

Pomgrad – GNG okrepljen
z najsodobnejšo vrtno
opremo

12

Vemo, da nič ne vemo

20

Ultra predelana živila:
udobje s skrito ceno

26

Poletje Pomgradovih
otrok – polno doživetij in
varnosti

30

Vzpon na bolivijski
šesttisočak Acotango

36

VELIKI INTERVJU

**Andrej
VERTIČ**

14



*NOBEN LETNI ČAS NE PRINAŠA
TOLIKO BOGASTVA KOT JESEN –
V SADOVIH, V BARVAH IN
V SPOKOJNI LEPOTI SVOJIH DNI.*

HAL BORLAND

Kolofon

IZDAJATELJ
Panvita, d. o. o.
Lendavska 5, Rakičan
9000 Murska Sobota
tel: 02 530 36 10
fax: 02 530 36 32

ODGOVORNA UREDNICA
Simona Petek Čerpnjak

VPRAŠANJA, PREDLOGI
IN PRIPOMBE
simona.petek@panvita.si

NAKLADA
1.800 izvodov

UREDNIŠKI ODBOR
Matej Fišer / Martina Planinc / Kristian Ravnič /
Klavdija Perger

OBLIKOVANJE
Orior, Vanja Sapač s. p.

ISSN 2670-6962

V tej številki



06
KRISTJAN ČEH JE NOVI
AMBAŠADOR PANVITE



10
GRADNJA DOMA
STAREJŠIH
V DOBROVNIKU

04 KOLUMNA
Tadej Vučko

06 SKUPINA PANVITA
Novice

08 POMGRAD
Gradimo

12 POMGRAD
Novosti na terenu

14 VELIKI INTERVJU
Andrej Vertič

18 MOČ VODENJA
Moč tihega vodenja

20 ZA RAZMISLEK
Vemo, da nič ne vemo

22 POMGRADOV
poletni tabor

26 PREHRANA
Ultra predelana živila

30 POMGRAD
Novice

34 DOBRO JE VEDETI
Zakaj je kolesarjenje zdravo

36 DOLGOLETNE SANJE
Sanje, ki so segle do
6.052 metrov

38 Brezplačna udeležba
na 24. Martinovem pohodu

39 VABILO
Alumni Pomgrad

40 Jubilanti in upokojitve



18
MOČ TIHEGA VODENJA –
ČUSTVENA INTELIGENCA
KOT TEMELJ AVTORITETE



22



34
ZAKAJ JE
KOLESARJENJE
ZDRAVO?

ODGOVORNOST, ZNANJE IN OPTIMIZEM – TEMELJI NAŠE PRIHODNOSTI

Besedilo: Tadej Vučko, direktor Pomgrad – CP d. d.

ŽIVIMO V ČASU, KO SE STVARI DOGAJAJO SKORAJ ČEZ NOČ. PRAV ZATO JE TOLIKO BOLJ POMEMBNO, DA OSTAJAMO OPTIMISTI, STOPIMO SKUPAJ IN KOT EKIPA POIŠČEMO REŠITVE.

No, pa smo tam. V današnjem tempu življenja se včasih zdi, da se stvari zgodijo kar čez noč. Včeraj prejmeš klic, danes že pišeš uvodnik za interni časopis. Ampak tako pač je v času, ko se svet spreminja hitreje, kot smo ga vajeni in ko se tudi od nas pričakuje, da se prilagodimo in odreagiramo skoraj takoj.

Živimo v obdobju, ki ni vedno enostavno. Dogajanja v svetu nas vsak dan opominjajo, da je prihodnost negotova in da gotovosti ni več toliko, kot bi si želeli. A prav v takšnih časih je pomembno, da ohranimo optimizem. Da znamo stopiti skupaj, poiskati rešitve in včasih kar čez noč narediti korak naprej.

Ko sem v mesecu septembru prevzel vodenje družbe POMGRAD – Cestno podjetje d. d., sem se zavedal, da stopam na novo poglavje svoje poklicne poti, ki je že od samega začetka povezana s skupino POMGRAD. To ni le službena naloga, temveč tudi osebna čast – še posebej zato, ker sem pri štiridesetih letih dobil priložnost, da svoje izkušnje in energijo usmerim v vodenje družbe, s katero sem sodeloval skozi vsa leta svoje kariere in jo cenim.

Moja pot se je začela precej preprosto. Takrat še nisem slutil, da bo to postala rdeča nit moje poklicne poti, a prav te prve izkušnje so mi dale občutek odgovornosti in pripadnosti. Videl sem, da naše delo ni zgolj gradnja ali vzdrževanje, ampak ustvarjanje pogojev za življenje družbe.

V našem kariernem času smo se soočili s številnimi nenavadnimi situacijami in krizami – od covidnih časov pa do elementarnih dogodkov, ki so terjali hitro odzivnost in prilagodljivost.

Vse to je bila dragocena šola – ne le strokovnega znanja, temveč tudi sodelovanja, vztrajnosti in odgovornosti. Vsak projekt je prinesel svoje izzive, ob katerih smo skupaj rasli in nabirali izkušnje. Prav delo na področju vodne in cestne infrastrukture mi je utrdilo prepričanje, da naše delo ni le vsakdanja naloga, temveč poslanstvo, ki povezuje ljudi, naravo, prostor in prihodnost skupnosti.

Danes, ko prevzemam novo vlogo, s ponosom lahko povem, da sem strokovno in osebno dozoreval prav v okviru skupine POMGRAD. To, da so opazili moje delo in mi namenili zaupanje, razumem kot priznanje, a hkrati tudi kot obveznost, da to zaupanje upravičim.

Verjamem, da je moč našega kroga prav v sodelovanju in povezanosti. Nihče od nas sam ne more premakniti gora, skupaj pa lahko ustvarjamo poti, mostove in zgodbe, ki presegajo čas in prostor. Naša infrastruktura je temelj, na katerem se gradi vsakdan naših skupnosti in prav ta odgovornost nas povezuje.

Zato z optimizmom pojdimo naprej. Prepričan sem, da bomo tudi v prihodnje kot ekipa pokazali, da znamo biti inovativni, zanesljivi in predani svojemu poslanstvu. Vrednote, ki so nas oblikovale, so dobra popotnica za prihodnost – prihodnost, v kateri bomo skupaj gradili tako rešitve kot odnose.

V skupini POMGRAD nas povezuje znanje, predanost in odgovornost, da gradimo prihodnost – zase, za podjetje in za družbo.



KO VREDNOTE POVEŽEJO VRHUNSKI
ŠPORT IN LOKALNO KAKOVOST

KRISTJAN ČEH JE NOVI AMBASADOR PANVITE

Besedilo: Simona Petek Čerpnjak

**SKUPINA PANVITA IN KRISTJAN ČEH
STOPATA NA SKUPNO POT SODELOVANJA,
KI ZDRUŽUJE LJUBEZEN DO DOMAČEGA,
ŠPORTNO SRČNOST, VRHUNSKOST IN
OPTIMIZEM. EDEN NAŠIH NAJVEČJIH
ŠPORTNIH ASOV JE TAKO POSTAL
AMBASADOR PANVITE IN BLAGOVNE
ZNAMKE AVE, S KATERO BOSTA
SKUPAJ NAGOVARJALA K ZDRAVEMU
ŽIVLJENJSKEMU SLOGU, SPOŠTOVANJU
TRADICIJE IN KAKOVOSTI TER ISKANJU
VRHUNSKIH REZULTATOV NA VSAKEM
PODROČJU.**

Panvita, vodilno podjetje na področju kakovostne, lokalno pridelane hrane, je danes sklenila dolgoročno partnerstvo s Kristjanom Čehom, dobitnikom najzlahtnejših odličij na svetovnih in evropskih prvenstvih v metu diska. Ptujčan je danes ambasador predanosti, poštenega dela in spoštovanja do lokalnega okolja, ki ga Panvita postavlja v ospredje že več kot sto let. »V Panviti verjameмо, da prava moč prihaja iz spoštovanja korenin, trdnih vrednot in predanosti skupnemu cilju. Prav zato smo še posebej ponosni, da z današnjim podpisom povezujemo zgodbo Panvite in Kristjana Čeha, ki na najvišji ravni uteleša našo zavezanost kakovosti, vztrajnosti in lokalnemu okolju. Prepričani smo, da bo naše sodelovanje še dodatno utrdilo zaupanje potrošnikov v zdravo, kakovostno in lokalno pridelano hrano,« je ob sklenitvi sodelovanja povedal glavni izvršni direktor Panvite Dubravko Folnovič.

ZGODBA, KI NAVDIHUJE: OD DOMAČE KMETIJE DO SVETOVNIH ZMAG

Kristjanova zgodba je preplet trdega dela, discipline in povezanosti z domačim okoljem. Njegovi vrhunski rezultati – med njimi naslov svetovnega prvaka, evropsko zlato leta 2024 in osebni rekord 72,36 metra – so plod dolgoletnega dela, razvoja, zdrave prehrane in trdnih življenjskih načel. »V čast mi je, da postajam ambasador Panvite, podjetja, ki je že več generacij del naše skupnosti. Brez tradicije, discipline in dobre, zdrave ter kakovostne hrane ne bi bilo pravih športnih uspehov,« je ob podpisu sodelovanja povedal Kristjan.



AMBASADOR ZDRAVE HRANE IN ŽIVLJENJSKEGA SLOGA

Kot novi obraz Panvite in blagovne znamke AVE bo Kristjan Čeh na sproščen in avtentičen način ozaveščal o pomenu lokalno pridelane kakovostne hrane za zdrav vsakdanjik. Na svojih družbenih omrežjih bo delil utrinke priprave zdravih obrokov ter izpostavljал pomen uravnoteženega življenjskega sloga – za športnike in vse, ki cenijo aktiven vsakdan.

Partnerstvo med Panvito in Kristjanom Čehom je poklon tradiciji ter navdih mladim, da lahko z vztrajnostjo, predanostjo in zdravim načinom življenja dosežejo vrhunske rezultate. Panvita z izdelki AVE vsak dan potrjuje, da kakovostna domača hrana ni le izbira, ampak način življenja, Kristjan pa dokazuje, da so največji uspehi mogoči tam, kjer se srečajo srce in vrednote.

AGRA 2025

ŽE 63. PO VRSTI

Besedilo: Dr. Martina Planinc

LETOŠNJA AGRA, ŽE 63. PO VRSTI, SE JE TUDI LETOS ODVIJALA V ZADNJEM TEDNU AVGUSTA. SEJEM AGRA JE OSREDNJI KMETIJSKO-ŽIVILSKI DOGODEK REGIJE, KI ZDRUŽUJE TRADICIJO, INOVACIJE IN TRAJNOST.

Letošnje glavne teme sejma so bile prehranska varnost, digitalizacija in ume tarjena inteligenca v kmetijstvu, ekološko in ohranitveno kmetijstvo, upravljanje gozdov, prihodnost podeželja, podnebne spremembe, vodni viri ter turizem na podeželju. Vse to si je lahko preko 100 tisoč obiskovalcev ogledalo pri 1.710 razstavljavcih iz 35 držav. Država partnerica, ki je predstavila svojo kulinarčno-kmetijsko dediščino, je bila letos Srbija.

Na sejmu je bil razstavljen širok spekter vsebin, od strojne opreme, obnovljivih virov, vinogradništva, ekoloških živil, degustacije in ocenjevanja kakovosti. Kot vsa leta do zdaj, so tudi letos bile prikazane novosti, svetovne premiere, vrhunske tehnologije in tehnika za poljedelstvo, živinorejo, gozdarstvo, živilsko-predelovalno industrijo, vinogradništvo, vinarstvo in ekološko kmetijstvo. Vse večji podarek dajejo razstavljalci digitalizaciji. Obiskovalci so se lahko vsak dan udeležili

zanimivih delavnic, vodenih ogledov, predavanj in praktičnih nasvetov. Najboljše tradicije in nove trajnostne prakse so oživiljale strokovne razstave in predstavitve rejskih dosežkov s področja živinoreje. Sejem je bil živ s strokovnimi razstavami živali in z rastlinskimi nasadi. Z muzejem starih kmetijskih strojev in orodij pa se je sejem dotaknil tudi naših prednikov in tradicije.

In tudi letos smo na sejmu sodelovali Panvita kmetijstvo. Sejem je bil odlična priložnost za srečanja s poslovnimi partnerji, izmenjavo izkušenj in predstavitev naših novosti. Na našem sejmskem prostoru smo toplo sprejeli številne obiskovalce, s katerimi smo ob sproščenem klepetu in tradicionalnih dobrotah, znamk MAROF in AVE, utrjevali obstoječa sodelovanja in spletali nove vezi.

