

LIST DIONIČARSKOG DRUŠTVA "PODRAVKA" KOPRIVNICA   RUJAN 2019.   GODINA 57.   BROJ 2058

# PODRAVKA



**Najbolja paprika  
za najbolji ajvar**



dolcela<sup>®</sup>

IMAŠ  
PRAVO NA  
SLATKO!

Zgrabi  
*Cake2go*

Ne trebaš ništa raditi.  
Samo ga zgrabi, otvori, zagrizi i uživaj!

*Slatki dodir fantazije*



PODRAVKA

[www.podravka.com](http://www.podravka.com)

## Poštovane Podravkašice i Podravkaši,

Iako je proteklo razdoblje obilježilo vrijeme godišnjih odmora, u našoj kompaniji se radilo punom parom, a i brojni hrvatski dužnosnici su posjetili Podravku. Prilikom posjeta predsjednika Vlade Republike Hrvatske Andreja Plenkovića prezentirani su dosadašnji rekordni rezultati poslovanja Grupe Podravka koji su, prema riječima premijera „ohrabrujući za hrvatsko gospodarstvo“.

Ohrabrujuće je i to što se na konferenciji „Hrvatska kakvu trebamo“ održanoj u Podravki raspravljalo o nužnim promjenama u poreznoj politici s ciljem stvaranja poticajnijeg poduzetničkog okruženja, na temu „Porezna reforma iz perspektive gospodarstva – godinu dana poslije“ posvećenu efektima i očekivanjima od nadolazećih mjera porezne politike.

„Prva konferencija na ovu temu održana je, ne slučajno, prošle godine kod nas u Podravki. Mnoge mjere i ideje tada inicirane od strane Podravke naišle su na plodno tlo što je rezultiralo poreznom reformom. Zahvaljujući njoj danas rastu prihodi, raste standard radnika, raste izvoz Podravke. Podravka je prošle godine podigla standard svojih zaposlenika za čak 35 milijuna kuna“, kazao je na konferenciji predsjednik Uprave naše kompanije Marin Pucar naglasivši da je Podravka među top pet izvoznika u Republici Hrvatskoj.

Treba naglasiti kako su dosadašnje konferencije imale velik odjek u javnosti i iznimnu posjećenost te su se pokazale kao jedinstvena prilika da dobijemo odgovor na pitanje kakvu Hrvatsku trebamo.

A sada malo o tradiciji. I ove godine Podravka je bila dijelom programa Renesansnog festivala te se osim kao sponzor, naša kompanija predstavila svojim ugostiteljskim objektom s ponudom pivnice Kraluš te putem kulinarskih promocija pa je tijekom četiri dana predstavljen Kraljevski renesansni ražanj pripremljen od strane Podravkinih promotora te je održano natjecanje kuhara profesionalaca za osvajanje titule Kraljevskog kuhara. Ovu prestižnu titulu osvojio je Marinko Jurišić koji je svoj renesansni pladanj predstavio kralju Ludoviku I. Anžuvincu i njegovoj supruzi, kraljici Elizabeti, a nagradu su mu uručile članica Uprave Podravke Ljiljana Šapina i članica Nadzornog odbora Podravke Dajana Milodanović. Također, tradicionalno ujedinjeni u dugogodišnjem zlatnom partnerstvu, Sarajevo Film Festival i Podravka, ponosno su proslavili jubilej - četvrt stoljeća svojevrnog trijumfa kulture i umjetnosti, značajnog kako za Bosnu i Hercegovinu, ali i mnogo šire – u regiji i svijetu.

„Iznimno smo ponosni na svoju ulogu u ovoj prekrasnoj manifestaciji koja svakoga ljeta okuplja sve koji nešto znače u svijetu sedme umjetnosti i sve nas koji je cijenimo i podupiremo. Uz čestitke za ovaj 25. rođendan i jubilej Festivalu, veliko mi je zadovoljstvo čestitati i svima koji su ovaj put nagrađeni Srcem Sarajeva“, kazao je Milan Šarlija, direktor Podravke BiH.

Naravno, bilo je još brojnih gospodarskih, kulturnih i sportskih događanja koja su obilježila proteklo razdoblje, a o njima više pročitajte na idućim stranicama naših novina. (R)

## SADRŽAJ

- 4 - 9**    **Vijesti**
- 10 - 14**    **Noviteti i kampanje**
- 15**    **Vijesti**
- 16 - 18**    **Tržišta**
- 19**    **Kultura**
- 20 - 21**    **I ja sam Podravkaš**
- 22**    **Belupo**
- 23**    **Coolinarika**
- 24 - 25**    **Žito**
- 26 - 29**    **Sport**
- 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

#### Redakcija lista:

Lana Miletić, Boris Fabijanec

#### Lektura:

Tea Cikojević Prlić

#### Grafička priprema:

Miroslav Miletić

#### Tisak:

Printera

#### List Podravka čitajte i na:

[www.podravka.hr](http://www.podravka.hr)



# „Hrvatska kakvu tre porezne reforme od

## Uspješan nastavak konferencija za društvo u kojem želimo živjeti

Nakon vrlo uspješne prošlogodišnje konferencije „Hrvatska kakvu trebamo“ na kojoj se raspravljalo o nužnim promjenama u poreznoj politici s ciljem stvaranja poticajnijeg poduzetničkog okruženja, Večernji list je i ove godine u Koprivnici u suradnji s Podravkom organizirao konferenciju na temu „Porezna reforma iz perspektive gospodarstva – godinu dana poslije“ posvećenu efektima i očekivanjima od nadolazećih mjera porezne politike. Okupljeni sudionici imali su priliku čuti sve o problematiki poreznog sustava od vodećih hrvatskih stručnjaka koji su održali niz prezentacija i aktivno raspravljali o potencijalnim rješenjima porezne reforme.

Događanje u Koprivnici je pozdravnim govorima otvorio glavni urednik Večernjeg lista Dražen Klarić: „Godinu dana nakon prethodne konferencije ponovno smo u Koprivnici, što se pokazalo kao pogodak jer je zbog odličnih rezultata Podravke predsjednik Uprave te kompanije Marin Pucar izabran za gospodarstvenika godine od urednika i novinara.“

Okupljenima se obratio i ministar gospodar-



stva, poduzetništva i obrta Republike Hrvatske Darko Horvat te predsjednik Uprave Podravke Marin Pucar naglasivši kako se prije godinu dana u gotovo isto vrijeme raspravljalo o istim temama te su predlagana porezna rasterećenja koja su u međuvremenu prihvaćena.

„Prva konferencija na ovu temu održana je, ne slučajno, prošle godine kod nas u Podravki. Mnoge mjere i ideje tada inicirane od strane Podravke naišle su na plodno tlo što je rezultiralo poreznom reformom. Zahvaljujući njoj danas rastu prihodi, raste standard radnika,

raste izvoz Podravke. Podravka je prošle godine podigla standard svojih zaposlenika za čak 35 milijuna kuna“, kazao je Pucar naglasivši da je Podravka među pet top izvoznika u Republici Hrvatskoj.

Nakon uvoda uslijedile su tri tematske prezentacije o poreznoj reformi koje su održali izaslanik predsjednika Vlade i ministar financija Republike Hrvatske Zdravko Marić, član Uprave za financije Podravke Davor Doko te Hrvoje Šimović s Ekonomskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu.

Na kraju programa održao se okrugli stol na



# "bamo" na temu ržana u Podravki



kojem se raspravljalo o poreznoj reformi iz perspektive gospodarstva, a u diskusiji su sudjelovali izaslanik predsjednika Vlade i ministar financija Republike Hrvatske Zdravko Marić, predsjednik Uprave Podravke Marin Pucar, predsjednik Uprave Atlantic grupe Emil Tedeschi te Marko Remenar iz Adris grupe. Mnoge stvari koje su inicirane na prošlogodišnjoj konferenciji u Koprivnici su prihvaćene pa je i ovogodišnja konferencija bila idealna prilika da gospodarstvenici, političari i stručnjaci ponovno otvore priču o poreznim rasterećenjima, ali i gospodarskoj klimi u Hrvatskoj. Seriju konferencija „Hrvatska kakvu trebamo“ pokrenuo je Večernji list prije dvije godine kako bi u javni prostor vratili fokus na ključne teme i konačno napravili iskorak prema društvu kakvo svi zaslužujemo. Na konferencijama su okupili vodeće hrvatske stručnjake te kroz niz rasprava i panela ponudili strategiju demografskog razvoja, obrazovanja, nacionalne sigurnosti, političkog sustava, poljoprivrede, energetike, ekologije, turizma, brendiranja i

odnosa prema prošlosti. Dosadašnje konferencije imale su velik odjek u javnosti i iznimnu posjećenost te su se pokazale kao jedinstvena

prilika da dobijemo odgovor na pitanje kakvu Hrvatsku trebamo, stoga će se sljedeća konferencija održati već za mjesec dana.





## Najava velike proslave



### Susret umirovljenika i radnika obljetničara

I ove godine Podravka će na jednom mjestu okupiti svoje zlatne generacije, umirovljenike koji su godinama stvarali ono što Podravka danas jest. Kako bi im zahvalila na godinama truda i ulaganja, Podravka će 27. rujna ispred Tvornice juha i Vegete pripremiti prigodnu veselicu za sve umirovljenike i radnike s jubilarim radnim stažem, obljetničare. Gosti iznenađenja zabavljat će okupljene, a sve počinje od 13 sati.

Za one koji nemaju prijevoz bit će organizirani autobusi koji će polaziti na Danicu ispred poslovne sedmerokatnice od 11.30 pa svakih pola sata do 12.30, a vraćat će se od 16.00 sati s Danice prema poslovnoj sedmerokatnici otprilike svakih sat vremena. (Lana Miletić)

Održan 27. Jesenski međunarodni bjelovarski sajam u Gudovcu

### Predsjednica RH posjetila Podravkin izložbeni prostor



Nakon uspješnog proljetnog sajma u Gudovcu, od 6. do 9. rujna održan je, po 27. puta Jesenski međunarodni bjelovarski sajam u Gudovcu. Kao i dosad, među nekoliko stotina različitih izlagača, našao se i sektor Poljoprivrede Podravke koji se brojnim posjetiteljima predstavio kroz tri dana održavanja sajma. Na Podravkinom štandu degustirala su se jela s Podravkinim ajvarom, povrćem, pekmezom od šljiva i džemovima. Sve to, na dan otvorenja Sajma, obišla je i predsjednica RH Kolinda Grabar Kitarović, a u Podravkinom izložbenom prostoru ugostila ju je delegacija na čelu s članicom Uprave Podravke Ljiljanom Šapina.

