



- 1 Projekt „Bezpečné lieky 112“
- 2 O príprave Obchodného portálu
- 3 Bilancia DDP Stabilita
- 4 Výzva k zapojeniu sa do výskumu
- 5 Pozývame vás na podujatia
- 6 Bilancia mládežníckych družstiev

Ministerstvo životného prostredia sa postará o gudróny

Nový zákon o odpadoch smeruje k jasnému cieľu

V piatok, 15. januára navštívil náš región Vojtech Ferencz, štátny tajomník Ministerstva životného prostredia Slovenskej republiky. V popoludňajších hodinách sa stretol aj s predsedom Predstavenstva a generálnym riaditeľom Železiarní Podbrezová Vladimírom Sotákom. Na našu otázku: „Čo bolo cieľom jeho návštevy?“, nám pri rozlúčke štátny tajomník povedal:

- S pánom generálnym riaditeľom Sotákom, ako vrcholným manažérom významného podniku Železiarne Podbrezová, sa stretávame pravidelne, keďže hutnícka fabrika, resp. jej činnosť, sa pochopiteľne dotýka aj oblasti životného prostredia. Pán generálny riaditeľ je tiež predsedom Klubu 500, kde sa stretávame na sekundárnej báze. V minulosti sme spolupracovali pri príprave Zákona o odpadoch, nakoľko účastníkom konania v procese tvorby daného zákona bol aj Klub 500. Pri našich stretnutiach sa

priebežne informujeme o trendoch a aktuálnom vývoji v tejto oblasti. Diskutujeme napríklad o ekologizácii prevádzok, takzvaného „odsírovania“ prevádzok alebo dôraze na zníženie produkcie oxidu uhličitého (CO₂). Celý svet v súčasnosti vynakladá maximálne úsilie v boji proti globálnemu otepľovaniu, ktoré má za následok sucho a povodne. Tento proces na druhej strane prináša významnú ekonomickú záťaž pre priemysel a podniky, ako sú Železiarne Podbrezová.

Počas mojej návštevy som generálnemu riaditeľovi Vladimírovi Sotákovi poďakoval za konštruktívnu spoluprácu pri tvorbe nového zákona o odpadoch. Zákon sa chystal od jesene roku 2012, v Národnej rade Slovenskej republiky ho schválili v marci 2015 s účinnosťou od 1. januára 2016. Nový zákon po 15 rokoch zaviedol re-

formu v odpadoch a Slovensko sa ním zaradilo k moderným európskym krajinám. Slovenská republika je žiaľ na chvoste štatistik európskych krajín, čo sa týka recyklácie, separovacieho zberu a poviem to úprimne, vyše 70 percent odpadu sa vyhazuje na skládky. Čiže naša krajina odpad skládkuje, kým moderné štáty ako Fínsko, Švédsko, ale aj Nemecko, skládkujú 3-5 percent odpadu a všetko ostatné buď recyklujú, energeticky zhodnotia alebo znovu použijú.

Cieľ je jasný a nový zákon o odpadoch k nemu smeruje. Na Slovensku je nevyhnutné naučiť ľudí separovať odpad. V mestách i obciach pribudnú farebné nádoby s tým, že keď budú obyvatelia viac separovať, bude sa tvoriť menej komunálneho odpadu a obyvatelia budú finančne motivovaní, aby viac separovali. Ak sa zníži objem komunálneho odpadu,



obec či mesto a jeho obyvatelia na tom zarobia.

V minulom roku v júli sme navštívili Železiarne Podbrezová a generálny riaditeľ nás informoval o tom, že v katastri obce Predajná ostali po činnosti firmy Petrochema Dubová gudróny. (Gudróny sú vedľajšie produkty, ktoré vznikali v minulosti pri spracovávaní ropy použitím kyseliny sírovej. Sú preto tvorené nebezpečnou zmesou uhľovodíkov a kyseliny sírovej – pozn. redakcie). Preto som po stretnutí so starostkou obce Predajná Tatianou Čontafalskou informoval pána Sotáka, že významnou mierou a vo veľmi krátkej dobe Horehroniu pomôžeme. Ministerstvo životného prostredia a štát sa o likvidáciu tejto nebezpečnej environmentálnej záťaže postará a pomôže tak jeho obyvateľom.

Dňa 14. januára vláda Slovenskej republiky schválila materiál Sanácia envirozáťažii do roku 2020 v hodnote približne 200 miliónov eur (štrukturálne fondy), ktoré sa využijú aj na sanáciu gudrónov v Predajnej. Ide o široké okolie Podbrezovej, znamená to, dovoľm si tvrdiť, že významnou mierou Ministerstvo životného prostredia prispeje k eliminácii a sanácii

environmentálnych záťažii.

Starostka obce Predajná toto úsilie vysoko ocenila a zdôraznila, že pomoc prichádza až po takmer pätnástich rokoch boja za vyriešenie tohto problému. Súčasnú vedenie rezortu začalo tento problém rozhodne riešiť už v júli minulého roka. Jednoznačne to svedčí o tom, že vieme riešiť reálne problémy životného prostredia, pri ktorých sa v minulosti predchádzajúce vlády doteraz pozerali bokom. Starostov obce Predajná a Podbrezová som informoval aj o príprave na pokračovanie odstraňovania čiernych skládok. Prvú výzvu sme dali v júli minulého roka a teraz sme požiadali Recyklačný fond o ďalších päť miliónov eur na druhé kolo Veľkého upratovania Slovenska. Vo februári chystáme novú výzvu na odstránenie čiernych skládok, čo bude príležitosťou aj pre tieto obce. Chceme vyčistiť Slovensko od odpadu a tým, že platia nové pravidlá, napríklad pokuty za vytváranie čiernych skládok sa zvýšili aj desaťnásobne. Dovoľm si tvrdiť, že aj vďaka novému zákonu o odpadoch bude Slovensko čistejšie.

O. Kleinová



Zima v Podbrezovej objektívom L. Kardhordu

Termín nahlásenia je do 31. marca 2016

Darcovia krvi, neprehradiť!!!

Železiarne Podbrezová a.s. poskytnú svojim zamestnancom – bezpríspevkovým darcom krvi a ich priamym rodinným príslušníkom počas prvých troch júlových víkendov bezplatný pobyt v zariadení GOLF Tále, a.s. Zamestnanci, ktorým bola v roku 2015 za darcovstvo krvi udelená plaketa prof. MUDr. Jana Janského alebo plaketa prof. MUDr. Jána Kňazovického a majú záujem o pobyt na Táľoch, prihláste sa na telefónnom čísle 2943 u Ing. J. Kochanovej, resp. na 2763 u Mgr. J. Kupcovej alebo osobne v odbore pracovnej zdravotnej služby (budova zdravotného strediska, 1. poschodie, č. dverí 5) do 31. marca 2016.

DÔVERA+

ZDRAVOTNÁ POISŤOVŇA

Ak ste poistencom zdravotnej poisťovne Dôvera, záchranári sa v prípade potreby dostanú k údajom o vašom zdravotnom stave prostredníctvom tabletu či smartfónu, kde si nájdú informácie o liečbe a liekoch pacientov volajúcich na tiesňovú linku. Projekt Dôvery „Bezpečné lieky 112“ nadväzuje na projekt „Bezpečné lieky on line“, ktorým pomáha táto zdravotná poisťovňa lekárom v ambulanciách a nemocniciach skvalitniť kontrolu vzájomného pôsobenia liekov.



V Banskobystrickom kraji prvou je Záchraná zdravotná služba NsP, n.o., Brezno

Projekt Dôvery „Bezpečné lieky 112“ uľahčí ich prácu

Od 18. decembra 2015 môžu službu „Bezpečné lieky 112“ využívať aj záchranári Nemocnice s poliklinikou, n.o. Brezno (ďalej NsP). „Je veľmi dôležité, v akom stave prinesú záchranári pacienta do nemocnice. Ak je záchraná služba vystavená problému, že nemôže zistiť na aké diagnózy sa pacient lieči a aké lieky užíva, môže sa stať, že nemusí byť poskytnutá adekvátna zdra-

vatná starostlivosť,“ konštatoval pre spravodajský portál Brezno. Dnes 24 riaditeľ NsP, n.o., Brezno MUDr. Peter Mečiar v deň prevzatia tabletu od regionálnej riaditeľky nákupu zdravotnej starostlivosti poisťovne Dôvera, Ing. Kataríny Baranovej. „Nová služba Bezpečné lieky 112 bola vyvinutá v úzkej spolupráci so záchranou zdravotnou službou na Slovensku. Je to služba, ktorá je

šitá na mieru,“ povedala Katarína Baranová pre Dnes24. NsP, n.o., Brezno je podľa jej slov prvou nemocnicou v Banskobystrickom kraji, ktorej záchraná služba sa môže pochváliť poskytovaním tejto služby pre poistencov zdravotnej poisťovne Dôvera. „Je to služba, ktorá prinesie veľmi užitočné údaje o aktuálnej liečbe pacienta a o jeho zdravotnom stave. V záchranke ide o čas,“ do-

dala. Je to nepochybne krok vpred. Napríklad len vlni si záchranku volalo okolo stotisíc poistencov Dôvery a zo skúseností záchranárov je zrejme, že často zasahujú u ľudí, ktorí užívajú viacero liekov, nepoznajú ich názvy a v kritickej situácii nevedia podať informácie, ktoré sú pre adekvátnu zdravotnú pomoc nevyhnutné. Odborný garant Záchrannej zdravot-

nej služby v NsP, n.o., Brezno MUDr. Ján Mačkin vyjadril spokojnosť s projektom, vďaka ktorému získajú lekári v urgentných prípadoch z tabletu údaje zdravotnej poisťovne. Lekárske záznamy o predchádzajúcej liečbe pacienta nesporne prispievajú k správne rozhodnutiu záchranárov.

