

Magazín

o vodě,

meste a životnom štýle...

občasník VVS, a.s.

Apríl 2019

Bukovec

Bukovec, kedysi preplnené letné jazero, známe všetkým Košičanom a okoliu. Aj v súčasnosti ho v letných horúčavách miestni radi využívajú, hoci časy niekdajšej slávy má už skôr za sebou.



Str. 5 >

Vodárne nie sú mestský podnik...

Rozhovor s generálnym riaditeľom VVS, a.s. Ing. Stanislavom Hrehom, PhD.



Str. 2 >

Vodovod,

súčasť moderného sveta

V roku 2019 pribudne verejný vodovod v obci Košická Polianka, vzdialenej od Košíc zhruba 10 km.

Str. 3 >



Unikátny vodárenský projekt



Čisté obce. Vznikol vďaka VVS, a.s. ako pomocná ruka pre tých, ktorí nemajú možnosť pripojiť sa na verejnú kanalizáciu.

Str. 5 >

SÚŤAŽ

2-dňový výlet

nech sa páči
Vodovodná

Decká, máte chuť na parádny výlet? 18. - 19. jún. Prešov, Michalovce, Spišská Nová Ves, Vysoké Tatry.

Str. 4 >



100-násobne zlatý Košičan

Roman Volák



V roku 2011 bol so svojimi 68 zlatými medailami z majstrovstiev sveta ašpirantom na zápis do Guinnessovej knihy rekordov.

Str. 8 >

Vodárne nie sú mestský podnik...



Rozhovor s generálnym riaditeľom
VVS, a.s.
Ing. Stanislavom Hrehom, PhD.

Napriek tomu, že Východoslovenská vodárenská spoločnosť, a.s. už vo svojich tlačových stanoviskách i konferenciách mnohokrát vysvetľovala, že sa na ňu zákon č. 211/2000 Z. z. o slobodnom prístupe k informáciám nevzťahuje, stále sa nájdu médiá, ktoré sa dožadujú obchodných informácií na základe platnosti tzv. infozákona. Preto sme sa rozhodli k tejto téme vrátiť. Vyspovedali sme teda Ing. Stanislava Hrehu PhD., generálneho riaditeľa VVS, a.s. a dlhoročného prezidenta Asociácie vodárenských spoločností.

V prvom rade treba povedať, že VVS, a.s. pravidelne poskytuje všetky potrebné informácie prostredníctvom PR servisu, svojej aktualizovanej web stránky i formou tlačových konferencií. Máme však skúsenosti, že niektoré médiá majú záujem o informácie obchodného charakteru, na základe infozákona, ktorým sa má štátny či obecný podnik riadiť. Zverejnenie obchodných informácií, ktorých obsah je predmetom obchodného tajomstva, by nenaplnilo funkciu informovanosti verej-



nosti. Naopak mohli by poškodiť obchodným záujmom spoločnosti. Vytvorili by len priestor na špekulácie o veciach, ktoré médiá objektívne nedokážu vyhodnotiť, ale môžu deformovať fakty v snahe vytvoriť senzáciu. Tá zasa zvýši sledovanosť médií, ktorá, ako všetci vieme, predáva...

Ale vráťme sa k info zákonu. Dôležitý je fakt, že vodárenská spoločnosť je akciová spoločnosť, **nie je to štátny, ani obecný či mestský podnik a predovšetkým nepracuje s verejnými zdrojmi.**

Ale akcionári sú mestá a obce...

Áno, VVS má aktuálne 771 akcionárov a títo majú svoje akcionárske práva. Sú majiteľmi akcií a ako akcionári majú právo, samozrejme podľa počtu akcií, podieľať sa na jej riadení, zvolať valné zhromaždenie, presadzovať svojho zástupcu do orgánov spoločnosti, t.j. do predstavenstva či dozornej rady. Nemôžu však nakladať s majetkom spoločnosti, pretože tá má majetok vo svojom vlastníctve a je vedený v jej účtovníctve. Účtovníctvo vodární nesúvisí s mestami a obcami.

Nedotuje teda štát či obec vodárenskú spoločnosť?

Rozhodne nie, veď vodárne ako akciovka pracujú s financiami z tržieb z činnosti, ktorú realizujú. Veľmi skratkovo popíšem podstatu činnosti. VVS nakúpi vodu od štátu, upraví a distribuuje pod tlakom v kvalite pitnej vody priamo ku zákazníkom. Odoberá od zákazníka odpadovú vodu a po vyčistení ju vracia do prírody. Na tejto činnosti sa podieľa viac ako 2000 zamestnancov vo VVS a zákazníci za tieto služby platia, čím sa spoločnosti vytvárajú tržby.

Novinárska obec zverejnila však rozhodnutie súdu, ktoré je podľa nich pre slovenské vodárenské spoločnosti záväžujúce... Ide o kauzu Transparency International Slovensko, spomínate si? Predmetom súdu bolo, že Transparency nedostala požadované informácie od jednej slovenskej vodárenskej spoločnosti.

Uvedené rozhodnutie súdu sa vzťahuje len na žalovaný MH Manažment, a.s. a nedá sa aplikovať na nás ani na žiadnu inú vodárenskú spoločnosť, preto rozhodne nemôže byť precedensom. Je podľa mňa zjavné, že ide o nesprávne rozhodnutie a jeho výsledok je taký z je-

diného dôvodu: MH Manažment, a.s. mu nevenovala žiadnu právnu pozornosť, dokonca vo veci ani nepodala kasačnú sťažnosť, aby v predmetnej veci rozhodol Najvyšší súd SR. Prečo by aj, keď 11 rokov už nesúvisí s vodárenskými spoločnosťami.

Transparency totiž skutočne veľmi takticky nezačala vodárenskú spoločnosť, od ktorej nedostala informácie - čo bolo predmetom žaloby. Tá by sa účinne právne bránila, pretože sa jej to týka. Podala žalobu na MH Manažment, a.s., ktorá vznikla ako nástupca Fondu národného majetku. FNM v rámci privatizačného projektu štátneho podniku na akciovú spoločnosť previedol akcie na mestá a obce. Svoju historickú funkciu vo vodárstve teda splnil FNM (aktuálne pod názvom MH Manažment, a.s.) už pred 11 rokmi. Odvtedy nemá dosah na vodárenskú spoločnosť, nemá žiadne oprávnenia zasahovať do ich činnosti, ekonomiky a nemá žiadne akcionárske práva. Samotná vodárenská spoločnosť nebola ani len pripustená ako vedľajší účastník konania. Preto nie je možné hovoriť o žiadnom precedense. Na to má jednotný názor celá Asociácia vodárenských spoločností.

Unikátny vodárenský projekt

Reč je o projekte Čisté obce, ktorý vznikol v rézii Východoslovenskej vodárenskej spoločnosti ako pomocná ruka tým, ktorí nemajú možnosť pripojiť sa na verejnú kanalizáciu, pretože v ich obci nie je vybudovaná.



VVS, a.s. na svoje vlastné náklady tak pomáha tam, kde je ešte stále problémom odborná likvidácia obsahu domových žump. „Naším cieľom je pomôcť obyvateľom a domácnostiam. Tam, kde sa nemôžu z nejakého dôvodu pripojiť na kanalizáciu, alebo preto že v obci jednoducho chýba, vychádzame v ústrety svojim zákazníkom,“ vysvetľuje generálny riaditeľ VVS, a.s. Ing. Stanislav Hreh, PhD..

VVS, a.s. tým sleduje najmä ochranu životného prostredia, ktorá je jednou zo základných priorít spoločnosti. Ak totiž pracovníci VVS pomôžu majiteľom žump vyvieť ich obsah, ten logicky neskončí pokútne na neďalekom poli a nekontaminuje tak povrchové alebo podzemné vody.