S ciljem pronalaska novih kooperanata i poslovnih partnera te zadržavanja postojećih, a sve kako bi se ostvario cilj povećanja udjela domaće sirovine u Podravkinim proizvodima, na sajmu je prezentiran Podravkin proces „od polja do stola“ te mogućnosti suradnje. (Lana Miletić)

## Među 60 najbolje dizajniranih Vegeta doza našlo se i četvero Podravkaša

U povodu 60. rođendana Vegeta je pripremila nagradni natječaj u kojem su svi zainteresirani mogli napraviti svoj dizajn Vegeta doze. Nakon objave rezultata i odluke žirija ponosno možemo istaknuti da je među 60 najboljih i četvero Podravkaša – Danijela Lovrinović, Tjaša Ogrinec, Romana Zlatar-Vulić i Vlatko Blažek.

Krunoslav Bešvir, direktor Poslovnog programa Kulinarstvo tim je povodom otvorio izložbu nagrađenih radova te Podravkašima uručio nagrade i posebne plakete - vlastiti dizajn Vegeta doze s potpisom te naglasio: „U povodu proslave 60. rođendana, Vegeta je pozvala svoje potrošače da postanu dio njezine povijesti sudjelovanjem u nagradnom natječaju kreacijom vlastite Vegeta etikete. Željeli smo omogućiti i našim zaposlenicima da pokažu svoju kreativnu stranu, a s obzirom da prilikom prijave etikete žiri nema mogućnost vidjeti tko ju je izradio, do krajnjeg odabira svih 60 etiketa nismo mogli znati tko stoji iza kojeg dizajna. U razdoblju od mjesec dana zaprimljeno je više od 32 tisuće



prijedloga dizajna, natječaj je proveden na tržištima Hrvatske, Srbije, Bosne i Hercegovine, Crne Gore i Sjeverne Makedonije a prijavljivali su se i potrošači iz Australije, Austrije,

Belgije, Bugarske, Danske, Finske, Njemačke, Francuske, Irske, Italije, Slovenije, SAD-a, Nizozemske, Švicarske, Švedske, Kosova, Kanade, Grčke te Norveške.“ (Ana Lukčin)





## Premijer Republike Hrvatske u posjetu Podravki



U sklopu posjeta Koprivničko-križevačkoj županiji delegacija na čelu s predsjednikom Vlade Republike Hrvatske Andrejem Plenkovićem posjetila je Podravku. U pratnji premijera bili su ministar gospodarstva, poduzetništva i obrta Darko Horvat, ministrica poljoprivrede Marija Vučković i ministar turizma Gari Cappelli te predstavnici Županije i Grada,

župan Darko Koren i zamjenik župana Darko Sobota te gradonačelnik Mišel Jakšić.

Od strane Podravke članovi Uprave na čelu s predsjednikom prezentirali su premijeru dosadašnje rekordne rezultate poslovanja Grupe Podravka koji su, prema riječima premijera „ohrabrujući za hrvatsko gospodarstvo“.

(Lana Miletić)



### Podravka i ove godine sudjeluje u projektu osiguravanja bilježnica za osnovnoškolce

I ove je godine Podravka, zajedno s Gradom Koprivnica i drugim sponzorima, svojim motivima oslikala bilježnice za sve polaznike osnovnih škola s područja grada. 13. godinu zaredom osnovnoškolce će dočekati besplatne bilježnice, a radi se o brojki od 43 500 bilježnica za 2450 učenika.

Na četiri Podravkine bilježnice nalaze se motivi Lina i Lade, Dolcele Cake2Go, Kvikija te Lino Lade.







## 14. Renesansni festival

# Podravka se i ove godine predstavila posjetiteljima



Već tradicionalno, Podravka je bila dijelom programa Renesansnog festivala koji se ove godine održao od 22. do 25. kolovoza na gradskim bedemima u Koprivnici. Osim kao sponzor, Podravka se predstavila sa svojim ugostiteljskim objektom s ponudom pivnice Kraluš

te putem kulinarskih promocija.

Tijekom četiri dana predstavljen je Kraljevski renesansni ražanj pripremljen od strane Podravkinih promotora te je održano natjecanje kuhara profesionalaca za osvajanje titule Kraljevskog kuhara. Ovu prestižnu titulu osvojio je Marinko Jurišić koji je svoj renesansni pladanj predstavio kralju Ludoviku I. Anžuvincu i njegovoj supruzi, kraljici Elizabeti, a nagradu su mu uručile članica Uprave Podravke Ljiljana Šapina i članica Nadzornog odbora Podravke Dajana Mladenović.

U prostoru pivnice Kraluš na gradskim bedemima, ali i u centru povodom Renesansnog festivala, tematika je bila majstorska: novi brand i ponuda kobasičarskih proizvoda pod nazivom Majstor. Trajne kobasice Vinka, Vatroslava i Blaženka kao snack, pečeni Jeger na štapu te nadolazeći grill asortiman – Pepica (pikantna kobasica s paprikom) i Koprivka (grill kobasica s koprivom) u pecivu mogle su se kušati po promotivnim cijenama. (Lana Miletić)

Istraživanje i razvoj na Renesansnom festivalu

## Alkemija za sve posjetitelje pod geslom „Iz jednog sve, iz svega jedno, u jednom je sve“

Već petu godinu zaredom zaposlenici sektora Istraživanje i razvoj učestvuju u programu Renesansnog festivala gdje su na zabavan i efektan način alkemiju približili najmlađima, ali i svim zainteresiranim posjetiteljima. Podravkini zaposlenici su na ovoj manifestaciji nastavili sa širenjem drevne vještine preobrazbe neplemenitih metala u plemenite, potragom za kamenom mudraca, odnosno životnim eliksirom, izvedući pokuse „dobivanja zlata“, „prizivanja duha iz boce“ koji ispunjava pozitivne želje, „zmajskim plamenom“ koji raspršuje negativne misli te pojavom zastrašujuće „crne mambe“ koja zaustavlja dah.



Sudeći prema zadržavanju u alkemičarskom kutku interes posjetitelja ne jenjava. Alkemija je uvijek zanimala ljude i danas se u tom smislu nije ništa promijenilo, bez obzira na spoznaje i informacije koje nas okružuju i

koje su svima lako dostupne.

Djeca su bila oduševljena igranjem sa šarenim tanjurom, pisanjem nevidljivom tintom te bocom želja koja, ukoliko promijeni boju, ostvaruje želje. Naravno, roditelje je više interesiralo otkrivanje zlata kao i vrt u kojem rastu različiti minerali iz kojeg će, s vremenom, izniknuti eliksir mladosti.

Dvanaest zaposlenika sektora Istraživanje i razvoj, službe Kontrola kvalitete i Korporativni razvoj proizvoda prošlog je vikenda oduševilo male i one veće posjetitelje, približilo im tajne i čarolije drevne vještine alkemije.

(Nataša Kemić-Matijević, Vesna Popijač)



# Održan 22. Dan rajčice u Umagu

Podravka ove godine u svojoj tvornici povrća u Umagu planira preraditi 11 tisuća tona istarske rajčice

U organizaciji Podravke d.d., Grada Umaga i Turističke zajednice grada Umaga, uspješno je, po dvadeset i drugi put, održan humanitarno-kulinarški projekt Dan rajčice, kojim se obilježava stoljetna tradicija prerade rajčica u Umagu. I ove je godine manifestacija započela stručnim skupom na kojem tradicionalno, pred početak berbe rajčice, proizvođači rajčice s područja Istre te stručnjaci i znanstvenici analiziraju stanje i izazove u proizvodnji ove za Istru i za Hrvatsku najznačajnije povrtno kulture.

Po završetku stručnog skupa nagrađeni su najuspješniji proizvođači rajčice za preradu s područja Istre, a sudionici skupa obišli su proizvodne i pokusne površine pod rajčicom dugogodišnjih Podravkinih kooperanata.

Za razliku od prethodnih godina kada se Dan rajčice poklapao s početkom berbe i prerade, ove godine zbog izuzetno kišovito i hladnog svibnja početak berbe rajčice kasni desetak dana. Unatoč ne baš povoljnim ovogodišnjim



uvjetima za rast i razvoj rajčice na području Istre, iznimnim naporima proizvođača, većina zasnovane proizvodnje u dobrom je stanju te se sa zasađenih oko 4 milijuna presadnica na 170 hektara očekuje oko 11.000 tona rajčice za preradu u Podravkinoj tvornici povrća Umagu. Dan je završio nezaobilaznom „Feštom od rajčica“, humanitarno-kulinarском priredbom u kojoj su Podravkine promotori kulinarstva pripremili mnoštvo delicija u kojima su po pro-

motivnim cijenama uživali brojni Umažani i njihovi gosti, dok će se prikupljena sredstva i ove godine usmjeriti za nabavku radiološkog aparata za umaški Dom zdravlja.

Osim humanitarne note i kulinarškog showa, Fešta od rajčica ponudila je i mnoštvo zabave uz glazbu i nezaobilaznog Lina za najmlađe, a i ovom je prigodom održan izbor najveće istarske rajčice. Najveću rajčicu ove je godine imala Ingrid Pribac iz Buja, tešku čak 938 grama. (R)

## Podravka na Ljetu na Zrinskom

Koncertom Opće opasnosti powered by Podravka završen ovogodišnji ljetni program u Koprivnici



Kao i dosadašnjih godina, i ove je godine Podravka bila dijelom Ljeta na Zrinskom, prigodnog ljetnog programa u centru Koprivnice.

Massimovim koncertom powered by Podravka službeno je otvorena manifestacija, a prije samog koncerta Podravkine su promotori kulinarstva pripremali Povrtnu tavu, lagani ljetni obrok koji su mogli degustirati svi zainteresirani.

Tijekom trajanja Ljeta na Zrinskom Podrav-

kine su maskote, Lino i Kviki, svakog utorka i četvrtka, prije Ljetnog kina pod zvijezdama zabavljale okupljene gledatelje u Gradskom parku te im dijelile grickalice za ugodnije gledanje filmova i crtića.

Koncertom Opće opasnosti powered by Podravka završeno je ovogodišnje Ljeto na Zrinskom, a prije koncerta najmlađe su zabavljali Šumi, Lino i Kviki uz prigodne grickalice.

(Lana Miletić)





# IMAM DOBAR PLAN DA VAM ZAČINIM DAN



## ZAČINI INSPIRACIJE

Niti jedno jelo nije potpuno dok njegov okus ne zaokruži aroma, miris i okus odgovarajućih začina. 100% prirodni Vegeta Maestro začini izvući će ono najbolje iz svakog jela, ali i svakog kuhara.







## Sezona paprika i ajvara

# Bez dobre paprike nema ni dobrog ajvara

Kako Podravka ima vlastite sorte paprike, Podravku i Slavonku, razvijene za potrebe proizvodnje ajvara i fileta, ne čudi vrhunska kvaliteta finalnog proizvoda – Podravkinog ajvara

Druga polovica kolovoza rezervirana je za početak proizvodnje Podravkinog ajvara. Bez obzira na vremenske (ne)prilike, Podravkin će ajvar i ove godine biti na zavidnoj razini kvalitete. Prema procjenama, do kraja listopada trebalo bi se proizvesti gotovo 4 000 tona ajvara, a navedena količina potvrđuje prepoznatljivost kvalitete i dobrog okusa kojeg skriva svaki zalogaj domaćeg okusa Podravkinog ajvara.

