

S Ing. Vladimírom Sotákom ml., členom Predstavenstva a obchodným riaditeľom ŽP a.s.

Verím, že v druhom polroku dosiahneme pozitívne čísla a kladný hospodársky výsledok

T. Kubej
noviny@zelpo.sk

Pán riaditeľ, v rozhovore začiatkom roka ste uviedli, že napriek mnohým nepriaznivým vplyvom veríte, že rok 2021 bude pre našu spoločnosť lepší, ako ten predchádzajúci. Aký bol z pohľadu predaja našich výrobkov prvý kvartál aktuálneho roka?

- Prvý kvartál bol stále silno poznačený protipandemickými opatreniami po celom svete. Napriek tomu sme postupne navyšovali objem zákaziek pre všetky výrobné prevádzky. Cenová úroveň bola nízka a nárast cien veľmi pomalý. Stále pretrvávala neis-

tota z budúceho vývoja vo svete a naši zákazníci len postupne zvyšovali výrobu a naplňali svoje skládové kapacity.

Ako sa situácia vyvíjala v druhom kvartáli?



- V druhom kvartáli sa situácia zmenila a došlo k masívnemu nárastu dopytu po jednotlivých druhoch výrobkov. Objem zákaziek pre oceľové bloky, valcované a presné rúry, oblúky a redukcie bol enormne zvýšený a tým aj vyťaženosť výrobných kapacít vo všetkých prevádzkach.

Tento stav bol podporený kumuláciou nezrealizovaných zákaziek a projektov z minulého roka, nízkou

naplnenosťou skladov a otvorením svetovej ekonomiky. Toto obdobie však so sebou prinieslo aj prudký nárast cien vstupných surovín. Zmeny na strane vstupu sa začali diať na takmer týždennej báze, čo do značnej miery obmedzuje naše možnosti okamžite reagovať cenami na výstupe.

V súčasnosti kladieme hlavný dôraz na sledovanie a predvídanie cien vstupných surovín a obslužných materiálov. Nejde len o samotné ceny, ale aj dostupnosť

týchto komodít. Keďže naša spoločnosť nie je skladník, ktorý vie upraviť ceny na výstupe zo dňa na deň a kontrakty uzatvárame vždy na nasledujúci mesiac s predstihom, nie sme schopní takto pružne reagovať.

Napriek týmto skutočnostiam sme dosiahli hospodárske výsledky podstatne lepšie, v porovnaní s pôvodným plánom.

Aký je predpoklad do nasledujúcich mesiacov?

- Verím, že v druhom polroku, respektíve už v treťom kvartáli, dosiahneme pozitívne čísla a kladný hospodársky výsledok.

“V súčasnosti kladieme hlavný dôraz na sledovanie a predvídanie cien vstupných surovín a obslužných materiálov.

Vďaka rozsiahlym investíciám sú Železiarne Podbrezová lídrom vo výrobe „zelenej ocele“

Tomáš Švec
deník Pravda

V decembri 2015 svetoví lídri v rámci Parížskej dohody o zmene klímy sformulovali ambiciózne ciele v boji proti globálnemu otepľovaniu. Parížsku dohodu odobrili všetky členské štáty Európskej únie vrátane Slovenska. Jedným z hlavných cieľov schválených Európskou radou je redukcia skleníkových plynov, predovšetkým však oxidu uhličitého, o 55 percent do roku 2030. Železiarne Podbrezová a.s. patria medzi slovenských, ale aj európskych lídrov v oblasti znižovania emisií skleníkových plynov a vo výrobe „zelenej ocele“. Podľa obchodného riaditeľa, Ing. Vladimíra Sotáka ml., sú Železiarne Podbrezová v podstate už dnes zelenou firmou, ktorá vďaka rozsiahlym in-

vestíciám z vlastných zdrojov znížila emisie CO₂ o takmer 52 percent, a to aj bez diktátu Európskej únie.

Sú pravidlá znižovania emisií CO₂ nastavené Európskou úniou rozumné?

- Celkovo pohľad na hutníctvo nie je, podľa mňa, nastavený úplne správne a férový, pretože Európska únia nerozlišuje o aký typ výroby ide. Nerozlišuje napríklad to, či ide o výrobu spracovania železnej rudy, kde sa používa koksovňa s neporovnateľne vyššou produkciou CO₂, alebo o výrobu využívajúcu úsporné elektrické oblúkové pece, aké používame my v Železiarňach Podbrezová. Mnohé z rozhodnutí Európskej komisie boli a sú nelogické. Príkladom je prideľovanie emisných povoleniek, ktoré sa vzťahujú len na niektoré typy výrobkov, kým

iné sú z mechanizmu úplne vyňaté. Rovnako zle sú nastavené pravidlá dovozu niektorých výrobkov, ktoré sa môžu vyhnúť platbe uhlíkového cla a už z princípu poškodzujú nielen nás, ale aj celú domácu výrobu na Slovensku.

Aké pravidlá stanovila Európska únia pre podniky ako je ten váš?

- Ešte v roku 2019 bola predstavená takzvaná Európska zelená dohoda, ktorá vychádza z Parížskej dohody o zmene klímy. Hovorí napríklad o tom, do akej miery je potrebné zredukovať skleníkové plyny do roku 2030. V porovnaní s rokom 1990 to má byť na úrovni 55 percent. Pritom za viac ako štyri pätiny vzniknutých emisií v Únii zodpovedá energetika. Priemysel prispieva k celkovým emisiám necelými 8 percentami.

Ako na tieto nové pravidlá zareagovala vaša firma?

- V prvom rade sme urobili krok navyše. Na žiadne direktívy z Európskej únie sme nečakali. Navyše v roku 1990, keď sme zrealizovali prvé významné investície s cieľom zvýšiť energetickú účinnosť zariadení a zredukovať emisie CO₂, sme ani len netušili, že niekto niekedy bude stanovovať podobné limity. S transformáciou sme začali sami od seba už v 90. rokoch minulého storočia, kedy mnohé z našich vizionárskych krokov prispeli k zníženiu uhlíkovej stopy a k zlepšeniu kvality životného prostredia regiónu Horehronie. Za najdôležitejší krok, ktorý významne znížil emisie CO₂, považujeme vybudovanie novej elektrooceliarne v rokoch 1990

pokračovanie na strane 3

Z obsahu čísla vyberáme:

Rekondičný pobyt v Kúpeľoch Brusno

Zamestnanci Železiarní Podbrezová, a.s., ktorí vykonávajú povolania spĺňajúce zákonom stanovené kritériá stažených pracovných podmienok, absolvujú každoročne rekondičné pobyty. Podmienky nároku na tohtoročný rekondičný pobyt ich splnilo 462.

Železiarne Podbrezová čítajte na strane 2

Odbočovací pruh cez autobusovú stanicu

Odbočovací pruh cez autobusovú stanicu v Podbrezovej môžu využiť motorové vozidlá s celkovou hmotnosťou do 3,5 tony, ktoré potrebujú odbočiť do centra Podbrezovej alebo smerujú do starého závodu. Potreba tohto odbočovacieho pruhu sa ukazuje najmä v čase dopravnej špičky a nahromadenia veľkého počtu vozidiel v posledný deň pracovného týždňa, v čase od 15.30 do 17.30 hod.

Železiarne Podbrezová čítajte na strane 3

Videokonferenčné riešenia v dobe pandémie

Po vypuknutí prvej vlny epidémie ochorenia COVID-19 na Slovensku v marci 2020, požiadalo personálne oddelenie Železiarní Podbrezová spoločnosť ŽP Informatika o návrh riešenia pri zabezpečení zákonom predpísaných školení pre pracovníkov ŽP. A to pri dodržaní bezpečných podmienok, najmä v tom, aby sa školení pracovníci nestretávali vo veľkom počte.

ŽP Informatika čítajte na strane 4

Stalo sa pred rokom

„Šťastím v nešťastí“ pre našu spoločnosť a našich zamestnancov bolo, že sme boli súčasťou ŽP GROUP. V čase, keď bol nedostatok všetkého – informácií, ochranných prostriedkov, dezinfekcie, nás podržala materská spoločnosť, ŽP a.s.

ŽP GROUP čítajte na strane 5

Preveniou chránime a upevňujeme svoje zdravie

Od dávnych čias je overenou metódou na úľavu od bolesti, potlačenie zápalových procesov a stimuláciu krvného obehu. Ide o spojenie modernej medicíny s alternatívnou liečbou. Celotelová i lokálna kryoterapia si našla svoje uplatnenie nielen pri rehabilitáciách, zmierňovaní či odstraňovaní následkov chorôb, ale je vyhľadávaná aj aktívnymi športovcami.

ŽP Rehabilitácia čítajte na strane 6

Začala letná príprava pod novým trénerom

Dňa 10. júna začali futbalisti FK Železiarne Podbrezová prípravu na novú sezónu 2021/22, už pod vedením nového trénera Romana Skuhrového. Spoločne so 46-ročným českým koučom prichádzajú na Horehronie aj jeho asistenti Richard Polák, Štefan Markulík a Robert Jež.

FK ŽP čítajte na strane 8

Editoriál

Jún sa zafarbil na žltu prostredníctvom malého kvietku – narcisu. Ten je symbolom slovenskej verejnej zbierky na pomoc onkologickým pacientom už dvadsaťpäť rokov. Za ten čas sa stal najväčšou verejnoprospešnou finančnou zbierkou na Slovensku. Po prvý raz sa konal v roku 1997 v šiestich slovenských mestách. Už vtedy dobrovoľníci chodili s pokladničkami, do ktorých ľudia vkladali príspevky, za čo dostali živý či umelý narcis. Koronavírus zasiahol aj osudy ľudí, ktorí bojujú s touto zákerou chorobou a za minulý rok spôsobil až 75 percentný pokles zbierky. Onkologické ochorenia nemajú pauzu a žiadny „lock-down“ ich nezastaví. Práve naopak. Žiaľ, ani tento jubilejný ročník sme dobrovoľníkov s krabičkami v uliciach nestretli, a to i napriek značným uvoľneniam opatrení. Nedo-voľme, aby koronavírus zasiahol ľudí bojujúcich s touto chorobou ešte viac. Nezabudnime na nich a prejavme im svoju solidaritu aj v časoch ťažkých pre nás všetkých.

Redakcia



Deň narcisov byval každoročne súčasťou života našich študentov.

Archívne foto: J. Čieľ

Rekondičný pobyt v Kúpeľoch Brusno zamestnanci uvítali a užívajú si ho



Pohľad na liečebný dom Poľana.