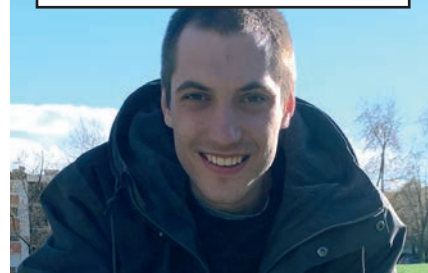
Hvala vsem, ki ste nas obiskali — veseli smo vašega zaupanja in se že veselimo prihodnjih srečanj!



15 MOJIH NAJLJUBŠIH

NIKI ŽNIDARIČ

Panvita Vrtnine d. o. o.



1. **NAJLJUBŠI ČAS** – jesen, pomlad.
2. **NAJLJUBŠA PIJAČA** – voda.
3. **NAJLJUBŠA HRANA** – ocvrt zrezek.
4. **NAJLJUBŠA KNJIGA** – /.
5. **NAJLJUBŠI FILM** – Pirati s Karibov.
6. **NAJLJUBŠI GLASBENIK** – Serj Tankian.
7. **NAJLJUBŠI MEDIJ (TV, RADIO, SPLETNA STRAN ...)** – YouTube.
8. **NAJLJUBŠI DOPUST** – morje.
9. **NAJLJUBŠI HOBI** – teraristika.
10. **NAJLJUBŠI ŠPORTNIK/ŠPORTNICA** – Andrew Reynolds.
11. **NAJLJUBŠI VZORNIK** – /.
12. **NAJLJUBŠA ZGODOVINSKA OSEBNOST** – /.
13. **NAJLJUBŠI SPOMIN** – preveč je lepih, da bi lahko izbral najljubšega.
14. **NAJLJUBŠI PREGOVOR/CITAT** – Išči napake, pa boš našel skrbi.
15. **NAJLJUBŠA ŽELJA** – biti srečen.

PROJEKT:

NORŠINSKA ULICA

2. FAZA

Besedilo: Alan Kramar

PROJEKT NORŠINSKA 2. FAZA JE NADALJEVANJE 1. FAZE, KI JE BILA DOKONČANA LETOS JUNIJA. TUDI V TEM SKLOPU ŽELI INVESTITOR ZMANJŠATI NEGATIVNE UČINKE MOTORIZIRANEGA PROMETA NA LJUDI IN OKOLJE TER TAKO POSTATI »ZELENA PRESTOLNICA POMURJA«, Z NAČRTOVANO KOLESARSKO STEZO PA JE ŽELJA POVEČATI AKTIVNO MOBILNOST Z ZELENIMI OBLIKAMI TRANSPORTA.



Investitor: Mestna občina
Murska Sobota

Vrednost del (neto): 977.457,59 EUR

Direktor projekta: Andrej Vertič,
univ. dipl. inž. grad.

Vodja gradbišča: Alan Kramar,
inž. grad.

Pomočnik vodje gradbišča:
Mitja Madjar, mag. inž. grad.

Delovodja: Peter Žokš

Pričetek del: 21. 5. 2025

Konec del: 27. 10. 2025

Predmet tega projekta je odsek lokalne ceste od križišča Noršinci–Rakičan, do naselja Rakičan. Lokalna cesta predstavlja »bližnjico« do trgovskega centra BTC in je kljub vsem hitrostnim omejitvam v naselju Rakičan (vključno z radarji), prometno zelo obremenjena. Slednja sicer ni bila v tako slabem stanju, je pa najbolj kritičen del tega odseka bil premostitveni objekt čez Ledavo, ki praktično od spomladi letos ni bil več varen za uporabo. Ta je bil sestavljen iz betonskih temeljev, v katerega so bili vpeti jekleni nosilci. Ti so bili ob

porušitvi vidno korodirani, vključno z obrabljenimi lesenimi podesti, ki so služili kot leseno vozišče. Projekt je pomemben tudi zaradi izboljšanja prometne varnosti kolesarjev in pešcev ter spodbujanja trajnostne mobilnosti. V sklopu projekta se bo izvedla rekonstrukcija ceste Rakičan–Noršinci, dolžine 650 m, s predvidenim voznim pasom 2 x 2,75 m ter obojestranskimi bankinami širine 1,00 m. Predvidena je tudi gradnja kolesarske steze širine 3,00 m z obojestranskima bankinama širine 0,50 m. Površine za kolesarje v ce-



loti sledijo vertikalnemu in horizontalnemu poteku ceste, oddaljene najmanj 2,50 m od roba voznega pasu, vključno z zelenim pasom. Ukrep rekonstrukcije predvideva odstranitev obstoječe voziščne konstrukcije, izkop spodnjega ustroja do projektirane nivele temeljnih tal (povprečna globina 82 cm). S predvideno sestavo voziščne konstrukcije (50 cm posteljica, 20 cm TD 32) bodo tako izpolnjeni pogoji za kvalitetno vgradnjo asfaltnih plasti v skupni debelini 12,00 cm ter 8,00 cm na kolesarski stezi.

Odvodnjavanje bo urejeno s ponikalnimi jarki, v katerega se izteka meteorna voda preko prečnih sklonov vozišča ter kolesarske steze.

Manjši del jarkov pa bo urejenih z betonskimi kanaletami, po katerih potem voda gravitacijsko odteka v Ledavo.

Drugi večji ukrep je porušitev dotrajanega mostu čez Ledavo in gradnja nadomestnega. Temelji novega mostu so izvedeni kot plitko temeljenje na dveh AB pasovnih temeljih dolžine 10,65 m in širine 1,50 m. Višina krajnih opornikov je 5,16 m–5,20 m, debeline 60 cm. Prekladna konstrukcija je zasnovana kot monolitna AB plošča debeline 80 cm. Svetla širina med krajnikom je 10,80 m, pravokotna širina prekladne plošče pa znaša 10,95 m. Predvidena širina na novem mostu tako omogoča dvosmeren kolesarski in cestni promet.



GRADNJA DOMA STAREJŠIH V DOBROVNIKU

Besedilo: Mitja Krajnc



DOBROVNIK, KRAJ Z NEKAJ VEČ KOT 900 PREBIVALCI, LEŽI DOBRIH DESET KILOMETROV IZ LENDAVE PROTI MEJI Z MADŽARSKO, A TUDI MED TURISTI NI NEZNANO IME. BUKOVNIŠKO JEZERO IN TAMKAJŠNJI ADRENALINSKI PARK TER TROPSKI VRT GOJITELJEV ORHIDEJ VSAKO LETO PRIVABIJO OKOLI 100.000 OBISKOVALCEV. V KRAJU ŽIVIJO PRIPADNIKI MADŽARSKE NARODNE SKUPNOSTI, POLEG SLOVENŠČINE JE TU URADNI JEZIK TUDI MADŽARŠČINA. TAKO MAJHNOST KRAJA KOT NJEGOVA OPEKARSKA TRADICIJA IN MADŽARSKA ORNAMENTIKA PA STA ARHITEKTA TADEJO MADJAR STAJNKO IN ROBERTA KARDINARJA IZ MURSKOSOBOŠKEGA ARHITEKTURNEGA BIROJA ZEU VODILA PRI ZASNOVI NOVEGA DOMA STAREJŠIH DOBROVNIK.

Investitor:
DOM STAREJŠIH RAKIČAN

Vrednost pogodbenih del (neto):
4.689.482,96 EUR

Vodja del: Mitja Krajnc

Pričetek del: 04. 06. 2025

Konec del po pogodbi: 30. 04. 2026

Dom bo namenjen 47 oskrbovancem, poleg 44 mest za stalne stanovalce bodo še 3 začasne namestitve ter bo deloval tudi kot dnevni center za dodatnih šest oseb. Projekt je zasnovan v dveh objektih, v merilu vasi in njenim gabaritom in celoten kompleks oblikovan kot pogled na skupke manjših hiš. Ker so pozidave ob glavni državni cesti s severne strani nižje, proti središču vasi, ki ga zaznamuje cerkev, pa višje, je glavna stavba umaknjena od glavne ceste in jo zasnovana kot dvoetažna. Umeščena je torej na jug parcele v notranjost vasi, kjer so že obstoječi višji objekti, kot so šola in stanovanjski bloki. Pred njo se bo oblikovala nova vhodna ploščad oziroma trg ter parkirne površine. V pritličju bodo vhodna avla, večnamenska dvorana, dnevno varstveni center, prostori za zaposlene, prostori za zdravstveno oskrbo in fizioterapijo, servisni prostori, razdelilna kuhinja, pralnica itd. V nadstropju bo ena bivalna enota z 20 stanovalci ter dvema začasnima namestitvama s skupnimi prostori ter prostori za oskrbo in izhodom na teraso ali balkone.

Vzporedno z glavno cesto bo stal drugi objekt z dvema bivalnima enotama stanovalcev z demenco in sorodnimi stanju za skupno 25 stanovalcev, od tega ena postelja za začasno namestitve. Stavba je oblikovana tako kot tamkajšnje stare hiše pritlična in zasnovna v dveh traktih v obliki črke L.



Dolg objekt je sestavljen in nadkrit z večimi ravnimi in dvokapnimi strehami in je tako približan tipologiji kraja.

Trakta bosta objemala notranji atrij, nanj pa se bodo odpirali tako skupni prostori doma, se pravi dnevna soba in jedilnica, pa tudi povezovalni hodniki do sob, ki so jih predvideli zastekljene v največji možni meri, saj se bodo s tem stanovalci lažje orientirali. Sobe so orientirane navzven, v zelenje; predvideli so čim večjo zazelenjenost bodisi z drevoredom, sadovnjakom ali ozelenjeno pergolo, s čimer naj bi stanovalci imeli občutek, da živijo sredi zelenja, sredi narave. Vsi skupni prostori bodo imeli tudi svoje zunanje terase, v atriju, kjer bomo za senco zasadili lipo in oreh, bomo uredili tako senzorični vrt kot tako imeno-

vani Kneippov vrt, ki naj bi s hojo z bosimi nogami ponujal naravno refleksno masažo po različnih podlagah. Vpeljali bomo tudi element vode, ki bo zaznamoval večji zunanji prostor za razgibavanje, pa tudi element ognja – zunanje kurišče, ob katerem bodo lahko posedali in se družili tako stanovalci doma kot njihovi obiskovalci. Ob pergoli, ki bo v skladu z vinogradniško tradicijo z zasaditvijo trte zelena bariera proti cesti, pa bodo urejene tudi grede z zelišči. Pri zasaditvah bomo sledili izbiri avtohtonih sort, od že omenjenih trte in lipe še – jablan, hrušk, tudi češenj in višenj.

Izziv na tem projektu je predvsem izredno kratek rok, vendar upamo in verjamemo, da ga bomo tudi dosegli, tudi s pomočjo mile zime.



KAPACITETE OBJEKTA:

Dom starejših, skupaj netto:	1.963,78 m ²
Pritličje, skupaj:	1.417,48 m ²
1. Pritličje (vhodni prostori, dnevni center, uprava, servisni prostori ...)	875,45 m ²
2. Pritličje – Bivalna enota 2	697,14 m ²
Nadstropje, skupaj:	550,84 m ²
1. Bivalna enota 1	550,84 m ²

POMGRAD – GNG OKREPLJEN Z
NAJSODOBNEJŠO VRTALNO OPREMO

Z LIEBHERR LB 30 SMO PRIPRAVLJENI NA NAJVEČJE IZZIVE GLOBOKIH TEMELJEV

Besedilo: Klavdija Perger, Akademija Pomgrad



PODJETJE POMGRAD – GNG D. O. O. JE SVOJO MEHANIZACIJO OBOGATILO Z ENO IZMED NAJZMOGLJIVEJŠIH VRTALNIH NAPRAV NA DOMAČEM TRGU – STROJEM LIEBHERR LB 30. GRE ZA VISOKO SPECIALIZIRANO OPREMO, NAMENJENO IZVAJANJU NAJZAHTEVNEJŠIH DEL GLOBOKIH TEMELJEV, KJER SO POTREBNI MOČ, NATANČNOST IN ZANESLJIVOST.

Z NOVIM STROJEM BO POMGRAD ŠE BOLJE PRIPRAVLJEN NA IZVEDBO KOMPLEKSNIH PROJEKTOV, KJER SO V OSPREDJU STABILNOST KONSTRUKCIJ, KAKOVOST IZVEDBE IN KONKURENČNOST NA TRGU. INVESTICIJA JE POMEMBEN KORAK V NADGRADNJI TEHNIČNE OPREME, SAJ BO OMOGOČILA VEČJO UČINKOVITOST IN VARNEJŠE DELO NA GRADBIŠČIH.