### Vlastitim sortama do najveće kvalitete

Kako je tajna dobrog ajvara u kvaliteti paprika, Podravka s kvalitetom nema problema jer je razvila originalne vlastite sorte paprike, Podravku i Slavonku, prve hrvatske sorte s UPOV (International Union for the Protection of New Varieties of Plants) certifikatom. Visoka kvaliteta potvrđena u suhoj tvari (indikatore kvalitete paprike), primamljivog okusa i mirisa čini



Podravkine sorte paprike najboljima za prerađivanje u ajvar, ali i za proizvodnju fileta paprike.

### Od polja do stola

Podravkin princip rada „od polja do stola“ vrijedi i za papriku, to jest ajvar: od ubranog proizvoda do finalnog proizvoda dolazi se u svega 24 sata, što je moguće zahvaljujući tehnološkoj modernizaciji tvornice Kalnik u Varaždinu gdje ajvar nastaje. Na taj se način zadržava kvaliteta paprike koja daje poseban okus konačnom proizvodu, ajvaru.

Ove godine proizvodnja ajvara započela je 19. kolovoza i trajat će do kraja listopada. U tom periodu dnevno se proizvede stotinjak tona

gotovog proizvoda, a bez obzira na automatiziranost procesa nastajanja ovog povrtnog priloga, u svakom je dijelu uključen i čovjek: bilo da se radi o berbi, provjeri kvalitete sirovine, preradi.

### Superfood

Zbog svojih nutritivnih svojstava, bogatstva prirodnih hranjivih tvari, bez glutena i konzervansa, ajvar je superfood namirnica. Uvijek fin i uravnotežen, bez obzira radi li se o ljutoj ili blagoj varijanti, uprženoj ili domaćoj, Podravka ajvar savršeno se slaže s roštiljem, varivima, na šniti kruha, ali i sam ravno iz teglice.

(Lana Miletić)



## Dolcela obara rekorde na društvenim mrežama!

Koliko ste se samo puta zatekli u nedostatku inspiracije za pripremu savršene slastice? U želji da gostima ponude nešto moderno i drugačije, moderne domaćice znaju da svoje brige oko slastica mogu prepustiti Dolceli. Maštoviti, trendy i ukusom savršeni a gotovi u nekoliko koraka, videorecepti su koje Dolcela svaki mjesec donosi na svoje Instagram i Facebook kanale. Pažljivo osluškujući potrebe potrošača i prateći svjetske trendove u pripremi slastica, Dolcela potrošačicama diljem regije daje inspiraciju za pripremu najukusnijih torti, kolača i deserata.

U nizu uspješnih recepata kojima je Dolcela inspirirala potrošače unazad godinu dana,

istaknut ćemo zadnji, ljetni videorecept "Mousse torta s malinama i pistacijama" koji je kao hit objava oborio sve rekorde te postigao odličan uspjeh! Dosegnuo je gotovo pola milijuna korisnika i prikupio 6.000 lajkova, komentara i shareova.

U pripremi ove savršene ljetne poslastice korišten je novi Dolcela mousse od vanilije uz koji je mogućnosti i ideja za pripremu pregršt! I zato, požurite na društvene mreže te zapratite Dolcela Instagram i Facebook kanale, ali upozoravamo vas, može izazvati jaku ovisnost o slatkom.

Nemojte reći da vas nismo upozorili!

(Ksenija Maltarić, Kristina Perković)



Lino Lada ne poznaje granice

## Lino Lada na putovanju u Sjevernu Koreju

Najzatvorenija država na svijetu, misteriozna Sjeverna Koreja imala je priliku ugostiti pravu poslasticu: Lino Ladu Kokos. Zahvaljujući Kristijanu Iličiću, Lino Ladu Kokos imali su priliku probati i tamošnji stanovnici jer je Kristijan ponio nekoliko komada koje je podijelio lokalnim vodičima.

Inače, Kristijan je veliki zaljubljenik u putovanja te ima za cilj obići sve države svijeta, a na tom će mu se putu, bez sumnje, pridružiti i Lino Lada, njegov omiljeni slatki namaz. (Lana Miletić)



## Još veći izbor Cake2go slastica Imaš pravo na slatko uz Cake2go Blondies i Brownies

Jedinstveno i brzo rješenje za vaše slatke krize novi su Dolcela Cake2go proizvodi: Brownies i Blondies. Biskvitni trajni kolači bogatog su i sočnog okusa, spremni za konzumaciju u toploj i hladnoj varijanti. Obogaćeni komadićima belgijske čokolade savršeni su baš za svaku priliku: brz međuobrok u pauzi na poslu, slatki desert prije ili poslije ručka - vaša nova omiljena to-go poslastica. Iskoristite vaše pravo na slatko gdje god se nalazili - samo ih otvorite, zagrizite i uživajte! (Lana Miletić)







# Kviki na Gamescomu 2019

„Kviki te vodi na gamescom 2019” sretnom dobitniku pružio nezaboravan provod na najvećem svjetskom gaming sajmu!

Gamescom, najveći gaming sajam na svijetu održao se od 25. do 29. kolovoza u Kölnu u Njemačkoj. Kao veliki štovatelj i prijatelj zaljubljenika u igrice, Kviki nije propustio priliku da vidi što ima novog u svijetu igrica. Kako je u društvu uvijek zabavnije, Kviki je na put poveo i dva prijatelja, Tina i Tomislava. Naime, Tin je sudjelovao u nagradnom natječaju „Kviki te vodi na gamescom 2019” i najboljim sloganom: „Kviki gricni, mišem klikni, WASD stisni, teammatea okriži, torbu spremi i na put s Tomislavom kreni. IQ 200 play napravi i ez pobijedi” - osvojio put za sebe i svog prijatelja.

Inače, Kviki je ovaj put na gamescom organizirao u suradnji s Rebootom, mjesečnikom koji se bavi svijetom gaminga. Suradnja



Kvikija i Reboota krenula je prošle godine, a nastaviti će se i dalje. Već u studenom Kviki će ponovno ponosno šetati i zabavljati posjetitelje Reboot InfoGamera, hrvatskog ga-

ming sajma koji će se održati od 12. do 17. studenog na Zagrebačkom Velesajmu u čak osam paviljona.

(Lana Miletić)







## Novi panoi Šime i Mirne Rovinj

Tvornica ribljih proizvoda Mirna simbol je Rovinja i zbog svoje lokacije, na samoj obali uz more, nemoguće ju je ne primijetiti. Veliki zidovi tvornice idealno su mjesto za oglašavanje, stoga je marketing PP-a Riba, zajedno s kolegama iz Tvornice u Rovinju, odlučio postaviti panele na pročelje hladnjače kako bi krasili pogled iz grada Rovinja te samu hladnjaču.

U Tvornici Mirna Rovinj, još od 1877. godine proizvodi se asortiman pod brandom Mirna, Arena i Rovinj, stoga su ti proizvodi dobili počasno mjesto na bočnoj strani hladnjače, koja se vidi i s mora i iz grada. Također, tu je i Eva asortiman, koji se u Rovinju proizvodi odnedavno, a prezentaciju tih proizvoda na velikom panou preuzeo je uvijek simpatični morž Šime.

(Tamara Jakopanec, Lana Miletić)



## Prepoznata kvaliteta Eva tuna salata

Putem degustacija, ali i na društvenim mrežama, Eva tuna salate osvojile simpatije potrošača

Praktična ljetna kombinacija spremna za trenutnu konzumaciju, u šest različitih okusa, jesu nove Eva tuna salate. Ove salate sve su od navedenog, a da je tome tako pokazali su i komentari tijekom ljetnih degustacija održanih diljem Hrvatske, ali i komentari na društvenim mrežama.

Šest različitih okusa Eva tuna salata: crvena kvinjoja, divlja riža, kus-kus, Mediterana, Dalmatina i Mexicana, osvojilo je srca onih koji su ih isprobali. Prema njihovim riječima, proizvodi su pun pogodak, a blagu prednost većina je dala Eva tuna Mexicana: zbog blage pikantnosti, ali bogatstva okusa i sastojaka, uz praktično pakiranje koje omogućava konzumiranje u svakom trenutku, Eva tuna Mexicana ispala je najpoželjnija među potrošačima. (Lana Miletić)



## 2MIN tjestenina – gotova u trenu

Ne trošite vrijeme, uzmite 2MIN tjesteninu i za tren uživajte u pripremljenom obroku

Dva najpopularnija oblika tjestenine, špageti i fusilli, odsad će biti još popularniji: Zlato polje ima novitet. Zlato polje tjestenine gotove su za dvije minute, po čemu su i dobile naziv: 2MIN špageti i 2MIN fusilli.

Kuhano kod kuće, a brzo gotovo - recept je kojim su se vodili u Zlato polju i osmislili najjačanu tjesteninu od 100% durum krupice koja je spremna za jelo u svega dvije minute.

(Lana Miletić)





# Podravkini branitelji u Rovinju

U organizaciji Udruge branitelja, invalida i udovica Domovinskog rata Podravke, organiziran je izlet za Podravkine branitelje i članove njihovih obitelji u Rovinj. Prva destinacija prilikom dolaska u Rovinj bila je naša tvornica Mirna, gdje je goste pozdravio voditelj Općih poslova i zaštite na radu Evelino Marić. Također, vrijedni djelatnici Mirne pripremili su izvrstan doručak u kojemu su osnova bila srdele, ribe koje su bile tijekom noći ulovljene, a tu je bilo i ostalih delicija iz proizvodnog programa Podravkine tvornice u Rovinju. Također, domaćin je sve Podravkaše iznenadio prigodnim poklon-paketima s proizvodima Mirne. Na lijepom prijemu i domaćinskom ugođaju predstavnicima Mirne se zahvalio predsjednik UBIUDR Podravke Slobodan Lončar.

Nakon doručka uslijedio je obilazak jedinstvenog Rovinja, zaista prelijepog gradića koji plijeni svojom ljepotom i bogatim turističkim sadržajima. Iako je kraj kolovoza, grad još uvijek vrvi turistima. Biti u Rovinju, a ne vidjeti Stari grad i crkvu svete Eufemije s čijeg 60 metara visokog tornja puca pogled na sivo-crvene krovove i dimnjake, ulice i trgove, luku i pristanište s brodovima i barkama, marinu s jahtama te na rivi popiti kavu bio bi grijeh. Grad Rovinj pravo je odredište svih onih koji



žude za sentimentalnom atmosferom vremena koja su nepovratno prošla. Romantičan i tajanstven, ali isto tako i pun mogućnosti za nezaboravan provod, Rovinj postaje i ostaje grad u koji se poželji vratiti.

