



Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach	2
Čo robiť v decembri	3
Tlač, Záhradkár, 9. 11. 2021	
Ako si vybrať tú správnu vysokú školu	6
Tlač, Denník SME - príloha, 9. 11. 2021	
Nech je v aulách opäť živo	9
Tlač, Denník SME - príloha, 9. 11. 2021	
Ľudia, ktorí rozhodujú o našej finančnej budúcnosti. PREČO SA OPLATÍ ŠTUDOVAŤ AKTUÁRSTVO?	10
Tlač, Denník SME - príloha, 9. 11. 2021	
Hendikep ju nezastavil. Genetiku vymenila za právo	12
Tlač, Denník SME - príloha, 9. 11. 2021	
Bál sa prijatia, dnes na spolužiakov nedá dopustiť	13
Tlač, Denník SME - príloha, 9. 11. 2021	
Jazykové okienko: dušičky	14
Online, rtvs.sk, 8. 11. 2021, 11:16	
Pred 85 rokmi sa narodil jeden zo spoluzakladateľov KU Imrich Vaško	15
Online, tkkbs.sk, 8. 11. 2021, 11:45	
Kardiológ so zlatým srdcom	16
Online, bedekerzdravia.sk, 8. 11. 2021, 13:37	
Nitra aj napriek dvom prehrám v Košiciach na čele prvej ligy	19
Online, basket.zoznam.sk, 8. 11. 2021, 22:32	
Fakulty a ústavy UPJŠ	21
Ako si vybrať tú správnu vysokú školu	22
Tlač, Denník SME - príloha, 9. 11. 2021	
Jazykové okienko: dušičky	25
Online, rtvs.sk, 8. 11. 2021, 11:16	
Pred 85 rokmi sa narodil jeden zo spoluzakladateľov KU Imrich Vaško	26
Online, tkkbs.sk, 8. 11. 2021, 11:45	
Univerzitné pracoviská	27
Nitra aj napriek dvom prehrám v Košiciach na čele prvej ligy	28
Online, basket.zoznam.sk, 8. 11. 2021, 22:32	



Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach



Čo robiť v decembri

📅 9. 11. 2021, Zdroj: **Záhradkár**, Strán: [65](#), [66](#), [67](#), [68](#), [69](#), Vydavateľ: **News and Media Holding, a.s.**, Autor: **Luciana Bátovská**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**
Vytlačných: **73 920 ks** GRP: **5,89** OTS: **0,06** AVE: **29050 Eur**

Rubrika: kalendár prác december

Rýchlením čakanky získate puky plné vitamínu C

Čakanka šalátová (*Cichorium intybus*) sa pestuje ako listová zelenina. Známa je najmä z talianskej a francúzskej kuchyne. Osivo sa seje v júni do riadkov vzdialených 30 cm od seba, po vzídení sa rastlinky jednotlivé na vzdialenosť asi 10 cm. Na jeseň sa korene, ktorých ideálna dĺžka je asi 20 cm a hrúbka asi 5 cm, vykopú z pôdy. Vňať sa odstráni, ale ponechajú sa lístky srdiečka. Korene 2 dni preschnú na hriadke a následne sa nahusto založia do piesočnatého substrátu v nádobe. Skladujú sa v tmavej a chladnej miestnosti.

Samotné rýchlenie čakankových pukov je možné vykonávať dvoma spôsobmi – klasicky v substráte alebo hydroponicky vo vode pri zvýšení teploty na 15 až 18 °C. Pokým sa vyvinú puky vhodné na konzumáciu, ubehne 4 až 8 týždňov. Celý čas ich treba udržiavať v tme, aby zostali vybielené a nezhorkli. Na udržanie kvality sa často používa čierna fólia. Postupným rýchlením uskladnených koreňov si môžete zabezpečiť pravidelný prísun čerstvých pukov počas celého zimného obdobia. Okrem rôznych bielych odrôd je obľúbená aj atraktívna červená 'Palla Rosso'.

Tradičná sejba maku

Drobné makové semenka sú symbolom hojnosti a šťastia, preto kedysi bývali súčasťou štedrovečerných stolov. Podľa pranostiek mak rastie najlepšie, ak sa seje práve na Štedrý deň.

V prípade priaznivého počasia ho vysejte do riadkov vzdialených 35 cm, do hĺbky 1,5 až 2 cm. Na vlastnú spotrebu bez špeciálneho povolenia môžete mať plochu s makom do výmery najviac 100 m². Keď rastlinky na jar vzídu a majú 3 až 4 pravé listy, je čas jednotlivé porast na vzdialenosť 10 až 15 cm v riadkoch. Ak nestihnete decembrový termín, určite mak vysejte čím skôr na jar, aby semenka v pôde zachytili zimnú vlhku. Pokojne už koncom februára či začiatkom marca.

Nezabudnite

- Kontrolovať uskladnenú zeleninu, odstraňovať poškodené a napadnuté kusy.
- Pôdou prihrnúť zimný pór, aby sa vybielili výhonky.
- Prekopať a obrátiť starý kompost, čím podporíte rozklad novej vrchnej vrstvy.
- K rebarbore prihrnúť kompost a zakryť ju čečinou, aby dobre prezimovala.
- Očistiť a ošetriť náradie a záhradné mechanizmy.

Surové čakankové puky pridávajú do šalátov, veľmi chutné sú aj po tepelnej úprave. Môžete ich piecť, pražiť či dusiť. Na Slovensku sa pestujú štyri potravinárske odrody maku líšiace sa farbou a jemnými odlišnými chuťami. Klasický modrý mak, jemnejší a sladší sivý mak, hnedý mak s chuťou pripomínajúcou slnečnicu a biely mak s veľmi osobitou orieškovou chuťou.

Nové trendy v konzervatívnom obrábaní pôdy

Cieľom konzervatívneho spôsobu hospodárenia na pôde je minimálne narušenie pôdneho profilu a podpora prirodzeného rozkladu pozberových zvyškov s cieľom zvýšiť aktivitu pôdnych mikro- a makroorganizmov. Ide tiež o snahu znížiť zhutnenie pôdy ťažkými mechanizmami a tým zamedziť vysychaniu jej vrchnej vrstvy. Tieto metódy stoja za vyskúšaním aj v menšom meradle rodinných záhrad. Zoznámte sa so základnými pojmami šetrného obrábania pôdy:

- No dig (bezorbové pestovanie plodín): Priekopníkom tejto metódy je Angličan Charles Downing. Ide o to, že každý rok navyšujete vrstvu kompostu na povrchu hriadky a sadíte priamo doň. Náročnosť tejto metódy je podmienená prístupom k dostatočnému množstvu kvalitného kompostu, ktorý si buď sami vytvoríte, alebo si ho musíte zadovážiť inak. Výhodou je veľmi výživný substrát a minimálne zaburinenie hriadky.
- No till: Aj toto je bezorbová metóda, no na hriadke necháte strnisko pôvodných plodín aj s koreňmi, ktoré sa tu prirodzene rozložia, čím do pôdy dodajú dusík. Zrezaná vňať či slama v kombinácii s vyzretým kompostom sa použije na nastieňanie, čím sa udrží pôdna vlhkosť, zamedzí sa rast burín a zabráni sa pôdnej erózii. Pôdu obnažíte iba v priestore, kde vysievate alebo sadíte nové plodiny podporované rozkladajúcimi sa organickými zvyškami pôvodných rastlín.
- Strip till sa využíva vo väčšom meradle v komerčnom poľnohospodárstve. Ide o pásové obrábanie a sebu priamo do strniska alebo krycej plodiny, kde sa vyčistí iba pás pôdy nevyhnutne potrebný na sebu a rast pestovanej plodiny.

Zimný špenát na hriadke

Na prezimovanie sú vhodné mrazuvzdorné odrody s vysokou odolnosťou proti plesni špenátovej ako napríklad 'Winter Riesen', 'Misano F1', 'Matador', 'Lorelay' alebo 'Monores'. Neskôr ako začiatkom septembra vysievajú špenát sa zberá až na jar, ale ešte v jeseni ho v



riadkoch môžete trochu prihrnúť pôdou, aby rastlinky vytvorili viac koreňov a boli odolnejšie. Pred začiatkom mrazov dajte do medziradov vrstvu nástiely z listia – pôdu udrží dlhšie teplejšiu. Ak hrozia holomrazy, zakryte celú hriadku so špenátom netkanou textíliou.

Pripravte stromček na pobyt v byte

Ak ste sa rozhodli zaobstarať si živý vianočný stromček v nádobe a po sviatkoch si ho vysadiť v záhrade, prípadne ďalej pestovať v črepníku, dodržte niekoľko pravidiel: 1. Dôsledne plánujte a vyberte si ihličnan, ktorý vám ani po rokoch v záhrade nebude prekážať veľkosťou. 2. Nakupujte obozretne v kvalitných záhradných centrách a overte si, že stromček má celistvý koreňový bal od začiatku pestovaný v nádobe (nie je presádzaný z voľnej pôdy) a nemá poškodené korene. 3. Aklimatizácia musí byť dostatočne dlhá (aspoň dva týždne) s postupným prechodom z exteriéru do interiéru. Najskôr do svetlej, ale stále chladnejšej miestnosti, následne so zvyšovaním teploty a s pravidelným rosením. 4. Stromček umiestnite do prekúrených priestorov naozaj len na nevyhnutný čas a zabezpečte mu rosenie a dostatok vody, pozor však na dlhodobé premokrenie koreňového balu. 5. Spätná aklimatizácia na chladné prostredie by mala prebiehať takisto aspoň dva týždne vo svetlom chladnom priestore. Až potom by mal stromček bez problémov prežiť presun do záhrady alebo na terasu. 6. Po jeho definitívnom vyložení von nezabudnite chrániť koreňový bal pred premrznutím zakopaním do pripravenej jamy alebo tepelným odizolovaním nádoby.

Liečivý účinok orechových škrupín

Pri vianočnom pečení sa nezaobídete bez vlašských orechov. Všetky škrupiny však nevyhadzujte. Niekoľko si ich odložte na prípravu čaju proti kašľu.

Na jednu dávku budete potrebovať škrupiny z dvanástich orechov, ktoré necháte 12 hodín lúhovať v studenej vode. Ak máte naponáhlo a čaj by sa zišiel hneď, povarte ich asi pol hodiny vo vriacej vode a ešte 15 minút nechajte lúhovať, dosladte medom alebo sirupom a pomaly pite po dúškoch najmä pri dlhodobom neutíchajúcom kašli a zahlienení.

Dobrou alternatívou môže byť aj pohodlný prenájom živého vianočného stromčeka v súčasnosti možný v Bratislave, Banskej Bystrici či v Košiciach. Treba sa však poponáhľať, záujem býva veľký, a poriadne zvážiť odbornosť a kvalitu danej firmy, ktorá prenájom ponúka.

Pripravte si vrúbky ovocných stromov

Počas decembrových dní bez mrazu postupne môžete odoberať vrúbky čerešní, višní, egrešov, neskôr i jabloní, hrušiek, marhúľ a ríbezlí. Odoberajte dobre vyzreté jednorocné letorasty s rastovými, nielen kvetnými púčikmi, z úplne zdravých stromov, ideálne z južnej strany. Rezné rany ošetríte štepárskym voskom, aby sa do nich nedostali nežiaduce mikroorganizmy. Vrúbky si dobre označte a do jari uskladnite zapichnutím do vlhkého piesku do hĺbky asi 3 cm a skladujte na chladnom tmavom mieste s dostatkem vlhkosti.

Zimná kráska

Zornica hybridná (*Hippeastrum x hortorum*) je v čase kvitnutia stredobodom pozornosti najmä vďaka nápadným kvetom na hrubej dutej stonke vyrastajúcej z mohutnej cibule. Môžu byť v súkvetiach po dvoch až šiestich a mať žiarivú červenú alebo snehobielu farbu, prípadne ich kombináciu.

Zornica prirodzene kvitne od januára do marca, ale rýchlenním, teda vytvorením potrebných teplotných a vlhkosťných podmienok, môžete toto obdobie posunúť na čas Vianoc.