Na území, ktoré je v správe VVS, a.s. je na verejnú kanalizáciu pripojených viac ako 1 200 000 obyvateľov, viac ako 500 000 obyvateľov však nie je pripojených. Vodárenská spoločnosť preto zneškodňuje aj odpadové vody zo žump, napriek tomu približne 1/3 z nich predstavuje priame ohrozenie

slovenských podzemných vôd, lebo je likvidovaná nelegálnym spôsobom. Aj preto v snahe zabrániť znečisťovaniu životného prostredia a zabrániť kontaminácii vôd túto službu poskytuje obciam, v ktorých nie je verejná kanalizácia, za znížené ceny. Dopyt zo strany majiteľov nehnuteľností má v poslednom období stúpajúcu tendenciu a logicky sa tým predlžujú čakacie lehoty. Aby však spoločnosť vyhovelá zákazníkom v čo najskoršom možnom termíne, každému závodu v tomto roku pribudlo jedno nové saco-kanalizačné vozidlo, dovedna VVS zakúpila deväť takýchto vozidiel.

Pracovníci vodární však v súvislosti so zvýšeným záujmom odporúčajú žiadateľom, aby si vývoz žumpy objednali dopredu, prípadne aby si vývoz žumpy zabezpečili zmluvou vopred. Tým si zaistia odstránenie odpadových vôd v pravidelných intervaloch a predídu aj dlhším čakacím lehotám.

Projekt bol ešte v roku 2009 ocenený Národnou podnikateľskou cenou za životné prostredie v Slovenskej republike od Asociácie priemyselnej ekológie na Slovensku a Ministerstva životného prostredia SR. Bol ohodnotený ako významný ekologický počin zameraný na zamedzenie nelegálnej likvidácie obsahu žump.

Vodovod

súčasť moderného sveta

Verejný vodovod je súbor objektov a zariadení slúžiacich verejnej potrebe, umožňujúcich hromadné zásobovanie obyvateľstva a iných odberateľov vodou (§ 2 písm. a) zákona č. 442/2002 Z. z. o verejných vodovodoch a verejných kanalizáciách a o zmene a doplnení zákona č. 276/2001 Z. z. o regulácii v sieťových odvetviach).

Kde pribudne

V roku 2019 pribudne verejný vodovod v obci Košická Polianka, vzdialenej od Košíc zhruba 10 km cesty smerom na východ, na Michalovce. Aj keď obec Košická Polianka verejný vodovod má a staré potrubie je využívané miestnymi obyvateľmi, voda v ňom nevyhovuje súčasným podmienkam užívania. Výstavba tohto už nevyhovujúceho pôvodného vodovodu sa realizovala zhruba pred 50 rokmi v dobe, keď pôsobil v obci liehovar. Keďže sa obec rozširovala, obyvatelia boli nútení využívať vlastné studne, ktoré však majú nízku výdatnosť a podzemná voda v nich obsahuje zvýšené množstvo dusičnanov z poľnohospodárskej výroby. Agrokombinát, n.p. Košice tu totiž od konca 70. rokov prevádzkoval dva veľkochovy – ošipáných a hydiny, ktoré počas uplynulých desaťročí žalostne znehodnotili kataster obce, znečistili životné prostredie a výrazne ovplyvnili i budúci život v nej. Znečistená ostala najmä podzemná voda, ktorá dnes obsahuje až viac ako 300 mg dusičnanov v 1 litri vody. Práve preto je využívanie vody z vlastných studní nebezpečné. Výber obce bol podmienený rozhodnutím vedenia spoločnosti, pripravenosťou projektu z pohľadu stavebného povolenia, veľkosťou obce a potenciálom pripojenia obyvateľov na verejný vodovod, projekt bol schválený 3. 7. 2018 Ministerstvom pôdohospodárstva a rozvoja vidieka SR. Vznikne takto cca 260 ks vodovodných prípojk, rozpočtový náklad je 1 059 415,96 € bez DPH. Výstavba bude prebiehať približne 24 mesiacov a malo by sa s ňou začať v druhej polovici tohto roka.

Situácia na východe Slovenska

Je známe, že VVS, a.s. je lídrom na Slovensku v realizácii investičných projektov, ktorých cieľom je zvýšenie percenta pripojenosti obyvateľov nielen na verejný vodovod, ale aj na verejnú kanalizáciu. Pôsobnosť VVS, a.s. sa dotýka 1 263 903 obyvateľov v rámci východného a časti stredného Slovenska. Z tohto počtu je na verejný vodovod pripojených takmer 1 000 000 obyvateľov, čo predstavuje pripojenosť vo výške takmer 80 %. Dĺžka vodovodnej siete ku koncu roka 2018 predstavovala 6 477 km, počet vodovodných prípojk stúpol na 161 424 ks. Počet obcí v správe VVS, a.s., ktoré sú pripojené na verejný vodovod, je 578.

Situácia je dnes chválhodná v porovnaní s minulosťou, aj keď stále je čo dobiehať. Keď v roku 1966 vznikol štátny podnik Východoslovenské vodárne a kanalizácie, cez verejný vodovod bolo zásobovaných zhruba 34 % obyvateľov vtedajšieho Východoslovenského kraja. Situácia sa však zlepšovala priamoúmerne s bytovou výstavbou a nepriamo úmerne s ostatnými kútni Slovenska. Pre porovnanie – v roku 1990 bolo na vodovod pripojených 68,3 % obyvateľstva Východoslovenského kraja, kým celoslovenský priemer bol 74,3 % a celoštátny (ČSFR) až 87,5 %.

Prirodzene to v 90. rokoch znamenalo dobiehanie zvyšku krajiny a vyvinutie enormnejšieho úsilia, ktoré však brzdila nedostatočná pripravenosť na nové technológie, nehovoriac o nedostatku finančných prostriedkov, čo malo za následok neprimerane dlhé, až niekoľkoročné obdobia výstavby verejných vodovodov, ale i kanalizácií.

Skutočne enormné úsilie, ktoré rozhodne a viditeľne začalo prinášať aj prvé plody,



bolo vyvinuté Východoslovenskou vodárenskou spoločnosťou, a.s., ktorá vznikla ako nástupca VVaK v roku 2003. Hoci východ bude západ dobiehať stále, VVS, a.s. sa každým svojím projektom snaží zvýšiť životnú úroveň obyvateľov tohto regiónu. Od vzniku až doteraz je jednoznačne slovenským lídrom v predkladaní, vyhrávaní a realizácii investičných projektov zameraných na zvýšenie percenta pripojenosti obyvateľov na verejný vodovod a kanalizáciu z fondov EÚ.

Prvý verejný vodovod bol v Košiciach vzhľadom na veľkosť a význam mesta postavený pomerne neskoro – vodovod mali skôr aj menšie mestečky, ako napríklad Banská Štiavnica alebo Kremnica. Košice boli tak zaostalé, že ešte koncom 19. storočia sa na mestskom zastupiteľstve viedol zápas o vodovod a kanalizáciu. Odporcov presvedčil až výskyt brušného týfusu v meste a jasné správy o počte úmrtí, ktoré mali riadny súvis so stavom vody v meste. Tak konečne v roku 1905 začala výstavba vodovodu aj kanalizácie, práce boli ukončené v roku 1911. Počas nárastu priemyselnej výroby v 50. – 60. rokoch a s tým súvisiaceho nárastu počtu obyvateľov mesta a výstavby sídlisk vznikla aj potreba zvýšenia distribúcie pitnej vody. Viac ako 100 rokov tak prešlo od spustenia prvého vodovodu v Košiciach a situácia je takáto – pôvodný plán počítal so zásobovaním pitnou vodou 40 000 obyvateľov, dnes len v samotnom meste využíva verejný vodovod približne 240 000 ľudí.