O. Kleinová

Včera boli Vianoce a dnes je za nami prvý mesiac v roku. Je to neuveriteľné, ale je to tak. Ak chceme hovoriť o novoročných predsavzatiah, musíme počítať aj s tým, že mnohí už stihli na ne zabudnúť.

Predsavzatie pri víťaní nového roka si údajne dáva až tretina Slovákov. Najčastejšie sa najmladší upriamujú na študijné úspechy, ženy na chudnutie, muži chcú byť úspešní v práci a staršie ročníky túžia meniť životný štýl k

Editoriál

lepšiemu. Samozrejme, sú aj špecifické predsavzatie.

Nezáleží na tom, o aký druh predsavzatia ide, ale koľkí pri ňom aj zotrávajú. Tí, ktorí sú odhodlaní seriózne

plniť svoje ciele, spravídla o tom veľa nehovorí a nevytyčujú si ich akurát prvý deň v roku. Ak to myslia naozaj vážne, nečakajú, kedy bude príležitosť, ale jednoducho, keď uznajú za vhodné, povedajú si „... toto chcem dosiahnuť, a aj

to tak bude.“

Všetkým tým, ktorí si predsavzali niečo v tomto roku dosiahnuť, želáme, aby boli vytrvalí a cieľavedome šli za svojou metou.

O. Kleinová

■ ANKETA ■ ANKETA ■ ANKETA ■ ANKETA ■ ANKETA ■ ANKETA ■

S akými predsavzatiami ste vstúpili do nového roka?

Zhovárala sa: O. Kleinová
Foto: V. Kúkolová



Jozef VOJTKO, elektroservis
- Predsavzatie? Ja si ich spravidla nedávam, ak si človek niečo plánuje, obvyčajne sa to ťažko plní. Neduh, myslím si, že nemám žiadne, takže všetko smerujem len k tomu, aby som zdravo žil, aby všetko klapalo v rodine i v kolektíve.



Ľubomír ŠIŠKA, oceliaren
- Novoročné predsavzatie si radšej nedávam lebo sa ťažko plnia. Povedal som si však, že budem robiť všetko preto, aby bolo dobre. A tomu všetko prispôbujem. Želám si, aby sme boli všetci zdraví, v pohode, aby sme sa stále mohli usmievať.



Vladimíra DEKRÉTOVÁ, valcovňa rúr
- Obvyčajne si nedávam predsavzatie, ťažko sa totiž plnia. Ale, keďže nás v tomto roku čaká v rodine výnimočná udalosť, predsavzala som si, že všetko musím zvládnuť tak, aby to dobre dopadlo.



Lukáš HARVAN SSOŠ ŽP
- Som študentom tretieho ročníka v odbore hutník operátor a dávam si na začiatku roka predsavzatie. Mojm najdôležitejším cieľom je byť úspešný v škole a dotiahnuť to čo najďalej v živote, aby mohli byť na mňa rodičia právom hrdí.



Matúš NOSKO, SSOŠ ŽP
- Mojm predsavzatím je, aby mi to v škole šlo, aby som dosahoval dobré výsledky vo futbale a keďže si želám, aby som bol zdravý (nielen ja, ale aj celá naša rodina) snažím sa zdravo žiť. Sice športujem, ale musím obmedziť sladké a masné jedlá.



Snímka A. Nociarovej z októbra 2015 je dnes už historická – toto je posledný pohľad na kompletne zariadenie pred likvidáciou



Na snímke I. Kardhordovej z decembra 2015 zostali po stavbe už len drobné pozostatky zo základov

Všimli ste si, že v starom závode už nie je budova, ktorá zaujala najmä tým mohutným potrubím ústiacim do „veže“? Stála tu od roku 1985 a jej účelom bolo odprášenie exhalátov od elektrických oblúkových pecí. V roku 1993 bolo odprášenie zrekonštruované, aby ďalej slúžilo svojmu účelu napojením na novovybudovanú 60 – tonovú elektrickú oblúkovú pec. V roku 2013 ho nahradilo nové odprášenie, a tak to pôvodné stratilo opodstatnenie. S jeho likvidáciou sa začalo v októbri uplynulého roka a v decembri už bolo minulosťou. OK

Fondy prerobili, pokles nie je dramatický

Ako hospodárila vlni



Predvlni peniaze sporiteľov v DDS Stabilita vo všetkých fondoch zarobili. A celkom slušne. V týchto dňoch získavajú klienti prostredníctvom výpisov z účtov informácie o tom, ako sa vyvíjali ich úspory v treťom pilieri v roku 2015.

Po viacerých vydarených rokoch, kedy výnosy v našich fondoch vysoko prevyšovali priemer v treťom pilieri, či boli dokonca vyššie ako výnosy konkurencie spolu, bol vlnajšok, ovplyvnený búrlivou situáciou na finančných trhoch, iný. Ešte koncom apríla sme sa tešili aké krásne máme výnosy, na konci roka bola situácia úplne iná. Faktom je, že všetky tri fondy, ktoré spravujeme, skončili v červených číslach. Aj keď sme o výnosy prišli, obavy nie sú namieste. Dnes je obchodovanie veľmi emotívne a chýba v ňom elementárna racionalita. Smer kurzov určujú krátkodobí investori a špekulanti. Dlhodobí investori ťahajú za kratší koniec. Pre investorov, ktorí pracujú s diverzifikovaným portfóliom, to bol najhorší rok za posledné štvrtstoročie. Aj preto sme v minulom roku stratili všetci. V dlhodobom horizonte však boli vždy takéto prepady vystriedané rastom. Po roku 2008, keď sme v čase veľkej finančnej krízy zaznamenali prvýkrát v histórii spoločnosti záporný výnos, nasledovali roky, počas ktorých sme tento prepád nielen úspešne korigovali, ale kontá klientov aj lukratívne zveľadili.

Sporenie na dôchodok trvá niekoľko rokov a výkyvy vo fondoch nie sú ničím výnimočným. Správanie sa finančných trhov vie byť veľmi nevyspytateľné a v minulom roku ho výrazne ovplyvnili viaceré negatívne udalosti vo svete. Podrobnejšie sa o nich zmienujeme v informačnom Spravodajcovi, ktorý je od 29. januára 2016 dostupný na našej internetovej stránke.

Najdôležitejším faktorom pri zhodnocovaní úspor je čas sporenia a pravidelnosť vkladov. Práve to sú rozhodujúce faktory, ktoré dokážu z dlhodobého hľadiska veľmi efektívne eliminovať aj prechodné výkyvy na trhu a ich nepriaznivé dopady. V prípade našej spoločnosti to platí obzvlášť. Do systému vstupuje stále viac mladých ľudí. Viac ako 50 percent nových sporiteľov za posledné štyri roky malo pri podpise zmluvy menej ako 40 rokov. Priemerný vek nášho poisťného kmeňa je 46 rokov. Do odchodu do dôchodku má tak veľká časť klientov ešte dostatočný časový horizont, aby ich kontá, s pravidelným príspevkom zamestnávateľa a postupným zhodnocovaním – naplnili „vo finále“ ich očakávania. Uvediem príklad. Vezmime si, že klient má 32 rokov, sporiť si bude do 62 rokov. Jeho účastnícky príspevok je 15 eur, príspevok zamestnávateľa 20 eur, vyvážený fond: 100 percent. Celkovú bilanciu za obdobie sporenia približuje tabuľka. Treba si všimnúť, že samotný výnos je vyšší ako súčet príspevkov a tvorí viac ako 56 percent z celého konta.

