

# PODRAVKA



## Modernizacija linija za proizvodnju Lino Lade



slobodno kuhaj

VEGETA



# NAJLAKŠI NAČIN DA SE DOKOPAŠ BOGATSTVA... POVRČA

ZA 250 G VEGETE ORIGINAL POTREBNO JE 382 G SVJEŽEG POVRČA.

## 100% ORIGINALNA



## Poštovane Podravkašice i Podravkaši,

*Ijeto je za nama, a jesen je već dobro ušla na velika vrata. Kako slijedi, započela je i nova pedagoška te školska godina, a kako bi im pomogla u svladavanju izazova koji su pred njima, Podravka je sve koprivničke vrtičarce i osnovnoškolce darivala prigodnim Lino i Kviki paketima.*

*Ovih dana Lino Lada se proizvodi na novim linijama koje su, nakon dvije godine od početka projekta investicije u Tvornici dječje hrane i kremnih namaza, ugledale svjetlo dana. Zahvaljujući višemilijunskoj investiciji udvostručeni su kapaciteti pripreme i proizvodnje Lino Lade te je rad maksimalno automatiziran čime je osjetno povećana konkurentnost Lino Lade na tržištu.*

*Kad se govori o projektima i investicijama, važno je spomenuti novoobnovljeni Podravkin rekreacijski centar i Štagelj koji su odmah po završetku radova ugostili dvije velike manifestacije u svojem prostoru. Najprije je održana manifestacija Zlata vrijedan, tradicionalna dodjela nagrada najboljim hrvatskim OPG-ovima, koju je posjetio i predsjednik Hrvatskog sabora Gordan Jandroković u pratnji ministrice poljoprivrede. Nekoliko dana nakon održana je konferencija Hrvatska kakvu trebamo na kojoj je sudjelovao predsjednik Vlade Andrej Plenković s nekoliko svojih resornih ministara.*

*Jesen je Podravki donijela i nove brand ambasadore, Tončija Huljića koji je svoju strast prema Čokolinu podijelio sa svima, te Ivana Šarića čija su jela zasjala zahvaljujući samo jednoj žlici Vegete.*

*Također, Kviki gric se vraća, nakon godina izbivanja, na male ekrane, a Gorenjka je napravila suradnju s košarkašem Lukom Dončićem.*

*O svemu tome, i još pokojoj priči, nađite više na stranicama koje slijede. Uživajte u čitanju! (Lana Miletić)*

## SADRŽAJ

**4 - 8** Vijesti

**11** Tržišta

**12 - 15** Vijesti

**16 - 17** Žito

**18 - 19** Coolinarika

**20 - 21** I ja sam Podravkaš

**22** Belupo

**23 - 27** Sport

**28 - 29** Kultura

**30** Recepti

**31** Nagradna igra



### Postanite dio Podravkinog biltena

Svi koji žele podijeliti svoju priču s nama, napisati nešto ili misle da postoji nešto zanimljivo što bi se moglo objaviti u biltenu, neka se jave na

e-mail: [lane.miletic@podravka.hr](mailto:lane.miletic@podravka.hr).

### Novine dioničkog društva Podravka

PODRAVKA, PREHRAMBENA  
INDUSTRIJA D.D. KOPRIVNICA  
Ante Starčevića 32  
48000 Koprivnica  
Tel. 048/651-505  
E-mail: [novine@podravka.hr](mailto:novine@podravka.hr)

**Za izdavača:**  
Korporativni marketing  
i komunikacije

**Urednica:**  
Lana Miletić

**Lektura:**  
Tea Cikojević Prlić

**Grafička priprema:**  
Miroslav Miletić

**Tisak:**  
Printera

**List Podravka čitajte i na:**  
[www.podravka.hr](http://www.podravka.hr)



# Konferencija „Hrvatska kakvu trebamo“ u Štaglju

## O ekonomskoj politici govorili države i vodećih hrvatskih kon

Još jedna uspješna poslovna konferencija „Hrvatska kakvu trebamo“ održana je u utorak u suradnji Podravke i Večernjeg lista. Ovo je treća godina zaredom da se konferencija održala u Podravkinim prostorima, ovog puta u novo-obnovljenom Štaglju, restoranu u sklopu Podravkinog rekreacijskog centra. Ovogodišnjoj konferenciji u Koprivnici, na temu ekonomske politike i konkurentnosti, prisustvovali su premijer Andrej Plenković, ministri Zdravko Marić, Tomislav Čorić i Oleg Butković, predsjednik

Uprave Podravke i HUP-a Marin Pucar kao i vodeći ljudi najvećih hrvatskih kompanija te stručnjaci iz ekonomskog područja.

U svom obraćanju na početku konferencije premijer Plenković naglasio je važnost iskorištavanja prilika koje je ova koronakriza donijela: „Ovu krizu i ova europska sredstva mi trebamo iskoristiti kako bismo je pretvorili u priliku. Priliku za modernizaciju, jačanje otpornosti i gospodarstva, kroz ubranu digitalizaciju, ekološku tranziciju i usvajanje novih tehnolo-

gija. U tom kontekstu porezna politika važna je poluga za jačanje socijalne sigurnosti, raste-rećivanje gospodarstva i podizanje njegove konkurentnosti.“

Predsjednik Uprave Podravke, ujedno i predsjednik HUP-a, Marin Pucar kroz svoje se tematsko izlaganje „Porezna politika u funkciji podizanja konkurentnosti hrvatskog gospodarstva“ osvrnuo na dosadašnje djelovanje Vlade tijekom koronakrize, ali je i istaknuo potrebne reforme, kratkoročne i dugoročne mjere, koje će omogućiti premošćivanje problema u poslovanju te ojačati konkurentnost hrvatskog gospodarstva: „Dobro smo reagirali na krizu i očekujem da i daljnja reakcija bude adekvatna. Moramo očuvati radna mjesta i likvidnost kompanija. Važno je da zajedno krenemo u provedbu reformi i da ova Vlada, zajedno s hrvatskim poduzetnicima, stvori konkurentno okruženje u kojem će biti bolje i hrvatskom radniku, hrvatskom poduzetniku i hrvatskom narodu.“

Seriju konferencija „Hrvatska kakvu trebamo“ pokrenuo je Večernji list prije tri godine kako bi u javni prostor vratili fokus na ključne teme i napravili iskorak prema društvu kakvo svi zaslužujemo. Na konferencijama su okupili vodeće hrvatske stručnjake te kroz niz rasprava i panela ponudili strategiju gospodarstva, demografskog razvoja, obrazovanja, nacionalne sigurnosti, političkog sustava, poljoprivrede,



Foto: Vjeran Žganec Rogulja



Foto: Vjeran Žganec Rogulja

# čelni ljudi npanija

energetike, ekologije, turizma, brendiranja i  
odnosa prema prošlosti. Dosadašnje konfe-  
rencije imale su velik odjek u javnosti te su se  
pokazale kao jedinstvena prilika za dobivanje  
odgovora na pitanje kakvu Hrvatsku trebamo.

(Lana Miletić)





# U novoobnovljenom dodijeljene nagrade,

Nagrada „OPG Zlata vrijedan“ ove godine dodijeljena je sedmi put, ponovno s ciljem predstavljanja domaćih proizvođača, vlasnika obiteljskih poljoprivrednih gospodarstava koja se nastoji podržati u njihovom radu kao važnu granu domaće ekonomije

U posjetu Podravki 17.rujna boravili su predsjednik Hrvatskog sabora Gordan Jandroković i ministrica poljoprivrede Marija Vučković, u pratnji suradnika. Predsjednik Uprave Marin Pucar, zajedno s članovima Uprave bio im je domaćin, a tom prilikom prezentirao im je rezultate poslovanja kompanije, kao i daljnje planove poslovanja. Nakon posjeta sjedištu kompanije, gosti su s



Upravom Podravke sudjelovali na svečanosti dodjele nagrade „OPG Zlata vrijedan“. Svečanost je održana u novoobnovljenom restoranu Štagelj koji je tako prvi put otvorio svoja „nova“ vrata. Riječ je o nagradi koju dodjeljuje Večernji list u suradnji s Hrvatskom televizijom, a pod

pokroviteljstvom Podravke.

Ove godine dodijeljena je sedmi put, ponovno s ciljem predstavljanja domaćih proizvođača, vlasnika obiteljskih poljoprivrednih gospodarstava koja se nastoji podržati u njihovom radu kao važnu granu domaće ekonomije. (R)





# restoranu Štagelj „OPG Zlata vrijedan“



Foto: Vjeran Žganec Rogulja



Foto: Vjeran Žganec Rogulja





# Noviteti u Tvornici dječje hrane i kremnih namaza

## Modernizacija linija za



Ideja modernizacije proizvodnje Lino Lade, u vidu automatizacije i povećanja kapaciteta, nastala je prije gotovo deset godina, ali je kao takva ostala manje-više zarobljena u arhivskim zapisima tvornice. Tek 2017. godine na krilima bliske suradnje entuzijasta iz službe Tehnologije i investicijski projekti, poslovnog programa Dječja hrana, slastice i snack te sektora Proizvodnja dolazi do reaktivacije ideje o unaprjeđenju proizvodnje Lino Lade te se s tim ciljem provodi detaljna ekonomsko-tehnološka razrada koncepta projekta.

### Tehnološka modernizacija za svjetsku konkurentnost

Poneseni vjerom da Lino Lada brend zaslužuje dodatan vjetar u leđa Uprava Podravke prepoznaje ovaj projekt kao jedan od ključnih te se već 2018. projekt odobrava, a prvi ugovori o nabavi nove opreme se potpisuju već početkom 2019. godine.

