



DVOJTÝŽDENNÍK ŽELEZIARNÍ PODBREZOVÁ a.s.

PODBREZOVAN

ZALOŽENÝ V ROKU 1930

10

ROČNÍK LXXVII
21. MÁJ 2021
WWW.PODBREZOVAN.SK

Prihovára sa vám Ing. Vladimír Soták, predseda Predstavenstva a generálny riaditeľ ŽP a.s.

Verím, že do konca roka dosiahneme kladný výsledok hospodárenia

Vážení spolupracovníci,

dovoľte, aby som vás informoval o vývoji ekonomickej situácie v našej spoločnosti. Všetci vieme, že rok 2020 bol pre Železiarne Podbrezová a.s., tak ako aj pre iné slovenské spoločnosti, nesmierne ťažký. Spôsobila to pandémia COVID-19. Od vlády SR sme dostali časť finančných prostriedkov na udržanie zamestnanosti z financií, ktoré prišli z Bruselu. Účelom bola pomoc malým, stredným a veľkým podnikom na prežitie s čo najmenšími stratami a zároveň, aby mohli byť pripravené na dobu, keď sa celosvetová ekonomika začne dvíhať.

Pomoc prišla trochu neskôr, ako sme čakali. Všetky tri etapy boli realizované až po veľkom nátlaku zo strany zamestnávateľov, vrátane Klubu 500. Márne sme politikom vysvetľovali, že ak sú firmy dobré pre štát v časoch, keď naplňajú štátny rozpočet, je povinnosťou vlády, v prípade pandémie, týmto spoločnostiam pomôcť. Na základe rozhodnutia vlády došlo k obmedzeniu činnosti mnohých firiem vo viacerých odvetviach.

Prišiel rok 2021 a dochádza k nárastu priemyselnej výroby v Európe, i vo svete. Spoločnosť Železiarne Podbrezová má od začiatku tohto roka dostatok zákaziek, o čom svedčí aj navýšenie stavov zamestnancov, zaviedli sme štvorčatový pracovný režim vo valcovni bezšvíkových rúr aj v oceliarni, máme dostatočný objem zákaziek na máj aj na jún. No napriek tomu vedenie spoločnosti predpokladá, že sa nám nepodarí v prvom polroku dosiahnuť kladný výsledok hospodárenia. Enormne totiž rastú ceny vstupných materiálov, najmä ocelového šrotu. Cena sa dvíha závažnou rýchlosťou a už dosahuje takmer 400 eur za tonu.

Ruka v ruke s uvedeným dochádza k nárastu cien feroprád, ale aj ostatných vstupných materiálov. V krajinách Európskej únie to spôsobila nepripravenosť. Mnohé firmy sa v uplynulom roku finančne vyčerпали a dnes nemajú dostatok

prostriedkov na zabezpečenie rezerv vstupných surovín. Naším šťastím je, že bežne pracujeme so zásobami v predstihu troch, až šiestich mesiacov a táto stratégia nám umožňuje zabezpečiť plynulú výrobu.

Vážení spolupracovníci,

ďakujem vám, že sme rok 2020, aj napriek COVID-19, prežili, ako sme prežili. Cením si správne rozhodnutie vedenia spoločnosti, že sme svojim zamestnancom, zamestnancom dcérskych spoločností, aj našim dôchodcom, v dvoch etapách zabezpečili vitamíny na posilnenie imunity proti pandémie. Mnohým zamestnancom sme pomohli aj zabezpečením liekov na elimináciu následkov pri ochorení na COVID-19.

Uplynulé mesiace boli poznamenané testovaním a vo všetkých médiách sa denne denne hovorilo len o tom. Dnes pomaly dochádza k obmedzeniu testovania a témou súčasnosti je očkovanie a zabezpečovanie vakcín. Či sa niekto dá zaočkovať alebo nie, to je jeho osobné rozhodnutie. Musím však poznamenať, že v situácii, keď je dostatok vakcín, vláda a pandemická komisia rozhodujú, kto a kedy má na ňu nárok, ale zatiaľ som nepočul, aby na očkovanie pozývali ľudí z výrobného sektora. Máme preočkovaných množstvo inštitúcií a profesií, o ktorých sú presvedčení, že to sú nositelia slovenskej ekonomiky, kľúčoví pri rozvoji krajiny. Nepáči sa mi to. Nie je to správne. Už v čase, keď sme prvýkrát zriadili testovacie stanovište pre svojich zamestnancov, počúvali sme, že podniky nie sú dostatočne spoľahlivé, aby mohli byť do tejto činnosti zapojené. Napokon však vláda bola vďačná aj za to, že sa výrobné spoločnosti do testovania zapojili.

Vážení spolupracovníci,

ak máte záujem o očkovanie, bude to možné zabezpečiť prostredníctvom personálneho úseku. Je totiž veľmi pravdepodobné, že v dovolenkovom období pohyb po

Európe, i po Slovensku, bude podmienený certifikátom o očkovaní. Možno by ste chceli poznať môj názor. Poviem len toľko, tak ako vy, sledujem hodnotenia jednotlivých vakcín a chcem len veriť, že nikto z našich zamestnancov sa nedostane do neriešiteľných problémov.

Vážení spolupracovníci,

je mi to ľúto, ale naša momentálna ekonomická situácia ešte neumožňuje vyplatiť pozastavené prémie. Uvedomujeme si však, že prichádza dovolenkové obdobie, a tak sme sa rozhodli, že paušálne vyplatíme každému zamestnancovi

dvesto eur. Verím, že v konečnom zúčtovaní roku 2021 budeme môcť uvažovať aj o vianočnej mzde a tento príspevok zúčtujeme tak, aby bola koncoročná odmena spravodlivo priznaná pre všetkých.

Všetkým vám úprimne ďakujem za výsledky dosahované od začiatku roka. Som presvedčený, že tak, ako bojujeme s nárastom cien vstupov, podarí sa nám kontinuálne zvyšovať aj ceny našich výrobkov a dosiahneme kladný výsledok hospodárenia.

K naplneniu tohto želania vám všetkým prajem hlavne dobré zdravie.



Májový pohľad na starý závod zo Šiklova objektívom F. Hrablaya

Editoriál

Máme za sebou ťažkú etapu života, ktorá nenechala azda nikoho ľahostajným. Mesiace prežité s pandemickými obmedzeniami, boj s chorobou a v mnohých rodinách aj strata najbližších. Len veľmi málo šťastlivcov dokázalo prežiť toto obdobie bezstarostne s pozitívnym postojom, bez obáv o svoje zdravie a zdravie svojich najbližších. Mnohým táto skúsenosť od základu zmenila vnútorné hodnoty.

Viac si začali vážiť svoje zdravie a tomu prispôsobujú životný štýl a za najväčšie šťastie považujú svoju rodinu. Snažia sa brať všetko s nadhľadom. A dospeli k poznaniu, že na to, aby dokázali kompenzovať každodenné stresy, im stačí pohľad na šantiace deti.

Medzinárodný deň detí je čas, keď spravidla pripravujeme pre svoje deti rôzne aktivity. Naším jediným želaním je, aby boli zdravé a šťastné. Nie vždy si však uvedomujeme, aké sú vnímavé a ich skutočné šťastie je prirodzeným dôsledkom pohody v rodine. Vaše deti budú skutočne šťastné len vtedy, ak vycítia, že aj vy ste šťastní a preto urobte všetko pre to, aby mohli mať ten pocit.

O. Kleinová



Deti sú šťastné, keď sú aj rodičia šťastní.

Foto: I. Kardhordová

Z obsahu čísla
vyberáme:

Audit potvrdil našu profesionalitu

V dňoch 3. až 7. mája sa uskutočnil v našej spoločnosti audit podľa noriem ISO 9001:2015 a IATF 16949:2016, ktorý bol vykonaný certifikačnou spoločnosťou SGS Slovakia spol. s r.o. Auditom bol preverovaný súlad činnosti v zmysle uvedených noriem.

Železiarne Podbrezová čítajte na strane 2

Zamestnanci odstránili všetky zistené nedostatky

Podstatou každoročnej revízie je skontrolovať stav elektrického zariadenia, vykonať údržbu a odstrániť zistené nedostatky, ktoré sa nedali odstrániť počas prevádzky. Každoročne sú pred revíziou vykonané termovízne merania, ktoré odhalia prehrievanie spojov, koncoviek, káblov a podobne. Inak tomu nebolo ani v aktuálnom roku.

Železiarne Podbrezová čítajte na strane 3

Aprílová stredná oprava v prevádzkarni oceliaren

Stredná oprava v prevádzkarni oceliaren sa uskutočnila v plánovanom termíne, od 19. do 22. apríla. Na oprave sa podieľali interní zamestnanci prevádzkovej strojnej údržby a elektroúdržby oceliarne, zamestnanci oceliarne a elektroservisu. Značný rozsah prác počas odstávky zabezpečovali prevádzkarne energetika a doprava.

Železiarne Podbrezová čítajte na strane 3

Stalo sa pred rokom

Kým sme sa nestretli s pandemiou, tak sme v našej krajine nepoznali rúška a respirátory sa používali ako ochranná pomôcka v prašnom prostredí. Cena respirátorov v priebehu pár dní raketovo stúpla až 20-násobne a na trhu ich bol nedostatok.

Železiarne Podbrezová čítajte na strane 5

Anketa s absolventmi našej školy

Šesťdesiatročná tradícia „pasovania“ maturantov do rodiny železiarov a slávnostný akt odovzdávania vysvedčení za prítomnosti významných hostí a rodičov v Dome kultúry v Podbrezovej sa neuskutočnil ani tento rok. Vysvedčenia budú opäť rozdane koncom mája, v súlade s pandemickými opatreniami.

