN Tatry - Sympatia, d.d.s., a.s.	Rastový príspevkový d.d.f.	0,056395 €	251 734 523,20 €	1,97%	1,00%	2,56%	9,98%	7,27%	11,17%	3,00%
NN Tatry - Sympatia, d.d.s., a.s.	Vyvážený príspevkový d.d.f.	0,041512 €	681 854 069,52 €	0,95%	0,59%	1,45%	7,12%	5,78%	7,10%	-0,62%
NN Tatry - Sympatia, d.d.s., a.s.	Indexový príspevkový d.d.f.	0,046472 €	261 820 690,60 €	2,83%	0,86%	3,39%	10,25%	7,18%	13,65%	5,89%
STABILITA, d.d.s., a.s.	Stabilita konzervatívny príspevkový d.d.f.	0,034539 €	560 646,92 €	0,05%	0,25%	0,25%	3,05%	3,27%	3,61%	
STABILITA, d.d.s., a.s.	Stabilita vyvážený príspevkový d.d.f.	0,043304 €	356 981 790,84 €	1,10%	0,49%	1,18%	6,47%	5,31%	6,63%	0,33%
STABILITA, d.d.s., a.s.	Stabilita akciový príspevkový d.d.f.	0,048656 €	62 421 329,01 €	1,81%	0,31%	1,94%	8,77%	5,71%	8,57%	4,57%
STABILITA, d.d.s., a.s.	Stabilita indexový príspevkový d.d.f.	0,051164 €	19 390 526,85 €	3,58%	0,94%	3,97%	12,29%	8,16%	14,31%	4,70%
UNIQA d.d.s., a.s.	Príspevkový d.d.f.	0,042355 €	249 213 581,79 €	0,78%	0,31%	0,85%	4,07%	3,40%	4,45%	-0,48%
UNIQA d.d.s., a.s.	Globálny akciový d.d.f.	0,058063 €	166 759 407,15 €	1,99%	0,58%	1,98%	6,38%	5,23%	7,52%	2,53%
UNIQA d.d.s., a.s.	Indexový globálny d.d.f.	0,049362 €	111 875 976,08 €	3,40%	0,82%	3,48%	10,77%	6,95%	11,82%	6,14%

3 429 423 348,58 €

Výplatné doplnkové dôchodkové fondy

Doplnková dôchodková spoločnosť Tatra banky, a.s.	Dôchodkový výplatný d.d.f.	0,035468 €	47 052 279,18 €	0,16%	0,03%	0,18%	1,40%	2,23%	2,82%	-0,42%
NN Tatry - Sympatia, d.d.s., a.s.	Dôchodkový výplatný d.d.f.	0,035889 €	52 218 290,13 €	-0,03%	0,09%	0,05%	2,18%	2,98%	3,47%	-3,19%
STABILITA, d.d.s., a.s.	Stabilita výplatný d.d.f.	0,038348 €	36 446 985,74 €	-0,16%	0,11%	-0,03%	2,90%	3,57%	3,95%	-2,20%
UNIQA d.d.s., a.s.	Výplatný d.d.f.	0,031319 €	16 386 602,45 €	0,24%	0,06%	0,24%	1,37%	2,20%	3,15%	-2,61%

152 104 157,50 €

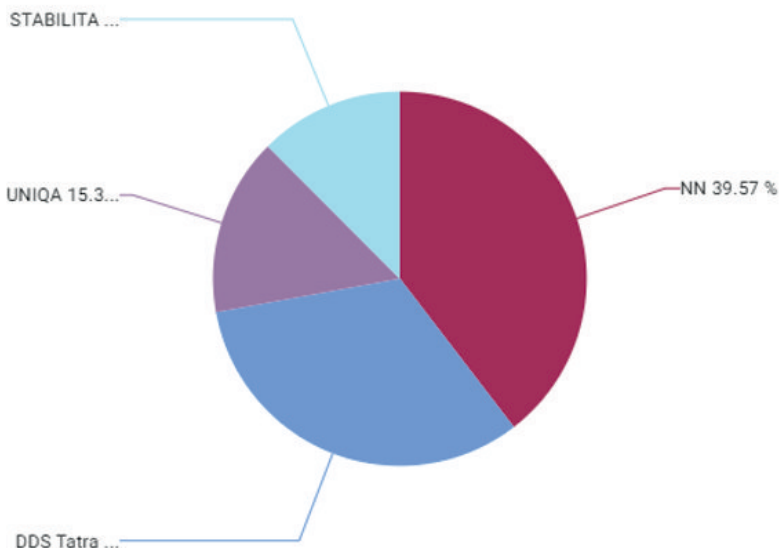
Hodnota majetku sporiteľov v treťom pilieri k 02.02.2024