„Danas, dvije godine nakon odobravanja investicije u pogonu kremnih namaza imamo

nove linije kojima su kapaciteti pripreme i pakiranja Lino Lade udvostručeni, a ručni rad maksimalno automatiziran. Efikasnost linija je dovedena na razinu kakvu karakteriziraju tehnološki moderne proizvodnje čime je naprav-

ljen velik iskorak u povećanju naše konkurentnosti na svjetskom tržištu. Posebno nas veseli i činjenica da su uz nove strojeve osigurani preduvjeti za razvoj novih oblika naših proizvoda čime ćemo zasigurno moći ponovno iznenaditi i razveseliti naše vjerne potrošače.“, ističe Marko Bijelić-Curkić, tehnički direktor tvornice i voditelj projekta.

Projekti ovih razmjera bi mogli biti uspješni da nema zaposlenika, Podravkaša iz svih cjelina, a ovaj je projekt samo još jedna u nizu potvrda potpune posvećenosti projektnim zadacima po svim službama na svim razinama. Posebna uloga pripala je radnicima Tvornice dječje hrane i kremnih namaza koji su, uz svoj standardni angažman u tekućim proizvodnim procesima, dali i dodatni trud kroz aktivno sudjelovanje u implementaciji investicije i uhođavanju novih linija.

### Investicija čiji će povrat biti brz

Ukupna vrijednost projekta iznosi 19,3 milijuna kuna te je u potpunosti financira-





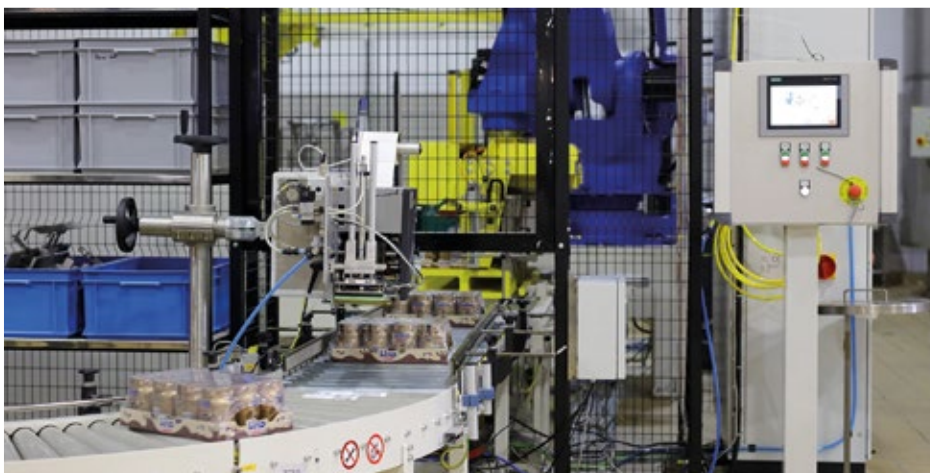
# proizvodnju Lino Lade



na sredstvima kompanije, a temeljeno na kontinuiranom rastu prodaje Lino Lade u proteklm godinama očekuje se rekordno brzi povrat ukupnog investicijskog ulaganja.

Završetkom ove investicije Tvornica dječje hrane i kremnih namaza se može smatrati visokoautomatiziranom tvornicom koja će nastaviti generirati radna mjesta za kvalificiranu radnu snagu, a Podravkinci će proizvesti dobiti dodatnu vrijednost usmjereni na zadovoljstvo svojih potrošača.

(Marko Bijelić-Curkić, Lana Miletić)





Podravka daruje male Koprivničance

# Lino i Kviki paketi za sve vrtićarce i školarce u Koprivnici

Podravka će Lino i Kviki paketima ovih dana razveseliti više od 3.500 koprivničkih vrtićaraca i osnovnoškolaca te im time uljepšati početak školske i pedagoške godine. Podjela prigodnih paketa započela je nakon što su svi vrtići i osnovne škole u Koprivnici otvorili svoja vrata u skladu s povoljnom epidemiološkom situacijom.

Djeca u vrtićima i od 1. do 4. razreda dobit će Lino pakete, dok su za djecu od 5. do 8. razreda pripremljeni Kviki paketi. Također, prigodne pakete sa svojim proizvodima Podravka je osigurala i za sve zaposlenike vrtića i škola.

Uz slatke i slane snackove i grickalice, djecu posebno vesele maske za lice s omiljenim likovima Lina i Kvikija - zaštitnih lica Podravkinih popularnih proizvoda, koje su postale hit ne samo među najmlađima, već i njihovim roditeljima.

„Naši su se mališani, nakon ljetnih praznika, u svoje vrtiće i škole vratili u drugačijim okolnostima nego ranije, uz neizvjesnost koju nam je svima donijela epidemija koronavirusa.



Međutim, kada smo jedni uz druge, i ovakve situacije lakše prebrodimo. Stoga smo u Podravki odlučili sve vrtićarce i osnovnoškolce u Koprivnici darivati prigodnim paketima Podravkinih proizvoda i cool maskama za lice

koje su posebno poželjeli. Vjerujem kako će im s Linom i Kvikijem, vrtićki i školski dani, uz učenje i stjecanje novih vještina biti ispunjeni i s puno veselja i zabave“, istaknuo je Marin Pucar, predsjednik Uprave Podravke. (R)



Zdravlje i dobrobit na prvome mjestu

# Podravka na Mostarskom polumaratonu

Prva rujanska subota put Mostara je dovela atletičare, rekreativne trkače i one koji su izašli prošetati za svoje zdravlje. Uz strogo poštivanje svih epidemioloških mjera i preporuka, održani su Mostarski polumaraton i Humanitarna utrka na kojima je sudjelovalo više od 400 trkača i sportskih entuzijasta. Premda u izmijenjenim okolnostima, potpora sponzora nije izostala, a Podravka u BiH i ove je godine tradicionalno pružila potporu ovoj trkačkoj manifestaciji.

Ivan Drčar (1:13:06) u muškoj i Lucia Kimani (1:24:58) u ženskoj kategoriji pobjednici su 4. Mostarskog polumaratonu. U muškoj konkurenciji drugoplasirani je bio Srđan Samardžić, a treći Alija Imamović, dok je u ženskoj konkurenciji druga bila Zoe Hamel, a treća Adela Čomor.

„Čestitke organizatorima koji su pravovreme-



no i uz poštivanje svih mjera koje je propisao Krizni stožer u BiH, omogućili da Mostar ipak trči. Život se nastavlja u izmijenjenom obliku, ali svi znamo da je za zdrav i uravnotežen život ključno pronaći balans tjelesnih aktivnosti i dobre, kvalitetne ishrane, pa mi u Podravki lako pronalazimo točke preklapanja s ovim događanjem. Kroz cijelo svoje djelovanje promičemo i odgovorno poslovanje čiji je bitan element sudjelovanje u rastu i razvoju zajednica u kojima naša kompanija posluje i obitava te stoga rado pružamo potporu događanjima važnim za širu društvenu zajednicu kao što je i ova“, kazala je direktorica marketinga Podravke BiH, Mila Zovko. Održana je i Humanitarna utrka građana za pomoć radu Udruge osoba s Down sindro-

mom. Sloganom „Trčanje bez diskriminacije“ željela se skrenuti pažnja na bavljenje tjelesnom aktivnošću i sportom svih skupina društva. Polumaraton se tradicionalno trčao certificiranom stazom preko sedam gradskih mostova što je postao i zaštitni znak ove utrke, a na četiri startne lokacije bilo je obavezno nošenje zaštitnih maski. Po ulasku u cilj utrke bilo je zabranjeno bilo kakvo okupljanje natjecatelja i gledatelja, ali to nije spriječilo najvjernije navijače da, uz obvezne mjere zaštite, podržavaju natjecatelje uz stazu. Organizator i pokretač ideje Mostarskog polumaratonu je Udruga Kinezis, a Podravka je za sve sudionike natjecateljskog dijela osigurala poklon paket Podravkinih proizvoda. (R)

Još jedna potvrda kvalitete iz Rusije

## Kokošja juha s tjesteninom dobila najveću ukupnu ocjenu od Roskontrola

Kokošja juha s tjesteninom 62 g (takozvani Petushok) je prisutna na ruskom tržištu od 1967. godine. Ova juha s domaćim okusom je brzo stekla povjerenje među potrošačima i već dugi niz godina spada u jednu od najprodavanijih kokošjih juha u vrećicama.

Kokošja juha 62 g je izuzetno značajni proizvod za Podravkin portfelj u Rusiji i kontinuirano se radi na povećanju razine njene distribucije po cijeloj Rusiji. Prema rezultatu ekspertize od strane Roskontrola (Sustav neovisne eksperti-

ze kontrola kvalitete) u kolovozu ove godine, Podravkina Kokošja juha s tjesteninom je dobila najveću ukupnu ocjenu između šest ispitanih kokošjih juha poznatih brandova.

<https://roscontrol.com/journal/tests/iz-chego-sdelan-paketirovanniy-sup-itogi-ekspertizi/> Najveće ocjene Podravkina juha je dobila za sigurnost i kvalitetu.