SSŠ ŽP čítajte na strane 4

Po remíze s Košicami víťazstvo v Bardejove

Dňa 8. mája sme v domácej Zelpo aréne privítali v šlágrí 28. kola FC Košice. V 5. minúte to ako prvý v zápase vyskúšal Bakafa, jeho prudkú strelu zneškodnil Kira. V 21. minúte prvýkrát pohrozili hostia, s prudkou strelou hostujúceho Sabola si Ludha na dvakrát poradil. V 35. minúte to z diaľky vyskúšal Galčík.

FK ŽP čítajte na strane 8

Dohľadový audit podľa ISO 9001:2015 a recertifikačný audit IATF 16949:2016

Audit potvrdil našu profesionalitu



Z auditu v prevádzkarni ťaháreň rúr

Ing. Iveta Dančová
odbor riadenia a zabezpečovania kvality

V dňoch 3. až 7. mája sa uskutočnil v našej spoločnosti audit podľa noriem ISO 9001:2015 a IATF 16949:2016, ktorý bol vykonaný certifikačnou spoločnosťou SGS Slovakia spol. s r.o. Auditom bol preverovaný súlad činností v zmysle uvedených noriem.

Audit začal na pôde vedenia ŽP a.s., ktoré privítalo auditorský tím. Na tomto stretnutí boli podané dôležité informácie z oblasti investícií, ľudských zdrojov, výroby, údržby a obchodných činností. Boli vytvorené dve auditorské skupiny, ktoré sa riadili plánom auditu. Podľa plánu auditu boli v našej spoločnosti preverené tieto organizačné útvary: odbor riadenia a zabezpečenia kvality, právny odbor, odbor

lity im jasne stanovuje povinnosti a zodpovednosti pri realizácii ich činností. Auditorské skupiny podrobne preverovali všetky činnosti a procesy, ktorými sú zabezpečované dodávky pre našich zákazníkov z oblasti automobilového priemyslu. Opätovne bolo preverené zabezpečenie prenosu špeciálnych požiadaviek zákazníka a ich zapracovanie v našej dokumentácii z oblasti kvality.

Počas auditu boli zistené dve menšie nezahady. K zisteným nedostatkom v systéme manažérstva kvality boli prijaté úlohy, ktoré sú zapracované v Opatrení č. 04/2021 generálneho riaditeľa.

V priebehu auditu audítori využili možnosť návštevy podnikového múzea a ich obzor bol rozšírený nielen do súčasnosti, ale aj do histórie našej spoločnosti. Navštívili aj priestory vynovenej zväčša školy a ocenili rozsah obnovy celej budovy. V závere auditu pozitívne ohodnotili vynaložené investície na modernizáciu zariadení vo výrobných prevádzkach.

Pri ukončení auditu bolo auditorskou skupinou odsúhlasené, že certifikát ISO 9001:2015 bude naďalej vo vlastníctve ŽP a.s. a certifikát IATF 16949:2016 bude znovu obnovený na obdobie troch rokov po zaslání odstránených zistení.

Ďakujeme vedeniu Železiarní Podbrezová za podporu a všetkým zamestnancom z preverovaných oblastí za profesionálny prístup, ústretovosť a ochotu počas auditu.

personalistiky a miedz, odbor predaja a marketingu, odbor expedície, odbor zásobovania, dispečerské oddelenie, prevádzkareň oceliareň, prevádzkareň valcovňa bezšvíkových rúr, prevádzkareň ťaháreň rúr a prevádzkareň centrálna údržba. Pri návšteve jednotlivých útvarov bolo vidieť, okrem súdržnosti medzi zamestnancami, aj to, že systém manažérstva kvality



V priestore pred vstupom do budovy železničnej dopravy v starom závode môže dôjsť ku kolízii s chodcami, prechádzajte pozdĺž nej so zníženou rýchlosťou. Foto: M. Jančovič

Upozornenie pre vodičov

Po vstupe do starého závodu cez bránu „Remíza“, v smere od Brezna, vodiči prechádzajú úsek s pozdĺžnymi koľajnicami a po ľavotočivej zákrute vchádzajú do zúženého priestoru popri sociálnej budove železničnej dopravy. Práve v tomto úseku je potrebné,

aby vodiči zvýšili obozretnosť a prechádzali pozdĺž budovy so zníženou rýchlosťou. V tesnej blízkosti cesty sa nachádza vchod do budovy, ktorý je frekventovaný a pri prejazde autom môže dôjsť ku kolízii s pracovníkmi vychádzajúcimi z tohto objektu.



Situácia na hati v malej vodnej elektrárni Predajná po výdatných dažďoch.

Foto: I. Kardhordová

Daždivé počasie má svoje plusy aj mínusy

T. Kubej
noviny@zelpo.sk

Chladnejšie počasie v máji, s občasnym dažďom, praje výrobe elektriny. Veľa zrážok však môže spôsobiť aj problémy. V posledných dňoch bolo dažďa viac ako dosť, preto sme oslovili Jozefa Kováčika, vedúceho strediska energetiky v starom závode, aby nám povedal, aké množstvo zrážok je pre výrobu elektriny optimálne a ako v príliš daždivých dňoch udržiavajú zamestnanci energetiky stav vodných elektrární, hydrocentrál a hátí, ktoré patria pod ŽP a.s.:

- Optimálne množstvo zrážok pre výrobu elektrickej energie je u nás vtedy, keď máme dostatok vody pre hĺtnosť turbín na našich vodných elektrárnach. Viac daždivých dní, ktoré nám počasie teraz prinieslo, je na jednej strane pre výrobu elektrickej energie dobré, ale na strane druhej nám vzostup hladín na vodných tokoch prináša veľa práce s naplavenými nečistotami, s ktorými sa musíme popasovať pri čistení hátí, privádzačov a vodojemov. Počasie nerozkážete, ale zamestnanci prevádzkarne energetika sa vždy snažia urobiť všetko pre to, aby výroba elektrickej energie bola zabezpečená, za čo im patrí poďakovanie.



Minulý týždeň prevzali technici našej dcérskej spoločnosti ŽP EKO QELET a.s. vo zvolenskom servisnom stredisku dve nové nákladné motorové vozidlá. Po krátkej fotozastávke pod mestským zámkom pokračovala ich prvá jazda na kmeňové prevádzky Žilina a Šurany.

Foto: A. Nociarová

Svetový deň metrológie

Ing. Andrej Jursa
vedúci referátu metrológie

Metrológia je odbor, ktorý nás sprevádza na každom kroku. Nie vždy si to uvedomujeme, ale v dnešnej dobe sa dá povedať, že je súčasťou nášho života. Samozrejme v oveľa širšom rozsahu. Metrológiu ako vedu o meraní vnímame vo vedeckých objavoch a inováciách, priemyselnej výrobe a medzinárodnom obchode, pri zlepšovaní kvality života a ochrane globálneho životného prostredia.

Tohtoročnou témou Svetového dňa metrológie je „Meranie v oblasti zdravia“. Táto téma bola zvolená z dôvodu zvýšenia povedomia

a dôležitej úlohy meranie v tejto oblasti a určite nebola náhodná. V minulom roku bol svet postavený pred neľahkú úlohu, a to čo najskôr sa vysporiadať s pandemiou, ktorá nás zasiahla. Od začiatku boli kladené rôzne požiadavky na meranie, počnúc potrebou testovania na prítomnosť vírusu, nových zdravotníckych zariadení a v neposlednom rade samotných osobných ochranných prostriedkov. Vývoj samotných vakcín následne závisel od presnej identifikácie meraní vírusu SARS-CoV-2.

Deň 20. máj je Svetový deň metrológie, pripomínajúci si výročie podpísania Metrickej konvencie, ktorá poskytuje základ pre celosvetový jednotný merací systém.

V roku 1875 sa v Paríži konala diplomatická konferencia o metri, na ktorej sedemnást vlád podpísalo diplomatickú dohodu, známu ako Metrická konvencia. Signatári sa rozhodli vytvoriť a financovať stály vedecký inštitút Medzinárodný úrad pre váhy a miery BIPM (z franc. Bureau International des Poids et Mesures). BIPM vykonáva vedeckú činnosť na najvyššej úrovni v oblasti fyzikálnych a chemických veličín. Je centrom celosvetovej siete národných metrologických ústavov, ktoré pokračujú v realizácii a rozširovaní poznatkov jednotiek SI a tým zabezpečuje jednotnosť a presnosť v národných akreditovaných laboratóriách a priemysle.



Vzostup hladín na vodných tokoch prináša veľa práce s naplavenými nečistotami. Na snímke I. Kardhordovej situácia na hati v Bystrej.

S Ing. Jozefom Kubandom, zástupcom vedúceho prevádzkarne energetika

Zamestnanci odstránili všetky zistené nedostatky z termovízneho merania

 T. Kubej
 noviny@zelpo.sk

Aj v tomto roku bola, tradične 1. mája, uskutočnená revízia elektrických zariadení. Čo bolo jej podstatou a ako dopadlo?

Podstatou každoročnej revízie je skontrolovať stav elektrického zariadenia, vykonať údržbu a odstrániť zistené nedostatky, ktoré sa nedali odstrániť počas prevádzky. Každoročne sú pred revíziou vykonané termovízne merania, ktoré odhalia prehrievanie spojov, koncoviek, káblov a podobne. Inak tomu nebolo ani v aktuálnom roku. Zamestnanci odstránili všetky zistené nedostatky z termovízneho merania. Bola vykonaná kontrola,

údržba a revízia elektrického zariadenia v rozvodniach 110 kV, 22 kV, 6 kV, 0,4 kV a staničných batérií a usmerňovačov vo všetkých objektoch rozvodných staníc.