Vaše príspevky:	5 400 €	18,55 %
Príspevky zamestnávateľa:	7 200 €	24,73 %
Výnosy za obdobie sporenia:	16 427,99 €	56,43 %
Pripísaný vernostný bonus:	83,52 €	0,29 %
SPOLU:	29 111,51 €	100 %

Pre DSS Stabilita bol vlnajšok z hľadiska nárastu klientskeho kmeňa excelentný. Pribudlo nám dvanásťtisíc sporiteľov a uzavreli sme vyše tristo nových zamestnávateľských zmlúv, a to aj s partnermi zo sféry štátnych podnikov. V dlhodobom horizonte sú naše výsledky dobré, stále sme najlepši, čo zamestnávateľa pri výbere doplnkovej dôchodkovej spoločnosti nesporne vzali do úvahy. Svoje určite zohral aj náš vernostný program.

Jana Volnerová,
vedúca oddelenia marketingovej komunikácie
DDP STABILITA

Pre tých, čo poberajú doplnkový starobný dôchodok

Blíži sa čas, keď sa podáva ročné zúčtovanie dane. Ak už poberáte doplnkový starobný dôchodok z DDS STABILITA a súčasne si na ďalšej zmluve aktívne sporiť, nárok na daňovú úľavu nemáte. Dovoľujeme si vás informovať, že v prípade, že vám ročné zúčtovanie dane robí váš zamestnávateľ - nemáte povinnosť prikladať žiadne potvrdenie o zaplatených príspevkoch, ani výpis z účtu. Je preto zbytočné, aby ste o vystavení takéhoto potvrdenia žiadali naše pracovisko, strácali jeho vybavovaním čas a platili zbytočné poplatky.

Viac na: www.stabilita.sk/daňová_úľava.

Ďalšia etapa projektu Obchodný portál ukončená

Hodnotíme prínosy riešenia

Obchodný portál pomáha v každodenných činnostiach nielen v Pipex SK s.r.o., ale aj v Pipex Deutschland GmbH. Je to živý systém, ktorý flexibilne reaguje na požiadavky trhu, potreby jeho užívateľov a stále sa vyvíja. V priebehu minulého roka sa opäť rozšírila jeho funkcionálnosť, pribudli ďalšie atribúty a množstvo reportov s vysokou pridanou hodnotou. V súčasnosti je pripravovaná zmena používateľského rozhrania, zameraná na intuitívnejšie ovládanie systému a zefektívnenie práce používateľa.

Koncom minulého roka bolo oficiálne uzavretá ďalšia etapa projektu – implementácia v obchodnej spoločnosti Pipex Deutschland. Celý proces implementácie bol mimoriadne náročný z niekoľkých dôvodov. Spoločnosť Pipex Deutschland sa v tomto období transformovala z obchodného zastúpenia na plnohodnotnú obchodnú spoločnosť, táto zmena vyžadovala aj komplexnú transformáciu obchodných a ekonomicko-účtovných procesov vrátane zmien dvoch informačných systémov. Obchodný portál a Abacus Business Software boli v ostrej prevádzke už 1. januára 2015, necelé štyri mesiace po rozhodnutí o spustení tejto etapy projektu. Extrémne krátky čas implementácie bol možný aj vďaka identickému riešeniu, ktoré už bolo použité v obchodnej spoločnosti Pipex (International) AG. Ďalšou výhodou tohto riešenia bola výrazná úspora nákladov. „Využili sme know-how a skúsenosti, ktoré sme



mali a za veľkej podpory kolegov z Pipex (International) AG, ktorým ešte raz ďakujem, sme termín dodržali. Implementácia dvoch nových systémov a v takom krátkom časovom horizonte neprebela úplne bez problémov, ale za výraznej pomoci kolegov zo ŽP Informatika a odboru predaja a marketingu sa to podarilo,“ spomína Ing. Peter Dvorský.

Po roku môžeme konštatovať, že v Pipex Deutschland bola automatizovaná takmer kompletná denná operatíva. Automatický tok dát z Obchodného portálu do systému Abacus Business Software a späť markantne zmenil kvalitu a rýchlosť práce. „V roku 2015 bolo spracovaných viac ako 1200 objednávok so 6200 položkami, automaticky generovaných bolo 2729 účtovných dokladov na výstupe a 2290 na vstupe (corebusiness), bez zbytočného prepisovania údajov a bez akejkoľvek reklamácie spôsobenej implementáciou softvéru. Riešenie ušetrilo v Pipex Deutschland jednu pracovnú silu. Investičná návratnosť je menej ako jeden rok, čo je skutočne dobrý výsledok,“ doplnila Ing. Dvor-

ský. Obchodný portál v Pipex Deutschland plne podporuje obchodné procesy, či už proces spracovania a potvrdenia objednávky, kontroly marže alebo špecifikácie nakladky a poskytuje aj komplexné obchodné informácie vo forme reportov. Prínosom je dostupnosť potrebných informácií, rýchlejšia a kvalitnejšia komunikácia so zákazníkmi aj výrobou a celková flexibilita. „V spolupráci so ŽP Informatika stále pracujeme na realizácii ďalších požiadaviek a na technologických vylepšeniach Obchodného portálu, pripravujeme podporu objednávaní na sklad, aj predaj produktov vyrábaných mimo ŽP a.s. Každá väčšia zmena však ovplyvňuje nielen používateľov Obchodného portálu, ale aj používateľov ďalších integrovaných aplikácií. Spolupráca je veľmi dôležitá, pretože každý systém je len taký dobrý, ako ľudia, ktorí s ním pracujú. Oceňujem ich trpezlivosť a snahu pomôcť,“ pokračuje Ing. Dvorský.

Momentálne prebieha implementácia Obchodného portálu a integrácia s informačným systémom QI v obchodnej spoločnosti ŽP Trade Bohemia, a.s. Predbežné ukončenie je plánované na koniec júna 2016, v druhom polroku bude pokračovať projekt implementácie v spoločnosti Slovurr Sp. z o.o. Každá spoločnosť má svoje špecifiká, svoje know-how, skúsenosti, ich vzájomná súčinnosť a používanie jedného systému pre obchodné procesy zvýši synergický efekt v rámci skupiny ŽP Group.

Mgr. Zuzana Lilková

Angličtinári našich súkromných škôl postúpili do krajského kola „Tešíme sa zo zdarného štartu...“

„Škola má byť miestom úbezným, vábiacim oči zvnútra i zvonku,“ tvrdil Komenský. Ale kto tvorí jej vnútro? My sme radi, že sa môžeme pochváliť študentmi, ktorí dokážu úspešne pracovať nielen na vyučovacích hodinách, ale aj mimo nich, doma. Zveľaďujú svoje vedomosti aj samoštúdiom, aby potom svojimi talentami dosiahli úspechy.

Jedným z nich bola aj úspešná účasť našich reprezentantov na okresnom kole olympiády z anglického jazyka. Žiačky 1. ročníka Súkromného gymnázia ŽP, Agáte Karaffovej sa podarilo získať 1. miesto a postúpila na krajské kolo, ktoré sa uskutoční vo februári, a my jej už teraz držíme pevne palce.

Dalšou úspešnou reprezentantkou bola Lívia Aschenbrierová zo 4. ročníka Súkromného gymnázia ŽP, ktorá vo svojej kategórii získala druhé miesto. Za dievčatami nezaostával ani maturant Súkromnej strednej odbornej školy hutníckej

ŽP Ivan Žabka, ktorý sa umiestnil tiež na druhom mieste. Z úspešného štartu, ale aj finále v tejto súťaži, sa tešíme spolu so študentmi a prajeme im, aby mali vždy na pamäti slová múdreho príslovia: „Learning is a treasure that will follow its owner everywhere.“ A pre tých, ktorí (zatiaľ) nemajú doma šikovných angličtinárov: „Učenie je pokladom, ktorý sprevádza svojho vlastníka kdekoľvek/všade.“

M. Kohútová



Mária a Zuzana Remeňové na 1. a 3. mieste rýchlostných pretekov 2. kola Viessmann pohára

Medaily v úvode biatlonovej sezóny

V Osrblí odštartovali biatlonovú sezónu úvodnými pretekmi mládežní. V národnom biatlonovom centre v Osrblí sa predstavilo takmer dvesto pretekárov z celého Slovenska a Maďarska.