Ovo testiranje je još jedanput dokazalo da je sigurnost i kvaliteta to što odlikuje Podravkine proizvode i razlikuje od ostalih. (R)





Novi ambasador za starog znanca

# „Ja san rojen da mi bude fino i da jeden Čok-Čok Čokolino!“

Da Čokolino nije samo za malu djecu, potvrđuje i novi Čokolino brand ambasador Tonči Huljić. Njemu, kako kaže, Čokolino treba otako je bio beba, a većina nas mogla bi se s njim složiti. Čokolino jede i voli staro, mlado i sve živo, a svatko ga bira i slaže po svom ukusu: s hladnim ili toplim mlijekom, rjeđe ili gušće.

Uz klasični Čokolino već 50 godina odrastaju generacije, a originalan okus prvog Čokolina i dalje je tu. No osim klasičnog, Čokolino nudi i nekoliko svojih inačica, prilagođenih različitim skupinama. Tako za one koji paze na liniju Čokolino Fit nudi zlatnu kombinaciju: 30 posto manje šećera, uz više vlakana. A oni koji vole hrskati, i uz to žele dodatnu energiju, došli su na svoje uz Čokolino Plus, pahuljice s hrskavim dodacima.

U inačici retro *sitcoma*, Huljić je zaslužan za sve tekstove spotova, a u njima se i pojavljuje. Različite verzije spotova u prvi plan stavljaju pojedine proizvode iz Čokolino asortimana, a prepoznatljiva melodija zasigurno



će se urezati u pamćenje.

Zabavite se uz novog Čokolino brand ambasadora, uživajte i zajedno s njim zapjevajte

„Ja san rojen da mi bude fino i da jeden Čok-Čok Čokolino!“ u tri verzije: dužoj, srednjoj i kraćoj. (Lana Miletić)





# Vegeta ima novog brand ambasadora, komičara Ivana Šarića



Za jednostavno, brzo i fino jelo, čak i ako se radi o početniku u kuhinji, sve što je potrebno jest jedna žlica Vegete. Potvrđuje to i komičar Ivan Šarić, novi Vegeta brand ambasador čija su jela zasjala uz pomoć samo jedne žlice Vegete. On zna kako Vegeta čini razliku, a to je i pokazao u novim TV spotovima koji se emitiraju u Hrvatskoj, Bosni i Hercegovini, Srbiji, Kosovu, Sjevernoj Makedoniji i Sloveniji, u periodu od rujna do studenog. U svakom od njih Šarić pokazuje jednu od karakteristika Vegete. Jednostavnost kuhanja s Vegetom je tolika da bi to i dijete moglo, njeno bogatstvo povrća oduševljava, a okus oživljava i tjera na još. Okus, jednostavnost i bogatstvo povrća – jednom riječju, Vegeta!

(Lana Miletić)





## Eva skuše

Poznato je da se riba treba naći na tanjuru najmanje dva puta tjedno, preporuka je to nutricionista. Iako nema pogreške s bilo kojom vrstom ribe, ovaj put preporučamo skušu, koja će privući pažnju svih obožavatelja plave ribe. Limenka Eva skuše sadrži najkvalitetnije skuše koje su prirodno bogate omega-3 masnim kiselinama, mineralima te vitaminima. Ručno rezane i pomno birane skuše sadrže kvalitetne i oku primamljive filete.

Fileti skuše donose užitek u vrhunskom okusu! Može ih se konzumirati odmah ili pripremiti mnoge zanimljive

kombinacije s tjesteninom ili u salatama i sendvičima pa čak i namazima.

Zbog praktičnog pakiranja jesti ih se može u pauzama dnevnih događanja, kao zdrav međuobrok ili laganu večeru.

Iako u skušama možemo uživati tijekom cijele godine, Eva skuše su kao stvorene za ove ranojesenske dane kada se želimo opskrbiti vitaminima i mineralima, a opet pripremiti brz, zdrav, hranjiv i ukusan obrok. A jedno je sigurno – uz Eva skušu sigurno nećete ostati gladni! (R)

**Grašo i mljevena začinska paprika – dobitna kombinacija**

## Vegeta Maestro crvena paprika – nezamjenjiv začin svakog ukusnog jela

Petar Grašo opet ima dobar plan da svima začini dan, i to uz Vegeta Maestro crvene paprike. Vegeta Maestro crvene paprike neizostavan su sastojak svakog ukusnog paprikaša, ukusan dodatak gulašima, prilogima i varivima te su 100 % prirodne, raskošne crvene boje te punog okusa koji nikog ne ostavlja ravnodušnim. Vegeta Maestro slatka paprika svaki paprikaš dovodi do savršenstva, dok Vegeta Maestro dimljena paprika oplemenjuje svako jelo slatkošću, a opet posebnom aromom zahvaljujući dimljenju paprike na prirodnom dimu hrastova drveta. Za one koji vole ljuto tu je Vegeta Maestro ljuta paprika koja, ovisno o dozi, može tek malo pojačati okus ili učiniti jelo u potpunosti pikantnim, prema vlastitim željama.

Snaga crvene mljevene začinske paprike leži u bogatstvu vitamina, mangana, magnezija i vlakana te u činjenici da sadrži četiri puta više vitamina C od naranče i više od 30 nutrijenata iz skupine karotenoida. Važno ju je pravilo čuvati i koristiti, poštujući njezin divlji, temperamentalni duh, te je iskoristiti brzo kako ne bi



izgubila svoju okus, boju i karakter, ono što je čini posebnom.

Više ideja o tome na koji način iskoristiti Vegeta Maestro crvene mljevene začinske paprike pro-

nađite na [www.zacini-inspiracije.hr](http://www.zacini-inspiracije.hr), a spotove za novu kampanju možete pogledati od 8. listopada na Podravkinom YouTube kanalu.

(Lana Miletić)

# Podravka na Nacionalnoj izložbi inovacija

U sklopu projekta Promocija poduzetništva pokrenuta je inicijativa „Inoviraj-profitiraj“ u sklopu koje je održana Nacionalna izložba inovacija. U organizaciji Hrvatske gospodarske komore, izložba je imala za cilj predstaviti hrvatske tvrtke s inovativnim proizvodima i rješenjima koja su ponuđena i prihvaćena na domaćem i stranim tržištima te tamo nižu uspjehe.

Među izlagačima je bila i Podravka sa svojim inovativnim proizvodima. Predstavljeni su tako proizvodi iz svakog poslovnog programa koji su odgovarali opisu inovativnog proizvoda: bilo da se radi o recepturi ili načinu proi-



zvodnje. Posjetiteljima je predstavljen Vegeta Natur koncept kroz Vegetu Natur dodatak jelima u tekućem i krutom obliku te Vegeta Natur juhe. Poslovni program Podravka hrana predstavljen je kroz ljuti i blagi ajvar te nove povrtne namaze, dok se Riba predstavila s

novim delikates sardinama. Promocija gluten-free linije proizvoda obuhvatila je Lino žitarice, Dolcela mješavine za slastice te Žito Crispy krekeri. Uz to, predstavljena je Lino Lada, a PP Mesni proizvodi, jela i namazi izložio je Majstor kobasice te paštete. (Lana Miletić)

## Kviki gric – legenda koja se gricka



Obilježava život ljudi, čini ga boljim, pamtljiv je i svi ga žele – to je Kviki gric, nezaboravna legenda s više od 45 godina iskustva. Ima izgled i talent, cijeli paket da svaku zabavu, utakmicu ili gledanje filмова učini neodoljivima. Jer može se grickati bez gledanja, ali gledati i zabavljati se ne može bez grickanja.

Sa svoja tri okusa, chili, slani i panceta, Kviki gric zadovoljava svaki kućni red grickanja, a u napetim situacijama služi kao prva

pomoć jer grickanje iz vrećice smiruje bolje nego disanje u vrećicu. A da to prakticiraju mnogi potvrđuju i godišnje brojke: čak 270 tona neodoljivog Kviki grica biva pogrickano tijekom utakmica, partija i napetih situacija. No to ne treba čuditi jer zamamna kombinacija kima i ružmarina stvara poseban, prepoznatljiv okus koji magično djeluje na svakog i tjera ga na još više grickanja.

U zadnje vrijeme bio je nešto sramežljiviji,



no nakon višegodišnje medijske stanke, Kviki gric opet je u centru pažnje! Slavna prošlost i svijetla budućnost ono su što Kviki gric čini posebnim, a bez obzira na višedesetljetno iskustvo, Kviki gric je i dalje u trendu i nikad ne izlazi iz mode.

(Lana Miletić)



## Gorenjka dijeli ulaznice za utakmicu u SAD-u i mnoge druge nagrade

„Vjeruj“, „Vjeruj u sebe“, „Treniraj“ i „Nikad ne odustaj“ poruke su koje se mogu pronaći na čokoladi Gorenjka. A ispod omota, osim slasnih dijelova, skrivaju se i naljepnice koje će ljubitelji košarke i čokolade moći prikupljati u posebnom albumu i sudjelovati u nagradnoj igri. „Bez napora neće biti rezultata niti uspona na ljestvici napretka“, jedna je od motivacijskih misli na novom izdanju Gorenjkinih čokolada. U novoj kampanji svjetski poznati sportaš poručuje mladima da je svaki uspjeh popločan s puno odricanja, samopouzdanja, treninga i čelične ustrajnosti. To i sam dokazuje svojim nevjerojatnim rezultatima. U prvom je planu i dobrotvorna nota, jer je dio prihoda od pro-

daje albuma i čokoladica namijenjen zakladi Luke Dončića Uresničimo sanje koja djeci iz socijalno ugroženih obitelji pomaže da dobiju mogućnosti za prakticiranje sportskih aktivnosti.

