



DVOJTÝŽDENNÍK ŽELEZIARNÍ PODBREZOVÁ a.s.

PODBREZOVAN

ZALOŽENÝ V ROKU 1930

1

ROČNÍK LXXVIII
14. JANUÁR 2022
WWW.PODBREZOVAN.SK

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

Som presvedčený, že rok 2022 bude pre nás úspešný

Vážení spolupracovníci,
ako som už spomínal v predošlých príhovoroch, uplynulý rok bol pre nás veľmi úspešný. Skutočne sa teším, že sme vám mohli vyplatiť koncoročné odmeny, ale aj podpísať Kolektívnu zmluvu s päťpercentným nárastom tarifných miezd.

Vstupujeme do nového roka, ktorý nebude jednoduchý. S istotou môžem povedať, že k zastaveniu nárastu cien vstupov nedôjde. Ceny porastú vo všetkých odvetviach. Nie je predpoklad, že by sa situácia v priebehu roka zmenila. Je to predovšetkým z dôvodu, že zo strany vlády Slovenskej republiky neboli prijaté žiadne opatrenia, ktoré by viedli k nejakej zmene. Vláda žije rozdelením eurofondov a politici majú obrovskú vieru vo vlastné schopnosti. Myslia si, že peniaze, ktoré prišli na Slovensko, dokážu rozdeliť najlepšie a pomôžu zdvihnúť životnú úroveň všetkých občanov. Z tejto strany zrejme Železiarne Podbrezová pomoc čakať nemôžu. Preto sme sa v príprave plánov na nasledujúci kalendárny rok 2022 na túto možnosť ani nespoliehali.

Vážení spolupracovníci,
vedenie spoločnosti si uvedomuje, ako sú nastavené podmienky na strane predaja našich výrobkov. Preto očakávame, že výsledky hospodárenia za rok 2022 budú lepšie ako v minulom roku. Dokázali sme totiž akceptovať nárasty vstupov, zapracovať ich do nákladových vzorcov a ceny na strane výstupov upraviť tak, že predávame naše výrobky so ziskom, čo je veľmi dobré.

Vážení spolupracovníci,
želám si, aby bol celý pracovný kolektív našej spoločnosti zdravý. Verím, že nás bude pandémia obchádzať, aby sa nenaplnili predpovede pandemickej komisie, profesorov, analytikov a všetkých, ktorí v médiách maľujú svoj scenár. Život však ide ďalej. Dobrou správou je skutočnosť, že už existujú lieky na ochorenie COVID-19, ktoré môžu lekári predpísať. Verím, že ich bude dostatok. Prajem si, aby sa vám, vašim rodinám a nášmu kolektívu ochorenie vyhýbalo. Potom doká-



Nový závod učupený v doline pod zasneženými končarmi Nízkyh Tatier.

Foto: A. Nociarová

žeme v priebehu celého roka vyrábať kvalitné výrobky a ponúkať ich na trhu. Len tak budeme úspešní.

Vážení spolupracovníci,
Pre spoločnosť ako je naša je najdôležitejšie, aby sme mali dostatočný počet zákaziek. Môžem povedať, že v súčasnosti to tak je. Vieme, že len tak dokážeme naplniť obchodný a finančný plán. Potrebujeme však mať aj trochu šťastia, aby sme boli zdraví a mohli popri výrobných úlohách plniť aj ciele v oblasti investícií. Zo strany vedenia sme pre roky

2022 až 2027 investície nezastavili. Chceme byť o šesť rokov opäť modernejšou fabrikou s lepšou produktivitou práce, s dosahovaním vysokej kvality našich výrobkov a so spokojným pracovným kolektívom.

Vážení spolupracovníci,
do nového roka vám, vašim rodinám a celému pracovnému kolektívu ešte raz prajem veľa zdravia, šťastia a osobných úspechov. Som presvedčený, že nový rok bude pre Železiarne Podbrezová úspešný.

Podpísali Kolektívnu zmluvu

Starostlivosť o zamestnancov v Železiarniach Podbrezová a.s. je každoročne predmetom Kolektívnej zmluvy a Programu Predstavenstva ŽP a.s. v oblasti starostlivosti o zamestnancov. Obsah týchto dvoch dokumentov je základom benefitov vyplývajúcich z platnej legislatívy, Zákonníka práce, ale v našej spoločnosti je už historicky úplnou samozrejmosťou poskytovať zamestnancom aj nadštandardné výhody nad rámec aktuálnej legislatívy štátu.

Kolektívna zmluva a Program Predstavenstva ŽP a.s. v oblasti sta-

rostlivosti o zamestnancov pre rok 2022 boli podpísané 21. decembra 2021 s tým, že po doplnení údajov o zostatku sociálneho fondu k 31. decembru 2021 budú dokumenty pripravené do tlače a distribuované medzi zamestnancov.

V Kolektívnej zmluve boli navýšené tarifné mzdy o päť percent. V Programe Predstavenstva ŽP a.s. v oblasti starostlivosti o zamestnancov boli navýšené odmeny poskytované pri významných pracovných výročiciach a odmena za racionálne využívanie pracovného času.



Po podpísaní Kolektívnej zmluvy na rok 2022. Zľava: podpredseda Predstavenstva ŽP a.s. Ing. Marian Kurčík, predseda Predstavenstva ŽP a.s. Ing. Vladimír Soták, podpredsedníčka ZO OZ KOVO ŽP Monika Zimová a predseda ZO OZ KOVO ŽP Juraj Schmidt.

Z obsahu čísla

Rok vo výrobe

Rok 2021 bol poznačený vysokým nárastom cien energií a vstupných materiálov. V jeho prvých mesiacoch výrazne vzrástol dopyt po našich výrobkoch. Preto sme v prvom kvartáli pristúpili v prevádzkárňach oceliarení a valcovní bezšvíkových rúr k zmene organizácie práce. Prešli sme z trojzmeného šesťdňového pracovného režimu na štvorzmený nepretržitý pracovný režim.

Železiarne Podbrezová čítajte na strane 2

Úrazové poistenie sa mení na skupinové životné

Predstavenstvo ŽP a.s. pre vás pripravilo od 1. januára 2022 nové skupinové životné poistenie v Allianz – Slovenskej poisťovni, pri ktorom plnenie plýnuce z poistenia bude poskytnuté priamo zamestnancovi.

Železiarne Podbrezová čítajte na strane 2

Anketa s vedúcimi prevádzkarní a odborov

Nový rok prináša i pre Železiarne Podbrezová nové výzvy a plány. V našej tradičnej ankete sme oslovili vedúcich prevádzkarní a odborov, aby v krátkosti zhodnotili uplynulý rok, aké očakávania majú v novom a čo prajú zamestnancom, kolegom a čitateľom novín Podbrezovan v nasledujúcich dvanástich mesiacoch.

Železiarne Podbrezová čítajte na strane 3

Dychová hudba Železiarne Podbrezová koledovala

Naša dychovka po ročnej odmeke opäť potešila zamestnancov Železiarní Podbrezová a obyvateľov okolitých obcí. Hoci dlho nebolo jasné, či kvôli pandémie bude takáto možnosť, napokon sa dolinou ozývali tóny umelcov a ich nástrojov. Vlni protipandemickej opatrenia neumožnili koledovať vôbec. Tento rok bola situácia o niečo priaznivejšia a naši hudobníci tak mohli aspoň v obmedzenom režime zahrať všetkým a navodiť tak správnu vianočnú atmosféru.

Železiarne Podbrezová čítajte na strane 4

Železiari odštartovali prípravu aj s novou posilou

Futbalisti FK Železiarne Podbrezová odštartovali 6. januára spoločnú zimnú prípravu pred jarnou časťou druhej futbalovej ligy. Medzi hráčmi sa objavilo aj nové meno. Z Dubnice nad Váhom prišiel ostrieľaný útočník Marek Kuzma, ktorý podpísal s našim klubom zmluvu do 30. júna 2024.

FK ŽP čítajte na strane 8

T. Kvačkaj chce vybudovať silné ženské družstvo

Pod značku FK Železiarne Podbrezová nespadá len A-tím, dorast či chlapčenské mužstvá v kategórii mládeže. Súčasťou športovej rodiny nášho klubu sú aj dva dievčenské tímy. Mladší tvoria hráčky do 15 rokov, starší zasa futbalistky do 19 rokov.

FK ŽP čítajte na strane 8

Editoriál

Ako ten čas letí... Povedali si mnohí z nás, keď obrátili list v kalendári a v ňom zasvietil rok 2022. Väčšine sa zdá, že len pred nedávnom sme oslavovali nový rok a už sme naplno vhupli do ďalšieho. Predovšetkým staršia generácia si neraz povzdychne, ako život rýchlo ubehol a s nostalgiou spomína na roky minulé. Čas ovplyvniť nevieme. Ten pôjde stále. Ale ovplyvniť vieme svet okolo nás, svoj život... Nový rok prináša nové výzvy. Máme 365 dní na to, aby sme niečo zmenili, urobili svet krajším a možno si dali aj predsavzatia, ktoré sú pre toto obdobie príznačné. Nikto netuší, čo nás v nasledujúcich dvanástich mesiacoch čaká. Určite zažijeme radostné, ale i smutnejšie dni, možno životnú zmenu alebo si kúpime nové auto, prípadne pôjdeme oddychovať k moru. Niektorí plánuje viac, iní menej. Život prináša pestré okamihy a je len na nás, ako s nimi naložíme. Najpodstatnejšie je ale zdravie. Azda pri každom vinši alebo prianí počujeme frázu „hlavne veľa zdravia.“ Áno, zdravie je najdôležitejšie a ešte viac si túto skutočnosť uvedomujeme v súčasnej dobe. Tak si prajme, nech nás neopúšťa. Nech máme viac krajších dní ako minulý rok. Budme veselší a k sebe navzájom lepší. Skúsme hádky a rozbroje vymeniť za úsmev, pekné slovo či kompromis. Svet okolo nás bude krajší, radostnejší a aj maličkosť môže v pochmúrnej dobe potešiť. Všetko najlepšie v novom roku 2022.

