



PODBREZOVAN 14

Dvojtyždenník Železiarní Podbrezová a.s. | ročník LXXI | 17. júl 2015

1 Predstavujeme vám

2 Spomíname s pamätníkmi

3 Fabrika očami detí

4 S našou fyzioterapeutkou

5 S novým trénerom



Foto: I. Kardhordová

Vítazom deviateho kola čitateľskej súťaže „O cenu predsedu Predstavenstva ŽP a.s.“, venovanej 175. výročiu založenia podbrezovských železiarní, sa stal Ing. Jozef Hlívovský z energetiky. Výhercovi zablahoželala a cenu venovala Ing. Anna Kováčová, riaditeľka ZANINONI Slovakia s.r.o. „Zaujali ma obsiahle informácie z histórie nielen podbrezovských železiarní, ale aj hutníckych rodov a jubilujúcich spoločností. Posielam odpovede do každého kola a potešilo ma, že som po prvýkrát v súťaži aj niečo vyhral.“ prezradil výherca. (vk)



Z letného jazykového tábora objektívom V. Drašnára

Hurá prázdniny!

Počet rekreujúcich sa detí prekročí aj v roku 2015 záväzok Železiarní Podbrezová a.s., vyplývajúci z kolektívnej zmluvy. Letný tábor v Repišti je zabezpečený v dvoch štrnásťdenných turnusoch pre 90 detí zamestnancov Železiarní Podbrezová a.s. a 24 detí zamestnancov dcérskych spoločností (ŽP EKO QELET a.s., ŽP Bezpečnostné služby s.r.o., ŽP Informatika s.r.o. a ŽP Šport a.s.). Jazykového tábora na Donovaloch sa zúčastní v troch sedemdenných turnusoch 45 detí (36 zo železiarní a 9 z dcérskych spoločností).

Prvú návštevu v Chate u Daniela v Repišti a v penzióne Zornička na Donovaloch sme absolvovali 8. júla. Zaujímalo nás, ako našim deťom ubieha táborový život v týchto tropických dňoch, veď ráno po našom príchode sa teploty šplhali k 30 stupňom Celzia.

teplota o 5 stupňov nižšia a splnení ďalších úloh, sa už tešili na odych v chate. „Súčasným horúčavám prispôbujeme aj náš táborový program a predlžujeme v najkritickejšom čase dĺžku oddychu,“ povedal vedúci tábora Ladislav Moško a prezradil, že deti oddychujú v chate tri, niekedy aj štyri hodiny. Zvyšili pre nich príjem tekutín, hlavne horkeho čierneho čaju. Animátori neustále upozorňujú svojich zverencov na ochranu pokožky, dbajú na správne oblečenie a pokrývku hlavy. Deťom nechýba voda, užívajú si pobyt na kúpalisku v Sklených Tepliciach, či denne priamo v bazéne pri chate. V pohotovosti je aj zdravotníčka, ktorá akékoľvek prejavy nevoľnosti z tepla okamžite rieši. K tohtoročným športovým novinkám patrí lukostreľba. Do abecedy tohto

(Pokračovanie na str. 2)

Repište

Skutočnosť, že letný tábor v Repišti svojim fantazijným programom opäť očaril množstvo našich detí, sa potvrdila už pri našom príchode. Program prvého turnusu sa preklenul

do druhej polovice, v ktorej vstúpili do ríše Avatara. V utorok mali vo večerných hodinách Strom života so zážitkami, ktoré „zbierali“ až do neskorých nočných hodín. V stredu ráno boli trochu unavené, no po výdatných raňajkách, prechádzke lesom, kde bola

Neprehliadnite!

Na rehabilitačné služby, ktoré poskytuje ŽP Rehabilitácia s.r.o. zamestnancom, už nepotrebuje poukážky, ktoré ste si mohli doposiaľ vyzdvihnúť v odbore práce a miezd. Stačí, keď sa preukážete identifikačnou kartou zamestnanca. Podrobnejšie informácie získate na nástenkách svojich útvarov, prípadne u I. Strezenickej na t. č. 2954.

PROGRAM OSLÁV 175 rokov ŽP a.s.

125 rokov Žiaromat a.s. Kalinovo | 20 rokov ŽP-Gastroservis, s.r.o.
15 rokov Nadácia ŽP | 10 rokov ŽP EKO QELET a.s.

28.8.2015

Futbalový štadión Podbrezová - Kolkáreň

14:30 Dychová hudba ŽP

Program pre dôchodcov od 15:00

15:00 DFS Klások

15:40 Folklorný program žiakov a učiteľov SSOŠ ŽP+SG ŽP

16:00 FS Partizán

17:30 Dychová hudba ŽP

Večerný program od 18:00

18:00 FS Mostár

19:00 Slávnostné príhovory a vyhodnotenie súťaží

20:00 SLUK

21:30 Slávnostné ukončenie osláv 175. výročia ŽP a.s.

Futbalový štadión Skalica

Detský program od 15:00

15:00 Lolo a Piškót - pesničkové divadlo pre deti

16:00 TRPASLICI z RTVS + autogramiáda

Srievodný program:

ukážky výcviku služobných policajných psov

SPOLUČNOSŤ TÁLE ORGANIZUJE

GOLFOVÝ TÁBOR

PRE DETI OD 5 DO 15 ROKOV

NA TÁLECH PRE DETI ZAMESTNANCOV ŽELEZIARNÍ PODBREZOVÁ A.S. V TERMÍNOCH 27.07.-31.07., 03.08.-07.08., 10.08.-14.08.

3 hodiny výuky golfu denne - vstup na tréningové plochy - zapožičanie golfových paličiek - tréningové loptičky - lekcie z golfových pravidiel a etikety - možnosť získania zelenej karty - miniturnaj - darček - desiatový a olovantový balíček, obed - pitný režim - pedagogický dozor

ZVÝHODNENÁ CENA 10€ NA DEŇ

VIAC INFORMÁCIÍ: 048/6712 205, NEMCOVÁ@TALE.SK
PRÍP. 048/645 2818 SCHMIDTOVÁ@ZELPO.SK

Hurá prázdniny!

(Dokončenie zo str. 1)

športu deti zaučajú animátori. O tom, že strava má domácky charakter a deťom chutí svedčilo vyprázdnené tanieri. Skupinky detí nás po rozdelení úloh opustili a my sme oslovili tých, ktorí v chate oddychovali:

Michal Turňa, 11-ročný, Brezno

- Som v tábore spokojný, pretože rád súťažím a tento program je dobrý. Našiel som si už kamarátov a teším sa, že keď mi bude lepšie, opäť sa zapojím do aktivít a pójdem s nimi plniť úlohy.

Dominik Bratka, 9-ročný, Nitra

- So železiarňami som v tábore prvýkrát, ocko robí v ŽP EKO QLEET. Cítim sa tu skvele, strava mi chutí – výborné boli dukátové buchtičky. Už sa teším na to, že po krátkom oddychu sa opäť zapojím do hier. Rád by som si toto všetko o rok zopakoval.

Šimon Donoval, 11-ročný, Brezno

- Predtým som tu bol v škole v prírode. V Repišti sa mi všetko páči, či už hry, animátori, kamaráti, strava a z nej hlavne buchty. Zázitkom bol včera Strom života. Dnes som sa

Donovaly

V krásnom prostredí na Donovaloch, v penzióne Zornička do detského jazykového tábora nastúpilo v prvom turnuse trinásť detí zo Železiarní Podbrezová a.s. a tri z dcérskych spoločností.

Externí koordinátori Ondrej Odokienko a Vlastimil Drahnár nám priblížili program sedemdnňového pobytu. Hravou formou sa v ňom deti zdokonaľujú v jazyku anglickom. V deň príchodu, v nedeľu ich animátori rozdělili do tímov nie podľa

životom. Jeho dej sa odvíja od príbehu, v ktorom sa deti dostali za hranice nášho štátu, do Mexika. Tam sa skupina partizánov snaží zvrhnúť diktátora. V tomto duchu, v určitých momentoch táborového života, príbeh pokračuje. Deti sa už naučili ako prežiť v prírode, poskytnúť prvú pomoc, staval si prístrešky, rozkladali oheň, varili, alebo vyrábali jednoduché oblečenie. V utorok absolvovali celodenný pobyt v Dobšinského rozprávkovom svete v dedinke HABAKUKY, kde sa maskovaní animátori starali nielen



Sprestrením programu sú aj športové hry v blízkosti Chaty u Daniela



M. Turňa



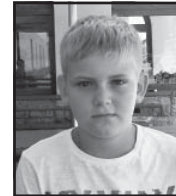
D. Bratka



Š. Donoval



V. Bruončová



O. Vlček



M. Paučo

vekových skupín, nakoľko cieľom bolo zapojiť do aktivít rovnocenne aj tie najmladšie z nich. Skupiny

o ich zábavu, ale spríjemnili im aj tento horúci deň kúpačkou. V stredu doobeda v lese plnili ďalšie aktivity a my sme ich zastihli pri návrate do Zorničky. Dnes majú ešte na programe hudbu s DJ a burzu aktivít na nasledujúce dni. Výsledky burzy usmernia animátorov v tom, o aké ďalšie aktivity deti prejavia najväčší záujem. Táborový život nám priblížili niektoré z nich:

Veronika Bruončová, 12-ročná, Pohronská Polhora

- V takomto tábore som prvý raz. V penzióne Zornička sa mi páči všetko. Táborový program a výučba sú

pre nás pripravené tak, aby nás to bavilo. S animátormi hovoríme len anglicky, môžeme používať slovníky, alebo si navzájom pomáhať. Včera sme boli v HABAKUKOCH, kde na nás čakali rôzne hry, aj tie s vodou. Proste, je tu zábava.