Čas potrebný na vykvitnutie cibule zornice je asi 6 až 8 týždňov, preto ak máte spiace cibule, s rýchlenním začnite už začiatkom novembra ich napučaním vo vlažnej vode, vysadením do substrátu a umiestnením do tepla. V decembri sú však v ponuke predajcov aj rýchlenné, teda už naklíčené cibule s lístkami a kvetnými púčikmi, ktoré stačí zasadiť tak, aby nad povrch substrátu vyčnievala jedna tretina cibule, umiestniť na svetlé miesto a obozretne polievať.

Po odkvitnutí

Zornicu rozhodne nevyhadzujte. Odrežte kvetnú stonku, ale listy ponechajte až do prirodzeného zožltnutia. Potom ich môžete tiež opatrne odstrániť. Vtedy nastane čas vegetačného pokoja, preto treba cibuľu uchovávať v suchom a chladnejšom priestore a nechať regenerovať aspoň počas 2 až 3 mesiacov.

Cibuľu, ktorá prešla obdobím vegetačného pokoja, zasadte do črepníka začiatkom novembra. Vykvitnúť by mala počas Vianoc.

Zornica sa často zamieňa s amarylkou (*Amaryllis*) kvitnúcou podobnými kvetmi, ale koncom leta až na jeseň.

V chlade sa pekne vyfarbí

Novším druhom na našom trhu je *Leucothoe*. Patrí do čeľade vresovcovitých, to znamená, že uprednostňuje kyslú pôdu, preto sa jej najlepšie darí vo vresoviskách spolu s inými kyslomilnými druhmi, ako sú napríklad rododendrony a vresy. Rod zahŕňa päť druhov, ktoré



sú rozšírené v Ázii a USA. Do našich podmienok sú vhodné vždyzelené druhy, ktorých listy menia farbu v závislosti od ročného obdobia.

Advent v botanických záhradách

Botanické záhrady po celom svete pozývajú milovníkov rastlín a floristickej tvorby na inšpiratívnu návštevu aj počas predvianočných dní. Cieľom býva navodenie sviatočnej atmosféry prezentáciou vianočných aranžmánov, dekorácií a vencov z prírodných materiálov a predstavením najnovších trendov vo výzdobe vianočných stromčekov. Každoročne svoje brány otvárajú aj slovenské botanické záhrady ako Botanická záhrada SPU v Nitre, Arborétum Mlyňany SAV i Botanická záhrada **UPJŠ** v Košiciach.

Sledovať sa oplatí podujatia botanických záhrad vo svete, aspoň prostredníctvom sociálnych sietí, kde prezentujú svoju dizajnérsku tvorbu a zaujímavé rastlinné expozície.

Nezabudnite

- Počas dní bez mrazu priebežne polievať zazimované rastliny, aby nevyschli.
- Zakryť záhradný nábytok plachtou alebo fóliou, aby ho nezničila vlhkosť a mráz.
- Nakopcovať kríčkové ruže zeminou a rododendrony prihrnúť vrstvou kôry alebo substrátom s kyslým pH.

Foto shutterstock.com

Srieň vzniká podobne ako rosa, no zmenou skupenstva vodnej pary na povrchu s mínusovou teplotou. Má jemnú kryštalickú štruktúru a môže sa tvoriť napríklad na stebľách trávy či na strechách, nie však na drôtoch alebo stromoch. Hoci vopred nevieme odhadnúť, čo nám decembrové počasie prinesie, takéto mrazivé ráno už nebude ničím výnimočným. Záhrada pokrytá srieňom či osuhľou, ako sa tento meteorologický jav tiež nazýva, je nesmierne čarovná, doslova ako maľovaná.

Luciana BÁTOVSKÁ, foto shutterstock.com Luciana BÁTOVSKÁ, foto shutterstock.com, flowercouncil.co.uk

Autor: Luciana BÁTOVSKÁ, foto shutterstock.com



Ako si vybrať tú správnu vysokú školu [☑](#)

☑ 9. 11. 2021, Zdroj: **Denník SME - príloha**, Strany: 2, 3, Vydavateľ: **Petit Press**, Autor: **Jana Hambáľková**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Vytlačení: 27 648 ks GRP: 5,25 OTS: 0,05 AVE: 9164 Eur

Rubrika: VYSOKÉ ŠKOLY

Otestujte sa, aké máte silné a slabé stránky, poraďte sa doma s rodičmi či s kariérnym poradcom v škole

Pred podaním prihlášky si môže žiak pozrieť ponuku na niektorom z veľtrhov.

Univerzity organizujú aj dni otvorených dverí. Pre pandémiu však aj tento rok väčšinou len online.

Niektorí vie od malička, že keď vyrastie, bude lekárom ako deda a mama či učiteľom ako starká a otec. Výber vysokej školy má tak jednoduchý a jasný.

Iný nad budúcim povoláním, a teda aj výberom vysokej školy rozmýšľa už na základnej, keď sa rozhoduje pre strednú školu.

Niektorí študenti sa však rozhodujú v poslednej chvíli. Okrem vysokej školy si treba vybrať aj správnu fakultu a študijný program. Napríklad, len na Univerzite Komenského v Bratislave je v ponuke viac ako deväť stoviek možností.

Okrem slovenských škôl sa dá poľahky odísť študovať aj na niektorú z univerzít v susednom Česku, prípadne v bližšom či vzdialenejšom zahraničí. Štúdium v cudzine môže byť drahšie a v posledných mesiacoch ho komplikuje aj pandémia.

Kto sa rozhodne zostať na Slovensku, môže neskôr v zahraničí vyskúšať aspoň študijný pobyt počas jedného či viacerých semestrov.

1.

Ako si vybrať

Ako študent zistí, na čo má talent? Ako si má vybrať, na ktorú školu pošle prihlášku? S rozhodnutím mu môžu pomôcť rozličné bezplatné testy, ktoré sú prístupné online. Tie podľa odpovedí vyhodnotia silné a slabé stránky, záujmy aj preferencie odpovedajúceho. Pomôžu mu v rozhodovaní medzi technickými, umeleckými či skôr humanitnými školami.

Podmienkou online testovania býva zväčša zadanie mailovej adresy, na ktorú prídu výsledky. Vyskúšať sa dá napríklad test cez internetového sprievodcu trhom práce, ktorý patrí pod Ústredie práce, sociálnych vecí a rodiny. Ten vyžaduje aj registráciu záujemcu.

2.

Kariérny poradca

Poradiť sa môžu študenti aj priamo v škole. Či už s triednym, alebo iným obľúbeným učiteľom, prípadne výchovným poradcom, alebo priamo s kariérnym poradcom, ak ho škola má.

„Pri výbere vysokej školy ovplyvňuje žiaka viac faktorov – rodičia, kamaráti, spolužiaci, rodinní príslušníci, ale aj možné uplatnenie sa po skončení školy na trhu práce. A samozrejme, aj vlastné záujmy žiaka,“ hovorí Oľga Bertová, kariérna poradkyňa na bratislavskom Gymnáziu Vazovova.

Už žiakom v základnej škole by podľa nej mala byť venovaná pozornosť ohľadne otázky, čím chcú byť, aké povolanie si chcú vybrať.

„Na gymnáziu pomáhame žiakom vykonávaním psychotestov aj individuálnymi konzultáciami. Ak majú žiaci záujem, organizujem aj prednášky o vysokých školách, najčastejšie s našimi absolventmi,“ dodala Bertová.

3.

Veľtrhy aj DOD

Žiaci majú pred výberom vysokej školy možnosť navštíviť veľtrhy vysokých škôl v rôznych mestách – v Bratislave, Nitre aj Brne – a stretnúť sa s ich zástupcami. Niektoré akcie však zrušila pandémia.

Uľahčiť výber a zoznámiť sa s vysokoškolským prostredím sa univerzity snažia cez Deň otvorených dverí (DOD). Ten sa, takisto pre pandémiu, zväčša koná online. Zájemcovia môžu počas neho nahliadnuť na jednotlivé fakulty a pýtať sa otázky, ktoré ich zaujímajú.

Na začiatku novembra mala DOD napríklad bratislavská Univerzita Komenského, od 8. do 10. novembra prebiehajú popoludní online DOD na banskobystrickej Univerzite Mateja Bela. Viaceré fakulty Žilinskej univerzity chystajú virtuálne DOD na február.



4.

Kam bez prijímačiek

Na niektoré fakulty a študijné programy sa možno dostať len na základe výsledkov stredoškolského štúdia, netreba skladať prijímačky.

„Podmienkou prijatia na vysokoškolské štúdium bez prijímacích skúšok na niektoré z programov fakúlt je najmä splnenie konkrétnych požiadaviek na študijný priemer známok dosiahnutých počas štúdia na strednej škole a maturitnej skúšky,“ potvrdil Tomáš Zaváčan, hovorca Univerzity Pavla Jozefa Šafárika (**UPJŠ**) v Košiciach.

Týka sa to najmä Prírodovedeckej, Filozofickej, Právnickej fakulty, Fakulty verejnej správy a Ústavu telesnej výchovy a športu. Univerzita pri prijímačkách čoraz viac nahrádza zameranie na odbor preverovaním všeobecných študijných predpokladov.

5.

Sito záujemcov

Na fakultách, o ktoré je najväčší záujem, musia záujemcovia rátať s prijímačkami. Univerzita Komenského má napríklad najviac prihlášok na medicínu – na Lekársku fakultu UK v Bratislave a Jesseniovu lekársku fakultu UK v Martine. „Prijímacie skúšky pozostávajú z predmetov biológia a chémia,“ informovala hovorkyňa univerzity Lenka Miller.

Prírodovedecká fakulta UK prijme záujemcov bez prijímacích skúšok len v prípade, ak počet uchádzačov nepresiahne plánovaný počet na študijný program.

„Pedagogická fakulta a Fakulta matematickej, fyziky a informatiky majú niektoré študijné programy bez prijímacích skúšok a pri niektorých sa berú do úvahy koncoročné vysvedčenia a úspechy v aktivitách počas strednej školy, ako sú napríklad olympiády,“ dodala Miller.

6.

Bonus za maturity či Scio

Kto chce študovať na Fakulte telesnej výchovy a športu UK, musí sa pripraviť na skúšky z teoretickej a pohybovej časti. Na Fakulte sociálnych a ekonomických vied UK síce nie sú prijímačky, avšak sú potrebné iné výsledky. Znalosti zo slovenského jazyka musia byť preukázané externou časťou maturitnej skúšky alebo testami Scio. Rovnako tak znalosti z anglického jazyka, pri ktorých je možné doložiť minimálne úroveň B1 aj jazykovým certifikátom. Vo vybraných študijných programoch môže uchádzač získať bonusové body za maturitu alebo Scio test z matematiky.

7.

Ako s doučovaním

Okrem rôznych súkromných doučovaní organizujú fakulty aj vlastné prípravné kurzy, ktoré majú pomôcť študentom zvládnuť prijímačky.

„Prípravné kurzy špecializované na okruhy tém prijímacích skúšok prebiehajú na Lekárskej fakulte každoročne v jarnom období. Uchádzači majú príležitosť bližšie sa zoznámiť s nárokmi na vysokoškolské štúdium,“ priblížil Zaváčan z **UPJŠ** v Košiciach.

Aj na tejto univerzite registrujú najväčší záujem o štúdium medicíny. Za ňou nasleduje filozofická fakulta.

Lekárske fakulty UK ponúkajú učebné materiály s konkrétnymi otázkami, ktoré sa môžu na skúške vyskytnúť. „Niektoré fakulty uverejňujú modelové testy, vďaka ktorým si môžu študenti skúsiť vypracovať úlohy a majú k nim aj kľúč s výsledkami. Reč je o Fakulte manažmentu či Fakulte matematiky, fyziky a informatiky,“ dodala hovorkyňa Univerzity Komenského.

Najmä v prípade všeobecných prehľadových testov pre humanitné odbory poskytujú fakulty zoznam odporúčanej literatúry.