A što je najbolje nakon višesatne šetnje po Rovinju, nego pronaći osvježanje u moru. Sunčan i topao dan idealan za kupanje, sunčanje, osvježavajuće piće i tako nekoliko sati do polaska natrag prema Koprivnici. Agilni i

vrijedni organizatori izleta ništa nisu prepustili slučaju te su se zaista potrudili da ovaj izlet ostane braniteljima u dugom sjećanju pa je tako, između ostaloga, na povratku organizirana i večera u poznatom grobničkom restoranu Putnik. Nakon obilne večere krenulo se prema Koprivnici. Atmosfera u autobusu bila je odlična jer je UBIUDR Podravke organizirao još jedan izlet za pamćenje.

(Boris Fabijanec)

## Kolumna

Piše: Maja Kušenić Gjerek

## Renesansna iskrenja na rubu ljeta

Kakvo vrelo ljeto je za nama! Nitko se ne može žaliti da se nije nauživao topline i sunca, ma gdje ga proveo u Lijepoj Našoj! I ovdje kod nas, u Podravini, gdje obično poslije Velike Gospe padnu prve ozbiljnije kiše i počne mirisati na jesen, kolovoz je nastavio isijavati vrućinu do samog kraja, tako da se i Renesansni festival ove godine u Koprivnici počastio suncem, uz koji kratki, nevažni pljusak i sve se odvijalo po kraljevskom protokolu i u vedrom raspoloženju.

Ponovno smo ušetali u bajku iz prošlosti i sretali kostimirane plemkinje, plemiće, ratnike, zanatlije i puk po bedemima, ali i u centru grada i parku, kao da smo na setu nekog povijesnog filma s brojnim statistima. Suprug i ja počastili smo se slatkim gvercom i medenjacima pod šatorom, uz slušanje prigodne glazbe i dječjeg smijeha koji se kotrljao uokolo, ne mareći za jedan od onih iznenadnih, već spomenutih toplih pljuskova, koji ih je nagurao na drvene klupe uz nas.

Ljupke djevojčice s pletenicama u kosi i u dugim haljinicama, obasjale su dan poput ilustracija u staroj slikovnici i sve dodatno

začinite sanjarenjem o prošlim vremenima u gradu koji volimo i u kojem volimo živjeti! I Podravka je, kao i uvijek, dala svoj obol, zanosne rukometašice zasjele su na humanitarnoj modnoj reviji, a Podravkini kuhari predvođeni Zlatkom Sedlanićem pripremali delicije na renesansnom maču, ugostili renesansne kuhare koji su spravljali plemenitaški gulaš, održali radionice s djecom iz vrtića na kojima su se mijesile pogačice, trganci, i još puno toga lijepog darovali ovoj manifestaciji i njenim posjetiteljima, a sve ležerno i slasno!

Renesansa je poznata kao razdoblje u povijesti koje je obilježio najveći zamah ljudskog duha u kreativnosti, posebno u umjetnosti i znanosti, vrijeme u kojem su se radali najveći geniji, koji su stvorili neprolazna djela i otvorili nove vidike čovječanstvu.

No renesansa se pojavljuje i u našem životu, kad nakon razdoblja zamora i inercije, sve kao da obasja neka nova svjetlost i snaga i kao da neki dobri vjetar sretne preobrazbe puhne u našem smjeru i raširi nam krila za bolji i lakši let životom!

Najčešće ljubav čini takva iznenadna čuda, ali ponekad i uspješan posao, duboko prijateljstvo ili neko hodočasničko putovanje i ponovno pronađena vjera, kao i još mnogo drugih razloga za veliki polet i radosni zalet u našem životu – svaka je pozitivna iskra dobrodošla za našu renesansu – za obnovu snage i nove, sjajnije rubove horizonta pred nama.

Kad bismo bar uvijek mogli biti opuštteni, kreativni ili uzanosni i humorom doživljavati stvari oko nas! Jer nevolja je, na žalost, uvijek bilo, i bijede, i bolesti, i kataklizmi, sveg onog što lomi srce u sućuti ili ga ispunjava zebrnjom, a ipak, istodobno, baš kao i danas, radala su se djeca, pjevala na vjenčanjima, plesalo i dobro jelo, stvaralo! Želim nam, zato, svima, osobnu i radosnu, jesenju renesansu...





# Podravka i Sarajevo Film Festival Ujedinjeni u dugogodišnjem zlatnom partnerstvu



Najbolje tradicije se njeguju s mnogo ljubavi, a zlatna sponzorska suradnja Podravke i Sarajevo Film Festivala nastavila se i ovoga ljeta na jubilaranom 25. Sarajevo Film Festivalu.

Podravka dugi niz godina podržava rast i procvat Sarajevo Film Festivala, sudjelujući u događanjima koji su doveli do toga da festival izraste u jedan od najrespektabilnijih kulturnih događaja u jugoistočnoj Europi.

## Podravka na svakom koraku festivala

Podravkine proizvode svi su posjetitelji imali priliku probati i na filmskim večerima u Ljetnom kinu Novi Grad, Ljetnom kinu Raiffeisen, tijekom dječjeg programa i na Teen Areni, a mogućnost posjetiteljima da kušaju što Podravka ima novo u ponudi bila je dostupna i na nezaobilaznom Food Corneru.

## Prijem u čast pobjednika festivala

Podravka i Sarajevo Film Festival, ujedinjeni u promidžbi kulture i filma, ove su se godine zajednički pobrinuli za svečanu završnicu festivala. Prijemom u čast pobjednika Festivala završeno je 25. jubilarno izdanje Sarajevo Film Festivala. Tom je prilikom proslavljeno i višegodišnje partnerstvo Podravke i Sarajevo Film Festivala, kao jedan od bitnih stupova razvoja kulturnog i društvenog života u Bosni i Hercegovini. Finalna večer





# dišnjem

Festivala protekla je u znaku uspjeha, slavlja i dobrog raspoloženja. Bila je to jedinstvena prigoda da se brojne zvijezde filmske umjetnosti i uvaženi sudionici društvenog života sretnu na koncu respektabilnoga događanja, i to po Podravkinom receptu, što je već sada tradicija. Nezaboravan Prijem u čast pobjednika Festivala u slavljeničkom ozračju ispratio je još jedan izvanredan festival za pamćenje, a u ukusnim delicijama pripremljenim po vrhunskim receptima Podravkinih promotora kulinarstva uz pomoć Vegete Natur uživale su poznate ličnosti iz svijeta glume, muzike, ali i javnog života.

„Podravka je svojom sveukupnom strategijom opredijeljena da podupire manifestacije iznimnoga značaja, poput Sarajevo Film festivala s kojim ponosito proslavljamo jubilej - četvrt stoljeća svojevrsnog trijumfa kulture i umjetnosti, značajnog kako za Bosnu i Hercegovinu, ali i mnogo šire – u regiji i svijetu. Iznimno smo ponosni na svoju ulogu u ovoj prekrasnoj manifestaciji koja svakoga ljeta okuplja sve koji nešto znače u svijetu sedme umjetnosti i sve nas koji je cijenimo i podupiremo. Uz čestitke za ovaj mladalački, 25. rođendan i jubilej Festivalu, iznimno mi je zadovoljstvo čestitati i svima koji su ove



godine nagrađeni Srcem Sarajeva“, kazao je Milan Šarlija, direktor Podravke BiH.

## Dugogodišnja suradnja

„Sarajevo Film Festival i Podravku veže dugogodišnja suradnja. Godinama smo zajedno, zajedno gradimo poslovne uspjehe i naše brendove. Sretni smo da je među onima koji su prepoznali potencijal kreativne industrije i Sarajevo Film Festival kao uspješnu platformu za biznis, i Podravka. Radujemo se novim poslovnim izazovima i pronalasku najboljeg recepta za svjetliju budućnost i mogućnosti koje otvaramo“, rekao je direktor Sarajevo Film Festivala Mirsad Purivatra.

Podravkina suradnja s Festivalom u prethodnim godinama se ogledala u potpori Sarajevo Film Festivalu kroz SARAJEVO GRAD

FILMA - fondu za podršku realizaciji kratkih i dugometražnih igranih mikrobudžetnih filmova. I ove godine Podravka je ponosni pokrovitelj nagrade Srce Sarajeva za najbolji kratki film koja je dodijeljena filmu „Poslednja slika o ocu“, napravljenog u koprodukciji Hrvatske, Srbije i Grčke, redatelja Stefana Đorđevića. U konkurenciji za kratki film nalazilo se 14, po riječima članova žirija, iznimnih ostvarenja, među kojima je bilo teško izabrati najboljega.

## Lino i Šumi za najmlađe

Kao i tijekom prethodnih godina, posebna pažnja je posvećena dječjem programu Festivala. Medvjedić Lino, maskota Podravkinog Lino branda te razigrani Šumi najmlađim ljubiteljima filmova uveselio je boravak u kino dvoranama.

Prije projekcija filmova koje su se održale u Pozorištu mladih i kinu Novi Grad, mališani su imali priliku družiti se s medvjedićem Linom i Šumijem uz ukusne degustacije Šumi i Lino proizvoda. Medvjedić Lino dočekao je najmlađe ljubitelje sedme umjetnosti već u subotu 17.8., prije projekcije kratkih filmova u Pozorištu mladih u okviru Dječjeg programa - Mini Arene. Dva dana kasnije, u ponedjeljak, medvjedić Lino i Šumi ponovno su zabavljali najmlađe uz degustacije, a druženje se nastavilo i u srijedu i u četvrtak na istoj adresi prije projekcija filmova Sune protiv Sunea i Jacob, Mimmi i psi koji govore.

Na radost mališana i onih malo starijih, medvjedić Lino je upriličio i posjete kinu Novi Grad i to prije projekcija filma Pat i Mat: Zimska radost koji je prikazan u okviru Mini Arene. (R)







# U Širokom Brijegu održan 20. Mediteran Film Festival

Brojne ljetne aktivnosti Podravke u Bosni i Hercegovini zabilježile su svoj vrhunac krajem kolovoza, i to na dvije iznimno važne manifestacije koje slave i promoviraju filmsku umjetnost. Jedna od njih - Sarajevo Film Festival odavna je poznata, a od ove je godine Podravka, u sklopu svoje strategije društveno odgovornoga poslovanja ostvarila dragocjenu suradnju s Mediteran Film Festivalom u Širokom Brijegu. Pokroviteljstvom glavne festivalske nagrade - MFF Projektor "Grand Prix", Podravka je dala potporu kako filmskoj dokumentarističkoj formi, tako i specifičnom cilju Festivala - da promovira Hercegovinu kao europsku kulturnu i turističku destinaciju.

Mediteran Film Festival održan je u Širokom Brijegu od 21. do 24. kolovoza, a o najboljima na MFF-u odlučio je šesteročlani međunarodni



žiri. Nagrade su dodijeljene u dvije kategorije - najbolji dugometražni film i najbolji kratki film. Osim MFF Projektor "Grand Prix" nagrade, čiji je pokrovitelj Podravka, dodijeljena je i MFF Projektor nagrada, te je tradicionalno MFF Audience Award treću nagradu, glasovanjem dodijelila festivalska publika.