TEHNIČNE ZMOGLJIVOSTI

Liebherr LB 30 je opremljen z dizelskim motorjem moči 320 kW (429 KM), ki skupaj z navorom 297 kNm omogoča izjemno zmogljivost pri vrtanju. Stroj lahko z ustreznim teleskopskim drogom doseže globino do 70,8 metra in premer vrtine do 2,8 metra.

Pri tem omogoča uporabo različnih tehnologij vrtanja, kot so Kelly, CFA, FDP, DR in soil-mixing, kar pomeni, da se lahko prilagodi različnim geološkim razmeram in zahtevam projekta.

Robustno podvozje in modularna zasnova zagotavljata hitro postavitve in prilagodljivost na terenu, sodobna kabina pa ponuja udobje in varnost za upravljalca. S skupno delovno težo 84,6 ton in transportnimi merami (širina približno 3,0 m, višina 3,56 m, dolžina 19,5 m) je stroj hkrati mogočen in premično zasnovan.

PREDNOSTI ZA POMGRAD GNG IN SKUPINO POMGRAD

Nova pridobitev prinaša številne prednosti:

- Visok navor in velika globina vrtanja, kar omogoča delo tudi v zahtevnih geoloških pogojih.
- Širok nabor metod v enem stroju, ki zagotavlja prilagodljivost pri različnih vrstah projektov.
- Robustna konstrukcija Liebherr zagotavlja dolgo življenjsko dobo in visoko zanesljivost.
- Servisna podpora in rezervni deli so dostopni po celem svetu, kar povečuje varnost in zaupanje v opremo.

Pogled naprej

Z nakupom Liebherr LB 30 Pomgrad dokazuje, da sledi sodobnim trendom v gradbeništvu in vlaga v tehnologijo, ki povečuje kakovost in varnost dela. Takšna oprema pomeni, da bodo tudi najbolj zahtevni projekti izvedeni strokovno, natančno in v skladu z visokimi standardi, ki jih pričakujejo naročniki.

Nova pridobitev je zato več kot le tehnična okrepitev – je dokaz strateške usmerjenosti Pomgrada v prihodnost, kjer so v ospredju zanesljivost, kakovost in konkurenčnost.



OD PRIPRAVNIKA DO VODJE NAJVEČJIH PROJEKTOV

ANDREJ VERTIČ O SVOJI POTI,
IZZIVIH GRADBENIŠTVA IN VLOGI MENTORSTVA

Intervju opravila:

Kristian Ravnič in Klavdija Perger

V okviru ciklusa intervjujev z direktorji projektov v skupini Pomgrad smo se pogovarjali z enim izmed najbolj izkušenih inženirjev, ki je v gradbeni panogi prehodil dolgo pot – od pripravnika na gradbišču do vodje največjih infrastrukturnih projektov. V intervjuju je spregovoril o svojih začetkih, o vplivu športa in domače regije na profesionalno rast, o transformaciji gradbišč in o prihodnosti gradbeništva, kjer so ključni kadri, inovacije in etika dela.

Andrej Vertič, direktor gradbenih projektov v Pomgradu, je univerzitetni diplomirani inženir gradbeništva, ki ga zaznamujejo energija, strokovnost in predanost kakovostnemu vodenju. Kariero je začel v Ljubljani, a se kmalu vrnil v Prekmurje, kjer je gradil temelje lastne poti. S sodelovanjem pri največjih avtocestnih in železniških projektih ter s poudarkom na timske delu je postal pomemben akter pri uvajanju inovacij in projektne kulture v podjetju. Vertič velja za vizionarskega vodjo, ki ceni strokovnost, sodelovanje in trajnostne rešitve. Njegov pristop temelji na sistematičnem načrtovanju, stalnem izobraževanju kadrov ter odprtosti do tehnologij, ki spreminjajo gradbeni sektor.

Kako se spominjate svojih začetkov in poti do položaja direktorja projektov?

Moja pot se je začela s študijem gradbeništva v Mariboru, kjer sem že zgodaj vedel, da želim delati v praksi – na terenu, z ljudmi, ob projektih, ki nekaj pomenijo. Že med študijem sem si pridobil štipendijo, kar mi je dalo dodatno motivacijo in tudi priložnost,

da sem se hitro vključil v realno delovno okolje. Po diplomi sem kariero začel v enem izmed večjih gradbenih podjetij v Ljubljani. To je bila za mladega inženirja odlična šola – hitro sem bil vržen v prakso, v zahtevne projekte in v okolje, kjer je bilo pričakovanih veliko. Prav tam sem dobil trdne temelje – tehnično znanje, organizacijske veščine in predvsem občutek za odgovornost, ki jo nosi vsak inženir, ko nekaj gradi za druge.

Kljub potencialu prestolnice nazaj v Prekmurje?

Čeprav sem v Ljubljani pridobil ogromno izkušenj, me je vedno vleklo nazaj – proti domačemu koncu, kjer sem čutil več osebne pripadnosti. Tako sem svojo pot nadaljeval v Pomgradu, kjer sem takoj začutil, da gre za okolje, ki ni le strokovno zahtevno, ampak tudi zelo človeško. Verjamem, da je ravno kombinacija zgodnjih izkušenj iz "velikega sistema" in lokalne pripadnosti ključna, da danes lahko učinkovito vodim projekte, ki puščajo trajen pečat – tako v prostoru kot v podjetju.

Kako pa je uspešna športna kariera vplivala na vas kot človeka in kot inženirja?

Šport je bil vedno pomemben del mojega življenja – predvsem nogomet, ki sem ga igral v domačem kraju več kot deset let. Na začetku je bil to seveda hobi, način druženja in gibanja, a z leti sem spoznal, da mi je nogomet dal tudi veliko tistih osebnostnih lastnosti, ki so danes ključne za moje delo kot inženir in vodja projektov. Nogomet me je naučil discipline, timskega duha in odgovorno-



sti – saj na igrišču nisi nikoli sam. Uspeh ekipe je odvisen od tega, kako vsak posameznik opravi svojo nalogo, a tudi od tega, koliko znaš sodelovati, pomagati drugemu in se kdaj umakniti za dobro skupine. To razumevanje mi danes izredno pomaga pri vodenju projektov, kjer moraš usklajevati različne ljudi, stroke in interese. Poleg tega pa mi je šport dal tudi vztrajnost in mirnost v stresnih situacijah. Na tekmah se stvari ne odvijajo vedno po načrtih – podobno kot na gradbišču. Naučil sem se, da je ključno, kako reagiraš, ko gre kaj narobe. To znanje danes prenašam tudi v poklicno okolje. In nenazadnje – nogomet v domačem kraju me je naučil povezanosti z lokalno skupnostjo. Spoznal sem, kako pomembno je sodelovati, se podpirati in graditi odnose – kar je tudi eno od vodil, ki jih poskušam živeti v svojem delu in odnosu do ekipe.

Po pripravi ste hitro prišli na velike projekte. Kako ste se znašli v tej vlogi?

Po končanem pripravi sem imel dovolj tehničnega znanja ter praktičnih izkušenj, da sem lahko samostojno prevzel zahtevnejše naloge. Ključno je bilo tudi zaupanje nadrejenih, ki so prepoznali mojo zanesljivost, natančnost in sposobnost učinkovitega reševanja problemov na gradbišču. Moj prvi veliki projekt je bil železniški odsek Murska Sobota–Hodoš, kjer sem kot mlad inženir dobil enega najzahtevnejših delov – predor Stanjevci. Čeprav je bil predor kratek, je bila hribina zelo zahtevna in delo kompleksno. V novi vlogi sem se dobro znašel. Bil sem pripravljen prevzeti odgovornost, se učiti od izkušenih sodelavcev in ostati osredotočen na

kakovostno izvedbo del v skladu s projektno dokumentacijo, roki in predpisi. Delo na večjih projektih mi je omogočilo širši vpogled v organizacijo gradbišča, koordinacijo med različnimi deležniki in obvladovanje kompleksnejših tehničnih in logističnih izzivov.

Kako se spominjate obdobja gradnje avtocest?

Ko so se v Prekmurju začeli prvi avtocestni odseki, je Pomgrad dobil priložnost, da se izkaže kot enakovreden partner največjim gradbenim podjetjem v državi. Obdobje gradnje avtocest, zlasti v okviru Pomurskega kraka, se spominjam kot enega najbolj intenzivnih in hkrati prelomnih obdobji v slovenskem gradbeništvu. Kot direktor projekta za Pomurje sem imel priložnost voditi obsežen in zahtevno usklajen infrastrukturni projekt – izgradnjo približno 80 kilometrov avtoceste s celotno spremljajočo komunalno infrastrukturo, ki je potekala med letoma 2004 in 2009.

V tem obdobju je bil to največji projekt v državi?

Gre za projekt, ki je bil ovrednoten na približno 1 milijardo evrov, kar odraža njegovo tehnično, finančno in strateško zahtevnost. V okviru izvedbe je bila ključna natančna koordinacija med številnimi deležniki – projektanti, izvajalci, nadzorniki, državnimi organi in lokalnimi skupnostmi. Poleg tehničnih izzivov – kot so poteki skozi raznolike geološke razmere, gradnja viaduktov, mostov in izvozov – je bil izjemno pomemben tudi vidik usklajevanja rokov, nadzora nad kakovostjo in zagotavljanja skladnosti z zakonodajo ter predpisi EU. To obdobje mi je ostalo v spominu kot čas, ko smo

kot strokovna ekipa delovali z jasnim ciljem: povezati Pomurje s preostalim delom Slovenije in regiji zagotoviti boljšo prometno dostopnost, večjo gospodarsko povezanost in dolgoročne razvojne možnosti. Ponosno lahko rečem, da smo s tem projektom postavili trdne temelje za sodobno prometno infrastrukturo v vzhodni Sloveniji.

Kako vidite razliko med novogradnjami in rekonstrukcijami cest?

Če govorimo čisto tehnično – novogradnja pomeni, da cesto gradimo popolnoma na novo, rekonstrukcija pa, da posodabljam obstoječo. A zame osebno je razlika tudi bolj čustvene narave. Novogradnja je kot ustvarjanje nove poti – z vizijo, z veliko svobode pri načrtovanju, z možnostjo, da nekaj zgradiš iz nič. To je vznemirljivo – nove trase, novi mostovi, nova prometna ureditev. Vse je odprto, a hkrati zelo zahtevno – predvsem zaradi številnih postopkov, zemljišč, usklajevanj in vplivov na okolje. Rekonstrukcija pa ima svojo posebno lepoto. Zame je to kot romantična obnova starega, a še vedno vrednega kosa infrastrukture. Cesta, ki je služila ljudem desetletja, ima svojo zgodbo, svojo umestitev v prostor. In mi ji damo novo življenje – izboljšamo jo, razširimo, naredimo varnejšo in bolj udobno, a jo hkrati spoštujemo.



So katere večji izziv?

Včasih je prav pri rekonstrukcijah največ izzivov, ker moraš združiti staro z novim – pa ne le tehnično, tudi estetsko in funkcionalno. Gre za iskanje ravnesja med tem, kar je bilo, in tem, kar mora biti. In to mi je včasih še posebej blizu. Tako da – novogradnja je kot pisanje nove zgodbe, rekonstrukcija pa kot skrbna obnova že zapisane, ki jo želiš ohraniti za prihodnje rodov.

Kako se sproščate ob zahtevnem delu?

Delo inženirja je pogosto zelo intenzivno – veliko je odgovornosti, tehničnih podrobnosti in koordinacije z različnimi deležniki. Zato je zame sprostitev nujna, da ohranim ravnotežje. Najraje se umirim s kolesarjenjem po domačem Goričkem. Ta pokrajina ima zame poseben pomen – griči, gozdne poti, mir... Ko se usedem na kolo in zavijem na kakšno manj znano pot, hitro pozabim na vsakdanji tempo. Goričko me res napolni z energijo. Poleg tega zelo rad berem – predvsem kakšne povsem trivialnega značaja, kot tudi knjige za osebno rast. Knjiga me umiri na čisto drugačen način kot šport – je to nekakšna mentalna sprostitev, ki mi daje tudi širši pogled na svet. Za to me je navdušila moja žena, ki me je spodbudila, da berem več o tem, kako se bolje soočiti z izzivi, kako izboljšati svoje veščine in kako ohraniti dobro psihično kondicijo. To mi zelo pomaga, da ohranim motivacijo in uravnotežen pristop tako do dela kot do zasebnega življenja.