Oliver Vlček, 12-ročný, Podbrezová

- Angličtinu sa učím šesť rokov a v takto zameranom tábore som po prvý raz. Páči sa mi zdokonaľovanie v jazyku, no zaujímavé sú všetky doterajšie aktivity. Napríklad sme varili v lese puding, lupiči nám ho mali ukradnúť. Keď sa im to podarilo dostali od našej skupiny

„speaky“ (táborové peniaze). Pred nami sú ďalšie dni, zaujímavé akcie a my sa najviac tešíme na bobovú dráhu.

Martin Paučo, 10-ročný, Dubová

- V tábore som ešte nebol, ale veľmi sa mi tu páči. Prihlásila ma mama, aby som sa zdokonaľil v jazyku, ktorý sa učím štyri roky. Rozumiem animátorom, nie však všetko, lebo až taký dobrý nie som. Snažím sa však všetkému porozumieť, prípadne sa poradiť so staršími kamarátmi. V tábore je pekne, za rodičmi je mi kus ľúto, ale to patrí k tomu.

V. Kúkolová+foto



Rozprávkový svet dedinky HABAKUKY deti očaril

cítil horšie, tak som zostal na chate oddychovať. Som rád, že okrem spolužiakov, našiel som si tu aj nových kamarátov.

pomenovali podľa štyroch druhov papričiek Jalapeños, Habanero, Diablo Grande a Chilli. Zaujímavé názvy, súvisiace s táborovým

Prieskum spokojnosti zamestnancov

Ponúkané ukazovatele zoraďte od 1 do 12 podľa miery spokojnosti s vašimi pracovnými podmienkami. Začnite číslovať od 1 – faktor, s ktorým ste najviac spokojný, až sa dostanete po číslo 12 – označíte faktor, s ktorým ste najmenej spokojný. Čísla napíšte na vyznačené miesto.

Ukazovatele spokojnosti v práci pre mňa sú:

- zaujímavá náplň práce,
- istota stáleho zamestnania,
- dobré medzidľudské vzťahy na pracovisku,
- lepšie technické vybavenie pracoviska,
- možnosť zvyšovania si kvalifikácie,
- možnosť pracovného postupu,
- bezpečnosť na pracovisku,
- mzdové ohodnotenie práce,
- vyplatenie ďalších miezd zamestnancom (dovolenková a vianočná mzda),
- hrdosť na prestíž našej akciovej spoločnosti,
- informovanosť o výsledkoch pracoviska,
- vyhovujúci pracovný čas,
- iné (napíšte):

Nasledujúce ukazovatele sa týkajú čerpania výhod zo sociálneho fondu. Opäť ich zoraďte a označte číslami od 1 do 12 podľa miery vašej spokojnosti. Číslujte na vyznačenom mieste.

Ukazovatele spokojnosti zo sociálneho fondu pre mňa sú:

- odmeny pri významných pracovných a životných jubileách,
- poskytovanie zliav na rôznom poistení (cestovnom, súkromného majetku, motorových vozidiel, zodpovednosti za škodu spôsobenú pri výkone povolania),
- zdravotná starostlivosť o zamestnancov (rehabilitačné pobyty, sauna, telocvičňa a pod.),
- možnosť doplnkového dôchodkového sporenia,
- vyššie odchodné do dôchodku,
- kvalita stravovania,
- odmeny darcom krvi,
- možnosť návštevy športových podujatí (futbal, kolký, cyklistika a pod.),
- možnosť návštevy ponúkaných kultúrnych podujatí,
- ponuka prázdninových rekreácií pre deti zamestnancov firmy,
- možnosť čerpať pohonné hmoty na zamestnaneckú palivovú platobnú kartu,
- zabezpečenie dopravy do zamestnania,
- iné (uveďte aké):

HUTNÍCKA FAKULTA
TECHNICKEJ UNIVERZITY V KOŠICIACH

2. KOLO PRIJÍMACIEHO KONANIA
Termín podania prihlášok do 21.8.2015

BEZ PRIJÍMACÍCH SKÚŠOK

Môžeš získať 1000 € už v prvom ročníku

MOŽNOSTI ŠTÚDIA

HUTNÍCTVO	KOVOVÉ A NEKOVOVÉ MATERIÁLY
TEPELNÁ ENERGETIKA A PLYNÁRENSTVO	MATERIÁLY PRE AUTOMOBILOVÝ PRIEMYSEL
SPRACOVANIE A RECYKLÁCIA ODPADOV	INTEGROVANÉ SYSTÉMY RIADENIA

Hutnícka fakulta
TU v Košiciach
Letná 9, 042 00 Košice
www.tuke.sk/hf

KUPÓN

Veruži ZP 8GB
USB 2.0 Flash Drive

„Ak sa chcete zúčastniť žrebovania, odstrihnite a vyplňte kupón a zašlite podnikovou poštou personálnemu odboru ŽP a.s. najneskôr do 10 dní od vydania tohto čísla. Jedného účastníka ankety vyžrebujeme a odmeníme. Anketový lístok nepodpisujte.“

Meno a priezvisko:

Osobné číslo:

Prevádzkareň (odborný útvar):

Predstavujeme vám

Od 1. júla 2015 nastúpil do funkcie vedúceho odboru ekonomického plánovania akciovej spoločnosti Železiarne Podbrezová Ing. Miroslav ZÁRIVEC:

Prezradíte nám na úvod niečo o sebe, napríklad čo vás priviedlo do Podbrezovej, odkedy tu pracujete, aké posty ste zastávali doteraz?

- Do Železiarni Podbrezová som nastúpil v roku 1991 z dvoch dôvodov, v prvom rade pracovného, ale zohral v tom svoju úlohu aj šport. Pracovné dôvody boli jednoznačné, práca v stabilnej firme s dlhoročnou históriou, ktorá garantuje svojim zamestnancom istoty a rozvoj regiónu. Zo športového hľadiska to bol záujem reprezentovať Futbalový oddiel ŽP ŠPORT, kde som ako hráč aktívne pôsobil do roku 2002.

Začínal som v robotníckej profesii v prevádzkarni energetika a od roku 1992 som nastúpil do odboru ekonomického plá-



novania na pozíciu odborný ekonóm plánovania. V roku 1994 nasledovalo dvojročné pôsobenie v novovznikajúcej výrobnej prevádzkarni hutnícka druhovýroba, kde som pôsobil ako odborný ekonóm v referáte cenotvorba. Po organizačných zmenách v roku 1996 som sa vrátil na odbor ekonomického plánovania na pozíciu samostatný odborný ekonóm, kde pôsobím dodnes. Medzitým som využil možnosť externého štúdia, ktorú dalo vedenie ŽP a.s. svojim zamestnancom, za čo vedeniu opätovne ďakujem. V rokoch 2005 až 2010 som absolvoval Technickú univerzitu v Košiciach – Hutnícka fakulta, odbor Hutníctvo.

V rokoch 2011 až 2014 som pracoval aj v oblasti čerpania eurofondov v tíme výskumno-vývojového projektu „Wolfrámové kotlové ocele“ na pozíciu zástupcu projektového manažéra. Keď to zhrniem, v podstate celý svoj doterajší profesijný život je spojený s odborom ekonomického plánovania. **Môžete načrtnúť aj do vášho súčasnosti?**

- Som ženatý, s manželkou máme dve, už dospelé deti. Staršia dcéra Petra, má dvadsaťdva rokov. Externe študuje odbor Medzinárodné vzťahy a diplomacia. Mladšia, devätnásťročná Henrieta je študentkou piateho ročníka Hotelovej a obchodnej akadémie v Brezne. Bývame v rodinnom dome v Medzibrodě. Môžem povedať, že som rodinne založený typ a väčšinu voľného času sa sna-

žím venovať svojim najbližším. Ako som už spomenul, voľný čas to je moja rodina a priatelia. To sú ľudia, v prítomnosti ktorých sa cítim dobre a sú neoddeliteľnou súčasťou môjho života. Medzi moje záľuby patrí hlavne šport, príroda, rád si pozriem dobrý film, alebo športový prenos.

V odbore ekonomického plánovania pracujete už niekoľko rokov, znamená to, že táto práca nie je pre vás ničím neznámym. Plánujete vnieť do zabehnutej činnosti aj nejaké zmeny?

- Nakoľko celý svoj doterajší profesijný život som prežil v tomto odbore a som bezprostredne zainteresovaný do jeho problematiky a činnosti, neplánujem vnášať do systému zásadné zmeny. Chcem nadviazať na prácu môjho predchodcu a naďalej intenzívne spolupracovať s prevádzkarnami a odbornými útvarmi, čo je v našej práci alfou a omegou. Samozrejme, všetky činnosti by mali smerovať k zvýšeniu flexibility a efektívnosti plánovacieho procesu.

Áké sú vaše plány do nasledujúceho obdobia?

- V spolupráci s dcérskou spoločnosťou ŽP Informatika s.r.o. máme v súčasnosti rozpracovaný projekt prevodu výpočtu energetickej matice z prostredia programu FOX-PRO do prostredia programu JAVA. V nedávnej minulosti sme riešili podobný projekt v oblasti kalkulácií, s názvom KALK. S odstupom troch rokov môžem konštatovať, že to bolo správne rozhodnutie a program spĺňa požiadavky užívateľov. Vo všeobecnosti chcem pokračovať v zavádzaní inovatívnych riešení, čo by malo priniesť progres v práci odboru.