Ďalej skontrolovali stav a vykonali údržbu všetkých častí rozvodní – prípojnice, izolátory, odpojovače, výkonové vypínače, silové transformátory a káble. Boli odobraté vzorky oleja z transformátorov k analýze obsahu vody, kyslosti a dielektrickej pevnosti oleja. Počas revízie boli zmerané izolačné odpory všetkých vysokonapäťových káblov a transformátorov, zmerané boli zemné odpory zemníčov, i celkový odpor uzemnenia. Nakoniec boli vykonané funkčné skúšky všetkých hlavných ističov za transfor-

mátormi. V rozvodni „NN“ v teplárni nového závodu bol vymenený zastaraný hlavný istič typu „AR“ za nový typu „BL“, ktorý nebolo možné vymeniť za prevádzky teplárne.

Všetky práce, počas revízie elektrozařízení, boli vykonané podľa platných STN, PBTP a za príslušných podmienok dodržania bezpečnosti práce na „príkaz B“.

Okrem revízie elektrozařízení sú každoročne vykonávané aj práce na ostatnom neelektrickom zariadení, ktoré je celoročne v prevádzke. Môžete nám priblížiť, o aké práce ide?

Aj v tomto roku boli vykonané práce na neelektrických zariadeniach, ktoré nebolo možné vykonať počas prevádzky. Boli to hlavne údržbárske práce hlavných regulačných staníc zemného plynu, kompresorovej stanice a rozvodov stlačeného vzduchu, teplárne a rozvodu pary v teplárni, vyčistenie „jímky“ (betónová nádrž) čistej chladiacej vody v centrálnej čerpacej stanici nového závodu. Hate Bystrá a Lopej boli vyčistené od nánosov piesku a nečistôt a vo vodjeme Diel bola vykonaná údržba a oprava čističiacich strojov.

Na hlavnej regulačnej stanici zemného plynu v novom závode zamestnanci firmy SPP-distribúcia, a.s. vymenili obtokový uzáver zemného plynu.

Koľko zamestnancov z prevádzkarne energetika sa podieľalo na prácach počas prvomájovej revízie?



Práca na zaistenom zariadení

- V prevádzkarni energetika sa na týchto prácach podieľalo celkovo stodevät zamestnancov, z toho sedemdesiattri elektrikárov. Zároveň sa chcem poďakovať

všetkým zamestnancom prevádzkarni energetika, centrálnej údržbe a zamestnancom odboru bezpečnosti a životného prostredia za vykonanú prácu.



Stanovište transformátora T 102 na Planieri

Aprílová stredná oprava v prevádzkarni oceliaren

Uskutočnilo sa niekoľko rozsiahlejších opráv technických zariadení

 Ing. Peter Gernic
 vedúci strediska strojnej údržby Vo, Tcú

Stredná oprava v prevádzkarni oceliaren sa uskutočnila v plánovanom termíne, od 19. do 22. apríla. Na oprave sa podieľali interní zamestnanci prevádzkovej strojnej údržby a elektroúdržby oceliarne, zamestnanci oceliarne a elektroservisu. Značný rozsah prác počas odstávky zabezpečovali prevádzkarne energetika a doprava, či už na celkoch samotnej oceliarne alebo na obslužných za-

riadeniach, ktoré sú nevyhnutne potrebné pre chod výroby. Stav zamestnancov bol doplnený o externých strojníkov a ďalších zamestnancov externých firiem, ktoré zabezpečovali rôzne špecifické práce a revízie zariadení.

Uskutočnilo sa niekoľko rozsiahlejších opráv technických zariadení, ako oprava kyslíkovo-uhlíkového manipulátora MORE, na ktorom bol vymenený otočný kĺb a bola vymenená kabeláž napájania. Na peci EAF boli vymenené strategické náhradné dielce, a to hydraulický valec naklápania pece, veľké veko a stredové veko, opravená bola násypka prísad do liacej panvy a realizovaná bola komplexná revízia na ramene uchytenia elektród č. 3. Súbežne prebehla oprava dopravných trás pre dávkovanie prísad. Na odprašovacej stanici EOP sa uskutočnila čiastočná výmena filtračných elementov.

Na zariadení plynulého odlievania bola kľúčová výmena oscilačného stola na prvom prúde, kde sa vymenili aj pripojovacie hadice chladenia a pracovníci elektroúdržby vymenili kabeláž a bezpečnostné ventily na oscilačných stoloch na všetkých troch prúdoch. Na liacom prúde č. 2 sme preventívne vymenili ťažno-rovnacie stolice. Zdemontované stolice ná-

sledne zgenerálujeme a pripravíme na ďalšiu periodickú výmenu počas strednej opravy, plánovanej v auguste. Na vlečníku bola vymenená prevodovka.

Na strategickom sádzacom žeriave č. 269 sa uskutočnila výmena zdvihového lana a dvoch kusov nových kladiek v traverze. Na žeriavoch prekládkového šrotového poľa bolo vymenených niekoľko kolies pojazdu mosta a na žeriave č. 272 bola vymenená prevodová skriňa pojazdu.

Napriek veľkému počtu prác sa nám podarilo všetky ukončiť v požadovanom termíne a zabezpečiť chod výroby oceliarne. Samotnú výrobu sme odštartovali 22. apríla, v prvej zmene.

Ďalšia stredná oprava je plánovaná počas augusta tohto roku a my už zaistujeme potrebné náhradné dielce a kontrahujeme externé firmy, aby sme zabezpečili výkony pre plánované opravárske práce. Verím, že zariadenia budú pracovať bezchybne, čo je obvyčajne dôsledkom dobre fungujúcej preventívnej údržby a cieľe stanovené na rok 2021 splníme v plnom rozsahu.

Na záver chcem poďakovať všetkým zamestnancom, ktorí sa na úspešne vykonaných opravách podieľali.



Odkrytie oscilačných stolov – príprava na výmenu stola na prvom prúde



Oprava násypky prísad do panvy

Anketa s absolventmi Súkromnej spojenej školy Železiarne Podbrezová, organizačná zložka Súkromná stredná odborná škola hutnícka

„Študovať v Podbrezovej považujem za jedno z mojich najlepších rozhodnutí“

redakcia
noviny@zelpo.sk

Šesťdesiatročná tradícia „pasovania“ maturantov do rodiny železiarov a slávnostný akt odovzdávania vysvedčení za prítomnosti významných hostí a rodičov v Dome kultúry v Podbrezovej sa neuskutočnil ani tento rok. Vysvedčenia budú opäť rozdané koncom mája, v súlade s pandemickými opatreniami.

Záverečný rok štúdia si určite mnohí predstavovali inak. Maturanti sa dištančne vzdelávali takmer celý rok a iba nedávno sa, aspoň na pár dní, vrátili do školských lavíc aj osobne. Mnohým

ale rovnako aj prax, ktorá mi uľahčí zabehnutie sa do budúceho pracovného režimu.

Čo ti táto škola dala a čo ťa naučila?

- Škola mi dala mnoho skúseností a zážitkov, na ktoré budem vždy s úsmevom spomínať. Taktiež ma výborne pripravila na budúce povolanie. Okrem toho som spoznal ľudí, ktorých môžem s hrdosťou volať priateľmi, a to nielen v radoch študentov, ale aj majstrov odbornej výchovy. V neposlednom rade nemôžem nespomenúť financie a štipendiá zo strany ŽP a.s., ktoré sa stali zrejme najväčším hnacím motorom počas stredoškolského štúdia.

Posledný rok štúdia si si určite predstavoval inak ako v „pandemickom režime“.

Tvoje ambície do budúcnosti?

- V budúcnosti by som sa chcel plne osamostatniť od rodičov, zarobiť dostatok financií na slušné bývanie a po čase si rozhodne chcem založiť rodinu. Tiež by som chcel byť dobrým vzorom pre svoje deti, milujúcim manželom a kamarátom, na ktorého sa dá spoľahnúť.

Ako budeš tráviť leto?

- Keďže nastupujem do práce, moje leto bude prevažne pracovné. Určite si však v čase voľna nájdem čas na rôzne výlety v prírode s priateľmi.

Juraj VOLOŠÍN, mechanik mechatronik

Ako hodnotíš, s odstupom času, rozhodnutie študovať na Súkromnej spojenej škole Železiarne Podbrezová?

- Považujem to za jedno z mojich najlepších rozhodnutí doteraz a myslím si, že toto rozhodnutie mi prinieslo skutočne veľa. Štúdium na tejto škole mi umožnilo posunúť sa viac v praktickej ako aj v teoretickej stránke, ktorá mi bola už v niečom známa. Hoci som bol počas môjho štúdia zameraný len na jeden odbor, tak môžem povedať, že aj ostatné odbory sú na kvalitnej študijnej úrovni a sú schopné poskytnúť skvelé príležitosti aj do budúcnosti. Keby som sa vrátil v čase a rozhodoval by som o strednej škole znova, opäť by som svoje rozhodnutie sústredil na Súkromnú spojenú školu v Podbrezovej.

Čo ti táto škola dala a čo ťa naučila?

- Ako som spomínal, posilnil som omnoho viac svoju praktickú stránku a taktiež obohatil viac teoretickú časť z môjho odboru, ktorá mi bola vždy bližšia. Na strednej škole sa už zaraďujeme medzi dospelých, čo si od nás vyžaduje väčšiu zodpovednosť a správne rozhodnutia v rôznych situáciách. Práve škola v Podbrezovej ma k tomuto priviedla. Naučil som sa fungovať v mojom živote aj ako individualista, čo je asi základ všetkého – vedieť so životom zaobchádzať aj sám. Nevyhnutnú vec, čo mi táto škola dala, sú určite schopnosti a skúsenosti v mojom odbore. Viem, že jedného dňa ich využijem v praxi.

Posledný rok štúdia si si určite predstavoval inak ako v „pandemickom režime“.