-Milan Gončár

Uplynulý rok bol vo výrobe po viacerých stránkach úspešný

Ing. Ľubomír Kováč
vedúci dispečerského oddelenia

Rok 2021 bol poznačený vysokým nárastom cien energií a vstupných materiálov. V jeho úvodných mesiacoch výrazne vzrástol dopyt po našich výrobkoch. Preto sme v prvom kvartáli pristúpili v prevádzkarných oceliarení a valcovni bezšvíkových rúr k zmene organizácie práce. Prešli sme z trojzmenného šesťdňového pracovného režimu na štvorzmenný nepretržitý pracovný režim.

Posledné mesiace uplynulého roka boli poznačené zníženým počtom pracovníkov vo výrobnom procese, a to vo všetkých výrobných prevádzkarnách. Chýbajúcich zamestnancov sa nám darilo nahrádzať zvýšeným množstvom nadčasových pracovníkov hodín. Pomáhali nielen zamestnanci pracujúci v robotníckych profesiách, ale aj technicko-hospodárski pracovníci, ktorí sa snažili v „R“ profesiách zabezpečiť splnenie výrobných úloh, za čo im patrí poďakovanie.

Rekordný počet taviieb za deň

V oceliarni sme v prvom aj v druhom polroku 2021 prekročovali mesačný plánovaný objem výroby. Objem výroby kontinuálne odlievajúcich blokov za minulý rok bol 370 292 ton. Na predaj sme vyrobili 115 727 ton kontinuálne odlievajúcich blokov a pre vnútropodnikovú spotrebu vo valcovni bezšvíkových rúr 254 565 ton.

Pozitívne môžeme hodnotiť aj vývoj ďalších hlavných ukazovateľov – predváhy a výrobných prestojov. Výrobné prestoje sme v roku 2021 podkročili o 1,44 percenta v porovnaní s limitom prestojov. V súvislosti s vysokými cenami vstupných surovín sme zrealizovali rôzne varianty prípravy vsádzkového materiálu EAF, s obmedzením

použitia surového železa.

V uplynulom roku bolo v oceliarni, v spolupráci s dcérskymi spoločnosťami ŽP VVC s.r.o. a Žiaromat Kalinovo, zrealizovaných viacero technologických zmien a inovácií. V praxi sme odskúšali zariadenie pre dávkovanie liaceho prachu upraveného pracovníkmi ŽP VVC s.r.o. Rovnako sme pristúpili ku skúškam nových typov troskotvorných prísad počas spracovania tavby na panvovej peci.

V druhom polroku 2021 sme v oceliarni odliali rekordný počet 25 taviieb za jeden deň vo formáte 205x205 milimetrov. V priemere pritom dokážeme odliať 21 taviieb denne. V minulom roku sme po deviatich rokoch opätovne odliali formát v rozmere 225x225 milimetrov. Išlo o skúšobnú dodávku pre nového odberateľa, ktorý má v budúcnosti záujem aj o ďalšie produkty tohto formátu. V rámci vnútropodnikového vývoja sme skúšali rôzne varianty optimalizácie parametrov výroby a odlievania legovaných kotlových akostí.

Valcovňa bezšvíkových rúr

Vo valcovni bezšvíkových rúr sme v uplynulom roku vyrobili v distribučnej výrobe 203 021 ton valcovaných bezšvíkových rúr. Objem výroby valcovaných rúr na predaj bol za rok 2021 na úrovni

135 819 ton. Vo výrobe vstupných polotovarov pre výrobu presných rúr a oblúkov sme dosiahli objem výroby 67 202 ton valcovaných bezšvíkových rúr.

Pozitívne môžeme hodnotiť aj vývoj dosiahnutej predváhy pri výrobe valcovaných rúr. Za rok 2021 sme predváhu podkročili o 0,03

kilogramu na tonu. Naopak, stanovený limit výrobných prestojov vo valcovni bezšvíkových rúr sme prekročili zhruba o 2,6 percenta, a to predovšetkým z titulu prekročenia



Ilustračné foto: archív redakcie

technologicky nutných prestojov a zvýšeného počtu prestavieb a zmien akostí ocele.

Z pohľadu technologických inovácií môžeme rok 2021 hodnotiť veľmi pozitívne. V minulom roku sme zmodernizovali úsek delenia rúr za chladníkom spolu s dopravou k nadväzujúcim úpravárenským činnostiam. V priebehu minulého roka sme odstraňovali nedostatky, optimalizovali nastavenia píl a súvisiacich dopravných zariadení. V rámci rozširovania sortimentu valcovaných rúr sme skúšobne vyvalcovali rúry s vonkajším priemerom 25 milimetrov. Tie budú použité ako vstupný polotovár pre ťaháreň rúr a umožnia nám znížiť počet priebehov pri výrobe presných rúr menších priemerov pre výmenníky, hydraulické a pneumatikové rozvody.

Ťaháreň rúr

V sortimente presných rúr ťahaných za studena sme vyrobili za uplynulý rok 50 353 ton presných bezšvíkových rúr. Dosiahnutá predváha pri výrobe bola za rok

2021 približne na úrovni plánu.

Z pohľadu rozdelenia presných rúr podľa účelu použitia môžeme konštatovať nárast naplnenosti zákazkami vo väčšine hlavných výrobných skupín ťahárne rúr – štandardných konštrukčných, výmenníkových, rúrach pre automobilový priemysel, kotlových rúrach, ako aj v rúrach pre hydraulické a pneumatikové rozvody. V sortimente galvanicky pozinkovaných rúr sme vyrobili 1 618 ton rúr. V sortimente presných delených a hydraulických rúr sme v roku 2021 vyrobili 1 848 ton.

V priebehu uplynulého roka sme prešli v prevádzkarni oblukáreň na jednozmennú prevádzku a v sortimente navarovacích oblúkov a redukcií sme za minulý rok dosiahli výrobu 1 918 ton oblúkov a 76 ton rúrových redukcií.

Úspešné technologické inovácie

Z pohľadu technologických inovácií a zvyšovania produktivity práce môžeme rok 2021 považovať za veľmi úspešný. V priebehu apríla bolo v ťahárni rúr inštalované nové deliace zariadenie od firmy REIKA, kde je možné technológiou upichovaním deliť rúry od priemeru 40 do 180 milimetrov. V uplynulom roku sme v spolupráci s firmou Prestar, kolegami z odboru technického a investičného rozvoja a externými firmami spravádzkovali úpravárenskú linku na spracovanie rúr do 20 metrov (rozdrúžovanie rúr, rovnanie, predbežné delenie, NDT, presné delenie, oheľovanie, kontrolný rošt, olejovanie v elektrostatickom poli, automatické balenie rúr do šesťhranu). S firmou ŽDAS, a.s. sme upravili ďalšiu z ťahacích stolic (TŠ 3-06) na pracovisko s delením rúr priamo na ťahacej stolici. V súčasnej dobe máme takto upravené už štyri ťahacie stolice.

Z uvedených výsledkov je zrejmé, že rok 2021 bol z pohľadu objemového plnenia výroby, realizovania technologických zmien, inovácií a investícií úspešný. Za dosiahnutie týchto výsledkov ďakujeme všetkým zamestnancom výrobného úseku a rovnako aj všetkým zamestnancom ŽP a.s.

Úrazové poistenie sa mení na skupinové životné

Vážení zamestnanci spoločnosti Železiarne Podbrezová a.s. a zamestnanci ŽP GROUP. Predstavenstvo ŽP a.s. pre vás pripravilo od 1. januára 2022 nové skupinové životné poistenie v Allianz – Slovenskej poisťovni, pri ktorom plnenie plynúce z poistenia bude poskytnuté priamo zamestnancovi.

Dôvodom uzatvorenia nového typu poistenia je zabezpečenie vás a vašich rodín počas výkonu povolania v prípade neočakávanej choroby, úrazu či smrti. Záleží nám na vašom zdraví a na stabilnom finančnom rozpočte vašich rodín a práve preto vám prinášame tento benefit.

Výhody skupinového životného poistenia, ktoré budú pre vás ako zamestnancov z poistenia plynúť, sú nasledovné:

- zabezpečenie seba a najbližších v prípade neočakávaných životných situácií,
- poisťná ochrana 365 dní v roku, 7 dní v týždni a 24 hodín denne,
- automatické krytie formou prihlásenia do poistenia,
- výrazne výhodnejšia cena poistenia v porovnaní s uzatvorením individuálneho poistenia.

Uvádzame vám balík vybraných

poistení, ktorý je súčasťou zamestnaneckých výhod poskytovaných zamestnávateľom:

- poistenie pre prípad smrti (rizikové životné poistenie),
- smrť následkom úrazu (s dvojnásobným plnením pre prípad dopravnej nehody),
- trvalé následky úrazu s progresívnym plnením 700 percent,
- kritické choroby.

Rizikové životné poistenie

Smrť je nepredvídateľná udalosť, v prípade ktorej je rodina ukrátená o váš príjem a následne sú s ňou spojené náklady potrebné na pokrytie posledných výdavkov. Toto poistenie kryje úmrtie poisteného 24 hodín 7 dní v týždni, kdekolvek na svete. Služi na základné zabezpečenie pozostalých v prípade úmrtia.

Smrť následkom úrazu s dvojnásobným plnením pre prípad dopravnej nehody

Podľa štatistík uvádzaných poisťovňou, denne na následky dopravnej nehody zomrie jeden človek. Tretinu obetí dopravných nehôd tvoria chodci a cyklisti.

Poisťná ochrana pri tomto poistení je poskytnutá v prípade úrazu

poisteného s následkom smrti. V prípade straty života pri dopravnej nehode sa vyplatí dvojnásobok dojedanej sumy – za súčasného splnenia podmienok pre vznik poistnej udalosti:

- ak k smrti došlo najneskôr do 3 rokov odo dňa úrazu,
- ak úraz nastal počas trvania poistenia.

Trvalé následky úrazu s progresiou 700 percent

Vážne úrazy sa stávajú pri pracovnej aj mimopracovnej aktivite. Najväčšie problémy predstavujú úrazy, ktoré zanechávajú trvalé následky. Dlhodobosť sa ohrozuje finančný príjem rodiny a zvyšujú sa výdavky na liečbu.