Ovo je jedan od rijetkih festivala koji novčano nagrađuje pobjednike festivala, te ih na taj način motivira da nastave razvijati nove filmske projekte. Upravo motivirani takvom konkretnom potporom filmskim djelatnicima, ove godine im se pridružila i Podravka u BiH kao pokrovitelj MFF Projektor "Grand Prix" nagrade. „Mediteran Film Festival je tijekom prethodnih 20 godina izrastao u jedan od najznačajnijih filmskih događaja u Bosni i Hercegovini, ali i regiji.

Podravka BiH, u okviru svoje strategije društveno odgovornoga poslovanja u BiH već desetljećima podupire događanja usmjer-

ena na promidžbu umjetnosti i kulture, kako lokalno, tako i globalno što posljedično pozitivno utječe na razvoj gospodarstva kroz razvoj turizma u zemlji. Posebice nam je važno to što, uz iznimno kvalitetan filmski program, odlične atmosfere i dobre zabave, ovaj Festival promiče Hercegovinu kao važnu kulturnu i turističku destinaciju u regiji i Europi. Skupa s posjetiteljima MFF-a smo uživali u raznovrsnom i bogatom programu i nadamo se da će se ovo partnerstvo nastaviti i u budućnosti", izjavila je Mila Zovko, direktorica marketinga Podravke u BiH.

Tijekom MFF Fora dječjeg programa, ove godine u jutarnjim projekcijama prikazani su Disney klasici 'Kralj lavova' i 'Priča o igračkama 4', a Podravka je tradicionalno pripremila zabavu za najmlađe posjetitelje festivala uz nazočnost i animacije omiljenoga Lino medvjedića te maskote Šumi kao i degustacije tijekom MFF Fora - dječjeg programa festivala. (R)





## Poziv novim članicama

Drage Podravkašice, Ženski vokalni sastav KUD-a Podravka poziva sve vas koje volite pjevati i spremne ste odvojiti dio slobodnog vremena za probe da se javite u KUD Podravka na broj telefona 048 651 651.

Na našim probama je uvijek radno, ali i veselo, iza sebe imamo puno nastupa na mnogim glazbenim festivalima, priredbama i manifestacijama. Veselimo se vašem odazivu.

Ženski vokalni sastav KUD-a Podravka (R)



## 35. Susret likovnih stvaralaca 2019.

# Među odabranim radovima našla se i dva rada KUD-a Podravka

35. Susret likovnih stvaralaca – izabrani radovi  
KUD Podravka, likovna sekcija "Podravka 72"



Izložba 35. Susreta likovnih stvaralaca bit će postavljena u Galeriji grada Krapine u sklopu obilježavanja Tjedna kajkavske kulture. Izložba je otvorena 7. rujna, a Susret i zatvaranje izložbe predviđeni su 5. listopada 2019. u 13 sati. Prosudbeno povjerenstvo, između 280 pristiglih radova odabralo je 108 radova raznih likovnih tehnika od kojih je čak 20 posebno pohvaljenih, a

nekoliko nagrađenih.

Među tih 108 radova, odabrana su dva rada iz KUD-a Podravka, likovne sekcije „Podravka 72“:

1. Anđelko Brkić: OBROK UZ MORE, ulje/platno, 70x50 cm
2. Vesna Martinjak: MIRNA VODA, akril/platno, 40x50 cm (R)

## Nova sezona u Ludensu

# Novi rujan, novi počeci

Nakon predivne ljetne turneje 'Brodolomki', kazališne daske Ludens teatra ove će sezone prvi put zaškripati 27. rujna pod nogama Dražena Šivaka u fantastičnoj predstavi 'Mistero Buffo'. U koprodukciji Kazališta Grupa i Triko Cirkus Teatra režiju potpisuje Lee Delong, a riječ je o djelu talijanskog nobelovca Darija Foa nastalom 1969. kroz zbirku satiričnih monologa no i danas vrlo aktualnih. Predstava je temeljena na Foevom istraživanju guillara (lakrdijaša), putujućih glumaca srednjeg vijeka, koji su u gradove i sela kroz glumu dono-

sili najnovije vijesti te će se Šivak za potrebe predstave transformirati u preko 30 likova.

U profesionalnoj produkciji Ludens teatra vrijedno se radi te krajem godine očekujte novu premijeru.

S amaterske strane u tijeku su upisi u novu sezonu dramskog studija (upisi traju do 1. listopada) koji će s radom započeti početkom listopada, a prošlogodišnja skupina KaoKao-tis 5. rujna natjecala se na 12. Festivalu amaterskih kazališta u Slavonskom Brodu s predstavom 'Probudi se'. (Mihovili Maloča)





//

*Što se tiče  
dojmljivosti, ja bih  
tu svrstao zemlje  
koje nisu baš  
popularne i u centru  
turističkih destinacija  
i programa, kao što je  
Myanmar*



# VEDRAN PETRIČIĆ

## SA SRCEM IZ KOPRIVNICE

Svjetski  
putnik  
vedroga  
duha

Vedran Petričić od 1996. godine radi u Podravki i manje-više radna mjesta su mu vezana za logistiku i vanjsku trgovinu pa je danas voditelj prodajnih poslova za internacionalna tržišta. Možda ovo radno mjesto i općenito posao vezan za vanjsku trgovinu je bio jedan od faktora Vedranove gladi za putovanjima. Naime, sve je započelo prvim letom avionom 2000. godine u Izrael, potom 2004. godine kada je s prijateljima krenuo kombijem na nogometno Europsko prvenstvo u Portugalu pa sve do danas Vedran je obišao 60-ak zemalja svijeta na pet kontinenta.

### Na zadnjem putovanju četiri mjeseca

Kao što kaže, pokušava svake godine ostvariti neko veće putovanje uz nekoliko manjih europskih i za sada drži dobar tempo pa je tako za zadnje putovanje Vedran uzeo šest mjeseci neplaćenog godišnjeg odmora.

„Četiri mjeseca dug put počeo sam u Kolumbiji, a nakon toga nastavio na sjever. Uživao sam u predivnim krajolicima Paname i Kostarike, posjetio vulkan u Nikaragvi, živopisni Salvador, mistično majansko nasljeđe Gvatemale i bisser Kariba – Belize, a za sam kraj odabrao sam meksički poluotok Yucatán. Kolumbija je vrlo živopisna zemlja s posebnim geografskim zanimljivostima i poviješću. Upravo je u Medellinu, odrastao i živio zloglasni kriminalac Pablo Escobar, a sam grad je i inače bio poznat kao leglo kriminala pa mi je posebno bilo zanimljivo vidjeti Medellin u impresivnoj transformaciji od imidža najopasnijeg grada za život do jednog od najpoželjnijih gradova za život i rad u Južnoj Americi.“ „Što se tiče dojmljivosti ja bih tu svrstao zemlje koje nisu baš popularne i u

centru turističkih destinacija i programa pa bih tako naveo Myanmar koji se počeo otvarati tek prije nekoliko godina, ali kada sam ja bio tamo, još se nije osjetio velik turistički utjecaj na lokalno stanovništvo pa su i komunikacija i doživljaji s njima puno jednostavniji i zabavniji. Isto tako putovanje u Etiopiju se može svrstati pod vrlo dojmljivo, a i Kolumbija je ostavila veliki dojam na mene. Teško mi je opisati ovako ukratko moj put u Etiopiju jer je bilo toliko dobrih, čudnih, zanimljivih dogodovština. Ima stvarno puno različitosti od ostatka svijeta. Kao prvo, imaju svoj kalendar pa je kod njih trenutno 2012. godina i ja sam se pomladio sedam godina. Imaju 13 mjeseci pa se znaju i reklamirati kao „Etiopija – 13 mjeseci sunca“, a i vrijeme računaju drugačije od nas pa njima dan kreće u 6 sati dok je kod nas ponoć. Njima dan počinje s izlaskom sunca i tako se ravnaju. Tako da i kod kupnji karata za autobus treba dodatno provjeriti po kojem vremenu je vrijeme polaska da ne bi bilo zabune. To je zemlja s možda i najljepšom prirodom koju sam dosad vidio.“

### Brojne olakotne okolnosti na putovanjima

Sve to puno košta i zahtijeva dosta godišnjeg na poslu? Kako to rješavaš?

„Sada će za ovo krizno vrijeme ispasti da pametujem, ali dosta često ta putovanja i nisu tako skupa. Naravno, lakše je dok nemaš djecu i obiteljske obveze. No, svako radi ono što voli. Netko kupuje stalno najnovije mobitele, skupu garderobu, a ja nekako radije taj novac stavim sa strane za avionsku kartu. Naravno, sve ovisi o fleksibilnosti osobe i prohtjevima koje ima na putu. U startu možeš napraviti dobru uštedu s kupnjom avionske karte, a nekad i sama cijena

na avionske karte uvjetuje i odabir destinacije. Primjerice, povratnu avionsku kartu za Maleziju sam platio 280 eura. Smještaj u prosjeku plaćam 50-80 kuna po noćenju, a u današnje vrijeme imate i dosta drugih opcija (couchsurfing, home exchange), gdje vam i ne treba novac za smještaj.

Godišnji je već malo veći problem i pošto moja tvrtka ima kolektivne godišnje odmore tijekom ljeta i zime, onda se i ja više fokusiram na te termine. Tako da sam u posljednjih pet godina samo jednom Božić proslavio doma, ali i moji pretpostavljeni na poslu imaju razumijevanja za moje potrebe te mi izlaze u susret.“

### Topla preporuka - ljudi, putujte kada god vam se pruži prilika

Jesi li imao nekakvih neugodnih iskustava na tim silnim putovanjima?

„Srećom, negativna iskustva mogu nabrojati na prste jedne ruke. Pretežno su to neke zdravstvene tegobe i kašnjenje prtljage. Otkad uz sebe imam šljivovicu na putovanjima, tako su i uobičajeni crijevni problemi nestali. Bila je tu visinska bolest u Boliviji pa sam tjedan dana živio na krekerima i koka čaju, sjećam se bolne porezotine noge zarađene u Etiopiji, potom nekoliko ogrebotina, masnica, ali dosad ne mogu navesti ni jednu opasniju situaciju, niti jednu krađu, prijetnju.

Zbog svega što sam proživio i doživio preporučam - ljudi putujte kada god vam se pruži prilika. Ako ste nesigurni ići sami, ima dosta agencija koje vam organiziraju sve. Ako želite slobodu i veću avanturu, definitivno bih preporučio samostalnu organizaciju. Obično je dosta jeftinije i puno, puno zanimljivije.“ (B.F.)