Fakty

Čo je to Scio

ide o národné porovnávacie skúšky na vysoké školy, nahrádzajú alebo dopĺňajú prijímačky na 80 fakúlt vysokých škôl, prebiehajú formou písomného/ online testu v šiestich termínoch v SR a ČR, na skúšky sa dá prihlásiť samostatne online, skúškami prejde ročne viac ako 20-tisíc uchádzačov z oboch krajín, prvý termín skúšok je 11. decembra 2021.

Zdroj: Scio.sk



ilustračné foto – adoBe stock

Autor: Jana Hambálková



Nech je v aulách opäť živo [↗](#)

📅 9. 11. 2021, Zdroj: **Denník SME - príloha**, Strana: 2, Vydavateľ: **Petit Press**, Autor: **Jarmila Horáková**, Sentiment: **Ambivalentný**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**

Vytlačení: 27 648 ks GRP: 5,25 OTS: 0,05 AVE: 1084 Eur

Už druhý rok sú posluchárne vysokých škôl poloprázdne, ba na niektorých fakultách úplne prázdne. Celosvetová pandémia oberá študentov o možnosť stretnúť sa na živo so spolužiakmi, s vyučujúcimi. Skúsenosti z predchádzajúceho akademického roku napovedajú, že najhoršie to prežívajú študenti prvých ročníkov, ktorí nestihli okúsiť atmosféru vysokoškolského života, nestihli nadviazať osobný kontakt s profesormi či s docentmi, nezažili bujaré internátne „chodbovice“, posedenia v kaviarňach. Lebo byť na prednáškach prezenčne a online je veľký rozdiel.

A aj to môže byť dôvod, že mnohí z nich štúdium vzdávajú...

Naša dnešná príloha je určená tým, ktorí si v najbližších týždňoch a mesiacoch vyberú vysokú školu, na ktorej strávia päť, šesť rokov.

Dávame v nej priestor súčasným vysokoškolákovi, ktorých príbehy by mohli stredoškolákov zaujať. Lebo v nich otvorene hovoria, čo treba od štúdia na tej-ktorej fakulte očakávať a čo im dá.

Dominika Kuchárová z Trnavskej univerzity v Trnave zvláda štúdium práva, ktoré tento rok skončí, ale aj štúdium filozofie. Hovorí, že je to náročné, ale dá sa to zvládnuť. Dominika sa v Trnave našla, zapadla do aktivít Študentskej rady, vďaka debatnému klubu sa zúčastnila na mnohých debatných turnajoch, vyhráva odborné súťaže, stážuje – aktuálne v Národnej rade SR.

Lenka Vojčíková a Frederik Korcsmáros sú študenti so zdravotným znevýhodnením. Oboch síce telesné postihnutie brzdí, ale nezastavilo ich, aby sa prihlásili na **Univerzitu Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**. Obaja priznávajú, že z vysokej školy veru obavu mali.

Ak si chce dnes niektorý maturant vybrať štúdium vo Veľkej Británii, musí sa pripraviť na podmienky po brexite, čo znamená vysoké školné a žiadne študentské pôžičky pre zahraničných študentov. Táto nová situácia takmer zhatila cestu na Oxford nadanej Paulíne Vicenovej, ktorá nemala peniaze na vysoké školné. Nezľakla sa a dnes biomedicínu študuje vďaka finančnej zbierke.

Zlé časy nastávajú aj pre záujemcov o vysoké školy v Dánsku. To rapídne znižuje bakalárske odbory v angličtine. Aké možnosti teda majú slovenskí študenti?

V prílohe sa stredoškoláci dozvedia, akou veľkou výhodou je stráviť semester či dva na zahraničných univerzitách cez program Erasmus, či už v Nemecku, Rakúsku, alebo na Cypre a v Litve.

Na online podobu prechádzajú aj Národné porovnávacie skúšky Scio, ktoré využívajú niektoré vysoké školy. Tento akademický rok bude na ich regulárnosť prvýkrát dohliadať umelá inteligencia. Takže podvádzať nebude možné.

Verím, milí maturanti, že až sa z vás na budúci rok stanú vysokoškoláci, bude už v posluchárňach pulzovať bežný život.

Autor: Jarmila Horáková



Ľudia, ktorí rozhodujú o našej finančnej budúcnosti. PREČO SA OPLATÍ ŠTUDOVAŤ AKTUÁRSTVO?

9. 11. 2021, Zdroj: **Denník SME - príloha**, Strana: 7, Vydavateľ: Petit Press, Sentiment: Ambivalentný, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach

Vytlačených: 27 648 ks GRP: 5,25 OTS: 0,05 AVE: 3038 Eur

Rubrika: inzercia

Sú nenápadní a zároveň nenahraditeľní, dávajú finančný zmysel našej budúcnosti. Nájdeme ich v každej poisťovni, v každej banke, pri penzijných či investičných fondoch. Prečo sa oplatí študovať aktuárstvo?

Málokto o nich vie a málokto sa s nimi stretol. Každodenne analyzujú, posudzujú a rozhodujú o rizikách, ktoré ohrozujú jednotlivcov, ale aj celú spoločnosť. Aktuárstvo môžeme definovať ako disciplínu, ktorá sa týka matematických a štatistických metód pre hodnotenie rizík v oblasti poistenia, financií a v ďalších priemyselných odvetviach a profesiách. Uplatňuje sa všade tam, kde je potrebné posúdiť finančné riziká a náležite ich aj oceniť. Či už ide o poisťný, bankový, penzijný, investičný sektor, ale aj tam, kde je ľudská činnosť a jej podnikanie spojené s posúdením finančných očakávaní a možných scenárov.

ČO ROBÍ AKTUÁR?

n hodnotí budúce riziko n kalkuluje výšku poistného a určuje výšku rezerv n pomáha pri vytváraní investičnej politiky a alokácii zdrojov n analyzuje vplyv demografických zmien n pôsobí ako súkromný konzultant, ktorý spravuje dôchodkové poistenie n radí v priemysle a podnikaní v širokej oblasti finančných a štatistických problémov n dohliada nad finančnou politikou vlády v oblastiach, ako je sociálna starostlivosť, dôchodkové zabezpečenie a penzijné schémy Počas posledných desaťročí sa aktuárstvo stalo rešpektovaným a plnohodnotným odborom, v ktorom sa spájajú a ďalej rozvíjajú technológie, metódy a postupy z mnohých oblastí. „Potvrdením významu aktuárskej profesie sú desiatky absolventov tohto študijného programu v praxi, a to nielen v poisťovniach, bankách, fondoch či auditorských spoločnostiach. Súvisí to aj s tým, že pôsobenie aktuárov v praxi sa výrazne posunulo do oblasti analýzy a manažmentu rizík,“ tvrdí RNDr. Pavol Huraj z Prírodovedeckej fakulty **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**.

AKTUÁROV POTREBUJEME VŠETCI, JE ICH VŠAK AKO ŠAFRÁNU

Akademici naprieč slovenskými univerzitami sa zhodujú, že aktuárstvo patrí medzi najperspektívnejšie odbory. Obsahuje pestrú škálu praktických predmetov, spája poznatky z rôznych prírodných, matematických aj humanitných aplikovaných vedeckých disciplín. „Študenti získajú skvelé základy z oblasti poisťovníctva, štatistiky, finančníctva, pravdepodobnosti, ekonómie či demografie a osvoja si aj techniky analytického a kritického myslenia. Po úspešnom ukončení štúdia si môžu vybrať zo širokého spektra kariérnych možností a na trhu práce budú veľmi vyhľadávanými a vysoko cenenými absolventmi,“ dopĺňa Mgr. Gábor Szűcs, PhD z Katedry aplikovanej matematiky a štatistiky, Fakulta matematiky, fyziky a informatiky Univerzity Komenského v Bratislave. Aktuárstvo sa radí medzi profesiu, kde je potrebné mať určité, najmä matematické a analytické vloh. Aj preto nie je medzi mladými ľuďmi také populárne ako iné, známejšie odbory. „V ročníku nás bolo len 10. Ihneď po štúdiu sme si však prakticky všetci našli uplatnenie v rámci aktuárstva či v príbuzných odboroch. Veľkou výhodou bolo, že už počas štúdia sme absolvovali rôzne stáže a zbierali sme praktické skúsenosti,“ vraví čerstvá absolventka EU v Bratislave, Ing. Patrícia Teplanová.

Kde sa študuje aktuárstvo a jemu príbuzné študijné programy na Slovensku?

Ekonomická univerzita Bratislava

– FAKULTA HOSPODÁRSKEJ INFORMATIKY

Univerzita Komenského v Bratislave

– FAKULTA MATEMATIKY, FYZIKY A INFORMATIKY

Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach

– PRÍRODOVEDECKÁ FAKULTA

Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici

– EKONOMICKÁ FAKULTA

DOPAD PRÁCE AKTUÁROV JE OBROVSKÝ

Dnes už medzi problémy aktuárov nepatria len budúce poistky. Výrazné klimatické, sociálne a technologické zmeny, ktoré sa v posledných desaťročiach prejavujú, spolu s prehlbujúcou sa globalizáciou, majú pre súčasnú spoločnosť okrem pozitívnych aj negatívne dôsledky. Objavujú sa riziká doteraz nepoznaných rozmerov, napríklad globálne finančné krízy, globálne finančné škandály spojené s účtovnými machináciami, zlyhania rozsiahlych počítačových sietí, globálne výpadky energie.



„Vznikajú nové riziká v súvislosti s aplikáciami najnovších poznatkov v oblastiach nanotechnológií, biotechnológií a genetického inžinierstva. Súčasne sa mnohé existujúce riziká zintenzívňujú a globalizujú, napríklad terorizmus a ekologické riziká. Pri riadení rizík vo všetkých týchto sférach majú aktuari nezastupiteľné postavenie. Štúdium komplexnej vedeckej disciplíny akým je aktuárstvo a následne absolventi takéhoto študijného programu môžu spoločnosti poskytnúť erudovaných odborníkov s medzinárodným etablovaním,“ uzatvára vedúci Katedry matematiky a aktuárstva na Fakulte hospodárskej informatiky Ekonomickej Univerzity v Bratislave, doc. Ing. Michal Páleš, PhD.

Akademici naprieč slovenskými univerzitami sa zhodujú, že aktuárstvo patrí medzi najperspektívnejšie odbory.

ZDROJ: UNSPLASH

Aktuár hodnotí budúce riziko, kalkuluje výšku poistného či určuje výšku rezerv.

ZDROJ: UNSPLASH



Hendikep ju nezastavil. Genetiku vymenila za právo [↗](#)

📅 9. 11. 2021, Zdroj: **Denník SME - príloha**, Strana: 8, Vydavateľ: **Petit Press**, Sentiment: **Negatívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**

Vytlačných: 27 648 ks GRP: 5,25 OTS: 0,05 AVE: 2773 Eur

Má 21 rokov a od narodenia žije s diagnózou DMO – detská mozgová obrna – forma spastická kvadruparéza. Má postihnuté všetky štyri končatiny, je na invalidnom vozíku a je odkázaná na pomoc druhých. Ani to však Lenke Vojčíkovej nezabránilo študovať na vysokej škole.

Usmievavá Lenka Vojčíková, ktorej trvalým spoločníkom je invalidný vozík, sa prostredníctvom fotografií predstavila nielen ako šarmantná maturantka v krásnych spoločenských šatách a topánkach, ale aj ako bojovníčka, ktorá sa s pomocou stropného zdvíhaka pokúša chodiť.

Nehľadá súcit, ale podporu. Priznáva, že sa neraz stretáva aj s predsudkami, ale rokmi to už spracováva lepšie.

Hovorí, že nerada spomína na školské roky v základnej škole v rodnej obci Kluknava v Gelnickom okrese. V súvislosti s jej špeciálnymi potrebami sa tam pri vzdelávaní borila s množstvom prekážok, či už od vyučujúcich, alebo aj od spolužiakov.

Ale aj tu sa prejavila jej nezlomná povaha, keď ako deviatačka získala na dejepisnej olympiáde v školskom kole druhé miesto.

Po základnej škole zamierila na gymnázium v Krompachoch. Prvé dva ročníky študovala externe, ďalšie dva už zvládla v dennej forme. Aj tu musela prekonať rôzne ťažkosti.