Naši „železiari“, členovia Biatlonového oddielu ŽP Šport, a.s., Podbrezová a žiaci Súkromného gymnázia ŽP súťažili v kategórii dorastu 18-19 ročných už od piatku, a to v dvoch rýchlostných pretekoch (piatok, sobota) a v

pretekoch s hromadným štartom v nedeľu z dôvodu nominácie na Zimné olympijské hry mládeže (ZOHM). V rámci nominácie sa najviac darilo Karin Kazárovej, ktorá bola po piatku na 2. mieste (strelba 1,1), v sobotu na 3. mieste (strelba 1,1). V nedeľu po sústredenej príprave si omylom vybrala na štart neservisované lyže, keď po dvoch strelbách (1,2) nemohla držať vysoké bežecké tempo s pretekárkami, preteky nedokon-

čila. Naši „postaršení“ dorastenci (z kategórie 16-17 roční do vyššej kategórie dorastu 18-19 ročných) v rámci troch nomináčnych dní skončili na 3. až 6. mieste. Lukáš Ottlinger veľmi talentovaný pretekár nepotvrdil v nomináčnych pretekoch streleckú, ani bežeckú formu. Potešil Tomáš Sklenárik svojim vynikajúcim bežeckým výkonom, keď si v rámci nominácie udržoval 3.-5. pozíciu. Rozhodnutím trénersko-metodickej komisie

Slovenského zväzu biatlonu bola nominácia na ZOHM možná len umiestnením do 2. miesta, keď na účasť sa brali dva najlepšie výsledky (z troch víkendových pretekov) podľa Kašper bodovania (3/2). Nominovať sa mohli len dve dievčatá a dvaja chlapci.

Ostatní naši pretekári súťažili v rámci 2. kola Viessmann pohára. Z našich dvojčiek Remeňových sa vo svojej premiére v kategórii dorasteniek 16-17 ročných darilo najlepšie Márii, ktorá zvíťazila v rýchlostných pretekoch po strelbe

(2,1). Sestra Zuzana po štyroch nepresných výstreloch, ale dobrom behu skončila tretia. Dvojčikám sa darilo aj v pretekoch s hromadným štartom, kde Zuzana obsadila striebornú priečku a na bronzovú sa postavila Mária. Dve štvrté, zemiakové umiestnenia, v rýchlostných pretekoch a pretekoch s hromadným štartom si vybojoval Peter Seifert (absolvent SG ŽP) v kategórii mužov 22-39 ročných, keď od bronzovej priečky ho delili sekundy.

Andrea Kazárová

Auto Slovák
ZVOLEN

AUTO SLOVÁK, s.r.o.
Strážska cesta 5614 Zvolen
www.autoslovak.sk « 045/533 16 41 « 0905 566 656

ŠKODA



VÝPREDAJ JAZDENÝCH VOZIDIEL JAZDENÉ DO 10 000 KM



ŠKODA Fabia Hatchback
1,2TSI 66kW Ambition

červená rio metalíza 12.195 €

cena po zľave 10.500 €



ŠKODA Fabia Combi 1,2TSI
66kW Ambition

strieborná brilliant.metalíza 12.795 €

cena po zľave 11.000 €



ŠKODA Spaceback 1,2TSI
63kW EXTRA

běžová cappucino metalíza 14.033 €

cena po zľave 12.100 €



ŠKODA Rapid liftback 1,2TSI
63kW EXTRA

strieborná brilliant.metalíza 14.133 €

cena po zľave 12.500 €



ŠKODA Octavia 1,6TDI CR
77kW Ambition

běžová cappucino metalíza 20.732 €

cena po zľave 17.900 €

+ ZIMNÉ
PNEUMATIKY
GRÁTIS



Výskum k príprave odbornej publikácie HRAD ĽUPČA

Hrad Ľupča patrí k najzachovalejším hradným architektúram na území Slovenska. Doposiaľ nemá komplexne spracovanú históriu. Hoci o tomto hrade, o jeho stavebnom vývoji, histórii, majiteľoch, či hradnej doméne vyšlo niekoľko čiastkových prác, zväčša vo forme kratších článkov v rôznych periodikách (odborno-populárnych aj vedeckých), ucelená syntéza, pojednávajúca o stavebnom vývoji hradu a jeho historickom vývoji, stále chýba.

Najpodrobnejšie sa dejinám hradu doposiaľ venovala maďarsky písaná práca Emila Jurkoviča Zólyom lipcse várának és uradalmának története (1929). Práca prináša niekoľko zaujímavých informácií o topografii hradu, jej majiteľoch, ale aj o celej doméne hradného panstva. Mnohé údaje o stavebnom vývoji hradu sú prekonané a je potrebné ich podrobiť kritike. Poslednou ucelenejšou prácou o hrade Ľupča je kapitola obsiahnutá v publikácii Hieronyma Oravského Slovenská Ľupča (1990). Väčšina poznatkov uverejnených v tejto práci bola prebratá z vyššie zmenej monografie E. Jurkoviča, a preto neprináša zásadnejšie zistenia, či nové poznatky. Napriek tomu možno tento príspevok považovať za najucelenejšie slovensky písané spracovanie dejín hradu.

Spoločnosť Železiarne Podbrezová financuje obnovu hradu už druhú dekádu rokov. Za ten čas sa na hrade vykonalo množstvo unikátnych záchranných prác, o čom ste sa viacerí presvedčili na vlastné oči. Táto spoločnosť je príkladom toho, ako sa má robiť správna metodická obnova historickej pamiatky, ktorá je



výlučne zameraná na zachovanie kultúrneho dedičstva našich predkov. Popri nedostatočne spracovanej histórii hradu si tak zasluhuje väčšiu publicitu aj revitalizácia hradu, ktorá ho robí ešte krajším. Nech sa o nej dozvedia aj iní, pretože hrad je pomerne málo známy v porovnaní s inými hradmi na Slovensku. Obnova je navyše stále živá, preto jej opis umožňuje väčšiu autenticitu.



Z iniciatívy majiteľa a investora obnovy hradu, aj z mojej osobnej iniciatívy a angažovanosti, (ako súčasný kastelán som hrdý na hrad, pretože som rodákom zo Slovenskej Ľupče a vďačný za jeho obnovu spoločnosti, v kto-

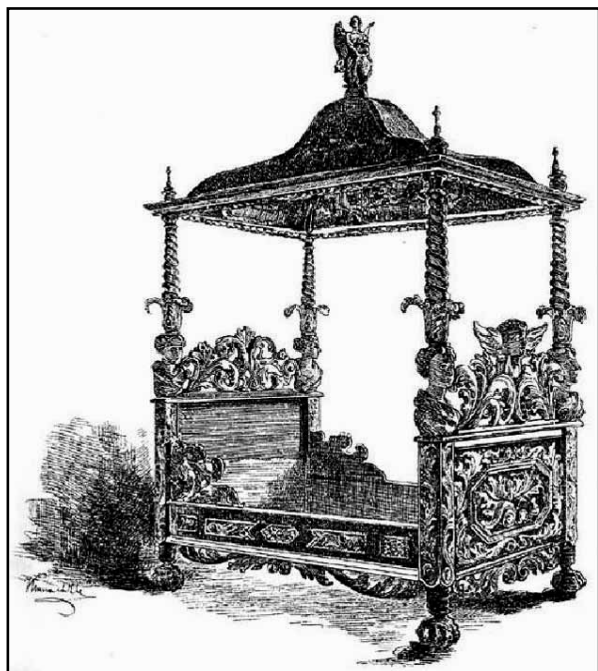
rej už pracujem pomaly desať rokov), vzišla požiadavka vytvoriť prvú veľkú monografiu pojednávajúcu o dejinách hradu s čo možno najširším spektrom záberu. Mala by mapovať históriu vývoju hradu (majitelia, významné udalosti späté s hradom, vývoj majetkovej domény hradu, či jeho využitie v jednotlivých obdobiach), stavebný vývoj hradu od najstarších čias do súčasnosti, aj pamiatkovú obnovu hradu od počiatkov záujmu o jeho konzerváciu, či neskôr obnovu. Súčasťou monografie by napokon mal byť aj praktický stručný sprievodca po hrade a jeho expozíciách. Zárukou tohto smelého cieľa bude početný autorský kolektív pod mojím vedením a vedením kolegu Dr. Ota Tomečka, ktorý



je historikom zaoberajúcim sa regionálnymi dejinami Ľupčianskeho panstva a jeho správného centra hradu Ľupča. Súčasťou kolektívu autorov, popri ďalších historikoch, orientujúcich sa na konkrétne časové úseky (špecialisti na archívne fondy, dobové jazyky), budú aj realizátori výskumov a obnovy hradu (archeológovia, reštaurátori, architekti).