Foto: I. Kardhordová

O. Kleinová
Foto: I. Kardhordová

Zamestnanci Železiarní Podbrezová, a.s., ktorí vykonávajú povolania spĺňajúce zákonom stanovené kritériá sťažených pracovných podmienok, absolvujú každoročne rekondičné pobyty. Podmienky nároku na tohtoročný rekondičný pobyt ich splnilo 462 (spolu s tými, ktorých vlnajší pobyt musel byť pre pandémiu zrušený) a tak v 19 sedemdňových turnusoch absolvujú rekondičný pobyt v Kúpeľoch Brusno. Piaty turnus sa začal v pondelok 7. júna a zúčastnilo sa ho 22 zamestnancov. Navštívili sme ich v dopoludňajších hodinách, v druhý deň pobytu. Tí, ktorí absolvovali svoje procedúry ráno, prichádzali z raňajok, iní zas odchádzali na procedúry. Z prejavu všetkých však bolo cítiť, že sú spokojní, páči sa im tu a že sa určite

zhodujú na tom, že rekondičný pobyt uvítali a užívajú si ho. Potvrdila nám to napokon aj anketa:

Peter KAJABA, valcovňa bezšvíkových rúr, razič

- Toto je môj prvý rekondičný pobyt, nevedel som, čo od toho očakávať. Som veľmi milo prekvapený. Páči sa mi tu. Absolvoval

som už minerálnu vaňu, masáž, aj vírivku. Sme tu síce len druhý deň, ale môžem povedať, že strava je tu výborná, ubytovanie dobré. Aj napriek tomu, že platia isté opatrenia v rámci pandémie, nemáme pocit, že nás to obmedzuje. Popoludní máme možnosť ísť na bicyklovať, môžeme ísť na nordic walking, fitness, aj do bazéna. Práve som odovzdal bakalársku prácu, tak mi tento oddych aj dobre padne.

Miroslav ŠARINA, centrálna údržba, údržbár žeriavov

- Bol som už na rekondičnom pobyte na Táloch, bolo tam dobre, ale toto je niečo iné. Brusno a okolie dobre poznám, chodil som sem poľovať a je tu krásna príroda. Ale v kúpeľoch som prvýkrát. Páči sa mi tu. Som spokojný so všetkým. Mal som zatiaľ elektroliečbu a masáž. Strava je chutná. Ešte tu platia aj nejaké pandemické opatrenia, no nevadí nám to. Vo voľnom čase máme k dispozícii nejaké možnosti, ako bonus máme každé popoludnie voľný vstup do bazéna. Dnes mám štyri procedúry, asi budem oddychovať.

Janka CHRIAŠTELOVÁ, ťaháreň rúr, delička rúr

- Robím vo fabrike už takmer tridsať rokov a veľmi som sa potešila, že som mohla ísť na rekondičný pobyt. Hoci sme tu len krátko, som veľmi spokojná. Páči sa mi tu a je tu príjemné ubytovanie, veľmi chutná strava, môžeme jesť koľko chceme. Zatiaľ som absolvovala vírivku, masáž a vodný kúpeľ. Aj personál je veľmi príjemný. Teším sa, že budeme chodiť vonku, je tu veľmi pekná príroda, môžeme chodiť každé popoludnie do bazéna, možno si zahráme aj biliard. Včera sme boli v dedine. Dnes popoludní pravdepodobne nepôjdem nikde. Mám štyri procedúry, tak asi si oddýchnem v izbe.

Jozef NIKEL, valcovňa bezšvíkových rúr, operátor

- Som na rekondičnom pobyte už tretíkrát a môžem povedať, že sa mi tu veľmi páči. Dopredu som sa na to tešil a vnímam to ako relax. Mal som už tri procedúry, parafínový zábal, elektroliečbu, vírivku, teraz idem na plynové injekcie. Nevieam, čo od toho očakávať.

Strava je tu výborná a aj personál je milý. Upútalo ma, že je tu nádherná príroda, poobede sa určite pôjdeme niekde prejsť. Je tu veľa možností a keďže počasie nám praje, využijeme to. Je tu tak pekné, že by som to odporúčal aj iným a ja uvažujem, že by som sem prišiel s rodinou aspoň na víkendový pobyt.

Peter POTANČOK, centrálna údržba, elektrikár

- Som na rekondičnom pobyte šiestykrát, všade bolo perfektne a aj tu je to dobré. Ubytovanie je super, strava je vo forme bufetových stolov, ale v rámci opatrení nám naberá kuchár, môžeme si však zobrať koľko chceme. Sú tu isté obmedzenia, ale vôbec nám to nevadí. Dá sa to zvládnuť a nepocítujeme to ako záťaž. Masáže máme každý deň po štyri. Myslím, že je to dosť. Poobede môžeme využiť ponúkané aktivity, bazén, fitness, nordic walking, biliard a stolný tenis. Tanečné zábavy síce nie sú, ale popoludní bude hrať heligonkár, tak si ho pôjdeme vy počuť.



P. KAJABA



M. ŠARINA



J. CHRIAŠTELOVÁ



J. NIKEL



P. POTANČOK

Ani nevyhnutné pandemické opatrenia nenarúšajú príjemnú atmosféru

Naším benefitom je, že sme kúpeľmi rodinného typu

O. Kleinová
noviny@zelpo.sk

O rozhovor sme požiadali aj Lenku Sokolovú, marketingovo obchodnú manažérku Kúpeľov Brusno a zaujímalo nás najmä, ako obmedzujú pandemické opatrenia chod kúpeľov:

Na úvod, môžete nám priblížiť aké aktuálne pandemické obmedzenia platia vo vašich kúpeľoch?

- Naše kúpele sa riadia aktuálnymi pandemickými predpismi, súvisiacimi s Covid automatom, platným pre okres Banská Bystrica. Pri nástupe vyžadujeme od hostí negatívny výsledok antigénového testu alebo PCR testu, nie starší ako 72 hodín. Výnimku majú klienti, ktorí sú minimálne štrnásť dní po očkovaní druhou dávkou vakcíny Moderna, resp. Pfizer, štyri týždne po očkovaní prvou dávkou vakcíny Astra Zeneca alebo klienti s potvrdením o prekonaní ochorenia Covid-19 v posledných 180 dňoch.



Parafínový zábal

V areáli kúpeľov nosia klienti respirátory, pri bufetovom stolovaní podáva jedlo kuchár, príbor je zabalený, v jedálni sedia klienti šachovnicovo, majú rozstupy. Pri nástupnej lekárskej prehliadke je novým klientom meraná telesná teplota. Myslím si, že naši klienti sú už s tým zžití a nevnímajú to ako nejakú záťaž. Nemajú problém dodržiavať potrebné opatrenia.

Súvisia opatrenia nejak aj s ponúkanými procedúrami?

- Liečebné procedúry ponúkame všetky, bez obmedzenia. U nás je nastavený systém, že každý nový klient, ktorý príde na ktorýkoľvek druh pobytu, absolvuje zdravotnú prehliadku, kde mu lekár „ušíje procedúry na mieru“ s ohľadom na jeho zdravotný stav. Štandardné procedúry sú masáže, minerálne a bazénové kúpele, plynové injekcie, liečebná a telesná výchova, fyzikálna terapia, parafínové zábaly vodo-liečebné procedúry. V rámci pandemických opatrení neposkytujeme v súčasnosti ambulantné procedúry pre dochádzajúcich klientov. Klienti na rekondičných pobytoch majú tri procedúry denne.

Čo by ste označili za lákadlo, či benefit vašich kúpeľov?

- Jednoznačne je tu prekrásna okolitá príroda. My sme malé kú-

pele rodinného typu, naša kapacita je momentálne 214 lôžok. Ku každému klientovi pristupujeme individuálne. Ak má niekto problém, napríklad mu nesadne nejaká procedúra, okamžite to riešime s lekárom, ktorý procedúru zmení.

Aký je spoločenský život v kúpeľoch v súčasnosti?

- V tejto oblasti sú isté obmedzenia, zatiaľ neorganizujeme väčšie spoločenské podujatia, ani tradičné tanečné zábavy. Aby sme však dopriali našim klientom rozptýlenie v rámci možností, napríklad na dnešný podvečer sme zabezpečili vystúpenie heligonkára. Veľmi obľúbený je nordic walking, ktorý vedie vyškolená inštruktorka, ktorá naučí záujemcov pravidlá. Je tu k dispozícii stolný tenis, biliard, petang, šípky.

Väčšinu vašich klientov tvoria prichádzajúci na liečebný pobyt prostredníctvom zdravotných poisťovní, od mája organizujete rekondičné pobyty pre firmy a čo ponúkate samoplátom?

- Poskytujeme rôzne druhy pobytov. Liečebné pobyty od šiestí nocí, relaxačné pobyty od dvoch nocí, víkendové pobyty. Novinkou sú liečebné pobyty zamerané na post-covid syndróm. Ide o osemdňové pobyty s plnou penziou,

vstupnou lekárskou prehliadkou a klient dostane dvadsaťjeden liečebných procedúr. Post-covidové pobyty sú aj liečebné, hrazené zdravotnými poisťovňami.

Môžete špecifikovať indikačný zoznam vašej kúpeľnej starostlivosti?

- Špecializujeme sa hlavne na liečenie chorôb obehového a tráviaceho ústrojenstva a cukrovky. Chceli by sme náš indikačný zoznam rozšíriť o choroby pohybového ústrojenstva, nervového a dýchacieho ústrojenstva.

Možno povedať, že súčasťou liečby vo vašich kúpeľoch je minerálna voda, ktorá tu vyviera?

- Nepochybne, k liečebným účin-

kom sa využívajú pramene prírodných liečivých minerálnych vôd, klasifikovaných ako „prírodná minerálna voda“. Vody sa používajú najmä na pitné kúry a minerálne kúpele. Účinok pitných kúr je najvýraznejší pri ochorení tráviaceho ústrojenstva a účinok minerálnych kúpeľov je najmä pri ochoreniach srdcovo-cievneho a pohybového aparátu.

Na čo sa môžu klienti vašich kúpeľov tešiť v najbližšej budúcnosti?

- Našou prioritou je dobudovanie rozostavaného wellnessu, revitalizácia kúpeľného parku a postupne aj ostatných budov.

Viac informácií získate na telefónnom čísle: 0910 838 328 alebo www.kupelebrusno.sk



Liečebná procedúra plynovými injekciami.