V prípade trvalých následkov úrazu s progresívnym plnením je poistenému vyplatený podiel z dojedanej poistnej sumy, ktorý zodpovedá percentu rozsahu trvalých následkov. Poistné plnenie sa progresívne zvyšuje až do výšky 700 percent.

Poistenie kritických chorôb

Kritické choroby sa týkajú starších i mladších ľudí, solventných i menej solventných. Priemerná výška nákladov na liečenie kritických chorôb podľa štatistík poisťovne predstavuje sumu osemtisíc eur. Najčastejším kritickým ochorením je rakovina, ktorá postihuje každého tretieho človeka. Až 45 percent chorých je mladších ako 65 rokov.

Zmyslom tohto poistenia je finančne pomôcť poistenému v situácii, keď ochorenie na závažnú chorobu. Počas náročnej liečby stráca časť svojho príjmu kvôli práceneschopnosti a zároveň má zvýšené finančné nároky v súvislosti so zdravotným stavom. Poistenie kritických chorôb poskytuje poistnú ochranu pre prípad 28 chorôb. V prípade kritických chorôb je uplatňovaná čakacia doba v trvaní 6 mesiacov (t. j. od uzavretia poistenia musí uplynúť 6 mesiacov z dôvodu prvej návštevy lekára z dôvodu prejavujúcich sa príznakov kritické choroby).

Medzi kritické choroby patria: srdcový infarkt, cievná mozgová príhoda, rakovina, chronické zlyhanie obličiek, slepota, úplné ochrnutie a trvalé ochrnutie dvoch a viac končatín, skleróza multiplex, nevyhnutná transplantácia životne dôležitých orgánov, operácia venačových tepien z dôvodu ischemickej choroby srdca, operácia aorty, operácia srdcových chlopní, Parkinsonova choroba, Alzheimerova choroba, HIV infekcia získaná transfúziou krvi alebo krvných derivátov, konečné štádium pľúcneho ochorenia, kóma, strata končatín, bakteriálna alebo vírusová meningitída, kliešťová, bakteriálna alebo iná vírusová encefalitída, kardiomyopatia, apalický syndróm, primárna pľúcna hypertenzia, anémia následkom postihnutej kostnej drene, hluchota oboch uší, strata reči, diabetes mellitus prvého typu

V prípade vzniku poistnej udalosti, prosíme všetkých zamestnancov, aby neváhali kontaktovať spoločnosť Respect Slovakia, s.r.o. a to konkrétne osoby, ktoré majú rizikové životné poistenie zamestnancov spoločnosti Železiarne Podbrezová a.s. a zamestnancov ŽP GROUP na starosti:

- Ing. Gabriela Šamuová samuova@respect-slovakia.sk, 0905 984 133,
- Ing. Anežka Slivková slivkova@respect-slovakia.sk, 0908 996 474,
- Ing. Dagmar Rovňáková rovnakova@respect-slovakia.sk, 0915 895 320.

Do roku 2022 vstupujeme s pozitívnymi vyhliadkami a nádejou na ukončenie pandémie

Nový rok prináša i pre Železiarne Podbrezová nové výzvy a plány. V našej tradičnej ankete sme oslovili vedúcich prevádzkarní a odborov, aby v krátkosti zhodnotili uplynulý rok, prezradili, aké očakávania majú v tom novom a čo prajú zamestnancom, kolegom a čitateľom novín Podbrezovan v nasledujúcich dvanástich mesiacoch.

Ing. Ivan Liščinský, vedúci prevádzkarne valcovňa bezšvíkových rúr

- Rok 2021 môžeme vo valcovni rúr hodnotiť ako rok výroby na plný výkon, keď sme pracovali na štvorzmenný nepretržitý pracovný režim. Objemový plán v distribučnej výrobe prekročíme o 19 220 ton a dosiahneme v tonáži 202 720 ton. V realizácii predpokladáme výrobu 135 505 ton a prekročenie stanoveného ročného plánu o 14 505 ton. Za rok 2021 sa chce vedenie valcovne rúr poďakovať všetkým zamestnancom výrobného úseku vo valcovni rúr, prevádzkovej údržbe a ostatným prevádzkarňam, odborom a obchodnému úseku. Rok 2022 vyzerá z pohľadu nábehu objemu zákaziek v našej prevádzkarni veľmi dobre. Finančný plán na január 2022 bude naplnený. Veríme, že v tomto roku bude výroba prebiehať bez výkyvov na plný výkon. Do nového roka vstupujeme s predsavzatím úspešného plnenia všetkých úloh v oblasti výroby, kvality a znížovania nákladov na výrobu aj v spolupráci s Výskumno-vývojovým centrom. K naplneniu plánovaných úloh a cieľov v roku 2022 želá vedenie valcovne rúr všetkým spolupracovníkom aj zamestnancom spoločnosti a rodinám predovšetkým pevné zdravie, vytrvalosť a pozitívnu energiu.



Ing. Jozef Michálik, vedúci prevádzkarne ťaháreň rúr

- Rok 2021 môžeme v ťahárni hodnotiť ako úspešný, ale zároveň aj ťažký. Ale teší nás veľký záujem zákazníkov o presné bezšvíkové rúry - bez úpravy alebo aj zinkované a presne delené. Počas roka sme mali veľké problémy s vysokou práceneschopnosťou a OČR. Niektoré týždne nám z tohto dôvodu chýbalo v ťahárni až 16 percent zamestnancov a v stredisku oblúkareň až 40 percent. Napriek týmto problémom sme v ťahárni vďaka obetavosti zamestnancov, ktorí pracovali, výrobné úlohy splnili. V nasledujúcom roku očakávame, že záujem o naše výrobky bude stále vysoký a budeme pracovať bez úrazov a vlastnej nekvality. Veríme, že zdravotný stav našich zamestnancov sa zlepší, aby sme mohli plniť stanovené úlohy bez väčších problémov.



V novom roku prajem všetkým zamestnancom a čitateľom novín predovšetkým pevné zdravie a veľa úspechov v pracovnom a osobnom živote. Zároveň chcem poďakovať všetkým zamestnancom ťahárne, ale aj kolegom z ostatných prevádzok a odborov, s ktorými riešime každodenné problémy, za prácu vykonanú v predchádzajúcom roku.

Ing. Igor Kliment, vedúci prevádzkarne oceliareň

- Rok 2021 môžeme za ostatné obdobie hodnotiť ako jeden z úspešných. Išlo o rok ovplyvnený celosvetovou pandemiou koronavírusu a neustálym nárastom cien vstupných surovín. Tieto skutočnosti vytvárali tlak na kvalitu a množstvo odvedenej práce. Tak, ako sa menili požiadavky zákazníkov, následne sa upravoval pracovný režim. V úvode roka sme pracovali v trojzmenovom päťdňovom režime, potom trojzmenom šesťdňovom a následne sme v marci prešli na štvorzmenný nepretržitý pracovný režim, v ktorom sme zotrvali až do konca roka.



Rok 2021 bol aj rokom inovácií a technologických zmien. Odliali sme skúšobne inovovaný formát kvadrát 225 milimetrov. Odsúšľali sme monolitickú výmurovku stredového veka na EAF peci, cielene plánovali odlievanie 18 tavbových sekvencií, pričom hlavným cieľom bolo znížovanie nákladov. Aj napriek pandémie koronavírusu a nepriaznivému priebehu počas roka sme vyrobili v mesiaci júl 35 446 ton a rok ukončili s výrobou 370 656 ton ocele.

Od nového roka očakávam pozitívny trend na trhu s hutníckymi výrobkami a oceľou. Do budúcnosti pozerám s optimizmom. Verím v schopnosti našich spolupracovníkov a spoľahlivosť zariadení, že dokážeme zabezpečiť plnenie úloh v požadovanej kvalite a množstve vyrábanej ocele.

V novom roku prajem všetkým spolupracovníkom aj zamestnancom celej spoločnosti veľa zdravia, šťastia, pohodu a veľa úspechov počas roka 2022 v pracovnom aj v osobnom živote.

Ing. Jaroslav Romančík, vedúci prevádzkarne centrálna údržba

- Rok 2021 musím z pohľadu centrálnej údržby hodnotiť ako dobrý, aj napriek tomu, že sme mali a máme dosť veľké problémy s ochorením COVID-19. V centrálnej údržbe nám chýbalo v priebehu roka mnoho zamestnancov z dôvodu práceneschopnosti, covidu a karantény. Ale tieto problémy mali aj ostatné prevádzky. Teší ma, že sa nám počas celého roka podarilo realizovať plánované opravy technologických zariadení s vlastnými kapacitami, doplnenými kvalitnými externými firmami, čo je v dnešných podmienkach na Slovensku problematické, nakoľko kvalitnej pracovnej sily je stále nedostatok. Naším hlavným ukazovateľom je dodržiavanie stanoveného limitu prestojov na hlavných výrobných prevádzkarňach z dôvodu údržby a tieto sme v oceliarni, valcovni rúr a ťahárni podkročili. V novom roku 2022 si prajem, aby sme splnili všetky úlohy, ktoré budú na centrálnu údržbu kladené. Taktiež kvalitné prevedenie naplánovaných opráv na všetkých výrobných aj pomocných prevádzkarňach, veď kvalitu našich výrobkov dosiahneme len na spoľahlivých technologických zariadeniach. K dosiahnutiu spokojnosti a cieľov v našej spoločnosti, ale aj v jednotlivých rodinách našich zamestnancov, prajem všetkým veľa zdravia, šťastia a pohodu v rodine, ale aj v práci, v kruhu svojich spolupracovníkov. Práca ide oveľa lepšie, kvalitnejšie a rýchlejšie, keď je človek zdravý, psychicky vyrovnaný a spokojný.