3 581 527 506,08 €

* DJ NBS k 31.12.2023

Dôchodok III. pilier

Trhové podiely dôchodcovských správcovských spoločností.



Názov DSS	Podiel na trhu	Hodnota majetku
NN	39,57%	1408,17 mil.€
Tatra banka	32,56%	1158,67 mil.€
UNIQA	15,38%	547,49 mil.€
STABILITA	12,49%	444,34 mil.€

Zdroj: NBS, Spracoval: Akadémia+

GAP, LOM VOZIDLA – nutnosť či zbytočný luxus?

Nástupom inovatívnych technológií, nových emisných limitov a v konečnom dôsledku i nárastom obstarávacích cien nových, či jazdených motorových vozidiel je potrebné si položiť otázku... Aké možnosti ochrany vozidla má v súčasnosti vodič?

V prípade podnikateľských subjektov má nárast minimálnej mzdy dopad aj na ich režijné náklady, čo má v konečnom dôsledku vplyv na cenotvorbu výrobkov a služieb. Predmetný nárast cien následne ovplyvní okrem inflácie, aj index vývoja cien v stavebníctve, čo priamo vplyva na hodnotu nehnuteľností, či všeobecnej zodpovednosti.

POVINNÉ ZMLUVNÉ POISTENIE motorového vozidla (PZP MV)

Jedná sa o poistenie, ktoré je nariadené zákonom **381/2001 Z.z. o povinnom zmluvnom poistení zodpovednosti za škodu spôsobenú prevádzkou motorového vozidla a o zmene a doplnení niektorých zákonov**. Hlavnou úlohou predmetného poistenia je krytie škôd, ktoré spôsobí poistený (majiteľ prípadne držiteľ vozidla) iným účastníkom cestnej premávky, alebo škody vzniknuté na cudzom majetku. Územná platnosť poistenia sa vzťahuje na všetky krajiny, ktoré akceptujú Systém Zelenej karty.

Poistovne sa snažia svoje produkty rozlíšiť od konkurencie možnosťami rôzneho nastavenia **asistenčných služieb, či pripoistení** k svojmu primárnemu poisteniu, ktoré majú definovanú výšku krytia voči **Všeobecnej hodnote vozidla**.

Rozsah poskytovaných asistenčných služieb, by mal v prípade rozhodovania, nad výberom ponuky mať minimálne 50% vplyv, nakoľko je väčšia šanca, že sa vozidlo pokazí ako bude mať dopravnú nehodu.

„Vážna Dopravná Nehoda“ od 01.01.2022, ak má vozidlo v dôsledku nehody poškodené:

- deformačné zóny
- aktivované airbagy
- podvozkové diely
- brzdové diely

Vozidlo sa automaticky, administratívne pozastavuje a taktiež aj platnosť Technickej Kontroly (aj u relatívne nového vozidla), čas na opravu má majiteľ, alebo držiteľ do 6 mesiacov. Autoservis pri oprave musí dodržať zákonom stanovený postup opravy. Vozidlo po oprave musí absolvovať Technickú Kontrolu, v špeciálnom režime.

HAVARIJNÉ POISTENIE motorového vozidla (KASKO)