V celoslovenskom meradle

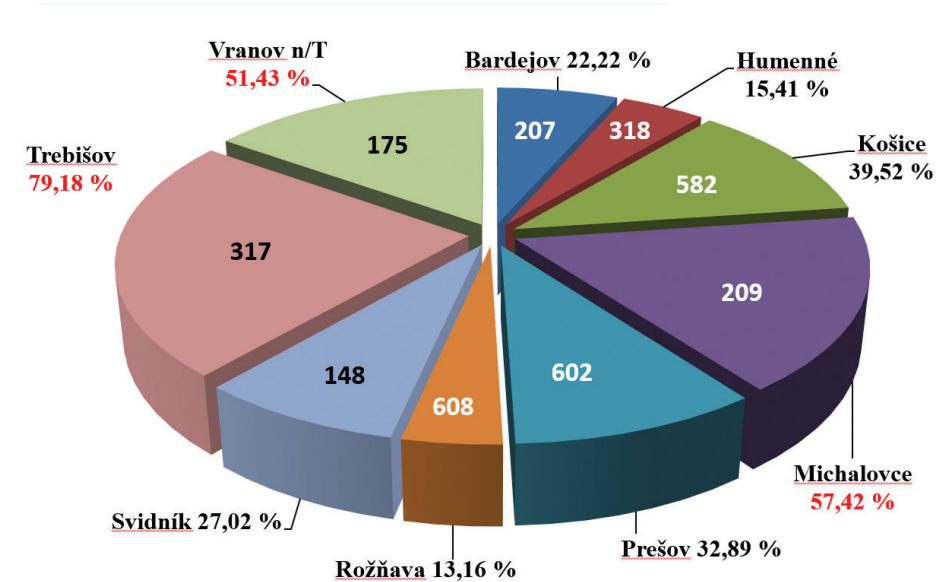
Práve rezort vodného hospodárstva a vodárenstva je jedným z najrýchlejšie sa rozvíjajúcich rezortov slovenského hospodárstva za posledné desaťročie. Realizuje sa výstavba nových sietí, pribúda pripojených obyvateľov. V súčasnosti je na verejný vodovod pripojených necelých 89 % obyvateľov Slovenska a celková dĺžka spravovaných sietí je 31 tisíc km, čo pre lepšiu ilustráciu predstavuje 3,1 x dlhšiu vzdialenosť ako z Košíc do Ria de Janeiro.



Najlepšie je pripojiť sa na verejný vodovod

Kvalita vody v domových studniach je na východnom Slovensku alarmujúca. Ľudia, ktorí studne užívajú niekedy aj desaťročia, si neuvedomujú zdravotné riziká. Často si myslia, že keď vodu zo studne užívali aj ich starí rodičia, či rodičia, tak musí byť v poriadku. Neuvedomujú si pri tom, že naše životné prostredie sa z roka na rok mení. Prírodu ovplyvňuje poľnohospodárska činnosť, nová výstavba, vybudované nové fabriky, ale stačí aj presakujúca stará žumpa od susedov.

S prekvapením to zistil aj obyvateľ z Košického Klečenova (časť Borda), ktorý si nechal zanalyzovať bezplatne vzorku svojej studňovej vody počas Svetového dňa vody, 22. marca: „Ostala som prekvapená, lebo výsledky nedopadli dobre. Naša voda má vysoký obsah dusičnanov. Používame ju pritom skoro 15 rokov. Kontrolovali sme ju kedysi dávnejšie, ale nikdy neboli výsledky takéto zlé.“ Vodu síce priamo nepijú, kupujú balenú, ale varia ňou a samozrejme ju používajú na hygienické účely. Ako budú situáciu riešiť, keď zistili tieto alarmujúce výsledky: „Mám 73 rokov, doteraz sme ju používali, a nič sa zatiaľ nestalo, tak asi to budeme aj ďalej takto robiť.“



Pri zvýšenom výskyte dusičnanov, aký bol vo vzorke z Klečenova nameraný, by sa však rozhodne nemala voda využívať ani na to, riziko výskytu nádorových ochorení nie je zanedbateľné. Bakteriálnou činnosťou sa totiž dusičnany redukovú na zdravie škodlivé dusitany, ktoré v tráviacom trakte reagujú na karcinogénne, tzv. nitroso zlúčeniny. Pri dlhodobom konzumovaní potravy s nadmerným obsahom NO_3 vyvolávajú nádorové ochorenia, tie sa môžu prejaviť kedykoľvek.

Aby ľudia získavali informácie a uvedomovali si možné riziká, realizuje VVS, a.s. od roku 2006 každý rok pravidelne 22. marca pre obyvateľov bezplatnú analýzu vody z domovej studne. Každý si môže nechať skontrolovať vzorku, hneď na mieste zistí, aká je v nej

prítomnosť dusičnanov. Aj tento rok stáli od rána pred Zákazníckym centrom v Košiciach desiatky ľudí.

Mamička z Barce sa vybrala otestovať si vodu zo studne prvýkrát. „Nemáme studňu dlho, ani nie rok, sme zvedaví, aké budú výsledky vody. Nepoužívame ju na pitie, ale možno do budúcnosti by sme ju chceli využívať.“ Pripojili sa aj ďalší obyvatelia z Barce. Starší manželský pár však už má skúsenosti. „Chodíme analyzovať vodu pravidelne každý rok a výsledky sú vždy zlé, stále je v nej veľa dusičnanov. Používame ju však len na polievanie v záhrade, nie na pitie. Napitím máme vodu z mestského verejného vodovodu. Našťastie, na zalievanie sa podľa výsledkov dá používať.“

Spokojný bol pán z Vyšnej Hutky, ktorý si prišiel skontrolovať vodu zdarma po prvýkrát: „U nás sa zbiera voda z polí, ktoré v minulosti boli silne hnojené. Chcel som vedieť, aká je koncentrácia dusičnanov v našej studni a výsledok ma prekvapil, je výborný. Budeme zvažovať, či nepoužívať vodu zo studne aj na konzumáciu, ale určite si najskôr necháme spraviť väčšiu analýzu, aby sme mali istotu, že aj ostatné zložky sú v poriadku.“ Jeho kamarát, ktorý má chalupu v Baške pri Košiciach by si naopak rád nechal zaviesť verejný vodovod. „Naša voda zo studne nie je veľmi kvalitná, je tvrdá, všetko zanáša, všetky spotrebiče, preto by sme chceli radšej vodu z vodovodu.“

Len v Košiciach otestovali pracovníčky VVS, a.s. počas dňa vyše 580 vzoriek, na celom východnom Slovensku to bolo 22. marca 2019 celkovo 3152 zanalyzovaných vzoriek. Výsledky si môžu ľudia skontrolovať v tabuľke.

Manželia z Novej Polhory dopadli tiež veľmi zle. „Koncentrácia dusičnanov je až do 500 mg/l. Najhorší možný výsledok, vylievajú tam však žumpy, tak sa ani nečudujeme. Našťastie na konzumáciu a v domácnosti používame obecný vodovod. Pri takom vysokom výskyte dusičnanov by sa nemala používať ani na zalievanie, ale my zalievame, aspoň nemusíme hnojiť,“ zasmial sa pán z Novej Polhory.