„Do Krompách sme s rodičmi dochádzali denne. Vyučovanie som už zvládala plus- -mínus sama. Asistenta som nemala,“ spomína Lenka.

Hnevá ju, že pre covid-19 nezažila tú pravú maturitnú atmosféru so skúšaním pri zelenom stole, s ťahaním otázok, stresom z toho, či si vytiahne tému, ktorá jej sadne. „Lutujem, že sme prišli o skúšku dospelosti,“ hovorí s odstupom času Lenka.

Vzápätí sa poteší, že aspoň stužkovú stihli bez obmedzení a užili si ju so spolužiakmi aj s rodičmi.

Pri vysokej škole vyšiel až plán B

Prihlášku na vysokú školu si podala iba jednu. „Primárne som chcela študovať genetiku na prírodovedeckej fakulte, no zistila som, že z objektívnych dôvodov by tam nevedeli vyjsť v ústrety mojim potrebám. Preto som musela použiť plán B. Tým bolo štúdium práva,“ priznáva Lenka.

V tomto akademickom roku je už druháčkou na Právnickej fakulte **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, kde študuje externe. Za bežných okolností prebieha externé štúdium každú sobotu v Košiciach, no pre covid teraz absolvuje prednášky z domu od rodičov. Zatiaľ má pocit, že si študijný odbor vybrala dobre. „Fakulta sa mi vo všetkých ohľadoch snaží byť nápomocná. Počnúc poskytnutím schodolezu, až po úpravu skúšok do podoby, ktorá lepšie vyhovuje mojim potrebám.“

Spolužiaci len online

V prvom ročníku jej dala najviac zabráť skúška z právneho myslenia. Vo všeobecnosti ich však zvláda robíť v riadnom termíne.

Lenke chýba, že v súčasných pandemických časoch nemá možnosť užívať si študentský život a svojich spolužiakov vidí akurát tak cez obrazovku počítača.

V špecializácii ešte nemá úplne jasno, ale predbežný cieľ si už stanovila. „Tým, že som ešte nepričuchla k všetkým oblastiam práva, tak si zatiaľ nie som celkom istá mojou budúcnosťou. Predbežne však môžem povedať, že by mi vyhovovala notárska profesia,“ odhaduje ambiciózna Lenka.

(or)

Lenka Vojčíková na stužkovej slávnosti, ktorú gymnazisti v Krompachoch pred dvoma rokmi ešte stihli bez obmedzení.

FOTO – ARCHÍV L. V. (2x) Ani postihnutie jej nezabránilo študovať na vysokej škole.



Bál sa prijatia, dnes na spolužiakov nedá dopustiť [🔗](#)

📅 9. 11. 2021, Zdroj: **Denník SME - príloha**, Strana: 8, Vydavateľ: **Petit Press**, Sentiment: **Negatívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**
Vytlačených: 27 648 ks GRP: 5,25 OTS: 0,05 AVE: 3126 Eur

Téma: Ako sa študuje na vysokej škole so zdravotným znevýhodnením

Frederik Korcsmáros absolvoval počas štrnástich rokov deväť operácií. Tie výrazne ovplyvnili jeho detstvo. Hoci je z východného Slovenska, Strednú odbornú školu pre žiakov s telesným postihnutím absolvoval v Bratislave, ďaleko od rodičov. Nikdy nepredpokladal, že raz pôjde na vysokú školu.

Frederik žije s rodičmi v malej dedinke Somotor v okrese Trebišov a odmalička bojoval s nepriazňou osudu. Narodil sa totiž s diagnózou detská mozgová obrna – hemiparetická forma (porucha ľavej strany tela).

„Moje detstvo bolo ťažké, prešiel som si deviatimi operáciami, vydržal som to a naučil som sa držať hlavu vzpriamene, pozeráť sa dopredu a myslieť pozitívne,“ hovorí statočný mladík.

V liečbe a prekonávaní ťažkostí mu výrazne pomáha hudba, bez ktorej nevie žiť. Neustále ju počúva a rád aj spieva, s čím súvisí aj jeho prezývka Freddie.

Dnes má Frederik 23 rokov. S výučným listom a maturitou sa neuspokojil, a preto je dnes študentom už 3. ročníka na Fakulte verejnej správy **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach** v študijnom programe verejná správa. Keď si vyberal vhodnú vysokú školu, musel brať do úvahy negatívne stránky svojej diagnózy.

Povzbudili ho rodičia

Napriek tomu, že strednú školu zvládol bez problémov, predsa len bol v kolektíve zdravotne znevýhodnených spolužiakov. Preto bolo pochopiteľné, že pred nástupom na vysokoškolské štúdium sa ho zmocnili veľké obavy. Často sa pýtal sám seba, aké to bude študovať so zdravými spolužiakmi?

Vtedy zasiahli jeho rodičia. „Syn náš, postav sa pred spolužiakov a povedz im na rovinu, ako to s tebou naozaj je, čo zvládaš a čo nie. A uvidíš, že si ťa budú o to viac vážiť,“

povedali mu pred príchodom do Košíc.

Frederik ich poslušol a dnes si nevie svojich spolužiakov vynachváliť. „Prijali ma medzi seba. V škole aj v internáte. Cítim sa medzi nimi šťastne,“ hovorí nadšený Frederik.

Netají však, že sa občas pre svoju diagnózu, stretol v bežnom živote aj s negatívnymi prístupom ľudí a s ich netoleranciou.

Avšak tým, že Frederik vyrastal a žije v súdržnej rodine, naučil sa, že fyzický vzhľad nie je na človeku to najdôležitejšie.

Bez úľav v rozsahu učiva

Na fakulte verejnej správy patrí Frederik medzi študentov, na ktorých sa vzťahuje štatút študenta so špecifickými potrebami. To znamená, že pri zápočtoch či skúškach má dlhší čas na prípravu či na písaný prejav. Rozsahovo však musí zvládnuť rovnaké učivo ako ostatní. Vďačný je aj možnosť bývania v internáte, čo mu uľahčuje dochádzku do školy.

Svoju budúcnosť vidí jasne. „Keď mi Pán Boh dal do hlavy to, čo mi zobral z nohy a ruky, budem na sebe naďalej pracovať, učiť sa a užívať si život. Nechcem sa cítiť zatrpknuto, aj keď viem, kde sú moje bariéry,“ hovorí Frederik. (or)

Syn náš, postav sa pred spolužiakov a povedz im, ako to s tebou naozaj je, čo zvládaš a čo už nie.

Frederikovým najväčším koníčkom je kvalitná hudba. Tá ho sprevádza každý deň.

FOTO – ARCHÍV F. K.



Jazykové okienko: dušičky [↗](#)

8. 11. 2021, 11:16, Zdroj: reginavychod.rtv.slovenska.sk [↗](#), Vydavateľ: Rozhlas a televízia Slovenska, Sentiment: Negatívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Užívateľov za deň: 91.3 tis. GRP: 2,03 OTS: 0,02 AVE: 430 Eur

O tom, ako správne používať slovo dušičky, hovorí jazykovedkyňa Marianna Sedláková, vedúca Katedry slovakistiky, slovanských filológií a komunikácie na Filozofickej fakulte **UPJŠ** v Košiciach.

JO_dusicky;sedlakova Máte problém s prehrávaním? Nahláste nám chybu v prehrávači.



Pred 85 rokmi sa narodil jeden zo spoluzakladateľov KU Imrich Vaško [✉](#)

📅 8. 11. 2021, 11:45, Zdroj: tkkbs.sk [✉](#), Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Užívateľov za deň: 11.8 tis. GRP: 0,26 OTS: 0,00 AVE: 479 Eur

P:3, 08. 11. 2021 12:45, DOM

Bratislava 8. novembra (TK KBS) Pred 85 rokmi sa narodil jeden zo spoluzakladateľov Katolíckej univerzity v Ružomberku (KU), bývalý dekan jej Filozofickej fakulty (FF), dlhoročný pedagóg Filozofickej fakulty Univerzity Pavla Jozefa Šafárika (**UPJŠ**), doc. Imrich Vaško. Spomínajú na neho jeho spolupracovníci a generácie študentov, ktorých vychoval, ako na dobrého a veriaceho človeka, žičlivého a usmiateho pedagóga.

Pedagóg, vedec, literárny kritik a básnik Imrich Vaško sa narodil 8. novembra 1936 na Šariši v Ondrašovciach. Po štúdiách na FF **UPJŠ** v Prešove pôsobil v rokoch 1962-2000 na Katedre slovenského jazyka a literatúry FF **UPJŠ**. V roku 1968 tu získal doktorát, v roku 1986 na Filozofickej fakulte Karlovej univerzity v Prahe titul kandidáta vied, v roku 1990 sa na **UPJŠ** v Prešove habilitoval. Neskôr pracoval na FF KU, ktorej prvým dekanom sa stal v roku 2001. Jeho vedecké a pedagogické pôsobenie sa sústredilo na výskum slovenskej literatúry. Pôsobil ako pedagóg, literárny kritik, básnik, esejista, editor slovenskej katolíckej moderny.


Imrich Vaško bol členom redakčných rád mnohých odborných časopisov, vedeckých rád viacerých slovenských vysokých škôl. Bol členom Rady pre vedu, vzdelávanie a kultúru Konferencie biskupov Slovenska v Bratislave a iných. Bol podpredsedom Ústredia slovenskej kresťanskej inteligencie a vedúcim Vedeckého ústavu Ladislava Hanusa FF KU. Autorsky a spoluautorsky vydal v období rokov 1979-2000 šesť monografií, bol editorom desiatky zborníkov a autorom piatich básnických zbierok. Bol životopiscom Milana Rúfusa a jeho kniha s názvom Milan Rúfus, na ktorej pred smrťou pracoval, vyšla vo vydavateľstve Slovenský spisovateľ v apríli 2010.

Jeho život a dielo ocenili popredné slovenské i zahraničné inštitúcie. Bol nositeľom Veľkej medaily sv. Gorazda, udeľovanej ministrom školstva SR, Medaily za rozvoj Katolíckej univerzity v Ružomberku, Ceny bl. Fra Angelica (KBS) za významný prínos do kresťanskej kultúry Slovenska a mnohých ďalších ocenení. Z rodného Šariša ho srdce volalo na Oravu, kde stretol poetku, výtvarníčku, prekladateľku a učiteľku Zuzanu Sulíkovú - Vaškovú, ktorá stála pri ňom takmer celý život.

Imrich Vaško zomrel po dlhej a namáhavej chorobe 9. februára 2010.



Kardiológ so zlatým srdcom

8. 11. 2021, 13:37, Zdroj: bedkerzdravia.sk , Sentiment: **Ambivalentný**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**

Užívateľov za deň: **1.5 tis.** GRP: **0,03** OTS: **0,00** AVE: **246 Eur**

OSOBNOSŤ

Primár Kardiocentra a prednosta Kliniky kardiológie Fakultnej nemocnice s poliklinikou J. A. Reimana v Prešove prof. MUDr. Ján Kmec, PhD. je uznávaný slovenský kardiológ a arytmológ, ktorého si vážia nielen v rodnom kraji. Ako osobnosť slovenskej kardiológie mu prejavujú uznanie aj kolegovia-kardiológovia a v neposlednom rade jeho pacienti.

Ako si spomínate na detstvo, roky štúdia a prípadne na rozhodnutie ísť študovať medicínu?

Narodil som sa v Prešove. Detstvo som prežil na dedine, blízko Prešova. Pri rozhodovaní ísť študovať medicínu bol prvoradý môj záujem o biológiu a svoju rolu zohrali aj úrazy pri športe. Za žiacke družstvo som v Prešove hrával hokej, pri ktorom som mal možnosť vidieť pri práci športových lekárov, napríklad aj pri šití či inom ošetrovaní bežných úrazov, čo ma veľmi zaujalo a aj ovplyvnilo pri výbere štúdia. A napokon, svoje zohralo aj kardiovaskulárne ochorenie môjho otca.