Ing. Peter Krajčan, vedúci prevádzkarne doprava

- Tak, ako pre každého, aj pre zamestnancov prevádzkarne doprava bol rok 2021 náročný. Okrem problémov spojených s pandemiou ochorenia COVID-19, zasahovali do našej činnosti aj opatrenia súvisiace s opravou úseku štátnej cesty I/66 a oporného múru v súbehu s areálom ŽP a.s. Tie prebiehali od apríla do konca novembra. Týmto prácam predchádzala dôkladná príprava, kde sme po odsúhlasení upravili prejazdnu komunikáciu cez starý závod

a doplnili ju vodorovným a zvislým dopravným značením tak, aby niektoré vozidlá s povolením mohli podnikom prechádzať a vyhli sa prípadným kolónam. Práca na oprave oporného múru cesty I/66 si vyžiadala denne výluky od siedmej hodiny ráno do 17. hodiny na koľaji č. 22. Táto výluková činnosť nám v železničnej doprave narušala obeh vnútro podnikových vozňov, a tým pádom sme museli nakládku, prepravu a vykládku kontizliatkov realizovať a sklz dobíhať v nočných zmenách. Oprava cesty I/66 bola nevyhnutná. Dnes je už prvá časť rekonštrukcie za nami a chcem všetkým zamestnancom poďakovať za rešpektovanie dopravného značenia. Pevne verím, že tieto skúsenosti využijeme aj v druhej etape rekonštrukcie cesty I/66 v roku 2022.

Očakávam a budem robiť preto všetko, čo sa dá, aby sme aj na sklonku tohto nového roka mohli povedať, že úlohy spojené so zabezpečovaním výroby prevádzkarne doprava splnila. Želám všetkým veľa zdravia, šťastia a šťastné vykročenie do roku 2022.



Ing. Miroslav Zárvivec, vedúci odboru ekonomického plánovania

- Rok 2021 bol veľmi ťažký a náročný z dôvodu pretrvávajúcej pandémie, ktorá nás všetkých zasiahla v pracovnom, ale aj v súkromnom živote. Chcem poďakovať svojim kolegom, zamestnancom spolupracujúcich prevádzkarní a odborných útvarov ŽP a.s., respektíve dcérskych spoločností ŽP GROUP za spoluprácu v roku 2021. Z pohľadu odboru ekonomického plánovania môžem rok 2021 hodnotiť ako úspešný, nakoľko sme zvládli úlohy, ktorých riešenia boli často skomplikované predovšetkým dopadmi pandémie na hospodárstvo.

Myslím, že všetci si želajú, aby sa toto obdobie skončilo čo najskôr a mohli sme sa vrátiť do štandardného režimu spred roka 2020. Osobne by ma veľmi potešilo, aby sa navrátila slušnosť a ústretovosť v medziľudských vzťahoch. Z pohľadu dosiahnutia úspechu a prosperity ŽP a.s. očakávam stabilizáciu vstupných cien materiálov, energií a čo najdlhšie udržanie výstupných cien našich výrobkov na súčasnej cenovej úrovni. Prajem si, aby sme vytrvali v smerovaní našej spoločnosti a pozerali stále dopredu, aby jej pracovníci mali veľa dobrých tvorivých myšlienok, ktoré by sa mali stať základom úspešného podnikania v budúcnosti. Pre kolegov, zamestnancov ŽP GROUP si želim, aby každý pracovník cítil, že jeho práca je zmysluplná, ocenená a prináša prospech celej spoločnosti.

Čitateľom Podbrezovana prajem, aby aj v roku 2022 stále nachádzali vo svojom oblúbenom dvojtyždenníku mnoho zaujímavých a poučných rubrik.

V osobnom živote želim svojim kolegom, zamestnancom ŽP GROUP, čitateľom Podbrezovana, ako aj ich rodinám predovšetkým pevné zdravie, šťastie a rodinnú pohodu.



Ing. Jozef Turis, vedúci odboru riadenia a zabezpečenia kvality

- Z pohľadu nášho odboru bol rok 2021 na plnenie úloh plynúcich z požiadaviek prevádzkarní a odborov spoločnosti veľmi náročný. Z časového hľadiska ubehol rýchlo. Zamestnanci z nášho odboru z dôvodu pandémie pohoťovo zabezpečovali v rámci možností obsadenosť jednotlivých profesií formou viacprofesnosti. Zákazky prevádzkarní boli naplnené a tým aj výrobné kapacity. Náš odbor musel plniť požiadavky na testovanie, skúšanie a vyhodnotenie úloh kladených na náš výrobný sortiment. Všetky výrobky, ktoré opustia brány našej spoločnosti, musia spĺňať technické kritéria jednotlivých noriem, respektíve požiadavky zákazníkov na expedovaný tovar. Chcem sa poďakovať za príkladné plnenie úloh, iniciatívu a zručnosť všetkým zamestnancom odboru. Očakávania na rok 2022 beriem veľmi opatrne. Avšak verím, že príde zlepšenie pandemickej situácie, oživenie ekonomiky, pre našu spoločnosť dostatok objednávok, zdravý pracovný kolektív a ak bude zabezpečená spoľahlivosť výrobných zariadení, rok 2022 zvládneme k spokojnosti ako roky predošlé. Zamestnanci našej spoločnosti si vedia poradiť aj v zložitých situáciách svojim zodpovedným prístupom k plneniu pracovných povinností. Do nového roka prajem všetkým zamestnancom, ich rodinným príslušníkom a blízkym veľa zdravia, rodinnú pohodu, úspechy v pracovnom aj osobnom živote a život bez obmedzení.



Ing. Ingrid Nágelová, vedúca odboru expedície a obchodnej administratívy

- Z pohľadu nášho odboru expedície a obchodnej administratívy hodnotím rok 2021 pozitívne. Vzhľadom k tomu, že dopyt po našich výrobkoch od začiatku roka 2021 permanentne stúpал, vy-expedovali sme o viac ako 35 percent a tržby z predaja boli vyššie o 61 percent v porovnaní s rokom 2020.

V novom roku nemám veľké očakávania, skôr sa teším na všetko nové, čo prinesie. Verím, že aj napriek pokračujúcej pandémie pretrvá na trhu vysoký dopyt po našich výrobkoch a rok 2022 bude pre našu spoločnosť ďalším úspešným. Prajem všetkým kolegom a čitateľom Podbrezovana predovšetkým pevné zdravie, aby vás všetky negatívne informácie a udalosti zďaleka obchádzali. Aj keď sme už všetci unavení z protipandemických opatrení, ktoré ovplyvňujú náš každodenný život, neklesajme na duchu a verme, že sa čoskoro všetko dostane do normálnych koľají.



Ing. Ján Banas ml., vedúci odboru zásobovania

- Rok 2021 bol pracovne veľmi náročný. V jeho priebehu sme sa stretli s nedostatkom vstupných surovín a materiálov, enormné navýšenie cien a predĺžené dodacie termíny sme riešili s prevádzkarňami každodenne.

Vďaka snahe kolegov z odboru zásobovania sa nám podarilo splniť všetky úlohy, ktoré boli na nás kladené. Verím, že nový rok bude aspoň taký dobrý ako predchádzajúci a aj napriek zložitej situácii nájdeme s dodávateľmi také riešenia, ktoré zabezpečia efektívnu a plynulú výrobu v ŽP a.s.

Všetkým zamestnancom, ich rodinám a čitateľom prajem v roku 2022 pevné zdravie, šťastie a veľa pracovných a osobných úspechov.



Dychová hudba Železiarne Podbrezová opäť koledovala

T. Kubej
noviny@zelpo.sk

Naša dychovka po ročnej odmike opäť potešila zamestnancov Železiarne Podbrezová a obyvateľov okolitých obcí. Hoci dlho nebolo jasné, či kvôli pandémie bude takáto možnosť, napokon sa dolnou ozývali tóny umelcov a ich nástrojov. Vlní protipandemické opatrenia neumožnili koledovať vôbec. Tento rok bola situácia o niečo priaznivejšia a naši hudobníci mohli aspoň v obmedzenom

režime zahrať všetkým a navodiť tak správnu vianočnú atmosféru.

Ako už býva zvykom z minulých rokov, dychovka koledovala posledný pracovný deň pred Vianocami.

„Keďže bolo dlho otázne, za akých podmienok a či vôbec pôjdeme hrať koledy, som veľmi rád, že sa akcia podarila. Počasie nám veľmi neprialo. Vonkajšia teplota bola okolo mínus osem stupňov Celzia, čo vôbec nebolo komfortné nielen pre nás, ale ani pre naše nástroje, ktoré nám zamrzá-

li. Mrazivé počasie a sneh však k Vianociam neodmysliteľne patria. Hrali sme na našich štandardných stanoviskách – na vrátnici nového závodu, v Hronci, vo Valaskej a, samozrejme, v Podbrezovej, na sídlisku Štiavnička a na Šupkovej ulici,“ povedal Jakub Laco, dirigent Dychovej hudby Železiarne Podbrezová.

Koledovania sa zúčastnilo dvadsať muzikantov našej dychovky. „Snažili sme sa dodržiavať protipandemické opatrenia najlepšie ako sme vedeli, minimálne čo



Dychovka koledovala aj v Podbrezovej. Na fotografii počas vystúpenia na Šupkovej ulici.



Členovia Dychovej hudby Železiarne Podbrezová počas koledovania v novom závode.

Foto: archív Jakuba Laca

sa týka rozostupov. A keďže sme všetci prekonaní alebo zaočkovaní a sme umelci, ktorých poslaním je šíriť medzi ľuďmi radosť, rozhodli sme sa nevynechať tohtoročné koledovanie,“ priblížil.

Repertoár Dychovej hudby Železiarne Podbrezová tvorili klasické vianočné koledy v úprave Mikuláša Schneidera Trnavského, ktoré ľudia poznajú i z Jednotného katolíckeho spevníka. Zazneli piesne Tichá noc, Búvaj dieťa krásne, Narodil sa Kristus pán či Aký je to sviät. „K tradičným koledám sme pripojili i známu vianočnú pieseň Roľníčky (Jingle Bells). Tak, ako vediem dychovú hudbu už od začiatku, nieslo sa i koledovanie. Vždy sa snažím starý a tradičný repertoár

ozvláštniť niečím novým,“ pokračoval Jakub Laco.