- Nebolo to asi podľa predstáv žiadneho žiaka, ale myslím si, že sa to dalo dobre zvládnuť, keď človek bral vážne svoje povinnosti. Pre mňa osobne bolo najťažšie sa poriadne postaviť k praktickej stránke štúdia, ktorá nám bola umožnená až neskôr. Keďže práca priamo v



Moderne vybavené učebne sú veľkým benefitom.

Foto: J. Čieľ

dielňach nám nebola povolená nejaký čas, bolo náročnejšie to zvládnuť, ale nebolo to nič nezvládnuťelné, len človek musel naozaj chcieť.

A naopak, nejaké pozitíva?

- Najväčšie pozitívum bolo pre mňa to, že som sa viac mohol venovať svojim tréningovým povinnostiam, pretože celková online výučba umožňovala stíhať viac vecí. Keďže je veľa toho, na čom musím pracovať, aby som mohol byť úspešný, tak teraz som mal dostatok času, ktorý som využil práve na to.

Pokračuješ ďalej v štúdiu alebo si sa rozhodol nastúpiť do práce?

- Rozhodol som sa naďalej pokračovať v štúdiu, a to na Filozofickej fakulte Univerzity Mateja Bela v Banskej Bystrici, konkrétne históriu. Odmalička som bol zaujatý históriou a keďže na strednej škole som venoval pozornosť inému smeru, tak teraz by som sa rád vrátil k svojim detským vášňam.

Tvoje ambície do budúcnosti?

- Nemám zatiaľ veľmi rozsiahle ciele v mojej budúcnosti. Najbližšie sa budem snažiť dobre vyštudovať odbor, ktorý som si zvolil a popri tom pracovať na úspechoch v športe. Časom sa môže vyskytnúť príležitosť, kde využijem vedomosti a schopnosti zo svojho praktického štúdia na strednej škole.

Ako budeš tráviť leto?

- Moje leto bude veľmi pestré a viem, že sa určite nenájde čas na nudu. Určite najviac času zaberie moja letná príprava na zimnú sezónu, ktorá bude veľmi náročná, takže bude vyžadovať aj dostatočnú regeneráciu a oddych. Budem sa snažiť si nájsť aj nejaký čas na svojich kamarátov, pretože aj menšie vypnutie je určite dôležité.

Robert SCHMIDT, mechanik mechatronik

Ako hodnotíš, s odstupom času, rozhodnutie študovať na Súkromnej spojenej škole Železiarne Podbrezová?

- Moje rozhodnutie študovať na Súkromnej spojenej škole Železiarne Podbrezová hodnotím ako veľmi dobre rozhodnutie.

Čo ti táto škola dala a čo ťa naučila?

- Škola mi dala veľa nových vedomostí a skúseností nielen z teórie, ale najmä z praxe – ako napríklad, že ma naučili pracovať s elektroinštaláciou a taktiež pracovať v CNC programoch. Zúčastnil som sa aj majstrovstiev Slovenska v CNC sústružení a frézovaní.

Posledný rok štúdia si si určite predstavoval inak ako v „pandemickom režime“.

- Podobne, asi ako všetci, aj ja som si tento rok predstavoval úplne inak. Najťažšie na tom bolo určite zvykanie si na dištančné vzdelávanie, ktoré prišlo rýchlo a bolo pre nás nové. Rovnako ako my študenti, aj učitelia si museli zvykať na to, že sa najbližšie mesiace budeme stretávať len prostredníctvom obrazovky na počítači.

A naopak, nejaké pozitíva?

- Ako sa hovorí, vo všetko zlom sa nájde aj niečo dobré, tak musím povedať, že aj dištančné vzdelávanie malo svoje pozitíva. Jedným z nich bolo aj to, že som mal viac času na veci, na ktoré mi inak nezostával čas. Takisto som bol viac doma a mohol som pomáhať v domácnosti a viac sa venovať aj svojej priateľke.

Pokračuješ ďalej v štúdiu alebo si sa rozhodol nastúpiť do práce?

- Po skončení školy som sa rozhodol nastúpiť do práce. Pre začiatok sme sa s mojou priateľkou rozhodli ísť „do sveta“ – do Prahy. Trochu si cez prázdniny privyrobiť, spoznať iné mesto a potom sa vrátiť naspäť. Priateľka nastúpi na vysokú školu v Banskej Bystrici a ja budem ďalej pokračovať v pracovnom tempe. Plánujem si nájsť robotu v mojom okolí.

Ospravedlnenie

V Podbrezovane č. 9 na 4. strane v článku „Za prvé tri mesiace sa podarilo vyseparovať 3,2 tony odpadov z potravín a nápojov“ zapracoval tlačiarenský škriatok. Správne znie: Zdôrazňujeme, že modré zberné nádoby neslúžia pre kancelársky papier, noviny, časopisy, kartóny, resp. lepenku – ich zber bude naďalej zabezpečovaný v zmysle PO-185 „Zber odpadového papiera v Železiarňach Podbrezová a.s.“



Učebňa metrológie disponuje aj 3D tlačiarňou

chýbal sociálny kontakt a najmä prax, ktorá sa online vyučuje len veľmi ťažko.

I napriek nepriaznivým skutočnostiam úspešne ukončili stredoškolské vzdelanie a otvárajú sa pred nimi nové možnosti. Niektorí nastupujú rovno do práce, iní budú ďalej pokračovať na vysokej škole.

Ako naši absolventi spomínajú na svoje štúdium a čo ich čaká ďalej nám prezradili v ankete.

Ivan ŠTEFANČÍK, mechanik strojov a zariadení

Ako hodnotíš, s odstupom času, rozhodnutie študovať na Súkromnej spojenej škole Železiarne Podbrezová?

- Rozhodnutie študovať na Súkromnej spojenej škole Železiarne Podbrezová beriem ako to najlepšie, ktoré som mohol urobiť. Vďaka duálnemu systému vzdelávania som nadobudol nielen dôležité vedomosti v školskej lavici,

mickom režime“.

- Dištančné vzdelávanie je, v porovnaní s prezenčným, samo o sebe náročné a nezrovnateľné. Je oveľa jednoduchšie sústrediť sa na hodine ako doma v izbe, kde som rozptyľovaný rôznymi aspektmi. Tiež mi chýbal sociálny kontakt a prax.

A naopak, nejaké pozitíva?

- Pozitívom bolo určite množstvo spánku a možnosť absolvovať online vzdelávanie v pyžame a s raňajkami v ruke. Taktiež som si mohol rozvrhnúť čas podľa seba a venovať sa viac práci doma a pomoci rodičom.

Pokračuješ ďalej v štúdiu alebo si sa rozhodol nastúpiť do práce?

- Silne som uvažoval nad štúdiom na vysokej škole, avšak rozhodol som sa radšej pre prácu. Po skončení štúdia budem pracovať v ŽP a.s.



Ivan ŠTEFANČÍK



Juraj VOLOŠÍN



Robert SCHMIDT

Stalo sa pred rokom

Opatrenia boli veľmi rýchle a efektívne

O. Kleinová
noviny@zelpo.sk

Rok 2020 sa zapíše do dejín, ako rok boja s pandémiou COVID-19. V našej spoločnosti sme ho odštartovali v znamení priprav na oslavy 180. výročia založenia podbrezovských železiarní. Už od decembra sa síce hovorilo o výskyte vírusu SARS-CoV-2 v čínskom meste Wu-chan, v provincii Chu-pe, vnímali sme to však ako informáciu a nikto nepredpokladal, že by sa nás to mohlo bytostne dotknúť. Až keď Svetová zdravotnícka organizácia vyhlásila mimo-



riadnu udalosť verejného zdravia 30. januára 2020 a 11. marca 2020 už celosvetovú pandémiu tohto ochorenia. Na Slovensku sa prvý prípad vyskytol 6. marca 2020, postupne začali pribúdať ďalšie a všetko bolo úplne inak. Ako COVID-19 ovplyvnil jubilejný rok života v našej spoločnosti? To sa dozvieme v našej rubrike, v ktorej oslovujeme členov stredného manažmentu, ktorí boli poverení mimoriadnymi úlohami, vyplývajúcimi z realizácie prijatých pandemických opatrení:

O rozhovor sme požiadali Ing. Jána Banasa ml., vedúceho odbo-

ru zásobovania a opýtali sme sa ho: „Váš odbor bol medzi prvými, ktoré boli poverené úlohami, vyplývajúcimi z priprav na realizáciu pandemických opatrení v našej spoločnosti. Môžete nám priblížiť o aké úlohy šlo a ako sa vám ich darilo zabezpečovať?“

- Hlavnou úlohou bola ochrana zdravia zamestnancov. Kým sme sa nestretli s pandémiou, tak sme v našej krajine nepoznali rúška a respirátory sa používali ako ochranná pomôcka v prašnom prostredí. Cena respirátorov v priebehu pár dní raketovo stúpla až 20-násobne a na trhu ich bol nedostatok.

Prvé dni bolo takmer nemožné nakúpiť aj rúška, no vďaka osobným kontaktom predsedu predstavenstva a generálneho riaditeľa Ing. Vladimíra Sotáka a podpredsedu predstavenstva a ekonomického riaditeľa Ing. Mariana Kurčika, sme s ich pomocou zabezpečili stovky rúšok denne, za čo som im vďačný. Postupne sme ich distribuovali zamestnancom. Každým dňom dodávky narastali a vozili sme ich zo všetkých kútov Slovenska.

Oslovili sme viacero výrobcov dezinfekcie, no nie každá bola vhodná v boji proti COVID-19. Vďaka pomoci odboru riadenia a zabez-



Rozmanitosť rúšok dnes potvrdzuje fakt, že zohnať ich pred rokom z jedného druhu v dostatočnom množstve bola takmer neriešiteľná úloha. Foto: I. Kardhordová

pečovania kvality bola v priebehu týždňa zabezpečená prvá dezinfekcia vo veľkom množstve. Postupne sme vybavili všetky prevádzkarne a odborné útvary bezdotykovými stojanmi s dezinfekciou.