Medicínu ste vyštudovali na **Univerzite Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach** a po tom, čo ste získali špecializáciu z interného lekárstva sa celú svoju profesionálnu kariéru venujete kardiológii. Čo vás smerovalo pri výbere tohto odboru?

Interne lekárstvo vnímam ako „kráľovnú medicínu“, ktorá poskytuje lekárovi výborný medicínsky prehľad a môže byť odrazovým mostíkom pre jednotlivé špecializačné odbory. Mne hneď po skončení medicíny učarovala práve kardiológia. Bolo to spôsobené niekoľkými faktormi, najviac však úmrtím môjho otca na kardiovaskulárne ochorenie v mladom veku. Veľký vplyv na moje rozhodnutie mala aj osobnosť profesora Takáča – vtedajšieho prednostu IV. internej kliniky Fakultnej nemocnice v Košiciach.

Ako sa neskôr vyvíjala vaša profesionálna kariéra? Zbierali ste skúsenosti aj v zahraničí? Priniesli ste si z krátkodobých a opakovaných stáží – vo Švajčiarsku či Českej republike, nejaké zásadné inšpirácie?

V začiatkoch mojej profesionálnej kariéry som mal možnosť opakovane sa zúčastniť na odborných stážach na Kardiologickej klinike IKEM v Prahe, na koronárnej a arytmologickej jednotke, pod vedením doktorov Jana Bytešníka a Josefa Kautznera – dnes je profesorom a prednostom Kardiologickej kliniky. Práve táto stáž mi otvorila oči v tom, čo to je kardiológia, čo znamená venovať sa jej. Prax v arytmológii, pokiaľ ide o implantáciu kardiostimulátorov a resynchronizačnú liečbu, som nadobudol na opakovaných krátkodobých stážach vo Švajčiarsku a Holandsku. Pod vedením profesora Hatalu, významnej osobnosti slovenskej kardiológie, som opakovane, na krátkodobých aj dlhších pobytoch v Národnom ústave srdcových a cievnych chorôb zbieral skúsenosti v oblasti akútnej kardiológie a najmä v arytmológii pri implantácii a programovaní kardiostimulátorov, v resynchronizačnej liečbe, pri implantácii a programovaní implantovateľných kardioverterových defibrilátorov. Dostal som aj základy intervenčnej arytmológie, elektrofyziológie a ablácie. Okrem toho som absolvoval nespočetné množstvo workshopov, zaoberajúcich sa rôznymi oblasťami kardiológie, predovšetkým arytmológiou, akútnou kardiológiou, koronárnou chorobou srdca, srdcovým zlyhávaním.

V súčasnosti pôsobíte ako primár Kardiocentra a prednosta Kliniky kardiológie Fakultnej nemocnice s poliklinikou J. A. Reimana v Prešove. Ste spoluzakladateľom tohto centra – jedného z popredných na Slovensku. Predstavíte nám vaše pracovisko?

Primár Kardiocentra a prednosta Kliniky kardiológie Fakultnej nemocnice s poliklinikou J. A. Reimana v Prešove prof. MUDr. Ján Kmec, PhD

Naše pracovisko vzniklo v januári v roku 1998. Prvým primárom bol doktor M. Ryník a ja som bol jeho zástupcom, od roku 2002 pôsobím ako primár. Spolu s doktorom Ryníkom sme vypracovali celý projekt založenia a fungovania kardiocentra. V súčasnosti patrí naše centrum medzi sedem špecializovaných kardiologických pracovísk na Slovensku. Pre okresy Prešov a Sabinov poskytuje základnú a pre Prešovský kraj aj špecializovanú kardiologickú starostlivosť. Pracuje u nás 27 lekárov a pred covidovou pandémiou sme ročne hospitalizovali okolo 3 500 pacientov.

Z hľadiska neinvazívnej kardiológie vykonávame všetky základné vyšetrenia, ako sú elektrokardiografia (EKG), všetky modality echokardiografie a dlhodobé sledovanie EKG a tlaku krvi podľa Holtera, ďalej záťažové vyšetrenia, ako sú bicyklová ergometria a treadmill, ako aj záťažová echokardiografia, spirometrické vyšetrenia, duplexná sonografia ciev, transpažerákoá stimulácia predsiení. Na troch kardiologických ambulanciách ročne vyšetříme 18- až 19-tisíc pacientov. Na Koronárnej a arytmologickej jednotke sú hospitalizovaní najzávažnejší pacienti vyžadujúci intenzívnu starostlivosť. Ide o pacientov s akútnym koronárnym syndrómom, závažnými poruchami srdcového rytmu, srdcovým zlyhávaním, pľúcnou embóliou, po synkopách. Vykonáva sa tu aj elektrická kardioverzia a dočasná kardiostimulácia. Na Lôžkovej ošetrovacej jednotke sú hospitalizovaní ostatní pacienti vyžadujúci kardiovaskulárnu diagnostiku a liečbu.

V našom kardiocentre na jednej zo sál Jednotky intervenčnej kardiológie vykonávame selektívnu angiografiu koronárných tepien, perkutánne koronárne intervencie s implantáciou stentov, ako aj ostatné špecializované výkony. Primárne koronárne intervencie



pacientov s akútnym koronárnym syndrómom vykonávame 24 hodín denne sedem dní v týždni. Na druhej sále ročne zaimplantujeme asi 300 trvalých kardiostimulátorov a vykonávame základné elektrofyziologické vyšetrenia.

Naším cieľom je v krátkej dobe rozšírenie nášho pracoviska o novú sálu a rekonštrukcia dvoch pôvodných sál a ich vybavenie novými angiografmi a ďalšími prídavnými zariadeniami, čo nám umožní ďalší rozvoj oddelenia ako v intervenčnej kardiológii, tak aj v intervenčnej arytmiológii a kontinuálnu výuku mladší kolegov. Naša klinika je totiž tiež akreditovaným pracoviskom zabezpečujúcim praktickú výučbu v špecializačnom odbore Kardiológia pre Lekársku fakultu Slovenskej zdravotníckej univerzity v Bratislave, ako aj pre študentov Fakulty zdravotníckych odborov Prešovskej univerzity v Prešove.

Vašou srdcovkou sú arytmie – nepravidelná činnosť srdca. Mohli by ste vysvetliť laikom, o čo presne ide a ako vznikajú?

Pod pojmom arytmie rozumieme akúkoľvek poruchu srdcového rytmu. Podľa výslednej srdcovej frekvencie arytmie najčastejšie delíme na tachykardie, kedy je srdcová frekvencia nad 100 tepov za minútu, a bradyarytmie, kedy je srdcová frekvencia pod 50 tepov za minútu. Často používame aj prognostickú klasifikáciu, ktorá arytmie delí na prognosticky nezávažné supraventrikulárne tachykardie, potencionálne prognosticky závažné supraventrikulárne tachykardie, malígne (potenciálne letálne) komorové arytmie a potenciálne malígne komorové tachykardie a benígne komorové arytmie.

Arytmie sú typické tým, že sa prejavujú veľmi rozlične. Aké majú pacienti príznaky?

Klinická manifestácia porúch srdcového rytmu môže byť veľmi rozmanitá a ovplyvňovať ju môže celý rad faktorov, ako je napríklad pokles minútového srdcového výdaja v prípade závažných bradykardií, prítomnosť rýchlych supraventrikulárnych tachykardií, pretrvávajúcich komorových tachykardií či fibrilácia komôr a iných. Svoje zohráva aj dĺžka trvania arytmií, prítomnosť organického ochorenia srdca, extrakardiálne vplyvy ako napríklad anémia a liečba – napríklad anxiolytikami či antiarytmikami.

Ku klinickým prejavom porúch srdcového rytmu patria: palpitácie, čo je nepríjemný pocit chodu srdca, označovaný ako búšenie srdca, synkopa – náhla krátkodobá strata vedomia a posturálneho tonusu s následnou spontánnou úpravou. Patria sem aj stenokardie – bolesti na hrudníku, dýchavica, a v prípade chorých s preexistujúcim srdcovým ochorením aj srdcové zlyhanie, slabosť, nevykonnosť, systémová embolizácia. Ani náhla smrť, žiaľ, nie je príliš vzácnou formou klinickej manifestácie malígnych foriem porúch srdcového rytmu. Pokiaľ arytmia neovplyvňuje minútový srdcový výdaj, pacient môžu byť aj bez príznakov.

Mal by aj pacient, tak ako pri väčšine kardiovaskulárnych ochorení, zmeniť svoju životosprávu, štýl života? Čo môže pre seba urobiť?

Samotný pacient by mal dodržiavať zásady zdravej životosprávy a výberu zdravej stravy pre zníženie celkového kardiovaskulárneho rizika. Zdravá výživa sa odporúča ako základný kameň prevencie kardiovaskulárnych ochorení, čo platí aj pre zdravú populáciu. Odporúčania týkajúce sa stravy by mali vždy zobrať do úvahy miestne stravovacie zvyklosti, no vhodné je podporovať záujem aj o výber zdravej stravy iných kultúr. Mali by sme konzumovať pestrú stravu a kaloricky príjem obmedziť tak, aby sa predišlo nadváhe a obezite. Potrebne je podporovať konzumáciu ovocia, zeleniny, strukovín, orechov, celozrnných obilných potravín a rýb, najmä tučných. Potraviny bohaté na transnasýtené a nasýtené mastné kyseliny, ako sú margaríny, tropické oleje ako kokosový či palmový, tučné mäso, údeniny, sladkosti, smotana, maslo, tučné syry je dobré nahradzovať spomenutými zdravými potravinami a tukmi s mononenasýtenými mastnými kyselinami ako panenský olivový olej alebo polynenasýtenými, ktoré obsahujú netropické oleje, napríklad repkový. Takto by sme mali dosiahnuť, aby príjem trans-tukov predstavoval menej ako jedno percento celkového energetického príjmu a nasýtených mastných kyselín menej ako desať percent. Obmedziť treba aj celkový príjem soli na menej ako 5 g za deň, rovnako ako aj dosoňovanie a používanie soli pri varení, a dávať prednosť čerstvým a mrazeným potravinám pred konzervovanými.

Súčasťou prevencie a znižovania kardiovaskulárneho rizika je tiež obmedzenie konzumácie alkoholu na menej ako 10 g za deň u žien a menej ako 20 g denne u mužov. Zabudnúť netreba ani na obmedzenie príjmu dosladzovaných potravín a nápojov, čo platí najmä pre pacientov s nadváhou, poruchou metabolizmu tukov a metabolickým syndrómom alebo diabetom.

A, samozrejme, podporovať treba pravidelnú fyzickú aktivitu aspoň 30 minút každý deň. Odporúča sa, aby zdraví dospelí všetkých vekových kategórií vykonávali aspoň 150 minút týždenne mierne intenzívnu alebo 75 minút týždenne intenzívnu aeróbnu fyzickú aktivitu alebo ich ekvivalentnú kombináciu. Odporúča sa tiež, aby si ľudia s normálnou hmotnosťou udržali svoju hmotnosť a aby ľudia s nadváhou a obezitou dosiahli normálnu hmotnosť alebo zníženie hmotnosti. A tiež nefajčiť a vyhýbať se expozícii tabakového dymu.

Venujete sa tiež akútnej kardiológii. Okrem arytmií, s akými ochoreniami srdca za vami pacienti najčastejšie chodia?

Ako mladší lekár som desať rokov pracoval na Jednotke intenzívnej starostlivosti Interného oddelenia a k tejto oblasti kardiológie mám mimoriadne vrelý vzťah. Keďže ambulatnú činnosť vykonávam na Kardiologickej ambulancii pre poruchy srdcového rytmu, prevažná časť pacientov má problémy s poruchami srdcového rytmu alebo majú implantovaný trvalý kardiostimulátor, implantabilný kardioverter defibrilátor (ICD) alebo sú po synkope. Samozrejme, ošetrujem aj vysoko rizikových pacientov po prekonanom infarkte myokardu, predovšetkým s komplikáciami, so srdcovým zlyhávaním, po pľúcnej embólii.



Pôsobíte ako profesor na Fakulte zdravotníckych odborov Prešovskej univerzity v Prešove a v rámci Kliniky kardiológie zabezpečujete praktickú výučbu študentov fakulty. Akí sú vaši študenti?