Foto: Kúpele Brusno

Vďaka rozsiahlym investíciám sú Železiarne Podbrezová lídrom vo výrobe „zelenej ocele“

dokončenie zo strany 1

až 1993. Len jej samotná výstavba nám zabezpečila zníženie emisií o viac ako 50 percent. Navyše, celkové emisie, v prepočte na tonu vyrobenej ocele, sme dokázali znížiť z 0,68 v roku 1990 na 0,29 v roku 2019.

Ak nie Európska únia, čo vás viedlo k takémuto dlhodobému záväzku pri znižovaní emisií?

- V súčasnosti máme na Slovensku len 0,45 percentný podiel v produkcii emisií. To síce nie je veľa, no uvedomujeme si dôležitosť klimateckej výzvy a aj našu úlohu v nej. S transformáciou na zelenšiu výrobu sme preto začali sami od seba. Naša environmentálna politika, ktorú sme prijali ešte v roku 1999, prispela k ochrane ovzdušia a významne zlepšila kvalitu životného prostredia, čo bolo jedným

z našich dlhodobých cieľov. V tejto oblasti, ako aj v oblasti energetickej efektívnosti, sme zrealizovali množstvo investícií, ktoré mali za cieľ znížiť spotrebu zemného plynu a tým aj emisií CO₂ a zvýšiť podiel obnoviteľných zdrojov energie na celkovej spotrebe energie v našej spoločnosti. V súvislosti so znižovaním emisií CO₂ môžeme, s odstupom času, hrdo povedať, že sme sa takmer presne trafili do čísla, ktoré stanovila Európska únia, navyše s obrovským, až deväťročným časovým predstihom. Nepotrebovali sme k tomu žiadne stimuly a pomoc od štátu, ako niektoré iné podniky.

V akých objemoch ste investovali a aké sú vaše ďalšie plány?

- Od roku 1990 sme do technológií a procesov, ktoré majú významný dopad na životné prostredie, investovali z vlastných zdrojov cel-

kovo viac ako 68 miliónov eur, čo je samo o sebe dôkazom, že to so znižovaním produkcie emisií CO₂ myslíme vážne. V najbližších rokoch plánujeme investovať ďalších 63 miliónov eur s cieľom modernizácie technológií výroby ocele alebo znižovania spotreby zemného plynu a fosílnych palív. Dôležitá je pre nás automatizácia v rámci Priemyslu 4.0. Avšak investovanie do nových technológií, ktoré sú efektívnejšie a šetrnejšie k životnému prostrediu, je nekonečný proces. Držíme krok s dobou, sledujeme ako sa vyvíjajú technológie a spolu s tým sa snažíme neustále zlepšovať a znižovať našu uhlíkovú stopu pri zachovaní či zvýšení efektivity výroby. Nečakáme a ani sa nespoliehame na to, ako zareaguje štát či Európska únia. Naším hlavným cieľom je byť nielen slovenským, ale aj európskym či svetovým lídrom v oblasti výroby „zelenej ocele“.



Železiarne Podbrezová a.s. patria medzi slovenských, ale aj európskych lídrov v oblasti znižovania emisií skleníkových plynov a vo výrobe „zelenej ocele“. Foto: A. Nociarová

Státie v kolóne si môžete skrátiť prejazdom cez autobusovú stanicu v Podbrezovej

T. Kubej
noviny@zelpo.sk

O značení prejazdu cez autobusovú stanicu v Podbrezovej sme vás informovali už v čísle 8, ktoré vyšlo koncom apríla. Doteraz prejazd vodiči nevyužívali, nakoľko si to dopravná situácia nevyžadovala. Koncom pracovných týždňov však dochádza k vytváraniu rozsiahlych kolón v smere od Banskej Bystrice, preto vám pripomínáme možnosť využiť odbočovací pruh, do ktorého vojdete hneď na začiatku areálu autobusovej stanice v Podbrezovej. Prejazdom cez autobusovú stanicu sa vyhnete kolóne čakajúcich áut, ak smerujete do starého závodu alebo do centra obce. O viac informácií sme požiadali Ing. Petra Krajana, vedúceho prevádzkarne doprava:



- Odbočovací pruh cez autobusovú stanicu v Podbrezovej môžu využiť motorové vozidlá s celkovou hmotnosťou do 3,5 tony, ktoré potrebujú odbočiť do centra Podbrezovej alebo smerujú do starého závodu. Potreba tohto odbočovacieho pruhu sa ukazuje najmä v čase dopravnej špičky a nahromadenia veľkého počtu vozidiel v posledný deň pracovného týždňa, v čase od 15.30 do 17.30 hod. V tomto čase dorazí v smere od Banskej Bystrice veľa vozidiel z Bratislavy, ktoré tranzitujú cez Podbrezovú a horský priechod Čertovica, v snahe napojiť sa na diaľnicu D1, v smere na východ Slovenska. Počas kontrolných dní stavby na ceste I/66 sa táto dopravná situácia pravidelne vyhodnocuje so správou ciest a zástupcami policajného zboru. Nie je zriedkavé, že sa kolóna vo-

zidiel kumuluje už od Predajnej a vplyvom uvoľnených opatrení doprava priebežne narastá a hustne. Na kontrolných stretnutiach bolo konštatované, že počet vozidiel sa počas letných mesiacov určite zvýši a pribudnú vozidlá zahraničných i tuzemských dovolenkárov, ktorí si vyberú túto trasu. Polícia bola aj zo strany ŽP a.s. požiadaná o asistenciu v časech dopravnej špičky, ktorá sa vyskytuje v spomínaný jeden deň v týždni, v trvaní približne troch hodín. V ostatných časoch je zdržanie minimálne. Ku kumulácii vozidiel však dochádza aj v nedeľu, v opačnom smere. V tomto prípade je pripravená a vyznačená aj obchádzková trasa cez Tále a Krpáčovo pre vozidlá do 3,5 tony, smerujúce na Banskú Bystricu, resp. do Bratislavy. Zo strany policajného zboru bolo zatiaľ konštatované, že obmedzenie premávky, v súvislosti s rekonštrukciou cesty I/66 v Podbrezovej, nebolo príčinou dopravnej nehody, ani škodovej udalosti a že dopravné značenie obchádzkových trás je zatiaľ postačujúce.

V súčasnosti je na Slovensku viacero rekonštruovaných úsekov ciest, ktoré spôsobujú zdržanie, ale bez toho sa opravovať cestná infraštruktúra nedá. Okrem ohľaduplnosti a trpezlivosti v kolónach nezabudnite ani na vytváranie záchranných uličiek, majte vždy dotankované auto, aby vám nedošlo palivo a pre posádku v aute majte vždy k dispozícii pitnú vodu alebo nápoj, ak by zdržanie bolo dlhšie.

V nočných hodinách, ak nie ste posledné vozidlo v kolóne, nezabúdajte na správnu obsluhu zadných brzdových svetiel, aby ste posádke v aute za vašim vozidlom „nevypaľovali“ oči silným červeným svetlom, preto používajte ručnú brzdú. A naopak, kým ste posledným vozidlom v kolóne, použite brzdové svetlá a výstražné smerovky, aby vás prichádzajúce vozidlá vopred zaregistrovali.



Ak sa tvorí kolóna, využite odbočovací pruh cez autobusovú stanicu v Podbrezovej. Vyhnite sa tak státiu v tomto úseku. Foto: M. Jančovič

Rozšírené možnosti platieb v predajných automatoch

Ing. Ján Villim
asistent personálnej riaditeľky

Z dôvodu rozšírenia možností platieb v predajných automatoch bola počas mája zabezpečená výmena platobného systému odberu produktov na predajných automatoch.

Ide o výdaj teplých nápojov, balených nápojov a balených potravín. Výmena platobného systému rozšírila možnosti platby na predajných automatoch o bezhotovostnú platbu platobnými kartami a NFC zariadením. Platba za odobratý tovar z predajných automatov je možná hotovosťou, zamestnaneckou kartou, platobnou kartou a NFC zariadením.

Pri platbe zamestnaneckou kartou sa skutočný kredit zobrazí až po nákupe. Pred nákupom sa zobrazuje fiktívny zostatok na karte 10 eur.

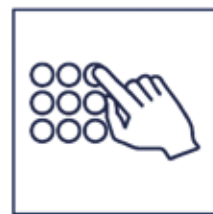
Na predajných automatoch je

NÁVOD NA BEZKONTAKTNÚ PLATBU:

- ZAMESTNANECKOU KARTOU
- PLATOBNOU KARTOU
- NFC ZARIADENÍM



STLAČTE
TLAČIDLO OK



ZVOĽTE
PRODUKT



PRÍLOŽTE KARTU/
NFC ZARIADENIE

Pri platbe zamestnaneckou kartou sa skutočný kredit zobrazí až po nákupe.

Pred nákupom sa zobrazuje fiktívny zostatok na karte 10€.

návod na bezkontaktnú platbu. Platobný systém bol vymenený vo všetkých automatoch.

V prípade straty zamestnaneckej karty nahláste stratu na mailovú

adresu karty@zelpo.sk alebo na tel. č. 2812, 2816 pre zablokovanie platieb stratenou kartou na predajných automatoch v pracovných dňoch od 7.30 do 15. hod.



Generálna oprava portálového žeriavu na sklade polotovarov oceliarnie.

Foto: I. Kardhordová

Portálový žeriav aktuálne v rekonštrukcii

Ing. Pavol Veselovský

Od 10. júna prebieha na sklade polotovarov oceliarnie generálna oprava konštrukcie portálového žeriavu.

Na žeriave sa uskutočňuje sa-

nácia skorodovaných častí, ako aj obnovenie náteru žeriava, ktorý je vystavený ťažkým poveternostným podmienkam, nakoľko sa nachádza v blízkosti rieky Hron. Posledná obnova náteru žeriava bola realizovaná pred dvadsiatimi rokmi.

Odchod do dôchodku ostáva aj naďalej pre mnohých veľkou neznámou



Ilustračné foto: Shutterstock.com

redakcia
noviny@zelpo.sk

Odchod do dôchodku je téma, ktorá o niečo intenzívnejšie rezonuje u starších ročníkov, no stále viac nezodpovedaných otázok a „neistoty“ prináša aj pre mladšie ročníky. Ak vám ostáva dvadsať, tridsať či dokonca viac rokov do dôchodku, garantovať presný dátum penzie je dnes prakticky nemožné. V roku 2019 bol štátom garantovaný vek odchodu do dôchodku 64 rokov. S veľkou pravdepodobnosťou nás opäť bude čakať zmena. Aj na túto tému sme sa rozprávali s Mgr. Janou Volnerovou z DDS Stabilita.