Vedenie spoločnosti každý deň preverovalo stav nášho skladu s ochrannými pomôckami a bolo vždy nápomocné v prípade rokovaní s výrobcami.

Tak, ako každú prevádzkareň, aj odbor zásobovania časom zastihol COVID-19 a práceneschopnosť via-

cerých z nás.

Aj keď je to už vyše roka čo nás zasiahol COVID-19, stále sa stretávame s podstatne menšou ponukou produktov na trhu a takisto aj s dlhými dodacími termínmi.

Veľká vďaka patrí mojim kolegom za ich prístup, pretože mnohokrát aj na úkor svojho voľného času komunikovali s výrobcami, dodávateľmi a zabezpečovali dodávky žiadaného materiálu, pripravovali ho a vydávali zo skladu zamestnancom.

Naši predkovia mali aj „závodný kúpeľ“

O. Kleinová
noviny@zelpo.sk

Z histórie Podbrezovej je zrejmé, že prvá bola osada a tá sa rodila súbežne s budovaním fabriky. V druhej polovici devätnásteho storočia do Podbrezovej prichádzali za prácou robotníci zo širokého a ďalekého okolia. Mnohí denno-denne dochádzali, ale veľa ich chodilo na týždňovky. Robotníci bývali v šalandách, majstrom a predákom s rodinami stavali domky a k dispozícii boli aj byty pre úradníkov.

Život v šalandách, kde bývalo okolo päťsto robotníkov, ktorí tu žili bez rodín, bol skromný. Mali tam podmienky na uspokojenie základných potrieb, mohli si uvariť, vodu si nosili vo vedrách zvonku, ale s osobnou hygienou to bolo zložitejšie. V roku 1900 preto vedenie fabriky rozhodlo, že pre svojich zamestnancov postaví tzv. „závodný kúpeľ“. O rok nato bu-

dova s týmto označením vyrástla na Kolkárni pod cestou a onedlho boli oproti vybudované aj tenisové kurty (1909 – pozn. redakcie).

Vedenie fabriky formou vyhlášky vydalo kúpeľné pravidlá, na základe ktorých navštevovali záujemcovia závodný kúpeľ podľa stanoveného harmonogramu. Otváracie hodiny boli prispôbené záujmu a do kúpeľov chodili separátne robotníci, potom ich manželky a deti, úradníci a ich manželky a deti. „Závodný kúpeľ“ bol prístupný aj ostatnej verejnosti, ale za vyšší poplatok. Poplatok za kúpanie bol diferencovaný, robotníci mali nižší poplatok ako úradníci. Vstupenky do kúpeľov vydávali na hlavnej bráne.

Ľudia nemali kúpeľne a tak boli služby „závodného kúpeľa“ spočiatku veľmi žiadané. Postupne záujem chabol a následne opäť vzrastal. A tak sa to striedalo. V roku 1938 prešiel kúpeľný dom rekonštrukciou, čo opäť zdvihlo

záujem a kúpele sa tešili veľkej návštevnosti. No postupne osada vďaka prosperujúcej fabrike dosahovala čoraz vyššiu úroveň vybavenosti, až získala štatút obce. Občianska vybavenosť Podbrezovej značne prevyšovala úroveň dedín regiónu. Aj kúpeľne sa postupne stali samozrejmosťou súčasťou vybavenia bytov v takmer každej domácnosti.

Poslanie závodného kúpeľa tým stratilo opodstatnenie. Zhruba v sedemdesiatych rokoch dvadsiateho storočia boli kúpele definitívne zatvorené. Budova ešte poslúžila chvíľku ako sklad pre potreby železniarní. Ako sa rozširovala fabrika a pribúdali nové budovy, z pôvodnej osady odbúdali schátralé stavby. Za obeť budúcej výstavby padla aj táto budova. Rozhodnutie znelo, na tomto mieste vyrastie kolkáreň. Nová kolkáreň vyrástla pod rúškom sociálnych zariadení učňovského strediska.



„Závodný kúpeľ“ slúžil predovšetkým zamestnancom fabriky a ich rodinám.

Foto: archív redakcie

Dávka aj pre budúce mamičky

Ing. Ján Villim
asistent personálnej riaditeľky

Sociálna poisťovňa začala od 1. apríla 2021 budúcim mamičkám poskytovať novú dávku – tehotenskú. Po splnení zákonných podmienok tak môžu získať finančnú pomoc, ktorá im pomôže kompenzovať zvýšené výdavky v období tehotenstva.

Dávka je určená pre tehotné ženy, ktoré sú v čase nároku nemocensky poistené – zamestnankyne, živnostníčky či iné samostatne zárobkovo činné osoby, dobrovoľne poistené osoby, resp. tehotné ženy, ktorým vznikne nárok na dávku po zániku nemocenského poistenia v ochrannnej lehote. Na rozdiel od iných dávok nemocenského poistenia ju môžu ženy poberať aj popri práci, v období, keď majú príjem alebo poberajú inú dávku (napríklad materské, nemocenské, či rodičovský príspevok). K podmienkam priznania nároku patrí aj dosiahnutie najmenej 270 dní nemocenského poistenia v posledných dvoch rokoch. Do tohto obdobia sa môže zarátať aj obdobie prerušeného nemocenského poistenia z dôvodu čerpania rodičovskej dovolenky alebo poberania rodičovského príspevku. Nová dávka sa netýka tehotných študentiek, pre tie je určené tzv. tehotenské štipendium, o ktoré treba požiadať príslušnú školu.

Nárok na novú dávku vznikne tehotným ženám od začiatku 27. týždňa pred očakávaným dňom pôrodu, čiže od 13. týždňa tehotenstva a budú ju poberať až do skončenia tehotenstva (pôrodom,

umelým prerušením tehotenstva alebo spontánnym potratom).

Výška dávky závisí od dosiahnutých vymeriavacích základov (hrubých príjmov), z ktorých žena odvádzala poistné na nemocenské poistenie v rozhodujúcom období, čo je spravidla predchádzajúci kalendárny rok. Výška dávky predstavuje 15 percent denného vymeriavacieho základu. Stanovená je aj jej najnižšia a najvyššia možná hranica. V roku 2021 môže budúca mamička dostávať tehotenské v rozpätí od 215,50 eura do 333,90 eura mesačne.

Nárok si uplatní prostredníctvom Žiadosti o tehotenské, ktorú jej vystaví, a očakávaný deň pôrodu na ňom potvrdí, gynekológ na prvej preventívnej prehliadke, na začiatku druhého trimestra po dosiahnutí 13. týždňa tehotenstva. Budúca mamička doručí tlačivo príslušnej pobočke Sociálnej poisťovne prostredníctvom elektronického formuláru, ktorý je zverejnený na jej webstránke. Prostredníctvom e-formulára žena žiadosť odošle (aj s tlačivom od lekára) z pohodlia domova. Doručiť ho môže aj poštou alebo osobne. Po ukončení tehotenstva je potrebné pobočke zaslať Potvrdenie o skončení tehotenstva. Rovnako ho vystaví lekár zdravotníckeho zariadenia, v ktorom bolo tehotenstvo ukončené alebo gynekológ, ktorý sa o ukončení tehotenstva dozvedel. Gynekológ na tlačivo potvrdí dátum ukončenia tehotenstva.

Podrobné informácie o novej dávke sú zverejnené na webovej stránke Sociálnej poisťovne.



ŽP GASTRO servis, s.r.o
P. O. Box 25, 976 81 Podbrezová

Jedálny lístok 24. – 30. 5. 2021

Pondelok

Polievky: furmanská, hlivová so zeleninou, pečivo.

• Perkelt z morčacieho mäsa, cestovina • Hovädzia roštenka na slanine, zemiaky, čalamáda • Lasagne mäsové • Pikantný syrový šalát, pečivo • Ohnivé kuracie stehno orientálne, zeleninová obloha • Šúfance s makom • Bageta moravská • Ovocný balíček.

Utorok

Polievky: slepačia, brokolicová dánska, pečivo.

• Bravčový guláš segedínsky, knedľa • Kuracie prsia na hubách, ryža, šalát • Vyprážaný syr s modrou plesňou, zemiaky, brusnicová omáčka • Šalát pekinský so šunkou, pečivo • Plnené hovädzie mäso, zeleninová obloha • Škoricové osie hniezda, kakao • Bageta Apetito • Mliečny balíček.

Streda

Polievky: mexická, bryndzová so strúhaným cestom, pečivo.

• Vyprážaný bravčový rezeň, zemiakový šalát s majonézou • Hovädzie mäso na korení, slovenská ryža, cvikla • Kuracie stehno so zeleninou, špenátové rezane • Lahôdkový šalát, pečivo • Zapekaná brokolica s tofu • Palacinky s džemom a čokoládou • Bageta syrová • Ovocný balíček.

Štvrtok

Polievky: šošovicová kyslá, pórová s krúpami, pečivo.

• Morčacie prsia plnené špenátom a syrom, ryža, šalát • Hovädzie dusené, paradajková omáčka, knedľa • Važecká pochúťka, zemiakové placky • Pestrý cestovinový šalát • Bravčové mäso na karí korení so zeleninou • Hanácke koláče, kakao • Bageta s kuracím mäsom • Mliečny balíček.

Piatok

Polievky: boršč s mäsom, francúzska, pečivo.

• Pečené kuracie stehno, tarhoňa, kompót • Detvianska nátura, opekané zemiaky, šalát • Údené mäso, hrachová kaša, uhorka, chlieb • Študentský šalát, pečivo • Losos na masle, dusená zelenina • Rezancový nákyp s tvarohom a jahodami • Bageta Gurmán • Ovocný balíček.