Veľmi pozitívne hodnotím spracovanie témy dejín hradu až do konca 20. storočia. Keďže väčšina hradov na Slovensku sa premenila na ruiny, nebol dôvod v ich prípade spracúvať aj túto ich „novú“ históriu. Hrad Ľupča predstavuje iný prípad, keďže bol takmer neustále obývaný. Spracovanie najnovších dejín hradu tak môže byť zau-

ímavé aj z pohľadu metodického a metodologického, a teda prínosné aj z pohľadu výskumu hradných architektúr na Slovensku. Za obsahovo najoriginálnejšie považujem posledné podkapitoly pojednávajúce o časoch správy hradu banskou komorou k obdobiu sklonku existencie uhorského štátu a následnému vývoju udalostí v 20. storočí. Tieto obdobia v dejinách hradu neboli doposiaľ spracované (prevažne z politických a ideologických dôvodov) a preto predpokladám, že prinesú množstvo zaujímavých a doposiaľ nepublikovaných informácií. Vzhľadom na aktuálne spracované výskumy však možno podobné výsledky očakávať aj v prípade spracovania ostatných častí kapitol pojednávajúcích o starších dejinách hradu.



Posteľ F. Vešelényho z polovice 17. storočia

Chcete nám pomôcť?

Výskum tejto jedinečnej publikácie bude ukončený na konci roku 2016 a v nasledujúcom roku bude publikácia vydaná. Chceme vás úctivo požiadať, ak máte materiál (pohľadnice, fotografie, listy, zápisky...) alebo iné skúsenosti so životom na hrade Ľupča a jeho blízkom okolí, podelte sa o ne s nami! Pri svojom výskume som aj vďaka vám zistil, že hrad zažil pekné časy napríklad v období Československého štátneho sirotinca. Som rád, že som sa dozvedel o tom, ako ste ako chovanci tohto ústavu boli rozdelení do jednotlivých čeladi a začínali svoje deň skorým ranným budičkou, krátkou rozcvičkou, raňajkami, po ktorých nasledovalo vyučovanie a vo voľnom čase ste spomínali na svoje zážitky z futbalu, kúpania v Hrone alebo korčuľovania na hradných rybníkoch. Zaujímavé sú aj príbehy učňov Švermových železiarní z Podbrezovej, ktorí mali v hrade v rokoch 1950 až 1952 zriadené učilište. Potvrdili ste my aj informácie o menej svetlých dejinách hradu, ako bolo zriadenie zaisťovacieho tábora na hrade v roku 1944. V tomto tábore malo byť okolo 160 až 200 uväznených. Inú internáciu (ženských reholí) zažil hrad v období rokov 1958 až 1989 v rámci komunistckej Akcie „R“. Na hrade sa vystriedali sestry Vincentky, Krížové, Marianky, anglické, Uršulinky, Satmárky a sestry Notredame. Veľa z vás si pamätá ako žili na hrade a pracovali na okolitých poliach, ale čím ďalej vás je menej a informácie sa pomaly vytrácajú. Preto sa s nami podelte o svoje spomienky, ktoré sa pokúsime uchovať aj pre ďalšie generácie. Môžete mi zavolať na číslo 0903 518 603, napísať na email: homola@zelpo.sk a samozrejme stretnem sa s vami rád aj osobne.

Mgr. Vladimír Homola, kastelán hradu Ľupča

Jedálny lístok
1. - 7. 2. 2016
Pondelok

Polievky: prešporská, krúpková, pečivo.

- Jarné kuracie stehno, zemiaky
- Plnený bravčový závitok, tarhoňa, uhorka
- Furmanské halušky
- Šalát brokolicový s kuracím mäsom a olivami, pečivo
- Hubové rizoto, uhorkový šalát
- Palacinky s džemom a čokoládou
- Bageta syrová
- Ovocný balíček.

Utorok

Polievky: morčacia, tekvicová, pečivo.

- Bravčové mäso Chili con Carne, ryža, šalát
- Hovädzia pečienka sviečková, knedľa
- Zemiakové knedličky s údeným mäsom, kapusta
- Syrové tajomstvo, pečivo
- Pečená ryba s bylinkami, mexická zelenina
- Buchty na pare s nutelou, maková posýпка, kakao
- Bageta s kuracím mäsom
- Mliečny balíček.

Streda

Polievky: fazuľková kyslá s kôprom, sedliacka, pečivo.

- Kuracie prsia na paprike, cestovina
- Husárska roláda, zemiaková kaša, čalamáda
- Držky na diabolský spôsob, knedľa
- Študentský šalát, pečivo
- Ryžový nákyp
- Langoše s kečupom
- Bageta Gurmán
- Ovocný balíček.

Štvrtok

Polievky: kapustová s klobásou, pohronská, pečivo.

- Hovädzi guláš maďarský, knedľa
- Morčacie prsia na hrášku so šampiňónmi, ryža, šalát
- Važecká pochúťka, zemiakové placky
- Šalát rančerský, pečivo
- Cestoviny s brokolicou a smotanovou omáčkou
- Škoricové osie hniezda, kakao
- Bageta s pikantným mäsom
- Mliečny balíček.

Piatok

Polievky: furmanská, karfiolová, pečivo.

- Vyprážený syr, zemiaky, tatárska omáčka
- Bravčové stehno bratislavské, cestovina
- Restovaná kačacia pečeň, hrášková ryža, cvikla
- Lahôdkový šalát, pečivo
- Hovädzi guláš so zelenou fazuľkou
- Zemiakové knedličky čučoriedkové so strúhankou
- Bageta moravská
- Ovocný balíček.

Sobota

Polievka: horácka, pečivo.

- Bravčová pečienka sedliacka, červená kapusta, knedľa
- Kuracie prsia orientálne, ryža, uhorka
- Bageta Apetito.

Nedeľa

Polievka: šošovicová kyslá, pečivo.

- Bravčový rezeň s broskynou a syrom, zemiaky, šalát
- Goralská pochúťka, cestovina
- Bageta s kuracím mäsom.

Syndróm počítačového videnia

Deväť z desiatich ľudí, ktorí sedia aspoň tri hodiny denne pri počítači, trápí syndróm počítačového videnia (CVS – Computer Vision Syndrome). Bolí ich hlava, pália oči a majú problémy so zaostrovaním. Hrozí aj poškodenie zraku, najviac deťom do siedmich, ôsmich rokov, kedy zrak ešte nie je ustálený. Odborníci radia dodržiavať pravidlá, ktoré riziko obmedzia. Pri dlhodobom sledovaní monitoru sa objaví pocit suchého oka spojený s pálením očí, pocitom piesku a rezanie v očiach. Pokiaľ sa začínajúce príznaky neliečia, rohovka vyschýna a tvoria sa na nej vlákna, ktoré nepríjemné pocity zhoršujú, povedala očná lekárka kliniky DuoVize Jana Mikšovská. „Zároveň sa oslabuje prirodzená ochrana rohovky, epitel a slzný film, čo uľahčuje prienik infekcie rohovkou a vznik rohovkového vredu. Ten môže viesť až k vzniku nepriehľadnej vrstvy na rohovke, k prasknutiu rohovky alebo aj nutnosti jej transplan-



tačie“, varovala. Počítače môžu vyvolať falošnú krátkozrakosť, kedy dočasne ochabne preťažovaný zaostrovací sval v oku. Po odpočinku sa sval zregeneruje a schopnosť zaostrovať sa vráti. Horšia je krátkozrakosť trvalá, ako následok pravidelného a dlhodobého preťažovania

kovská.

Šesťdesiat centimetrov od monitoru

Vyhnuť sa úplne práci na počítači je väčšinou nemožné. Odborníci preto radia zaviesť do denného režimu pravidlo 20/20/20. Po každých dvadsiatich minútach práce na počítači sa najmenej na dvadsať sekúnd zahľadieť na bod vzdialený minimálne 20 stôp, čo zodpovedá zhruba šiestim metrom. Človek uľaví zaostrovacím svalom, precvičí oči a zabráni vysychaniu rohovky. Vzdialenosť očí od monitoru by mala byť minimálne 60 až 80 centimetrov. Monitor by mal byť vo výške očí, tým sa docielí správne držanie hlavy a obmedzí bolesť očí, chrbta a krčnej chrbtice. Dôležité je aj osvetlenie, biele alebo žlté svetlo by malo byť rozptýlené po celej pracovnej ploche, osvetlená má byť pracovná plocha, nie oko. Žiadna jednostranná záťaž nie je pre dieťa vhodná. Rodičia by preto mali zaistiť, aby sa striedal v činnostiach dieťaťa pohľad a do blízka, teda hranie vonku, doma a činnosti s pohľadom do blízka, čo môže byť napríklad aj počítač.