Na Prešovskej univerzite pôsobím na Katedre urgentnej zdravotnej starostlivosti a prednášam kardiológiu, predovšetkým akútnu kardiológiu, budúcim záchranárom. Veľmi rád konštatujem výrazný nárast záujmu o toto štúdium, ako aj nárast vedomostí budúcich záchranárov.

Okrem toho, že sa venujete pacientom a študentom, píšete a vydávate vysokoškolské skriptá a vedecké monografie. Keď zarátame spoluautorstvo na viacerých vedeckých monografiách, takmer 200 vedeckých prácach a rovnakom počte prednášok, ste naozaj tvorivý autor...

Som autorom alebo spoluautorom piatich vedeckých monografií, najvýznamnejšou je monografia Fibrilácia predsiení vydaná v roku 2010. Ďalej by som rád spomenul monografiu Tichá ischemia myokardu u diabetikov stredného veku a Genetika kardiomyopatii – v oboch prípadoch som spoluautorom. V roku 2017 mi vyšla vysokoškolská učebnica Akútna kardiológia, to je zatiaľ moje posledné väčšie dielo. Som autorom alebo spoluautorom mnohých odborných a vedeckých článkov publikovaných v renomovaných slovenských a zahraničných časopisoch, vrátane karentovaných. Vydal som tiež vysokoškolskú učebnicu Farmakologický manuál záchranára, či vysokoškolské skriptá Základy akútnej kardiológie pre záchranárov.

Venujete sa aj vedecko-výskumnej činnosti, dočítala som sa, že ste vybudovali vedeckú školu, založenú na prepojení medicíny a antropológie s vedeckým výskumom. Venovali ste sa viacerým témam?

Moja vedecká škola je založená na prelínaní klinickej kardiológie a vedeckého výskumu v oblasti antropológie a predovšetkým genetiky. Vedecko-výskumný tím sa zaoberal a zaoberá predovšetkým výskumom genetických atribútov pacientov s ischemickou chorobou srdca, kardiomyopatiami a fibriláciou predsiení. Posledné naše práce sú zamerané na vplyv vybraných antropometrických parametrov na vznik, úspešnosť verzie a udržania sínusového rytmu u pacientov s fibriláciou predsiení, ako aj na dôkaz genetických mutácií u pacientov s kardiomyopatiami eventuálne ischemickou chorobou srdca a najčastejšou arytmiou – fibriláciou predsiení.

Profesora Jána Kmeca, jedného zo zakladateľov prešovského Kardiocentra, si v jeho rodnom meste cenia. V roku 2014 mu udelili Cenu predsedu prešovského samosprávneho kraja za zásluhy o vybudovanie prešovského kardiocentra a zavádzanie nových diagnostických a liečebných postupov. V roku 2018 získal tiež Cenu primátorky mesta Prešov, Andrey Turčanovej, za mimoriadny prínos v oblasti kardiológie, predovšetkým v akútnej kardiológii a poruchách srdcového rytmu.

S vaším menom sa spája aj členstvo v celom rade odborných spoločnosti, ste členom Slovenskej kardiologickej spoločnosti, Slovenskej asociácie srdcových arytmií, Slovenskej internistickej spoločnosti. Súvisia s tým aj organizačné povinnosti napríklad s prípravou vzdelávacích podujatí pre lekárov. Ako zamiešala karty pandémie?

V súčasnosti pôsobím ako vedecký sekretár Slovenskej kardiologickej spoločnosti, s čím súvisí aj množstvo organizačných povinností, napríklad s prípravou Kardiologického kongresu. Áno, pandémia ochorenia COVID-19 zamiešala karty v príprave podujatí Slovenskej kardiologickej spoločnosti, kde sme spolu s prezidentom SKS MUDr. Petrom Hlivákom zodpovední za prípravu odborných podujatí našej spoločnosti. Prezieravo, vzhľadom na epidemickú situáciu, sme počas pandémie pripravovali podujatia prezenčnou, ako aj online formou, čo sa ukázalo ako prospešné. Podujatia, ktoré majú vedecko-edukačný charakter, prebehli online formou s výbornou sledovanosťou a verím, že aj spokojnosťou členov SKS. Tohto roku som sa stal tiež členom Európskej kardiologickej spoločnosti – Fellow of the European Society of Cardiology (FESC), čo je isté ocenenie práce v kardiológii.

Dokáže vás v medicíne ešte niečo prekvapiť?

Asi mi dáte za pravdu, že medicína je veda aj umenie. Dovoľte odpovedať citátom: Pekné sú tie veci, ktoré vidíme, krajšie, ktoré poznáme a najkrajšie, ktoré nepoznáme.

Pri všetkých vašich aktivitách – máte čas venovať sa nejakej záľube? Ako relaxujete?

Veľmi rád relaxujem doma, v prírode a športom. Od mladosti hrávam hokej, futbal a tenis. V poslednom období sa snažím aspoň dvakrát za týždeň športovať. Samozrejme, môj najväčší relax je čas strávený v kruhu rodiny.

Za rozhovor ďakuje Ivana Baranovičová

Foto: Jozef Pitoňák

Autor: bedeker



Nitra aj napriek dvom prehrám v Košiciach na čele prvej ligy

8. 11. 2021, 22:32, Zdroj: basket.zoznam.sk, Vydavateľ: Zoznam, s.r.o., Sentiment: Ambivalentný, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Užívateľov za deň: 953 GRP: 0,02 OTS: 0,00 AVE: 254 Eur

Publikované: 08.11.2021 Autor: Basket.sk Foto: Marek Findrík

Družstvo BKM Junior UKF Nitra síce v Košiciach dvakrát podľahlo družstvám Young Angels Košice a to ako juniorkám tak aj mladým ženám. Napriek tomu je s bilanciou 5/3 na čele tabuľky s 13 bodmi a lepším skóre pred Starou Turou, keďže ich sobotný súper má síce bilanciu 6/0, no odohrané o dva zápasy menej a teda má bodov len 12.

V družstvách BK ŠKP 08 U19 Banská Bystrica, ŠKBD U23 Spišská Nová Ves a BK ZŠ Zvolen šarapatí choroba a tak museli byť ich plánované duely odložené na neurčito.

1. liga ženy + Mladé ženy U23 + Juniorky U19 2021/22

Sobota 06.11.2021 – 7. kolo

ŽBK Rožňava – ŠKBD U23 Spišská Nová Ves

Nehrané pre chorobu hostí!

CBK Košice – MBK U19 Stará Turá 83:42 (46:14)

Najviac bodov: Lukačiková 21, Bačová 9 (8 doskokov), Sunitrová a Škvareková po 8 – Sekerková 13, Gergelyová 9 (10 doskokov), Sadloňová 7

Košické hráčky zo sídliska Ťahanovce pripravili juniorkám zo Starej Turej prvú prehru v sezóne a treba povedať, že dosť výraznú. Za hostky nenastúpili Vandlíková s Kraislou, ktoré sa zúčastnili zápasu Piešťanských Čajok proti Young Angels a tak to s nimi malo CBK trochu jednoduchšie. Duel bol jednoznačný už od úvodu, prvú periódu vyhrali domáce o 17b, druhú o 15b, tretiu o 18b (dokopy o 50b), v tej štvrtj už teda o veľa nešlo a Turanky stiahli manko na výsledný rozdiel o 41 bodov.

TYDAM **UPJŠ** Košice – Dubček Bratislava 53:58 (25:25)

Najviac bodov: bude doplnené – Vaigl 18 (14 doskokov), Urbanová 15 (19 doskokov), Bachorová 10

Ženy Dubčeka Bratislava cestovali cez víkend do Košíc a sobotňajší zápas ich určite potešil, pod košom dominovali ich pivotky, 18 bodová Vaigl a 15 bodová Urbanová. Obe dosiahli aj dvojciferný počet doskokov, hlavne Urbanovej 19 doskočených lôpt je naozaj vysoké číslo. Samotný duel bol vo svojej prvej polovici vyrovnaný, skóre po 20 minútach bolo 25:25. Tretia štvrtka však priniesla 9 bodový náskok hostiek a ten v tej poslednej dokázali domáce UPJŠ-kárky skresáť len o 2 body.

BK Lokomotíva U23 Sereď – MBK U23 Ružomberok 77:52 (42:27)

Najviac bodov: Jakubčeková (15 doskokov) a Dudonová po 16, Žemlová 15 (13 doskokov) – bude doplnené

Mladé ženy Ružomberka pricestovali do Sereďe a v dueli s miestnymi „rovesníčkami“ ťahali za kratší koniec od úvodu. Počas prvých troch štvrtín si domáce postupne vypracovali 25 bodový náskok a tak si mohli dovoliť tú poslednú „len“ zremizovať 15:15. V každom prípade dosiahli zaslúžené víťazstvo, keď si double-double za body a doskoky pripísali až dve ich basketbalistky.

BK AŠK Slávia U19 Trnava – BK ŠKP 08 U19 Banská Bystrica

Nehrané pre chorobu hostí!

Young Angels U19 Košice – BKM Junior UKF Nitra 72:52 (37:29)

Najviac bodov: Kristlová 12, Šedivá 10, Holomániová 9 – Kovalenko 16 (12 doskokov), Sailerová 14, Sanislóová a Svoradová po 7

Juniorky Young Angels v Košiciach privítali ženské družstvo Nitra a dá sa povedať, že nenechali nič na náhodu. Do stretnutia vstúpili výborne, po troch minútach viedli 11:1, keď pod súperovým košom úradovala Kristlová. Súperky sa však dostávali, kvôli slabšej obrane domácich, k otvoreným strelám a postupne ich aj premieňali, do veľkej prestávky premenil 6 trojok, no počas mladé Košičanky aj napriek tomu vyhrali o 8 bodov. Duel rozhodla tretia časť, zlepšená obrana domácim vyniesla 20 bodový náskok a ten s prehľadom udržali až do konca, hoc už nenastupovala Vanda Kristlová, ktorú si šetrili pre extraligové Áčko.

Young Angels U23 Košice – BK ZŠ Zvolen



Nehrané pre chorobu hostí!

Nedeľa 07.11.2021 – 8 kolo

CBK Košice – Dubček Bratislava 49:39 (21:24)

Najviac bodov: Lukačiková 17, Krištofová 12, Tomajková 9 (18 doskokov) – Vaigl 18, Bachorová 7, Tvrdá a Urbanová (11 doskokov) po 5

CBK po jasnom sobotnom víťazstve nad Starou Turou to so ženským tímom Dubčeku zďaleka nemalo také jednoduché. Dá sa povedať, že priebeh zápasu bol zo začiatku dosť divoký a každý chvíľku ťahal píľku. Prvá štvrtka dopadla pre domáce 18:11, druhá pre hostky 3:13, druhý polčas už ale bol pod taktovkou Ťahanovčaniek, vyhrali obe štvrtky, tretiu 15:4 a poslednú 13:11. Zápas teda zvládli o 10 bodov a tento víkend si pripísali dve výhry.

TYDAM **UPJŠ** Košice – MBK U19 Stará Turá 57:62pp (51:51, 24:32)

Najviac bodov: bude doplnené – Vandlíková 18 (14 doskokov, 10 ziskov), Valová 12 (9 doskokov), Vojteková 9

Stará Turá si po sobotňajšej prehre určite chcela zlepšiť náladu a to sa jej na palubovke TYDAM-u aj podarilo, síce až po predĺžení, ale počíta sa to. Turá začala lepšie, po prvom polčase mala náskok šesť bodov, no ten v druhom polčase domáce zmazali a na rad prišlo predĺženie. To hostky zvládli k svojej spokojnosti, keď vyhrali o 5 bodov predĺženie aj zápas. Zaujímavý triple-double zaznamenala Tereza Vandlíková z Turej, k 18 bodom a 14 doskokom pridala aj 10 získaných lôpt, čo sa len tak nevidí.

BK Lokomotíva U23 Sereď – BK ŠKP 08 U19 Banská Bystrica

Nehrané pre chorobu hostí!