Vedúca útvaru chemicko-technologických činností VVS, a.s. Ing. Nataša Riganová však namieta: „Nie je pravdou, že keď voda obsahuje dusičnany, musia ľudia hnojiť. Dusičnany samé osebe nie sú hnojivo. Obsahujú síce dusík, ale v inej forme, nenahrádzajú hnojivo.“ Ing. Riganová navyše dôrazne upozorňuje: „Zlúčeniny vytvorené z dusičnanov, ktoré sú už karcinogénne sa môžu inkorporovať do rastlín a potom sa potravinovým reťazcom dostávajú do organizmu človeka, alebo sa môžu z pôdy vylúhovať do pitnej vody. Bolo dokázané, že vzniknuté nitrósoamíny sú schopné vyvolávať tvorbu nádorov vo všetkých telesných orgánoch, hlavne tráviaceho traktu, močového mechúra a lymfatického systému. Teda aj pravidelným polievaním zeleniny sa môžu dusičnany dostať do ľudského organizmu, čo je nebezpečné.“

Odporúčania pracovníkov VVS, a.s. o tom, že voda s vysokým obsahom dusičnanov nie je vhodná ani na polievanie, by ľudia nemali brať na ľahkú váhu. Vodu zo studne si môže každý nechať zanalyzovať za úhradu kedykoľvek počas roka. Pracovníci v zákazníckych centrách VVS, a.s. poradia každému, ako na to. Keď je voda zo studne nevyhovujúca, za najideálnejšie riešenie pritom stále považujú pripojenie sa na verejný vodovod, pokiaľ sa v obci nachádza.



SÚŤAŽ Parádny 2-dňový výlet

Decká, máte chuť na parádny dvojdný výlet? Potom 18. – 19. jún čakajú práve na vašu triedu.

Čo k tomu potrebujete? Dobrú náladu. Piť stále najlepšiu svetovú pravú vodovodnú, vodu z našich verejných vodovodov, ktorá vás inšpiruje k výkonom. A samozrejme, pravidelne sledovať naše súťaže na **FB/vodovodná** a na **Instagrame/pravavodovodna**. Počas mesiaca máj tam nájdete štyri kolá vedomostných a kreatívnych súťaží, do ktorých sa môžete zapojiť a vyhrať skvelé ceny. Na záver bude súťaž o dvojdný výlet pre celú triedu.

Čo vás na ňom čaká? 18. júna: **Prešov, návšteva modernej čistiarne odpadových vôd, Michalovce**, kde zavítate do **Environmentálneho vodárenského vzdelávacieho zariadenia** a to všetko ukončíte spoločenským programom s večerou a ubytovaním v **hoteli**. 19. júna si ešte spravíte **výlet do Vysokých Tatier**. Sprevádzať vás bude oba dni parádny **klimatizovaný autobus spoločnosti VVS, a.s.**



Tretie kolo obľúbenej kampane pre deti „Nech sa páči, vodovodná“ štartuje už v máji. Po dvoch rokoch ju pre deti základných škôl na východe Slovenska opäť spoločne pripravili Východoslovenská vodárenská spoločnosť, a.s. a Podtatranská vodárenská prevádzková spoločnosť, a.s.. Neváhajte a určite sa zapojte.

Cieľom oboch spoločností je motivovať deti, aby počas nasledujúcich mesiacov vo zvýšenej miere konzumo-

vali vodu z vodovodu, ktorá je tou najlepšou alternatívou pre zdravý životný štýl. Samotná kampaň má upozorniť aj rodičov, aby vo zvýšenej miere vplývali na to, čo ich ratolesti kupujú. Dospelí by mali vedieť ovplyvniť, aby deti nepodliehali reklame produktov, ktoré im viac škodia, než uhasia smäd. V neposlednom rade ide aj o podporu súčasných trendov znížiť plasty a plastový odpad v našich domácnostiach.





Bukovec, kedysi preplnené letné jazero, známe všetkým Košičanom a okoliu. Aj v súčasnosti ho v letných horúčavách miestni radi využívajú, hoci časy niekdajšej slávy má už skôr za sebou. Investície, rozvoj, modernizácia, prispôbenie sa moderným trendom je to, čo kvalitnej rekreácii na jazere Bukovec rozhodne chýba. Napriek tomu tam mnohí radi zavítame a využívame aspoň zopár služieb, ktoré sa ponúkajú. A niektorí neváhajú ani v zime, Bukovec slúži v tom období adrenalinovému ľadovému potápaniu, ktoré má z roka na rok väčšiu popularitu. Príroda v okolí vodnej nádrže je krásna a upokojujúca v každom ročnom období.

Dnes však nechceme hovoriť o jazere na kúpanie, ale o vode, ktorá zásobuje tisíce obyvateľov na východe. Oveľa menej ľudí totiž vie, že sa tam nachádza aj druhá vodárenská nádrž Bukovec slúžiaca na vodárenské účely a objekt VVS, a.s., úpravná vody (ÚV) Bukovec.

Vodárenská nádrž Bukovec je situovaná medzi obcami Bukovec a Zlatá Idka. Zachytáva povrchové vody potoka Ida vyvierajúceho na juhovýchodných svahoch Kojšovskej hole, ktorá je súčasťou geomorfologického celku Volovské vrchy.

Jej výstavba bola ukončená 29. augusta 1971, ale do trvalej prevádzky bola uvedená až 25. októbra 1979, keď bol uvedený do prevádzky odber z vežového odberného objektu vodárenskej nádrže. Projektovaná kapacita úpravné bola 700 l/s.

V súčasnosti sa odber surovej vody vykonáva z troch horizontov vodárenskej nádrže, v závislosti od kvality vody v jednotlivých horizontoch.

Z vodárenskej nádrže Bukovec je privádzaná surová voda prírodným potrubím DN 1 000 v dĺžke takmer 1,7 km do úpravné Bukovec do vyrovnávacej nádrže, kde sa vyrovnáva tlak z prírodného potrubia. ÚV bola budovaná v dvoch etapách, ktoré sú vybudované paralelne. Každá etapa je schopná nezávisle upraviť 350 l/s.

Technológia úpravy je dvojstupňová, prispôbená na odstránenie antimónu, arzenu, zákalotvorných látok, makromolekulových organických látok, mikrobiologického a biologického znečistenia a mangánu.

Aká voda sa dostane na náš stôl

Máme doma skutočne kvalitnú vodu? Máme istotu, že je zdravotne bezpečná? „V zmysle platnej legislatívy sa voda kontroluje od vodárenského zdroja cez úpravu vody, jej akumuláciu až po vodovodný kohútik u spotrebiteľa,“ vysvetľuje Ing. Dušan Hudec, vedúci prevádzky úpravné vody Bukovec VVS a.s., závod Košice. Zároveň podotýka, že „jestvujúca technológia úpravné Bukovec neumožňuje vynechať niektorý z technologických stupňov úpravy.“

Voda počas jej výroby a distribúcie je pravidelne kontrolovaná v Laboratóriu pitných vôd Bukovec. „Analýzy vzoriek vody z jednotlivých technologických stupňov na ÚV sa vykonávajú denne, tým pádom má prevádzka denne možnosť odkontrolovať si, či technologický proces prebieha správne,“ vysvetľuje Ing. Hudec, a preto sa nemusíme obávať. Pijeme skutočne kvalitnú, zdravotne bezpečnú vodu.

Samotný proces úpravy surovej vody na pitnú trvá podľa neho približne 14 hodín.

„Pri odbere surová voda prechádza cez mechanický stupeň (hrubé a jemné hrablice) slúžiace na zachytávanie hrubých nečistôt nachádzajúcich sa v odoberanej vode a cez rozdeľovací objekt nateká podľa potreby do tej-kto-rej linky do nádrže koagulácie (rýchleho a pomalého miešania, kde sa pridáva koagulant). Po koagulácii upravovaná voda prechádza zdvojenou sedimentačnou nádržou, kde dochádza k sedimentácii vyvločkovanej kalu. Ďalej nateká na otvorené rýchlofiltre s medzidnom (jednovrstvové - piesok FP2), kde sa zachytia aj najmenšie vločky z čistenia a mikroorganizmy a zároveň sa tu odstráni mangán z upravovanej vody, a to filtráciou cez piesok preparovaný vyššími oxidmi mangánu. Upravená voda z filtrov sa v akumulačných nádržkách (2 ks, objem jednej nádrže 1 440 m³) hygienicky zabezpečuje chlórnanom sodným vyrobeným na mieste a chloramináciou,“ vysvetľuje proces Ing. Nataša Riganová, vedúca útvaru chemicko-technologických činností VVS, a.s..