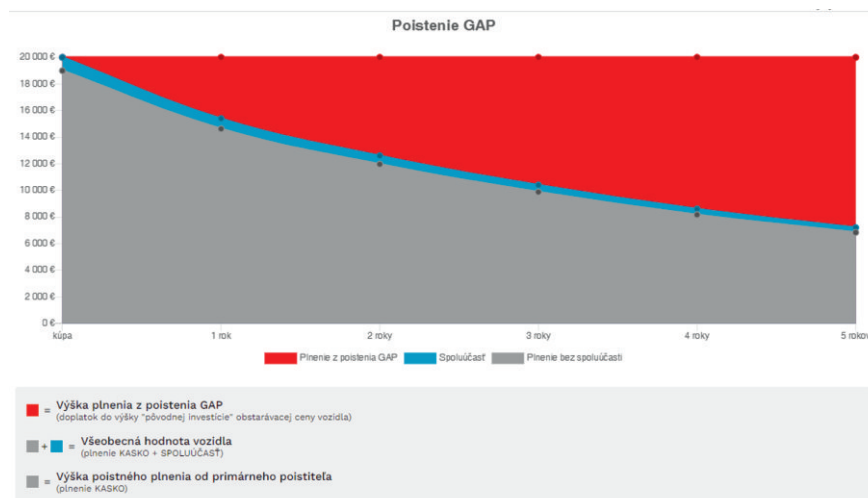
Primárnou úlohou poistenia je ochrana motorového vozidla pred škodami spôsobenými živelnými udalosťami, či škodami spôsobenými vlastnou vinou. Potencionálny klient ma na výber niekoľko poistných variantov, kde sú v krytí vymenované všetky, alebo len niektoré riziká. Havarijné poistenie môže obsahovať rôzne ustanovenia, ktoré môžu obmedziť:

- poisťovňa nebude vždy hradiť celú škodu, ale len jej časť presne definovanej výšky, čoho následkom poisťovňa neuhradí všetky úkony autoservisu
- preplatenie len after-marketových dielov motorového vozidla
- preplatí len opravu v privátnej autoservisnej sieti
- spôsob určovania ceny poisteného vozidla

Istým obmedzením poistenia dochádza v momente, ak škoda dosiahne úrovne tzv. Totálnej škody obzvlášť, ak dané vozidlo je zaťažované financovaním. V závislosti od nastavenia splátky môže nastať stav kedy uplatnený nárok zo strany poisťovne nepokryje nesplatenú časť istiny.

Poistenie Finančnej Straty - GAP

Hlavným dôvodom, prečo je výhodné si uzavrieť poistenie GAP pri kúpe nového, alebo jazdeného vozidle je ochrana investície v prípade **totálnej škody**. Predmetné poistenie kryje rozdiel medzi obstarávacou cenou a všeobecnou hodnotou vozidla, ktorú vyplatí poisťovňa, poskytujúca **Havarijné poistenie (KASKO)**. V zmysle aktuálne platných poistných podmienok, je možné vstúpiť do poistenia pre max. 6 ročné vozidlo.



Graf je ilustračný, konkrétne hodnoty pre každé vozidlo závisia najmä od faktorov ako sú výbava vozidla, motorizácia vozidla, počet najazdených kilometrov, značka vozidla a iné... Graf zobrazuje situáciu, keď primárny poistiteľ stanovil VŠH (všeobecnú hodnotu vozidla) na základe ocnovacieho programu Eurotax, prípadne ocenenie vykonal v zmysle Postupu stanovenia hodnoty cestných vozidiel, Príloha č. 6 k vyhláske Ministerstva spravodlivosti Slovenskej republiky č. 492/2004 Z. z. o stanovení všeobecnej hodnoty majetku v znení neskorších predpisov.

LOM VOZIDLA - AUTOCHECK

Predmetné poistenie je veľakrát laickou verejnosťou vnímané ako poistenie predĺženej záruky, no presnejšie vyjadrenie je, že sa poskytuje krytie pre náhle a nepredvídateľné vnútorné alebo elektrické poruchy vozidla, ktoré boli spôsobené zlyhaním niektorej z poistením krytých súčiastok, v dôsledku čoho sa vozidlo stalo nefunkčným a pre obnovenie jeho funkčnosti je nevyhnuté túto súčiastku opraviť, alebo vymeniť. Poistenie je možné dojednať pre nové, ale aj pre jazdené vozidla, pričom poistenie je platné až do 15 veku vozidla.