BK AŠK Slávia U19 Trnava – MBK U23 Ružomberok 54:53 (31:27)

Najviac bodov: Ďuratná 15 (10 ziskov, 9 doskokov), Majerová 10, Remenárová 9 – bude doplnené

Vyrovnaný zápas sa hral v Trnave medzi miestnymi juniorkami a mladými ženami z Ružomberka, Trnaváčky mali slušný úvod, v prvej štvrtine si vytvorili 7 bodový náskok, no ten v ďalších dvoch štvrtinách stratili a v tej poslednej sa začínalo ako keby odznova, stav bol 42:42. Rozhodnutie po desiatich minútach prišlo a bolo v prospech domácich o jediný bod.

Young Angels U19 Košice – BK ZŠ Zvolen

Nehrané pre chorobu hostí!

Young Angels U23 Košice – BKM Junior UKF Nitra 67:52 (33:31)

Najviac bodov: Mikovčáková 22 (20doskokov), Plavnická 14 (11doskokov), Urbanová 9 – Škublová 14, Svoradová 11, Kovalenko 10

Pre mladé ženy Young Angels to nebol jednoduchý zápas, striedali dobré úseky so slabšími a hoci boli neustále vo vedení, Nitra stále dokázala znižovať. Rozhodujúca nakoniec bola tretia časť hry, ktorú domáce vyhrali 18:4 a vypracovali si tak výraznejšie vedenie. Pod oboma košmi dominovala dvojica Mikovčáková a Plavnická, tie spolu zaznamenali 36 bodov a doskočili 31 lôpt, obe si pripísali double-double a Mikovčáková mala dokonca 20 doskokov.

Autorské práva basket.sk a uvedených agentúr. Všetky práva vyhradené.

Opätovné vydanie alebo rozširovanie obsahu tejto obrazovky bez predchádzajúceho písomného súhlasu basket.sk a uvedených agentúr je výslovne zakázané.

Autor: DANNAX, spol. s r.o. || Publikované: 08.11.2021 Autor: Basket.sk Foto: Marek Findrík



Fakulty a ústavy UPJŠ



Ako si vybrať tú správnu vysokú školu

☐ 9. 11. 2021, Zdroj: **Denník SME - príloha**, Strany: 2, 3, Vydavateľ: **Petit Press**, Autor: **Jana Hambáľková**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Fakulty a ústavy UPJŠ**, Kľúčové slová: **Tomáš Zavatčan, Lekárska Fakulta UPJŠ, Ústav Telesnej výchovy a športu UPJŠ**

Vytlačených: 27 648 ks GRP: 5,25 OTS: 0,05 AVE: 9164 Eur

Rubrika: VYSOKÉ ŠKOLY

Otestujte sa, aké máte silné **a** slabé stránky, poraďte sa doma s rodičmi či s kariérnym poradcom v škole

Pred podaním prihlášky si môže žiak pozrieť ponuku na niektorom z veľtrhov.

Univerzity organizujú aj dni otvorených dverí. **Pre** pandémie však aj tento rok väčšinou len online.

Niektorí vie od malička, že keď vyrastie, bude lekárom ako dedo **a** mama či učiteľom ako starká **a** otec. Výber vysokej školy má tak jednoduchý **a** jasný.

Iný nad budúcim povoláním, **a** teda aj výberom vysokej školy rozmýšľa už na základnej, keď sa rozhoduje **pre** strednú školu.

Niektorí študenti sa však rozhodujú v poslednej chvíli. Okrem vysokej školy si treba vybrať aj správnu fakultu **a** študijný program. Napríklad, len na Univerzite Komenského v Bratislave je v ponuke viac ako deväť stoviek možností.

Okrem slovenských škôl sa dá poľahky odísť študovať aj na niektorú z univerzít v susednom Česku, prípadne v bližšom či vzdialenejšom zahraničí. Štúdium v cudzine môže byť drahšie **a** v posledných mesiacoch ho komplikuje aj pandémia.

Kto sa rozhodne zostať na Slovensku, môže neskôr v zahraničí vyskúšať aspoň študijný pobyt počas jedného či viacerých semestrov.

1.

Ako si vybrať

Ako študent zistí, na čo má talent? Ako si má vybrať, na ktorú školu pošle prihlášku? S rozhodnutím mu môžu pomôcť rozličné bezplatné testy, ktoré sú prístupné online. Tie podľa odpovedí vyhodnotia silné **a** slabé stránky, záujmy aj preferencie odpovedajúceho. Pomôžu mu v rozhodovaní medzi technickými, umeleckými či skôr humanitnými školami.

Podmienkou online testovania býva zväčša zadanie mailovej adresy, na ktorú prídu výsledky. Vyskúšať sa dá napríklad test cez internetového sprievodcu trhom práce, ktorý patrí pod Ústredie práce, sociálnych vecí **a** rodiny. Ten vyžaduje aj registráciu záujemcu.

2.

Kariérny poradca

Poradiť sa môžu študenti aj priamo v škole. Či už s triednym, alebo iným obľúbeným učiteľom, prípadne výchovným poradcom, alebo priamo s kariérnym poradcom, ak ho škola má.

„Pri výbere vysokej školy ovplyvňuje žiaka viac faktorov – rodičia, kamaráti, spolužiaci, rodinní príslušníci, ale aj možné uplatnenie sa po skončení školy na trhu práce. **A** samozrejme, aj vlastné záujmy žiaka,“ hovorí Oľga Bertová, kariérna poradkyňa na bratislavskom Gymnáziu Vazovova.

Už žiakom v základnej škole by podľa nej mala byť venovaná pozornosť ohľadne otázky, čím chcú byť, aké povolanie si chcú vybrať.

„Na gymnáziu pomáhame žiakom vykonávaním psychotestov aj individuálnymi konzultáciami. Ak majú žiaci záujem, organizujem aj prednášky o vysokých školách, najčastejšie s našimi absolventmi,“ dodala Bertová.

3.

Veľtrhy aj DOD

Žiaci majú pred výberom vysokej školy možnosť navštíviť veľtrhy vysokých škôl v rôznych mestách – v Bratislave, Nitre aj Brne – **a** stretnúť sa s ich zástupcami. Niektoré akcie však zrušila pandémia.

Uľahčiť výber **a** zoznámiť sa s **vysokoškolským** prostredím sa univerzity snažia cez Deň otvorených dverí (DOD). Ten sa, takisto **pre** pandémie, zväčša koná online. Zájemcovia môžu počas neho nahliadnuť na jednotlivé fakulty **a** pýtať sa otázky, ktoré ich zaujímajú.

Na začiatku novembra mala DOD napríklad bratislavská Univerzita Komenského, od 8. do 10. novembra prebiehajú popoludní online DOD na banskobystrickej Univerzite Mateja Bela. Viaceré fakulty Žilinskej univerzity chystajú virtuálne DOD na február.



4.

Kam bez prijímačiek

Na niektoré fakulty a študijné programy sa možno dostať len na základe výsledkov stredoškolského štúdia, netreba skladať prijímačky.

„Podmienkou prijatia na **vysokoškolské** štúdium bez prijímacích skúšok na niektoré z programov fakúlt je najmä splnenie konkrétnych požiadaviek na študijný priemer známok dosiahnutých počas štúdia na strednej škole a maturitnej skúšky,“ potvrdil **Tomáš Zavatčan**, hovorca **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika (UPJŠ)** v Košiciach.

Týka sa to najmä Prírodovedeckej, Filozofickej, Právnickej fakulty, Fakulty verejnej správy a **Ústavu telesnej výchovy a športu**. Univerzita pri prijímačkách čoraz viac nahrádza zameranie na odbor preverovaním všeobecných študijných predpokladov.

5.

Sito záujemcov

Na fakultách, o ktoré je najväčší záujem, musia záujemcovia rátať s prijímačkami. Univerzita Komenského má napríklad najviac prihlášok na medicínu – na **Lekársku fakultu** UK v Bratislave a Jesseniovu **lekársku fakultu** UK v Martine. „Prijímacie skúšky pozostávajú z predmetov biológia a chémia,“ informovala hovorkyňa univerzity Lenka Miller.

Prírodovedecká fakulta UK prijme záujemcov bez prijímacích skúšok len v prípade, ak počet uchádzačov nepresiahne plánovaný počet na študijný program.

„Pedagogická fakulta a Fakulta matematickej, fyziky a informatiky majú niektoré študijné programy bez prijímacích skúšok a pri niektorých sa berú do úvahy koncoročné vysvedčenia a úspechy v aktivitách počas strednej školy, ako sú napríklad olympiády,“ dodala Miller.

6.

Bonus za maturity či Scio

Kto chce študovať na Fakulte telesnej výchovy a športu UK, musí sa pripraviť na skúšky z teoretickej a pohybovej časti. Na Fakulte sociálnych a ekonomických vied UK síce nie sú prijímačky, avšak sú potrebné iné výsledky. Znalosti zo slovenského jazyka musia byť preukázané externou časťou maturitnej skúšky alebo testami Scio. Rovnako tak znalosti z anglického jazyka, pri ktorých je možné doložiť minimálne úroveň B1 aj jazykovým certifikátom. Vo vybraných študijných programoch môže uchádzač získať bonusové body za maturitu alebo Scio test z matematiky.

7.

Ako s doučovaním

Okrem rôznych súkromných doučovaní organizujú fakulty aj vlastné prípravné kurzy, ktoré majú pomôcť študentom zvládnuť prijímačky.

„Prípravné kurzy špecializované na okruhy tém prijímacích skúšok prebiehajú na **Lekárskej fakulte** každoročne v jarnom období. Uchádzači majú príležitosť bližšie sa zoznámiť s nárokmi na **vysokoškolské** štúdium,“ priblížil Zavatčan z **UPJŠ** v Košiciach.

Aj na tejto univerzite registrujú najväčší záujem o štúdium medicíny. Za ňou nasleduje filozofická fakulta.

Lekárske fakulty UK ponúkajú učebné materiály s konkrétnymi otázkami, ktoré sa môžu na skúške vyskytnúť. „Niektoré fakulty uverejňujú modelové testy, vďaka ktorým si môžu študenti skúsiť vypracovať úlohy a majú k nim aj kľúč s výsledkami. Reč je o Fakulte manažmentu či Fakulte matematiky, fyziky a informatiky,“ dodala hovorkyňa Univerzity Komenského.

Najmä v prípade všeobecných prehľadových testov **pre** humanitné odbory poskytujú fakulty zoznam odporúčanej literatúry.

Fakty

Čo je to Scio

ide o národné porovnávacie skúšky na vysoké školy, nahrádzajú alebo dopĺňajú prijímačky na 80 fakúlt vysokých škôl, prebiehajú formou písomného/ online testu v šiestich termínoch v SR a ČR, na skúšky sa dá prihlásiť samostatne online, skúškami prejde ročne viac ako 20-tisíc uchádzačov z oboch krajín, prvý termín skúšok je 11. decembra 2021.

Zdroj: Scio.sk



ilustračné foto – adoBe stock

Autor: Jana Hambálková



Jazykové okienko: dušičky [↗](#)

8. 11. 2021, 11:16, Zdroj: reginavychod.rtvs.sk [↗](#), Vydavateľ: Rozhlas a televízia Slovenska, Sentiment: Negatívny, Téma: Fakulty a ústavy UPJŠ, Kľúčové slová: **Filozofická Fakulta UPJŠ**

Užívateľov za deň: 91.3 tis. GRP: 2,03 OTS: 0,02 AVE: 430 Eur

O tom, ako správe používať slovo dušičky, hovorí jazykovedkyňa Marianna Sedláková, vedúca Katedry slovakistiky, slovanských filológií a komunikácie na **Filozofickej fakulte UPJŠ** v Košiciach.

JO_dusicky;sedlakova Máte problém s prehrávaním? Nahláste nám chybu v prehrávači.