Takto upravená voda, ktorej kvalita je v súlade s kritériami uvedenými vo vyhláške MZ SR č.247/2017 Z.z., putuje do vodojemov a čerpacích staníc, z ktorých zásobuje obyvateľov niekoľkých obcí: Bukovec, Nižný Klatov, Vyš-



Úpravná vody Bukovec

ný Klatov, Baška, Malá Ida, Šemša, Hodkovce, Nováčany, ale aj obyvateľov mesta Košice, mestských častí Polov, Lorinčík, či Pereš.

Sila vody

Príroda sa počas jednotlivých ročných období mení. Nielen rastliny, kvety, tráva, stromy sa tomu prispôbujú. Zmena období aj počasia vplýva aj na samotnú vodu. Sú ľudia, ktorí dokonca veria, že ľadová voda má inú, silnejšiu moc. „Ako každá iná, aj voda z vodárenskej nádrže Bukovec mení svoju kvalitu počas roka. Príroda ovplyvňuje hlavne biologické ukazovatele, ale aj niektoré fyzikálno-chemické a mikrobiologické ukazovatele,“ hovorí Ing. Hudec. „Na základe 3 kategórií štandardných metód úpravy povrchovej vody a podzemnej vody na pitnú vodu sa táto úprava zaraďuje do druhej kategórie A2, tzn. fyzikálna a chemická úprava a dezinfekcia,“ uzatvára Ing. Hudec.





Voda vs. Pivo



nebo

Jedna vědecká studie podložila, že:

když denně vypiješ 3 litry vody, tak jsi za rok vypil 1 kg ekoli bakterií, které se nacházejí ve vodě. To znamená, že jsi vypil kilo HOVEN!!!!
Když ale budeš pít pivo.....tak toto riziko nepodstupuješ, protože ekoli bakterie přípravu piva nepřezijí. Proto řekni všem Tvým známým, hlavně těm, kteří pijí vodu, že tato tekutina je zdraví škodlivá!!!
Když tomu nevěříš, tak pij vodu dál.
Ale kdo doopravdy přemýšlí, přijde sto procentně na to, že je lepší pít pivo a kecat hovadiny, než pít HOVNA a nemít co říct. Pošli tedy tento e-mail všem Tvým známým, kteří mají pořád skleničku vody na stole a myslí si, že oni jsou ti „zdraví“.

Tak si dáme pivo.....NA ZDRAVÍ!!!

Pitná voda nad pivom jednoznačne v prevahe

Voda alebo pivo? Čo je zdravšie? Odborníci a väčšina laickej verejnosti majú na to jednoznačnú odpoveď. No napriek tomu internet je plný dezinformácií o škodlivosti vody a blahodarných účinkoch piva na naše zdravie. Kde je teda pravda? Zaujímavosťou je fakt, že tieto dezinformácie sa zakladajú na „jednej vedeckej štúdii“. Tak sa to aspoň uvádza v pamflete (viď obrázok), ktorý sa na Slovensko dostal niekde z južnej Moravy (Česká republika) a aj u nás sa začal hromadne šíriť rôznymi kanálmi (e-mail, sociálne siete a pod.).

Poplašná správa

Vodárenská obec cítila oprávnené potrebu reagovať na tieto nepravdivé informácie a uviesť veci na pravú mieru. Asociácia vodárenských spoločností, ktorá zastrešuje všetky vodárenské spoločnosti na Slovensku, považuje uvedené tvrdenia za šírenie poplačnej správy. Pitná voda dodávaná verejným vodovodom je zdravotne zabezpečená. Jej kvalita sa systematicky monitoruje a podlieha prísnej kontrole podľa platnej slovenskej legislatívy. Tieto legislatívne

predpisy vychádzajú zo smernice EP a Rady o kvalite vody na ľudskú potrebu, ktorou sa riadia všetky krajiny Európskej únie, ale aj mnohé ďalšie.

Odvážne nepodložené tvrdenia na základe „výskumu“ sú naozaj vážne obvinenia, ktoré môžu ich autorov priviesť až pred medzinárodný súdny dvor v Haagu.

Nielen VVS, a.s. ale aj Asociácia vodárenských spoločností garantuje všetkým obyvateľom pripojeným na verejný vodovod, že pitná voda dodávaná do ich domácností a firiem je zdravotne nezávadná a nie je zdraviu škodlivá.

Naopak, pravidelné pitie vody dodávanej verejným vodovodom je jednoznačne bezpečné a prospieva nášmu zdraviu. Zároveň je pitná voda z vodovodu odporúčaná ako najvhodnejší nápoj na pravidelný pitný režim.

Indikátor fekálneho znečistenia

Autor uvedeného príspevku zjavne nemá veľa vedomostí o vode a jej kvalite. Vysvetľuje Ing. Nataša Riganová, vedúca útvaru chemicko-technologických činností VVS, a.s.:
„Baktéria *Escherichia coli* je podľa Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO) jediný správny indikátor fekálneho znečistenia. Je výlučne črevného pôvodu a indikuje najmä čerstvé fekálne znečistenie. Jej prítomnosť v pitnej vode poukazuje na závažné nedostatky v ochrane vodného zdroja, ale aj na nedostatky v úprave a zdravotnom zabezpečení pitnej vody, alebo na dodatočnú kontamináciu počas jej distribúcie.“

Jednoznačne z uvedeného vyplýva, že v pitnej vode sa táto baktéria nesmie nachádzať. V prípade prekročenia limitu sa voda stáva nepitnou. Preto výroky takéhoto typu, aké sú v tom pamflete, sú bezpredmetné.

pitnej vody. Vodárenská spoločnosť, ktorá je prevádzkovateľom verejného vodovodu, je povinná zabezpečiť sledovanie kvality vody odoberanej z vodárenského zdroja počas jej úpravy, až po dopravu k odberateľovi.

Výsledkom tejto systematickej kontroly je skutočnosť, že pitná voda je pitná voda z verejného vodovodu je zdravotne bezpečná a vo všetkých ukazovateľoch zodpovedá prísny legislatívnym kritériám. A navyše, priamo u spotrebiteľa kontrolujú kvalitu dodávanej pitnej vody aj regionálne úrady verejného zdravotníctva.

V prípade akéhokoľvek prekročenia limitov orgány na ochranu zdravia nariaďa konkrétne opatrenia, príp. podľa uváženia môžu nariaďiť zákaz používať vodu ako pitnú.

Odporúčanie vodárenskej spoločnosti: Pitná voda dodávaná všetkými vodárenskými spoločnosťami je tým správnym nápojom na uhasenie smädu a správneho pitného režimu. Samozrejme, dať si občas dobré pivo (u dospelých osoby) je úplne v poriadku, nikdy ale nenahradí čistú, kvalitnú pitnú vodu z vodovodu.

Na zdravie! ☺

Kanalizácii škodí ľudská nezodpovednosť

Kanalizácia slúži na odvádzanie odpadových vôd. Bohužiaľ, mnohí si ju zamieňajú s košom na odpadky, a tak do nej neraz vhadzujú alebo vlievajú čokoľvek.

Lieky, farby, riedidlá, plienky, lepidlá či zvyšky jedál – vodári sú zajedno v tom, že nič z toho do kanalizácie nepatrí a bohužiaľ, sú aj častými svedkami toho, že majitelia nehnuteľností ich rady, či dokonca prosby ignorujú. Otázne je, či je to otázka neznalosti alebo nezodpovednosti. Je potrebné si uvedomiť, že likvidácia odpadových vôd nie je jednoduchá a lacná záležitosť, pretože do recipientu sa musí dostať vyčistená voda spĺňajúca najprísnejšie kritériá.