ZHODNOTENIE

Na základe praktických skúseností s likvidáciou vozidiel, by som pri kúpe vozidla vo veku do 7 rokov odporučil zvážiť rozšírenie poistného krytia o poistenie GAP resp. LOM VOZIDLA, z nasledovných dôvodov:

- počet krádeží vozidiel má stúpajúci charakter
- počet nehôd počas roka
- počet zvolávacích akcií na vozidlá
- "Vážna dopravná nehoda" – platnosť od 01.01.2022

Vplyvom predmetných skutočností poistenie GAP by malo mať predovšetkým u vozidiel vo vlastníctve právnických osôb svoje miesto. Predmetná splatnosť rozdielu výšky istiny môže nastať nielen v prípade finančného leasingu, či úveru, ale aj operatívneho leasingu. V prípade využitia rodinných úspor tento produkt má schopnosť ochrániť investíciu vynaloženú na kúpu vozidla.

Lom vozidla môže pomôcť spoločnostiam a hlavne rodinám pri nákupe ich vysnívaného vozidla kde i napriek dnešnej pokročilej dobe nie je možné úplne preveriť servisnú históriu. Spoľahlivosť modelov jednotlivých výrobcov sa zhoršuje a pribúda počet zvolávacích akcií, technika vozidiel sa komplikuje...

Je na každom z nás motoristov ako sa na to pozrieme a niekedy poplatok v stovkách eur je schopný kryť prípad poistnej udalosti rádovo v tisíckach eur.

Poistenie je ako pohár vody naplnený do polovice jeho objemu. Každý z nás ho môže vnímať svojou mierkou.

POISTNÁ UDALOSŤ

je náhodná udalosť, ktorá je bližšie uvedená v poistných podmienkach, ktorá nastala počas trvania poistenia, a z ktorej má poistený podľa poistných podmienok právo na poistné plnenie.

Bežnou výlukou v prípade poistnej udalosti, je prirodzené opotrebenie veci mechanicky alebo časovým vyjadrením minimálnej životnosti.

Zdroje:

www.colonnade.sk

www.nbs.sk

www.minv.sk

www.skp.sk

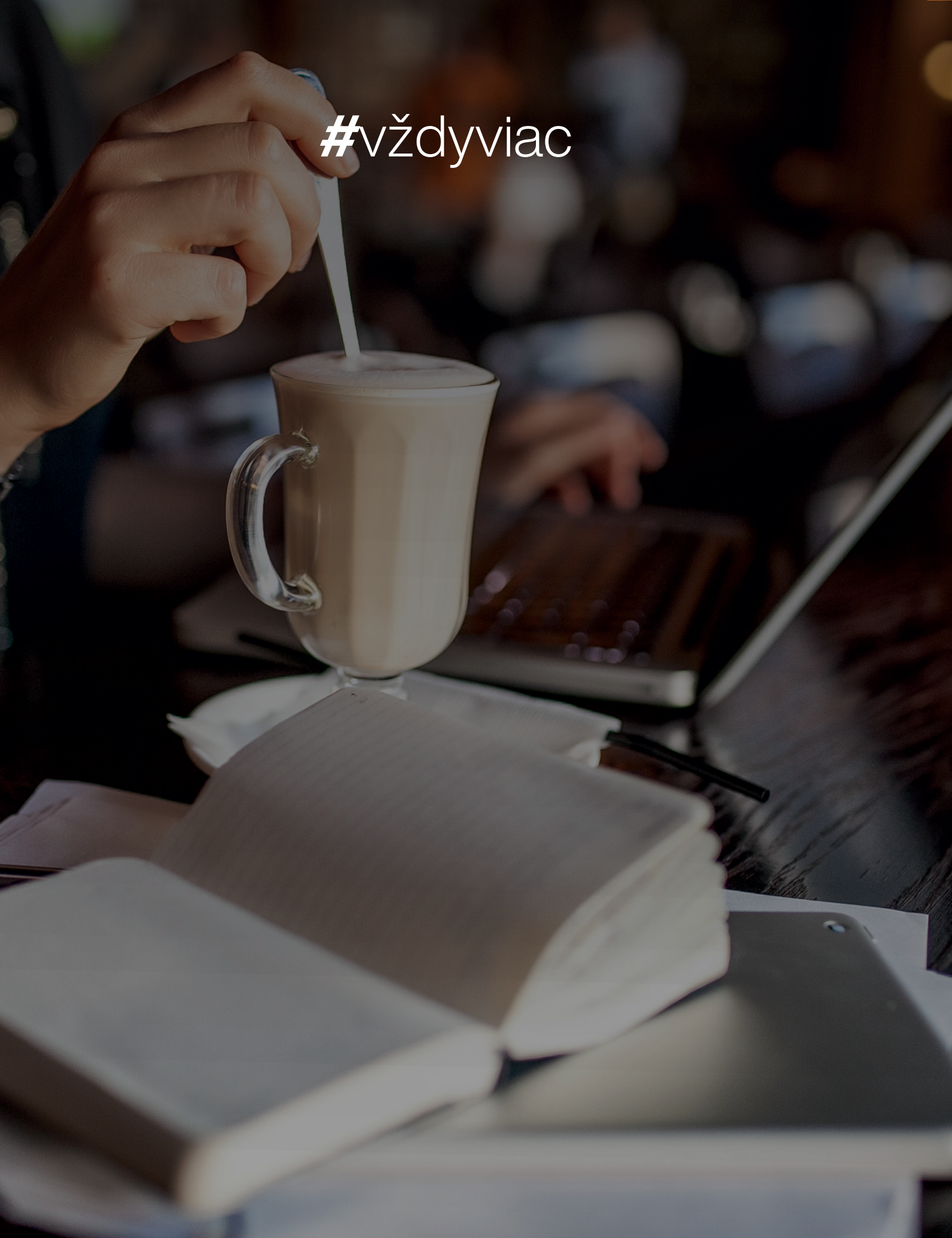
www.slovlex.sk

www.testek.sk

Autor článku: **Lukáš Šujan**



#vždyviac



Profi+ portfóliá

Produkt	Mena	1 rok	3 roky	5 rokov	10 rokov	Dátum aktualizácie
iPlus ETF	EUR	11,86 %	8,04 %	10,23 %	8,53 %	2.2.2024
iPlus Mix ETF/1RF	EUR	7,59 %	6,30 %	7,24 %	6,27 %	2.2.2024
iPlus 1RF	EUR	3,32 %	4,56 %	4,25 %	4,00 %	2.2.2024
Gold	EUR	7,88 %	7,41 %	10,42 %	7,42 %	2.2.2024
Kombinácia ETF/1RF/Gold	EUR	7,69 %	6,67 %	8,30 %	6,65 %	2.2.2024
Silver	EUR	-2,06 %	-1,5 %	8,63 %	3,98 %	2.2.2024
CryptoPlus BTC	USD	83,32 %	6,34 %	65,59 %	48,75 %	2.2.2024
ProfPlus 5	USD, EUR	7,18 %	3,16 %	9,18 %	8,36 %	2.2.2024
ProfiPlus ESG/SRI	USD, EUR	7,19 %	3,59 %	8,59 %	7,88 %	2.2.2024

iPlus

ETF portfólio produktu iPlus bolo navrhnuté doslova do každého počasia. Je široko diverzifikované geograficky, odvetvovo a aj z pohľadu poskytovateľa ETF.

Produkt je vhodný pre dlhodobé investovanie do balansovaného akciového portfólia.