# Zaustavite herpes prije nego ga i drugi primijete!

Rijetki su oni koji se nikada nisu susreli s neugodnom i učestalom infekcijom herpes virusom koja je karakterizirana simptomima poput peckanja, svrbeža, žarenja te neestetskih prozirnih mjehurića koji pucajući ostavljaju ranice na koži. Dva su tipa virusa koja mogu uzrokovati herpes. Virusna infekcija uzrokovana Herpes simplex virusom, koji se pojavljuje kao Herpes simplex virus tipa 1, uzrokuje pojavu herpesa na usnicama (*Herpes labialis*) i herpesa na nosu ili obrazima (*Herpes facialis*), dok Herpes simplex-virus tipa 2 uglavnom izaziva herpes genitalnog područja (*Herpes genitalis*). Dok se HSV-1 se prenosi slinom (poljupcima), zaraženom hranom i pićem, kašljanjem i kihanjem, a primarna HSV-1-infekcija se obično događa tijekom djetinjstva, Herpes simplex-virus tip 2 (HSV-2) prenosi se spolnim kontaktom. Obje vrste virusa vrlo su zarazne i prvi se simptomi javljaju 1 do 2 tjedna nakon kontakta sa zaraženom osobom. Danas se zna da HSV-1 također može uzrokovati genitalne oblike herpesne bolesti. Smatra se da snažan imunološki sustav uspješno drži virus pod kontrolom, no slabljenjem imuniteta zbog brojnih čimbenika (primjerice stresa, bolesti ili nepravilne prehrane) virus se aktivira izazivajući neugodne simptome na koži. Također, razlozi koji ga aktiviraju mogu biti umor, menstruacija, izloženost jakom UV zračenju, kao i općom imunosupresijom uzrokovanom npr. nekim lijekovima. U tim situacijama

aktivirani virus putuje iz neuralnoga ganglija do kože i sluznice, gdje zahvaća gornje slojeve kože, razmnožava se i uzrokuje tipične simptome. Važno je znati da herpesom zaražena osoba uopće ne mora imati simptome bolesti, ali može u slini i drugim tjelesnim tekućinama nositi mnoštvo virusa i bez klinički vidljivih simptoma zaraziti nezaražene osobe s kojima dolazi u bliski kontakt kože i sluznica. Ovaj virus je vrlo rasprostranjen i kada jednom uspije prodrijeti u stanice epitela kroz oštećenja na koži ili sluznici, on putuje osjetljivim živcima do neuralnih ganglija, gdje ostaje doživotno. Stoga može doći do ponavljanja aktivne infekcije.

## Simptomi herpes labialis

Početni znaci izbijanja herpesa, osobito na donjoj usni, osjećaj su peckanja i svrbeža uz pojavu crvenila i otoka te brzo izbijanje tipičnih mjehurića koji se grupiraju u grozdaste tvorbe. U sredini mjehurića nakuplja se tekućina koja je vrlo zarazna i pravi je koncentrat virusa. Izvor zaraze može biti i osoba nosilac virusa bez manifestnih znakova herpesa. Nakon 5 - 7 dana mjehurići pucaju, suše se i na njihovom mjestu se stvaraju žučkasto-smeđe kraste. U toj fazi bolest nije više zarazna. Kako biste spriječili širenje virusa, pokušajte ne dirati zahvaćena područja rukama. Budite oprezni pri upotrebi kozmetičkih proizvoda u tom razdoblju, jer virusi su sposobni kratko vri-

jeme preživjeti na njima. Nadalje, tijekom akutne faze infekcije važno je izbjegavati ljubljenje i grljenje. Ne zaboravite da se herpes lako prenosi dodirima s posuđem, priborom za jelo i ručnicima. Zbog toga bi zaražena osoba trebala koristiti samo vlastite predmete i ne dijeliti ih s drugima.

## Liječenje

Najučinkovitije i jedino ciljano liječenje je primjena kreme, odnosno masti koja sadrži aciklovir, a pravovremenom primjenom sprječava se nastanak promjena na koži (estetski problemi, neugoda, bol) i skraćuje ukupno trajanje infekcije. Terapiju je potrebno započeti kod prvog znaka izbijanja kožnih lezija (žarenje, peckanje, svrbež). Odmaražite se, ako je potrebno, koristite lijekove protiv povišene temperature i boli, mjehuriće ne možete stiskati niti grebati, izbjegavajte ljubljenje i dodirivanje, dobro operite ruke prije kontakta s drugom osobom. Kad imate herpes izbjegavajte dodir s novorođenčadi, kao i s osobama koje imaju oslabljeni imunološki sustav (osobe koje uzimaju citostatike ili lijekove za transplantaciju) jer virus može značajno ugroziti njihov život. Prevenciju je teško provoditi, no izbjegavanje direktnog kontakta s otvorenom lezijom smanjit će rizik od infekcije. Kako biste zaštitili tijelo od daljnjeg izbijanja herpesa, važno je ojačati imunološki sustav.

(Tatjana Vucelić, mr. pharm.)

## OGLAS O LIJEKU

# HERPLEX 50 mg/g krema

HERPLEX krema je antivirusni lijek koji pripada farmakoterapijskoj skupini: Antibiotici i kemoterapeutici – dermatici; antiviroci (ATK oznaka: D06BB03), a namijenjen je za lokalnu primjenu na koži. HERPLEX krema sadrži aciklovir kao djelatnu tvar, a primjenjuje se za liječenje "groznice" (herpes labialis) uzrokovane Herpes simplex virusom, koja se najčešće pojavljuje na usnicama i koži oko usta i nosa.

### Sastav:

Jedan gram HERPLEX kreme sadrži 50 mg aciklovira.

### Farmakološka i farmakodinamička svojstva

Aciklovir je antivirusni lijek koji snažno djeluje in vitro na virus Herpes simplex tipa 1 i tipa 2 te na virus Varicella zoster. Mehanizam djelovanja aciklovira temelji se na inhibiciji sinteze DNK. Enzim timidin-kinaza, inducirana virusom, olakšava ulazak aciklovira u stanicu i

njegovu intracelularnu fosforilaciju. Aciklovir monofosfat prelazi u trifosfat, koji onda selektivno i ireverzibilno inhibira virusnu DNK-polimerazu, a time i sintezu DNK. Osim toga, aciklovir trifosfat ugrađuje se u DNK virusa pa i na taj način onemogućuje adekvatnu sintezu DNK virusa, a samim time i njihovu replikaciju.

### Primjena u odraslih i u djece

Važno je započeti liječenje što prije, pri pojavi prvih simptoma (bockanje, svrbež, pečenje). Liječenje se može započeti i u kasnijoj fazi infekcije (kad nastanu mjehurići).

HERPLEX krema se nanosi na oboljelo područje 5 puta na dan u razmacima od otprilike 4 sata, izostavljajući primjenu tijekom noći. Liječenje treba trajati najmanje 4 dana. Ako nakon 4 dana ne dođe do potpunog nestanka promjena na koži, liječenje se može nastaviti tijekom idućih 6 dana (sveukupno 10 dana od početka terapije). Ne ublaže li se

tegobe nakon 10 dana primjene kreme ili se pojave novi simptomi, potrebno je potražiti savjet ljekarnika ili liječnika. HERPLEX krema je namijenjena za lokalnu primjenu na koži.

HERPLEX krema izdaje se bez recepta, u ljekarni i specijaliziranim prodavaonicama za promet na malo lijekovima, a dolazi u pakiranju od 2 g kreme u aluminijskoj tubi s plastičnim zatvaračem, u kutiji.

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





# Smokva: Pet dobrih razloga zašto je trebate jesti

Zbog sadržaja brojnih hranjivih tvari (kalcij, magnezij, vitamin C) smokva može pokazivati antimikrobna i antioksidativna svojstva

Podrijetlom iz Azije, smokva je danas jedna od najpoznatijih i najkvalitetnijih mediteranskih voćki, zbog svoga okusa i arome, ali i svojih ljekovitih i nutritivnih svojstava. Jestivi i ljekoviti dio smokve čine njezin plod i list, kao i kora drveta te mliječni sok koji se koristi u liječenju mnogih tegoba poput, primjerice, bradavica na koži.

## 1. Smokva je idealan izvor energije

Čak 80 % sastava smokve čine ugljikohidrati odnosno jednostavni šećeri, što smokvu čini jednim od boljih izvora energije. Jednostavni šećeri vrlo se brzo razgrađuju i iskorištavaju u organizmu pa je ona idealna namirnica za one kojima su potrebni brzi i djelotvorni izvori energije. Svježa smokva je niskokalorična, ali s visokim sadržajem šećera, što je čini odličnim izborom kada je potrebno brzo doći do energije.

## 2. Smokva je niskokalorična

Na 100 grama proizvoda svježa smokva sadrži samo 75 kcal, što je čini odličnim međuobrokom i sastojkom svježih i hranjivih doručaka. Ipak, računa treba voditi kod sušene smokve kojoj je „izvučena“ voda pa su samim time



i šećeri koncentriraniji te je kalorijska vrijednost na 100 grama proizvoda bitno povećana (250 kcal).

## 3. Smokva je bogata prehranbenim vlaknima

Budući da je odličan izvor prehranbenih vlakana, smokva se danas smatra jednom od najboljih namirnica u ublažavanju probavnih

tegoba, posebice zatvora. Prehrambena vlakna smokve također mogu utjecati na smanjenje rizika od nastanka srčano-žilnih bolesti, ali i povišenih masnoća u krvi (hiperlipidemija).

## 4. Smokva se može konzumirati na puno načina

Nalazimo je za konzumaciju u dva oblika: svježem i sušenom. Kod konzumacije u svježem obliku važno je voditi računa o tome da je ubrana samo dan ili dva prije konzumacije jer se vrlo brzo kvari. Čuvanje u hladnjaku se ne preporuča jer tako gubi na aromi. Osim svježe kao voćni međuobrok, može se upotrebljavati u pitama, kolačima, džemovima i salatama. Sušena smokva najčešće se konzumira samostalno kao međuobrok ili kao dio kaša za doručak, poput zobene, prosene, heljdine i sl.

## 5. Smokve su bogate antioksidansima

Procijanidin je antioksidans koji nalazimo u smokvama, a koji može djelovati na smanjenje kolesterola u krvi pa samim time i na smanjenje rizika od bolesti povezanih s povećanim količinama masnoća u organizmu. Također je bogata karotenima koji pomažu u očuvanju funkcija vida. (R)





# Lino – zvijezda Čarobnog dana

Na sunčanom Čarobnom danu koji se održao u nedjelju 1. rujna u Arboretumu Volčji potok okupio se rekordan broj posjetitelja, posebno obitelji s malom djecom. Gomila zabave i ove je godine dočekala djecu željnu igre i slatkoće.

U izložbenom prostoru Žita i Podravke Slovenija imali su priliku probati nove okuse Čokolina: Čokolino Plus White, Čokolino Fit i Čokolino Plus. Djeca su bila oduševljena Čokolinom White, a roditelji su pohvalili niži sadržaj šećera u Čokolinu Fit.

Naravno, nije nedostajalo ni zabavnih aktivnosti kao što su Lino slagalice, bojanke, sastavljanje figura od kocki, bacanje Lino prstena, natjecanje u Lino labirintu.