Odkedy sa zruší dôchodkový strop a čo to znamená?

- V roku 2019 garantovala vláda dôchodkový strop na hranicu veku 64 rokov. V praxi to znamenalo, že nikto sa nemusel obávať, že by sa vek odchodu do dôchodku presunul nad túto hranicu. Od roku 2023 sa to ale bude pravdepodobne meniť. Súčasná vláda prostredníctvom zmien v Ústave SR plánuje zmeniť garanciu veku na odchod do dôchodku. Dosiahnutie 64 rokov už nebude nutne zna-

menáť, že máte nárok na starobný dôchodok. Pre mladšie ročníky to znamená, že do dôchodku pôjdu pravdepodobne vo vyššom veku, no nemusí to byť pravidlo.

Materská, otcovská či rodičovská dovolenka v súčasnosti znižujú samotný dôchodok. Chystá sa zmena aj v tejto oblasti?

- V súčasnosti je to tak, že rodičom na materskej, otcovskej a neskôr rodičovskej dovolenke v konečnom dôsledku vyjde menší dôchodok. Nový princíp v ústave im dáva nádej, že to tak nemusí byť. Opäť však dávam do pozornosti, že sa zatiaľ nič nehovorí o tom, ako to bude realizovateľné a či to v konečnom dôsledku bude mať dosah na rozpočet.

Keď sa rozprávame o „rozpočte“, mnohokrát počujeme o „dlhodobej udržateľnosti verejných financií“. Ako to súvisí s odchodom do dôchodku?

- Hranicu odchodu do dôchodku posúva demografická krivka. A tým pádom je zastropovanie odchodu na dôchodok vo veku 64 rokov „neudržateľné“, hlavne z dôvodu dlhšej doby dožitia a klesajúcej demografickej krivky. Ide

o obrovské výdavky, ktoré musí štát vynaložiť na vyplácanie dôchodkov. Nie je to však len o demografii.

Dĺžka života sa neustále predlžuje, a tak by noví dôchodcovia strávili v budúcnosti na dôchodku omnoho viac času, ako tí súčasní. Preto z plánovanej úpravy bude vychádzať jednoduchá rovnica. Ak sa napríklad dĺžka života predĺži o štyri roky, mal by sa vek odchodu do dôchodku posunúť aspoň o dva roky. Možno preto očakávať, že vek odchodu do dôchodku u ľudí, ktorí dnes nastupujú do zamestnania, sa pomaly, ale isto, presunie možno až k hranici sedemdesiatky.

To je dosť vysoké číslo. Bude to jediný rozhodujúci faktor odchodu do dôchodku?

- Vek by určite nemal byť jediný určujúci faktor k tomu, aby ste si mohli vydýchnuť od pracovného kolobehu. V pláne je zavedenie individuálneho dôchodkového stropu. V praxi to bude znamenať, že nezáleží na tom, koľko máte rokov. Ukazovateľom v tomto prípade budú odpracované roky, čo znamená, že ak odpracujete štyridsať rokov, získate nárok na starobný dôchodok.

Samozrejme, rovnako tak aj na výplatu z druhého dôchodkového piliera. Takýto systém by mal byť akousi alternatívou k súčasnému predčasnému dôchodku, ale bez percentuálneho krátenia, ako je tomu v súčasnosti. Tento dôchodok sa plánuje ako „alternatíva pre ťažko pracujúcich ľudí“, ktorí prirodzene nebudú zvládať vysoké pracovné nasadenie.

Ako je to s odchodom do dôchodku v súčasnosti?

- Od prvého januára 2021 Sociálna poisťovňa zmenila aktuálnu úpravu dôchodkového veku a

stanovila ho všetkým poistencom. Vek v tomto roku ostal ohraničený na 64 rokov, ale do odchodu môžu v súčasnosti Slováci odísť aj skôr.

Vzhľadom na dôchodkový strop, prejdú zmenami aj druhý a tretí pilier?

- Je to viac ako isté a na návrhu zmien sa už zrejme pracuje. Druhý a tretí pilier musia byť dôležitejšími „nohami“ dôchodkového systému. Z toho vyplýva, že sa plánujú viaceré zmeny. Uvažuje sa o zavedení automatického vstupu do druhého piliera pre ľudí, ktorí si budú môcť spojiť minimálne tridsať rokov.

Súčasný minister sociálnych vecí a rodiny rovnako vyjadril presvedčenie, že najmenej jedna štvrtina odvodov na dôchodok pôjde práve do druhého piliera. Doživotné vyplácanie dôchodkov by zároveň malo byť ústavne garantované. Jednorazovo vyplatiť nasporenú sumu bude možné iba v mimo-



riadne ťažkej životnej situácii, a ak človek nasporenú iba minimálnu sumu.

Zmeny pri odchode do dôchodku prinesú zmeny aj do výplaty dôchodku z tretieho piliera, ktorý je podľa aktuálnej právnej úpravy pre časť klientov priamo naviazaný na starobný dôchodok (zmluvy uzatvorené od 1. januára 2014). Bližšie zámery však zatiaľ Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny nešpecifikovalo. V každom prípade je dobrou správou, že čím dlhšie si budete do tretieho piliera spojiť, tým väčšiu šancu na kvalitné úspory dosiahnete. Môžu pre vás byť aj zdrojom financovania vášho predčasného dôchodku, ak si o takýto dôchodok požiadate. A to je fakt, ktorý by vaše úvahy o vstupe do tretieho piliera mal rozhodne urýchliť.

Dôchodok podľa roku narodenia

Rok narodenia	Dôchodkový vek					
	muži	ženy s počtom vychovaných detí				
		0	1	2	3 a 4	5 a viac
1957	62r 6m	62r 6m	62r	61r 6m	60r	58r 3m
1958	62r 8m	62r 8m	62r 2m	61r 8m	60r 9m	59r
1959	62r 10m	62r 10m	62r 4m	61r 10m	61r 4m	59r 9m
1960	63r	63r	62r 6m	62r	61r 6m	60r 6m
1961	63r 2m	63r 2m	62r 8m	62r 2m	61r 8m	61r 3m
1962	63r 4m	63r 4m	62r 10m	62r 4m	61r 10m	61r 7m
1963	63r 6m	63r 6m	63r	62r 6m	62r	61r 11m
1964	63r 8m	63r 8m	63r 2m	62r 8m	62r 2m	62r 2m
1965	63r 10m	63r 10m	63r 4m	62r 10m	62r 4m	62r 4m
1966 a viac	64	64	63r 6m	63r	62r 6m	62r 6m

Zdroj: Sociálna poisťovňa

Videokonferenčné riešenia v dobe pandémie, aj mimo nej

Ing. Stanislav Kester
ŽP Informatika s.r.o.

Po vypuknutí prvej vlny epidémie ochorenia COVID-19 na Slovensku v marci 2020, požiadalo personálne oddelenie Železiarní Podbrezová spoločnosť ŽP Informatika o návrh riešenia pri zabezpečení školení pre pracovníkov ŽP. A to pri dodržaní bezpečných podmienok, najmä v tom, aby sa školení pracovníci nestretávali vo veľkom počte v jednej školiacej miestnosti. Personálne oddelenie ŽP navrhlo vybaviť videotechnikou veľké zasadačky na personálnom oddelení (Ppam), valcovní rúr (Vvr), ťahárni rúr (Vt) a v energetike (Te). ŽP Informatika v tom momente disponovala voľnou videotechnikou, ktorú navrhla na toto použiť.

Konkrétne išlo o videokonferenčné zariadenia od firmy Cisco (modely Profile 52 a menší systém EX-90). Nakoľko školiťel prednášal zo zasadačky v Te pre pracovníkov, ktorí boli distribuovaní v zasadačkách Ppam, Vvr a Vt, v Te bol umiestnený menší videosystém Cisco EX-90 a do ostatných zasadačiek boli rozvezené a nakonfigurované veľké videosys-

témy Cisco Profile 52 s 52 palcovou obrazovkou. Takto vytvorené videospojenie medzi zasadačkami umožňuje školiťelovi ústne prednášať školeným, ktorí ho vidia a počujú a rovnako školiťel vidí a počuje školených. Školiťelovi taktiež umožňuje pripojiť jeho notebook a použiť prezentáciu, prípadne iné výučbové materiály, ktoré bežne používal na školeniach aj predtým (video a podobne). Účastníci školenia v jednotlivých zasadačkách vidia tieto prezentácie na obrazovke videokonferenčného zariadenia. V niektorých zasadačkách bolo toto riešenie vylepšené tým, že obraz je možné premietiť dataprojektorom na veľké plátno. Takto premietaný obraz je teda ešte väčší ako na 52 palcovej obrazovke.

Keďže však počas epidémie je potrebné obmedziť stretávanie sa pracovníkov navzájom, prípadne i s externými partnermi, bolo nutné riešiť aj potrebu videokomunikácie medzi pracovníkmi a externými partnermi z ich PC,

notebookov, prípadne mobilov. Pracovníci ŽP Informatika vyskúšali rôzne dostupné riešenia (Microsoft Teams, Cisco Webex Meetings, riešenia firmy Gamo, Google meet, Zoom a tak ďalej).

Nakoniec sa rozhodli v prvom kroku pre riešenie Cisco Webex meetings. Dôvodom pre toto rozhodnutie bolo to, že riešenie Cisco Webex meetings je kompatibilné s existujúcimi videokonferenčnými zariadeniami Cisco Profile 52, Cisco EX-90 a Cisco c40, ktoré sa od roku 2011 používajú v celej ŽP Group a ako je vyššie uvedené, boli nasadené aj do zasadačiek Ppam, Vvr, Vt a Te. Znamená to, že je možné videospojenie medzi PC (notebookom, mobilom) a videokonferenčným zariadením Cisco.

Nemalou mierou k tomuto výberu prispelo aj rozhodnutie firmy Cisco, poskytnúť užívateľom dočasné licencie pre riešenie Cisco Webex Meetings zadarmo, a to celosvetovo. Počas najväčšieho rozmachu tohto riešenia pracovníci ŽP využívali viac ako päťdesiat

takto bezodplatne poskytnutých licencií. Po skončení prvej vlny epidémie firma Cisco voľné licencie deaktivovala. Preto ŽP Informatika zakúpila doposiaľ päť takýchto licencií, ktoré sa zdieľane používajú. Aby si pracovníci navzájom nenarúšali videospojenia, ŽP Informatika vyvinula aplikáciu, ktorá umožňuje rezerváciu použitia licencií Cisco Webex meetings na požadovanú dobu pre konkrétneho pracovníka.