Posebno izdanje Gorenjke mliječne čokolade s rezanim lješnjacima dolazi u četiri različite verzije motivacijskih slogana – „Vjeruj“, „Vjeruj u sebe“, „Treniraj“ i „Nikad ne odustaj“ – a s unutarnje strane omota čokolade skriva i četiri naljepnice. Ukupno 72 različite sličice koje prikazuju događaje iz života ovog iznimnog sportaša na parketu i izvan njega ljubitelji košarke moći će prikupljati u posebnom albumu.

Označenu stranicu u albumu kolekcionar na-

kon popunjavanja svih sličica treba izrezati iz albuma te poslati na adresu organizatora nagradne igre. Time osigurava sudjelovanje u nagradnoj igri koja traje od 1. rujna 2020. do 29. ožujka 2021. Brojne privlačne nagrade dodijelit će se u dva izvlačenja, uključujući poziv na utakmicu Dallas Mavericksa za dvije osobe. Ostali će se primatelji razveseliti potpisanim dresovima i košarkaškim loptama, golemim čokoladama ili potpisanim albumima. Čokolade sa sličicama Luke Dončića i album mogu se pronaći u svim maloprodajnim trgovinama Žita, na policama svih većih trgovačkih lanaca i benzinskih postaja Omv diljem Slovenije. (R)

## Gorenjka i 1001 CVET dobitnici nagrade Trusted brand 2020

Časopis Readers's Digest Slovenija 14. godinu zaredom najavio je brandove koji među Slovencima uživaju najviše povjerenja. Među dobitnicima naziva Trusted brand 2020 u svojim kategorijama slavili su čokolada Gorenjka i čajevi 1001 CVET. Dodjela plaketa održana je prošlog tjedna. U istraživanju Reader's Digest Trusted brand 2020 ove je godine sudjelovalo 1000 Slovenaca koji su putem elektroničkog upitnika procjenjivali razinu povjerenja u gore spomenute brandove. U kategoriji čokolada naziv najpouzdanijeg branda dodijeljen je čokoladi Gorenjka, a u kategoriji čajeva 11. godinu zaredom naziv je dodijeljen čajevima 1001 CVET.

»Drago nam je što potrošači potvrđuju povjerenje u kvalitetu i izvrsnost naših proizvoda.«, rekli su u Žitu.

Na svečanoj dodjeli nagrade Trusted brand s ponosom su preuzele kolegice iz marketinga – voditeljica produkta Nina Žlajpah (preuzimanje za 1001 Cvet) i voditeljica branda u marketingu Jerneja Strmšek Turk (preuzimanje za Gorenjku).



Imenovano rukovodstvo Žito d.o.o.

# Nova generalna direktorica od listopada 2020. Karmen Pangos

Nadzorni odbor Žito d.o.o. je na 13. sjednici imenovao upravu društva Žito d.o.o. Na mjesto dosadašnjeg direktora Janeza Bojca, čiji mandat istječe 3. listopada 2020. godine, imenovana je 4. listopada 2020. nova generalna direktorica društva Karmen Pangos. Mandat ostala dva člana rukovodstva ostaje nepromijenjen, Senka Dotov i Dušan Tomašević ostaju članovi Uprave.

Karmen Pangos kao jedna od rijetkih žena menadžerica na vodećim pozicijama u prehrambenoj industriji preuzima vodstvo jednog od najvećih i najvažnijih igrača na domaćem tržištu, ali i u regiji. Sa svojim bogatim iskustvom dobrog poznavatelja prehrambene industrije na svoj novi izazov u karijeri dolazi s mjesta direktorice Kraša Slovenija. Dio svoje prošle poslovne karijere već je provela u Žitu kao direktorica izvoza i prodaje.

„Zahvaljujem Upravi Podravke i Nadzornom odboru Grupe Žito na povjerenju i prilici. Nakon tri godine vraćam se u Grupi Žito spremna, s velikom odgovornošću i sretna što mogu ponovno sukreirati uspješnu priču tvrtke. Prekrasnih sedam godina svoje karijere provela sam u Žitu, gdje sam u početku bila odgovorna kao direktor izvoza za prodaju na

inozemnim tržištima, a kasnije kao direktor prodaje za cjelokupnu prodaju Grupe Žito. U to vrijeme zajedno smo proveli mnogo dobrih projekata, temeljito sam upoznala procese i kulturu poduzeća te imala priliku raditi sa sjajnim ljudima. Snažne robne marke te odani i vjerni zaposlenici bogatstvo su tvrtke, zato svoju ulogu prihvaćam s velikom odgovornošću. Vjerujem da ćemo zajedno nastaviti i nadograditi uspjehe poduzeća, u korist zaposlenika, kupaca, dobavljača i vlasnika“, naglašava Karmen Pangos na početku svojeg mandata generalne direktorice Žita.

Janez Bojc po isteku svojeg mandata rekao je: „Sa Žitom sam radio gotovo 20 godina i u poduzeću sam imao priliku sudjelovati u stvaranju uspješne poslovne priče u raznim ulogama kao suvlasnik, nadzornik i posljednjih godina kao generalni direktor društva. Žito je unutar Grupe Podravka, d.d. danas uspješna poslovna priča, jedan je od najvećih i najvažnijih igrača na slovenskom tržištu u prehrambenoj industriji i također u široj regiji. I još uvijek postoji čitav niz razvojnih mogućnosti. Uvjeran sam da će Žito i pod novim vodstvom biti usmjereno na razvoj te nastaviti uspješno poslovati“.

Žito, koje se i dalje suočava s mnogim razvojnim izazovima, uspješno se internacionaliziralo posljednjih godina, a povećan je i udio prodaje u izvozu, posebno u pekarstvu, u proizvodima za dopeku, kako u zemljama EU-a tako i šire. Robne marke Žita i Podravke učvrstile su vodeću poziciju i među najprepoznatljivijima su u svojim kategorijama. (R)



## Slovenske medije obradovala je degustacija bezglutenskih kruhova BeFree

Bezglutenski proizvodi BeFree tvrtke Žito sada su dostupni u svim Žito maloprodajnim trgovinama i na policama trgovina svih većih trgovačkih lanaca u Sloveniji. Tvrtka Žito ih je željela predstaviti i medijima pa su u redakcije tiskanih medija i novinskih portala diljem Slovenije poslali mirisne košarice bezglutenskog kruha.

Više od 20 redakcija slovenskih medija oduševljeno je inovativnim bezglutenskim rješenjem tvrtke Žito. Tijekom degustacije kruha BeFree, koji dolazi u tri verzije - klasičan, sa sjemenkama i heljdin, dobili su oduševljene reakcije urednika i novinara.

Osim degustacije s medijima su podijelili i osnovne informacije o bezglutenskim proizvodima BeFree, s kojima Žito kao prvi i jedini nudi potrošačima u Sloveniji na prodajnim mjestima svježe pečene i mirisne bezglutenske proizvode. Osim toga, oni su kvalitetom i okusom usporedivi s klasičnim. Naime, pekari tvrtke Žito ručno mijese bezglutenske proizvode, tako dobivaju mekoću i prirodan okus, a pečeni kruhovi imaju hrskavu koru i sočnu jezgru koja se ne mrvi.

U Žitu su također bili pažljivi pri odabiru sastojaka, naime, proizvodi BeFree su izvor vlakana i ne sadrže konzervanse ni alkohol. Također su izbjegli upotrebu potencijalno alergeničkih mlijeka, jaja i soje. Sam koncept bezglutenskih proizvoda temelji se na sigurnosti kupaca i trgova-



ca od kontaminacije glutenom. Proizvodi se izrađuju u Žitovoj pekari u Trbovlju, gdje se pripremaju samo bezglutenski programi. Budući da se radi o proizvodima za dopeku, oni se pažljivo mijese, djelomično peku, a zatim duboko zamrzavaju u posebnoj ambalaži. Takvi putuju do prodajnog mjesta, gdje se peku u istoj ambalaži i nude na policama trgovina. Tako Žito nudi kvalitetno rješenje za jednostavnu prehranu i istodobno uživanje u kruhu. (R)

# TOP jednostavna i b uz svakodnevne oba

I u prvim danima jeseni, uz pomoć coolkinih recepata, *uživajte u* ukusnim, hranjivim i **brzim jelima** od **riže** i **grill kobasica** koje prolaze za bilo koji obrok, ručak, večeru ili užinu.

Iako smo se nakon odmora ponovno vratili svakodnevnim obvezama, sunce i more još su uvijek u našim mislima, pa unatoč sve tmurnijim i hladnijim danima nastojimo što dulje zadržati ljetne pozitivne vibracije, optimizam i vedrinu.

Stoga, zašto da i u našim kuhinjama još neko vrijeme ne zadržimo ljetnu naviku pripremanja jednostavnih i **brzih jela** kako bismo, unatoč svakodnevnim obvezama, i nadalje imali što više vremena za sebe i svoje najmilije?

U svojoj se misiji oslonimo na SOS namirnice koje se brzo i jednostavno spremaju, primjerice **rižu** i **grill kobasice** od kojih za najviše 30 minuta možemo *iskemijati* ukusna, lagana

i zdrava jela koja će nas oraspoložiti svojim ljetnim mirisima i okusima, ali i pomoći da zadržimo ljetnu kondiciju i liniju.