Viete, čo všetko nesmiete vhadzovať do verejnej kanalizácie?

Spomínali sme lieky. Nielen slovenským, ale celosvetovým trendom je zvyšovanie spotreby liekov, čo v konečnom dôsledku škodí životnému prostrediu. Nespotrebované a exspirované lieky, ale i lieky poškodené a znehodnotené napríklad nesprávnym skladovaním, mechanickým poškodením, rozmočením, navlhnutím a podobne nesmieme vhadzovať do verejnej kanalizácie a ani do tuhého domového odpadu. V čistiarni odpadových vôd sa zvyšky liekov sa nie vždy podarí odstrániť. Ich likvidácia by si vyžadovala úplne nové technológie. Ako teda zneškodniť lieky? Je potrebné ich odovzdať v lekárnach, kde ich zbierajú, evidujú a triedia. Lieky s obsahom omamných a psychotropných látok a cytostatiká (lieky, ktoré ničia rakovinové bunky a zabráňujú ich množeniu zásahom do niektorej fázy ich rastového cyklu) navyše musia byť zvlášť karanténne uložené a osobitne evidované. Všetok zozbieraný materiál sa váži na kalibrovaných váhach a musí byť výrazne označený symbolom „NEBEZPEČNÝ ODPAD“. Prostredníctvom Štátneho ústavu pre kontrolu liečiv v Bratislave ich ako nebezpečný odpad odosielajú do špeciálnej spalovne. Tým sa zabráňuje ohrozeniu podzemných a povrchových zdrojov pitnej vody. Keby toto veľké množstvo látok nebolo odborne zlikvidované, mohlo by sa dostať do voľnej prírody a vážne ohroziť povrchové a podzemné vody.

Odborníci však varujú, že i napriek mnohým varováním končí mnoho nespotrebovaných liekov vo verejnej kanalizácii.

Ani hygienické potreby

Ďalším pomerne častým odpadom v kanalizácii sú dámske vložky, detské plienky či vlhčené utierky. Všetky tieto hygienické potreby obsahujú pomerne silné vlákna, ktoré sa v čistiarni odpadových vôd namotajú na osky čerpadiel, ktoré musia byť následne zastavené a namotané vlákna prácne mechanicky odstraňované, čo trvá celé hodiny a výrazne predlžuje a predražuje proces čistenia odpadových vôd.

Zvyšky jedál, odpad z kuchynských drvičov, šupky zo zemiakov či iných potravín nemôžu končiť vo verejnej kanalizácii. Tieto zvyšky sú priam lákadlom pre rôzne hlodavce, ktoré sa tak za vôňou cez kanalizáciu môžu dostať až k vám domov. Okrem hlodavcov odstraňovanie jedál prostredníctvom verejnej kanalizácie môže spôsobiť zníženie jej prietoknosti až upchanie.

Chemikálie a iné nebezpečné látky, ako sú lepidlá, kyseliny, farby, riedidlá a iné spôsobujú jej upchatie

a rovnako predlžujú a predražujú proces čistenia odpadových vôd – na odstraňovanie tohto odpadu slúžia zberné stanice.

Do verejnej kanalizácie je zakázané vhadzovať alebo vypúšťať:

- rádioaktívne, infekčné látky a tiež látky, ktoré spôsobujú nadmerný zápach
- horľavé a výbušné látky a látky, ktoré zmiešaním so vzduchom alebo vodou tvoria výbušné, dusivé alebo otravné zmesi
- komunálny odpad, kuchynský a reštauračný odpad: zvyšky jedál
- rôzne hygienické potreby: kuchynské utierky, hygienické vložky, vlhčené utierky, plienky
- lieky, farby a riedidlá
- zvyšky stavebných hmôt: omietky a lepidlá
- ropa a ropné látky, soli zo zimnej údržby
- uličné nečistoty a drenážne vody



Aby sme pili naozaj na zdravie...

Na jar, keď sa výraznejšie oteplí, začneme prirodzene intenzívnejšie vnímať potrebu očistiť svoj organizmus od škodlivín. Jar je ideálnym obdobím na upratovanie, nielen v domácnosti, ale aj v našom organizme. S tým nevyhnutne súvisí aj správny pitný režim. Na jar a v lete sme prirodzene aktívnejší, viac sa pohybujeme vonku a platí jednoznačná rovnica: väčší výdaj energie = väčší príjem tekutín.

Ktorá tekutina je ale tá najvhodnejšia na dodržiavanie správneho pitného režimu?

Odborníci majú v tomto absolútne jasno. Ideálny nápoj na uhasenie smädu a správny pitný režim je čistá pitná voda z vodovodu..

Voda v našom organizme významne ovplyvňuje metabolizmus na všetkých úrovniach. Je nosičom minerálov, stopových prvkov a ďalších elementov. Každá chemická reakcia v našom organizme sa deje vo vodnom prostredí. Voda transportuje živiny ku všetkým orgánom, zásobuje nervové cesty, udržiava správnu funkčnú a reprodukčnú schopnosť našich buniek, je potrebná na plnenie všetkých úloh našej krvi a lymfy, reguluje našu telesnú teplotu. Voda navyše pomáha neustále útočiace jedy v našom organizme vyplavovať cez obličky, črevá a pokožku.

Pitie vody je tá najjednoduchšia vec, ktorú môžeme vykonať každý deň, aby sme sa cítili dobre. Pri každodenných povinnostiach sa však zabúdame starať o seba a svoje zdravie tak, ako by sme mali.

Práve preto pitný režim moderného človeka nie je v poriadku. Všeobecne platí, že pijeme málo tekutín, aj to zväčša až vtedy, keď už sme smädní, čo je pre telo veľmi neskoro. A nevyhovujúca je aj skladba toho, čo pijeme - namiesto čistej pitnej vody konzumujeme množstvo minerálnych vôd, ktoré pre vysoký obsah niektorých minerálnych látok jednostranne a zbytočne zaťažujú náš organizmus, resp. popíjame veľa prisladzovaných a prifarbovaných nápojov. A platí to žiaľ pre všetky vekové kategórie - od najmenších cez dorastajúcu mládež a dospelých v produktívnom veku, až po tých skôr narodených.

Ako by to malo fungovať

Ideálny **pitný režim obsahuje 2,5 až 3,5 litrov tekutín za deň**. Toto množstvo však závisí od toho, aké je zloženie našej stravy. Pokiaľ v nej nechýbajú potraviny obsahujúce vodu - zelenina a ovocie - náš ďalší príjem tekutín potom môže byť nižší. Potrebné množstvo konzumácie pitnej vody ovplyvňuje aj prostredie, v ktorom sa pohybujeme, teplota, vlhkosť vzduchu a naša fyzická aktivita počas dňa. Dnešná moderná doba ponúka mnoho aplikácií, ktoré vám aj v tomto výrazne uľahčia život a pomôžu odkontrolovať náš denný príjem tekutín, tak ich neváhajte využiť ☺

Platí, že najvhodnejšia je čistá voda, potom ovocné a bylinkové čaje, prípadne ovocné šťavy, džúsové streky, ktoré svojím obsahom vitamínov navyše posilňujú imunitu. Ale - jednoznačne pri prevencii civilizačných ochorení si prvé miesto udržiava čerstvá pitná voda.



Čo už o pitnom režime viete?

Určite ste už toho veľa počuli o **pitnom režime**. To, že treba piť dostatočné množstvo tekutín, je pre každého z nás prirodzene jasné. Nie však každý vie, čo sa v našom tele deje, pokiaľ tekutiny nedoplňame v dostatočnom množstve, alebo sú to tie nevhodné.