V praxi sa pri používaní riešenia Cisco Webex meetings ukázalo, že nakoľko malo celosvetovo množstvo užívateľov, portál Cisco Webex meetings bol v exponovaných časových intervaloch preťažovaný, odozvy pri videospojeniach sa predlžovali a zhoršovala sa kvalita videospojenia. Ako zistili pracovníci ŽP Informatika, takýto problém však mali všetky testované a vyššie spomenuté riešenia. Jediným spôsobom, ako toto eliminovať bolo to, aby ŽP používali na videospojenie riešenie, ktorého serverová časť by nebola na internete, ale aby bola prevádzkovaná na infraštruktúre (serveroch a sieťach), vlastnených a prevádzkovaných spoločnosťou ŽP Informatika a ktoré by bolo možné používať bezplatne. Na jednom z virtuál-



nych serverov ŽP Informatika bol preto nainštalovaný a sprevádzkovaný videosever Jitsi meet. Toto riešenie umožňuje videospojenie medzi viacerými účastníkmi (v praxi bolo odskúšané až niekoľko desiatok účastníkov) a samozrejme, aj zdieľanie obrazovky medzi účastníkmi spojenia. Na použitie tohto riešenia nie je potrebné inštalovať na PC (notebook) klientský program. Plne postačuje internetový prehliadač (napr. Google Chrome, Mozilla Firefox, Internet Explorer, Opera, Microsoft Edge...). Spojenie je samozrejme možné aj z mobilných telefónov na platforme Android a Apple iOS.

Aj keď v čase písania tohto článku (1. jún 2021, pozn. red.) sa opatrenia proti ochoreniu COVID-19 pomaly uvoľňovali, všetky popísané riešenia ostávajú v prevádzke a sú k dispozícii pre používateľov v Železiarňach Podbrezová.

Pre podrobnejšie informácie môžu zamestnanci priamo kontaktovať na klapke 2491, prípadne mailom na kester@zelpo.sk.

Stalo sa pred rokom

„Šťastie praje pripraveným“

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 príprav 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 mimoriadnu 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. Na stránkach Podbrezovana sa už dlhšie zaoberáme touto témou a zaujíma nás, ako COVID-19 ovplyvnil jubilejný rok života v našej spoločnos-



ti. Oslovujeme členov stredného manažmentu, ktorých útvary boli poverené mimoriadnymi úlohami súvisiacimi s pandemickými opatreniami v našej spoločnosti. O rozhovor sme požiadali Mgr. Petra Suju, riaditeľa ŽP Bezpečnostné služby, s.r.o. a opýtali sme sa ho: Vaša spoločnosť zohrala, aj stále zohráva veľmi dôležité miesto pri plnení úloh vyplývajúcich z realizácie opatrení vyplývajúcich z pandémie. Spomínate si, ako ste ich odštartovali a s akými problémami ste sa stretávali počas uplynulého roka?

- Samozrejme, že si spomínam. Bolo to náročné obdobie pre každého občana, každého zamestnanca a aj pre každého zamestnávateľa. Na začiatku pandémie sme si vo vedení našej spoločnosti nastavili priority pri zabezpečovaní bezpečnostnej služby pre našich klientov a stanovili sme si plán opatrení v personálnej, organizačnej a technickej oblasti, ktoré bolo potrebné vykonať, aby boli priority splnené. Prvoradé bolo



zabezpečenie riadnej kontroly na strážnych stanovištiach, zabezpečenie nepretržitej funkčnosti monitorovacieho a zabezpečovacieho systému, bezpečnostného kamerového systému a funkčnosti zásahovej skupiny. A samozrejme, aj ochrana našich zamestnancov, pretože bez nich by sa úlohy nedali splniť. Väčšina našich pracovísk, hlavne vrátnice, sú špecifické tým, že sú to priestory, ktorými prechádza veľké množstvo osôb. Sú to zamestnanci ŽP a.s., všetky návštevy, obchodní partneri, vodiči dovážajúci a vyvážajúci tovar zo ŽP a.s. Preto sme od začiatku museli riešiť nielen ochranu našich zamestnancov, ale aj plniť úlohy pri ochrane osôb, ktoré do ŽP a.s. vstupovali a následne sa po ŽP a.s. pohybovali. Na začiatku pandémie sme tak v záujme ochrany zamestnancov ŽP a.s. vydávali externistom aj ochranné rúška a respirátory v prípadoch, ak bol vstup externistov do podniku nevyhnutný a vlastné ochranné prostriedky nemali.

„Šťastím v nešťastí“ pre našu spoločnosť a našich zamestnan-

cov bolo, že sme boli súčasťou ŽP GROUP. V čase, keď bol nedostatok všetkého – informácií, ochranných prostriedkov, dezinfekcie, nás podržala materská spoločnosť, ŽP a.s. Naši zamestnanci, ktorí vykonávali bezpečnostnú službu na strážnych stanovištiach, teda na miestach, kde dochádza k intenzívnym kontaktom s inými osobami, boli od začiatku vybavení respirátormi FFP2 a FFP3, následne aj ochrannými rúškami, rukavicami a okuliarmi, a to všetko zo ŽP a.s. Na trhu sa totiž tieto prostriedky nedali zohnať. To isté platí aj o dezinfekcii na ruky a na povrchy. Ďakujeme.

Ako všetci, aj my sme museli improvizovať a napríklad z jednorazových náplní do dávkovačov dezinfekcie na ruky sme vyrobili doplniteľné náplne a dolievali sme do nich dezinfekciu dodanú zo ŽP a.s.

Museli sme prijať viacero organizačných opatrení a pristúpiť aj k zmene postupov pri vykonávaní kontrol tak, aby sme v čo najväčšej miere dokázali splniť úlohy, ktoré bezpečnostná služba plní a zároveň, aby sme zamestnancom poskytlí čo najväčšiu možnú ochranu. V tomto nám opätovne pomohla

materská spoločnosť, napríklad aj tým, že na miesta s najväčšou koncentráciou osôb, na vrátnice, boli nainštalované germicídne žiariče, ktoré, o tom som presvedčený, výrazne zlepšili ochranu aj našich zamestnancov.

Najväčšou skúškou našej pripravenosti bol začiatok celoplošného testovania na jeseň, kedy sme vo pred nevedeli, čo nám testovanie prinesie, koľko našich zamestnancov bude musieť zostať v karanténe. Dopredu sme sa na rôzne možné scenáre pripravili, kde to bolo možné tam technicky, inde personálne. Priznám sa, vo vedení našej spoločnosti nám „nebolo všetko jedno“, ale ako sa hovorí „šťastie praje pripraveným“ a nakoniec sme si niektoré pripravené opatrenia „len“ vyskúšali.

Využijem túto príležitosť aj na to, aby som sa poďakoval všetkým svojim kolegom za prácu, ktorú v tomto náročnom období vykonávali v mimoriadne náročných podmienkach. Som presvedčený, že aj zodpovednosť našich zamestnancov pri dodržiavaní opatrení výrazne prispela k tomu, že bezpečnostná služba mohla plniť svoje úlohy bez obmedzení aj v náročnom čase pandémie.

Ovzdušie kaliarne prospieva kvetom



Vďaka záľube Pavla Komoru v kaliarni vládne pozitívna energia. Jeho pýchou je aj zmišovec, ktorý akurát zakvitol (foto dole).

Foto: súkromný archív

O. Kleinová
noviny@zelpo.sk

Pavol Komora sa vyučil za mechanika strojov a zariadení a v podbrezovských železiarniach pôsobí už tridsať rokov. Začínal ako brusič a už deväť rokov pracuje v kaliarni ako kalič. Jeho práca súvisí s chemicko-tepelným spracovaním kovov. Vo voľnom čase sa rád bicykluje a s manželkou podnikajú rôzne cyklotúry alebo chodia na turistiku. Má však aj ďalšiu záľubu, vďaka ktorej zveľaďuje pracovné prostredie s nesporne pozitívnym účinkom na fyzické i psychické zdravie svojich spolupracovníkov.

So svojím koníčkom, pestovaním kvetín, začínal pred dvadsiatimi

rokmi, keď odchádzal do starobného dôchodku jeho spolupracovník, ktorý s pestovaním zelene na pracovisku začal. Dnes každého, kto do kaliarne vstúpi, upúta množstvo kvetov. Všetky sú krásne a svojím spôsobom zaujímavé, veď pestuje čínske ruže, strelčie, palmy, banánovník, ale aj bežný lopatkovec, o ktorom málo kto vie, že je to nielen dlho kvitnúci izbový kvet, ktorý skrášľuje prostredie, ale má aj najlepšie schopnosti čistenia vzduchu. A podarilo sa mu vypestovať aj vzácny tropický zmišovec.

Na našu otázku, v čom je tájomstvo úspechu pestovania kvetín, nám prezradil, že okrem pravidelnej opatery, veľmi dôležitú úlohu zohráva ovzdušie, v ktorom



sa jeho kvetom darí. A ak by mal niekto záujem, určite rád poradí, ako sa treba o jednotlivé druhy starať.



Bol to nesporne obojstranne nezabudnuteľný zážitok

Chalan, ktorý ohúril svet

Filip na Gray Bear

O. Kleinová
noviny@zelpo.sk

Golfové ihrisko Gray Bear na Táľoch v minulom roku navštívila rodina Graňovcov zo Santovky a ich syn napísal na sociálnu sieť odkaz, že sa mu tam veľmi páčilo. Členka GKT A. Zvaríková mu odpísala, že ak sa ešte vráti, bude jej potešením zahrať si s ním golf.

A ten deň nastal 4. júna 2021. Nebolo by na tom nič nezvyčajné, keby Filip Graňov nebol chalan, ktorý „ohúril svet“. Má dvadsať rokov a je parawesternovým jazdcom s Downovým syndrómom.

Na svojom konte má niekoľko výrazných úspechov. Získal prvé miesto na PARA WORLD CUP NBHA MEXICO 2015, je viacnásobný majster Slovenska špeciálnych olympiád, majster sveta hendikepovaných v Paname, majster Európy v extrémnej Cowboy Race v Paríži a Destelbergene, ako prvý slovenský jazdec vôbec sa zúčastnil na Majstrovstvách sveta HBHA v Georgii, kde získal druhé miesto v 5. divízii mužov a dve strieborné

medaily zo Svetových hier špecializovaných olympiád v Abú Dhabí. Je to galantný mladý muž, ktorý rozdáva úsmev a stretnutie s ním je obrovský zážitok.