## Brza jela s rižom za relaksirajući povratak u svakodnevicu!

Među laganim i **brzim jelima** u kojima možemo uživati i u prvim jesenjim danima su jela od **riže**, povrća i začina koja će nas svojim okusima i mirisima podsjetiti na bezbrižne dane provedene na moru i opustiti nakon napornog radnog dana. Posegnimo za receptima koji su inspirirani jednom od najzdravijih svjetskih kuhinja, mediteranskom, koja se temelji na ukusnim i zdravim namirnicama koje pogoduju našem imunitetu i čuvaju nas od

bolesti, među kojima su i one koje nas čekaju u hladnije doba godine – ribi, plodovima mora, maslinovom ulju, češnjaku i primjerice limunu. Uživajmo, stoga, u brzom *rižotu s cherry rajčicama i paprikom*, gurmanskom *wrapu s tunom, rižom, šparogama i humusom* i *maštovitoj salati od 3 žitarice sa škampima, mentom i avokadom*. Naravno, unatoč koroni i svim ograničenjima koje ona donosi, za stolom možemo ostvariti i svoje snove o putovanju u daleke, egzotične krajeve, pa ugodimo svim svojim čulima *mirisnom rižom s kokosom* i *kubanskom rižom s piletinom*. Atmosferu i okuse tropskih podneblja dočarajmo i *azijskim rebarcima* uz koja svakako servirajte i zdjelicu **riže**.

## Indoor uživanje u grill kobasicama lošem vremenu usprkos!

Za što bezbolnije i ugodnije privikavanje na svakodnevicu, ni dolaskom prvih hladnijih dana ne moramo odustati od ljetnih jela s omiljenog roštilja u kojima, zahvaljujući **grill** i običnim velikim tavama, možemo umjesto na otvorenom, uživati *indoor* u vlastitoj ku-



# brza jela aveze

hinji. Posegnimo za **grill kobasicama** te u rekordnom vremenu, za najviše 30 minuta, napunimo svoje tanjure jednostavnim i ukusnim jelima u kojima glavnu riječ vode doista posebne i neodoljivo ukusne **grill** majstorske kobasice poput *kobasice zdenke s grilla* i *špinatke u tortilji* koje će svojim okusima oduševiti i male i velike gurmane. K tome, **grill kobasice** su kao stvorene za zdrava i lagana jela s povrćem koja se, osim na **grill** tavi, mogu spremati i u običnoj tavi, pa kušajmo *ljetnu tavicu od tikvica i kobasica* koja, osim tikvicama, obiluje i paprikama i rajčicama. Pečene kobasice mogu biti i glavne u različitim maštovitim povrtno-mesnim salatama kao što je *povrtna salata s grill kobasicama* koja će se posebno svidjeti svima koji žele što dulje zadržati svoju ljetnu liniju. Naravno, ne zaboravimo ni na svoje prijatelje i uvijek dobrodošla roštilj druženja koja mogu biti itekako ukusna i vesela i u četiri zida i lošem vremenu usprkos, pa za svoje društvo upriličimo *party grillanje* i *chillanje*, odnosno *grill party s majstor kobasicama* i maštovitim *hot dogovima*. (R)





//

***Posao, obitelj i obrazovanje  
nije lagano uskladiti, ali  
ne i nemoguće. Potrebni  
su volja, trud i strast, a  
nagrade i uspjesi stižu s  
vremenom***

# DINO VALEŠ

## SA SRCEM IZ KOPRIVNICE

Svestrani  
logističar

Voditelj odjela Upravljanje transportnim vozilima, Dino Valeš, nešto je kraćeg radnog staža u Podravki, no bogatog i šarolikog iskustva tijekom dosadašnjeg mladog života. Okušao se u mnogim područjima: sportu, glazbi, znanstvenom svijetu te iza sebe ima prepoznatljive radove, a šlag na tortu je Rektorova nagrada koju je dobio za najbolji studentski rad.

### Srednjoškolska glazbena avantura

Početkom studija Dino je odlučio, zajedno s prijateljem iz Londona, upustiti se u glazbenu avanturu: „Rekli smo si: 'ajmo probati, ako ništa drugo, moći ćemo nešto pustiti svojim klicima'. Tijekom dvije godine snimio je dva reperska albuma koja su imala svjetski odjek. U izvođenju autorskih pjesama sudjelovalo je i dvoje Jamajčana, a uspio je sklopiti i nekoliko ugovora s britanskim i američkim izdavačima.

„Za veće uspjehe potrebno je puno više ulaganja na koje nismo bili spremni, tako da je

sve ostalo kao lijepa uspomena. Pojavile su se druge obaveze pa su se i prioriteti promijenili“, ističe Dino, dodajući kako se odlučio posvetiti obrazovanju i obiteljskim obvezama.

### Sportski život prekinula ozljeda

Paralelno s glazbenom avanturom, Dino je igrao nogomet. Tome se dosta posvetio, no zbog teške ozljede, nogometna karijera otišla je u zaborav prije pet godina. Dotad je igrao u klubu koji se natjecao u županijskim ligama, a zbog ozljede preostala mu je jedino mogućnost rekreativnog bavljenja sportom. „Nakon ozljede kondiciju održavam uglavnom trčanjem“, dodaje ovaj svestrani zaljubljenik u logistiku.

### Akademski uspjesi

Osim što se okušao u glazbenim vodama i u nogometu, Dino je ipak prioritet stavio na obrazovanje. Magistrirao je na studiju Održiva mobilnost i logistika na Sveučilištu Sjever. S obzirom da je bio prva generacija tog stu-

dija, prvi je diplomirao, a njegov diplomski rad nagrađen je Rektorovom nagradom: „Moj rad „Analiza elemenata za izbor lokacije logističkih centara“ osvojio je Rektorovu nagradu za najbolji studentski rad, a posebnost je u tome što nema puno literature pa sam morao vlastitim istraživanjima dolaziti do podataka. Do krajnjeg rezultata, optimalne lokacije za logistički centar došao sam matematičkim formulama i važnost mog rada prepoznali su i nagradili“.

Osim uspješno završenog magisterija, Dino razmišlja o daljnjem školovanju, no još uvijek nije donio konkretnu odluku. Zasad se znanstvenom radu posvetio kroz pisanje znanstvenih i stručnih članaka, a nekoliko njih objavio je na nacionalnoj i međunarodnoj razini.

Njegovi radovi i znanstveni interes mogli bi naići na primjenu u Podravkinom sustavu, pogotovo što se tiče Logistike, u kojoj i sam radi, a i za koju se odredio svojim zvanjem.

(Lana Miletić)



# Kako olakšati iskašljavanje?

Kašalj je glavni simptom bolesti dišnog sustava, definira se kao refleks, eksplozivni izdah, kojim se nastoji odstraniti štetne tvari - nakupljeni sekret, iritanse, strane čestice i mikrobe iz dišnih puteva. Riječ je, dakle, o prirodnom načinu odstranjivanja uzročnika podražaja sluznice dišnih puteva. Iz tog razloga iskašljavanje je iznimno važno. Povremeni kašalj ne mora biti znak bolesti, no ako postane učestao i praćen iskašljajem, poprima klinički značaj. Uzrok kašlja mogu biti akutne infekcije u gornjem dijelu dišnog sustava (sinusi, nos, ždrijelo) ili pak infekcije u donjem dijelu dišnog sustava (bronhi, pluća). Kod osjetljivih osoba refleks kašlja mogu potaknuti i različiti drugi podražaji (alergeni, magla, vraćanje kiselog želučanog sadržaja).

Prema kvaliteti, odnosno vrsti iskašljaja, razlikujemo neproduktivni, tj. suhi i nadražajni kašalj bez sekreta, te produktivni kašalj s iskašljavanjem obilnog sekreta.

Akutni (kratkotrajni) kašalj nastupa naglo i traje najviše do tri tjedna; subakutni kašalj traje od tri do osam tjedana, dok kronični (dugotrajni) kašalj traje dulje od osam tjedana kod odraslih, tj. dulje od četiri tjedna kod djece. Akutni kašalj najčešće je posljedica

virusne upale i može biti suh, nadražajan i iscrpljujući, može ometati san i izazvati narušiti kvalitetu života. Kronični kašalj najčešće u podlozi ima određenu kroničnu bolest, kao što je kronični sinusitis (postnazalno slijevanje sekreta iz upalno promijenjene sluznice nosa i sinusa), astma i kronična opstruktivna plućna bolest (KOPB).

Bolesti dišnih puteva zbog kojih se kao simptom javlja gusta sluz su: bronhitis (upala sluznice dušnika), astma, emfizem (koji je karakteriziran povećanjem zračnih prostora i gubitkom elasticiteta pluća), mukoviscidoza ili cistična fibroza, te bronhiektazije (tj. trajno proširenje bronha ili dišnih puteva).

Produktivni kašalj karakterizira stvaranje sluzi i "čujno" kašljanje tj. možemo ga jasno prepoznati po zvuku pomicanja sluzi u dišnom sustavu (dolazi do prekomjernog nastajanja sekreta koji se taloži na dišnim putevima), dok je sluz najčešće vrlo teško iskašljati. Nakupljena sluz koja može biti različite gustoće te se lakše ili teže iskašljavati, otežava disanje te je organizam nastoji izbaciti van prirodnim mehanizmom iskašljavanja. Kod bakterijskih infekcija dišnog sustava (prehlada), boja iskašljaja je žute ili čak zelenkaste boje.