Sobota

Polievka: roľnícka, pečivo.

• Hovädzie filé kopaničiarske, ryža, uhorka • Bravčové stehno na smotane, knedľa • Bageta moravská.

Nedeľa

Polievka: gulášová, pečivo.

• Vyprážaná ryba, zemiaky, kompót • Bravčové mäso na paprike, cestovina • Bageta syrová.

Tip pre vás: Vrátna dolina

O. Kleinová

K jedným z najkrajších kútov Slovenska patrí nesporne Národný park Malá Fatra. V jeho srdci sa nachádza Vrátna dolina, vzdialená od Terchovej (preslávenej Jurom Jánošíkom) tri kilometre.

Je to v tejto lokalite najnavštevovanejšia dolina, poznamenaná aj poveternostnými vplyvmi. Sedem rokov dozadu tam došlo k rekordnému úhrnu zrážok, čo zanechalo obrovské majetkové škody, na spodnej stanici lanovky padlo za obeť mimochodom aj päťdesiat osobných automobilov.

Cieľom turistických trás vo Vrátnej doline sú Paseky, Poludňový Grúň a Chleb. Ak chcete relaxovať a oddychovať, vyberte sa na Paseky alebo Poludňový Grúň. Ak sa chcete pokochať nádherným výhľadom, zvolte si Chleb s nadmorskou výškou 1 647 metrov. Vyveziete sa do Snilovského sedla lanovkou a pokračujete vyznačenou trasou. Ak ste sa vybrali na náročnejšiu pešiu turistiku, popri lanovke je prístupný turistický chodník, ktorým sa dostanete až do Snilovského sedla. Tam je východisko pre veľké množstvo turistických trás. Môžete vyjsť aj na Veľký Kriváň. Je najvyšším vrchom Malej Fatry s nadmorskou výškou



V pozadí Poludňový Grúň

1 709 metrov. Je to miesto, kde máte možnosť vidieť okolité končiare, ako je Malý a Veľký Rozsutec, Chleb, Kľak, Martinské hole a ak je dobrá viditeľnosť, aj Dumbier. Po hrebeni sa dostanete na Stoh, ktorý má 1 608 metrov nadmorskú výšku.

Nie prvýkrát bol cieľom našej víkendovej turistiky Chleb a Veľký Kriváň. Mali sme v pláne vyviešť sa lanovkou do Snilovského sedla, no

skrížilo nám ho počasie. Hoci bola obloha nádherná modrá, dlhý rad čakajúcich na lístky na lanovku zostal sklamaný z oznámenia, že pre veľký vietor nebude premávať.

Zo spodnej stanice lanovky sme nepoznali trasy, kade by sme sa mohli vybrať na náhradnú turistiku, tak sme sa pustili po chodníku vľavo od parkoviska a po chvíľke kráčania sme si prečítali, že smerujeme na Chatu Grúň. Cestička nenáročná, skalnatá, miestami prerastená konármi starých stromov sľubovala peknú trasu. Iste v minulosti viedla lesom, no teraz, v dôsledku kalamity, cestou sa nám naskytl smutný pohľad na vyrúbaný, ale už vyčistený les. Kráčali sme tak zhruba 45 minút, až sme sa naraz ocitli na krásnej lúke. Len v máji býva tráva sfarbená tou nádhernou zeleňou. V strede lúky je chata a za ňou kopec Poludňový Grúň. Tam sme chvíľu pobudli, a vracali sme sa späť s dobrým pocitom. Hoci sme mali predstavy, že dnes sa pokocháme pohľadom na známe končiare, aj tento výlet nás obohatil. Nebola to síce náročná túra, ale stretávali sme milých ľudí, každý sa každému prihovárал, čo v našich končinách nie je zvykom a nadobudli sme pocit, že možno k tomu prispela tá dlhodobá izolácia.



Z pôvodného lesa zostalo len pár stromov.

Foto: M. Janečka

Kedy je varená zelenina zdravšia ako surová?

Z internetových podkladov zdravie.sk

Jesť zeleninu surovú alebo varenú? Mnohí tvrdia, že surové potraviny obsahujú viac živín a varenie môže zničiť časť vitamínov a prospešných enzýmov. Na druhej strane však môže varenie dopomôcť živinám lepšie sa do organizmu vstrebať.



Mrkva

Betakarotén je v tele premenený na vitamín A a nevyhnutný najmä pre dobrý zrak, pokožku či imunitu. Varenie mrkvy napríklad betakarotén zvyšuje a vaše telo je tak schopné ho absorbovať viac.

Paradajky

Ak jete len surové paradajky, potom získate približne len štyri percentá dôležitého antioxidantu – lykopénu, nakoľko majú surové paradajky hrubé bunkové steny, ktoré sťažujú telu jeho absorpciu.



Akonáhle sa uvaria, lykopén sa stáva oveľa vstrebateľnejším.

Špenát

Obsahuje železo, kyselinu listovú a vitamíny skupiny B, potrebné pre bunkový rast a reprodukčné zdravie. Pri varení sa však hladina kyseliny listovej nezvyšuje. Prečo je dobré jesť ho varený? Objem špe-



nátu sa zmenší a vy ho tak budete mať potrebu zjesť väčšie množstvo než surového. Výsledkom je, že takto prijmete omnoho viac živín.

Špargľa

Obsahuje vitamíny A, C, E a ky-

selinu listovú, ktorá pôsobí preventívne proti rôznym chorobám, aj rakovinového pôvodu.

Špargľa má však hrubé bunkové steny, preto je pre telo ťažké absorbovať živiny. No jej varením sa bunky narušia a vitamíny sú prístupnejšie.



Tekvica

Varená tekvica je oveľa výživnejšia ako surová. Táto zelenina, rovnako ako mrkva, je bohatá na betakarotén, ktorý je oveľa ľahšie stráviteľný vo varenej podobe.



ŽP GASTRO servis, s.r.o
P. O. Box 25, 976 81 Podbrezová

Jedálny lístok 31. 5. – 6. 6. 2021

Pondelok

Polievky: fazuľová kyslá, špenátová so syrovými haluškami, pečivo.

• Kuracie prsia prírodné, zeleninová ryža, cvikla • Exotická bravčová kotleta, opekané zemiaky • Ružový cestovinový šalát s tuniakom • Zeleninový nákyp s nivou, uhorkový šalát • Pečené buchty so slivkovým lekvárom, kakao • Bageta Apetito • Mliečny balíček.

Utorok

Polievky: držková, mrkvová s pórom, pečivo.

• Vyprážaný morčací rezeň ovčiariky, zemiaky, šalát • Bravčové stehno bratislavské, cestovina • Treska na masle, bulgur so sušenými paradajkami • Grécky šalát, pečivo • Hovädzí guláš so zelenou fazuľkou • Muffiny s čokoládou, kakao • Bageta s kuracím mäsom • Ovocný balíček.

Streda

Polievky: hovädzia s pečevými haluškami, kláštorňa, pečivo.

• Pečené kačacie stehno, červená kapusta, knedľa • Bravčový rezeň na zelenine, ryža, šalát • Fašírka, paradajková kapusta, zemiaky • Syrové tajomstvo, pečivo • Kondičkový tanier • Zapekané palacinky s tvarohom • Bageta Gurmán • Mliečny balíček.

Štvrtok

Polievky: hrstková, prešporská, pečivo.

• Kuracie stehno na smotane s hlivami, cestovina • Hovädzí rezeň oboľovaný, zemiaková kaša, šalát • Zvolenské údené mäso s fazuľou, chlieb • Rančerský šalát, pečivo • Zapekané zemiaky s pórom • Dukátové buchtičky s vanilkovým krémom • Bageta syrová • Ovocný balíček.

Piatok

Polievky: kapustová s klobásou, roľnícka, pečivo.

• Bravčové mäso na rasci, ryža, šalát • Hovädzia pečienka sviečková, knedľa • Kuracie stehno na zelenine, šťuchané zemiaky s cibulkou • Parížsky šalát, pečivo • Rezance s tvarohom, zakysanka • Zemiakové knedličky s nutelou, maková posypka • Bageta moravská • Mliečny balíček.

Sobota

Polievka: oravská fazuľová, pečivo.

• Hydinové ražniči, zemiaky, čalamáda • Bravčové stehno záhradnícke, tarhoňa, cvikla • Bageta Gurmán.

Nedeľa

Polievka: karfiolová, pečivo.

• Kuracie prsia orientálne, ryža, uhorka • Hovädzí guláš debrecínsky, knedľa • Bageta Apetito.

Pod'akovanie



Dňa 29. apríla sme sa navždy rozlúčili s naším drahým otcom, starkým a dedkom
Svätoplukom LANGOM z Podbrezovej.
Ďakujeme všetkým za prejavy sústrasti a kvetinové dary, ktorými ste sa pokúšali zmierniť náš hlboký žal.
Smútiaca rodina

Smútočný oznam



„Sú bolesti, na ktoré nie je liek. Sú rozhodnutia, ktoré už nevrátiš späť. Sú spomienky, ktoré nikdy nevymažeš. Sú ľudia, na ktorých nikdy nezabudneš.“
Dňa 4. mája nás bez slova, nečakane opustil, otec, starý otec, brat, príbuzný, kamarát a sused
Jozef MEDVEĎ z Brezna.
Ten, kto ťa poznal, si spomenie a ten, čo ťa mal rád, nikdy nezabudne.
Smútiaca rodina

Spomienka



„Už je to mnoho liet, čo náhle prišla správa, že sa našej starkej otvorila nebeská brána. V nedeľu ráno víťali ťa anjeli, žiaľ cestu späť ukázať nevedeli. Tak odišla si navždy, vzal si ťa sám čas, no spomienky na tvoju lásku zostanú navždy v nás.“
Dňa 9. mája uplynulo už sedemnásť rokov od chvíle, čo nás navždy opustila naša drahá mama, starká, sestra a švagriná
Božena VAŇOVÁ z Podbrezovej.
Kto ste ju poznali, venujte jej spolu s nami tichú spomienku.
S láskou a úctou spomína smútiaca rodina

TÁLE

SKI, GOLF & HOTEL RESORT

DETSKÉ GOLFOVÉ DENNÉ TÁBORY

PRE DETI ZAMESTNANCOV ŽELEZIARNÍ PODBREZOVÁ a.s.