Filip má na konte niekoľko výrazných úspechov. Foto: A. Nociarová



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

Jedálny lístok 21. – 27. 6. 2021

Pondelok

Polievky: mexická, špenátová so syrovými haluškami, pečivo.

• Bravčový rezeň na hubách, tarhoňa, cvikla • Hydinové ražniči, zemiaková kaša, uhorka • Bolonské špagety • Lahôdkový šalát, pečivo • Hovädzí guláš so zelenou fazuľkou • Škoricové osie hniezda, kakao • Bageta Apetito • Ovocný balíček.

Utorok

Polievky: slepačia, karfiolová, pečivo.

• Bravčové stehno bratislavské, knedľa • Morčacie prsia prírodné, ryža, šalát • Vyprážaná treska plnená brokolicou a syrom, zemiaky, šalát • Pórovo-hráškový šalát, pečivo • Zapekaný baklažán s hovädzím mäsom a zeleninou • Rezancový náky s tvarohom a jahodami • Bageta s kuracím mäsom • Mliečny balíček.

Streda

Polievky: šošovicová kyslá, rascová s vajcom, pečivo.

• Kuracie prsia na paprike, cestovina • Vyprážaný bravčový rezeň, zemiakový šalát s majonézou • Torteliny so šunkou, syrová omáčka • Študentský šalát, pečivo • Zapekané zemiaky s pórom • Buchty na pare s lekvárom, kakaoová posýпка, kakao • Bageta s pikantným mäsom • Ovocný balíček.

Štvrtok

Polievky: zeleninová, oravská fazuľová, pečivo.

• Pečený bôčik s plnkou, kapusta, knedľa • Hovädzí guláš mexický, ryža, šalát • Kuracie stehno so zeleninou, špenátové rezance • Syrové tajomstvo, pečivo • Kelový karbonátok, zemiaky, šalát • Šúlance s makom • Bageta Gurmán • Mliečny balíček.

Piatok

Polievky: kapustová s klobásou, horácka, pečivo.

• Hovädzí rezeň obalovaný, zemiaky, šalát • Kuracie stehno na smotane s hlivami, cestovina • Údené mäso, hrachová kaša, uhorka, chlieb • Bulharský šalát s bravčovým mäsom, pečivo • Graničerský pochod, cvikla • Hanácke koláče, kakao • Bageta moravská • Ovocný balíček.

Sobota

Polievka: francúzska, pečivo.

• Plnený bravčový závitok, ryža, uhorka • Goralská pochúťka, knedľa • Bageta Apetito.

Nedeľa

Polievka: terchovská, pečivo.

• Pečená krkovička na cesnaku, zemiaky, cvikla • Kuracie prsia orientálne, slovenská ryža, šalát • Bageta syrová.

Preveniou chránime a upevňujeme svoje zdravie

Od júna rehabilitácia aj v stredu popoludní

O. Kleinová, noviny@zelpo.sk

Prvoradým poslaním dcérskej spoločnosti ŽP Rehabilitácia s.r.o. je poskytovanie kvalitných rehabilitačných služieb zamestnancom Železiarní Podbrezová a jej dcérskych spoločností. Mnohí vyhľadávajú rehabilitačné služby žiaľ len vtedy, keď ich už trápia bolesti a akonáhle tie pominú, nepovažujú za potrebné ďalej sa venovať svojmu zdraviu. Neuvedomujú si však, že je nesmierne dôležité nevrátiť sa po odznení bolesti do pôvodného stereotypu, ale venovať sa prevencii. A to platí v každej oblasti, ako v práci pri predchádzaní úrazom i v prípade starostlivosti o vlastné telo. Treba vedieť vypnúť a oddychovať. V ŽP Rehabilitácia sú v ponuke rôzne relaxačné procedúry, ktoré nesporne prispievajú k utuženiu vášho zdravia a poskytnú vám možnosť relaxácie a oddychu. V snahe vyjsť v ústrety všetkým zamestnancom, už od 1. júna 2021 bude možné využívať rehabilitačno-relaxačné služby v stredu popoludní, od 13. do 17. hodiny. Ak bude záujem vyšší, budú k dispozícii aj dva dni v týždni v popoludňajších hodinách, so zámerom vyjsť v ústrety aj zamestnancom, ktorí by chceli navštíviť rehabilitáciu po pracovnom čase. V tomto a nasledujúcich číslach Podbrezovana vám priblížime jednotlivé rehabilitačno-relaxačné procedúry. Pripomínáme, že ide o služby, ktoré si nevyžadujú odporúčanie lekára a preto ich môže absolvovať každý záujemca, ktorý dodrží bežne zaužívané postupy. Nahlásiť sa môžete na telefónnom čísle 2954, prípadne 1512 a preukážete sa identifikačnou kartou zamestnanca.



Zo širokého spektra vám v tomto čísle predstavujeme:

KRYOTERAPIA – chladivý dotyk zdravia

Od dávnych čias je overenou metódou na úľavu od bolesti, potláčanie zápalových procesov a stimuláciu krvného obehu. Ide o spojenie modernej medicíny s alternatívnou liečbou. Celotelová i lokálna kryoterapia si našla svoje uplatnenie nielen pri rehabilitáciách, zmierňovaní či odstraňovaní následkov chorôb, ale je vyhladávaná aj aktívnymi športovcami a ľuďmi, ktorí udržiavajú svoju kondíciu a zdravie.

Analgetický účinok extrémne nízkej teploty na urýchlenie regenerácie svalov a kĺbov je ideálny pre využitie vo fyzioterapii, ortopedii a traumatológii. Lokálna kryostimulácia postihnuteho miesta zvyšuje okamžité pohybový rozsah a znižuje bolestivosť postihnuteho miesta, a tým umožňuje plnú kinézoterapiu kĺbov. Kryostimulácia nemôže v súčasnej dobe vylúčiť liekovú terapiu, ale dokáže ju účinne podporiť a znížiť potrebné dávky liekov.

Tlmenie bolesti aktivizuje pacienta a motivuje ho k cvičeniu, ktoré by v bolestivom stave nemohol vykonávať.

U pacientov liečených touto metódou sa podľa viacerých štúdií významne znižuje počet potrebných vnútorkĺbových steroidných injekcií.

V niektorých prípadoch sa pomocou kryostimulácie dokonca podarí vyhnúť operačnému zákroku u pacientov, u ktorých vzhľadom na patologické rozšírenie synoviálnej membrány boli indikácie na vykonanie synovektómie.

„Naše telo vníma extrémny chlad ako stres a vylučuje obranné látky, hormóny štastia – endorfíny, ktoré ho pred stresom chránia,“ hovorí MUDr. Caban. „Zniží sa pocit bolesti, zablokuje sa prenos sig-

nálov bolesti a nastane uvoľnenie svalového vlákna,“ vysvetľuje lekár. „Po endorfínoch sa do tela vylučujú kortikoidy, ktoré liečia zápal,“ dodáva. Pôsobením chladu tiež dochádza aj k vylúčeniu škodlivín, voľných radikálov, kyseliny mliečnej a urey z organizmu.

Princípom lokálnej kryoterapie je zníženie teploty postihnutých tkanív kĺbov, svalov, šliach v čo najkratšom čase. Čas trvania takehto zákroku trvá približne 2 – 3 minúty pri malých ošetrovaných miestach, až po 4 minúty pri veľkých plochách či kĺboch. Pôsobenie



extrémne nízkych teplôt (menej ako -100 stupňov Celzia) vyvolá v postihnutej oblasti výrazné prekrvenie, naštartuje hojivé procesy, pôsobí proti bolesti, opuchom a zápalom. Akútne a chronické bolesti sú dôležitou oblasťou pre pôsobenie chladným vzduchom.

Lokálnu kryoterapiu je možné aplikovať až trikrát denne s prestávkami 3 – 4 hodiny.

Fyziologické účinky kryoterapie:

- zmiernuje bolesť,
- pôsobí protizápalovo,
- relaxačne,



Ilustračné foto kryoterapie

- proti opuchom,
- antihemoragické,
- tlmí vodivosť nervových vlákien.

K dôležitým zdravotným účinkom patria:

- redukcia zápalového metabolizmu,
- zreteľné analgetické účinky,
- obmedzenie tvorby posttraumatických alebo postoperatívnych opuchov,
- zlepšenie stavu podporného a pohybového systému.

Terapia chladom nevyžaduje žiadnu predchádzajúcu liečbu

Kryoterapia sa odporúča v ortopedii, športovej medicíne, traumatológii:

- pri zraneniach,
- deformáciách,
- zlomeninách,
- natrhnutých a natiahnutých svaloch,
- pri posttraumatických stavoch (lymfatické edémy, hematómy),
- pri ortopedických chorobách,
- degeneratívnom ochorení okolitých tkanív kĺbu a jeho puzdra,
- aktívnej artróze,
- zápaloch kolenného väziva,
- pooperačných stavoch – fáza 1 (priamo pooperačné) a fáza 2 (mobilizačná).

V rehabilitácii je odporúčaná pred fyzioterapeutickou liečbou (kontrakcie, zvýšený svalový tonus, ľahké ochabnutosti, liečba spúšťacích bodov, akútne zápaly mäkkých tkanív: „lúpavý prst“, zápal mazového vaku, akútna bolesť ramena, lakťa a kolena, akútne zápaly a bolesti chrčtice.

Kontraindikácie:

- alergia na chlad
- Raynaudova choroba

Metódu celotelovej chladovej regenerácie môže človek ľubovoľne absolvovať po celý život a upevňovať si tak zdravie a skvalitňovať svoj život neobmedzene.



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

Jedálny lístok 28. 6. – 4. 7. 2021

Pondelok

Polievky: šošovicová s kyslou kapustou, roľnícka, pečivo.

• Hovädzí guláš maďarský, knedľa • Bravčový rezeň prírodný, ryža, cvikla • Ryba na vidiecky spôsob, zemiaky, uhorka • Svieži letný šalát, pečivo • Kuracie rezančky, zelená fazuľka s baby mrkvou • Pečené buchty so slivkovým lekvárom, kakao • Bageta s pikantným mäsom • Mliečny balíček.

Utorok

Polievky: prešporská, tekvicová, pečivo.

• Bravčový perkelt, cestovina • Pečené kuracie stehno, zemiaky, kompót • Lasagne mäsové • Grécky šalát, pečivo • Plnené hovädzie mäso, zeleninová obloha • Zapekané palacinky s tvarohom • Bageta moravská • Ovocný balíček.