Podľa aktuálnej vyhlášky, ktorá bola zverejnená 10. januára, by členovia našej dychovky mohli začať opäť pomaly pracovať a stretávať sa na nácvikoch. „Budem veľmi rád, ak nám to tentokrát vydrží čo najdlhšie. Najlepšie už navždy,“ praje si dirigent a dodáva: „Keďže sa situácia neustále mení, nikdy nevieme, či sa nám podarí stretnúť sa na jednej skúške alebo dokážeme zorganizovať i hodnotnejší koncert, čomu by som bol veľmi naklonený. Máme totiž dlh voči našim priaznivcom. Veľmi rád by som im ho splatil i s úrokmi v podobe koncertu na domacom pódiu.“

Ďalší úspešný rok pre klientov DDS STABILITA

Mgr. Jana Volnerová,
vedúca odd. Marketingovej komunikácie

V rýchlom behu života si asi málokto stihol uvedomiť, že doplnkové dôchodkové sporenie máme u nás dostupné už takmer štvrtstoročie. Práve DDS STABILITA si v tomto roku pripomenie 25. výročie svojho založenia a je príjemné vstupovať doň s vedomím, že môžeme v tomto ťažkom období priniesť aspoň zopár pozitívnych a príjemných správ.

Spoločnosť sa aj v minulom roku na finančných trhoch opäť výrazne darilo. Všetky tri príspevkové fon-

dy, ktoré ponúkame svojim klientom, ukončili rok s kladným zhodnotením. Najväčší fond, určený predovšetkým investorom v pred dôchodkovom veku, ktorí „vsadili“ skôr na istotu a svoje úspory už nechcú vystavovať väčším trhovým rizikám, dosiahol za rok 2021 zhodnotenie na úrovni 2,46 percenta. Odvážnejší investori opäť získali oveľa viac. Ich kontá v Akciíovom fonde vzrástli za minulý rok o takmer 13 percent a najmladší Indexový fond dosiahol zhodnotenie 17,3 percenta.

Ostatné roky opakovane potvrdzujú, že dynamické fondy sú síce

podstatne rizikovejšie ako konzervatívne, ale dokážu klientom zaradiť oveľa viac. Je len na škodu, že ich v rámci tretieho piliera ešte stále využíva len menšia časť klientov. Dôvodom môže byť strach z vyššieho rizika, ale i neznalosť problematiky. Základom úspechu a efektivity dlhodobého sporenia na dôchodok je však práve správne nastavenie investičnej stratégie, preto by sme jej prehľadnosti mali aspoň raz za čas venovať trochu pozornosti. Radi vám pri vašom ďalšom rozhodnutí pomôžeme.

Ako sa výsledky minulého roka prejavili na konkrétnych účtoch sa klienti dozvedia z ročných výpisov. Tie budú dostupné na webovom portáli najneskôr od 17. januára. Nezabudnite si preto skontrolovať vaše prístupové heslo a v prípa-

STABILITA
doplnkové dôchodkové spoločnosti

de, že ste ho stratili, požiadajte čo najskôr o nový prístup na Portál prostredníctvom kontaktného formulára (nájdete na stránke www.stabilita.sk vpravo dole), aby bol váš prístup bezproblémový.

Klientom, ktorí nám poskytli aj svoju e-mailovú adresu, zasielame výpis súčasne aj elektronicky, a to v čase od 17. do 21. januára 2022.

V prípade, že vaša účastnícka zmluva, uzatvorená so spoločnosťou STABILITA, d.d.s., a.s., spĺňa aj podmienky pre uplatnenie daňovej úľavy, nájdete v prílohe mailu a tiež na portáli aj potvrdenie o zaplatených príspevkoch za rok 2021.

Súčasťou elektronických výpisov bude aj informačný spravodajca, v

“Vedeli ste, že fondy, do ktorých smerujete svoje investície na dôchodok môžete kedykoľvek meniť? Bezplatne a jednoducho na ktoromkoľvek kontaktnom centre, ale aj na portáli pre účastníka na webovej stránke spoločnosti.

ktorom podrobnejšie zhodnotíme uplynulý rok, ale prinesieme aj informácie o veľkej celoročnej súťaži pre klientov DDS STABILITA.

Želáme vám pokojný rok 2022. Prežite ho v zdraví a spokojnosti!

Fakulta materiálov, metalurgie a recyklácie Technickej univerzity v Košiciach – štúdium, ktoré má budúcnosť

Perspektívne odbory na špičkovej fakulte

Zdroj: FMFR TUKE

Vďaka spolupráci s podnikmi z praxe a vynikajúcim podmienkam pre výskum, vychovávame úspešných absolventov, ktorí nájdu uplatnenie na trhu práce v rôznych odvetviach priemyslu. Získavanie a spracovanie zemských zdrojov, strojárstvo, automobilový priemysel, ekologické a environmentálne vedy či výskum materiálov. To sú príležitosti pre tvoju budúcnosť.

Objav aj ty svet moderných materiálov a recyklácie

Na otázku, prečo študovať na

Fakulte materiálov, metalurgie a recyklácie Technickej univerzity v Košiciach (FMFR TUKE), odpovedá Adéla Valová, študentka prvého ročníka v študijnom programe Spracovanie a recyklácie odpadov.

"Aby som bola úprimná, nikdy mi nenapadlo, že by som šla študovať do školy práve s takýmto zameraním. Ale hneď po nástupe som vedela, že som si zvolila správnu cestu a že išlo z mojej strany o dobré rozhodnutie. Na FMFR sa človek veľa naučí, a to, navyše, v rodinnom prostredí. Preto by som štúdium na našej fakulte určite odporučila aj ďalším. Podľa mňa je učenie na FMFR najlepšie, a to

predovšetkým kvôli výnimočnej rodinnej atmosfére.

Naša fakulta je ako jedna veľká rodina a toto tvrdenie sa mi potvrdzuje čoraz viac po každej hodine strávenej s vyučujúcimi. Každý sa môže podeliť o svoj názor, strach, obavy. Jednoducho o všetko, čo ho trápi a je záruka, že bude vypočutý. Asi to nie je to najzaujímavejšie na štúdiu, ale pre mňa to má najväčšiu váhu. Verím, že štúdium na FMFR mi pomôže, okrem iného, so strachom a stresom. A to bez strachu a stresu z verejného prezentovania povedať každú svoju myšlienku, nápad a riešenie, aj keď možno nie je správne. Z prezentovania som vždy mala, mám a vždy budem mať stres, ale moja škola mi s ním úspešne pomáha."



Fakulta materiálov, metalurgie a recyklácie

vania som vždy mala, mám a vždy budem mať stres, ale moja škola mi s ním úspešne pomáha."

Prihláste sa na štúdium aj bez prijímacích skúšok

INFORMÁCIE:

Tel.: +421 55 602 2421, +421 55 602 2429,

e-mail: studijne.fmfr@tuke.sk.



Študentka Adéla Valová



Príďte si **zalyžovať** do strediska **Ski Tále**

Denné lyžovanie

pondelok – piatok: 9:00 – 16:00

víkendy: 8:00 – 16:00

Večerné lyžovanie

piatok – sobota: 18:00 – 21:00

WWW.TALE.SK


T A L E
SKI, GOLF & HOTEL RESORT

Take-away menu

Nevarte! Vyzdvihnite si

Objednávajte do 19:30 na +421 48 6712 618
Vyzdvihujte v reštaurácii hotela Stupka



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

Jedálny lístok 17. – 23. 1. 2022

Pondelok

Polievky: kapustová s klobásou, horácka, pečivo.

- Bravčový rezeň s broskyňou a syrom, zemiaky,
- Kuracie prsia prírodné, tarhoňa, cvikla,
- Furmanské halušky,
- Palacinky s džemom a čokoládou.

Utorok

Polievky: zeleninová, bulharská, pečivo.

- Hovädzia pečienka sviečková, knedľa,
- Morčacie prsia na hrášku so šampiňónmi, ryža, šalát,
- Vyprážený syr s modrou plesňou, zemiaky, brusnicová omáčka,
- Škoricové osie hniezda, kakao.

Streda

Polievky: šošovicová kyslá, mrkvová s pórom, pečivo.

- Hovädzí guláš maďarský, cestovina,
- Vyprážené kuracie stehno, zemiaková kaša, kompót,
- Pečená ryba, krúpy so zeleninou,
- Žemľovka s tvarohom.

Štvrtok

Polievky: hovädzia s cestovinou, tekvicová, pečivo.

- Kuracie prsia na zelenine, ryža, šalát,
- Pečený bôčik s plnkou, kapusta, knedľa,
- Kelový karbonátok, zemiaky, šalát,
- Langoše s kečupom.

Piatok

Polievky: mexická, bryndzová so strúhaným cestom, pečivo.

- Hovädzia roštenka portugalská, zemiaky, šalát,
- Kuracie stehno na smotane s hlivami, cestovina,
- Bravčový rezeň prírodný, zeleťová remuláda,
- Pečené buchty so slivkovým lekvárom, kakao.

Sobota

Polievka: údeninová, pečivo.

- Bravčové stehno bratislavské, knedľa,
- Kuracie prsia s horčicou, ryža, šalát.

Nedeľa

Polievka: kelová s ryžou, pečivo.

- Hydinové ražniči, zemiaky, uhorka,
- Bravčové mäso na paprike, cestovina.

Ako dodržať novoročné predsavzatia?

M. Gončár

noviny@zelpo.sk

Novoročné predsavzatia sú každoročnou tradíciou mnohých ľudí. Kým niekto chce prestať fajčiť, ďalší túži schudnúť, iní zasa obmedzia konzumáciu alkoholu alebo chcú šetriť či učiť sa jazyk. Hoci odhodlanie môže byť na začiatku roka veľké, postupne viacerí skĺzu do nastaveného štandardu a z predsavzatí nie je nakoniec nič.

Štatisticky iba necelá jedna tretina ľudí dodrží novoročné predsavzatie dlhšie ako mesiac. My vám ponúkame niekoľko tipov, ako vydržať čo najdlhšie a svoj cieľ splniť tak, aby bol človek spokojný a dosiahol požadovanú metu.