Viac semináre: **Investície I** a **Investície II**

Profi+ portfóliá

iPlus Mix ETF/1RF

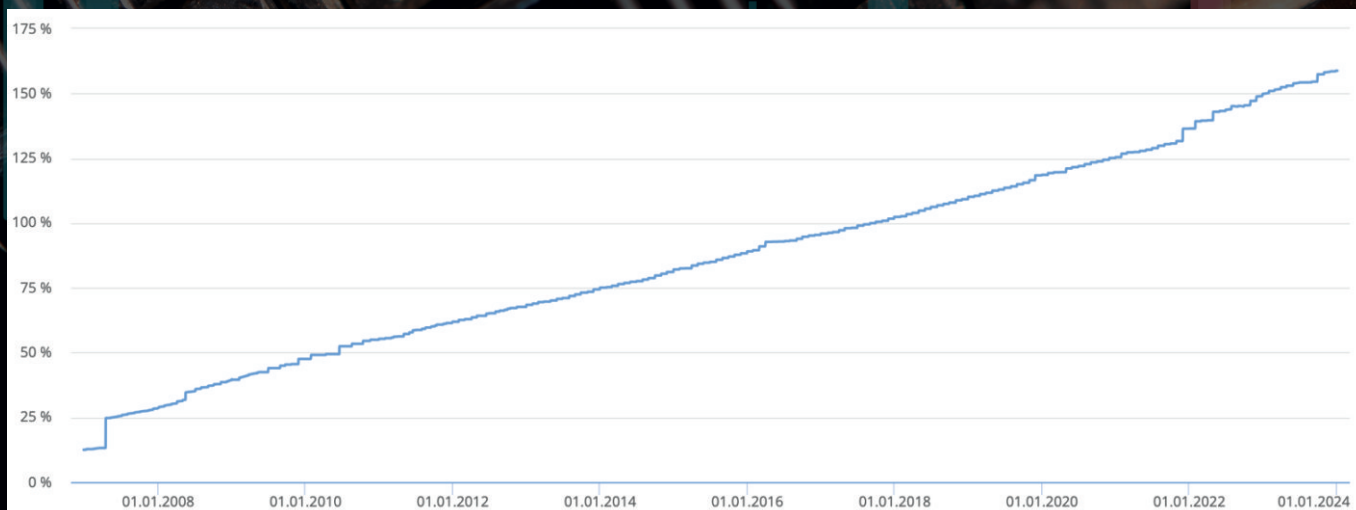
Pre konzervatívnejších investorov sme k rizikovejšiemu **iPlus ETF** primiešali podiel Prvého realitného fondu. Týmto spôsobom sme k široko diverzifikovaným akciovým ETF pridali nízkorizikovú zložku, ktorá stabilizuje a ochraňuje výnos.

Viac semináre: **Investície I a Investície II**

iPlus 1RF

Pre tvorbu rezervy je Prvý realitný fond jeden z najlepších produktov na slovenskom trhu. Jeho dlhodobý stabilný výnos ho však predurčuje aj pre širšie využitie napríklad ako stabilizátora rizikovejších portfólií.

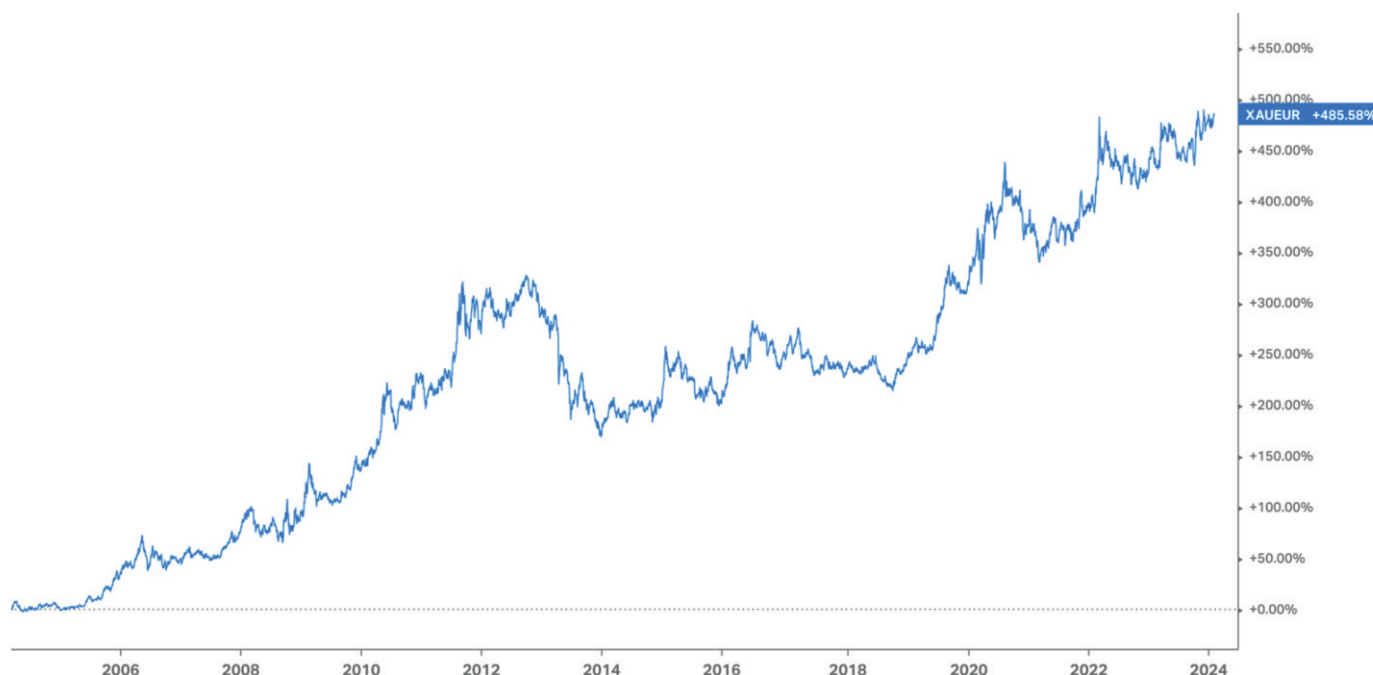
Viac semináre: **Investície I a Investície II**