Vaša domača regija vam očitno veliko pomeni. Kako vas je zaznamovala?

Goričko ni samo pokrajina, kjer sem odrasčal – je prostor, kjer stoji naša domača hiša, naša terasa, kjer preživljamo največ dragocenejšega časa z ženo, hčerko in našimi mačkami. Moji predniki so tukaj živeli preprosto življenje, pogosto polno izzivov, a so s trdim delom in ljubeznijo do te rodne zemlje zgradili temelje za nas. To me je naučilo veliko o vztrajnosti in spoštovanju do doma – ne samo kot fizičnega prostora, ampak kot kraja, kjer se družina povezuje, kjer si varen in kjer si vedno lahko to, kar si. Goričko me zato spremlja povsod – v mojem delu, v načinu razmišljanja in tudi v tem, kako skrbim za svojo družino. Ko se vračam na domačo teraso, z ženo in hčerko uživamo v preprostih trenutkih, ob katerih pozabim na



stres in napore dela. Naši mački pa poskrbita, da je dom vedno živ in poln smeha. Za mene je Goričko več kot kraj – je srce, ki me napolni z energijo in mi daje moč, da vsak dan znova z veseljem stopim v svoje delo.

Del vaših nalog v podjetju je tudi skrb za razvoj kadra?

Kot izkušen inženir čutim veliko odgovornost – pa tudi ponos – ko lahko svoje znanje in izkušnje predajam mlajšim generacijam. V naši stroki se ne dela le z materiali, temveč tudi z ljudmi. In prav prenos znanja, vrednot in kulture dela je tisti temelj, na katerem gradimo prihodnost. V podjetju Pomgrad smo vedno znali ceniti povezavo med tradicijo in razvojem – in če želimo to zgodbo uspešno nadaljevati, moramo vzgojiti mlade inženirje, ki bodo razumeli ne samo tehnične zahteve, ampak tudi pomen odgovornosti, timskega duha in predanosti skupnim ciljem.

Mentorstvu dajemo v podjetju velik poudarek.

Zame je mentorstvo veliko več kot podajanje navodil – gre za to, da mlade spodbujaš, jim stojiš ob strani pri prvih projektih, jih naučiš gledati širše in predvsem, da jim pustiš prostor za rast. Ko vidiš, da mladi sodelavci začnejo samostojno sprejemati dobre odločitve, je to ena največjih potrditev tvojega dela. Verjamem, da lahko na ta način skupaj gradimo dolgoročno stabilno ekipo, ki ne bo zgolj opravljala nalog, ampak bo nadaljevala in nadgrajevala zgodbo, ki smo jo začeli graditi mi – in ki nosi ime Pomgrad.

Katere izzive vidite v prihodnosti gradbeništva in Pomgrada?

Gradbeništvo se trenutno sooča z velikimi spremembami, ki bodo v prihodnosti še bolj izrazite. Eden glavnih izzivov je zagotovo pomanjkanje usposobljenega kadra, predvsem tehničnega profila. Mladi se vse manj odločajo za gradbeništvo, zato bomo morali podjetja, kot je Pomgrad, vlagati več v mentorstvo, prenos znanja in ustvarjanje okolja, kjer se mladi lahko razvijajo in dolgoročno ostajajo.

Drugi velik izziv je digitalizacija in modernizacija gradbenih procesov – tehnologije, kot so BIM, pametno projektiranje, droni, 3D-modeliranje in podatkovna analitika, postajajo standard.

Za podjetje, ki želi ostati konkurenčno in učinkovito, je ključno, da se pravočasno prilagaja in vlaga v te spremembe. Pomgrad je na tej poti že naredil pomembne korake, a tehnologija se razvija hitro, zato bo nenehna prilagodljivost ključna. Velik izziv pa je tudi trajnost. Danes ne gradimo več samo “na hitro in čim ceneje” – investitorji in družba zahtevajo rešitve, ki so okoljsko odgovorne, energetske učinkovite in dolgoročno vzdržne. To pomeni izbiro materialov, optimizacijo gradbenih procesov, pa tudi razmislek o vplivu na prostor in lokalno skupnost. Prepričan sem, da ima Pomgrad zaradi svoje regionalne umeščenosti in izkušenj na različnih področjih (od infrastrukture do stanovanjskih projektov) dober temelj, da v prihodnosti prevzame tudi vodilno vlogo pri trajnostnem razvoju. Na koncu pa ne smemo pozabiti na človeški dejavnik – ohranjanje dobrih medosebnih odnosov, timskega duha in pripadnosti podjetju. To je tisto, kar Pomgrad vedno ločuje od ostalih: ni le gradbeno podjetje, ampak skupnost ljudi, ki skupaj ustvarja nekaj trajnega. In če bomo znali ohraniti to srčiko, nas noben izziv ne bo ustavil.

Kakšno sporočilo bi radi poslali mladim, ki vstopajo v gradbeništvo?

Mladim bi najprej rad povedal, da ste se odločili za čudovit poklic – poklic, ki gradi svet dobesedno in v prenesenem pomenu. Gradbeništvo ni samo risanje načrtov ali polaganje asfalta – je ustvarjanje, odgovornost in sodelovanje. Je poklic, kjer za sabo pustiš nekaj oprijemljivega. Ko greš mimo mostu, ceste, stavbe, ki si jo pomagal graditi, veš, da si bil del zgodbe, ki bo služila ljudem desetletja. Rad bi vas spodbudil, da ostanete radovedni, potrpežljivi in vztrajni. Ne bo vedno lahko – projektov ne določajo le številke, ampak tudi ljudje, narava in čas. A prav v teh izzivih je največja rast. In kar se mi zdi najpomembnejše: ne pozabite, zakaj ste izbrali ta poklic. Vrednote, kot so poštenost, spoštovanje, delavnost in odgovornost, so tiste, ki dolgoročno štejejo. Znanje se da nadgraditi, izkušnje pridejo z leti – a značaj in odnos do dela vas bosta res definirala kot inženirje in kot ljudi. Pri Pomgradu vedno pravimo, da gradimo več kot objekte – gradimo odnose, zaupanje in prihodnost. In če boste znali delati s srcem in misliti dolgoročno, boste v tej stroki našli veliko več kot samo zaposlitev – našli boste poslanstvo.



SKRIVNO OROŽJE
UPEŠNIH VODIJ

MOČ TIHEGA VODENJA

ČUSTVENA INTELIGENCA
KOT TEMELJ AVTORITETE



Besedilo:

Polona Pušnik,
vodja kadrovske službe Skupina Panvita

V ČASU HITRIH SPREMENB IN VSE VEČJE KOMPLEKSNOŠTI DELOVNIH ODNOSOV JE RAZVIJANJE ČUSTVENE INTELIGENTNOSTI ENA NAJPOMEMBNEJŠIH NALOŽB SODOBNEGA VODJE.

Kaj loči povprečnega vodjo od resnično uspešnega? Ne gre za višji IQ temveč za sposobnost razumevanja in uravnavanja čustev tako svojih kot čustev drugih.

Vodje z visoko čustveno inteligentnostjo ustvarjajo delovna okolja, kjer zaposleni ne le delujejo, temveč tudi rastejo. Čustvena inteligentnost pri vodenju ni le mehka veščina temveč ključni dejavnik uspešnosti organizacij. Vodje, ki znajo prepoznati in regulirati svoja čustva ter učinkovito komunicirati s svojimi podrejenimi, ustvarjajo bolj motivacijsko in psihološko varno delovno okolje. To spodbuja dolgoročno zavzetost zaposlenih, zmanjšuje fluktuacijo in omogoča trajnostno rast podjetja.

Čustvena inteligenca je izjemno pomembna pri vodenju ljudi, ker omogoča vodjem, da učinkovito upravljajo odnose, razumejo potrebe sodelavcev ter ustvarjajo pozitivno in produktivno delovno okolje. Tu je nekaj ključnih razlogov, zakaj je čustvena inteligenca tako pomembna za vodje:

1. BOLJŠE RAZUMEVANJE SODELAVCEV

Vodja z visoko čustveno inteligenco zna prepoznati čustva drugih, kar mu omogoča:

- da razume, kaj zaposleni resnično potrebujejo,
- zazna motivacijo ali nezadovoljstvo,
- se ustrezno odzove na konflikte ali stresne situacije.

2. UČINKOVITEJŠA KOMUNIKACIJA

Čustvena inteligenca pomaga vodjem, da:

- jasno in empatično komunicirajo,
- se znajo prilagoditi sogovorniku,
- ustvarjajo zaupanje in odprt dialog.

3. UPRAVLJANJE S KONFLIKTOM

Vodje z visoko čustveno inteligenco znajo:

- ohraniti mirno kri v konfliktnih situacijah,
- poslušati obe strani brez obsojanja,
- poiskati rešitve, ki so sprejemljive za vse vpletene.

4. BOLJŠE ODLOČANJE

Ko zna vodja uravnovežiti čustva z razumom:

- sprejema premišljene in etične odločitve,
- se izogne impulzivnemu vedenju,
- razume dolgoročne posledice svojih dejanj.

5. POVEČANJE MOTIVACIJE IN ZAVZETOSTI EKIPE

Empatičen vodja:

- spodbuja občutek pripadnosti,
- zna pohvaliti in dati konstruktivno povratno informacijo,
- gradi kulturo zaupanja in spoštovanja.

6. VODENJE Z ZGLEDOM

Vodja z razvito čustveno inteligenco:

- je samoreflektiven in se uči iz napak,
- zna upravljati s svojimi čustvi,
- s svojim vedenjem postavlja standarde za ekipo.

Čustvena inteligenca je temelj učinkovitega vodenja. Vodja, ki zna razumeti sebe in druge, lahko gradi močne, povezane in uspešne time. V današnjem dinamičnem delovnem okolju, kjer so medosebni odnosi in psihološka varnost ključni, postaja čustvena inteligenca celo pomembnejša od tehničnih veščin.

VEMO, DA NIČ NE VEMO

Besedilo: Matej Fišer



KONČNO SE POLETJE, KI GA PREŽIVLJAMO NA »NAŠEM« JADRANU
PRIBLIŽUJE KONCU, ALI SE JE PAČ DEJANSKO ŽE KONČALO.
KO PIŠEMO »NAŠEM«, RESNIČNO MISLIMO NAŠEM, KER JE PAČ DOM
TAM, KJER SI ODRAŠČAL.

Tako kot je to bilo smučišče Weinebene ali Pohorje zimsko, je bil »naš« Jadran poletno zatočišče. Sindikati, kot se je to imenovalo, so imeli svoje postojanke bodisi v Rovinju ali avtokampu Straško v Novalji na Pagu že leta prej, preden so se zgodile Zrče ali prestižni hoteli, ki si jih danes ne morejo privoščiti niti domačini. V novih časih se dogaja segmentacija, kjer obstaja prostor za različne skupine, ki naj ne bi pasale skupaj, vseeno pa v enaki želji, da iz posameznega segmenta potegneš največ denarja, kot ga ima posameznik v denarnici. Če pogledamo nekoliko nazaj, tudi ti sindikalni koncepti niso bili pretirano altruistični, saj si imel na istem mestu, šotor ob šotoru, v hišici ob hišici v istem času tako direktorja posamezne firme kot delavca, ki sta za isto ceno preživljala svojih sedem ali deset dni dopusta. Tudi takrat je deloval trg in kmet, ki se je pripeljal na motokultivatorju Goldoni in razprostrl svojo prodajno mizo pod drevesom in prodajal paradajz po isti ceni konec julija kot v začetku avgusta. Zelo je razumel, kaj pomeni ponudba in povpraševanje in kdaj pridejo Italijani. In tako se je v senci ob ropotu škržatov bral Alan Ford, Zagor in Veliki Blek vse do tedaj, ko ni napočil čas za odhod v vodo. Takrat se je začela drama. V morju so ježi, kar bi po današnjih vatlih pomenilo zgolj, da je morje čisto in je privilegij biti na obali, kjer jih lahko srečaš. Travma takratnega časa pa je bilo obuvanje sandalov. Tistih Jugoplastikinih, takrat nam grdih, ki so žulili, obenem pa so dajali občutek, kot da hodiš po blatu, ker se voda iz njih ni prav dobro izlivala. No, tudi to smo preživeli in obuti v tiste grde Jugoplastikine sandale, ki so po nekaj dneh zaradi morske vode že imeli zarjavelo sponko, smo pač nosili, ker je za najstnike predvsem pa za najstnice tistega časa bil popolni poraz lastnega upornišтва in dobesedno odvzem identitete s strani staršev. Nekateri pravijo, jokali smo, ko so nam jih obuvali. No in tako posameznik misli, da je zgradil neko lastno držo in da so neki časi šli mimo in smo jih absolvirali in se ne bodo ponovili. Pa se zgodi kakšni dve leti nazaj, da Gucci prinese na trg prav tiste iste sandale, zaradi katerih so nekateri jokali, ko so jim jih obuvali kot novi hit mode. Poglejte Gucci GG Fisherman Sandals Pink Clear, čisto iste, kot so bile Jugoplastikine, ki so preračunano v današnji denar stale 6 €, jih Gucci ceni na 500 € in postanejo hit. Naj stane, kolikor hoče, vendar nam, ki še vedno, pre-