Ako predchádzať problémom

Monitor

Horný okraj obrazovky má byť vo výške očí alebo mierne nad očami. Obrazovka by mala byť vždy radšej väčšia a čo najplochejšia (LCD), pričom jej ideálna veľkosť by mala byť 17" palcov. Pri čítaní textu na obrazovke, očiam prospieje dostatočná veľkosť a farba písma – ideálna veľkosť písma je od 2,6 do 3,6 milimetra a tmavé znaky na svetlom pozadí. Neváhajte si dať zväčšiť písmo, alebo aspoň rozlíšenie

obrazovky. Úplne jednoducho a rýchlo si zväčšíte internetovú stránku alebo wordovský dokument stlačením klávesy CTRL + kolieskom na myši dopredu.

Okolie počítača

V tomto prípade máme na mysli prostredie, napríklad správne osvetlenie pracovného miesta, čím sa odstraňuje odraz z okolitých predmetov na obrazovku. Odporúča sa celkové osvetlenie 300 až 500 luxov. Ak pri počítači pracujú starší ľudia,

osvetlenie by malo byť až 1000 luxov. Pokojne môžete použiť aj pracovné lampy. Nábytok a steny v miestnosti, kde pracujete s počítačom, by mali byť z materiálov, ktoré obmedzujú odraz a odlesk. Odporúča sa matný povrch, farba svetlosivá, svetlozelená alebo svetlohnedá. Dajte pozor aj na umiestnenie počítača. Nevhodný je počítač oproti oknu a chrbtom k oknu. Okno by malo byť so žalúziami na reguláciu prichádzajúceho svetla.

Cvičenia akomodácie (zaostrenia) očnej šošovky

- 1. Pohyby očami hore a dolu, alebo do strán:** hlavu uvoľnite a očami pohybujte čo najviac hore a dole tak, aby ste v svaloch očí cítili určité napätie. Pri cvičení do strán pohybujte očami čo najviac doprava a doľava. Pohyb má byť pomalý a pravidelný. Opakujte 6x. Potom oči zavrite a nechajte na niekoľko sekúnd odpočinúť.
- 2. Krúženie:** zadívajte sa silne hore a potom krúžite očami smerom doprava, dolu, doľava a späť hore. Opakujte 4x a rovnaké cvičenie opakujte opačným smerom a potom nechajte oči odpočinúť.
- 3. Cvičenie akomodácie (zaostrenia) očnej šošovky:** pred oči si dajte ukazovák na vzdialenosť asi 20-30 centimetrov tak blízko, kým ho budete vidieť ostro. Postavte sa pred nejaký predmet, ktorý je vzdialený najmenej päť metrov. Svoj zrak zaostrite na prst a hneď nato na vzdialený predmet. Opakujte 10x. Na 3-4 sekundy oči zavrite a nechajte odpočinúť. Celý postup opakujte 2-3x. Toto cvičenie robte čo najčastejšie!
- 4. Slné:** cena slnečného svitu je vo všetkých prípadoch chybného zraku značná, odporúča sa všetkým so zlým zrakom. Najlepším spôsobom je zavrieť oči a vystaviť ich slnku a hlavou mierne pohybovať zo strany na stranu. Tak budú slnečné lúče dopadať na všetky miesta oka rovnomerne. Cvičte 10 minút – 3x denne.

Oči sa dobre prekrvia a uvoľnia svaly i nervy. Samozrejme, cvičte bez okuliarov.

5. Studené: studená voda je ďalší efektívny prostriedok k uvoľňovaniu očí a okolitého tkaniva. Nakloňte sa nad umývadlo, ponorte ruky do vody, naberte ju do dlani a rázne vodu špliechajte do zavretých očí. Opakujte 20x. Cvičenie veľmi osviežuje oči a je dobrým prostriedkom vždy, keď cítite, že máte oči unavené. Opakujte ho minimálne 3x denne. Dôležité je, aby bola voda studená, nie vlažná.

6. Čítanie: je najdôležitejším prostriedkom pre udržanie zdravých očí, nikdy nespôsobuje zrakové chyby. Nie je podstatný rozsah textu, záleží iba na tom, aby boli oči celú dobu uvoľnené. Začnite čítať bez okuliarov vo vzdialenosti, ktorá vám najviac vyhovuje. V prípade extrémnej krátkozrakosti bude vzdialenosť možno taká malá, že budete môcť zo začiatku čítať len jediným okom. Po celú dobu pravidelne a často mrkajte. Ak máte jedno oko slabšie, čítajte ním častejšie.

Princíp zlepšenia zraku je tak trochu podobný kulturistickému tréningu, nie je pri ňom však možné aplikovať rovnaké pravidlá. Pri týchto cvičeniach ide o zlepšenie prekrvenia očí a okolitých tkanív, a relaxáciu. Súčasne i posilnenie okolitých svalov, ktoré bude mať za následok lepšiu schopnosť akomodácie.

(Internet)

Jedálny lístok
8. - 12. 2. 2016
Pondelok

Polievky: stupavská zabíjačková, mrkvová s pórom, pečivo.

- Hovädzie mäso na koreni, ryža, šalát
- Bravčové stehno nitrianske, knedľa
- Zemiakové placky plnené mäsom
- Grécky šalát, pečivo
- Kondičkový tanier
- Šišky s nutelou, kakao
- Bageta s pikantným mäsom
- Mliečny balíček.

Utorok

Polievky: mexická, krupicová so zeleninou, pečivo.

- Vyprážený morčací rezeň ovčiarcky, zemiaková kaša, čalamáda
- Hovädzia roštenka na slanine, tarhoňa, šalát
- Bravčové rebierko s brusnicami a hruškou, ryža
- Hydinový šalát, pečivo
- Pečené zemiaky s paradajkovou omáčkou
- Žemľovka s tvarohom
- Bageta Gurmán
- Ovocný balíček.

Streda

Polievky: zeleninová s rajbaničkou, frankfurtská, pečivo.

- Pečený bôčik s plnkou, kapusta, knedľa
- Kuracie prsia prírodné, zeleninová ryža, šalát
- Vyprášaná treska plnená brokolicou a syrom, zemiaky, šalát
- Pestrý cestovinový šalát
- Ohnivý kuracie stehno orientálne, zeleninová obloha
- Hanácke koláče, kakao
- Bageta syrová
- Mliečny balíček.

Štvrtok

Polievky: fazuľová kyslá, paradajková, pečivo.

- Kuracie stehno s kuriatkovou omáčkou, cestovina
- Detvianska nátura, opekané zemiaky, uhorka
- Pizza diabolská
- Horehronský syrový šalát, pečivo
- Zapekané zemiaky s pórom
- Šúľance s makom
- Bageta moravská
- Ovocný balíček.

Piatok

Polievky: držková, roľnícka, pečivo.

- Bravčový rezeň na zelenine, ryža, šalát
- Hovädzie dusené, chrenová omáčka, knedľa
- Torteliny so šunkou, syrová omáčka
- Parížsky šalát, pečivo
- Kelový karbonátok, zemiaky, šalát
- Dukátové buchtičky s vanilkovým krémom
- Bageta s kuracím mäsom
- Mliečny balíček.

Sobota

Polievka: gulášová, pečivo.

- Pečená krkovička na cesnaku, zemiaky, cvikla
- Kuracie prsia na hubách, slovenská ryža, šalát
- Bageta salámová so šalátom.

Nedeľa

Polievka: slepačia, pečivo.

- Hovädzi guláš mexický, ryža, šalát
- Plnená paprika, knedľa
- Bageta Gurmán.

Spomienky



Dňa 3. februára uplynú tri roky, ako sme sa navždy rozlúčili s našim milovaným otcom a starým otcom **Františkom MAKRAJOM** z Podbrezovej.
S láskou a úctou na teba spomíname.
Dcéra s rodinou

...
„Odišiel pomaly, ticho a bez rozlúčky. Bolesťou unavený ticho zaspal, zanechal všetkých, ktorých mal rád. Celý náš život sa zmenil, nik by to s nami nemienil. Smútok a žiaľ v srdci máme, na teba s láskou spomíname.“



Dňa 28. januára uplynuli dva roky odvtedy, ako nás navždy opustil milovaný manžel, otec a starý otec **Barnabáš VARGA** z Podbrezovej.

S láskou a úctou spomíname



Dňa 30. januára si pripomenieme prvé smutné výročie odvtedy, ako nás navždy opustil náš drahý manžel a synovec **Ján LIČKO** z Čierneho Balogu.

Spomíname s láskou a úctou

...
„Tá rana v srdci bolí a zabudnúť nedovolí. Prázdny je dom, smútok je v ňom, zostala nám len bolesť a spomienka v ňom.“



Dňa 25. januára uplynulo trinásť rokov odvtedy, ako nás opustil náš milovaný otec, starý a prastarý otec **Štefan PREČUCH** z Čierneho Balogu.