Pred 85 rokmi sa narodil jeden zo spoluzakladateľov KU Imrich Vaško

8. 11. 2021, 11:45, Zdroj: tkkbs.sk, Sentiment: Pozitívny, Téma: Fakulty a ústavy UPJŠ, Kľúčové slová: FF UPJŠ

Užívateľov za deň: 11.8 tis. GRP: 0,26 OTS: 0,00 AVE: 479 Eur

P:3, 08. 11. 2021 12:45, DOM

Bratislava 8. novembra (TK KBS) Pred 85 rokmi sa narodil jeden zo spoluzakladateľov Katolíckej univerzity v Ružomberku (KU), bývalý dekan jej Filozofickej fakulty (FF), dlhoročný pedagóg Filozofickej fakulty **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika (UPJŠ)**, doc. Imrich Vaško. Spomínajú na neho jeho spolupracovníci a generácie študentov, ktorých vychoval, ako na dobrého a veriaceho človeka, žičlivého a usmiateho pedagóga.

Pedagóg, vedec, literárny kritik a básnik Imrich Vaško sa narodil 8. novembra 1936 na Šariši v Ondrašovciach. Po štúdiách na **FF UPJŠ** v Prešove pôsobil v rokoch 1962-2000 na Katedre slovenského jazyka a literatúry **FF UPJŠ**. V roku 1968 tu získal doktorát, v roku 1986 na Filozofickej fakulte Karlovej univerzity v Prahe titul kandidáta vied, v roku 1990 sa na **UPJŠ** v Prešove habilitoval. Neskôr pracoval na FF KU, ktorej prvým dekanom sa stal v roku 2001. Jeho vedecké a pedagogické pôsobenie sa sústredilo na výskum slovenskej literatúry. Pôsobil ako pedagóg, literárny kritik, básnik, esejista, editor slovenskej katolíckej moderny.

Imrich Vaško bol členom redakčných rád mnohých odborných časopisov, vedeckých rád viacerých slovenských vysokých škôl. Bol členom Rady pre vedu, vzdelávanie a kultúru Konferencie biskupov Slovenska v Bratislave a iných. Bol podpredsedom Ústredia slovenskej kresťanskej inteligencie a vedúcim Vedeckého ústavu Ladislava Hanusa FF KU. Autorsky a spoluautorsky vydal v období rokov 1979-2000 šesť monografií, bol editorom desiatky zborníkov a autorom piatich básnických zbierok. Bol životopiscom Milana Rúfusa a jeho kniha s názvom Milan Rúfus, na ktorej pred smrťou pracoval, vyšla vo vydavateľstve Slovenský spisovateľ v apríli 2010.

Jeho život a dielo ocenili popredné slovenské i zahraničné inštitúcie. Bol nositeľom Veľkej medaily sv. Gorazda, udeľovanej ministrom školstva SR, Medaily za rozvoj Katolíckej univerzity v Ružomberku, Ceny bl. Fra Angelica (KBS) za významný prínos do kresťanskej kultúry Slovenska a mnohých ďalších ocenení. Z rodného Šariša ho srdce volalo na Oravu, kde stretol poetku, výtvarníčku, prekladateľku a učiteľku Zuzanu Sulíkovú - Vaškovú, ktorá stála pri ňom takmer celý život.

Imrich Vaško zomrel po dlhej a namáhavej chorobe 9. februára 2010.



Univerzitné pracoviská



Nitra aj napriek dvom prehrám v Košiciach na čele prvej ligy

8. 11. 2021, 22:32, Zdroj: basket.zoznam.sk, Vydavateľ: Zoznam, s.r.o., Sentiment: Ambivalentný, Téma: Univerzitné pracoviská, Kľúčové slová: TYDAM UPJŠ

Užívateľov za deň: 953 GRP: 0,02 OTS: 0,00 AVE: 254 Eur

Publikované: 08.11.2021 Autor: Basket.sk Foto: Marek Findrík

Družstvo BKM Junior UKF Nitra síce v Košiciach dvakrát podľahlo družstvám Young Angels Košice a to ako juniorkám tak aj mladým ženám. Napriek tomu je s bilanciou 5/3 na čele tabuľky s 13 bodmi a lepším skóre pred Starou Turou, keďže ich sobotný súper má síce bilanciu 6/0, no odohrané o dva zápasy menej a teda má bodov len 12.

V družstvách BK ŠKP 08 U19 Banská Bystrica, ŠKBD U23 Spišská Nová Ves a BK ZŠ Zvolen šarapatí choroba a tak museli byť ich plánované duely odložené na neurčito.

1. liga ženy + Mladé ženy U23 + Juniorky U19 2021/22

Sobota 06.11.2021 – 7. kolo

ŽBK Rožňava – ŠKBD U23 Spišská Nová Ves

Nehrané pre chorobu hostí!

CBK Košice – MBK U19 Stará Turá 83:42 (46:14)

Najviac bodov: Lukačiková 21, Bačová 9 (8 doskokov), Sunitrová a Škvareková po 8 – Sekerková 13, Gergelyová 9 (10 doskokov), Sadloňová 7

Košické hráčky zo sídliska Ťahanovce pripravili juniorkám zo Starej Turej prvú prehru v sezóne a treba povedať, že dosť výraznú. Za hostky nenastúpili Vandlíková s Kraislou, ktoré sa zúčastnili zápasu Piešťanských Čajok proti Young Angels a tak to s nimi malo CBK trochu jednoduchšie. Duel bol jednoznačný už od úvodu, prvú periódu vyhrali domáce o 17b, druhú o 15b, tretiu o 18b (dokopy o 50b), v tej štvrtej už teda o veľa nešlo a Turanky stiahli manko na výsledný rozdiel o 41 bodov.

TYDAM UPJŠ Košice – Dubček Bratislava 53:58 (25:25)

Najviac bodov: bude doplnené – Vaigl 18 (14 doskokov), Urbanová 15 (19 doskokov), Bachorová 10

Ženy Dubčeka Bratislava cestovali cez víkend do Košíc a sobotňajší zápas ich určite potešil, pod košom dominovali ich pivotky, 18 bodová Vaigl a 15 bodová Urbanová. Obe dosiahli aj dvojciferný počet doskokov, hlavne Urbanovej 19 doskočených lôpt je naozaj vysoké číslo. Samotný duel bol vo svojej prvej polovici vyrovnaný, skóre po 20 minútach bolo 25:25. Tretia štvrtka však priniesla 9 bodový náskok hostiek a ten v tej poslednej dokázali domáce UPJŠ-kárky skresáť len o 2 body.

BK Lokomotíva U23 Sereď – MBK U23 Ružomberok 77:52 (42:27)

Najviac bodov: Jakubčeková (15 doskokov) a Dudonová po 16, Žemlová 15 (13 doskokov) – bude doplnené

Mladé ženy Ružomberka pricestovali do Serede a v dueli s miestnymi „rovesníčkami“ ťahali za kratší koniec od úvodu. Počas prvých troch štvrtín si domáce postupne vypracovali 25 bodový náskok a tak si mohli dovoliť tú poslednú „len“ zremizovať 15:15. V každom prípade dosiahli zaslúžené víťazstvo, keď si double-double za body a doskoky pripísali až dve ich basketbalistky.

BK AŠK Slávia U19 Trnava – BK ŠKP 08 U19 Banská Bystrica

Nehrané pre chorobu hostí!

Young Angels U19 Košice – BKM Junior UKF Nitra 72:52 (37:29)

Najviac bodov: Kristlová 12, Šedivá 10, Holomániová 9 – Kovalenko 16 (12 doskokov), Sailerová 14, Sanislóová a Svoradová po 7

Juniorky Young Angels v Košiciach privítali ženské družstvo Nitra a dá sa povedať, že nenechali nič na náhodu. Do stretnutia vstúpili výborne, po troch minútach viedli 11:1, keď pod súperovým košom úradovala Kristlová. Súperky sa však dostávali, kvôli slabšej obrane domácich, k otvoreným strelám a postupne ich aj premieňali, do veľkej prestávky premenil 6 trojok, no počas mladé Košičanky aj napriek tomu vyhrali o 8 bodov. Duel rozhodla tretia časť, zlepšená obrana domácim vyniesla 20 bodový náskok a ten s prehľadom udržali až do konca, hoc už nenastupovala Vanda Kristlová, ktorú si šetrili pre extraligové Áčko.

Young Angels U23 Košice – BK ZŠ Zvolen



Nehrané pre chorobu hostí!

Nedeľa 07.11.2021 – 8 kolo

CBK Košice – Dubček Bratislava 49:39 (21:24)

Najviac bodov: Lukačiková 17, Krištofová 12, Tomajková 9 (18 doskokov) – Vaigl 18, Bachorová 7, Tvrdá a Urbanová (11 doskokov) po 5

CBK po jasnom sobotnom víťazstve nad Starou Turou to so ženským tímom Dubčeku zďaleka nemalo také jednoduché. Dá sa povedať, že priebeh zápasu bol zo začiatku dosť divoký a každý chvíľku ťahal píľku. Prvá štvrtka dopadla pre domáce 18:11, druhá pre hostky 3:13, druhý polčas už ale bol pod taktovkou Ťahanovčaniek, vyhrali obe štvrtky, tretiu 15:4 a poslednú 13:11. Zápas teda zvládli o 10 bodov a tento víkend si pripísali dve výhry.

TYDAM UPJŠ Košice – MBK U19 Stará Turá 57:62pp (51:51, 24:32)

Najviac bodov: bude doplnené – Vandlíková 18 (14 doskokov, 10 ziskov), Valová 12 (9 doskokov), Vojteková 9

Stará Turá si po sobotňajšej prehre určite chcela zlepšiť náladu a to sa jej na palubovke TYDAM-u aj podarilo, síce až po predĺžení, ale počíta sa to. Turá začala lepšie, po prvom polčase mala náskok šesť bodov, no ten v druhom polčase domáce zmazali a na rad prišlo predĺženie. To hostky zvládli k svojej spokojnosti, keď vyhrali o 5 bodov predĺženie aj zápas. Zaujímavý triple-double zaznamenala Tereza Vandlíková z Turej, k 18 bodom a 14 doskokom pridala aj 10 získaných lôpt, čo sa len tak nevidí.

BK Lokomotíva U23 Sereď – BK ŠKP 08 U19 Banská Bystrica

Nehrané pre chorobu hostí!

BK AŠK Slávia U19 Trnava – MBK U23 Ružomberok 54:53 (31:27)

Najviac bodov: Ďuratná 15 (10 ziskov, 9 doskokov), Majerová 10, Remenárová 9 – bude doplnené

Vyrovnaný zápas sa hral v Trnave medzi miestnymi juniorkami a mladými ženami z Ružomberka, Trnaváčky mali slušný úvod, v prvej štvrtine si vytvorili 7 bodový náskok, no ten v ďalších dvoch štvrtinách stratili a v tej poslednej sa začínalo ako keby odznova, stav bol 42:42. Rozhodnutie po desiatich minútach prišlo a bolo v prospech domácich o jediný bod.

Young Angels U19 Košice – BK ZŠ Zvolen

Nehrané pre chorobu hostí!

Young Angels U23 Košice – BKM Junior UKF Nitra 67:52 (33:31)

Najviac bodov: Mikovčáková 22 (20doskokov), Plavnická 14 (11doskokov), Urbanová 9 – Škublová 14, Svoradová 11, Kovalenko 10

Pre mladé ženy Young Angels to nebol jednoduchý zápas, striedali dobré úseky so slabšími a hoci boli neustále vo vedení, Nitra stále dokázala znižovať. Rozhodujúca nakoniec bola tretia časť hry, ktorú domáce vyhrali 18:4 a vypracovali si tak výraznejšie vedenie. Pod oboma košmi dominovala dvojica Mikovčáková a Plavnická, tie spolu zaznamenali 36 bodov a doskočili 31 lôpt, obe si pripísali double-double a Mikovčáková mala dokonca 20 doskokov.

Autorské práva basket.sk a uvedených agentúr. Všetky práva vyhradené.

Opätovné vydanie alebo rozširovanie obsahu tejto obrazovky bez predchádzajúceho písomného súhlasu basket.sk a uvedených agentúr je výslovne zakázané.

Autor: DANNAX, spol. s r.o. || Publikované: 08.11.2021 Autor: Basket.sk Foto: Marek Findrík