den vstopimo v morje, pogledamo, ali so v njem ježi, priključimo spomin, na solze in poraz identitete. Meni osebno pač ne sede moda v stilu »sandale na bele čarape«, ampak se prav zaradi tega velikokrat znajdem začuden ali prestrašen, ko vidim tovrstni stil v urbanem okolju. Ko je pred kratim v Murski Soboti podjetje, ki ima blagovno znamko LELO-SI, v prostori nekdanjega tekstilnega giganta Mura odprlo svojo proizvodnjo, sem bil prav tako začuden. Ob najavi, da bodo tam šivali legice, ali po moje dolge gate, sem bil dokaj skeptičen, ker se pač v tem kosu obleke nekako ne vidim. Ker me pač stvari zanimajo, sem želel imaginirati, komu za vruga bodo te stvari prodajali. Pred kratkim smo se nekaj špincirali po Chicagu in spet presenečenje. Vsaka druga, pa ne govorim o beguncih, ki so pobegnili iz Sirije ali kot nekoč pri nas pred vojno iz Bosne, vsaka druga hodi po mestu v teh gatah legicah. Gre za enega najprestižnejših kosov oblačila, ki jih oblačijo tako tiste, ki gredo teč kot tudi tiste, ki gredo v službo, po dnevnih opravkih ali zvečer v klub. Modni mački bi rekli konec sveta ali trend, ki ga nekako moraš sprejeti. Prav te iste legice ali pajkice, kot se imenujejo pri nas lahko oblečete tako na superge, sandale, balerinke ali visoke pete. In še tip za domača dekleta, to kar dobite pri Lelosi za 38 €, vas bo v Chicagu stalo 120 €. Kot je videti iz te perspektive, je pač edini resni modni kos ostala ženska torbica. Na pajkice seveda. Tukaj je videti, da vrag še ni imel prstov vmes. Torbice na legice niso nikoli vredne manj kot 400 €, po hitri vizualni analizi pa se gibljejo nekje okoli dva jurja. Ampak vrag ima tudi tukaj nekaj mladih. Ugly fashion segment je tudi tukaj dodal detajl. Na te torbice so obešene plišaste pošasti Labubu, zadnji hit TikToka, ki je pač enemu Kitajcu prinesel toliko cekinov, da je njegovo podjetje vredno 50 milijard EUR. Nosijo jih tako mame kot hčerke. Legice, torbice in Labubu pošasti. Tega ne pišem v želji, da bi ugotovil, kjer smo zglajzali, ampak zgolj z vprašanjem ali željo ugotoviti, kdo so ljudje, ki jim prodajamo hrenovke in čevapčiče. Nekateri sicer pravijo, da se je vse začelo takrat, ko je človek začel piti mleko od drugih živali, drugi pa, da je celotna stvar samo vprašanje algoritma. Vsekakor lahko ugotovimo, da v današnjem svetu, ki več ni linearen, ampak popolnoma razpršen, vemo zgolj to, da nič ne vemo.



Besedilo: Klavdija Perger, Akademija Pomgrad

POLETNI DNEVI SO MINILI V SMEHU, IGRI IN NOVIH DOŽIVETJIH, SAJ SMO IZVEDLI ŽE 8. POMGRADOV POLETNI TABOR, KI JE LETOS POTEKAL OD 18. DO 22. AVGUSTA 2025. NAŠA AVANTURA JE BILA POLNA DOGODIVŠČIN, USTVARJALNOSTI, ŠPORTNIH IZZIVOV IN NOVIH PRIJATELJSTEV – PRAVA EKSPLOZIJA POLETNE ENERGIJE, KI JE NAPOLNILA SRCA NAŠIH OTROK.



Tabor smo pričeli z dobrodošlico na dvorišču Pomgrada, kjer smo z dvigom zastave in himno simbolično odprli teden poln smeha.

Prvi dan smo se podali na spoznavanje podjetja Pomgrad, obiskali betonarno, separacijo in asfaltno bazo, nato pa so nas pričakala napihljiva igrala in ustvarjalna delavnica, kjer so otroci izdelovali hišice. Za piko na i, so otroke na dvorišču Pomgrada čakala prava velikanska napihljiva igrala.



100 % SMEHA, NOVIH
PRIJATELJEV IN
PUSTOLOVŠČIN



Drugi dan smo se odpravili v pravljčni svet Vulkanije v Gradu, kjer smo se sprehajali po interaktivnih eksponatih in se z vlakcem popeljali po vulkanskem svetu. Tudi tu so otroci pokazali svojo ustvarjalnost, saj smo po vrnitvi v Pomgrad dopolnjevali izdelke, ki so nastali ob prvem dnevu.



Drugi in
tretji dan



Sreda je bila namenjena raziskovanju narave in živali. V živalskem vrtu SIKALU v Boračevi smo spoznavali različne vrste živali in se učili o njihovih navadah in življenjskem okolju. Ob vračanju v Pomgrad je sledilo kosilo in dokončevanje ustvarjalnih projektov, s čimer smo združili znanje, zabavo in domišljijo.



Četrtek je bil dan poln adrenalina in sme-
ha v Maxilandu. Otroci so se prosto igrali
na igralih, se pomerili v bowlingu in si
ogledali kino predstavo. S skupnimi močmi
smo ustvarili pravo taborno vzdušje, pol-
no smeha in navdušenja. Posebno veselje
je bilo videti, kako otroci sodelujejo in se
spodbujajo med seboj, ob tem pa razvijajo
nova prijateljstva.



Vsak dan tabora je bil skrbno načrtovan, kar gre zahvala skrbnim animatorjem in Akademiji Pomgrad: od zgodnjega jutranjega zbora, razgibavanja, zajtrkov, ustvarjalnih delavnic, izletov, športnih in družabnih aktivnosti, pa vse do kosil in dnevnega zaključka z dvigom zastave. Na jedilniku so otroci uživali v uravnoteženih in okusnih obrokih, ki so jim dali energijo za vse aktivnosti dneva. Skozi igro, smeh in skupne aktivnosti so otroci razvijali socialne veščine, ustvarjalnost in občutek pripadnosti skupini. Prav posebna vrednost taborov Pomgrad je, da se otroci ne učijo le skozi igro, ampak tudi spoznavajo okolje, podjetje in svet okoli sebe na interaktiven in zabaven način.

Na koncu se želimo zahvaliti vsem udeležencem, staršem in seveda našim srčnim animatorjem – prav vsi ste prispevali k nepozabnemu poletju, polnemu smeha, novih prijateljev in pustolovščin.

Hvala za energijo, iskrice in nepozabne trenutke – se vidimo prihodnje leto!

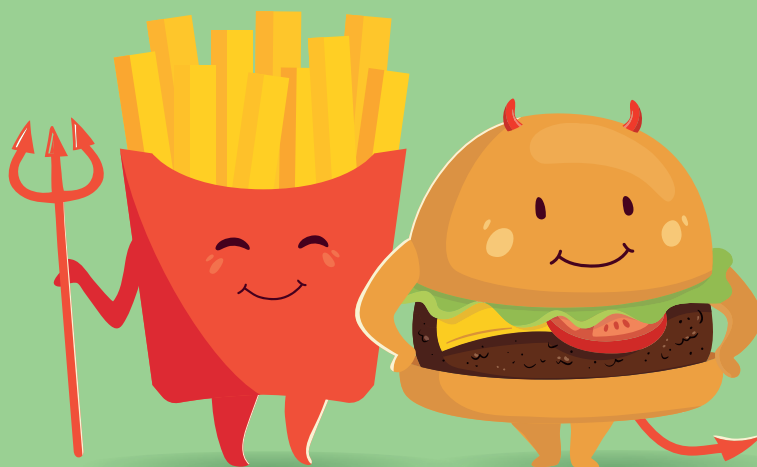


Petek, zadnji dan tabora, smo posvetili igram brez meja in pikniku. Otroci so uživali v športnih igrah, tekmovanjih in ekipnih izzivih, ki so združevali energijo, domišljijo in ekipni duh.

Zaključek z druženjem s starši je bil poln srčnih trenutkov, saj so otroci presenetili starše s kratkimi nastopi in prikazom ustvarjenih izdelkov – trenutki, ki jih bomo še dolgo pomnili.



ULTRA PREDELANA ŽIVILA: UDOBJE S SKRITO CENO



Besedilo: Marina Zakič, dipl. dietetik

ČE STE KDAJ ODPRLI SVOJO KUHINJSKO OMARO IN IZ NJE POTEGNILI
BLEŠČEČE ZAPAKIRAN PRIGRIZEK S SEZNAMOM SESTAVIN, DALJŠIM OD
VAŠEGA RAČUNA ZA SEPTEMBRSKE ŠOLSKE POTREBŠČINE, STE VERJETNO
NALETALI NA ULTRA PREDELANO ŽVILO.

Znanstveni izraz izhaja iz klasifikacije NOVA, sistema, ki živila deli v kategorije glede na obseg industrijske predelave. Ultra predelana živila (UPF) so tista, ki daleč presegajo tradicionalno kuhanje ali konzerviranje. Pogosto vključujejo sestavine, ki jih običajno ne najdemo v domači kuhinji – emulgatorje, stabilizatorje, umetna sladila, sintetična barvila in ojačevalce okusa. Pomislite na piškote, čokolade, torte, gazirane pijače, instant rezance, zamrznjene pice, čips, sladke namaze in številne kosmiče za zajtrk: vse to so učbeniški primeri ultra predelanih živil. Ti izdelki so zasnovani ne le z namenom da nas nahranijo, temveč tudi zato, da zapeljejo naše brbončice, preglasijo naše signale sitosti in nas spodbudijo, da se vedno znova vračamo k še več.

Jem in industrijskimi maščobami, hkrati pa imajo malo vlaknin, mikrohranil in bioaktivnih spojin, ki jih najdemo v polnovrednih živilih. Drugič, zasnovani so tako, da so hiper okusni, saj združujejo sol, sladkor in maščobo na načine, ki spodbujajo sistem nagrajevanja naših možganov, podobno kot zasvojljive snovi. Raziskave so pokazale, da posamezniki, katerih prehrana vsebuje veliko UPF, spontano zaužijejo približno 500 kalorij več na dan kot tisti, ki uživajo minimalno predelano hrano, kar lahko sčasoma zlahka povzroči znatno povečanje telesne teže. Nenazadnje lahko vlogo igrata tudi sami aditivi. Čeprav večina velja za varne v majhnih odmerkih, so njihovi kumulativni in sinergistični učinki – zlasti na črevesni mikrobiom in imunski sistem – še vedno predmet raziskav.

Ultra predelana živila (UPF) so tista, ki daleč presegajo tradicionalno kuhanje ali konzerviranje. Pogosto vključujejo sestavine, ki jih običajno ne najdemo v domači kuhinji – emulgatorje, stabilizatorje, umetna sladila, sintetična barvila in ojačevalce okusa.

Iz vidika klinične prehrane predstavlja vse večja prevlada ultra predelanih živil v naši prehrani enega najpomembnejših javnozdravstvenih izzivov 21. stoletja. Dokazi niso več anekdotični. Več sistematičnih pregledov in metaanaliz je pokazalo močno povezavo med večjim uživanjem ultra predelanih živil (UPF) in povečanim tveganjem za razvoj debelosti, srčno-žilne bolezni, sladkorno bolezen tipa 2, nekatere vrste raka, depresijo in prezgodnjo umrljivost. Krovni pregled literature iz leta 2024, objavljen v reviji The BMJ, je povzel kar 32 različnih neželenih zdravstvenih izidov, povezanih z UPF, od kardiometabolnih motenj do težav z duševnim zdravjem. Preprosto povedano: bolj kot se zanašamo na te izdelke, višjo ceno na koncu plača naše telo.