Streda

Polievky: držková, mrkvová s pórom, pečivo.

• Kuracie prsia na hrášku so šampiňónmi, ryža, šalát • Hovädzie dusené, kôprová omáčka, knedľa • Vyprážané čevapčiči, zemiaky, šalát • Parížsky šalát, pečivo • Fľačky s kapustou • Makový závin s jablkami, kakao • Bageta syrová • Mliečny balíček.

Štvrtok

Polievky: fazuľová kyslá, krupicová so zeleninou, pečivo.

• Jelenie ragú s brusnicami, cestovina • Vyprážaný morčací rezeň ovčiarisky, zemiaková kaša, šalát • Džuveč z bravčového mäsa, uhorka • Horehronský syrový šalát, pečivo • Šošovicový prívarok, volské oko, chlieb • Dukátové buchtičky s vanilkovým krémom • Bageta Gurmán • Ovocný balíček.

Piatok

Polievky: hovädzia s cestovinou, zeleninová, pečivo.

• Pečené kačacie stehno, červená kapusta, knedľa • Hovädzia roštenka cigánska, ryža, šalát • Važecká pochúťka, zemiakové placky • Lahôdkový šalát zelerový, pečivo • Cestoviny s brokolicou a smotanovou omáčkou • Zemiakové knedličky s nutelou, maková posýпка • Bageta s kuracím mäsom • Mliečny balíček.

Sobota

Polievka: gulášová, pečivo.

• Bravčové mäso Chilli con Carne, tarhoňa, šalát • Vyprážaná ryba, zemiaky, kompót • Bageta Gurmán.

Nedeľa

Polievka: brokolicová dánska, pečivo.

• Hovädzí guláš debrecínsky, knedľa • Kuracie prsia na čínsky spôsob, ryža, uhorka • Bageta moravská.

Pod'akovanie



Ďakujeme všetkým príbuzným, priateľom a známym, ktorí sa prišli dňa 4. júna 2021 rozlúčiť na poslednej ceste s našim milovaným manželom, otcom, starým otcom a blízkym

Jozefom RUSNÁKOM z Jasenia.

Ďakujeme za kvetinové dary a prejavy sústrasti, ktorými ste sa pokúšali zmierniť náš hlboký žiaľ. Za dôstojnú rozlúčku ďakujeme Dychovej hudbe Železiarne Podbrezová.

Smútiaca rodina

Spomienky



„Odišiel tíško, už nie je medzi nami, no v srdciach našich žije stále spomienkami.“

Dňa 3. júna sme si pripomenuli desiate výročie od úmrtia nášho drahého manžela, otca a starého otca

Ivana DIMITROVA z Podbrezovej – Štiavničky.

Kto ste ho poznali, venujte mu spolu s nami tichú spomienku.

S láskou a úctou spomíname

...



Dňa 9. júna uplynul druhý smutný rok odvtedy, čo nás navždy opustil náš drahý otec, starý a krstný otec, brat a švager

Štefan ŠVANTNER z Gašparova.

S láskou spomína syn Martin s priateľkou Lenkou, vnuci Timotej a Marko a ostatní príbuzní

...



„Ako tíško žila, tak tíško odišla. Skromná vo svojom živote, ale veľká v láske a добрôte. Hoci si odišla a niet ťa medzi nami, v našich srdciach zostávaš a budeš stále s nami.“

Dňa 14. júna sme si pripomenuli nedežité 85 rokov našej milovanej manželky, mamy, starej a prastarej mamy

Márie PALOVČIKOVEJ z Brezna.

S láskou a úctou spomínajú manžel, synovia a dcéra s rodinami

...



„Za plameňmi sviečky, v tichej modlitbe na teba spomíname a za lásku ďakujeme.“

Dňa 19. júna uplynie päť rokov od smrti nášho drahého

Albína SLOVÍKA z Dolnej Lehoty.

Kto ste ho poznali, venujte mu spolu s nami tichú spomienku.

Manželka, syn, dcéra a kmotra s rodinami

...



Dňa 19. júna uplynú trinásť rokov odvtedy, ako nás navždy opustil milovaný

Vít VLČEK z Pohronskej Polhory.

S láskou a úctou spomíname

...

„Osud je občas veľmi krutý, nevráti čo raz vzal, zostanú iba spomienky a v srdci veľký žiaľ.“



Dňa 20. júna si pripomenieme dvadsaťjeden rok odvtedy, ako nás navždy opustil milovaný manžel, otec a starý otec

František PŮBIŠ z Podbrezovej.

S láskou a úctou spomínajú manželka, dcéra a synovia s rodinami

...



„Tak, ako tíško žila, tak tíško nás opustila. Skromná vo svojom živote, ale veľká v láske a добрôte. Odišla si bez slov a na rozlúčku nebol čas, spomienky na teba zostanú navždy v nás.“

Dňa 27. júna si pripomenieme šiesty rok, ako nás navždy opustila naša drahá mamka, stará mamka a prastará mamka

Mária REISOVÁ z Brezna.

S láskou a úctou spomínajú dcéry s rodinami

Tip na víkend – Horné Pršany

Ing. Peter Mlynarčík + foto

Obec Horné Pršany sa nachádza neďaleko Banskej Bystrice a svojou polohou poskytuje ideálny vstup do Kremnických vrchov. Z obce vedú dva náučné chodníky, informujúce o flóre, faune a o historických alebo iných prírodných zaujímavostiach. Sú to:

1. Horné Pršany – Lažtek, rozhľadňa. Cestu k rozhľadni začíname na konci obce vpravo po žltej turistickej značke. Je spestrená štyrmi informačnými tabuľami, ktoré nás oboznamujú so zaujímavosťami obce a jej okolia. Náučný chodník je ukončený pod vrcholom kopca Lažtek, na ktorom sa nachádza deväť metrov vysoká drevená rozhľadňa s vyhliadkovou plošinou. Bola vybudovaná v roku 2017 a vystúpime na ňu rebríkom. Odmenou nám je nádherný výhľad na samotnú obec, Banskú Bystricu, ale aj na Poľanu a Nízke Tatry. Na rozhľadni je umiestnená aj panoramatická fotografia s vyznačenými názvami vrchov, ktoré vidíme. Pokračujeme ešte ďalej po žltej turistickej značke k skalnému útvaru Čertova skala. Po desiatich minútach nás krátká značná odbočka priviedla do lesa, v ktorom sa ukrýva táto skala. Vznikla selektívnym zvetrávaním sopečnej lávy z vulkanickej

činnosti. Má tvar skalného hríbu, pevne spojeného s podkladom. Je zaujímavým prírodným úkazom, ktorý stojí za návštevu.

2. Horné Pršany – Kremenia. Náučný chodník vedie po žltej turistickej značke vľavo na konci obce k prírodnej pamiatke Kremenia, v ktorej sa nachádzajú štyri veľmi zaujímavé jaskyne. My sme si pozreli Kremenu jaskyňu. Je slovenským unikátom medzi jaskyňami, lebo sa nachádza v kremeni. Má päť vchodov a je-

den z nich vytvára skalné okno. Pôvod jej vzniku sme sa dozvedeli na jednej z tabúl popri ceste a je datovaný pred obdobie sopečnej činnosti. V okolí sa nachádzajú aj ďalšie jaskyne – Horná Kremenia, Chalcedónová jaskyňa a Opálová jaskyňa.

Pokračovaním po vyznačenom turistickom chodníku popri rozhľadni je možnosť sa dostať na ďalšie zaujímavé miesta Kremnických vrchov ako sú Horná skala, Veľstúr, sedlo Tri kríže alebo turistická ubytovňa Hostinec.



Rozhľadňa Lažtek

Výherca súťažnej krížovky



Správne znenie tajničky z Podbrezovana č. 11, kde sa ukrývala júnová pranostika je: **Medardova kvapka štyridsať dní kvapká.**

Z úspešných riešiteľov sme vyžrebovali **Anetu Potočárovú zo zásobovania.** Cenu, ktorú do súťaže venovala DDS Stabilita, si môže prevziať v redakcii, v pracovné dni od 7.30 do 15.30 hod.

Srdečne blahoželáme.

Murphyho zákony

- Keď sa odhalí a opraví chyba, zistí sa, že to chyba vôbec nebola.
- Prvý človek, ktorý vidí, že na semafore naskočila zelená, je vždy vodič v aute za vami.
- Môžete bicyklovať ktorýmkoľvek smerom, vietor bude fúkať vždy oproti.

Inzerát

Dobrá zábava na vaše rodinné oslavy, firemné večierky. 0907 661 346

súťažná krížovkasúťažná krížovka***súťažná krížovka***

Súťažte o cenu od DDS Stabilita

Opäť sme si pre vás pripravili súťažnú krížovku. Pre zapojenie sa do súťaže pošlite znenie tajničky do redakcie Podbrezovana poštou alebo e-mailom, najneskôr do 28. júna. Na jedného z vás čaká vecná cena, ktorú do súťaže venovala DDS Stabilita. Meno výhercu uverejníme v nasledujúcom čísle Podbrezovana.

Autor: PK	Akadémia múzických umení (skr.)	T1		dymil, kadil	južný plod	energia, moc	omotaj	osobné zámeno	hrala (kniž.)	patriace Eroví	šarhovia	Adriana dom.)		T5	druh komára
značka kozmetiky			zariadenie nameranie času										sodik (chem.)		
Ministerstvo obrany		T7	elektrónvolt										Európske normy		
odjedali								ranná víaha					božná oprava ohnuté železo na vešanie		
Pomôcky: ANAPA, HOF, ITE	kto financuje stavbu	prevínenie	T3				namotaj	smer nadol				dvor, statok (nem.) odhodzenie, vŕh			
Internet protocol		popovek	lesklá tkanina			kanón					lesiky				
časť tváre			značka zubnej pasty								lesiky				
vydal (bes.)			kráľ zvierat												
ženské meno															
sládko z rastliny															
tanečný (skr.)															
obrný transportér		T4													
rádium (chem.)			čieromorský prístav												

V tajničke sa ukrýva citát, ktorého autorom je Tomáš Baťa, český podnikateľ.

STABILITA
doplnková dôchodková spoločnosť

Pilier vášho dôchodku
www.stabilita.sk

Podbrezová začala letnú prípravu pod novým trénerom, šancu dostanú aj dorastenci

Matej Kubove

Dňa 10. júna začali futbalisti FK Železiarne Podbrezová prípravu na novú sezónu 2021/22, už pod vedením nového trénera Romana Skuhravého.