Dôležité je dávať si čiastkové ciele a nečakať hneď výsledok. Ak chcete obmedziť nikotín, skúste prestať fajčiť na týždeň, dva, mesiac a postupne to navyšovať. Čiastkový úspech má motivačný charakter. Vy sa potešíte a máte odhodlanie pokračovať ďalej. Pláť to však aj pri iných záväzkoch. Chudnite čiastkovo alebo behajte najskôr kratšie trasy, ak ste si povedali, že sa chcete viac hýbať. Nedávajte si nerealizovateľné predsavzatia a ani také, ktoré menia vašu osobnosť, charakter či medziľudské vzťahy.

Človek môže veľa zmeniť, ale stať sa niekým iným je prakticky nemožné. Chcete robiť viac dobrých skutkov? Smelo do toho! Môžete sa stať lepším človekom, ale nikdy nebudete iná osobnosť. Vaše povahové črty a charakter sú jedinečné, nesnažte sa zmeniť niečo, s čím ste sa narodili. Je viac ako pravdepodobné, že sa vám to nepodarí.

Potrebná je trpezlivosť

Ak chcete viac šetriť, nečakajte, že za pár týždňov budú z vás miliónári. Niektoré veci nejde zmeniť hneď, dôležitá je trpezlivosť. Mnohé dni nebudú ľahké, veľakrát to budete chcieť vzdať, no predstavte si výsledok, ktorý ste si naplánovali na začiatku vašej cesty za zmenou. Ten nech vás motivuje a je hnacím motorom pracovať na sebe aj naďalej.

M. Gončár

noviny@zelpo.sk

Dať si predsavzatie je určite veľká výzva. Dôležitá je pevná vôľa, chcenie či podpora okolia. Pozrite si najčastejšie záväzky, ktoré chceme dodržať.

• **Prestanem fajčiť** – fajčenie je zdraviu škodlivé a dokáže byť nepríjemné aj pre okolie. Preto je rozhodnutie ukončiť tento zlovyk prospešné nielen pre samotného fajčiara, ale aj pre ostatných. Ďalším benefitom sú ušetrené peniaze.

• **Schudnem** – telo sa vám určite odmení. Viac pohybu a lepšia strava dokážu zázraky. Ihneď sa vám zlepši kondícia, krvný tlak a určite vám poďakujú aj kĺby. Ale to už hovoríme o obezite. Niektorí chcú zhodiť len zopár kil, iní zasa potrebujú a túžia viac. Každopádne, zbytočný tuk vaše telo nepotrebuje.

• **Budem viac šetriť** – poznáte to. Tam euro, tam zasa dve a vedľa zasa desať. Táto vec sa mi hodí do bytu, tieto šaty sú nádherné. A zrazu zistíte, že ste si nakúpili veľa zbytočností. Skúste viac šetriť. Z každej výplaty si odložte ne-



Ilustračné foto: pexels.com

Zlyhanie nech vás nepoloží. Ak si pri chudnutí doprajete sladké alebo menej zdravé jedlo, berte to ako prehrešok, nie ako stopku pred splnením predsavzatia. Podobne je to aj pri iných záväzkoch. Pamätajte, už len vaše odhodlanie a snaha niečo zmeniť sú pozitívne. Váš cieľ nemôže zničiť jedno zlyhanie.

Dávajte si pozor na výhovorky. Tie sú veľkým nepriateľom vášho odhodlania a veľmi rýchlo im podľahnete. Potom vaša námaha dosť trhlina a z predsavzatí sa stáva len ďalší nevydarený pokus.

Rovnako dôležitá je odmena. Motivuje vás na sebe pracovať a plniť si predsavzatia. Doprajte si po čiastkovom úspechu niečo príjemné, čo vám urobí radosť. Kúpte si nové oblečenie, zájdite do wellness či na dobrý obed. Vidina odmeny vás správne motivuje. Povedzte si, že ak sa vám podarí urobiť daný krok, na jeho konci vás čaká odmena. Pokojne si vymyslite aj niečo konkrétne. Možno vás to ešte viac nakopne.

Môžeme sa na to pozrieť i z druhej strany. Dávajte si pozor na tresty. Ak zlyháte, neznamená to koniec. Neschudli ste podľa predstáv? Nevadí, skúste zmeniť štýl cvičenia, tréningy či stravu. Určite sa vám to podarí. Môžete si dať aj malý trest, ale pozor, aby nebol príliš tvrdý. Mohol by vás ešte viac odradiť.

Pomoc druhých

Ak máte odhodlanie splniť predsavzatie, pomôžu vám rodina, priatelia či blízki. Je dobré, keď človek v ceste za zmenou nie je sám. Ľudia z vášho okolia vám poradia, môžu vás motivovať a podporovať na vašej ceste. Vždy sa vám bude ľahšie plniť niečo, keď máte oporu. Ešte lepšou alternatívou je, keď si predsavzatie dáte viacerí. Napríklad začnete behať s kamarátmi, partnerom či kolegom. Takto sa môžete vzájomne podporovať. Aj tie ťažšie dni, keď sa vám jednoducho nebude chcieť alebo budete mať úmysel ukončiť vašu snahu, druhá strana vás vie nakopnúť. Psychika vás núti vydržať, aby ste pred druhými nevyzerali ako slaboch alebo že ste zlyhali.

Dôležité je tiež ísť postupnými krokmi. Dávajte si pozor, aby ste to zo začiatku neprepálili. Každý by chcel dosiahnuť dobré výsledky čo najskôr, no sme len ľudia a nejde všetko naraz.

Nový rok môže znamenať aj nový začiatok. Skúste teda zabojsť a ak ste si dali novoročné predsavzatie, snažte sa vydržať dlhšie ako len týždeň alebo mesiac. Pamätajte, vydali ste sa na cestu, ktorá nie je jednoduchá. Ale človek je silný tvor a s dostatočným odhodlaním zvládne veľa. Nech sú teda aj vaše predsavzatia úspešné a podarí sa vám dosiahnuť to, čo ste si naplánovali.

spite. Telo sa vám odmení a vy budete rozhodne spokojnejší.

• **Vyhýbať sa stresu** – toto predsavzatie nadväzuje na predošlé. Stres má na človeka veľmi zlý dopad. Vznikajú z neho rôzne choroby, duševné poruchy či nepohoda. Skúste sa mu vyhýbať v práci, doma, odíďte od ľudí, čo vám vysávajú energiu. Nezabudnite na kvalitný spánok a relax.

• **Viac pomáhať** – možno sa máte veľmi dobre, nič vám nechýba. Aj finančne ste zabezpečený. Zrazu si uvedomíte, že vo vašom okolí sú ľudia, ktorí toľko šťastia nemali. Pomôžte im. Nemusí ísť pritom len o finančný dar. Možno máte doma nepotrebné šatstvo alebo práčku, ktorú už nepoužívate. Venujte ju chudobnej rodine. Možnosti je veľa a je len na vás, pre ktorú sa rozhodnete. Okrem dobrého skutku budete mať príjemný pocit na duši.

Nech sa už rozhodnete pre ktorýkoľvek záväzok, potrebujete predovšetkým trpezlivosť.

Tak si držme navzájom palce, nech naše úsilie vydrží čo najdlhšie a výsledky námahy potešia nás a možno aj našich blízkych.



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

Jedálny lístok 24. – 30. 1. 2022

Pondelok

Polievky: stupavská zabíjačková, roľnícka, pečivo.

- Kuracie prsia s ananásom, ryža, šalát,
- Bravčový guláš, knedľa,
- Špenátový prívarok, zemiaky, volské oko,
- Dukátové buchtičky s vanilkovým krémom.

Utorok

Polievky: fazuľová kyslá, krupicová so zeleninou, pečivo.

- Vyprážený bravčový rezeň, zemiaková kaša, šalát,
- Hovädzie mäso námornícke, tarhoňa, uhorka,
- Bolonské špagety,
- Zapekané palacinky s tvarohom.

Streda

Polievky: krúpková, prešporská, pečivo.

- Bravčový rezeň na hubách, ryža, šalát,
- Pečené morčacie stehno, červená kapusta, knedľa,
- Zemiakovo-bryndzové pirohy so slaninou,
- Bageta s moravským mäsom.

Štvrtok

Polievky: slepačia, rascová s vajcom, pečivo.

- Perkelt z morčacieho mäsa, cestovina,
- Bravčová krkovička zbojnícka, opekané zemiaky, šalát,
- Pečená klobása, hrachová kaša, uhorka, chlieb,
- Šúľance s makom.

Piatok

Polievky: držková, francúzska, pečivo.

- Pečené kuracie stehno, zeleninová ryža, kompót,
- Hovädzie dusené, kôprová omáčka, knedľa,
- Sekaný rezeň z bôčika, zemiakový šalát s majonézou,
- Muffiny s čokoládou, kakao.

Sobota

Polievka: hrachová so salámou, pečivo.

- Vyprážený syr, zemiaky, tatárska omáčka,
- Plnený bravčový závitok, slovenská ryža, uhorka.

Nedeľa

Polievka: karfiolová, pečivo.

- Bravčové stehno hamburské, knedľa,
- Hovädzia roštenka cigánska, ryža, cvikla.

Najčastejšie predsavzatia

Spomienky



Dňa 13. decembra uplynulo sedem rokov odvtedy, ako nás navždy opustil náš milovaný otec a starý otec **Jozef LICHVÁR z Podbrezovej**. Tí, ktorí ste ho poznali, venujte mu spolu s nami tichú spomienku.

S láskou a úctou spomínajú deti s rodinami a ostatná rodina

...



Dňa 14. decembra uplynuli tri roky, kedy nás opustil manžel, otec a starý otec **Vojtech REMENÁR z Brezna**.

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

S úctou spomína celá rodina

...



Dňa 23. decembra uplynulo dvanásť rokov odvtedy, ako nás náhle opustil milovaný manžel, zať a brat **Robert SOJAK z Brezna – Mazorníkova**.

S láskou spomína manželka Anna a ostatná rodina

...



„Odišiel si cestou, ktorou ide každý sám, len brána spomienok ostala dokorán. Ten, kto ťa poznal si spomienie, ten, kto ťa mal rád, nikdy nezabudne.“

Dňa 25. decembra uplynulo smutné a bolestivé prvé výročie úmrtia nášho milovaného manžela, otca a starého otca **Dušana BROZMANA z Brezna**.

S láskou a úctou spomínajú a za tichú spomienku ďakujú manželka a dcéry s rodinami

...