12.07. - 16.07.
19.07. - 23.07.
02.07. - 06.08.
09.07. - 13.07.
23.07. - 27.07.

CENA
50€
ZA TÝŽDEŇ

Dopravu detí na Tále zabezpečuje ŽP, a. s.:
7:15 Odjazd zo starého závodu
7:30 Odjazd z nového závodu riaditeľská budova
15:30 Odjazd z Táľov

Golf_Tale_Official

Kontakt: Eva Čellárová
+421 48 6712 205
cellarova@tale.sk

Príhlasujte cez: <https://www.golftale.sk/akcie/golf-pre-deti/>

QR code

Ski, Golf & Hotel Resort Tále

trvá od pondelka do piatku od 9:00 do 16:00 hod.

je určený pre deti a mládež od 6 do 15 rokov

zahŕňa 3 hodiny výuky golfu denne na cvičných plochách a na akadémií Little Bear

každé dieťa dostane certifikát o absolvovaní golfovej školy

golfové palice vám požičiame

deti majú počas dňa k dispozícii desiatu, olovrant a pitný režim

okrem trénerov na deti dozerajú animátorky

doplnkový program v hoteli Stupka počas obedňajšej prestávky

súťažná križovkasúťažná križovka***súťažná križovka***

Súťažte o cenu od DDS Stabilita

Pripravili sme si pre vás súťažnú križovku. Pre zapojenie sa do súťaže pošlite znenie tajničky do redakcie Podbrezovana poštou alebo e-mailom, najneskôr do 31. mája. Na jedného z vás čaká vecná cena, ktorú do súťaže venovala DDS Stabilita. Meno víhercu uverejníme v nasledujúcom čísle Podbrezovana.

STABILITA

doplnková dôchodková spoločnosť

Pilier vášho dôchodku
www.stabilita.sk

Autor: PK	telocvičný úkon	srsť oviec	citoslovce porozumenia	Krajská komisia		ústretovosť, úslužnosť	oblúkovitý útvar na vode	mačka (angl.)	latinská predložka		morský živočích	biblická postava	listnatý strom	cudzie mužské meno	kartársky výraz
citoslovce cvaknutia					domáce zvieratá škŕata, obluda					expert, odborník vynálezca dynamitu					
T2															
značka chorvátskych čerpacích staníc				kraj na Slovensku hudobný nástroj					historický vrch v Čechách mýľka					okrasný sad	pieseň z opery
EČV Krupiny			vojenská jednotka kanón					ochrana tovaru kurz, orientácia					detský pozdrav ľahké drevo		
	hudobný prejav	dievčina (bás.) prechod cez rieku					mohol odpíliť					zábavný podnik sliepky (hov.)			
mala povolené						poumýval na povrchu koniec modlitby					korenina právná norma				
čiasťočne, napoly					výzva elektronická pošta				Zuzana (dom.) indiánska lovecká zbraň						
vysoká karta				správca emirátu utajujú				Barbora (dom.) časť dňa						časť tela	modla
Výkonnostná trieda			tesniaca hmota jarný mesiac					časové obdobie herec v pantomíme					51 v Ríme Hrubý domáci produkt		
Pomôcky: BOLAS, MAAN	Vysoké napätie	mesiac po holandsky EČV Malaciek					nie veľa voltampér					vrh, hodenie citoslovce bolesti			
T1															
dal do prenájmu						meno Komenského					pripútal, pripol				

V tajničke sa ukrýva májová pranostika.

Po domácej remíze s Košicami víťazstvo v Bardejove

Z podkladov zpfutbal.sk spracoval T. Kubej

FK Železiarne Podbrezová – FC Košice 0:0

Dňa 8. mája sme v domácej Zel-po aréne privítali v šlágr 28. kola FC Košice. V 5. minúte to ako prvý v zápase vyskúšal Bakaľa, jeho prudkú strelu zneškodnil Kira. V 21. minúte prvýkrát pohrozili hostia, s prudkou strelou hostujúceho Sabola si Ludha na dvakrát poradil. V 35. minúte to z diaľky vyskúšal Galčík, jeho strele však chýbala razancia. Po zmene strán prišla prvá veľká šanca v 49. minúte, keď Galčíkovu ďalekonosnú strelu výborne zneškodnil Kira. V 55. minúte prišiel dôležitý moment v stretnutí, keď druhú žltú kartu videl hostujúci obranca Samuel Magda a musel sa tak porúčať z ihriska. V 57. minúte sa k realizácii priameho kopu odhodlal Pačinda, jeho pokus však nemieril medzi tri žrde. V 80. minúte sa ocitol na hranici šestnástky voľný Breznaník, jeho technická strela však neohrozila Kirovu bránu. V 88. minúte spálil výbornú príležitosť Bakaľa, ku ktorému sa dostala lopta po rohovom kope, no z hranice piatich metrov prestrelil bránu Matúša Kiru. Do konca stret-

nutia sa už nič vážne nestalo, a tak sme v dôležitom zápase na domacom trávniku získali len jeden bod. **Mikuláš Radványi, tréner Podbrezovej:** „Bol to zápas, ktorý nepri-niesol veľa šancí. Vypracovali sme si tlak, no naša finálna fáza nebola taká, ako sme si to predstavovali. Chceli sme loptu doniesť až do brány a to sa nedá. Z našej strany tam bolo málo aktivity, najmä v krídelných priestoroch a na môj vkus sme mali aj málo centrovaných lôpt. Čakajú nás posledné dva zápasy, ktoré chceme vyhrať.“

FK Železiarne Podbrezová: Ludha – Kukoľ (85. Bartoš), Godál, Paraj, Paraj – Ďatko (73. Gerebenits), Grendel (73. Chvátal), Bakaľa, Galčík, Grešák (46. Špyrka) – Pavúk (66. Breznaník).

FC Košice: Kira – Kis, Magda, Pavúk, Min Su Kim (90. Elexa) – Karaš (90. Tišťan), Jakúbek, Sabol (71. Liener), Christos (82. Veliky), Pačinda – Gladiš.

Partizán Bardejov BŠK – FK Železiarne Podbrezová 0:1 (0:0)

Gól: 72. Breznaník.

Dňa 15. mája sme cestovali do Bardejova, kde nás v rámci 29. kola

hostil domáci Partizán. Úvodné minúty zápasu veľa šancí nepriniesli. V 28. minúte to z diaľky nebezpečne vyskúšal domáci Petko, jeho krížna strela tesne minula Ludhovu bránu. V 57. minúte poslal do šestnástky prudký center Galčík, domáca obrana však výborne zasiahla pred nabiehajúcim Pavúkom. V 69. minúte to z diaľky vyskúšal Galčík, no jeho strele pravačkou však chýbala presnosť. O dve minúty neskôr prišla prvá veľká šanca zápasu, keď sa vo výbornej pozícii ocitol domáci Brigant, v poslednej chvíli však jeho pokus dokázal zablockovať Bakaľa. V 73. minúte nám to konečne vyšlo, keď sa výborne uvoľnil Breznaník a strelou do protipohybu domáceho brankára nás poslal do vedenia – 0:1. V 83. minúte uvidel domáci Sedláček druhú žltú kartu v stretnutí a putoval tak predčasne pod sprchy. V závere stretnutia vrhli domáci všetky sily do útoku a v nastavenom čase po centri Briganta opečiatkoval jeden z domácich obrancov iba žrd' Ludhovej brány. Gól Michala Breznanika tak zariadil náš najtesnejší triumf nad Partizánom Bardejov.

Mikuláš Radványi, tréner Podbrezovej: „Myslím si, že naše víťazstvo



Domáci zápas s Košicami objektívom A. Nociarovej

je zaslužené. Finálna fáza nebola z našej strany ideálna, no nakoniec sa nám podarilo skórovať a zvládnuť dnešné stretnutie. V závere sme mali aj trochu šťastia, keď domáci nastrelili žrd', no naša defenzíva s Rišom Ludhom dnes fungovala veľmi dobre. Sme radi za toto víťazstvo.“

Partizán Bardejov BŠK: Čikoš Pav-

ličko – Petko, Nemergut, Dzurik (68. Maník), Horváth – Brigant, Tatar (76. Mijland), Sedláček, Maťas – Romulo, Bilali.

FK Železiarne Podbrezová: Ludha – Kováčik, Bartoš, Godál, Grešák – Grendel (86. Chvátal), Bakaľa, Ďatko (65. Gerebenits) – Galčík (86. Paraj), Pavúk (58. Breznaník), Kukoľ (65. Špyrka).

So šéftrenerom brankárov FK Železiarne Podbrezová Tomášom Čechovičom

Brankárska sekcia má svoju metodiku už dlhšie zabehnutú a etablovanú

Ján Straka

Vráťme sa na začiatok roka, kedy sa mal v januári uskutočniť úvodný kemp reprezentácie do 21 rokov v roku 2021. Z dôvodu pandemickej situácie sa nakoniec neuskutočnil, no z pohľadu nášho klubu už len samotná nominácia na tento kemp bola veľmi zaujímavá. Povedzte nám o tom viac.