Železiarne Podbrezová si v tomto roku pripomínajú 175. výročie svojho vzniku. Čo by ste im do ďalších rokov zaželeli?

- V prvom rade prajem úspech a prosperitu akciovej spoločnosti Železiarne Podbrezová a celej ŽP GROUP. To je východiskový predpoklad pre rozvoj nášho regiónu. Pre zamestnancov si želim, aby každý cítil, že jeho práca je zmysluplná, ocenená a prináša prospech celej spoločnosti. V osobnom živote prajem všetkým pevné zdravie a rodinnú pohodu.

(vk)



Sídlo odboru Pbžp objektívom I. Kardhordovej

S vedúcim odborom bezpečnosti a životného prostredia Zdravie zamestnancov – to je naša priorita

Dňom 1. decembra 2014 bol zlúčený odbor technického dozoru s odborom bezpečnosti a hygieny a vedúcim novovzniknutého odboru bezpečnosti a životného prostredia sa stal Ing. Pavel Faško.

Bezpečnosť pri práci, ochrana životného prostredia – to je široké spektrum činností, ktoré váš odbor zabezpečuje. Môžete nám ich stručne charakterizovať?

- Odbor bezpečnosti a životného prostredia tvoria tri oddelenia. Referenti bezpečnostnotechnickej služby spolu s revíznymi technikmi tvoria oddelenie bezpečnostnotechnickej služby a technických zariadení. Zamestnanci tohto oddelenia vykonávajú odborné skúšky vyhradených technických zariadení a kontroly pracovných prostriedkov. Zabezpečujú komunikáciu s inšpekčnými orgánmi. Oddelenie zdravotnej starostlivosti spolu so zdravotným strediskom a tímom pracovnej zdravotnej služby vedie pracovný lekár. Oddelením sú zastrešované vstupné a preventívne zdravotné prehliadky a výkon pracovnej zdravotnej služby pre ŽP a.s., ako i dcérske spoločnosti.

Najrozsiahlšie je oddelenie životného a pracovného prostredia, požiarnej a civilnej ochrany. Do oddelenia je začlenený i závodný hasičský útvar a koordinátori systémov environmentálneho manažérstva a bezpečnosti práce. Oddelenie v rámci externej komunikácie má na starosti styk s orgánmi štátnej správy na úsekoch životného prostredia, úradu verejného zdravotníctva a ochrany pred požiarmi.

V ostatnom čase vidieť zamestnancov vášho odboru v novom šate. Už z diaľky je evidentné, čo je ich poslaním. Tých noviniek ste zaviedli ešte omnoho viac. Prezradíte nám aspoň tie podstatné?

- Na základe osvedčeného modelu v oblasti vyhradených technických zariadení a životného prostredia boli nosným prevádzkarnám stanovení bezpečnostní technici a vypracované konkrétne

časové plány kontrol pracovných prostriedkov a technológií z pohľadu záväznej legislatívy v oblasti BOZP. Zároveň bezpečnostní technici sú tzv. nezávislou treťou stranou pre zástupcov zamestnancov v jednotlivých prevádzkarnách a odborných útvaroch. Postupne sú organizované v spolupráci s OZ KOVO a príslušnými vedúcimi zamestnancami prevádzkarní pracovné stretnutia so zástupcami zamestnancov pre zvýšenie ich aktívneho prístupu k problematike BOZP, ako i riešenie konkrétnych podnetov. Pre operatívne a objektívne posúdenie incidentov a úrazov bol zavedený nový systém informácií v reálnom čase pre vybraný okruh zamestnancov.

V krátkej dobe bude do praxe zavedený nový model dohľadu na pracoviská s nebezpečenstvom vzniku požiaru pri výkone externých činností a práci v druhej a tretej zmene prostredníctvom poverených osôb a veliteľov zmien závodného hasičského útvaru.

Čo sa vám ešte doposiaľ nepodarilo zmeniť podľa svojich predstáv?

- Po vykonaní analýzy pripravujeme zavedenie nového systému informácií aj o požiariach v reálnom čase. Pracujeme na vydaní licencie pre pracovnú zdravotnú službu a mojou predstavou je zaviesť integrovaný systém pre riadenie životného a pracovného prostredia.

Postupne pracujeme na dostupnosti tlačív, ktoré sú potrebné pre zamestnanca pri vybavovaní náhrad súvisiacich s úrazmi, resp. s benefitom 24 - hodinového poistenia (Allianz, Sociálna poisťovňa...) v jednotlivých sekretariátoch.

Áké je vaše želanie na najbližšie obdobia?

- Verím, že spoločnými silami sa nám podarí naplniť prvoradý cieľ, a to je zdravie našich zamestnancov, s čím úzko súvisí predchádzanie úrazom, zníženie rizikovosti a zvýšenie bezpečnosti práce v našej spoločnosti.

(O.K.)

Monitorujeme poriadok v obci Podbrezová



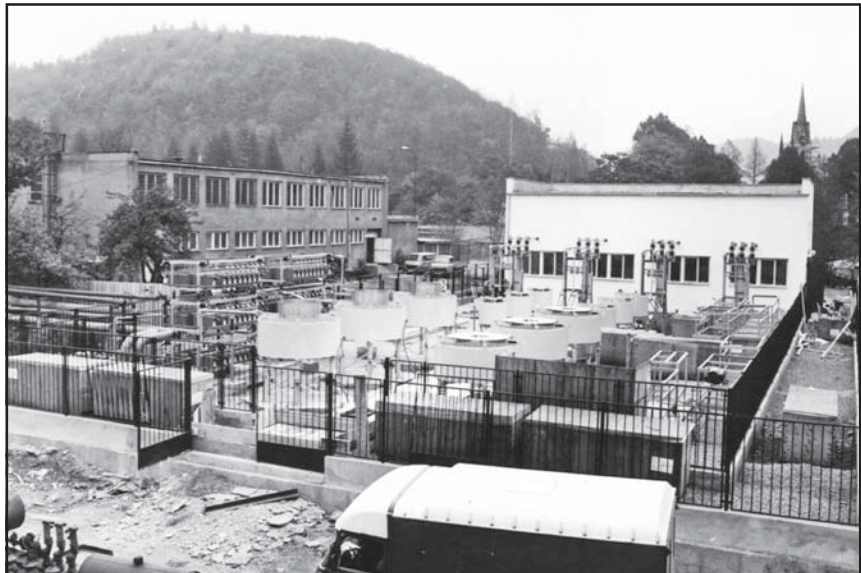
Včera...



...a dnes objektívom I. Kardhordovej



V rubrike venovanej 175. výročiu založenia podbrezovských železiarní oslovujeme našich bývalých spolupracovníkov, ktorí aktívne sledujú dianie, aby sa s nami podelili o svoje spomienky z čias produktívneho veku prežitého v Železiarňach Podbrezová. Dnes je to Ing. Stanislav ŠTUBŇA, dlhoročný vedúci energetiky:



Výstavba novej kompenzácie pre oblúkové pece oceľiarne z roku 1992 – montáž vonkajšej časti technologického zariadenia filtrov vyšších harmonických.
F: archív redakcie

„Po celý život som mal šťastie na ľudí...“

Pán inžinier, spomínate si ešte na svoje začiatky v Podbrezovej?

- Pochádzam zo Starých Hôr, časti Richtárová. V roku 1939 sme sa presťahovali do Hronca, kde otec pracoval ako smaltovač. V Štátnej meštianskej škole, ktorá bola v Podbrezovej, som mal veľké šťastie, že ma učil František Švantner. Bol to všestranne vzdelaný a inteligentný človek a vynikajúci slovenčinár. Bol však nadaný aj na spev a výtvarné umenie. Po celý život som čerpal zo základov, ktoré mi vštepil tento známy spisovateľ a ešte jeden vynikajúci učiteľ a tým bol Gejza Štubňa. Keď som končil meštianku, otec sa vybral za Františkom Švantnerom a opýtal sa ho, čím by som mal byť. On mu jednoznačne odporúčal, že učiteľom. No, ale osud sa zvrhol inak. Prišla vojna, otec ochorel, do školy som nemohol ísť. Potom som sa rozhodol pre učňovskú školu v Piesku. Za elektrotechnika som sa učil štyri roky. V tom čase sme ako učni nemali žiadne zvláštne výhody, vymoženosti, dostali sme však veľmi hodnotné vzdelanie. Učili nás učitelia prevažne z meštianskej školy a boli to, ako som už spomínal, veľkí odborníci. Už od druhého ročníka sme chodili na prax a vo štvrtom ročníku sme boli päť dní na praxi a jeden deň v škole (*soboty boli pracovné - pozn. red.*). Na praxi sme po troch mesiacoch striedali pracoviská. A to bolo vynikajúce, pretože sme získavali prehľad aj o ďalších činnostiach. My sme museli absolvovať aj psychotechnické skúšky. Vyučil som sa v roku 1949 a pokračoval som na majstrovskej škole v Banskej Bystrici. V tom čase vznikali školy mimoriadneho charakteru pre robotníkov (ARK). Štyria sme boli vyslaní na jedenástmesačný kurz, ktorý sme ukončili maturitou. Skúšobná komisia mala



právomoc odporučiť vybratých úspešných absolventov bez prijímacích skúšok na vysokú školu. A tak som šiel na VŠT do Bratislavy študovať elektrotechniku. Počas každých prázdnin som si zarobil vo fabrike, dostával som štipendium a tak som úspešne doštuďoval bez toho, aby to rodičov niečo stálo.