Fereydoon Batmanghelidj - iránsky lekár, spisovateľ a propagátor prírodnej medicíny, nositeľ Nobelovej ceny za objav penicilínu:

„Voda je naozaj účinný liek. Zo všetkých tých prípadov som pochopil jedno - smäd sa môže v ľudskom organizme prejavovať až takými silnými bolesťami, že človek už spolu nie je pri vedomí...“

Telo dáva najavo dehydratáciu tým, že produkuje bolesť a bolesť je znakom nedostatku vody v tele a ďalej, že nedostatok vody v skutočnosti stojí za väčšinou zdravotných problémov v našej populácii.

Každý nápoj má svoj vlastný program. Vaše telo je však navyknuté na tekutinu, ktorá žiadny program nemá, pretože telo závisí od slobody tejto tekutiny, od slobody vody. V tele sú dva druhy vody. Jednak je to už používaná a zamestnaná voda, ktorá nie je vhodná pre nové funkcie. Telo však potrebuje novú, voľnú vodu na to, aby mohlo nové funkcie vykonávať. Keď dáte telu nápoje obsahujúce cukor alebo kofeín, tieto dve látky majú v tele svoj vlastný chemický program. Tým mária účel potreby vody.“

Myslime na svoje zdravie, na životné prostredie a hlavne pime kvalitnú vodu z vodovodného kohútika, ktorá je zdravotne bezpečná na pitie, sprchovanie sa, pranie. Mnohé európske krajiny nám kvalitu vody závidia. Tak čo Vy na to? Kalkulujte tak, aby ste skutočne pili len na zdravie....

Piť či nepiť? To je otázka

Otepluje sa, postupne viac premýšľame nad letnými dovolenkami. Mnohí ich radi trávia pri mori, či už v európskych letoviskách alebo vzdialenejších exotických destináciách na území Afriky, Ázie, alebo inde. A určite sú medzi nami aj pravidelní cestovatelia, ktorí sa vyberú do sveta za prácou, za štúdiom.

„Pracujem vo Švédsku necelé dva roky, pijeme tu výlučne vodu z vodovodu, je naozaj kvalitná. Dostanete ju bežne v reštauráciách, v kaviarňach v džbánke. Dajú sa samozrejme kúpiť aj minerálne vody, ale sú mimoriadne drahé,“ vraví Košičanka Martina, ktorá dlhodobo žije v rôznych európskych štátoch. „V Taliansku to závisí od toho, v akej lokalite sa nachádzate. V Turíne sme bežne pili vodu z vodovodu, ale v Ríme nie. Dôležité je, akú má chuť, rímska mi nechutila, hoci bola pitná.“

„V Izraeli pijeme vodu z vodovodu, ktorá prechádza doma úpravou cez filtre. Sú tu však lokality, kde sa pije len balená voda. Napríklad v tunajších hoteloch by som vodu z vodovodu určite nepila,“ hovorí Jana, ktorá žije v exotickej krajine s rodinou už vyše desať rokov.

Eva z Košíc, ktorá s manželom a dvomi deťmi pomerne často cestuje na dovolenky a výlety do rôznych európskych destinácií, ale aj Ameriky či Ázie hovorí: „Málokedy tam pijem vodu z vodovodu, myslím, že sme ju pili len v Londýne. Doma, na Slovensku s tým nemáme problém, práve naopak, voda z vodovodu je najdôležitejšia tekutina na našom stole. Ale nepamätám si, že by som pila vodu z vodovodu v hoteli. Máme prsto obavu, ani nezisťujem, akú vodu majú v tej ktorej krajine, rovno siahame po balenej“.

10 krajín vo svete, ktoré majú najčistejšiu vodu. Je medzi nimi 6 európskych štátov. O svoje vodné zdroje sa tu mimoriadne starajú.

1. Čile
2. Kanada
3. Dánsko
4. Singapur
5. Švédsko
6. Rakúsko
7. Island
8. Nemecko
9. Grónsko
10. Švajčiarsko



Riziko?

Pokiaľ ide o kvalitu vody v krajinách Európskej únie, nemala by pre nás predstavovať riziko. Všetky krajiny EÚ sa totiž riadia spoločnou legislatívou, takže voda z vodovodu by mala byť kvalitná a pitná. „V turistických destináciách by sa návštevníci mali rozhodne riadiť pokynmi cestovných kancelárií, alebo priamo turistických sprievodcov,“ odporúča Zuzana Bratská, vedúca odd. hygieny pitnej vody Regionálneho úradu verejného zdravotníctva Košice. „Na ostrovoch, ktoré sa nachádzajú v oceánoch, moriach, spravidla nie je tamojšia voda vhodná na pitné účely. Zväčša tam používajú morskú vodu, zbavenú soli, čiže upravenú reverznou osmózou. Tá je určená len na osobnú hygienu. V afrických krajinách dávajú aj na ústnu hygienu balenú vodu,“ doplnila.

U nás sa taká používa napríklad vo vlakoch, v spacích vagónoch, pretože inak nie je možné zabezpečiť zdravotne bezpečnú vodu.

V exotických destináciách používajú na zavlažovanie a polievanie zeleniny a ovocia vodu, ktorá nemusí byť bezpečná. Keďže domáci obyvatelia môžu mať iné „bakteriologické premorenie“, nemusí im takto zalievané ovocie či zelenina spôsobovať problémy. Pre turistov to už však nemusí platiť. Istota je preto v balenej vode, zakúpenej v hoteli, či obchode.

Piť vodu z vodovodu sa nemusíte obávať v Nemecku, Rakúsku, Švajčiarsku, susednom Česku, Maďarsku. Voda by tu mala byť bezpečná aj z vodovodu v hoteloch. Opatrnosť by nemala chýbať v primorských krajinách, ktoré majú aj iné odkanalizovanie ako my, priamo do mora.

100-násobne zlatý Košičan

Roman Volák

(18. 5. 1977, Košice)

K bojovým športom sa dostal na základnej škole okolo roku 1990, kedy sa prihlásil na tréning kung-fu.

Súťažne v bojových športoch začínal s kontaktným kickboxom. V roku 1993 vyhral turnaj na Slovensku. V rokoch 1991 a 1992 sa zúčastňoval súťaží v Čechách na Prague Open a aj v Rakúsku na Vienna Open. Potom sa dlhé roky úspešne venoval modernému freestyle karate. Zviditeľnil sa ako majster sveta vo freestyle karate. V máji 2014 vyhral svetový šampionát vo fullcontact karate v Dominikánskej Republike.

V roku 2011 bol so svojimi 68 zlatými medailami z majstrovstiev sveta aspirantom na zápis do Guinnessovej knihy rekordov. Celkovo ich v danom roku vlastnil 210.

Svoj jubilejný 100. titul majstra sveta si vybojoval v roku 2017 v Anglicku na súťažiach bojových umení "Unity World Championship 2017".

Celoživotnou ambíciou a snom väčšiny profesionálnych športovcov je získať cenný kov z Majstrovstiev sveta. Ty si v tomto rozhodne unikát a neskromne si na každých majstrovstvách vybojuješ aj 9 medailí. Vieš tento „Volák“ fenomén nejako rozumne vysvetliť ©?

Ten počet 9 neplatí pre každé majstrovstvá. Stalo sa to raz a preto je to zapísané aj v knihe Slovenských rekordov. V roku 2018 to boli iba dve medaily. A viem že svoj rekord nikdy neprekonám, aj keď to nie je vôbec dôležité! Vyhrať tolko prvenstiev je crazy. Teraz aj pre mňa. Verte mi, bola to dlhá, ťažká cesta zjednodušená o nadšenie a lásku k tomuto športu. Americký plavec Michael Phelps je držiteľom 28 olympijských medailí. Jeho a mojou výhodou bolo, že sme mohli súťažiť a dominovať vo viacerých športových disciplínach, vďaka ktorým počet prvenstiev prudko narástol.