Za liječenje bakterijske infekcije potreban je antibiotik ako tijelo nije samo u mogućnosti izboriti se protiv upale u organizmu. S druge strane, kod virusnih se infekcija većinom iskašlja prozirna sluz. Osobi s produktivnim kašljem s obiljem sekreta često treba pomoć kako bi nakupljeni sekret lakše iskašljala. To je osobito važno kako bi se olakšalo i ubrzalo čišćenje donjih dišnih puteva, te spriječila komplikacije u vidu bronhitisa, upale pluća i slično, odnosno promijenio i skratio tijek bolesti, te poboljšala kvaliteta života oboljelog.

Zbog svog mehanizma djelovanja, acetilcistein može biti prvi izbor u liječenju akutnog, subakutnog i kroničnog produktivnog kašlja. Acetilcistein je lijek koji djeluje na kašalj tako da razrjeđuje sluz, čime olakšava iskašljavanje, smanjuje osjećaj otežana disanja i skraćuje vrijeme do izlječenja. Posebno je učinkovit u terapiji kašlja u sklopu akutnih respiratornih bolesti, jer uz brz mukolitički učinak može inhibirati prijanjanje i naseljavanje bakterija i virusa na sluznicu, te tako smanjiti mogućnost komplikacija i potrebu za antibiotikom.

(Tatjana Vucelić, mr. pharm.)

## OGLAS O LIJEKU

### NAXIL 200 mg i NAXIL FORTE 600 mg šumeće tablete

#### Što je NAXIL i za što se koristi?

NAXIL sadrži djelatnu tvar acetilcistein. Acetilcistein razgrađuje gustu, ljepljivu sluz te ona postaje razrjeđenija što omogućuje njezino lakše iskašljavanje.

NAXIL i NAXIL FORTE pripadaju farmakoterapijskoj skupini: Pripravci za liječenje kašlja i prehlade, ekspektoransi, mukolitici (ATK oznaka: R05CB01).

#### Terapijske indikacije:

Acetilcistein se koristi kada je potrebno smanjiti viskoznost bronhalnog sekreta u dišnim putovima radi lakšeg iskašljavanja kod bolesti respiratornog sustava povezanih s produktivnim kašljem poput astme, bronhitisa, emfizema, mukoviscidoze i bronhiektazija.

#### Farmakološka svojstva:

#### Farmakodinamička svojstva

Mehanizam djelovanja: Mukolitičko djelovanje posljedica je smanjenja viskoznosti bronhalne sluzi. Njegovo mukolitičko djelovanje se objašnjava depolimerizacijom pri kojoj se razgrađuju disulfidne veze između makromolekula koje se nalaze u sluzi. Acetil-

cistein je prekursor glutathiona. Acetilcistein je derivat prirodne aminokiseline cisteina koji u tijelu služi kao supstrat za sintezu glutathiona. Pored činjenice da acetilcistein normalizira stanje smanjene količine glutathiona, on može konjugirati s različitim toksičnim spojevima.

#### Doziranje i način primjene:

##### Naxil 200 mg šumeće tablete:

Odrasli i djeca starija od 7 godina - 1 šumeća tableta 3 puta na dan. Najveća dnevna doza je 3 šumeće tablete.

Djeca od 2 do 7 godina - 1 šumeća tableta 2 puta na dan. Najveća dnevna doza je 2 šumeće tablete.

##### Naxil forte 600 mg šumeće tablete:

Primjenjuju se samo kod odraslih - 1 šumeća tableta 1 puta na dan. Najveća dnevna

doza je 1 šumeća tableta.

Lijek se izdaje bez recepta, u ljekarni.

**Prije uporabe pažljivo pročitajte uputu o lijeku, a o rizicima i nuspojavama upitajte svojeg liječnika ili ljekarnika.**



# Slaven Belupo odigrao odličnu utakmicu i osvojio bod na Maksimiru

Nogometaši Slaven Belupa osvojili su veliki bod na gostovanju kod Dinama u Maksimiru u 5. kolu Hrvatski Telekom Prve lige. U uzbudljivoj utakmici koja je završila rezultatom 3:3 Slavenaši su od prve do zadnje minute bili hrabri i borbeni i na kraju zasluženo osvojili bod kod aktualnog prvaka.

Naša je momčad povelala već u prvoj minuti. Etoundi je oteo loptu protivničkoj obrani i matirao iz blizine Zagorca za 0:1. Dinamo je uzvratio u četvrtoj minuti i preko Gavranovića izjednačio na 1:1. Isti je igrač u osmoj minuti zabio za 2:1. Novo izjednačenje vidjeli smo u 22. minuti kada je kazneni udarac za 2:2 realizirao Krstanović. Do kraja poluvremena rezultat se nije mijenjao iako su obje momčadi imale svoje šanse.

Prvih 20 minuta nastavka donijelo nam je tvrdnu igru na sredini terena, a onda je u 69. minuti Majer zabio za 3:2. Samo četiri minute kasnije novo izjednačenje. Glavčić je izvršno centrirao, a Knoll glavom zakucao za 3:3. Bio je to njegov prvijenac u našem dresu. Dvije minute prije kraja susreta Zirdum je dobio drugi žuti, odnosno crveni karton sprječavajući opasnu kontru Dinama. Do kraja se rezultat nije mijenjao te je naša hrabra i borbeni momčad stigla do boda u Maksimiru.

## Bruno Bogojević u U-21 reprezentaciji, Zvonarek strijelac u U-16 reprezentaciji

Bruno Bogojević dobio je poziv izbornika Igora Biščana u U-21 reprezentaciju za kvalifikacijske susrete za Europsko prvenstvo u kojima će mladi Hrvati snage odmjeriti s vršnjacima San Marina i Grčke. Utakmica sa San Marinom



igrat će se 8. listopada u Zagrebu, dok će se s Grcima igrati pet dana kasnije u Petrasu. Bogojević će se mladim reprezentativcima priključiti u ponedjeljak, 5. listopada, u Zagrebu. Dodajmo i da je talentirani veznjak Slaven Belupa Lovro Zvonarek postigao pogodak za Hrvatsku U-16 reprezentaciju u pobjedi 3:0 nad vršnjacima Katra. Utakmica se prošlog tjedna igrala u Gradskom vrtu u Osijeku u sklopu prvog kola drugog izdanja Međunarodnog nogometnog turnira "Vlatko Marković", a Zvonarek je postigao treći pogodak naše reprezentacije u 36. minuti.

## Team building Slavenaša u Zasadbregu

Nogometaši i stručni stožer Slaven Belupa petak su iskoristili za team building. Jučerašnji su dan, u odličnoj atmosferi, proveli u Accredu centru u Zasadbregu gdje su se okušali u paintballu. Najboljom se ekipom pokazao sastav: Mlinar, Čović, van Bruggen, Knoll, Jeffren i Lulić. Hvala domaćinima na vrhunskoj organizaciji i velikodušnom gostoprimstvu.

(Luka Šarlija)





## Škola rukometa vratila se treninzima i utakmicama, Podravka 3 pobijedila u svim prijateljskim utakmicama

Đurđica Zečević trenerica je ekipe Podravka 2 koja se dobro spremila za prvenstvo kroz više prijateljskih utakmica, a proteklog su vikenda slavile i na otvaranju svog prvenstva pobijedivši ekipu Olimpije iz Osijeka rezultatom 32-48.

Krajem kolovoza trener Nenad Smiljanec krenuo je s pripremama Podravke 3 za novu sezonu. Početkom rujna sudjelovali su na turniru Đuro Dubenik u Dugom Selu na kojem je osvojeno prvo mjesto ostvarivanjem dvije pobjede u dva susreta, redom protiv ekipa ŽRK Dugo Selo i ŽRK Koka. Kasnije u mjeseci u prijateljskim su utakmicama savladale rukometašice Zeline i Lokomotive te su još jednom bile bolje od varaždinske Koke. Na kraju mjeseca rukometašice Podravke 3 slavile su i protiv rukometašica iz Virovitice i Dugog Sela.

Nije se mirovalo ni u mlađim dobnim kategorijama. Nakon poduže stanke uzrokovane pandemijom koronavirusa s radom i treninzima su počele i rukometašice Podravke 4, Podravke 5 i Podravke 6.



## Počela nova sezona



Rukometni klub Podravka Vegeta sredinom rujna krenula je s novom sezonom DELO EHF Lige prvakinja. Preciznije, 13. rujna u sportskoj dvorani Gimnazije Fran Galović igrana je utakmica Podravka Vegete i Budućnosti iz Crne Gore. Nažalost, utakmica se igrala bez gledatelja, ali ono što je sve razveselilo bio je krajnji rezultat i način na kojeg se do istog stigli. Nakon prvog poluvremena i zaostatka od pet pogodaka, igralice Podravke uraganski su krenule u drugo poluvrijeme, odmah izjednačile sjajnom serijom od pet uzastopnih pogodaka, a onda i upisale pobjedu 29-26.

U drugom susretu grupne faze, koji se igrao



# ova sezona Lige prvakinja



konačan rezultat glasilo 25-26 za gostujuću, njemačku momčad, čime je Podravka upisala drugi poraz u skupini B DELO EHF Lige prvakinja. Nedostajalo je malo sreće za pozitivan rezultat. Istaknimo kako se u sve tri europske utakmice posebno iskazala nova vratarka Yuliya Dumanska koja od prvog dana opravdava epitet pojačanja.

Slijedi reprezentativna stanka nakon koje će Podravka Vegeta gostovati u Rumunjskoj kod Râmnicu Vâlcea.