Dňa 27. decembra sme si pripomenuli prvé smutné výročie ako nás opustil náš drahý manžel, otec, brat a príbuzný **Pavel BELUŠIAK z Podbrezovej**.

S úctou a láskou spomína manželka, synovia a ostatná rodina

...



„Tak letí čas, čo stíchol tvoj hlas, len spomienky na teba sa vracajú zas.“

Dňa 29. decembra sme si pripomenuli šieste výročie, ako nás navždy opustil **Miroslav ŠKODA z Brezna – Mazorníkova**.

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

Smútiaca rodina

...



Dňa 31. decembra sme si pripomenuli smutné šieste výročie, čo nás navždy opustil náš drahý otec, starký a prastarký **Jozef HONKO z Podbrezovej**.

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

Smútiaca rodina

...



Dňa 5. januára sme si pripomenuli prvé smutné výročie, čo nás navždy opustil náš drahý manžel, otec a starý otec **Ján CIPCIAR z Brezna**.

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

S láskou a úctou spomína celá rodina

...



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

Dňa 6. januára uplynulo osem rokov, ako nás opustil **Jozef ŠEBO z Valaskej**.

Spomíname s láskou a úctou

...



„Odišiel si cestou, ktorou ide každý sám, len brána spomienok ostala dokorán. Ten, kto ťa poznal si spomienie a ten, čo ťa mal rád, nikdy nezabudne.“

Dňa 7. januára uplynulo šesť rokov odvtedy, ako nás navždy opustil náš milovaný otec, starý a prastarý otec **Peter MATÚŠKA z Podbrezovej**.

S láskou spomína rodina a známi

Poďakovania



Dňa 29. novembra nás vo veku 91 rokov navždy opustila naša drahá mama, stará mama, prastará mama a krstná mama **Oľga LICHVÁROVÁ z Podbrezovej**.

Ďakujeme všetkým príbuzným, susedom a známym za prejavy sústrasti a kvetinové dary, ktorými ste sa pri poslednej rozlúčke pokúšali zmierniť náš hlboký žiaľ.

Syn a dcéra s rodinami

...



S hlbokým zármutkom oznamujeme, že dňa 6. decembra nás vo veku 74 rokov navždy opustil manžel, otec, starký, prastarký, brat a švagor **Ján STRENITZER z Podbrezovej**. Ďakujeme za prejavy sústrasti a kvetinové dary. Tiež ďakujeme Dychovej hudbe ŽP.

Smútiaca rodina

...



Ďakujeme všetkým príbuzným, priateľom a známym za účasť na poslednej rozlúčke s našou drahou **Vierou BUČKOVOU z Málnica**, ktorá nás navždy opustila 2. januára vo veku 72 rokov.

Ďakujeme za prejavy sústrasti a kvetinové dary, ktorými ste sa pokúšali zmierniť náš hlboký žiaľ.

Smútiaca rodina

Smútočné oznamy



Dňa 18. decembra nás vo veku 86 rokov navždy opustil náš drahý manžel, otec, starý otec, prastarý otec a príbuzný **Jozef LUKÁČ z Brezna**.

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

Smútiaca rodina

...



Dňa 27. decembra nás vo veku 88 rokov po vážnej chorobe navždy opustil náš drahý otec, starý otec, prastarý otec, brat, švagor, strýko, krstný otec a príbuzný **František JEREMIÁŠ z Valaskej**.

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

Smútiaca rodina

Januárové pranostiky

- Keď je v januári mnoho snehu, býva marec suchý.
- Keď január nie je pod snehom, beda poliam, lúkam a vrchom.
- Keď je január studený a mrazivý, poľu a ľuďom je priaznivý.



Ilustračné foto: M. Gončár

V decembri odišli

do predčasného starobného dôchodku

Ing. Janka RAFAYOVÁ
Zdenko SRNIAK
Vladimír ŠVANTNER
Milan TRNÍK

do starobného dôchodku

Jolana KOCÚROVÁ
Ing. Libor MARTIAK
Miroslav ORAVEC
Aneta POTOČÁROVÁ

V mene vedenia Železiarní Podbrezová akciová spoločnosť im ďakujeme za odvedenú prácu a do ďalších rokov života želáme veľa slnečných dní.

V januári blahoželáme

Pracovné jubileá 25 rokov

Ivana ANDREUTTIOVÁ
Jozef BALIAK
Radoslav BELLA
Robert BLÁŠKO
Martin DEMIAN
Michal ĎURINDA
Kristián FEDOR
Ing. Ľubomír CHAMAJ
Miloš KOSTURÍK
Marian KOVALČÍK

Pokračovanie jubilantov

Ing. Peter KRAJAN
Katarína KRIŠKOVÁ
Ing. Pavol KÜHNEL
Erik KUPEC
Juraj KURAJDA
Jozef KÚRTY
Ján MEDVEĎ
Miroslav ORAVEC
Milan POTANČOK
Agnesa ROMANČÍKOVÁ
Robert SOLIAR
Erik ŠPILÁK

35 rokov

Daniela DONOVALOVÁ
Soňa MEDVEĎOVÁ
František OLOŠTIAK
Eva POTOČÁROVÁ

40 rokov

Mária GIERTLOVÁ

Životné jubileá

Gabriela BABKOVÁ
Ing. Peter BELKO
Milan BUDAJ
Erika EREMIÁŠOVÁ
Zdeno KOHÚTIK
Eva KURACINOVÁ
Miroslav LIČKO
Ivan ZÁHOREC
Ing. Ľubomír DOLINSKÝ
Ivona JOUROVÁ
Beáta MACULOVÁ
Ján PARAŠÍN
Milan BÉREŠ
Magdaléna DEMIANOVÁ
Ivan ŠTEFANČÍK

Poďakovanie

Ďakujem generálnemu riaditeľovi ŽP a.s. Ing. Vladimírovi Sotákovi za pomocnú ruku pri zabezpečení zdravotnej starostlivosti po ťažkom úraze nášho ocka Jána Hadžegu z Valaskej. Za celú smútiacu rodinu posielame veľké poďakovanie.

Ing. Marian Hadžega s rodinou

Výherca vianočnej krížovky

Správne znenie tajničky z Podbrezovana č. 25, kde sa ukrýval citát, ktorého autorom je Janice Maeditere: „**Vianoce nie sú o otvorení našich darov, ale o otvorení našich srdiec.**“ Z úspešných riešiteľov sme vyžrebovali **Radovana Ďuriša z prevádzkarne táháreň rúr**. Cenu, ktorú do súťaže venoval Ing. Vladimír Soták, predseda Predstavenstva a generálny riaditeľ ŽP a.s., si výherca môže prevziať v redakcii, v pracovné dni od 7.30 do 15.30 hod.

Súťažíme aj v roku 2022

V uplynulom roku sme sa v redakcii rozhodli zatriktívniť náš dvojtyždenník. Preto ste v každom vydaní novín Podbrezovan našli súťažnú krížovku, pričom ste mali možnosť hrať o rôzne zaujímavé ceny. Rozdali sme knihy, vecné darčeky, ale i permanentky na futbal či suveníry našej spoločnosti. Krížovka sa tešila veľkej obľube. Do redakcie nám prichádzali desiatky odpovedí, z ktorých sme pravidelne žrebovali jedného z vás. Váš záujem nás veľmi tešil.

Hoci píšeme v minulom čase, nemusíte sa obávať. Práve naopak. V súťaži budeme pokračovať aj v tomto roku. V každom vydaní novín Podbrezovan uverejníme krížovku a vy, naši milí čitatelia, môžete opäť hrať o zaujímavé ceny. Podmienkou je, aby ste nám napísali správnu odpoveď a doručili ju poštou alebo mailom na adresu našej redakcie.

Súťažiť začneme od budúceho čísla. V tomto vydaní novín krížovku nehladáajte. Potešíme vás informáciou, že cenu do najbližšieho čísla venovalo lyžiarske stredisko Tále. A je ňou skipas na celý deň. Užiť si tak môžete jedinečnú lyžovačku pod končarmi Nízkyh Tatier v prekrásnom prostredí obklopenom prírodou. Na Táloch je sezóna v plnom prúde a hoci nám príroda veľa snehu nenadelila, stredisko vďaka umelému zasnežovaniu naplno funguje a teší sa na vašu návštevu. Veríme, že nám svoju priazeň zachováte aj v tomto roku a budete s nami pravidelne súťažiť. Už teraz sa tešíme na všetky vaše odpovede.

Železiari odštartovali prípravu aj s novou posilou

M. Gončár
noviny@zelpo.sk

Futbalisti FK Železiarne Podbrezová odštartovali 6. januára spoločnú zimnú prípravu pred jarnou časťou druhej futbalovej ligy. Medzi hráčmi sa objavilo aj nové meno. Z Dubnice nad Váhom prišiel ostrieľaný útočník Marek Kuzma, ktorý podpísal s našim klubom zmluvu do 30. júna 2024.

Kuzma patrí medzi najlepších strelcov súťaže. V jesennej časti napol sieť súpera deväťkrát a na vedúcu dvojicu Róbert Polievka (FK Dukla Banská Bystrica) a Ricardo Cortes (FC Košice) stráca iba jeden gól. Tridsaťtriročný útočník sa presadil aj pri našom víťazstve 2:1 nad Dubnicou. V minulosti hrával i za Duklu Banská Bystrica, Slovan Bratislava, Spartak Myjava, Iskra Borčice, ŠKF Sereď či FC ViON Zlaté Moravce. Vyskúšal si aj pôsobenie za hranicami. Pôsobil v Bulharsku v tíme Chernomorec Varna, v Poľsku v Puszcza Niepolomice a aj v Českom Slovácku.

Šanca pre mladých

Okrem Kuzmu dostanú šancu mladí hráči z akadémie a aj legionár z Brazílie. „Nevylučujeme, že na skúšku príde ešte mladý talentovaný hráč, ale zatiaľ je to v procese riešenia, keďže ide o legionára. Z dorastu sme vytiahli do prípravy sedem hráčov – Nicolasa Šikulu, Martina Luptáka, Filipa Mielkeho, Samuela Urgelu, Nicolasa Nguyena, Alexa Molčana



Už v prvý deň zimnej prípravy zaberali chlapci naplno.