Aké bolo vaše prvé pôsobisko v železiarňach?

- Nastúpil som na investičný odbor, mojím prvým šéfom bol Ing. Viktor Hilmer a neskôr Anton Púčík. Zverili mi energiu a mal som v živote opäť šťastie, že som sa dostal medzi skúsených odborníkov, akými boli Janko Kaliský, Július Starke, Imro Trangoš, neskôr prišiel Laco Longauer. Podnik sa v tom čase rozvíjal a rozvíjala sa aj energetika. Technologické zariadenia boli zastarané, bolo ich treba inovovať, ale stavali sme aj množstvo nových zariadení. V tom čase sa budovalo bytové hospodárstvo, sídlisko Štiavnička, sídlisko Podbrezová a všetky energie dodávala fabrika aj do bytových domov. Realizovali sme rekonštrukcie rozvodovej časti vodných elektrární. Boli síce staré, ale jednu kilowathodinu elektrickej energie sme dokázali vyrobiť lacnejšie, ako nakupovanú. Vďaka malým vodným elektrárnám boli železiarne do istého času sebestačné vo výrobe elektrickej energie a dokonca zásobovali aj ďalšie závody, pridružené

k železiarňam. Výrobné napätie bolo vtedy 5,2 kilovoltov a frekvencia samostatnej siete 42 cyklov za sekundu. Neskôr boli generátory prispôbené elektrickej sieti a upravené na 50 hertzov.

Takmer celý produktívny život ste prežili v energetike. Odkedy to bolo a ako spomínate na tieto časy?

- V roku 1963 nastúpil do funkcie riaditeľa Švermových železiarní Ing. Anton Kolenička a o rok ma menoval do funkcie vedúceho energetiky. Borili sme sa s množstvom problémov. V 60-tych rokoch prešlo vykurovanie pecí na olejové hospodárstvo, pri výstavbe dvoch elektrických oblúkových pecí bolo potrebné vybudovať kyslíkárňu, novú trafostanicu, vysokonapäťové rozvody a s tým sa začalo budovať aj energetické zariadenie na Dolnom planieri. Okrem kyslíkárne bola postavená kompresorová stanica, 100 kilovoltová vstupná rozvodňa.

V 70-tych rokoch prešlo vykurovanie pecí na zemný plyn, vybudovaná bola regulačná stanica zemného plynu. Postupne sa z Dolného planiera stala energetická prevádzka. V 70-tych rokoch sa začal budovať aj nový závod a s tým súviseli nové energetické zariadenia. Okrem výstavby bolo potrebné pripravovať, zaučať aj ľudí. Technologické zariadenia boli na vysokej technickej úrovni. Aj tu som mal šťastie. Okolo mňa boli šikovní ľudia a vládla medzi nami súdržnosť. Len tak sme mohli spoločne niečo dosiahnuť. Rád spomínam na spolupracovníkov ako boli Klement Formánek, Jano Demian, Vojtech Auxt, Štefan Zajac, ale aj ďalší...

Aj napriek tomu, že ste neštudovali odporúčany pedagogický smer, osud vám predsa doprial „učiteľovania“.

- Celých tridsaťpäť rokov som externe učil elektrotechnické

predmety, matematiku a fyziku. Najprv na priemyslovke v Tisovci, potom v Brezne a aj v našom učňovskom stredisku.

Ste však aj umelecky nadaný a vaším koníčkom je najmä muzika.

- Bol som muzikantom od mlada. Navštevoval som hudobnú školu, ktorú ešte viedol Václav Prokop. No a keďže som sa elektrotechnike upísal už v pätnástich rokoch, pochopiteľne, v dôchodku som sa dal na elektroniku a tak spájam svoje koničky. Bývalý kapelník podbrezovskej dychovej hudby Vlado Strmeň ma zásobuje notovým materiálom a tak sa môžem realizovať.

Čo ešte vyplňa váš každodenný program?

- Mám veľkú záhradu a v tej je vždy čo robiť. To je môj relax, to je môj život.

Čo považujete za dôležité pre šťastný život? Vy totiž pôsobíte dojomom spokojného človeka.

- Keď si premietnem svoj ži-

vot, vždy som mal šťastie na dobrých a šikovných ľudí a to mi pomáhalo naplňovať život spokojnosťou. Hudba ma robí šťastným a snažím sa pozitívne myslieť.

Fabrika, v ktorej ste prežili celý svoj produktívny vek, si pripomína svoje 175. výročie. Čo je zažaté do nasledujúcich rokov?

- Ja si spomínam ešte na 120. výročie a odvtedy uplynulo neuveriteľných päťdesiatpäť rokov. Veľmi si vážim, že vedenie firmy si v každom dejinnom období pripomenulo svoju históriu. Pri okrúhlych výročiach boli vydané tri monografie, v ktorých je zakomponovaná celá história a je to zároveň prejav úcty predchádzajúcim generáciám. Len ten, kto si váži svoju históriu, zaslúži si budúcnosť. Celému osadenstvu firmy prajem do budúcnosti veľa úspechov a pevné zdravie. Je mi však zároveň smutno z toho, že podbrezovské železiarne zostali na Horehroní jediné a ďalšie, kedysi tiež úspešné firmy, ľahli popolom.

Stranu pripravila O. Kleinová

• Čitateľská súťaž • Čitateľská súťaž •

O cenu predsedu Predstavenstva ŽP a.s.

Správna odpoveď desiateho kola znie: Samostatná obec Podbrezová vznikla v roku 1953. Výhercom sa stáva Ján NEPŠINSKÝ z energetiky, ktorému blahozeláme a prosíme, aby si telefonicky dohodol v redakcii (2711, 2714) prebratie ceny, ktorú mu venuje Ing. Mária ROHÁČOVÁ, obchodná riaditeľka Tále a.s.

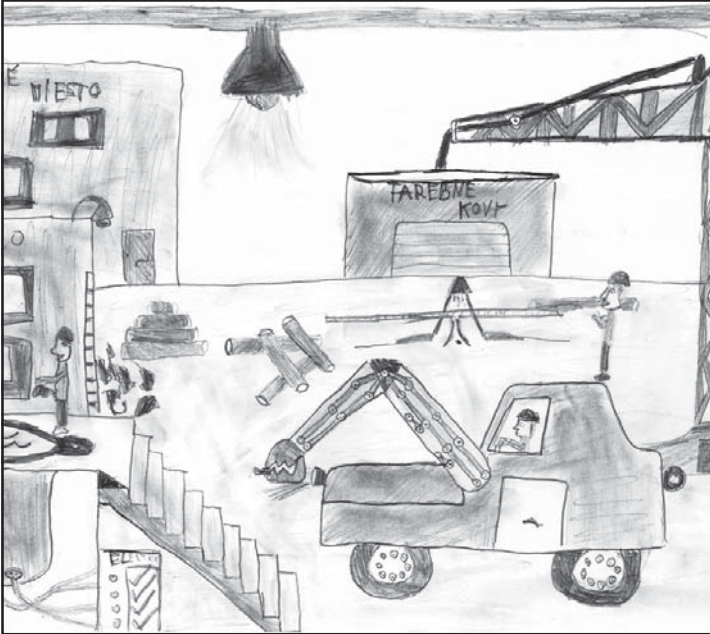
Kupón č. 11

Otázka 11. kola
V ktorých rokoch sa začalo s vykurovaním zemným plynom?

Odpovede zasielajte do desiatich dní od vydania tohto čísla do redakcie novín, s uvedením správnej odpovede:

Meno a priezvisko:

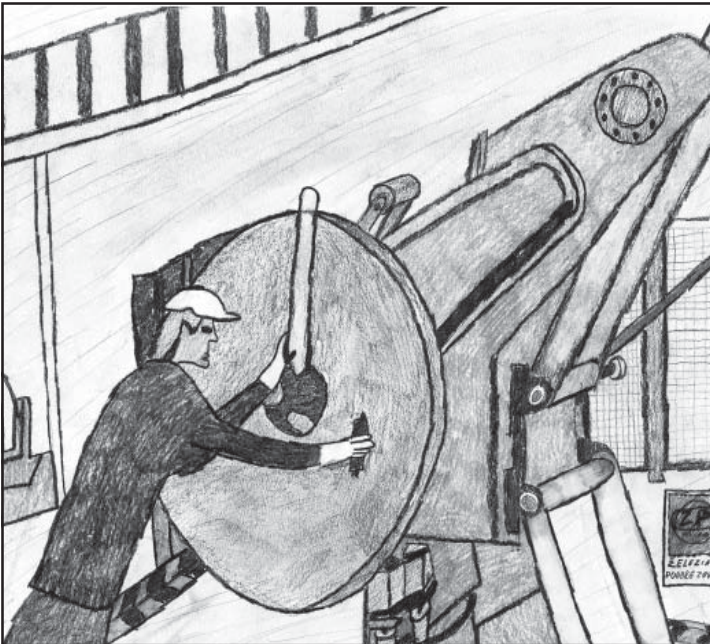
Prevádzkareň, útvary:



Filip KOVÁČIK, ZŠ J. Simana Valaská



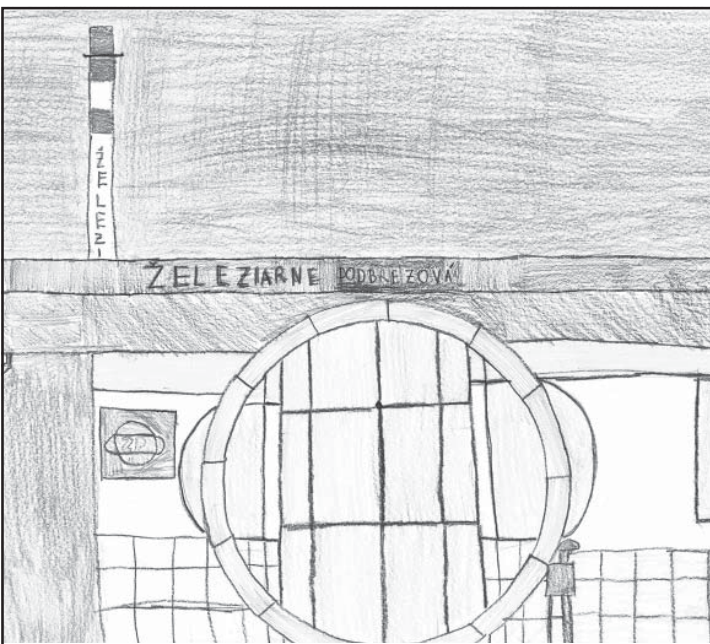
Martina FAŠKOVÁ, ZŠ J. Simana Valaská



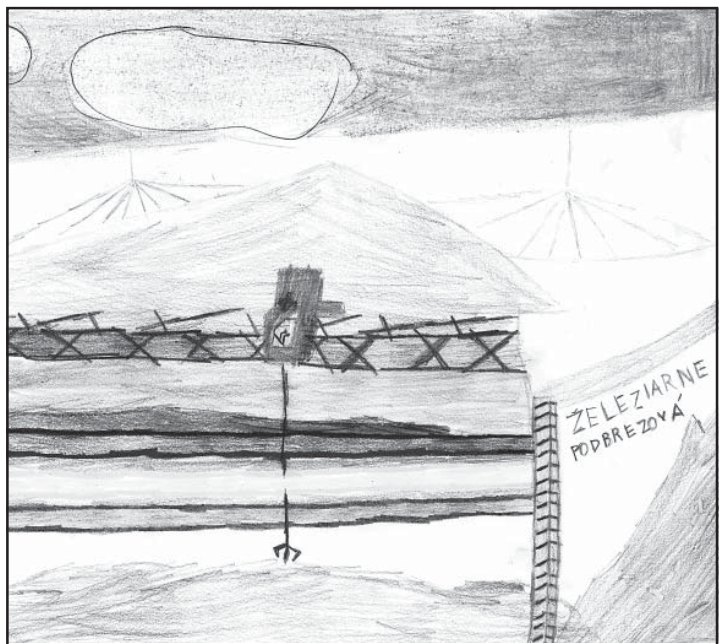
Štefan KAMENSKÝ, ZŠ J. Simana Valaská



Alexandra MAJCHÚTOVÁ, ZŠ J. Simana Valaská



Christopher CHLÁDEK, ZŠ J. Simana Valaská



Paľko ČERNÁK, ZŠ Pionierska 2 Brezno


Jedálny lístok
20. – 26. 7. 2015
Pondelok
Polievky: furmanská, kelová s ryžou, pečivo.

- Kuracie prsia orientálne, tarhoňa, šalát
- Hovädzí rezeň obafovaný, zemiaky, uhorka
- Plnená hlávková kapusta, knedľa
- Šalát macedónsky s tofú, pečivo
- Zemiakový paprikáš, paradajkový šalát
- Škoricové osie hniezda, kakao
- Bageta s pikantným mäsom
- Mliečny balíček.

Utorok
Polievky: držková, rascová s vajcom, pečivo.

- Morčacie prsia na hrášku so šampiňónmi, ryža, šalát
- Bravčová pečená krkovička, kapusta, knedľa
- Ryba na vidiecky spôsob, zemiaky, šalát
- Šalát cestovinový s kapiou a šalámou
- Hovädzí guláš so zelenou fazuľkou
- Palacinky s džemom a čokoládou
- Bageta syrová
- Ovocný balíček.

Streda
Polievky: hovädzia s pečivo-haluškami, paradajková, pečivo.

- Vyprázaný kurací rezeň furmanský, zemiaková kaša, čalamáda
- Bravčové stehno bratislavské, cestovina
- Kurča dusené so slivkami, ryža
- Grécky šalát, pečivo
- Halušky s kyslou kapustou
- Dukátové buchtičky s vanilkovým krémom
- Bageta moravská
- Mliečny balíček.

Štvrtok
Polievky: kapustová s údeným mäsom, mrkvová s pórom, pečivo.

- Hovädzí guláš debrecínsky, knedľa
- Bravčový rezeň prírodný, zeleninová ryža, kompót
- Pizza s moravským mäsom
- Horehronský syrový šalát, pečivo
- Cestovina s brokoličou a smotanovou omáčkou
- Šúľance s makom
- Bageta s kuracím mäsom
- Ovocný balíček.

Piatok
Polievky: šošovicová kyslá, frankfurtská, pečivo.

- Goralská pochúťka, cestovina
- Jarné kuracie stehno, zemiaky
- Zemiakovo-bryndzové pirohy so slaninou
- Lahôdkový šalát, pečivo
- Zapekaný baklažán s hydínovým mäsom a zeleninou
- Hanácke koláče, kakao
- Bageta Gurmán
- Mliečny balíček.

Sobota
Polievka: sedliacka, pečivo.

- Bravčové stehno hutnícke, knedľa
- Morčacie soté na zelenine, ryža, uhorka
- Bageta šampiňónová so šunkou.

Nedeľa
Polievka: krúpková, pečivo.

- Bravčový rezeň s pečivom, zemiaky, šalát
- Kuracie prsia na hubách, slovenská ryža, cvikla
- Bageta moravská.

Zdravie máš len jedno

Naša rubrika venovaná zdraviu má už dlhoročnú tradíciu a jej poslaním je viesť čitateľov k zdravému životnému štýlu. Informácií na túto tému nikdy nie je dost'. V ZP Rehabilitácia s.r.o. denne poskytujú svoje služby ľuďom z rôznych dôvodov trpiacim bolesťami pohybového aparátu. Je namieste venovať sa aj tejto téme a preto sme oslovili Mgr. Evu Kňazovickú, fyzioterapeutku našej dcérskej spoločnosti, ktorá nám na letné obdobie pripravila sériu článkov. Pokračujeme v téme:

Význam fyzioterapie pre ľudský organizmus

Fyzioterapia je nelekársky klinický odbor zaoberajúci sa liečebným využitím pohybu,

fyzikálnych vplyvov, štúdiom ich účinku na organizmus, diagnostikou a terapiou funkčných a štrukturálnych porúch, ochorení, použitím prevažne vlastných prostried-

kov. Fyzioterapia využíva ako jednu zo svojich metód liečbu pohybom. Absencia pohybu sa pre človeka stala jedným z významných rizikových faktorov ochorení. Medzi telesnou výkonnosťou a stabilnou štruktúrou orgánov a ich funkcií je vzťah vzájomného ovplyvňovania, je dôležité dosiahnuť harmóniu. Keďže funkciu je možné opäť zlepšiť len správnym fungovaním, činnosťou, tvorí telesná aktivita dôležitú súčasť zdravého spôsobu života.

Tréningami jedinci si zachovávajú v porovnaní s ľuďmi, ktorí cvičia len málo alebo vôbec nie, nižšiu pulzovú frekvenciu pri rovnakej námahe. Všeobecne by sa dalo povedať, že napríklad bežci na dlhé trate majú nižší tlak krvi ako tí, ktorí nebehajú. Je to dôležitá skutočnosť, pretože trénované srdce je oveľa efektívnejšie „čerpadlo“, ktoré potrebuje pri svojej činnosti oveľa menej kyslíka. Má tak aj väčšiu odolnosť proti náhlemu obmedzeniu prísunu kyslíka – napríklad infarkt myokardu, ako netrénované srdce. Cvičenia sa preto s úspechom využívajú aj pri liečbe anginy pectoris a pri mierne zvýšenom tlaku.

Pulz je jedným z najdostupnejších meradiel hodnotenia telesnej výkonnosti srdca – kardiovaskulárneho systému, ktorý je dostupný aj laickej verejnosti bez nutnosti použitia prístrojov. Do určitej miery môže informovať o prítomnosti stresu či ochorenia. Môže byť využitý aj k určeniu maximálnej záťaže pri cvičení a k meraniu zvýšenej telesnej výkonnosti. Existujú tri hľadiská hodnotenia telesnej výkonnosti:

a) pokojový pulz - normálne je to od 68 do 80 pulzov za minútu u dospelých, u detí môže byť o niečo vyšší. Pri zvyšovaní telesnej výkonnosti a tréningovanosti klesá počet pulzov za minútu. Profesionálni bežci majú pokojový pulz pod 60 a niekedy dokonca aj 45 – 50/min.,

b) maximálny pulz - je meraný pri vyššej záťaži pri cvičení. Nemal by presiahnuť určené

hranice pre jednotlivé vekové skupiny, inak môže dôjsť k poškodeniu srdca. Napríklad na stacionárnom bicykli by maximálny pulz nemal presiahnuť

u osôb do 30 rokov 160 pulzov za minútu, okolo 50 – 54 rokov 140 pulzov za minútu a nad 65 rokov len 130 pulzov za minútu.,

c) dĺžka času na relaxáciu je doba, ktorú potrebujeme, aby sa náš pulz opäť vrátil na pokojovú hodnotu po cvičení. Po minúte by sa mal pulz znížiť o 10 pulzov a po 20 minútach by mal byť opäť v normálnej hodnote. Srdce vykoná za normálnych podmienok 100 000 revolúcií za deň, pričom prečerpá 18 000 litrov krvi. Ak sa podarilo zvýšiť kapa-



citu srdca na jednej strane a na druhej strane sa znížil počet jeho sťahov, zvýšila sa efektívnosť a výkonnosť. U športovcov je efektívnosť srdcových sťahov omnoho vyššia ako u priemernej populácie. Zníženie frekvencie srdca je veľká výhoda, pretože znamená zlepšený prietok krvi a zlepšené zásobovanie tkanív kyslíkom bez toho, aby sa zvýšilo zaťaženie srdca. Tým sa zníži frekvencia pulzu, srdce pracuje efektívnejšie. Ide len o desiaty sekundy, ale v kardiologických termínoch to znamená veľa.