Štefan PREČUCH z Čierneho Balogu.

S láskou spomínajú synovia a dcéry s rodinami

...
„Hviezdy prestali pre teba svietiť a slnko hriať, ale my, čo sme ťa milovali, budeme na teba stále spomínať.“



Dňa 6. februára uplynú päť rokov odvtedy, ako nás navždy opustila milovaná manželka, mama a stará mama **Viera TRUNEKOVÁ** z Podbrezovej.

S láskou a úctou spomínajú manžel a deti s rodinami

...
„Odišla si tiško, už nie si medzi nami, no v našich srdciach stále žiješ spomienkami.“



Dňa 8. februára uplynú druhý rok odvtedy, ako nás navždy opustila naša milovaná manželka, mama, stará mama a babka **Alžbeta AUXTOVÁ** z Brezna.

Alžbeta AUXTOVÁ z Brezna.

Kto ste ju poznali, venujte jej spolu s nami tichú spomienku

S láskou spomínajú manžel, dcéra, vnučky a pravnúčka



...
„Odišiel si tiško, už nie si medzi nami, ale žiješ v srdciach tých, čo ťa milovali.“
Dňa 1. februára uplynú osem rokov odvtedy, čo nás navždy opustil náš drahý manžel, otec a starý otec **Pavol LŐCZI** z Podbrezovej.

Pavol LŐCZI z Podbrezovej.

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

Smútiaca rodina

...
Dňa 3. februára uplynú päť rokov odvtedy, ako nás navždy opustil milovaný syn, manžel a otec



Alexej PODHAJSKÝ z Podbrezovej, Štiavničky.

S láskou a úctou spomína celá jeho rodina

...
„Prišlo to tak zrazu, nečakane a nádeje na život už niet, zostalo prázdne miesto v dome a pár nedokončených viet. Cítime obrovský smútok a žiaľ, zrazu nič nie je také, ako by si človek prijal...“



Dňa 2. februára si pripomenieme smutné dvadsať druhé výročie, ako nás navždy opustil manžel, otec a starý otec **Juraj ARGAY** z Brezna.

„Aj slnko zapadá do noci, sto ráz púť dokonala, niet mu viac pomoci...“

Spomínajú manželka Viera a synovia Václav a Miroslav



Foto: A. Nociarová

Pozývame vás na Tále

31. januára

Lýžovačka s veľkou chuťou – Sladké prázdniny a Verejné pretekky v lyžovaní

pre rodiny s deťmi a všetkých neregistrovaných lyžiarov. Pre víťazov sú pripravené zaujímavé vecné ceny, ktoré určite potešia. Počas celého dňa si môžete pochutnávať na francúzskych palacinkách a sladkých špecialitách.

O zábavu sa postarajú animátori a DJ Igor Keller.

Od 30. januára do 1. februára
všetci školáci a študenti, ktorí mali na polročnom vysvedčení

čisté JEDNOTKY lyžujú za 1 euro.

Tak, ako každý rok, aj počas tohto prázdninového víkendu si môžu vybrať jednotkárí jeden deň, v ktorom po predložení vysvedčenia/výpisu známok si prevezmú celodenný zľavnený lístok za symbolickú cenu jedného eura. Lístok bude platný v deň, kedy bol kúpený.

29. a 30. januára sa uskutoční večerné lyžovanie od 18. do 21. hodiny.



BBSK - HOREHRONSKÉ MÚZEUM V BREZNE VÁS POZÝVA NA VÝSTAVU

SMALT Z HRONCA

...ALEBO KRÁSNE I PRAKTICKÉ

18.1.-23.3.2016

MEŠTIANSKY DOM, NÁM. GEN. M. R. ŠTEFÁNIKA 13, BREZNO

Podakovania

Ďakujeme všetkým susedom, známym a bývalým spolupracovníkom, ktorí sa 4. januára 2016 prišli rozlúčiť s našim drahým bratom, švagrom, ujom a strýkom



Arnoldom SLIVKOM z Dolnej Lehoty.

Ďakujeme za kvetinové dary a prejavy sústrastí, ktorými ste sa snažili zmierniť náš hlboký žiaľ. Za dôstojnú rozlúčku ďakujeme Dychovej hudbe ŽP.

Smútiaca rodina



na poslednej rozlúčke s našim milovaným manželom, otcom a starým otcom

Milanom ŠEJIRMANOM z Brusna.

Ďakujeme za kvetinové dary a prejavy sústrastí, ktorými ste sa snažili zmierniť náš hlboký žiaľ a Dychovej hudbe ŽP za dôstojnú rozlúčku.

Manželka, syn a dcéra s rodinami

...
Ďakujeme všetkým príbuzným, priateľom, spolupracovníkom a ostatným, ktorí sa 2. januára 2016 prišli rozlúčiť s našim drahým synom, bratom, manželom a otcom

Miroslavom ŠKODOM z Brezna,

Mazorníkova.

Ďakujeme za prejavy sústrastí a kvetinové dary, ktorými ste sa snažili zmierniť náš hlboký žiaľ.

Smútiaca rodina



...
Ďakujeme všetkým bývalým spolupracovníkom zo Železiarní Podbrezová a.s., že sa 18. januára 2016 prišli rozlúčiť s našim otcom a starým otcom

Júliusom PILIAROM z Bacúcha

a tým zmiernili náš hlboký žiaľ.

Manželka a synovia

...
Ďakujeme všetkým príbuzným, známym a susedom za účasť

Z BILANCIE MLÁDEŽNÍCKYCH TRÉNEROV

1. Ste spokojný s jesennými výkonmi tímu?
2. Priblížite nám harmonogram zimnej prípravy?

Ján GAJDOŠÍK, U17

1. - Do tohto ročníka sme vstupovali s dvomi základnými cieľmi. Tým prvým, samozrejme, bolo zlepšenie hry družstva a druhým príprava hráčov do kategórie U19, aby čo najviac hráčov malo šancu presadiť sa vo vyššej vekovej kategórii už v budúcej sezóne. Čo sa týka bodov, v porovnaní s minulým ročníkom došlo k miernemu zlepšeniu, no napriek tomu nemôžeme byť spokojní s konečným resumé. V tabuľke sme po jesennej časti na 11. mieste so ziskom 12 bodov, za tri víťazstvá, tri remízy a sedem prehiev. V bráne podával stabilné výkony Slaniniak, v obrane dobré výkony podávali obaja strední obrancovia Valek a Lajčák. V stredovej formácii si svoje miesto zastal Lupták. Pozitívnym prekvapením boli pre nás výkony Kána, v útočnej fáze najstabilnejšie výkony podával Hutník a našim najlepším hráčom v jesennej časti bol Blahút.

2. - Prípravu sme začali 11. januára a ukončíme ju v posledný februárový týždeň. Chceli by sme odohrať 6 – 7 prípravných zápasov, ktoré odohráme prevažne na umelej trávě na Skalici. V príprave sa chceme zamerať predovšetkým na komplexný rozvoj hráčov s cieľom, čo najlepšie ich pripraviť pre vekovú kategóriu U19. V prípravných zápasoch bude našim cieľom zlepšovanie nielen po hernej, ale aj po taktickej stránke, kde vidíme u väčšiny hráčov ešte značné rezervy.

Marek BAŽÍK, U16

1. - S tabuľkovým umiestnením samozrejme musíme byť spokojní, keďže sme po jesennej časti skončili na peknom štvrtom mieste. Čo sa týka herného prejavu, spokojnosť môžeme vyjadriť s tým, ako sme sa prezentovali v obrannej fáze hry. V trinástich majstrovských zápasoch sme dostali len sedem gólov, čo je pozitívne

konštatovanie. Rezervy vidím v útočnej fáze. Strelili sme šestnásť gólov, no myslím si, že kvalitatívne máme typy hráčov, ktorí majú schopnosti na to, aby sme boli v ofenzíve v jarnej časti úspešnejší.

2.- Zimnú prípravu sme odštartovali 11. januára a bude trvať do 5. marca, kedy hráme prvé kolo odvetnej časti súťaže. Všetky tréningy v zimnom prípravnom období absolvujeme v domácich podmienkach a počas ôsmich týždňov odohráme sedem prípravných



Tréning družstva U14 v telocvični na Štiavničke objektívom A. Nociarovej



J. Gajdošík



M. Bažík



M. Turňa



M. Boháčik



M. Medveď

zápasov. Dúfam, že všetci hráči počas (pre futbalistov) najťažšieho obdobia v roku budú zdraví, aby sme mohli nerušene a poctivo pracovať. Želám si, aby jarná časť ligy bola minimálne tak úspešná, ako bola časť jesenná.