S posebnim zadovoljstvom popraćen je Lino ples koji je bio na programu čak pet puta, kako u amfiteatru, tako i na glavnoj



pozornici. Djeci se tamo pridružila i maskota Lino koja je ujedno bila i glavna atrakcija događaja. Svako se dijete htjelo stisnuti uz

nje i fotografirati se s njim. Vidimo se na najvećoj dječjoj zabavi i sljedeće godine! (R)



## Mirisni Žito kruhovi na sajmu AGRA

Tvrtka Žito predstavila je svoje inovativne proizvode na tradicionalnom međunarodnom poljoprivredno-prehrambenom sajmu AGRA koji se svake godine održava krajem kolovoza u Gornjoj Radgoni.

U izložbenom prostoru Žita posjetitelji su imali priliku upoznati se s našim najboljim kruhovima i pecivima i kušati ih. Kušanje posjetitelje nije ostavilo ravnodušnima pa su mnogi odlučili kupiti pekarske proizvode. U izložbenim vitrinama na štandu prikazali smo cijeli asortiman obnovljenih

ambalaža Zlato polje: riže, mlinarskih proizvoda, žitarica za doručak i kašica Zlato polje. Na sajmu AGRA posebno je mjesto zauzela izložba odličnih pekarskih proizvoda za 2019. godinu koju je pripremila Sekcija za pekarstvo pri Komori poljoprivrednih i prehrambenih tvrtki u Gospodarskoj komori Slovenije.

Izložbom je obuhvaćeno čak 39 Žitovih proizvoda koji su na ovogodišnjem 19. stručnom ocjenjivanju kruha, pekarskog i finog pekarskog peciva, tjestenina, keksa i slastica dobili najviše nagrade izvrsnosti. (R)







# Zabava na najposjećenijem teniskom turniru u Sloveniji

Sredinom kolovoza posjetitelji profesionalnog teniskog turnira ATP Challenger Zavarovalnica Sava Slovenia Open osladili su se Žitovim i Podravkinim proizvodima u sunčanom Portorožu. Sportaši i ljubitelji sporta na turniru su ponovno dokazali da uživaju u Žitovim i Podravkinim proizvodima, a pružili su im i puno energije za navijanje i slovensku pobjedu.

ATP Challenger Zavarovalnica Sava Slovenia Open najposjećeniji je teniski turnir u Sloveniji, stoga tamo nisu mogli nedostajati izvrsni proizvodi Žita i Podravke. U okviru pokroviteljstva Teniskog saveza Slovenije proizvodi u lijepom paketu razveselili su sve natjecatelje teniskog turnira. Pokloni su posebno oduševili najmlađe koji su se natjecali u dječjim i omladinskim utakmicama jer su primili Lino pakete i slasni Čokolino max u najvećem pakiranju. Mladi su pobjednici u okviru promicanja sportskih aktivnosti dobili i Lino pokal.

Posjetitelji turnira također su došli na svoje. Goste smo razveselili ukusno pripremljenim jelima od proizvoda Žita i Podravke te vrhunskim Žitovim kruhovima, a za desert ih je dočekala



golema Gorenjka. Ova čokoladna slastica, teška sedam kilograma, razveselila je i najzahtjevnije gurmane kombinirajući najfiniju mliječnu čokoladu i odabrane cijele lješnjake.

Za potpuni zaključak turnira pobrinuo se slovenski tenisač Aljaž Bedene koji je pobijedio konkurente i osvojio prvo mjesto na turniru. (R)





# Rukometašice Podravka Vegete u renesansnom ruhu u pratnji vila i vilenjaka uveličale još jedno otvorenje tradicionalne manifestacije



Rukometašice Podravka Vegete podržale su i 14. po redu Renesansni festival u Koprivnici i tradicionalnom renesansnom modnom revijom uveličale još jedno otvorenje ove top srednjovjekovne manifestacije na ovim prostorima, ali i šire. U svojim su rukama ovoga puta ponijele i čarobne štapiće u pratnji vila i vilenjaka iz Udruge Latice i Društva Naša djeca te su svi zajedno pozvali posjetitelje da donacijama pridonesu stvaranju novog doma za djecu s teškoćama u razvoju. Dijana Mugoša, Elena Gjeorggijevska, Lamprini Tsakalou, Maria-Andrea Ianasi i Tjaša Stanko prošetale su u renesansnim haljinama ispred kraljevske pozornice, ali ovoga puta uz male vile koje su ih povele na jedno malo humanitarno putovanje koje će Udruzi Latice omogućiti opremanje i adaptaciju prostora. (Romana Mihalec)



## Podravka Vegeta sudjelovala na još jednom festivalu ženskog rukometa u Grudama

U nizu pripremnih utakmica rukometašice Podravka Vegete i ove su godine sudjelovale na Festivalu ženskog rukometa u Grudama gdje su odigrale dvije pripremne utakmice s domaćinom Grudama i dvostrukim europskim prvakom, Budućnosti. Vrijedi spomenuti kako su u programu osim utakmica imale i zajednički trening s crnogorskom ekipom koji uvijek odlično pokazuje trenutno stanje u ekipi. Uz jednu izgubljenu utakmicu i jednu uvjerljivu pobjedu vratile su se u Koprivnicu i nakon pauze od dva dana nastavile s redovnim treninzima i pripremama za nadolazeće prvenstvo sredinom rujna dok će do Lige prvaka biti još dovoljno vremena za uigravanje kroz treninge i domaće utakmice prvenstva. Prva utakmica Lige prvakinja na rasporedu je 6. listopada u Metzu.



Osim što su sudjelovale na turniru rukometašice su bile u posjetu marijanskom svetištu u Međugorju nakon čega ih je ugostio direktor Podravke za BiH Milan Šarlija u prelijepom ambijentu vinarije "Podrumi Andrija". Ekipa

je iskoristila priliku da se zahvali na svemu pa je kapetanica Dragica Džono dres poklonila domaćinu dok je Korina Karlovčan u ime cijele ekipe dres uručila direktoru Podravke za BiH Milanu Šarliji. (Romana Mihalec)





RK Podravka Vegeta osvojila 14. memorijalni turnir Josip Samaržija Bepo

# RK Podravka Vegeta prvi se put u novom sastavu predstavila na domaćem terenu

U Sportskoj dvorani Gimnazije Fran Galović Koprivnica održan je 14. po redu Memorijalni turnir Josip Samaržija Bepo. Podravka Vegeta je ugostila ekipu iz Jagodine, mađarskog prvotligaša Mosonmagyaróvári KC i rumunjsku Coronu Braşov i u svim utakmicama upisala pobjede te osvojila i četrnaesti Memorijal. Rezultat nije bio primaran, ali uz rad i ponovno dobru atmosferu u dvorani ni pobjede nisu izostale pa je cjelokupnim turnirom bio zadovoljan i trener Zlatko Saračević.

Bilo je ok, a i rekao sam da na ovom turniru testiramo neke varijante. Mogu reći da sam zadovoljan kako obrana funkcionira i činjenica je da smo u ovom razdoblju puno više radili na obrani i na polukontri. Malo zapinje u napadu, ali to je razumljivo, nismo ga puno ni radili i imamo još vremena, a osim toga u napadu je puno novih igračica pa treba vremena da se malo uigraju. Mogu reći da sam zadovoljan, posebno pristupom, borbenošću. Imamo neki svoj stil igre i to ćemo igrati – rekao je trener Zlatko Saračević.

Podravka je tako prva s maksimalnih šest bodova. Drugo mjesto osvojio je Mosonmagyaróvári KC, treća je rumunjska Corona Braşov, a četvrta Jagodina iz Srbije.

Pojedinačne su nagrade dobile tri igračice Podravke i Sorina Tirca iz Corone Braşov. Prema zbroju svih pogodaka s turnira utvrđeno je kako je Sorina baš kao i Dejana Milosavljević postigla 19 pogodaka čime su obje završile pojedinačnu nagradu za najboljeg strijelca



turnira.

Mislim da smo odlično odigrale ovaj turnir iako je možda ova utakmica bila najnapetija. Mislim da smo pokazale kvalitetu i naš kontinuitet te koliko snage imamo da izdržimo cijelu utakmicu na visokom nivou. Što se tiče pojedinačne titule, uvijek ju je lijepo dobiti, ali ovo je ekipni sport i da bi ja ovo sve zabila potrebna je ekipa – rekla je Dejana koja vjeruje u ekipu i ističe kako je rotacija još jača u odnosu na prošlu godinu, a sukladno tome vjeruje i u kontinuitet dobrih igara.

Jovana Risović proglašena je najboljom vrataricom, a Tjaša Stanko najboljom igračicom turnira.

Poslije svega drago mi je da smo odigrale ovako jedan jak turnir i značio nam je dosta za uigravanje nove ekipe s obzirom da je tu dosta novih igračica. Naglasila sam i prethodno

kako su se već jako dobro uklopile u naš sustav i imamo dobru atmosferu što smo dokazale i u ovim utakmicama iako je bilo trenutaka u kojima smo imale neki pad. Mi smo negdje na pola priprema pa imamo još vremena da to ispravimo da ne dolazi do tih padova jer igramo protiv najboljih ekipa u Europi pa nam se to ne smije događati i mislim da neće – rekla je Jovana koja se zahvalila publici i navijačima koji su ih i ovaj put podržali u velikom broju. Pehare za plasman ekipa uručila je Ana Samaržija dok je direktorica RK Podravke s.d.d. Vlatka Mihoci uručila poklon pakete sudačkim parovima.

Članica Uprave glavnog sponzora Podravke i predsjednica NO RK Podravke s.d.d. Ljiljana Šapina uručila je pehare najboljim pojedinačnim igračicama Dejana Milosavljević, Tjaši Stanko i Jovani Risović. (Romana Mihalec)

## Novosti iz Slaven Belupa

# Mlade snage Slaven B u reprezentacijama H

### Velik interes Koprivničanaca za nogomet

Težak ždrijeb i tri teška protivnika u prva tri kola nisu poljuljali vjeru i motivaciju ekipe Ivica Sertića: u četvrtom kolu 'pao' je Hajduk, a tjedan dana kasnije i Istra. O željenoj petoj poziciji i mjestu koje vodi u Europu odlučivat će se u daljnjim utakmicama. Slavenaše čeka dugo i naporno prvenstvo u kojem će biti uspona i padova, a sigurno je da će lakše do dobrih rezultata ukoliko će imati 'vjetar u leđa' s tribina koprivničkog Gradskog stadiona Ivan Kušek - Apaš. Prekrasno je bilo vidjeti pune tribine na utakmicama s Dinamom, Hajdukom i Varaždinom. Više od 7500 ljudi gledalo je domaće utakmice što je još jedan dokaz da je Koprivnica grad sporta i da Koprivničanci vole ono što je njihovo.

### Liklinu poziv u U-19 reprezentaciju

Talentirani junior Slaven Belupa Luka Liklin dobio je poziv izbornika Josipa Šimunića u U-19 reprezentaciju. Liklin se svojim kolegama iz reprezentacije priključio 4. rujna u Zagrebu na Međunarodnom prijateljskom turniru "4 nacije".