Význam pohybovej aktivity

Nadmerný príjem potravy a nedostatok telesného pohybu sa navzájom dopĺňajú, ale vplyv výživy na telesnú hmotnosť je vždy významnejší, ako vplyv pohybovej aktivity. Je to spôsobené tým, že u zdravého

človeka kapacita tráviaceho traktu je schopná získať pre organizmus viac energie, ako môže spotrebovať pohybová aktivita maximálneho rozsahu.

Pohybová aktivita je obmedzená kapacitou srdcovo - cievného systému a únavou či bolesťou preťažených svalov a kĺbov. Svaly vykonávajú prácu oveľa úspornejšie, ako akýkoľvek stroj. Naopak, pri neporušenom tráviacom ústrojenstve je príjem potravy a jej spracovanie u niekoho prakticky neobmedzené, takže strava má u každého väčšie možnosti ovplyvniť energetickú bilanciu ako pohybová aktivita. Ak je pohybová aktivita vhodne zvolená, zlepši sa držanie tela, zmenšia sa telesné obvody, zmohtnie svalovina, zvýši sa sila svalov, zlepšia sa kardiovaskulárne funkcie, takže sa pri rovnakej záťaži už tak nezadýchame a srdce pracuje pokojnejšie. Rovnaké cvičenia sú vykonávané ľahšie, prsenejšie, bezprostredne po cvičebnej hodine alebo športovom výkone nebudú svaly také unavené.

Chronický nedostatok pohybovej aktivity sa neprejavuje len tendenciou k obezite, ale aj celkovou ochabnutosťou, zadychaním, nešikovnosťou a depresiou. Vyvoláva ju nielen nadváha, ale aj telesná neschopnosť vykonávať rozličné športy zodpovedajúce danému veku.

Úprava stravy musí byť postupná, stravovacie návyky sa musia meniť postupne a pomaly. Nie rýchlo s veľkým úbytkom energie, pretože to je pre telo šok. Najskôr sa dostaví zníženie váhy, ale po určitom čase sa váha upraví na pôvodný stav. Tento stav sa nazýva aj jojo efekt. Ak je súčasťou diéty vhodná pohybová aktivita, bazálne energetické nároky sa nemenia, ale zostávajú na pôvodnej úrovni. Pri pravidelnej pohybovej aktivite sa takto po skončení diéty negatívny kompenzačný fenomén opätovného priberania nevráti, čo vytvára predpoklady pre trvalé udržanie telesnej hmotnosti.

Na znížení energetického príjmu sa možno podieľať aj zmenou stravovacích návykov u jedincov, ktorí sa venujú pravidelnej pohybovej aktivite vytrvalostného charakteru. Táto zmena sa týka hlavne tendencie ku konzumácii menej energetických komplexných glycidov (ovocie, cestoviny, zelenina, celozrnný chlieb, obilniny) na úkor približne dvojnásobne energetických výdatných tukov. (Pokračovanie v budúcom čísle)


Jedálny lístok
27. 7. – 2. 8. 2015
Pondelok
Polievky: boršč s mäsom, rolnícka, pečivo.

- Hovädzia pečenka sviečková, knedľa
- Bravčové mäso Chilli con Carne, ryža, šalát
- Dusená zelenina na masle, volské oko, zemiaky
- Študentský šalát, pečivo
- Kuracie prsia s plnkou, zeleninová obloha
- Žemľovka s tvarohom
- Bageta syrová
- Ovocný balíček.

Utorok
Polievky: hŕstkova, goralská, pečivo.

- Vyprázaný bravčový rezeň, zemiakový šalát s majonézou
- Pečené kuracie stehno, tarhoňa, kompót
- Držky na diabolský spôsob, knedľa
- Hydínový šalát, pečivo
- Pečené zemiaky s paradajkovou omáčkou
- Ryžový náky s ovocím
- Bageta Apetitá
- Mliečny balíček.

Streda
Polievky: slepačia, cesnaková s haluškami, pečivo.

- Hovädzia roštenka na slanine, ryža, šalát
- Pečené morčacie stehno, červená kapusta, knedľa
- Štefánska sekaná pečenka, zemiakový prívarok, chlieb
- Šalát z červenej repy so syrom, pečivo
- Losos na masle, dusená zelenina
- Kysnutý koláč marhuľový, kakao
- Bageta s kuracím mäsom
- Ovocný balíček.

Štvrtok
Polievky: slovenská hubová, krupicová so zeleninou, pečivo.

- Bravčové stehno záhradnícke, slovenská ryža, šalát
- Hydínové ražniči, zemiaky, uhorka
- Baraní guláš, halušky
- Windsorský šalát, pečivo
- Zapekaná brokolica s tofú
- Buchty na pare s nutelou, maková posýпка, kakao
- Bageta Gurmán
- Mliečny balíček.

Piatok
Polievky: mexická, bryndzová so strúhaným cestom, pečivo.

- Hovädzí guláš maďarský, knedľa
- Kuracie prsia prírodné, zeleninová ryža, šalát
- Vyprázaný karfiol, zemiaky, tartárska omáčka
- Syrové tajomstvo, pečivo
- Ohnivé kuracie stehno orientálne, zeleninová obloha
- Zemiakové knedličky čučoriedkové so strúhankou
- Bageta moravská
- Ovocný balíček.

Sobota
Polievka: zeleninová s rajbaníčkou, pečivo.

- Pečené kuracie stehno s kapustou, zemiaky
- Bravčové mäso na paprike, cestovina
- Bageta syrová.

Nedeľa
Polievka: stupavská zabijačková, pečivo.

- Hovädzie dusené, chrenová omáčka, knedľa
- Plnený bravčový závitok, ryža, uhorka
- Bageta s pikantným mäsom.

Autor: PK	zostal v záveji	T1	chod po rusky	starogrécky boh lásky	leská tkanina		EČV Zvolena	vec (lat.)	Adéla (skr.)	zlačenie		kus (skr.)	krajaj	ochrana tovaru	zbohom (lat.)			
uhneť						stretnutie						strešná kostra zmizni, stráť sa (lat.)						
dravá šelma						T2 ázijský štát												
hľupáci							zdochní (expr.) prvý muž					kosil starší český hokejista						
abvolt			očkovacie látky dokončí pitie					ručiteľ na zmenke značka áut					francúzsky člen čas po anglicky					
zadná strana (skr.)				vokalizovaná predložka Ján (dom.)					listnatý strom druh embečky (hov.)					T4	prešmyčka, slovná hra			
citostovce beďákaria					mizne, stráca sa kričime, blačime					Elizabeta (dom.) opuslenosť								
šibál, huncút						vírusové o chorenie z Ázie mile (angl.)												
Pomôcky: ILOŠ, RES, VALE, LAKÁ	prikryvka	afriický cicavec						plakal afriický kmeň					ženské meno doslovný preklad					
Divadlo hudby			vyvaloval oči American Petro- leum Institute					chorobné šialenstvo ovocná záhrada					imunoglobín požrebná hostina					
Enka (dom.)			syn kráľa Troa extraliga						mužské meno kilovolt									
T3																		
mužské meno								základná číslovka										

„Leto, sme dvaja slniaci sa rekreanti. Slnko pripeká na naše rozpálené telá, počuť iba žblnkot potôčika, ... dokončenie vtipnej pointy sa ukrýva v tajničke.“

V regióne

- 15. ročník folklórneho festivalu „FF na Bielych Handľoch“ sa uskutoční 17. – 19. júla v amfiteátri v Braváčove.
- Celoslovenské stretnutie kresťanskej mládeže, spojené s výstupom na Ďumbier sa uskutoční 17. – 19. júla v Mýte pod Ďumbierom. V tejto obci sa uskutoční 18.

júla od 10. hod. turnaj „O pohár starostu obce“ vo futbale, spestrený kultúrnym programom.

- Súťaž „O pohár starostu obce“ v rámci športového dňa „Dni obce“ sa uskutoční 25. júla od 9. hodiny v Bystrej, pri kolkárni.
- Palacínkový Annabál“ v súťaži trojčlených družstiev sa uskutoční 25. júla o 15. hodine v športovom areáli v Hronci.

Pozývame vás na spoločné stretnutie, ktoré sa uskutoční 18. júla 2015 pri príležitosti 135. výročia narodenia Milana Rastislava Štefánika. Zraz účastníkov na Chate generála M. R. Štefánika pod Ďumbierom je od 11. do 12. hodiny. Program začína spomienkou a položením venca pri príležitosti 135. výročia jeho narodenia.