Spoločne so 46-ročným českým koučom prichádzajú na Horehronie aj jeho asistenti Richard Polák, Štefan Markulík a Róbert Jež. Trénerom brankárov ostáva Tomáš Čechovič, fyzioterapeutom Dalibor Bendík, masérom Dárius Kolodziej. Potešiteľnou správou je, že do klubu sa vracia František Kunzo, ktorý bude vykonávať pozíciu športového manažéra.

Na prvom tréningu neboli k dispozícii Richard Ludha, Peter Kováčik a Roland Galčík, ktorí po reprezentačných povinnostiach v národnom tíme U21 dostali voľno. Do prípravy zasiahne okrem brankára Adama Danka, ktorý už debutoval za „áčko“ v druhej lige, aj ďalších šesť dorastencov. Momentálne sú v štádiu riešenia jeden alebo dva hráčske príchody do Podbrezovej a rovnako jeden či dva odchody z nášho tímu.

Nový tréner Roman Skuhravý sa do Podbrezovej veľmi tešil: „Ani



Naši futbalisti na úvodnom tréningu prípravy na novú sezónu druhej ligy

nedokážem povedať ako veľmi som sa tešil. Tréning bol trochu hektický, pretože sme chceli byť precízni a na nič nezabudnúť. Mám obrovskú radosť z toho ako k tréningu hráči pristúpili. Veľmi sa teším na spoluprácu s nimi. Veľmi dobre viem, akí hráči tu sú. Poznám síce aj ich nedostatky, ale ten potenciál je pre moje videnie futbalu skutočne zaujímavý. Verím, že mladí hráči sa budú zlepšovať za podpory skúsených futbalistov. Mužstvo je z môjho pohľadu zložené veľmi dobre, vyjadril sa po tréningu český kouč.

Pred štartom druhej ligy má FK Železiarne Podbrezová naplánovaných sedem prípravných stretnutí: „Počas svojej trénerskej kariéry nerozlišujem prípravné obdobie. Ide o to, aby sme sa čo najrýchlejšie naľadili na jednu vlnu a aby chalani čo najskôr chápali ako chceme riešiť herné situácie. Začali sme hneď na prvom tréningu, nestrácame čas. Budeme mať aj testovanie, aby sme mali spätnú väzbu, čo je pre nás dôležité. Z toho sa určí aj to, ako budeme hráčov ďalej rozvíjať, ale tréningový proces sa bude odohrávať väčšinou na ihrisku. Máme sedem prípravných zápasov. Verím, že sú dostatočné na to, aby sme mali transfer z tréningu priamo v zápase a mohli sa pripraviť na súťaž, ktorá, ako každá iná, nebude jednoduchá,“ povedal Skuhravý.

Káder FK Železiarne Podbrezová na prvom tréningu:

Brankári: Ivan Rehák, Adam Danko, Filip Dlubáč.

Obrancovia: Boris Godál, Adam Pajer, Marek Kristián Bartoš, René Paraj.

Záložníci: Matej Grešák, Vladimír Barbora, Erik Grendel, Samuel Ďatko, Mikuláš Bakaľ, Jozef Špyrka, Vladimír Kukoľ, Michal Breznanič, Patrik Krčula, Patrik Gajan.

Útočníci: Daniel Pavúk, Davit Natckebia.

Voľno: Richard Ludha, Peter Kováčik, Roland Galčík.

Odchody: Juraj Chvátal, Erik Micovčák, Martin Pribula, Daniel Skiba, Roland Gerebenits.

Program prípravných zápasov:

19.6. MŠK Žilina – FK Železiarne Podbrezová,
23.6. FK Železiarne Podbrezová – FC ViOn Zlaté Moravce,
26.6. FK Pohronie – FK Železiarne Podbrezová,
26.6. FK Železiarne Podbrezová – Slavoj Trebišov,
3.7. MFK Zemplín Michalovce – FK Železiarne Podbrezová,
10.7. ŠKF Sereď – FK Železiarne Podbrezová,
17.7. FK Železiarne Podbrezová – FC Petržalka,
24.7. 1. kolo 2. ligy.

**program prípravy sa môže zmeniť*



Jan Bína sa stal víťazom predkvalifikácie ŽP Cup-u.

Foto: I. Kardhordová

Z kolkárskych dráh

Ing. Pavol Kühnel

Uvoľňovanie opatrení prinieslo radosť aj do radov kolkárov. Trénovať sme začali už v druhej polovici apríla a v tomto období sa už môžu organizovať aj súťažné podujatia. Slovenský kolkársky zväz sa však rozhodol neorganizovať žiadnu súťaž, uskutočnia sa len Majstrovstvá Slovenska jednotlivcov formou kvalifikácie a jednodňového turnaja. V našej kolkárni uvidíme kategórie žiakov a dorastencov, ako aj zápolenia mužov.

Náš oddiel absolvoval predkvalifikáciu na augustový ŽP Cup formou tréningových štartov. Mužstvá sa nestretávali medzi sebou súťažne, ale odohrali tri tréningové štarty v kolkárňach Interu, Veľkého Šariša a Podbrezovej. Výsledky sa sčítali, najlepšie družstvo a najlepších šesť jednotlivcov postúpilo do finálového turnaja v auguste.

Predkvalifikácia 15. ročníka ŽP Cup-u bola ukončená počas druhého júnového víkendu v Podbrezovej. Víťazmi sa stali Jan Bína a družstvo ŠK Železiarne Podbrezová „A“.

Po poslednom hracom dni sme spoznali postupujúcich do hlavného turnaja, ktorý sa uskutoční 21.

augusta. Z pätnástich štartujúcich družstiev postupuje ŠKK Trstená Starek (priemer z troch kôl 3546). Skončili na druhom mieste za našim „áčkom“ (3660), ale tí sa do predkvalifikácie nepočítali. Na treťom mieste sa umiestnili Rakovice (3472). „Béčko“ ŠK ŽP skončilo celkovo deviate (3269).

Zo 113 štartujúcich postupuje aj šesť jednotlivcov: Milan Tomka (Vrútky), Boris Šintál, Martin Dolnák, Marcel Ivančík, Peter Magala (všetci Rakovice) a Patrik Flachbart (Fíľakovo). Do tejto šestice sa však opäť nepočítali hráči nášho „áčka“.

Na domácich dráhach najlepšie zahral Peter Nemček (651), keď o tri kolky prekonal celkového víťaza Bínu. V celkovom poradí jednotlivcov sa stal víťazom náš kolkár Jan Bína (priemer z troch štartov 641). Na druhom mieste skončil ďalší podbrezovský kolkár Peter Nemček (priemer 626), tretí bol Milan Tomka z Vrútok (priemer 622). Umiestnenie ďalších našich hráčov, ktorí odohrali všetky tri štarty: 4. Bystrík Vadovič (615), 9. Tomáš Pašiak (594), 19. Erik Gallo (585), 27. Radovan Balco (558), 30. Martin Bizub (555), 34. Tomáš Dziad (549), 45. Tomáš Herich (528).



Naši biatlonisti úspešne vstúpili do letnej sezóny

T. Kubej
noviny@zelpo.sk

Počas druhého júnového víkendu sa v Osrblí uskutočnilo prvé kolo Viessmann pohára v letnom biatlone. Na štarte nechýbali ani športovci oddielu biatlonu a be-

žeckého lyžovania ŠK Železiarne Podbrezová, ktorí vstúpili do novej sezóny výborne.

V sobotu boli na programe rýchlostné preteky, kde naši biatlonisti zaznamenali viaceré popredné umiestnenia. V kategórii starších dorasteniek zvíťazila Tamara Mo-

lentová, na druhom mieste skončila Sára Pacerová a piate miesto obsadila Kristína Makovínová. Na svoje oddielové kolegyne nadviazali aj starší dorastenci, keď pretek vyhrál Sebastián Ilavský a Matej Vránsky pridali tretie miesto. Medzi juniormi úplne ovládli kategóriu naše biatlonistky, ktoré obsadili kompletne stupne víťazov. Zuzana Remeňová bola prvá, Mária Remeňová druhá a Ema Kapustová tretia. V kategórii juniorov sme mali dvojnásobné zastúpenie, Filip Bury skončil štvrtý a Radovan Floch siedmy.

V nedeľu štartovali biatlonisti v pretekoch s hromadným štartom. Medzi staršími dorastenkami sme opäť zaznamenali víťazstvo, keď preteky ovládla S. Pacerová. Oddielové kolegyne T. Molentová a K. Makovínová pridali šieste a jedenáste miesto. Starší dorastenci opäť bojovali o popredné miesta, S. Ilavský skončil druhý a M. Vránsky finišoval na štvrtej pozícii. Naše juniorky si opäť rozdelili prvé tri miesta. Najlepšia bola opäť Z. Remeňová, druhá dobehla E. Kapustová a na treťom mieste skončila

M. Remeňová. Medzi juniormi zaznamenali F. Bury a R. Floch piate a šieste miesto.

Najbližšie čaká našich biatlonistov druhé kolo Viessmann pohára v Revúcej, ktoré sa uskutoční začiatkom júla. Preteky v Osrblí zorganizoval hlavný tréner Peter Kazár:

- Všetci sme šli do pretekov s očakávaniami, ako na tom budeme v úvode prípravy. Po tomto víkende môžeme konštatovať, že to vyzerať veľmi dobre. Tešíme sa z toho, že športovci zvládali veľmi dobre bežeckú prípravu, aj keď ešte nemajú nabehané špeciálne tempá na súťažné vzdialenosti. Medzi konkurenciou napriek tomu vynikali, zvlášť dievčatá. Tento víkend bola pomerne náročná strelnica, keďže fúkal veľmi premenlivý a nárazový vietor, čo sa odzrkadilo aj na streleckých výkonoch. Aj naši biatlonisti zaznamenali strelecký skôr priemernejšie výkony. Dalo sa to možno aj očakávať, keďže stále sme na začiatku prípravy a ešte nemáme toľko nastrieľané v tempách. Momentálne robíme kludovú streľbu, nastavenie zbraní, takže



Naše juniorky nepustili biatlonistky z iných oddielov na stupne víťazov ani v jeden deň

predpokladám, že už o mesiac, keď budeme mať nabehané tempá aj natrénovanú streľbu po zadýchaní, to bude v Revúcej omnoho lepšie.



Naši biatlonisti s hlavným trénerom Petrom Kazárom na prvom kole Viessmann pohára v letnom biatlone v Osrblí. Foto: FB Biatlonový oddiel ŠK Železiarne Podbrezová