## Nova igračica u redovima RK Podravka Vegete

Novi član svlačionice je Moniky Novais Bancelon (30). Visoka je 185 centimetara, dešnjakinja i igra na poziciji lijeve vanjske igračice, a nije joj strana ni pozicija pivota. U Koprivnicu dolazi iz poljskog kluba Eurobud JKS Jaroslaw,

a u karijeri je igrala i za Methodista Sao Bernardo (Brazil), Brest (Francuska), Besancon (Francuska) i Pogon Baltica Szczecin (Poljska). Za reprezentaciju Brazila odigrala je više od 50 utakmica. Posebno se istaknula u sezoni 2019./2020. kada je u 20 utakmica zabila 68 pogodaka.

## Krenulo i nacionalno prvenstvo

Između dvije europske utakmice odigrana je i jedna prvenstvena. U sportskoj dvorani Gimnazije Fran Galović 23. rujna rukometašice Podravka Vegete započele su put ka obrani naslova. Počela je nova sezona Prve HRL za žene koju je ekipa Zlatka Saračevića otvorila uvjerljivom pobjedom protiv crikveničke ekipe ŽRK Murvica. Krajnji rezultat bio je 36-13, čime je ostvarena prva pobjeda u nacionalnom prvenstvu u sezoni 2020./2021.

tjedan dana kasnije, Podravkašice je čekalo gostovanje u mađarskom Győru. Tamošnji Győri Audi ETO KC jedan je od favorita Lige prvakinja i najjačih momčadi Starog kontinenta. Rukometašice Zlatka Saračevića pružile su sjajan otpor u prvom poluvremenu, bilo je 17-16, no u drugih 30 minuta nisu uspjele ponoviti izdanje iz prvog poluvremena te su na kraju poražene s 43-28.

Posljednjeg vikenda u rujnu, na 26. dan mjeseca, Podravka Vegeta ugostila je u svojoj dvorani prvakinja Njemačke, Borussiju iz Dortmundunda. Utakmica je počela u 16 sati, a nakon prvih 30 minuta rezultat je bio 14-15, dok je



# Šahisti Podravkine škole šaha uspješni na kadetskom prvenstvu Hrvatske



U Trogiru je od 23. do 29.8.2020. održano kadetsko prvenstvo Hrvatske u šahu na kojem je nastupilo 197 sudionika u kategorijama do 7, 9, 11, 13 i 15 godina.

Na prvenstvu je nastupilo šestero mladih kopriivničkih šahista, polaznika Podravkine škole šaha koji su osvojili dva pehara.

Najveći uspjeh ostvaren je u kategoriji do 13



godina gdje su kopriivnički šahisti zauzeli odlično drugo, treće i šesto mjesto u konkurenciji 43 igrača. Emanuel Bunić natjecanje je završio drugi sa 6,5 osvojenih bodova (iz devet partija), a trećeplasirani je bio Jan Horčička s istim brojem bodova, ali s nešto slabijim dodatnim kriterijima. Matej Zadro natjecanje je završio na 6. mjestu sa 6 osvojenih bodova.

U kategoriji do 9 godina Petar Dimač osvojio je 8. mjesto s osvojenih 5,5 bodova iz devet kola.

Pavao Bunić zauzeo je 15. mjesto u kategoriji do 11 godina, a u istoj kategoriji Petar Štefa-

nec bio je 29.

Stručni stožer u sastavu Krunoslav Novosel, Jurica Srbiš, Matija Ostović i Hrvoje Matijević pripremao je kadete za nastup na državnom prvenstvu. Nakon što su obustavljeni treninzi zbog koronavirusa za kadete su organizirani zajednički *online* treninzi.

Ove godine kopriivnički kadeti u Trogiru su obranili ekipni naslov državnih prvaka školskih športskih društava čime su uspješno zaključili dosadašnji ciklus natjecanja. Do kraja godine nastupit će u drugom krugu I. kadetske lige centar i II. juniorskoj ligi centar. (R)

## Strijelci Podravke postigli odlične rezultate na prvenstvu Hrvatske



Na prvenstvu Hrvatske za kadetske kategorije u disciplini serijska zračna puška, održanom na zagrebačkoj streljani Vrapčanski potok, strijelci Podravke postigli su odlične rezultate. Kadetska ekipa S.Š.K.-Podravka u sastavu Luka Jambreuš, Dominik Trtanj, Dinko Blažek i Gregor Gašparić otpucala je 555 krugova osvojivši drugo mjesto iza prvoplasirane ekipe Končar-Zagreb-1786 koja je otpucala 559 krugova. Treće mjesto pripalo je ekipi Papirničar iz Rijeke s 551 otpucanim krugom.

U pojedinačnom plasmanu kadeta Luka Jambreuš s otpucanih 193 kruga ušao je kao prvoplasirani u finalno gađanje najboljih osam kadeta. U finalnom gađanju Luka Jambreuš otpucao je 93 kruga te je s ukupno 286 krugova

osvojio zlato i naslov državnog kadetskog prvaka.

Dominik Trtanj u osnovnom meču postigao je 186 krugova uvrstivši se u finalno gađanje kao osmoplasirani. U finalnom gađanju Dominik Trtanj postigao je 88 krugova te je s ukupno 274 otpucana kruga ostvario plasman na osmo mjesto.

U plasmanu mlađih kadeta Dominik Trtanj sa 186 otpucanih krugova osvojio je drugo mjesto i srebrnu medalju.

Dinko Blažek otpucao je 176 krugova u pojedinačnom plasmanu kadeta plasiravši se na 47. mjesto, a Gregor Gašparić osvojio je 54. mjesto sa 175 otpucanih krugova.

(Renato Kovačić)



# Krenula nova sezona za kuglačice i kuglače Podravke

U novoj sezoni za kuglačice i kuglače Podravke epidemiološke mjere podrazumijevaju utakmice bez publike, utakmicu bez početnog pozdrava među suparnicima, nošenje maski izvan igre te obaveznu dezinfekciju kugli nakon svakih 60 hitaca.

## Ženska ekipa bez promjena

U ženskoj ekipi nije bilo promjena, trenerica Ljiljana Picer računa na Ž. Orehovec, M. Zver, J. Kolarić, V. Šimunić, Lj. Bolić, A. Lukčin, M. Matiša, A. Grčić, A. Vargić i L. Buhinjak. Žene su u 1. HKL dosad odigrale dva kola, imaju jednu pobjedu te drže 3. mjesto na ljestvici, dok je u posljed-

njem, trećem kolu došlo do prekida utakmice zbog kvara kuglane u Zagrebu pa se odluka o nastavku još čeka.

## Izmijenjena muška ekipa

Kod muškaraca, treneru Ljubomiru Orozu na raspolaganju su Z. Betlehem, M. Šaško, I. Uremović, G. Šegerec, S. Mišir, P. Lukač i R. Lukač. Trenutno su izvan sastava S. Štefić i I. Betlehem, ekipu je napustio Z. Horžitzky, a stigli su D. Dasović i K. Dvornik. U prva tri kola 1. B HKL regije Sjever muškarci imaju jednu pobjedu te se nalaze na 8. mjestu ljestvice. (Jelena Kolarić)



# Novosti iz KUD-a Podravka



## 11. Županijska likovna kolonija

Pod pokroviteljstvom Koprivničko-križevačke županije i organizaciji Županijske zajednice kulturno-umjetničkih udruga, u subotu 29. kolovoza, u Glogovcu je na otvorenom prostoru uz poštivanje svih epidemioloških mjera te u skladu s Preporukama za sprječavanje zaraze bolešću COVID-19., održana 11. Županijska likovna kolonija.

Za ugodan boravak sudionika i gostiju pobrinuli su se članovi obitelji Mihalić i domaćini, te članovi likovno-kreativne sekcije „Glogov zdenac“ KUD-a „Rudar“ Glogovac.

Tridesetak likovnih stvaraoca iz osam likovnih sekcija (likovna sekcija „Podravka 72“ iz Koprivnice, Križevački likovni krug, likovna sekcija „Likresa“ iz Novigrada Podravskog, Udruga „Peski art“ iz Đurđevca, likovna sekcija HPD-a „Ferdo Rusan“ iz Virja, likovno-kreativna sekcija KUD-a Delovi, likovna sekcija

## Milica – Ludmila Pocza

Milica – Ludmila Pocza rođena je 1938. godine Okešincu. Majka je triju kćeri, baka petero unučadi i ponosna prabaka trojice praunuka. Cijeli radni vijek provela je u koprivničkoj Bolnici kao medicinska sestra. Od 2007. živi u Domu za starije i nemoćne osobe u Koprivnici, kad se i počela aktivnije baviti pisanjem poezije. Članica je KUD-a Podravka, Literarne sekcije od 2008. godine.

Objavila je zbirku pjesama „Hvala ti, pjesmo“ koja je dostupna i kao e-knjiga na poveznici [https://issuu.com/ljiljanavugrinec/docs/hvala\\_ti\\_pjesmo](https://issuu.com/ljiljanavugrinec/docs/hvala_ti_pjesmo).

Pjesme su joj objavljene u knjigama: „Naše vrijeme“ (2009.), „Koprivnički književni godišnjak“ (2011.) te u zbirci „Zavičajna zipka“ (2016.), kao i u više brojeva časopisa „Vedriji dani“, glasila Udruge invalida Koprivničko-

križevačke županije. Kao gost-pjesnik sudjelovala je u radio i TV emisijama te održala desetak samostalnih programa - recitala u Domu za starije i nemoćne u Koprivnici, pod nazivom „Susret s pjesnikom“ (2007. - 2017.) s KUD-om Podravka, Literarne sekcije i Udrugom „Mariška“ sudjelovala je u nizu literarnih programa u gradu Koprivnici, a nastupala je i na gostovanjima i literarnim susretima izvan Koprivnice.