Zakaj so UPF tako problematični? Odgovor je večplasten. Prvič, njihov prehranski profil je običajno neuravnotežen. Pogosto so bogati z dodanimi sladkorji, rafiniranimi ogljikovimi hidrati, natri-

Težava pa ni le v tem, kaj UPF vsebujejo, temveč v tem, kaj nadomeščajo. Ko v prehrani prevladujejo pakirani sladki in slani prigrizki, sladke pijače, instant zamrznjeni obroki in hitra hrana, ti izpodrivajo sadje, zelenjavo, ribe in druga pusta beljakovinska živila, stročnice, oreščke in minimalno predelana žita. To so prav tista živila, za katera je prehranska znanost skozi desetletja dokazala, da ščitijo pred nastankom različnih bolezni. Učinek zamenjave je ključnega pomena: zdravstvena tveganja UPF niso le v njihovem presežku, temveč tudi v odsotnosti zaščitnih hranil, ki nikoli ne pridejo na krožnik.

To nas pripelje do praktičnega vprašanja: kaj naj storimo? Kakor na drugih življenjskih področjih, tudi tukaj popolnost ni cilj. Svojim klientom ne svetujem, naj iz svojih kuhinj zradirajo vse prigrizke in pozabijo na sladoled. Namesto tega jih spodbujam, naj razmislijo o sorazmerju in nadomeščanju. Začeti je potrebno z majhnimi,

dosegljivimi spremembami. Če je vaš zajtrk običajno sestavljen iz sladkih kosmičev ali kruha z namazom, ga poskusite nadomestiti z drugimi vrstami polnovrednih kosmičev z minimalno dodanega sladkorja, dodatkom sadjem in beljakovinsko bogatim jogurtom. Kruhu s sladkim namazom dodajte žlico manj mastno skute in nekaj oreščkov. Če pogosto pijete sladke pijače, jih v za-

stročnicami, ribami, pustim mesom in mlečnimi, oreščki, olivnim oljem ostaja eden najbolj trdno podprtih modelov za zdravje in dolgoživost ter vsebuje veliko užitka poleg preudarnosti. Če našo prehrano v 80 % sestavljajo zgoraj navedena živila, lahko preostali % pokrijejo tudi UPF – »živila za dušo«. A če številke obrnemo v prid UPF, so tveganja resna. Naraščajoča svetovna



četku zamenjajte za verzije brez dodanega sladkorja, kasneje pa postopoma preidite na navadno ali gazirano vodo, morda z dodatkom sadja za večjo všečnost. Kuhanje doma – tudi le nekajkrat na teden ali v prostem času priprava obrokov za vnaprej – lahko drastično zmanjša odvisnost od UPF-jev, preprosto zato, ker pridobite nadzor nad tem, kaj gre v vašo hrano.

Pomembno je tudi poudariti, da niso vse zamenjave nujno komplicirane ali veličastne. Čokoladice zamenjane s pestjo oreščkov in sadjem; že pripravljeni solatni preliv, nadomeščeni z olivnim oljem, česnom in zelišči ter vsakodnevni sladoled zamenjan z grškim jogurtom, sadjem in žličko medu – to so realistični in trajnostni premiki. Sčasoma se nakopičijo v merljive izboljšave kakovosti prehrane in kot kažejo študije, dolgoročne zdravstvene rezultate.

Seveda življenje ni prehranska študija. Rojstnodnevne torte, filmske kokice, občasne nočne pice in prigrizki na izletu so del življenja. In to je povsem v redu. Kot dietetičarka nočem, da bi moji klienti živeli v strahu pred hrano ali da bi se občasno počutili krive zaradi kakšnega slastnega prigrizka/obroka. Pomemben je širši prehranjevalni vzorec, ne pa posamezna poslastica. Mediteranska prehrana – bogata z zelenjavo, sadjem,

poraba ultra predelanih živil je vzporedna s porastom debelosti in kroničnih bolezni tako v razvitih, kot v državah v razvoju. V mnogih državah več kot polovica dnevnega energijskega vnosa (kalorij) izvira iz teh izdelkov. To ni le individualna skrb, temveč skrb javnega zdravja, ki vpliva na stroške zdravstvenega varstva, produktivnost in kakovost življenja.

Skratka, ultra predelana živila poosebljajo paradoks sodobne prehrane: ponujajo neprimerljivo udobje in okusnost, a hkrati skriti davek na naše zdravje. Rešitev ni strah, temveč ozaveščenost in ravnovesje. S postopnim preusmerjanjem naše prehrane k minimalno predelani, polnovredni hrani, a hkrati z občasno prilagodljivostjo, lahko uživamo v najboljšem iz obeh svetov. Kot pogosto povem svojim klientom: hrana je več kot le gorivo in hranila. Je kultura, užitek in povezanost.

Zato se naslednjič, ko boste nakupovali, kuhali ali odvijali prigrizek za trenutek ustavite. Vprašajte se: ali me ta hrana hrani ali zgolj zabava moje brbončice? Če lahko tehtnico večino časa prevesite v prvo smer, delate pomemben korak k boljšemu zdravju. A če se občasno prepustite vrečki čipsa ali kosu torte, to storite z veseljem, ne z občutkom krivde. Kajti na koncu je najbolj zdrava prehrana tista, ki vzdržuje tako telo kot dušo.

FRIŠNO
PANVITA

Vse druge
solate
so zelene
od zavisti.

SORČI.

Panvita
SVEŽE IZ PREKMURSKIH VRTOV
www.frisnosveze.si

Panvita Vrtnine d.o.o., Lenčavska 5, Murska sobota

15 MOJIH NAJLJUBŠIH

JELKA KUZMA

Panvita Agromerkur d.o.o.



1. **NAJLJUBŠI ČAS** – pomlad.
2. **NAJLJUBŠA PIJAČA** – kava in limonada.
3. **NAJLJUBŠA HRANA** – piščanec na vse načine.
4. **NAJLJUBŠA KNJIGA** – Vinko Möderndorfer: Navodila za srečo.
5. **NAJLJUBŠI FILM** – vse romantične komedije.
6. **NAJLJUBŠI GLASBENIK** – /.
7. **NAJLJUBŠI MEDIJ (TV, RADIO, SPLETNA STRAN ...)** – Radio Center.
8. **NAJLJUBŠI DOPUST** – poletja na morju.
9. **NAJLJUBŠI HOBI** – sprehod v naravi.
10. **NAJLJUBŠI ŠPORTNIK/ŠPORTNICA** – Luka Dončić.
11. **NAJLJUBŠI VZORNIK** – moja starša.
12. **NAJLJUBŠA ZGODOVINSKA OSEBNOST** – Leonardo da Vinci.
13. **NAJLJUBŠI SPOMIN** – čas preživet z mojimi najdražjimi.
14. **NAJLJUBŠI PREGOVOR/CITAT** – Vse se zmore, če se hoče.
15. **NAJLJUBŠA ŽELJA** – zdravje.

SONČNO, ŠPORTNO, NASMEJANO

POLETJE POMGRADOVIH OTROK – POLNO DOŽIVETIJ IN VARNOSTI

Besedilo: Klavdija Perger, Akademija Pomgrad

POLETJE JE ČAS RAZIGRANOSTI, BREZSKRBNOSTI IN SREČNIH OTROŠKIH NASMEHOV – IN V SKUPINI POMGRAD VERJAMEMO, DA SI NAŠI NAJMLAJŠI TE TRENUTKE VEČ KOT ZASLUŽIJO. TUDI LETOS SMO Z VELIKIM VESELJEM IN PONOSOM ORGANIZIRALI POČITNIŠKE TABORE ZA OTROKE NAŠIH ZAPOSLENIH, KI SO TRAJALI VSE POLETNE POČITNICE.

Sodelovali smo s strokovnjaki in lokalnimi klubi – **Plavalnim klubom Radenci, Teniškim klubom Murska Sobota in Jahalno šolo Rakičan** – da bi zagotovili, da so otroci varno in aktivno preživljali svoj čas.

Naši mali raziskovalci so poletne dni preživljali polni energije, ustvarjalnosti in novih izkušenj. Vsak teden je prinašal nova doživetja: od prvih plavalnih izzivov in teniških udarcev do trenutkov, ko se svet s konjskega sedla zdi še bolj čaroben.

Otroci so odkrivali svoje talente, se učili sodelovanja, sklepali nova prijateljstva in krepili samozavest, vse to pa v vzdušju polnem smeha in veselja.

Medtem ko starši mirno gradijo projekte in skrbijo za vsakodnevne obveznosti, otroci gradijo spomine – spomine, ki bodo ostali z njimi za vse življenje. Vsak dan se je začel z nasmehom in končal z novo zgodbo, polno navdiha, smeha in majhnih zmag.

Takšne zgodbe niso le otroške radosti – so dragoceni trenutki, ki ogrevajo srca tako otrok kot staršev.

Pomgradove poletne tabore odpirajo vrata varnega, razigranega in ustvarjalnega poletja, kjer vsak otrok lahko preizkusi svoje sposobnosti, raziskuje svet in predvsem uživa v brezskrbnem času, polnem smeha in prijateljstva.

Srečno, naši mali junaki! Naj bo vaše šolsko leto polno veselja, topline, novih izkušenj in predvsem varnih korakov naprej.





15 MOJIH NAJLJUBŠIH

TADEJ VUČKO

direktor POMGRAD CPMS



1. **NAJLJUBŠI LETNI ČAS** – pomlad.
2. **NAJLJUBŠA PIJAČA** – Cedevida.
3. **NAJLJUBŠA HRANA** – ocvrt krompir.
4. **NAJLJUBŠA KNJIGA** – Alamut.
5. **NAJLJUBŠI FILM, SERIJA** – Prijatelji.
6. **NAJLJUBŠI GLASBENIK** – Avicii.
7. **NAJLJUBŠA ODDAJA NA TV, RADIU ALI SPLETNA STRAN** – How they do it, Discovery Channel.
8. **NAJLJUBŠI DOPUST PO MOJE BI BIL** – doma.
9. **NAJLJUBŠE PREŽIVLJANJE PROSTEGA ČASA (HOBI)** – vožnja z motorjem.
10. **NAJLJUBŠI ŠPORTNIK ALI ŠPORTNICA:** 🤖 kdor me pozna, ve. 😂
11. **NAJLJUBŠI VZORNIK ZA ŽIVLJENJE** – oče.
12. **NAJLJUBŠA ZGODOVINSKA OSEBNOST** – Julij Cezar.
13. **NAJLJUBŠI SPOMIN** – težko se odločim za enega.
14. **NAJLJUBŠI PREGOVOR/ CITAT** – rana ura, zlata ura.
15. **NAJBOLJ SI ŽELIM**, da bi vikend imel več dni.

KO RAZLIČNOST ZDRUŽUJE – VLOGA PRISELJENCEV V NAŠI SKUPNOSTI

STRPNOST, TEMELJ
SOBIVANJA S
PRISELJENCI

Besedilo: Klavdija Perger, Akademija Pomgrad



NAŠA DRŽAVA JE V ZADNJIH DESETLETJIH POSTALA DOM ŠTEVILNIM LJUDEM, KI SO SE SEM PRESELILI V ISKANJU BOLJŠEGA ŽIVLJENJA. POGOSTO SLIŠANI IZRAZ »PRITI S TREBUHOM ZA KRUHOM« RAZKRIVA MARIKAJ, PREDVSEM PA JASNO SPOROČA, DA SE LJUDJE, KI PRIDEJO OD DRUGOD, ODLOČIJO ZA TEŽKO POT ZARADI ŽELJE PO DOSTOJNEM ŽIVLJENJU ZASE IN ZA SVOJE DRUŽINE. OB PRIHODU V NOVO OKOLJE SE ZNAJDEJO PRED ŠTEVILNIMI IZZIVI – SOOČAJO SE Z DRUGAČNIM JEZIKOM, KULTURO IN OBIČAJI TER MORAJO STKATI NOVE VEZI V POVSEM NEZNANEM OKOLJU.

Sodobne družbe postajajo vedno bolj raznolike. Vse večja mobilnost ljudi prinaša nove kulturne vplive, ideje in priložnosti, hkrati pa odpira tudi vprašanja sobivanja in strpnosti. Prav strpnost je tista vrednota, ki omogoča, da se razlike ne spreminjajo v razkole, temveč postajajo vir bogastva in medsebojnega učenja.