- Zaujímavosťou bolo, že Richard Ludha sa dostal do užšej nominácie a Ivan Rehák bol náhradníkom. Ja som sa navyše dostal do nominácie ako tréner brankárov, namiesto Pavla Kamescha, ktorý sa kempu nemohol zúčastniť, keďže mal klubové povinnosti so Spartakom Trnava. Aj keď by som tam šiel iba na zásek, veľmi ma potešilo, že hlavný tréner U21 Jaroslav Kentoš si vybral práve mňa a dal mi dôveru, aby som šiel na zraz s druhou najstaršou mužskou reprezentáciou. Na jednej strane to bolo pre mňa prekvapenie, no myslím si, že je to aj ocenenie našej spoločnej práce v klube. Určite je to aj rarita, ktorá sa nevidí často, že sa dvaja brankári a tréner brankárov z jedného klubu ocitnú spoločne v reprezentačnej nominácii. Ďalší zraz U21 bol na prelome marca a apríla, kde bol opäť nominovaný aj Richard Ludha. Na Antalya Cup-e odohrala 21-tka tri zápasy a Richard chytal v poslednom stretnutí proti Ukrajine, kde sme zvíťazili 3:2. Rišo odchytil veľmi dobrý zápas a zo strany hlavného trénera Kentoša i trénera brankárov Kamescha sme dostali pozitívne reakcie nielen na jeho výkon, ale aj celkové pôsobenie na reprezentačnom zraze. Takéto hodnotenie môže tešiť nielen nás trénerov, ale aj celý klub, keďže u neho je perspektíva, aby sa v 21-tke udržal a bojoval aj o miesto v bráne v kvalifikácii. Určite si to za

svoje stabilné výkony v lige a každodennú tvrdú prácu v tréningoch zaslúži, veľmi mu to prajem.

Tým, že máme v jednom tíme dvoch talentovaných brankárov s reprezentačnými skúsenosťami v rovnakom veku, nedopláca na to Ivan Rehák?

- Možno je to aj veľký luxus, mať dvoch takýchto kvalitných brankárov v jednom tíme v druhej lige. Myslím si, že ak by Ivo pravidelne chytal v akomkoľvek prvotigovom či druholigovom tíme, tak by o užitíu nomináciu určite bojoval aj on. V tomto prípade je ale úplne normálne, že na reprezentačný zraz nezoberú dvoch brankárov z jedného klubu. Každopádne Ivan na to kvalitu jednoznačne má, len musí byť trpezlivý, ako bol Rišo v predchádzajúcich sezónach a futbal mu to určite vráti.

Podme do mládežníckej brankárskej sekcie. Tam máme ďalších talentovaných brankárov Adama Danku, Marcusa Adamca a Patrika Lučanika. Aká je ich aktuálna výkonnosť aj vzhľadom k reprezentácii?

- Adam Danko je v reprezentácii do 18 rokov. Adam absolvuje od septembra minulého roka celý tréningový proces s „A“-mužstvom. Myslím si, že mu to veľmi pomohlo a za ten čas spravil veľký progres. Je to veľmi cieľavedomý chalan s výborným charakterom. Má veľkú výhodu v tom, že jeho reprezentačná kategória bude hrať na budúcu sezónu Majstrovstvá Európy doma na Slovensku, takže budeme automaticky aj účastníkom šampionátu. Pravidelne je nominovaný do reprezentácie, trénuje u nás s „áčkom“ a chytáva zápasy za U19. Absolvoval v tomto roku už dva kontrolné zápasy – v Turecku, v rov-

nakom čase ako U21, a na prelome apríla a mája v Dunajskej Strede. Ohlasy na jeho pôsobenie sú pozitívne. Vidíme ho aj v tréningu s „A“-mužstvom a myslím si, že sa už veľmi dobre prispôbil mužskému futbalu. Máme ešte ďalších dvoch reprezentantov. Jedným je Marcus Adamec, ktorý pôsobí v kategórii U17 a druhým je Patrik Lučaník, ktorý pôsobí v kategórii U15. Kvôli pandemickej situácii sa však reprezentačné zápasy v týchto vekových kategóriách od minulého leta neuskutočnili. Prvý zraz bol až začiatkom mája v šamorínskom X-Bionic Sphere v bubline. Žiaľ, Patrik sa tesne pred zrazom zranil, zlomil si ruku. Výhodou je, že na zrazoch som aj ja, ako tréner brankárov, a môžem tak vidieť našich chalanov na reprezentačnej úrovni v porovnaní s najlepšimi hráčmi zo Slovenska. Treba vyzdvihnúť aj zabezpečenie kempu zo strany zväzu, keďže bolo prítomných až šesť hlavných trénerov od U21 až po U15, dvaja tréneri brankárov – ja a hlavný tréner brankárov Slovenského futbalového zväzu Miroslav Hýll, videoanalytik, dvaja technickí vedúci a zdravotnícky personál. Je veľmi potešujúce, že máme takýto počet brankárov v reprezentačných výberoch. Je to určite vizitka toho, ako sa v klube pracuje s brankármi a ako brankári na sebe pracujú. Zároveň je to zásluha aj mojich kolegov Jána Polónyho a Martina Straku, ktorí s brankármi trénujú v mládeži. Je to výsledok tímovej práce a veľmi sa z toho všetci tešíme.

V médiách rezonoval penaltový rozstrel z osemfinále Slovnafť Cup-u v zápase MŠK Žilina – FK Železiarne Podbrezová, v ktorom sa výborne predviedli obaja brankári. Ivan Rehák chytil štyri penality. Pripravovali ste sa nejak špeciálne na možnosť penaltového rozstrelu?

- Áno, vždy sa pripravujeme na každý jeden zápas, či už je to liga

alebo pohár. Brankári majú jeden alebo dva dni pred zápasom videoanalýzu súpera mimo spoločnej tímovej analýzy. Na samostatných brankárskych analýzach rozoberáme štandardné situácie súpera, rohové a priame voľné kopy, penality, pressing súpera a tiež typické situácie z útočnej fázy hry súpera alebo sa špeciálne pripravujeme na individualitu súpera. Takúto analýzu sme mali aj pred pohárovým stretnutím so Žilinou. Mal som aj tušenie, že by to mohlo zísť až do penaltového rozstrelu. Nevýhodou bol fakt, že sme nevedeli presne, akých hráčov Žilina pošle, keďže majú „A“ aj „B“ tím. Takže s analýzou bolo trochu viac práce a museli sme pozerať takmer všetkých hráčov Žiliny, ktorých sme mali graficky spracovaných na tablete. Keď sme vyrovnali na 1:1 v 87. minúte, tak som len vymazal hráčov, ktorí už na ihrisku neboli a následne sme si hráčov Žiliny s Ivanom Rehákom prešli a dostal aj pomôcku na fľašu, ktorú si zobral so sebou na rozstrel. Z desiatich pokutových kopov osemkrát správne trafil stranu a navyše štyri penality dokázal chytiť, čo je vynikajúca vizitka. V bráne pôsobil veľmi dobre a do poslednej chvíle čakal na čiare. Ivan ťaží v týchto situáciách zo svojej rýchlosti, odrazových schopností a penaltový rozstrel zvládol výborne. Škoda, že sme nemali viac športového šťastia a nepodarilo sa nám postúpiť do štvrtfinále pohára. Treba však vyzdvihnúť aj Ľuba Belka zo Žiliny, ktorý zvládol penality tiež výborne, a preto Žilina postúpila ďalej.

Veľmi dôležitou súčasťou rozvoja brankárov je kvalitný tréningový proces. Ako sa ho darí zlepšovať?

- Brankárska sekcia má svoju metodiku už dlhšie zabehnutú a etablovanú. Už viac ako rok a pol fungujeme všetci traja tréneri brankárov podľa jednotnej filozofie. Myslím si, že aj to prispieva k tomu, že máme kvalitných bran-

károv, ktorí sú následne nominovaní do reprezentácií. Novinkou v tréningovom procese je využívanie GPS systému, ktorý je špeciálne určený pre potreby brankárov. Od marca tak majú brankári „A“-mužstva k dispozícii tréningové vesty s GPS čipom od talianskej firmy GPE-XE, ktoré využívame na každom tréningu, predzápasovej rozcvičke a zápase. Aj touto cestou sa chcem poďakovať klubu za to, že nám umožnili takúto finančne náročnú vec zaobstarať.

Čo všetko dokáže tento GPS systém zaznamenať a aké výhody a benefity to vám, ako trénerovi brankárov, poskytuje?

- Tieto čipy snímajú to, koľko brankári nabehajú a v akých smeroch, koľko pádov respektíve zámkov spravia a do akej strany, koľko spravia výskokov a ich výšku, počet akcelerácií a decelerácií. GPS systém zaznamenáva aj koľko trvá brankárovi postaviť sa zo zákroku na nohy, tiež vyhodnocuje aj priemer zaťaženia v kilokalóriách a výkon vo wattoch, ktorý brankári pri jednotlivých zámkoch majú a mnoho iných vecí. Tento systém nám pomáha zbierať sumárne dáta o jednotlivých brankároch a typoch tréningov na týždennej či mesačnej báze a pomáha nám to lepšie individualizovať tréningový proces. Pomocou tohto systému máme o brankároch oveľa viac informácií o vonkajšom a vnútornom zaťažení a tým pádom dokážeme lepšie vyhodnocovať zaťaženie brankárov a predchádzať preťaženiu alebo zraneniam. V rámci Slovenska sme zatiaľ jediní s AS Trenčín, ktorí takýto systém u brankárov využívajú. S talianskou spoločnosťou sme sa dohodli na trojročnej spolupráci a tak ako individualizujeme tréningový proces a ťažíme z výbornej diagnostiky od Romana Švantnera, tak teraz to máme podložené aj dátami priamo z ihriska a vieme ešte lepšie nastaviť a individualizovať tréningový proces.