– Ponosan sam što sam dobio poziv u repre-



zentaciju jer je san svakog nogometaša igrati u 'kockastom dresu'. Ovaj poziv gledam kao nagradu za svoj rad, ali i kao motiv da tako nastavim. Želio bih se zahvaliti izborniku na pozivu i svom klubu bez kojeg ništa od ovog ne bi bilo moguće – rekao je Liklin.

### Zirdum u U-21 reprezentaciji

Nakon pretpoziva, Matko Zirdum je i službeno pozvan u U-21 reprezentaciju Hrvatske.

– Već kada je stigao pretpoziv bio sam sretan, a kako neću biti sada? U posljednje vrijeme

imao sam nekoliko pehova s ozljedama i vjerujem da mi je ovo nagrada za sav trud i strpljenje koje sam uložio. Želim se na najbolji način predstaviti u dresu mlade reprezentacije i tako prezentirati, kako sebe, tako i svoj klub – rekao je talentirani stoper Slaven Belupa.

### Nove službene spikerice na domaćim utakmicama Slaven Belupa

Koprivničanke Nela Carek i Sonja Barčanec nove su spikerice na koprivničkom Gradskom stadionu Ivan Kušek - Apaš. Novinarke i voditeljice na Radio Koprivnici, odnosno Radio Dravi nova su pojačanja u našem klubu, a moći ćete ih čuti na domaćim utakmicama Slaven Belupa. Nela je završila Filozofski fakultet Sveučilišta u Mostaru, smjer novinarstvo, dok je Sonja završila Fakultet političkih znanosti, također smjer novinarstvo, u Zagrebu. Iza sebe imaju nekoliko godina radnog iskustva, a vođenje utakmica u Koprivnici novi im je izazov.

– Ovo mi je prvi angažman u sportu i jako mu se veselim. Željna sam novih izazova, Slaven Belupo je klub iz mog grada, a i želim srušiti predrasudu o ženama i nogometu. Za mikrofonom sam još od osnovne škole, spremna sam dati sve od sebe i izgraditi se profesionalno, ali i kao osoba – rekla je Nela.

Sličnog razmišljanja je i Sonja.

– U životu moraš sve probati i jako sam sretna





# Belupa hrvatske



što mi je Slaven Belupo pružio priliku. S obzirom na moj posao, rad kluba pratim svakodnevno, a sad ću biti i dio njega zbog čega sam sretna. Drago mi je da je Slaven pokazao da je otvorenih svjetonazora, a ja se nadam da ćemo mu Nela i ja donijeti sreću i da ćemo se svi zajedno na tribinama veseliti pobjedama – rekla je Sonja. Obje su imale 'vatreno krštenje' u svojim prvim utakmicama. Nela je bila spikerica na utakmici s Dinamom, a Sonja s Hajdukom.



– Pun stadion, dolazi aktualni prvak, a meni prva utakmica u ulozi službene spikerice. Nije mi bilo svejedno, imala sam veliku tremu, ali možda je tako bilo i najbolje, da s najtežim zadatkom otvorim ovo poglavlje. Bila sam sretna što nisam napravila veliku grešku, ali ne i u potpunosti zadovoljna kako sam odradila posao. Ipak, poslije sam čula samo pozitivne komentare, riječi podrške i ohrabrenja što mi puno znači. Znam da ću iz utakmice u utakmicu napredovati i nadam se da će naši dečki zabijati što više golova i pobjeđivati tako da se što prije u pozitivnoj atmosferi usavršim – objasnila je Nela.

Sonja je pak 'debitirala' protiv Hajduka.

– Bilo je jako zanimljivo i relativno sam zadovoljna kako je prošlo. Svjesna sam da moram još učiti i skupljati iskustva pa bi mi bilo drago da Slavenaši na tribinama još koji put 'progledaju kroz prste' kada napravim greškicu. Prva



utakmica je iza mene i od sad pa nadalje može biti samo bolje. Za sad imam 'jedan od jedan' – jednom sam vodila utakmicu i jednom je naš Slaven pobijedio. Nadam se da će tako biti svaki put jer je bilo lijepo vidjeti i čuti kako publika podržava svoj klub – zaključila je Sonja.

## Doprinos Hlevnjaka i Lovrića u mladim reprezentacijama

Dvojica talentiranih igrača Slaven Belupa, stoper Filip Hlevnjak i vratar Viktor Lovrić, sudjelovali su u pobjedama mladih reprezentacija Hrvatske. Hlevnjak je s U-20 reprezentacijom igrao prijateljsku utakmicu s Cibaliom u povodu 100. rođendana vinkovačkog drugoligaša. Mladi reprezentativci slavili su rezultatom 0:3, a Hlevnjak je u igru ušao u 60. minuti. Lovrić je pak s U-17 reprezentacijom sudjelovao na Telki Cupu u Mađarskoj. Hrvatska je upisala pobjede protiv Mađarske rezultatom 4:2, protiv Cipra rezultatom 7:3 te protiv Češke rezultatom 3:0 i tako osvojila prvo mjesto na turniru.

## Turnir u Kutini otišao u ruke mladih Slavenaša

Mladi nogometaši Slaven Belupa osvojili su prvo mjesto na turniru u Kutini. Dječaci rođeni 2011. godine pod vodstvom su trenera Matije Škrinjara prikazali dopadljivu igru i u jakoj konkurenciji stigli do zlatne medalje. Na putu do polufinala naši su nogometaši u grupi svladali vršnjake Moslavca s 4:0 i Školu nogometa No Limit s 2:1, dok su s Hajdukom remizirali 1:1 i s Daruvarom 2:2.

U polufinalnom susretu uvjerljivo su svladali Moslavinu s 4:1 i tako izborili finale. Napeti susret, koji je u regularnom dijelu završio rezultatom 1:1, odlučili su udarci s 'bijele točke'. Slavenaši su se pokazali sretnijima i spretnijima i s ukupnih 4:3 došli do prvog mjesta i zlatne medalje. (Luka Šarlija, Lana Miletić)



## PILEĆA ROLADA S PESTOM OD GRAŠKA NA KREMI OD GRAŠKA

### Sastojci (za četiri osobe):

- 600 g pilećeg filea
- 1 žlica Vegete Natur za piletinu
- 16 tankih šnita hamburgera
- 50 ml ulja

### Za pesto od graška:

- 1 limenka Graška Podravka (400 g)
- 1 žličica Vegeta Maestro peršina
- 1 žličica Vegeta Maestro bosiljka
- 30 g maslaca
- Vegeta Maestro bijeli papar
- malo tekućine od graška
- Salut sol sa smanjenom količinom natrija

### Za kremu od graška:

- 1 limenka Grašak Podravka (400 g)
- 50 ml maslinovog ulja
- 100 g luka
- 30 g mrkve
- 30 g korijena celera
- 1 češanj češnjaka
- Salut sol sa smanjenom količinom natrija



Pesto pripremite tako da ocijeđeni grašak, maslac, Salut sol, peršin, bosiljak, papar i tekućinu od graška izmiksate.

Svaki pileći file prerežite po pola tako da dobijete veliki odrezak. Potucite ih batom za meso i pospite Vegetom Natur za piletinu. Svaki odrezak ravnomjerno premažite pestom od graška i zamotajte u roladu. Zatim svaku roladu zamotajte u špek hamburgera.

Pripremljene rolade stavite u namašćenu posudu za pečenje, dolijte oko 200 ml vode i pecite u pećnici zagrijanoj na 180°C stupnjeva oko 25 minuta.

Za kremu od graška, na maslinovom ulju pirjajte sitno nasjeckani luk, naribanu mrkvu, celer i češnjak, te podlijte s malo vode. Zatim dodajte ocijeđeni grašak i Salut sol pa sve zajedno kratko pirjajte. Maknite s vatre i miksajte štapnim mikserom da dobijete kremu. Pileću roladu narežite na ploške i poslužite na kremi od graška s prilogom po želji.

## MOUSSE TORTA S MALINAMA I PISTACIJAMA

### Sastojci:

#### Za podlogu:

- 180 g mljevenog keksa
- 60 g maslaca
- 4 žlice mlijeka
- 2 žlice voćnog likera (Maraschino)
- 50 g mljevenih pistacija

#### Za kremu 1:

- 300 g malina
- 1 žlica šećera
- 1 Dolcela mousse okus vanilija (85g)
- 250 ml hladnog mlijeka

#### Za kremu 2:

- 1 Dolcela mousse okus vanilija (85g)
- 250 ml hladnog mlijeka
- 100 ml slatkog vrhnja

- maline za ukrašavanje torte

Mljevenom keksu dodajte mlijeko i liker pa promiješajte.

Zatim dodajte pistacije i rastopljeni maslac, promiješajte i uspite u nauljen kalup za torte Ø22 cm.

Dobro utisnite da dobijete jednoličnu podlogu i stavite u hladnjak na 20 minuta da se podloga stisne. Malinama dodajte šećer, 2 žlice vode i zagrijte do vrenja.



Kuhajte nekoliko minuta da dobijete umak, a zatim ocijedite preko sitnog sita da uklonite sjemenke (100 ml). Pire od malina ostavite da se ohladi.

Za kremu u mlijeko uspite sadržaj vrećice i lagano promiješajte električnom miješalicom. Dodajte pire od malina i nastavite miješati 3 minute maksimalnom brzinom.

Mousse kremu odmah nanesite na pripremljenu podlogu i poravnajte. Nakon što nanesete prvu kremu, tortu držite u hladnjaku 10 minuta pa pripremite drugu kremu da se

slojevi ne pomiješaju.

Za drugu kremu, mlijeko pomiješajte sa slatkim vrhnjem.

Uspite sadržaj vrećice i lagano promiješajte električnom miješalicom. Nastavite miješati 3 minute maksimalnom brzinom.

Mousse kremu nanesite na prvu kremu i poravnajte. Tortu stavite u hladnjak barem 1 sat.

### ♥ Savjet:

Za pripremu ove torte upotrijebite tamnije kekse, integralne ili Speculas.





## Nagrada igra za Podravkaše

### Odgovorite točno na pitanje i osvojite poklon paket

Sve što je potrebno jest poslati točan odgovor, sa svojim podacima, na adresu lista: Ante Starčevića 32, Koprivnica, s naznakom NAGRADNA IGRA: ODGOVORI TOČNO I OSVOJI POKLON PAKET. Odgovore možete slati do 6. listopada 2019., a najsretniju/najsretnijeg od vas, s točnim odgovorom, izvući će redakcija Lista. Ime dobitnice/dobitnika poklon paketa bit će objavljeno u sljedećem broju lista Podravka.

#### Tatjana Jagušić- sretna dobitnica nagradne igre

Najsretnija u rješavanju nagradnog pitanja s točnim odgovorom Bečka juha je **Tatjana Jagušić** iz Proizvodnje Danica kojoj je komisija iz Korporativnog marketinga i komunikacija donijela sreću u ovom nagradnom izvlačenju.

### U kojem dijelu Hrvatske dozrijevaju rajčice za Podravka passatu?



# PROBAJTE NOVE EVA TUNE.



**Eva. Iz srca mora.**