Spomienky

„Bolestou unavený tíško si zaspal, zanechal si všetkých, ktorých si mal rád. Spi sladko, snívaj svoj večný sen, v spomienkach sme pri tebe každý deň. Smútok a žiaľ v srdci máme, na teba s láskou spomíname.“



Dňa 16. júla uplynulo pätnásť rokov od úmrtia nášho manžela, otca a starého

Igora VRABCA z Brezna.

S láskou spomínajú manželka, dcéry s rodinami a ostatní príbuzní

...

Dňa 12. júla uplynul rok odvtedy, ako nás navždy opustila milovaná manželka, mama, stará mama a sestra



Melánia SOJKOVÁ z Jasenia.
S láskou a úctou spomína manžel Ján, synovia Ján, Stanislav a dcéra Katarína s rodinami

...

„Už ťa neprebudí slnko, ani krásny deň, na breznianskom cintoríne spíš svoj večný sen. Len sviecu horiacu a krásnu kytku na hrob ti môžeme dať a na krásne prežité roky s tebou spomínať. Mal si nás rád a chcel si žiť, ale prišla tá chvíľa, keď musel si nás opustiť.“



Dňa 30. júla si pripomenieme dvadsať rokov odvtedy, ako nás navždy opustil milovaný manžel, otec a starý otec

Pavol GIERTL z Brezna.

S láskou a úctou spomínajú manželka, synovia Peter, Pavol a dcéra Zuzana s rodinami a ostatná rodina

...

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



Dňa 19. júla uplynie deväť rokov odvtedy, ako nás navždy opustil milovaný manžel, otec, starý a prastarý otec

Imrich KOVÁČ z Podbrezovej.

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

....

„Odišiel si tichučko ako odchádza deň a v našich srdciach ostáva spomienka len. Prázdny je dom, smutno je v ňom, cestička k hrobu zostala len.“



Dňa 19. júla si pripomenieme piate smutné výročie smrti nášho milovaného manžela, otca a starého otca

Ondreja MURĪNA z Dolnej Lehoty.

S láskou a úctou spomínajú manželka Alžbeta, syn Miroslav a dcéra Zdenka s rodinami

Podakovania

„Stíchlo navždy srdce zlaté, zhasol v tvojich očiach svit, ťažko sa nám bude teraz, bez teba žiť...“



Ďakujeme všetkým príbuzným, známym a ostatným, ktorí sa prišli rozlúčiť na poslednej ceste s našou mamkou, starou mamou, prastarou mamou, sestrou a krstnou mamou

Máriou REISOVOU z Brezna

Ďakujeme za kvetinové dary a prejavy sústrasti. Za dôstojnú rozlúčku ďakujeme aj Dychovej hudbe ŽP. **Smútiaca rodina**

...

Ďakujeme všetkým príbuzným, známym, bývalým spolupracovníkom z ľaháre a susedom za účasť na poslednej rozlúčke s našim milovaným synom, manželom, otcom a bratom



Jánom MARČOKOM z Hornej Lehoty,

ktorý nás po ťažkej chorobe opustil 30. júna vo veku 63 rokov.

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

Smútiaca rodina

Inzertná služba

Špeciálne ZAMESTNANCOM ŽP

Oblečíme celú rodinu za zvýhodnené ceny. Kde? V obchodnom dome v Podbrezovej v TEXTILE, kde nájdete široký sortiment pre všetkých. Radi vás privítame

Predám garáž na sídlisku v Brezne po celkovej rekonštrukcii. Kontakt: 0948 592 590

Odišli do dôchodku

v júni

do predčasného dôchodku

Pavol ĎURIŠ
Jana KORTÁNOVÁ
Pavel LABAJ
Jaroslav OBOŇA
Juraj PANČUŠKA
Ivan PRUKNER
Vladimír TOKÁR
Peter VLČEK
Ján VAIS

do starobného dôchodku

Anton BERAXA
Eva BOŠELOVÁ
Miloš PACERA
Ján ŠUHAJDA

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

Jubileá v júli

Pracovné jubileá 40-ročné

Kamil NEPŠINSKÝ
Adolf ŠARIK
Ľubica VALENTOVÁ
Jozef VESELOVSKÝ
Ing. Vladimír ZVARIK

35-ročné

Robert AMTMANN
Milan BALDOVSKÝ
Miroslav BARDEJOVSKÝ
Iveta KUPCOVÁ
Mariana VETRÁKOVÁ

30-ročné

Ivan BRZKO
Ing. Ľubica CHAMKOVÁ
Peter MACULA

25-ročné

Marek BÉKY
Ing. Miroslav BELLA
Branislav CELER
Ing. Renáta LONGAUEROVÁ
Branislav PREDAJNANSKY
Rastislav PROŠOVSKÝ

20-ročné

Juraj HUBERT
Dušan KOČICKÝ
René KOVÁČIK
Vlastimil KRAMLÁ
František MAKUŠA
Stanislav NIKEL
Miroslav PERNISCH
Peter POTKÁNY
Ľubomír SOJÁK
Marian ŠAGÁT
Jaroslav ŠALKO
Radoslav VAŇO
Juraj ŽIVOR

Životné jubileá

Anna KŇAZÍKOVÁ
Janka KOCHANOVÁ
Libor MAKŮCH
Július MURÁNSKY
Milan NOSÁL
Mária PAVKOVÁ
Milan REZŠŔFI
Ján LUNTER
Eva MIŠUNOVÁ
Milan SVINČIAK
Jaroslav ŠKVARKA
Ivan VANÍK
Marian VAŇO
Ladislav BABIC
Anna BERAXOVÁ
Jozef BLAŽEČKA
Otakar JANDEČKA
Ivan KOHAN
Cyril KOVÁČIK
Daniela MAŇASKOVÁ
Ján MICHALSKO
Ing. Valéria MILECOVÁ
Štefan ŠTELLER
František TURŇA

Do nového ročníka s veľkými zmenami



Foto: A. Nociarová

V Dome športu ŽP sa 14. júla 2015 uskutočnila tlačová konferencia pred štartom novej sezóny najvyššej futbalovej súťaže. Za Futbalový oddiel ŽP Šport Podbrezová sa jej zúčastnili - prezident klubu Július Kriváň, tréner Zdenko Frtala a novozvolený kapitán Martin Kuciak.

V úvode tréner Frtala zhodnotil letnú prípravu, v ktorej mužstvo odohralo kvalitné sústredenie v rakúskom Obertraune. Prezident klubu zhrnul odchody a príchody hráčov. Do mužstva pribudli noví hráči – Szöke, Kapor, Žilák, Melunovič, Kuciak, Ďurčo, Vajda, Almas-

ký. Príchody Stefana Marinkovica, Mirzada Mehanoviča a Romana Sablera sú v štádiu riešenia. Július Kriváň informoval o vzniku nového postu 3. viceprezidenta, ktorý bude zastávať Bratislav Greško. Podbrezovský klub sa chce v novej sezóne vyhnúť záchranárskym

starostiam, stabilizovať káder vo Fortuna lige a odohrať kvalitné zápasy. „Tri prvé kolá hráme doma na futbalovom štadióne v Brezne so Žilinou, Trenčínom a Michalovcami. Nasledujú dva zápasy na súperových trávnikoch a prvý zápas na rekonštruovanom domácom štadióne v Podbrezovej bude 22. augusta, v ktorom si domáci tím v 6.

kole zmeria sily so Spartakom Myjava,“ informoval prezident klubu.

Cena vstupenky na zápasy v Brezne zostáva nezmenená a platia aj minuloročné permanentky. O predaji permanentiek a výške vstupného na domáce zápasy na futbalovom štadióne v Podbrezovej vás budeme včas informovať.

J. Kuboš

Jesenná časť Fortuna ligy ročníka 2015/2016

Tréner
Zdenko Frtala

Asistenti
1. Ivan Kopecký
2. Branislav Benko

Brankári
Martin Kuciak (28)
Juraj Baláž (27)
Ján Ďurčo (1)

Obrancovia
Ivan Mincič (5)
Lukáš Migala (7)
Nikola Andrić (15)
Luboš Kupčík (12)
Milovan Kapor (22)
Patrik Vajda (9)

Stefan Marinkovič (20)

Stredopoliari
Peter Gal Andrezly (3)
Tomáš Galo (4)
Július Szöke (21)
Matej Kochan (11)
Adam Žilák (14)
Juraj Pančík (17)
Michal Pančík (19)
Mário Almaský (16)

Útočníci
Roman Sabler (24)
Alen Melunovič (10)
Blažej Vaščák (8)
Mirzad Mehanovič (23)