Máš 42 rokov. Je to vek, kedy športovci už pomaly končia s aktívnou kariérou. Ty si ale v rovnakej forme ako pred 20timi rokmi a naďalej rozširuješ svoju zbierku medailí. Dokedy plánuješ byť aktívny? Čomu sa chceš venovať potom?

Formu mám zďaleka lepšiu ako keď som mal 20 rokov. No aj šport sa vyvíja a výkonnosť v ňom sa posúva na vyššiu úroveň. Som vďačný zdraviu a trochu aj šťastiu, že som sa úspešne vyhol zraneniam, čo mi umožňuje stále fungovať. Regenerácia síce trvá 20 krát dlhšie, no čo narobím?!

Viem že aktívnu športovú kariéru budem musieť rozumne ukončiť a už sa teším na ďalšiu fázu môjho života. Mám nové sny a plány ktoré chcem naplňať.

V Tvojom prípade sa vzácné stretli výrazný talent, obdivuhodná pevná vôľa a chuť zdokonaľovať sa do absolútnej precíznosti v každom detaile pohybu. Viem o Tebe, že si na začiatku svojej športovej kariéry absolvoval aj niekoľko tanečných tréningov, aby si zdokonalil rotáciu a ostrosť pri otočkách. Si takýto maximalista vo všetkom čo robíš?

Maximalista? To sa iba zdá! Som antitalent, ale že mega antitalent na tanečný pohyb a loptové hry. Musím uznať, že máš pravdu. Bol som 2x na latinskoamerických tancoch. Hneď som vedel, že tadiaľ cesta nevedie. Až neskôr som začal trénovať bojové športy. Myslím si, že zďaleka nie som taký talent ako sa zdá. Skôr som musel veľa drieť, aby sa to časom zdalo, že ten prirodzený talent mám. Ale pozor! Nie som taký precízny a maximalista vo všetkom. Uznávam rovnováhu. Veľa vecí flákam. Keď niekde pridáš, inde uberieš. Aj tieto odpovede píšem za minútu dvanásť. Sorry ©

Si zakladateľom Freestyle Karate Academy, kde osobne trénuješ svojich mladých zverencov. Pochváľ sa ich úspechmi.

Žijem a pôsobím v hlavnom meste. Mrzí ma, že v rodných Košiciach nemôžem trénovať mladých ľudí, ale verím, že to čoskoro zmením a FKA sa rozrastie o ďalšiu lokalitu.

Moju akadémiu som založil na základe veľkého záujmu. Ťažko sa mi do toho išlo, keďže som bol a stále som aktívny športovec. Zvládol som to úplne prirodzene, ako sa hovorí, hodili ma do vody a ja som sa naučil plávať. Na základe toho som zistil, aké je dôležité byť aktívny športovec a zároveň tréner. Strašne pozitívny bonus hral v môj prospech. Zverenci omnoho rýchlejšie napredujú a podávajú špičkové výkony. Doslova na súťaže sa do istej miery pripravujeme spoločne. Ja som motiváciou a naopak.

Už osem rokov sa vzájomne dopĺňame a dobývame svet. V akadémii trénujú majstri Sveta vo svojich vekových kategóriách. Majstri Európy. Máme víťazstvá na US Open atď. Prosto a jednoducho povedané, teším sa z nich.

Ako najradšej relaxuje Roman Volák?

Relaxujem každú chvíľku keď môžem. Veľa času chcem a trávim so svojou milou



Leuškou (priateľka, pozn. redaktora), s ktorou máme veľa spoločných relaxačných aktivít. Milujeme výlety, kino a dobrý film. Som priam filmový maniak. Nemôžem nespomenúť cestovanie za bielym pieskom a azúrovým morom. Na záver som si nechal ten najdôležitejší relax a to je náš pes Rio, ktorý si sám vyžaduje relax v našej spoločnosti.

Máš nejaké plány na leto? Budeš pracovať alebo oddychovať?

Milujem leto na Slovensku. V zimných mesiacoch doslova utekám za teplom na juh, no v lete si ho viem užiť u nás doma.

Budem sa zároveň pripravovať na jesenné majstrovstvá sveta, ktoré budú v ok-

tóbrí. Plánujem letný karate camp pre členov Freestyle Karate Academy. Takže nuď sa určite nebudem.

Pre aktívneho športovca je špeciálne dôležitý pitný režim. Ako funguje u teba? Čo je Tvoj obľúbený nápoj?

Pitný režim je tak dôležitý, ako dýchať a neuvedovať si to. Na rozdiel od dýchania sa môžem rozhodnúť, čo konkrétne budem piť a v akom množstve! Momentálne mi váha ukazuje 87kg, a preto vypijem 3l vody denne. Na druhej strane nie je ani dobré extrémne sa „prelievať“ vodou a zaťažovať tak niektoré orgány. Som presvedčený, že voda je tá najlepšia voľba, akú môžete urobiť v rámci pitného režimu.

Ale aby sa nepovedalo, že pijem iba vodu, tak nepohrdnem ani dobre vychladeným českým pivom. Čin čin ©

Je nejaký „titul“, teraz myslím aj mimo športovej oblasti, o ktorý by si chcel ešte zabojovať? ©

Je! Určite titul, ktorý má veľa mužov, ale ja ešte nie. No je ten najvzácnejší. Titul OTEC. Momentálne je moja láska Lea v 16. týždni tehotenstva, tak verím, že koncom leta mi pribudne aj tento vytúžený titul.

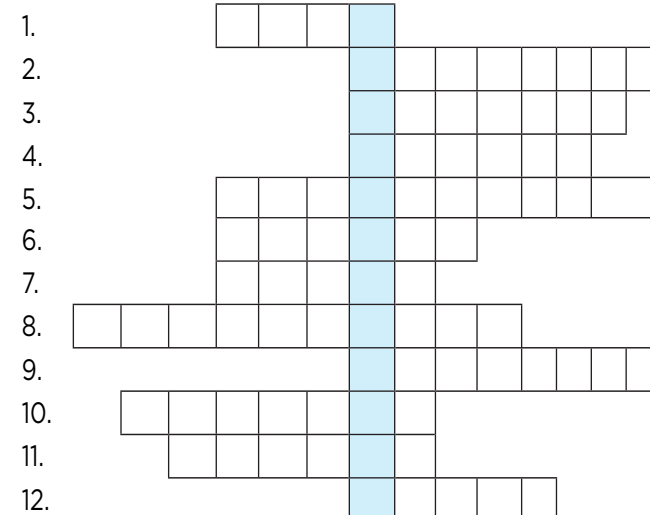
Teraz je to pre mňa prioritou číslo 1.

Držíme palce a ďakujeme za rozhovor.

Tajnička

Doplňte posledné slovo vtipu z tajničky:

- Dvojčatá v karčme:
- „A ty čul, že zdražela voda?“
- „Na, tam maš, došlo i na.....!“



- H₂O slovom
- Jednobunkový organizmus s jednoduchou stavbou tela. U človeka môže spôsobiť nákazlivé ochorenie.
- Najväčšia vodárenská nádrž na Slovensku.
- Patrí medzi hospodársky najvýznamnejšie ryby, je to aj názov tradičného obľúbeného šalátu
- Proces alebo činnosť, ktorej cieľom je likvidácia čo najväčšieho počtu choroboplodných alebo nežiaducich mikroorganizmov.
- Názov časopisu, ktorý VVS, a.s. vydáva každoročne pri príležitosti Svetového dňa vody, rozprávková bytosť žijúca vo vode
- Voda anglicky
- Východoslovenská spoločnosť
- Mesto na východe Slovenska, ktoré má skratku TV
- Sústava aktívnych a pasívnych prvkov slúžiacich na dopravu vody od jej spracovateľovi ku konečnému spotrebiteľovi.
- Druhé najväčšie mesto na Slovensku
- Med anglicky