Priseljenci s seboj prinašajo svoje znanje, izkušnje in poglede na svet. Zaposlujejo se v različnih panogah, pogosto prevzemajo dela, za katera domača delovna sila ni več tako zelo zainteresirana. Tako pomembno prispevajo k delovanju gospodarstva in razvoju skupnosti. Njihova vloga ni zanemarljiva – pravzaprav so eden od dejavnikov, ki sooblikujejo prihodnost našega okolja.

Na drugi strani pa morajo tudi priseljenci razumeti, da je spoštovanje zakonov, kulture in načina življenja v novi domovini nujen pogoj za dobro sobivanje. Le tako lahko ustvarjamo skupnost, ki temelji na vzajemnem spoštovanju in zaupanju.

Največja moč skupnosti se kaže v tem, kako sprejema drugačnost. Če znamo različnosti razumeti kot priložnost in ne kot grožnjo, bomo ustvarili okolje, v katerem se vsakdo lahko počuti sprejetega in spoštovanega. S tem gradimo temelje za bolj povezano, solidarno in odprto družbo.

Sobivanje s priseljenici torej ni le izziv, temveč tudi priložnost. Od nas je odvisno, ali bomo to priložnost znali izkoristiti in iz različnosti ustvariti skupno moč.

Strpnost je temelj sobivanja – kako sprejemamo tujce med nami.

PRVI ŠOLSKI DAN – MALI KORAKI, VELIKE SANJE

Besedilo: Klavdija Perger, Akademija Pomgrad

ZA MNOGE DRUŽINE JE LETOŠNJI SEPTEMBER ŠE POSEBEJ POSEBEN IN POLN MEŠANIH OBČUTIJ – OTROCI SE PODAJO V PRVI RAZRED OSNOVNE ŠOLE. OB TEM VELIKEM KORAKU V ŽIVLJENJU NAŠIH NAJMLAJŠIH SMO V SKUPINI POMGRAD ŽELELI, DA SE TA POMEMBEN TRENUTEK SPOMNI ŠE LEPŠE IN VARNEJE.



Za vsakega našega prvošolčka smo pripravili majhno, a zelo uporabno pozornost – odsevni jopič, ki bo poskrbel, da bo njihova pot v šolo varna, ne glede na vreme ali svetlobne pogoje. Jopič ni le simbol varnosti, ampak tudi majhen znak pozornosti in podpore, ki ga lahko otroci nosijo vsak dan.

Naši mali junaki se v šolo odpravljajo z radovednostjo, pričakovanjem in iskrivimi očmi, polnimi navdušenja nad novimi spoznanji. V Skupini Pomgrad jim želimo, da bi vsak šolski dan prinesel nasmeh, pogum in drobne zmage, ki bodo rasle z njimi.

Naj se jim na široko odpro vrata v svet znanja, novih prijateljstev in raziskovanj, kjer bodo odkrivali svoje talente, se učili sodelovanja in uživali v radosti vsakodnevnih odkritij. Ob tem pa naj bo vsak korak poln toplote, zabave in varnosti – da bodo njihovi prvi šolski dnevi resnično posebni in nepozabni.

Srečno, naši mali junaki! Naj bo vaše šolsko leto polno veselja, toplote, novih izkušenj in predvsem varnih korakov naprej.



15 MOJIH NAJLJUBŠIH

**JAN VALENTIN
ŽAJDELA**

gradbiščni inženir



1. **NAJLJUBŠI LETNI ČAS** – pomlad.
2. **NAJLJUBŠA PIJAČA** – voda z okusom breskve.
3. **NAJLJUBŠA HRANA** – lignji.
4. **NAJLJUBŠA KNJIGA** – Alamut.
5. **NAJLJUBŠI FILM, SERIJA** – Dune.
6. **NAJLJUBŠI GLASBENIK** – System of a down.
7. **NAJLJUBŠA ODDAJA NA TV, RADIU ALI SPLETNA STRAN** – katerikoli dokumentarec.
8. **NAJLJUBŠI DOPUST PO MOJE BI BIL** – hribi z veliko pohodov.
9. **NAJLJUBŠE PREŽIVLJANJE PROSTEGA ČASA (HOBI)** – šport in kolesarjenje.
10. **NAJLJUBŠI ŠPORTNIK ALI ŠPORTNICA** – Blaž Janc.
11. **NAJLJUBŠI VZORNIK ZA ŽIVLJENJE** – Keanu Reeves.
12. **NAJLJUBŠA ZGODOVINSKA OSEBNOST** – nimam.
13. **NAJLJUBŠI SPOMIN** – hiša s parcelo dedka in babice.
14. **NAJLJUBŠI PREGOVOR/ CITAT** – Take 1 day at a time.
15. **NAJBOLJ SI ŽELIM** – uresničiti svoje življenjske cilje.

DOBRO JE VEDETI

ZAKAJ JE KOLESARJENJE ZDRAVO

Besedilo: Nataša Žnidarič, Panvita Agromerkur



1.

BOLJŠI SPANEC – VEČ ENERGIJE

Poleg dejstva, da se na kolesu kmalu počutimo bolj samozave-
stne, vitke in čvrste, nam že količina zraka, ki smo mu izpostav-
ljeni vsakodnevno, pomaga k vedrosti in dobremu razpoloženju.
Kolesarjenje je namreč odlična oblika uživanja sončne energije.
Dovolj sonca preko dneva pa pomeni tudi boljši spanec ponoči.

2.

POMLAJENI IN BOLJ ZDRAVI

Kolo nam omogoča gibanje, ki ne obremenjuje sklepov, širi
pljuča in krepi srčno-žilni sistem v našem telesu. Aerobna vadba
kolesarjenja, ki pospešuje dihanje in srčni utrip, pomaga tudi
spodbujati in krčiti črevesne mišice, torej olajšuje in ureja pre-
bavo, pomaga k manjšemu občutku napihnjenosti in celo poma-
ga pri zaščiti pred rakom na črevesju.

3.

CENEJŠE ŽIVLJENJE

Zanimivo je opraviti bilanco, koliko nas stane avto ali druga obli-
ka prevoza. Seveda so ti stroški odvisni od cenovnih razredov, ki
smo jih vajeni. Zagotovo pa se vsi strinjamo, da je s kolesom mo-
goče precej privarčevati. Nakup, vzdrževanje, servisi, obvezna in
kasko zavarovanja, cestnine, parkirnine, zimske in letne gume, ...
Tudi javni prevozi niso poceni. Torej lahko vsak med nami krep-
ko prihrani, če se odloči, da se bo na delo podal s kolesom.

4.

VITKEJŠI IN LEPŠI

Prav pri zmanjševanju odvečne teže je kolesarjenje eno najbolj
priporočljivih oblik gibanja.

Trening kolesarjenja lahko opravljamo mimogrede, ko potujemo
iz ene točke na drugo – ni nam potrebno porabljati dragocenega
časa za fitnes ali za tek. Redno kolesarjenje prinaša kondicijo, ki
nas na biološki lestvici potisne med desetletje mlajše. Da o lepo
oblikovani zadnjici in nogah ter o žareči koži, ki je preskrbljena s
kisikom, ne govorimo.

5.

SKRB ZA PLANET

Približno pet odstotkov energije in materiala, ki ga porabijo
za izdelavo avtomobila, predstavlja porabo za proizvodnjo
kolesa. Onesnaževanje okolja ob uporabi pa je seveda pri kolesu
nično. Sicer pa so kolesa učinkoviti stroji – z isto količino vlože-
ne energije potujemo trikrat hitreje.

Če upoštevamo dejstvo, da je promet že prehitel industrijo med
glavnimi krivci onesnaževanja, bomo z uporabo kolesa prispeva-
li veliko dobrega tudi za naše zanamce.

KORAK K BOLJ TRAJNOSTNI PRIHODNOSTI!

ZAKAJ KOLESARITI V SLUŽBO?



1

ZDRAVJE JE NA PRVEM MESTU

Redna telesna aktivnost, kot je kolesarjenje, izboljšuje telesno kondicijo, zmanjšuje stres in krepi imunski sistem. Če 30 minut na dan na kolesu lahko dolgoročno močno izboljša vaše počutje.

2

MANJ EMISIJ, VEČ SVEŽEGA ZRAKA

Z vsakim kilometrom, ki ga prevozite s kolesom namesto z avtom, prispevate k zmanjšanju izpustov CO₂. Manj avtomobilov pomeni manj hrupa in čistejši zrak za vse nas.

3

PRIHRANEK ČASA IN DENARJA

Izognite se prometnim zastojem, iskanju parkirišč in stroškom goriva. Kolesarjenje je pogosto hitrejšo, zlasti v urbanih središčih, in ne zahteva dodatnih stroškov.

4

DOBER ZGLED IN SKUPNOST

Z izbiro trajnostnega prevoza postanete navdih sodelavcem, prijateljem in družini. Skupaj lahko oblikujemo kolesarsko skupnost in si izmenjujemo poti, nasvete in motivacijo.

TRAJNOSTNI RAZVOJ NI LE GLOBALNA ODGOVORNOST – JE TUDI PRILOŽNOST, DA VSAK OD NAS PRISPEVA K BOLJ ZDRAVEMU, ČISTEJŠEMU IN PRIJAZNEJŠEMU OKOLJU. EDEN OD PREPROSTIH, A ZELO UČINKOVITIH NAČINOV JE »VOŽNJA S KOLESOM V SLUŽBO«

KAJ MI KOT PODJETJE SPODBUJAMO?

V okviru našega trajnostnega načrta bomo prihodnje leto dodatno spodbujali prihod na delo s kolesom. V ta namen:

**UVAJAMO »IZZIVE ZA KOLESARJE« –
S SIMBOLIČNIMI NAGRADAMI ZA
NAJBOLJ VZTRAJNE!**

Kako začeti?

Če še niste preizkusili poti v službo s kolesom, poskusite najprej enkrat tedensko. Poiščite najvarnejšo pot, pripravite kolo in si zjutraj vzemite nekaj minut več. Sčasoma boste ugotovili, da je to lahko eden izmed najboljših delov vašega dne.

Povežimo se!

V okviru Promocije zdravja na delovnem mestu s(m)o v družbi Panvita Agromerur v program za leto 2025 za obdobje april–oktober kot aktivnost med drugim vključili tudi Vzpodbujanje zaposlenih glede pogostejše uporabe koles. Ugotavljamo, da na delo s kolesi redno prihaja 10–12 zaposlenih, kljub zelo zgodnjemu pričetku dela in ne glede na vremenske razmere. Poleg teh nekaj zaposlenih prihaja na delo s kolesi občasno.

**GORA ACOTANGO
V ŠTEVILKAH**

SANJE, KI SO SEGLE DO 6.052 METROV

Besedilo: Klavdija Perger, Akademija Pomgrad



KO V SLUŽBENEM OKOLJU
SLIŠIMO ZA IZJEMNE USPEHE
SODELAVCEV, SO TI OBIČAJNO
POVEZANI Z USPEŠNO
ZAKLJUČENIM PROJEKTOM
ALI NOVO POSLOVNO ZMAGO.
TOKRAT PA NAS JE NAVDUŠILA
ZGODBA POVSEM DRUGE VRSTE –
ZGODBA O NEOMAJNI VOLJI,
DOLGOLETNIH SANJAH IN
VELIKI OSEBNI ZMAGI NAŠEGA
DIREKTORJA GRADBENIH
PROJEKTOV BOGDANA ROJSA,
KI JE V AVGUSTU LETOS
OSVOJIL VRH ŠESTTISOČAKA
ACOTANGO V BOLIVIJI.

POT DO VZPONA

Acotango je mogočen stratovulkan, ki se dviguje na meji med Bolivijo in Čilom. S svojimi **6.052 metri nadmorske višine** je najvišji vrh skupine Kimsa Chata, v kateri stojita še nekoliko nižja vulkana Umurata in Capurata. Čeprav danes velja za varno goro, saj nanjo vodijo poti z bolivijske strani, pa njen značaj ostaja divji in neizprosni.

Vzpon nanjo je poseben predvsem zaradi velike nadmorske višine. Že dostop z džipom vodi visoko, do približno **5.300 metrov**, a prav na tej višini se šele začne resnična preizkušnja – oster boj s pomanjkanjem kisika, redkim zrakom in lastnimi mislimi. Za uspeh na takšni višini ni dovolj fizična pripravljenost. Ključna je temeljita aklimatizacija, ki zahteva čas, potrpežljivost in disciplino.