Foto: FK ŽP



Našich futbalistov čaká séria prípravných zápasov.

Foto: FK ŽP

a Mareka Belka,“ povedal Miroslav Poliaček, generálny manažér FK Železiarne Podbrezová pre klubový web a na margo prípravy doplnil: „Najväčší cieľ zimného prestupového obdobia pre nás bolo, aby sme udržali káder pokope a vhodne ho doplnili. Myslím si, že sa nám podarilo jedno aj druhé. Nik z kľúčových hráčov neodchádza a novou posilou je Marek Kuzma, o ktorého sme sa veľmi zaujímali. Sme presvedčení, že môže byť ďalšou dôležitou časťou do našej skladky. Charakterovo je to výborný chlapec a sľubujeme si od neho predovšetkým góly.“

Predžili zmluvy

Ešte pred vianočnými sviatkami predžilo vedenie klubu zmluvu s trénerom Romanom Sukhravým a aj s hráčmi Borisom Godálom, Erikom Grendelom, Vladimírom Kukoľom, Michalom Breznanikom a Reném Parajom. S určitostou odohrajú u nás jarnú časť Peter Kováčik a Roland Galčík, o ktorých bol záujem medzi inými klubmi. Skuh-

ravý predžil zmluvu do leta 2024. Godál, Grendel, Kukoľ a Breznanik do konca sezóny 2022/2023, Paraj do konca roka 2024. Naopak, v tíme končia legionári Ivan Timošenko a Davit Natchkebia.

Poznajú súperov

Naši futbalisti absolvujú prípravu v domácich podmienkach, vo februári odcestujú na krátke sústredenie do českého Uherského Brodu, kde ich čakajú duely proti Brnu. Už je známy aj harmonogram prípravných stretnutí. Presné časy zápasov budú postupne uverejňované. A práve prípravné merania síl majú FK Železiarne Podbrezová pripraviť na náročnú jarnú časť. „Náš cieľ je jasný, chceme sa pobiť o postup do Fortuna ligy,“ dodal Poliaček.

Prvý zápas jarnej odvety odohrajú naši futbalisti 25. februára. V Zelpo aréne privítajú MFK Dukla Banská Bystrica a určite pôjde o jeden z kľúčových duelov celej sezóny druhej ligy, ktorý môže veľa napovedať o postupe.

PROGRAM PRÍPRAVNÝCH ZÁPASOV

- 15. január: MŠK Žilina – FK Železiarne Podbrezová
- 21. január: ŠK Slovan Bratislava – FK Železiarne Podbrezová
- 22. január: FK Humenné – FK Železiarne Podbrezová
- 29. január: FC ViON Zlaté Moravce-Vráble – FK Železiarne Podbrezová
- 5. február: FK Železiarne Podbrezová – MŠK Žilina
- 5. február: FK Železiarne Podbrezová – FK Rakytovce
- 12. február: FC Zbrojovka Brno – FK Železiarne Podbrezová
- 19. február: FK Železiarne Podbrezová – 1. FC Tatran Prešov



Tomáš Kvačkaj. Foto: I. Kardhordová

M. Gončár
noviny@zelpo.sk

Pod značku FK Železiarne Podbrezová nespadá len A-tím, dorast či chlapčenské mužstvá v kategórii mládeže. Súčasťou športovej rodiny nášho klubu sú aj dva dievčenské tímy. Mladší tvoria hráčky do 15 rokov, starší zasa futbalistky do 19 rokov. Obom skupinám sa venuje tréner Tomáš Kvačkaj, ktorý si túto prácu pochvaľuje. Podľa jeho slov je dievčenský futbal o menších emóciách a napätí. Mladé hráčky si šport viac užívajú, tešia sa z prítomnosti v kolektíve a zápasy vonku berú nielen ako povinnosť, ale aj ako výlet s rovesníkmi. Tomáš Kvačkaj rozpráva nielen o tom, ako sa darí dievčenskému futbalu, ale aj o cieľoch či rozdieloch v porovnaní s chlapcami.

Ako ste sa dostali k trénovaniu dievčat v našom klube?

- V Podbrezovej som začal trénovať dievčatá na podnet môjho kamaráta Milana Šajgalíka, ktorý ich viedol asi desať rokov. On je ten, kto u nás odštartoval éru žen-

ského mládežníckeho futbalu. Po rokoch sa rozhodol skončiť. Oslovil ma s návrhom, aby som po ňom prebral štafetu. Vedel, že aj moja dcéra je už od prípravy futbalistka. Ako dlhoročný kormidelník som výzvu prijal. S klubom sme sa dohodli a začali sme ženský futbal rozvíjať tak, aby napredoval.

Dievčenský tím bol podmienkou pre fungovanie akadémie FK Železiarne Podbrezová...

- Ide o vyhlásku Slovenského futbalového zväzu. Každá futbalová akadémia musí mať aj dorastenecký dievčenský tím. Môj predchodca má tiež dcéry futbalistky a chcel s pomocou FK Železiarne Podbrezová naplno naštartovať dievčenský futbal. Keď existoval útvar talentovanej mládeže, stačilo, aby boli v klube žiacke tímy chlapcov i dievčat. Teraz musí byť aj dorast v oboch kategóriách. Hoci ide v medzinárodnom meradle o niečo nové, je to dobrá vec.

Aký je v našom okolí záujem dievčat o futbal?

- Myslím si, že je potenciál, aby sme vytvorili družstvá, ktoré by sa mohli rozvíjať a napredovať. Pre dievčatá je to veľká motivácia. Učím na základnej škole, predtým som pôsobil ako pedagóg na strednej škole. Baby sa ma pýtali, či si môžu ísť zahrať futbal. Vyúžil som skutočnosť, že som učiteľ. Oslovil som mnoho dievčat a posťahoval ich zo škôl na ihrisko. Pomohli mi aj kolegovia a známi. Začali sme budovať predovšetkým

žiacke družstvo. Potom je kategória dorasteniek, ktorá je dosť špecifická.

Hovoríte, že dievčatá do jednotlivých tímov získavate predovšetkým po vlastnej ceste. Ako je to s kvalitou? Predsa len, základňa nie je až taká široká...

- Kvalita dievčenského futbalu je slabšia. V podstate sme od začiatku začali „hľadať“ hráčky s rokom narodenia 2012 a staršie. Podarilo sa nám doplniť predovšetkým žiačky. Dievčatá narodené v rokoch 2007 a 2008 už hrajú za dorast. Potrebujeme obe kategórie pokryť dostatočným počtom futbalistiek. Musím ale priznať, že momentálne nedosahujeme úroveň našich konkurentiek v súťaži.

Koľko hráčok je dnes zaregistrovaných v FK Železiarne Podbrezová?

- Je ich viac. Ale aktívne sa do tréningového procesu a následne aj do súťaží zapája 34 dievčat v dvoch kategóriách.

Spomenuli ste, že nedosahujete úroveň konkurentiek. Ako sa vám darí v jednotlivých súťažiach?

- Pôsobíme v prvej lige žiačok a v prvej lige dorasteniek skupiny Východ. Je v nej po osem družstiev, pričom hráme trojkolovo každý s každým. Momentálne sme však vo fáze skladania tímu, čo sa odzrkadľuje aj na výsledkoch. Tréneri z iných tímov mi hovorili, že aj oni pred tromi až piatimi rokmi začínali podobne ako my. Predovšetkým hľadali vhodné adepty,

ktoré následne vychovávali. Tréningom a skladbou kádra sú už na vyššej úrovni, čo je na ihrisku vidieť.

Určite sa ale neuspokojíte so súčasným stavom. Aké sú vaše dlhodobé ciele?

- Môj osobný cieľ je, aby sme v priebehu piatich rokov posunuli ženský futbal v Podbrezovej na takú úroveň, aby mal v rámci Slovenska určité meno. V súčasnosti vnímame predovšetkým mužský, dorastenecký a celkovo chlapčenský futbal pod značkou FK Železiarne Podbrezová. Verím, že s podporou vedenia a prácou celého klubu bude na futbalovej mape výraznejšie svietiť aj ženský tím.

Trénovali ste mužov, chlapcov a teraz zasa dievčatá. V čom je najväčší rozdiel?

- Rozdiel je najmä v pohybovej a v technickej stránke. Stane sa, že niektoré dievčatá „vyskočia“. Ide predovšetkým o tie, čo trénujú s chlapcami od prípravy. Majú dostatočné návyky, preto je u nich športový rast rýchlejší. Dievčatá však trénujú veľmi usilovne. Pracujú, nechýba im chcenie a teraz počas zimy sa pripravujú individuálne. Akurát tréneri sa musia prispôbiť ich pohybovej výkonnosti a aj technickej stránke. Ako som spomínal, v Podbrezovej začíname prakticky od nuly. Až 90 percent dievčat nemalo doteraz žiadnu skúsenosť s futbalom, okrem domáceho prostredia. To znamená, že si zakopali s rodičmi alebo len tak s chlapcami niekde na



sídlsku. My s nimi začíname tak, ako keby išlo o prípravku osemročných chlapcov.

Ako je na tom všeobecne ženský futbal? V spoločnosti ešte stále prevláda názor, že ide predovšetkým o mužský šport, čo ale nie je pravda...

- Na Slovensku ide do popredia. Je to vďaka podpore Slovenského futbalového zväzu, ktorá je na dobrej úrovni. Zväz podporuje trénerov tak, aby jednotlivé kluby mali odborníkov, ktorí sa budú dievčatám venovať. Dôležitá je však aj zanietenosť trénerov. Práca s touto kategóriou je iná. Pätnásť rokov som trénoval chlapcov. Toto je niečo nové, ale o to viac motivujúce. Ženský futbal napreduje aj vo svete. Sledujem ženské majstrovstvá sveta i Európy. Výkonnosťou sa športovkyne približujú mužom. Či už ide o taktickú pripravenosť alebo technické ovládanie lopty. Samozrejme, po fyzickej stránke nemožno porovnávať. Ale po hernej má ženský futbal dnes už veľmi dobrú úroveň.