Z letnej prípravy

Z piatich prípravných zápasov bol prvotný tím Futbalového oddielu ŽP Šport, a.s., Podbrezová, vedený novým trénerom Zdenkom Frtalom úspešný štyrikrát. Dňa 23. júna porazil prvého súpera – FK Pohronie Dolná Žďaňa 4:0 (2:0), dvomi gólmi Gal Andrezlyho a J. Pančíka. Počas sústredenia v Rakúsku zdolali naši hráči 27. júna SV Josko Ried 2:1 (1:1) gólmi Gal Andrezlyho a J. Pančíka. Nad ich sily bol len súper LASK Linz, s ktorým 30. júna prehrali 3:0 (2:0). V poslednom zápase na rakúskej pôde (4. júla) s FC Lieferingom padol jediný gól z kopačky Kapora a znamenal víťazstvo nášho tímu 1:0 (0:0). Generálku pred začiatkom nového ročníka Fortuna ligy sme absolvovali 11. júla, na ihrisku v Brezne, po prvýkrát pred domácim publikom. Gólmi Gal Andrezlyho, Vajdu a Melunoviča, ktoré padli v prvom polčase, potvrdili domáci víťazstvo 3:0 (3:0). Aj v tomto zápase tréner hľadal optimálne zloženie kádra a na hraciu plochu poslal až devätnásť hráčov. V prvom polčase v zostave – Kuciak, Migala, Kupčík, Andrić, Vajda, Almaský, Kochan, Žilák, Gal Andrezly, Melunovič a Mehanovič. Striedali Marinkovič, J. Pančík, Szöke, Kapor, Vaščák, Kurtin, Sabler a Ďurčo. (vk)

Na aktuálnu tému s novým trénerom prvotného tímu „...prím hrá stabilizácia Podbrezovej v prvej lige“

S A-mužstvom Futbalového oddielu ŽP Šport, a.s., vstúpi do ďalšieho ročníka Fortuna ligy nový tréner Zdenko Frtala, ktorého sme sa opýtali:

Prezradíte nám, čo bolo rozhodujúce pre váš návrat na Slovensko a prevzatie trénerského žezla v podbrezovskom klube?
- Jednoznačne dlhodobý záujem klubu. Po niekoľkých stretnutiach sme s jeho funkcionármi našli spoločnú reč. V mnohých médiách písali, že jedným z hlavných dôvodov bola rodina, ale vo futbale sme vlastne všetci jedna veľká rodina. Bol som dvadsaťdva rokov v Čechách, no srdcom som bol vždy Slovak. Nebola to prvá ponuka zo strany slovenských klubov, ale teraz podľa mňa nastal čas, skúsiť prvú ligu, v tomto prípade

tú slovenskú. Z pohľadu trénera je veľmi dôležité, aby mal okolo seba ľudí, ktorých pozná a môže sa na nich spoľahnúť. Výhodou je, že som si mohol sám vytvoriť realizačný tím a tak do klubu so mnou nastúpil aj môj asistent z Varnsdorfu Ivan Kopecký. S Ivanom pracujeme spolu tretiu sezónu, ale poznáme sa od môjho príchodu do Čiech, kedy sme spolu hrávali. **S tímom ste absolvovali letnú prípravu v domácich podmienkach, nasledovalo sústredenie v Rakúsku, kde ste odohrali tri priateľské stretnutia. K tomu pribudla generálka s maďar-**

ským tímom Vác. Ste spokojný s priebehom prípravy a výkonom hráčov?

- Súperi v príprave boli kvalitní. Stretli sme sa so silnými tímami, ktoré nás preverili po každej stránke, či už kondičnej alebo hernej. Všetkým, ktorí sa snažíme podbrezovský futbal posunúť ďalej musí záležať na tom, aby sme nadviazali na to, čo tu bolo a posunuli súčasný tím, hlavne čo sa týka sebavedomia a hernej stránky, čo najďalej. Hráči majú za sebou ťažkú jar. Vidieť, že im to zostalo v hlavách a čím skôr sa tejto záťaže zbavíme, tým skôr sa bude zlepšovať celkový výkon mužstva. Prispieť by k tomu mal aj príchod nových hráčov. Nové posily – to bol impulz aj k hráčom s tým, že svoje pozície nemajú vyarendované a že sa o ne musia viesť „pobiť“. Konkurencia u mužstiev je všade veľmi dôležitá a verím, že aj tento krok sa odrazí na kvalite našej hry.

Letná príprava mala vykryštalizovať základnú zostavu tímu. Viete nám už dnes povedať, s kým v súpiske počítate do druhého ročníka Fortuna ligy?

- Z 90-percent si myslím, že sme mužstvo poskladali podľa našich predstáv, ale aj z dôvodu zranení a výkonnosti, ešte stále hľadáme kreatívneho záložníka a útočníka. K zmene nás viedli posledné zápasy, v ktorých nás trápila hlavne prechodová a útočná fáza hry. Posilniť uvedené posty nebude jednoduché, takýchto hráčov sú najviac žiadaní. Načítame aj do vlastných radov a budeme pracovať s hráčmi, ktorí na to majú predpoklady. Jedným z takých

hráčov sa môže stať Matej Kochan, o ktorom je známe, že to bol talent, ale ten ako taký nestačí. Matej je pochopil a jeho výkony od zápasu k zápasu rastú. Musí byť našim spoločným cieľom, trénerov a hráčov, aby pochopil našu filozofiu a ak bude naďalej na sebe tvrdo pracovať, môže sa z neho stať ďalší Kucka. Čo sa týka defenzívy, hľadáme stále ľavého obrancu, ale to nie sme asi jediní.

Príprava, to bola možnosť hlbšie spoznať silné a naopak, slabšie stránky podbrezovského tímu. Môžete ich podrobnejšie rozobrať?

- Z prípravy vyplynulo, že celý

potrebuje, nielen tú hernú kvalitu. **Ako vnímate hracie podmienky a modernizáciu celého štadióna?**

- Domacia príprava prebieha na ihriskách v Brezne a vo Valaskej, no každý deň vidíme, že práce na modernizácii štadióna v Podbrezovej napredujú. My sa v maximálnej miere vynosujeme našimi výkonmi zaplniť zmodernizované tribúny divákmi.

Prezradíte nám váš cieľ pre jesennú časť?

- Na prvé miesto vždy kladiem zdravie, pokiaľ budú všetci hráči zdraví, pokiaľ sa nám budú vyhýbať zranenia, tak budeme môcť byť na seba ešte viac nároční. Jednoznačne sa chceme

Výžerovanie jesennej časti

Kolo	Dátum	Čas	Súperi	Skóre
1.*	19.7.	17.00	FO ŽP Šport Podbrezová	MŠK Žilina
2.*	25.7.	17.00	FO ŽP Šport Podbrezová	AS Trenčín
3.*	1.8.	17.00	FO ŽP Šport Podbrezová	Zemplín Michalovce
4.	8.8.	19.00	MFK Skalica	FO ŽP Šport Podbrezová
5.	15.8.	19.00	ViOn Zlaté Moravce	FO ŽP Šport Podbrezová
6.	22.8.	19.00	FO ŽP Šport Podbrezová	Spartak Myjava
7.	29.8.	19.00	DAC Dunajská Streda	FO ŽP Šport Podbrezová
8.	12.9.	19.00	FO ŽP Šport Podbrezová	MFK Ružomberok
9.	19.9.	19.00	FK Senica	FO ŽP Šport Podbrezová
10.	22.9.	19.00	FO ŽP Šport Podbrezová	FC Spartak Trnava
11.	26.9.	19.00	ŠK Slovan Bratislava	FO ŽP Šport Podbrezová
12.	3.10.	17.00	MŠK Žilina	FO ŽP Šport Podbrezová
13.	17.10.	17.00	FO ŽP Šport Podbrezová	AS Trenčín
14.	24.10.	17.00	Zemplín Michalovce	FO ŽP Šport Podbrezová
15.	31.10.	17.00	FO ŽP Šport Podbrezová	MFK Skalica
16.	7.11.	17.00	FO ŽP Šport Podbrezová	ViOn Zlaté Moravce
17.	21.11.	17.00	Spartak Myjava	FO ŽP Šport Podbrezová
18.	28.11.	17.00	FO ŽP Šport Podbrezová	DAC Dunajská Streda
19.	5.12.	17.00	MFK Ružomberok	FO ŽP Šport Podbrezová

*Prvé tri kolá odohrá podbrezovský tím na futbalovom ihrisku v Brezne.

Zdenko FRĽALA: po ukončení aktívnej hráčskej kariéry na poste obrancu bol asistentom trénera Michala Bílka (v Bišanoch, Pizni, Sparte a Ružomberku), nasledovalo pôsobenie v Časlavi. Do Teplic sa vrátil ako asistent trénerov Jiřího Plíška a Petra Radu a v FK Varnsdorf pôsobil ako hlavný tréner.



tím je naučený pracovať, riadiť sa určitými zásadami a pristupovať k práci s pokorou. To je pozitívum. Najdôležitejšou úlohou trénerov, ako som už spomínal, bude vplývať na to, aby hráči zabudli na minulosť a žili prítomnosťou. Už na tréningoch v príprave bolo vidieť zadumanosť, nešli do nich v úplnej pohode, či nasadení, zjavny bol nedostatok pozitívneho myslenia. V tíme je niekoľko hráčov, ktorí spĺňajú moje požiadavky na lídrov, ktorí už do kabíny prídu pozitívne naladení a dokážu na svoju stranu strhnúť aj ostatných. Myslím si, že práve tento typ hráčov mužstvo

vyhnúť starostiam o záchranu. Musíme si uvedomiť, že mužstvo sa tvorí len tri týždne a určitý čas potrvá, než sa začne prejavovať naša „tvár“. Verím, že tomu pomôže aj príchod nových hráčov, so skúsenosťami, ktoré ovplyvnia hru hlavne tej mladšej generácie spoluhráčov. Zo všeobecných cieľov určite prím hrá stabilizácia Podbrezovej v prvej lige, z toho budeme vychádzať. Keď bude herná kvalita, keď nás budú ľudia podporovať, tak tento tím môže pevne zakotviť v najvyššej súťaži aj na dlhšie obdobie.

V. Kúkolová