Godine 2012. primila je državnu nagradu „Maslačak znanja“ za cjeloživotno učenje koju dodjeljuje Agencija za obrazovanje odraslih, kao primjer osobe koja uči i stvara cijeli život. U Vinkovcima je iste 2012. osvojila prvu nagradu za pjesmu „Potočić Glogovnica“ na Natjecanju pjesnika – štićenika domova za starije iz cijele Hrvatske.





HKUD-a „Frankopan“ iz Ferdinandovca te domaćini likovno-kreativna sekcija „Glogov zdenac“) inspiraciju su pronašli u prirodnim ljepotama glogovačkog kraja slikajući raznim tehnikama (olovka, ulje i akril na platnu, suhe paste i oslikavanje na svili). KUD Podravku, likovnu sekciju „Podravka 72“, predstavljalo je 5 članova: Vlatka Kordina, Marijana Gaži, Marta Rušak, Kristinka Klarić i Anđelko Brkić.

### 17. slikarska kolonija Kloštranske palete

U Kloštru Podravskom, u subotu 29. kolovoza, 17. su se put na jednodnevnoj likovnoj radionici okupili slikari četiriju županija sjeverozapadne Hrvatske. Svoje radove stvarali su u lovačkom domu Lovačke udruge Srndač. Ova se kolonija održala u potpuno novim okolnostima uvjetovanim aktualnom epidemiološkom situacijom. Tridesetak slikara u ugodnom prirodnom ambijentu, stvarali su svoje umjet-



ničke radove. U ime domaćina sudionike su pozdravili predsjednica Kloštranske palete Martina Fuk i zamjenik načelnika općine Kloštar Podravski Ivan Čupen, poželjevši ugodno druženje i uspješan rad.

Iz naše likovne sekcije „Podravka72“ KUD-a Podravka, na ovoj slikarskoj koloniji, sudjevala su tri člana: Marija Stipan, Vesna Martinjak i Ivan Rođak.

(Vesna Martinjak)

Ludens teatar

## Neizvjesni listopad

Jesen je stigla, a s njom i hladne noći i svježja jutra. Uobičajene viroze unose još više straha nego prije, a neizvjesnost epidemioloških mjera ostavlja svoj trag na kulturne djelatnosti. Ljeto je gotovo, a s njim i mogućnost otvorenih prostora. No, poštujući distancu, nošenje maski i pranje ruku, „kulturnjaci“ ulaze u nove izazove u nadi kako će cijela zdravstvena situacija imati pozitivan ishod.

Ludens teatar u suradnji s udrugom Kopriva provodi četvrtkom glumačke radionice u sklopu projekta KUPID. Grupa je formirana i predano radi na novoj amaterskoj predstavi. S druge strane, upisi u Dramski studio traju, a

početak je najavljen za 14. listopada. Termini su ponedjeljkom i srijedom, a na vama je da se upišete i otkrijete ili brusite svoj glumački talent.

Nakon gostovanja u Sesvetama i Opatiji predstava Kraljevstvo Moje (za početnike) u listopadu će igrati u Novoj Gradiški, Sisku i Zagrebu. A 10. listopada će biti prikazana i za naše Koprivničance. Naime, u 20:00 sati će u Domu mladih Janko Rakoš, Enes Vejzović i Sven Šestak odigrati kazališni komad kojim će nasmijati publiku, ali ju i potaknuti na razmišljanje. Ulaznice možete rezervirati telefonski (097 7583367), e- poštom (info@



ludensteatar.hr) ili u uredu Ludens teatra (Hrvatske državnosti 10, prvi kat).

Predstave se uspješno provode uz poštivanje svih epidemioloških mjera. (Josip Živoder)

## CHILI CON CARNE S BATATOM

coolinarika.com

### Sastojci (za 4 osobe):

- 2 žlice ulja
- 300 g miješanog mljevenog mesa (svinjetina, junetina)
- 300 g batata (crveni, narezan na kockice)
- **1 Fant za chili con carne**
- **150 g konzerviranog Crvenog graha Podravka**
- svježi korijandar za posluživanje

Na zagrijano ulje stavite mljeveno meso i popecite uz miješanje, da tekućina ispari. Dodajte batat i sve zajedno popecite 5 minuta.

Ulijte 500 ml mlake vode i sadržaj vrećice Fanta te izmiješajte.

Dodajte ocijeđeni crveni grah i pirjajte 10 minuta, uz povremeno miješanje.



Jelo pospite narezanim korijandrom i poslužite s kukuruznim kruhom ili popečenim tortiljama.

♥ **Savjet:** Batat možete zamijeniti muškatnom bundevom.

**Vrijeme pripreme:** 25 minuta

**Zahtjevnost:** Jednostavno

## PILEĆI BATACI S LAGANOM SALATOM

### Sastojci (za 4 osobe):

- 1 kg pilećih bataka (8 komada)
- **1 žličica Vegeta Maestro češnjak granula**
- 1 žlica ulja
- 1/2 žlice smeđeg šećera
- **Vegeta Maestro šareni papar**
- **1 žlica Vegete**
- 30 ml vinskog octa
- 3 žlice cvjetnog meda
- **2 žličice Vegeta Maestro dimljene paprike**

### Salata:

- 1 veliki ljubičasti luk
- 1 glava zelene salate
- 200 g cherry rajčica
- 300 g svježeg krastavca
- 100 g rotkvice
- 150 g skute
- 3 žlice majoneze
- 100 g jogurta
- 1 limun
- **malo Vegeta Maestro vlasca**
- sol
- **Vegeta Maestro šareni papar**



Pileće batak začinite Vegetom, paprom, češnjakom u granulama i s malo smeđeg šećera.

Posložite ih u posudu za pečenje koju ste nauljili i pecite pokrivene u pećnici zagrijanoj na 200 °C 30 minuta.

Dok se piletina peče, pripremite salatu. Ljubičasti luk narežite na ploške, zelenu salatu na rezance, cherry rajčice na pola, svježi krastavac očistite od srži i rotkvice narežite na ploške. Na kraju dodajte narezanu skutu.

Napravite preljev od majoneze, jogurta i ocijeđenog soka limuna te dodajte vlasac, sol i papar.

Umak za meso pripremite od vinskog octa, meda i dimljene paprike.

Piletinu izvadite iz pećnice, prelijte s pripremljenim umakom i vratite u pećnicu.

Pustite da se piletina zapeče do rumene boje (oko 15 minuta).

Pileće batak poslužite s laganom salatom prelišenom umakom.

♥ **Savjet:** Koristite batak srednje veličine tako da se istovremeno ispeku.

**Vrijeme pripreme:** 50 minuta

**Zahtjevnost:** Srednje zahtjevno

## AROMATIČNI LAVA MUFFINS

### Sastojci:

- 25 g maslaca
- 1 žličica šećera u prahu
- 1 žličica kakaa u prahu
- **1 Lava Muffins Dolcela**
- 2 jaja
- 2 žlice tople vode
- 1 žlica voćnog likera
- 30 g oguljenih pistacija
- 200 g svježeg voća

Kalupe za nabujak (4 komada, 7 cm Ø) namažite maslacem.

Kakao i šećer u prahu dobro promiješajte, pa tom mješavinom obložite namazane kalupe, a višak smjese istresite.

Mješavinu za Lava muffine uspite u posudu, dodajte jaja, vodu i liker.

Sve zajedno miješajte električnom miješalicom najvećom brzinom jednu minutu, dok ne dobijete glatko tijesto.

Dobivenu mješavinu ulijte u pripremljene kalupe, stavite ih u pećnicu zagrijanu na 220 °C i pecite 10 minuta.

Pecene kolače izvadite iz pećnice i pustite



neka se ohlade pet minuta.

Kalupe potom okrenite na tanjur za posluživanje i lagano istresite kolač.

Poslužite toplo posuto nasjeckanim pistacijama i sa svježim voćem.

♥ **Savjet:** Upotrijebite svježe sezonsko voće prema želji ili upotrijebite voće kakvog je okusa liker.

**Vrijeme pripreme:** 30 minuta

**Zahtjevnost:** Jednostavno

## Nagrada igra za Podravkaše

# Odgovorite točno na pitanje i osvojite poklon paket

Sve što je potrebno jest poslati točan odgovor, sa svojim podacima, na e-mail adresu: lana.miletic@podravka.hr, s naznakom NAGRADNA IGRA: ODGOVORI TOČNO I OSVOJI POKLON PAKET.

Odgovore možete slati do 20. listopada 2020., a najsretnija/najsretniji od vas, s točnim odgovorom, bit će odabran putem aplikacije random.org. Ime dobitnice/dobitnika poklon paketa bit će objavljeno u sljedećem broju lista Podravka.

## Tako su novi Podravkini brand ambasadori?

### Štefica Lukanec

– sretna dobitnica  
nagradne igre

Najsretnija u rješavanju nagradnog pitanja „U kojem mjesecu je sezona rajčica na vrhuncu?“ s točnim odgovorom – „u kolovozu“, je Štefica Lukanec iz Riznice kojoj je komisija iz Korporativnog marketinga i komunikacija donijela sreću u ovom nagradnom izvlačenju.

# Čok-Čok Čokolino za veliku i malu djecu!

50  
GODINA  
MLAD



PODRAVKA