Marcel TURŇA, U15

1. - Po jesennej časti súťaže sme skončili na 4. mieste, s rovnakým počtom bodov ako tretí Ružomberok. Hodnotenie by som rozdelil na dve časti, z pohľadu výkonnosti a z pohľadu umiestnenia, bodového zisku. Čo sa týka výkonov tímu, chceli sme sa prezentovať kombináčnym futbalom, založeným na držaní lopty. Vo väčšine zápasov sa nám to darilo plniť a boli sme dominantným mužstvom. Celkom vyrovnané zápasy sme odohrali aj s výkonnostne najlepšimi v súťaži Žilinou a Banskou Bystricou, no nepodarilo sa nám streliť im gól a tak sme zápasy s nimi tesne

prehrali. Útočná fáza bola celkovo našou slabinou, striedali sme málo gólov a tak aj bodový zisk mohol byť vyšší. Mrzí ma to, lebo aj postavenie v tabuľke mohlo byť lepšie. Takže s týmto ukazovateľom nevládne celkom spokojnosť. Hráči si počas celej jesennej časti neudržali stabilnú výkonnosť, čo je v tejto vekovej kategórii ešte prirodzené, ale najlepšie výkony počas jesene podávali brankár Dlubáč, dobre mu sekundovali obrancovia, defenzívny štít Bakafa a útočnú fázu ťahal kapitán Ďatko a najlepší jesenný strelec Auxt.

2. - Zimnú prípravu sme začali 11. januára. Prípravovať sa budeme v domácich podmienkach, so zameraním sa na rozvoj hernej kondície a hernej činnosti jednotlivca. V prípravných zápasoch sa zameriame aj na taktickú stránku herného výkonu. Čakajú nás dva halové turnaje v Baďane a 6 prípravných zápasov. Našími súpermi v prípra-

ve budú Banská Bystrica, Trenčín, Zlaté Moravce, Slovan Bratislava a v generálke na jarň časť Poprad.

Martin BOHÁČIK, U14

1. - Po jesennej časti sme sa umiestnili na 6. mieste, odohrali sme 14 zápasov, 7 krát sme zvíťazili, v 7 zápasoch prehrali a dosiahli skóre 25:46, s počtom bodov 21. Najlepším strelcom bol kapitán tímu Igor Brozman, strelil 8 gólov. Naším cieľom v jesennej časti bolo, okrem pokračovania v rozvoji pohybových schopností a zručností, zlepšovania sa v herných činnostiach jednotlivca, aj aklimatizovať hráčov na veľkosť ihriska (v kategórii U13 hrávali ešte na šírku ihriska). Výkon družstva v zápasoch kolísali ako na hojdačke. Dobré výkony sa striedali so slabšími. Chlapci sa stále učia a pevne verím, že v jarnej časti to bude z našej strany oveľa lepšie.

Najviditeľnejší vzostup v našom mužstve dosiahol Matej Morong, vyhlásený za najlepšieho hráča z nášho družstva.

2. - Prípravu na jarň časť sme začali 11. januára s tým, že trénovať budeme 4-krát v týždni, plus športová príprava a prípravný zápas. Využívať budeme umelú trávu na Skalici, telocvične v Lopeji a na Štiavničke, terén v Breznej plus regeneráciu. V prípravnom období nás čaká šesť zápasov, aj s takými súpermi ako Trenčín, Slovan či maďarské mužstvo Győr. Naším cieľom je dobre sa pripraviť na jarň časť, nadstavbu a pomaly formovať mužstvo pre kategóriu U15.

Miroslav MEDVEĎ, U13

1. - Ani jeden mládežnícky tréner nie je stopercentne spokojný s výkonomi svojho družstva. To platí aj pre mňa. V hre je badať pokrok, ale ešte stále máme pred sebou dlhú cestu. Spokojnosť by nás mohla uspať, a to nechceme. Keďže výsledkové ciele si nekladíme, tak ich ani nebudem hodnotiť. Výkonnosť chlapcov závisí najmä od ich účasti na tréningovom procese. V podstate môžeme pochváliť všetkých chlapcov, ktorí zasiahli do súťaže. U všetkých sme zaznamenali výrazný progres a veríme, že v nastolenom trende zlepšovania budú pokračovať a dosiahnu to, o čom snívajú, zahrať si veľký futbal.

2. - Tréningový cyklus sme začali 11. januára. Prípravné obdobie je pomerne dlhé, máme dostatok času, aby sme sa pripravili na druhú časť sezóny, ktorú začneme až 13. marca. Počas prípravy sa zameriame na zlepšovanie individuálnych činností. Dúfam, že chlapcom vydrží zdravie, ktoré nám v zimnom prípravnom období spolu s počasím robieva najväčšie vrásky na čele. Prípravné zápasy plánujeme odohrať doma a to s Hornou Nitrou (7. februára), s Duklou Banská Bystrica (13. februára), s Levicami (21. februára), s Popradom (27. februára) a s Jupie B. Bystrica (6. marca).

(vk)

Podbrezová je lídrom súťaže v mužskej aj ženskej Extralige

V novom roku boli odohraté tri kolá v Extralige mužov, dve kolá v Extralige žien a dorastenci Kolkárskeho oddielu ŽP Šport podali výborný výkon v Sučanoch.

Extraliga mužov 14. kolo, 9. január ŽP Šport B - ŽP Šport A 0:8 (3553:3927)

Zostava a body B: L. Svitek 574/0, Kozák 625/0, Štefančík 580/0, Kyseľica 584/0, Balco 613/0, Dilský 577/0. Zostava a body A: Vadovič 673/1, Zavarko 703/1, Tomka 622/1, Kuna 625/1, Tepša 667/1, Pašiak 637/1.

Tatran Sučany - ŽP Šport C 6:2 (3514:3302)

Zostava a body: M. Dilský 562/1,

Herich 557/0, Petráš 522/0, Dziad 551/0, Babčan 543/0, Paulečko 567/1.

15. kolo, 16. január ŽP Šport C - ŽP Šport A 0:8 (3459:3868)

Zostava a body C: Dilský M. 544/0, Herich 588/0, Švantner 584/0, Dziad 559/0, Babčan 598/0, Paulečko 586/0.

Zostava a body A: Vadovič 633/1, Zavarko 663/1, Tomka 626/1, Kuna 625/1, Tepša 690/1, Pašiak 631/1.

Inter Bratislava B - ŽP Šport B 6:2 (3514:3302)

Zostava a body: L. Svitek 539/0, Kozák 556/1, Štefančík 595/0, Kyseľica 564/0, Balco 541/0, Dilský 585/1.

16. kolo, 24. január ŽP Šport B - ŽP Šport C 6:2 (3582:3447)

Zostava a body B: L. Svitek 612/1, Kozák 603/1, Štefančík 602/1, Kyseľica 576/0, Balco 575/0, Dilský 614/1.

Zostava a body C: M. Dilský 571/0, Herich 521/0, Petráš 578/1, Dziad 597/0, Babčan 584/1, Paulečko 596/0.

ŽP Šport A - ŠK Modranka 7:1 (3858:3592)

Zostava a body: Vadovič 644/1, Zavarko 679/1, Tomka 597/0, Kuna 655/1, Tepša 647/1, Pašiak 636/1.

Extraliga žien

10. kolo, 16. január KK Apollo Bratislava - ŽP Šport A 1:5 (2050:2155)

Zostava a body: Dideková 545/1, Tatoušková 566/1, Diabelková 544/1, Turčanová 500/0.

Tatran SNV - ŽP Šport B 5:1 (2148:2057)

Zostava a body: Kyselícová 512/0, Skalošová 507/0, Babelová 499/0, Ďuricová 539/1.

11. kolo, 24. január ŽP Šport A - TJ Rakovica 5:1 (2251:2179)

Zostava a body: Dideková 556/1,

Tatoušková 617/1, Poliaková 538/0, Turčanová 540/1.

ŽP Šport B - KK Apollo Bratislava 0:6 (2022:2209)

Zostava a body: Kyselícová 520/0, Skalošová 528/0, Babelová 489/0, Vaňková 485/1.

1. Dorastenecká liga - východ

9. kolo, 24. január Tatran Sučany - ŽP Šport dorast 1:3 1558:1671

Zostava a body: Poliaková 581, Malček 517, Švantner 542, Bánik 548.

Martin Kozák

V Dome športu ŽP v Podbrezovej bude 30. januára 2016 o 13. hodine odohraté 2. kolo LIGY MAJSTROV, v ktorom sa stretne domáci tím Kolkárskeho oddielu ŽP Šport s rumunským mužstvom z C.S. CFR CLUJ.