Profi+ portfóliá

Gold

Zlato je tradičným uchovateľom hodnoty, poistkou voči neistým časom a po tisícročia sa používa ako pravé peniaze. Z týchto dôvodov má určite svoje miesto v portfóliu každého rozumného investora. Jedná sa samozrejme o fyzické zlato.



Viac semináre: **Zlato a História peňazí**

Kombinácia ETF / 1RF / Gold

Kombinácia je vyvážené portfólio pre dlhodobú investíciu pre každého investora do doslova každej situácie. Je navrhnuté a poskladané tak, aby sa jeho zložky navzájom dopĺňali a nenechali investora v akejkoľvek situácii “na holičkách”. ETF zabezpečujú výnos, 1RF stabilitu a Gold poistku, ktorá sa dokáže aj zaujímavo zhodnotiť.

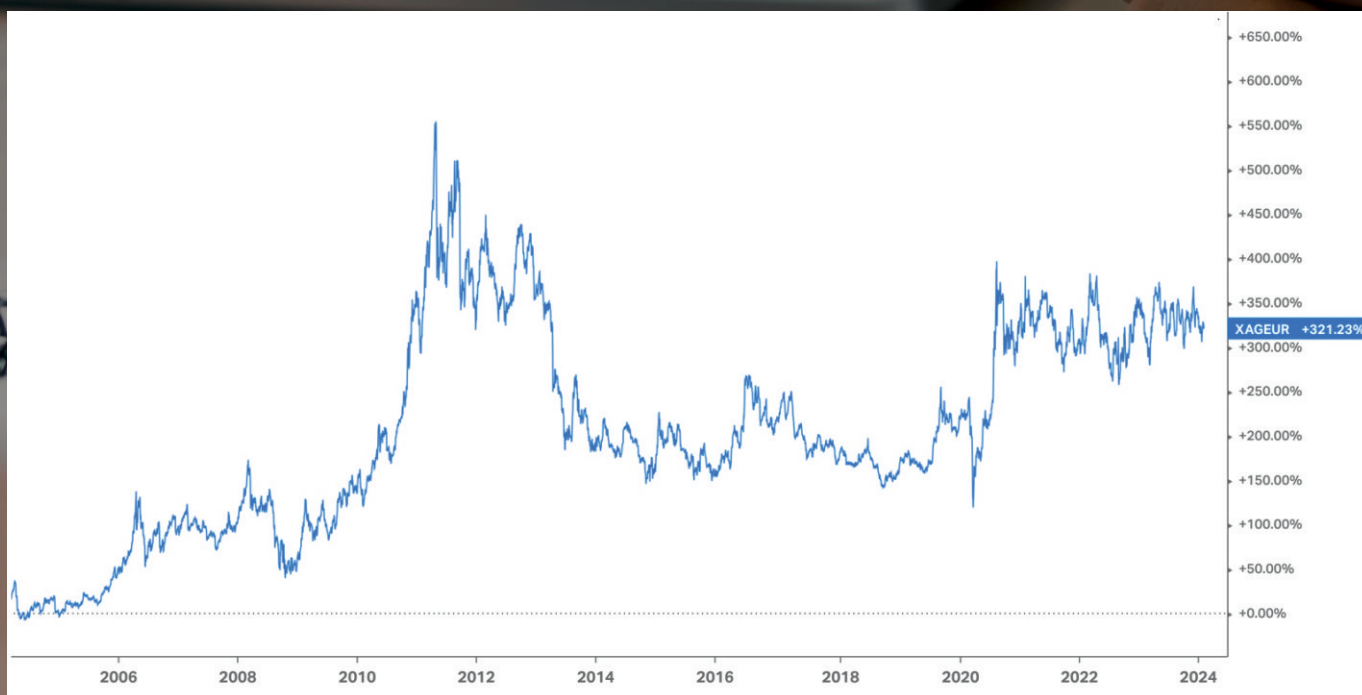
Viac semináre: **Investície I, Investície II, Zlato a Psychológia investovania**