Bogdan se je na podvig pripravljaval **deset dni v okolici La Paza**, glavnega mesta Bolivije, ki samo leži na osupljivih višinah med 3.700 in 4.500 metri. Prav to obdobje postopnega privajanja telesa na redkejši zrak je bilo odločilno, da so sanje imele možnost postati resničnost. »Dobra aklimatizacija je osnova za realno upanje na uspešen vzpon,« pravi Bogdan, »saj brez nje telo na višini preprosto odpove.«

ČAROBNI DAN – 7. AVGUST 2025

Na samem dnevu vzpona se je vse sestavilo kot v popolni enačbi. Nebo je bilo modro, vreme mirno, brez nevarnih vetrov, ki na takšnih nadmorskih višinah pogosto obrnejo celo najbolj izkušene alpiniste. V družbi gorskega vodnika in prijatelja Toneta se je začela sedemurna pot proti vrhu.

Toda ne vsak korak je bil lahek. Prijatelj je moral vzpon žal končati pri **5.450 metrih**, kar je še vedno spoštovanja vredna višina. Bogdan pa je nadaljeval – počasi, premišljeno, korak za korakom. Po več kot tridesetih letih sanj in priprav se je zgodilo: **7. avgusta 2025** je stal na vrhu Acotanga, na višini **6.052 metrov**. »Takrat sem vedel, da sem dosegel nekaj, kar bo za vedno ostalo del mene,« pravi.

GORE, KI SO HKRATI NEIZPROSNE IN SVETE

Acotango ni le gora, temveč del globoko zasidranega andskega sveta. Včasih so se visoki vrhovi uporabljali kot svetišča Inkov,



arheologi pa domnevajo, da so bile gore kot Acotango prizorišča ritualov, posvečenih bogovom in naravnim silam. Danes je to tudi priljubljena pohodniška destinacija v **narodnih parkih Sajama in Lauca**, kjer ljubitelji gora privablja čar visoke Andske planote.

Vendar pa številke povedo vse: več kot šest tisoč metrov pomeni področje, kjer zrak vsebuje le približno polovico kisika v primerjavi z morsko gladino. Tu se tudi najboljši športniki boriijo za vsak vdih. Uspeh, kot ga je dosegel Bogdan, zato nikakor ni samoumeven – je rezultat vztrajnosti, skrbne priprave in tudi notranje moči.

HVALEŽNOST IN PODPORA

Da se je lahko odpravil na to življenjsko odpravo, je bilo potrebno tudi razumevanje okolice. Uprava Pomgrada mu je odobrila izredni dopust, kar mu je omogočilo nujno aklimatizacijo. To je dokaz, da so velike zgodbe pogosto plod ne le posameznikove odločnosti, temveč tudi zaupanja in podpore skupnosti, ki stoji za njim.

SANJE, KI TRAJAJO

Ob vrnitvi se ni vrnil le s fotografijami in vtisi. Vrnil se je z izkušnjo, ki ga bo spremljala vse življenje. Vrh Acotanga je postal simbol več kot tridesetletnih sanj, ki so se 7. avgusta 2025 uresničile. To ni bil le fizični vzpon na goro, temveč tudi notranje popotovanje – dokaz, da se vztrajnost in potrpežljivost obrestujeta, čeprav pot včasih traja desetletja.

Njegova zgodba ni zgolj osebni dosežek, temveč tudi navdih. Navdih, da so sanje vredne vztrajnosti, da nikoli ni prepozno in da so meje v resnici veliko višje, kot si drznemo pomisliti.

BOGDANOV PODVIG NA STREHI BOLIVIJE: ACOTANGO V ŠTEVILKAH

- **Višina:** 6.052 m
- **Leg:** meja Bolivija–Čile, Andi
- **Gorski tip:** stratovulkan
- **Skupina:** Kimsa Chata (Acotango, Umurata, Capurata)
- **Izstopajočnost:** 859 m
- **Izolacija:** 6,2 km (do Gualatirija)
- **Prvi moderni vzpon:** 14. oktober 1965 – Sergio Kunstmann, Pedro Rosende in Claudio Meier (Čile)
- **Najlažja pot:** vzpon po snegu/ledu z bolivijske strani (čilska pot je nevarna zaradi min)
- **Posebnost:** domnevno inkovsko svetišče, ostanki drv na vrhu
- **Današnja priljubljenost:** cilj pohodnikov in gornikov v narodnih parkih Sajama (Bolivija) in Lauca (Čile)



V SKLOPU PROMOCIJE ZDRAVJA NA DELOVNEM
MESTU V SKUPINI PANVITA ORGANIZIRAMO

BREZPLAČNA UDELEŽBA NA 24. MARTINOVEM POHODU

ZAKAJ SE UDELEŽITI POHODA?

Pohodništvo je ena najpreprostejših in najučinkovitejših oblik rekreacije, ki pozitivno vpliva na telo in duha. Redna hoja krepi srčno-žilni sistem, izboljšuje vzdržljivost in telesno pripravljenost, hkrati pa blagodejno vpliva na psihično počutje, saj zmanjšuje stres in izboljšuje razpoloženje. Poleg tega je pohod odlična priložnost za druženje, saj omogoča sproščene pogovore in povezovanje s sodelavci v sproščenem okolju. Svež zrak in stik z naravo povečujeta energijo, pomagata pri boljši koncentraciji ter splošnem dobrem počutju.

V Skupini Panvita zaposlenim omogočamo možnost **brezplačne udeležbe** na 24. Martinovem pohodu, ki bo potekal v soboto, 8. 11. 2025, s štartom ob 10. uri v centru Moravskih Toplic.

POMEMBNE INFORMACIJE:

- Zbor za vse udeležence je ob 10. uri v centru Moravskih Toplic (pri lesenih hišicah oz. Mercatorju)
- Dolžina pohoda je ca. 14 km in poteka po bližnji okolici do vasi Krnci
- Udeležencem bodo tekom pohoda na voljo brezplačni napitki, pijača in hrana
- Pohod se zaključi ob približno 14. uri
- Sledi pogostitev v šotoru, krst mošta in glasba v živo (Dejan Vunjak in Brendijeve barabe)
- Udeležba je za vse zaposlene v Skupini Panvita brezplačna z obveznostjo predhodne potrditve udeležbe



OSTALI POZITIVNI UČINKI POHODOV:

- + KREPI SRCE IN OŽILJE, IZBOLJŠUJE VZDRŽLJIVOST IN TELESNO PRIPRAVLJENOST.
- + POMAGA PRI ZMANJŠEVANJU STRESA IN IZBOLJŠUJE RAZPOLOŽENJE.
- + POVEČUJE ENERGIJO IN PRISPEVA K BOLJŠEMU PSIHIČNEMU POČUTJU.
- + SPODBUJA SPROŠČENO DRUŽENJE IN POVEZOVANJE S SODELAVCI.
- + IZBOLJŠUJE KONCENTRACIJO IN VPLIVA NA VEČJO PRODUKTIVNOST.
- + OMOGOČA STIK Z NARAVO, KAR PRIPOMORE K BOLJŠEMU SPLOŠNEMU POČUTJU.

Zaposleni lahko svojo udeležbo potrdijo na elektronski naslov dominik.kerec@panvita.si, v tajništvu podjetja ali pri svojem vodji.

V primeru, da naročilo prejme tajništvo ali neposredni vodja zaposlenega, mi slednji morate posredovati informacijo.

Rok za prijavo je 29. 10. 2025.

POMGRAD

ALUMNI
KLUB


Veje rastejo naprej... a korenine ostajajo.

Dragi naši Pomgradovi upokojenci,

čas je, da zopet obudimo spomine, nazdravimo prijateljstvu in skupaj ustvarimo nove zgodbe.

Prijazno vas vabimo, da se nam v **četrtek, 02. oktobra 2025, ob 13.00 uri** pridružite na jesenskem srečanju **Alumni Pomgrad**. Dogodek bo potekal v **Osrednjem prostoru nove Akademije Pomgrad**, Bakovska ulica 31, Murska Sobota (prenovljena stara uprava). Parkirate lahko na dvorišču pred in ob stavbi.

Pripravili smo prijetno druženje, kanček presenečenj in obilo dobre volje.

Naj bo to še ena priložnost, da skupaj pokažemo, da nas druži več kot samo delo.

Veseli bomo prav vsakega izmed vas.

Vaš Pomgrad

Prosimo vas, da **potrdite svojo prisotnost do 26. 09. 2025** na telefon: **02 5341 800** ali eL. naslov: Eva Lipovec eva.lipovec@pomgrad.si.

POMGRAD

**DENIS FODOR**

POMGRAD d. d.

LEA KOČAR

POMGRAD d. d.

BRANKO MARIČ

POMGRAD d. d.

**BOŠTJAN DONŠA**

POMGRAD d. d.

DANIMIR FLEGAR

POMGRAD – GM d. o. o.

VIKTOR MOČNIK

POMGRAD d. d.

GORAN TOMAŠ

POMGRAD – GNG d. o. o.

**FRANC MATJAŠEC**

INŠTITUT BAM d. o. o.

DARKO ZORKO

POMGRAD d. d.

BORIS ZVER

POMGRAD – TAP d. o. o.

skupina
panvita**ANDREJ BAČIČ**

Panvita Agromerur d. o. o.

HELENA DOMITER

Panvita MIR d. d.

ANDREJA RITUPER

Panvita d. o. o.

SAŠO TRATNJEK

Panvita MIR d. d.

**ZLATKA KOROŠAK**

Panvita MIR d. d.

BOŠTJAN LUTHAR

Panvita Kmetijstvo d. o. o.

DARINKA ROŽMAN

Panvita MIR d. d.

MATEVŽ STARINA MARTIN

Panvita MIR d. d.

**SIMON FILO**

Panvita MIR d. d.

MARTINA KOVAČ

Panvita d. o. o.

NATAŠA ROUS

Panvita Agromerur d. o. o.

MARJAN ŠKAFAR

Panvita Kmetijstvo d. o. o.

JANEZ VIRAG

Panvita d. o. o.

**DARINKA CMOR**

Panvita d. o. o.

DUŠAN KOTNIK

Panvita MIR d. d.

IVAN RANTAŠA

Panvita Prašičereja d. o. o.

SLAVICA ROŽMAN

Panvita MIR d. d.

BERNARDA ŠAJNOVIČ

Panvita Agromerur d. o. o.

NADA ŠPOLJARIČ

Panvita Agromerur d. o. o.

BORIS TRAVEN

Panvita MIR d. d.

UPOKOJITVE

OB UPOKOJITVI ČESTITAMO
NAŠIM SODELAVCEM

POMGRAD

ZORKO ANDREJPOMGRAD – CP d. d. / DM Preglednik cest
zadnji dan DR 05. 07. 2025, delovna doba v podjetju
33 let 2 meseca 21 dni, starostna upokojitev**MARIČ CIRIL**POMGRAD d. d. / DM Gradbenik,
zadnji dan DR 27. 07. 2025, delovna doba v podjetju
5 let 6 mesecev 13 dni, starostna upokojitev**TKALEC IVAN**POMGRAD – GNG d. o. o. / DM Delovodja
zadnji dan DR 08. 08. 2025, delovna doba v podjetju
5 let 4 mesece 8 dni, starostna upokojitev**ZVER ŠTEFAN**POMGRAD – CP d. d. / DM Signalizator
zadnji dan DR 06. 09. 2025, delovna doba v podjetju
3 leta 5 mesecev 6 dni, starostna upokojitev**HUSAR BOJAN**POMGRAD d. d. / DM Gradbeni delavec
zadnji dan DR 16. 09. 2025, delovna doba v podjetju
29 let 1 dan, starostna upokojitevskupina
panvita**BELCL Marija**Panvita MIR d. d. / DM Proizvodno skladišni delavec
zadnji dan DR 01. 09. 2025, delovna doba v podjetju 5
let, 5 mesecev in 12 dni, starostna upokojitev**FARKAŠ BISERKA**Panvita Agromerur d. o. o. / DM Proizvodni delavec
zadnji dan DR 30. 09. 2025, delovna doba v podjetju 17
let in 9 mesecev, starostna upokojitev**DOMONKOŠ Marija**Panvita d. o. o. / DM Strokovni sodelavec
računovodstva in financ
zadnji dan DR 11. 09. 2025, delovna doba v podjetju 43
let in 2 meseca, starostna upokojitev**MEŠIČ JANKO**Panvita SK Motvarjevci d. o. o. / DM kmetovalec
zadnji dan DR 12. 09. 2025, delovna doba v podjetju 20
let, 8 mesecev in 29 dni, starostna upokojitev*Želimo vam, da bo vaše
upokojsko življenje izgledalo kot
ene zelo dolge počitnice.*