Profi+ portfóliá

Silver

Striebro sa po tisícročia používalo ako pravé peniaze a dnes jeho význam ako monetárneho kovu opäť rastie. Má však aj obrovský potenciál v priemysle. Kto ho chce využiť nemal by váhať. Jedná sa samozrejme o fyzické striebro.

Viac semináre: **Striebro a História peňazí**

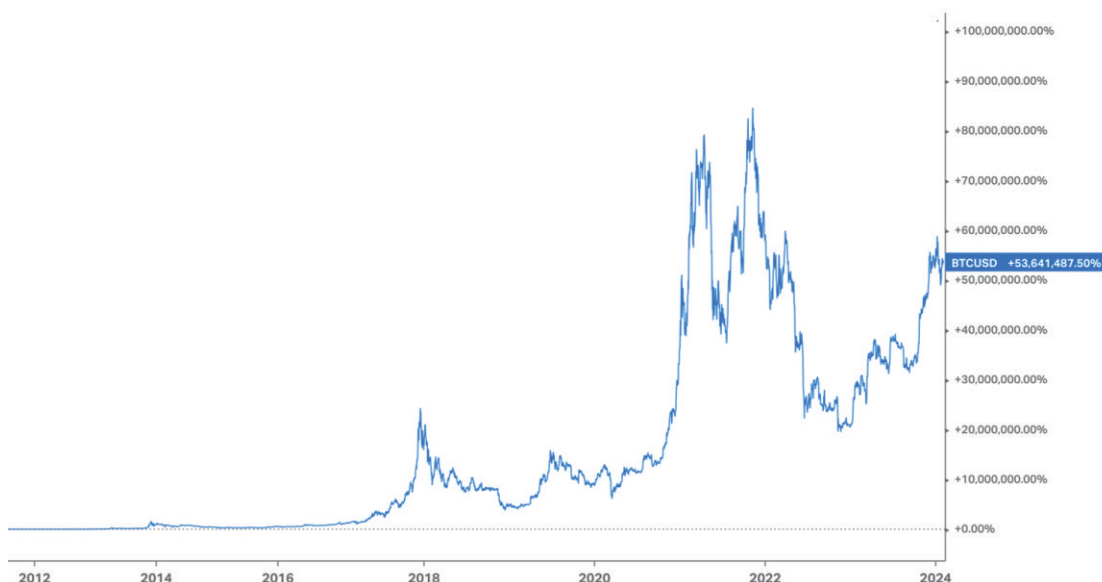


Profi+ portfóliá

CryptoPlus BTC

Viac semináre: **Kryptomeny**

Nová doba prináša nové možnosti a preto myslíme aj na investorov, ktorí chcú mať vo svojom portfóliu zastúpené aj cryptomeny. Jednoduchou a bezpečnou formou umožníme investorom sporiť si do crypta. Doslova stačí zadať trvalý príkaz v banke.



ProfiPlus 5

Je produkt je postavený pre pravidelnú a dlhodobú investíciu do široko diverzifikovaného akciového portfólia.

ProfiPlus ESG/SRI

Produkt je postavený pre pravidelnú a dlhodobú investíciu do široko diverzifikovaného akciového portfólia. Oslovuje investorov so sociálnym, ekologickým a férovým cítením.

#vždyviac





Máte skúsenosti a informácie, ktoré sú nevyhnutne dôležité pre úspešný biznis? Podielte sa s nimi na stránkach nového **Plus+** News a zažiate na titulke ako inšpirácia pre ostatných.

Vždyviac.sk



#Vždyviacinfo



#vždyviacnoviniek

@vzdyviac.sk

