



<b>Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie</b> . . . . .	2
Online, finreport.sk, 23. 1. 2023, 0:00	
<b>Bratislavská eparchia má nového pomocného biskupa</b> . . . . .	3
Online, katolickenoviny.sk, 23. 1. 2023, 0:00	
<b>Svätý Otec vymenoval nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie</b> . . . . .	5
Online, tkkbs.sk, 23. 1. 2023, 11:00	
<b>Biskup Milan Lach sa vracia z Ameriky na Slovensko, mieri do Bratislavy</b> . . . . .	6
Online, sme.sk, 23. 1. 2023, 13:00	
<b>Novoročný koncert SAV v Košiciach</b> . . . . .	8
Online, sav.sk, 23. 1. 2023, 13:20	
<b>5. edícia Univerzitných Majstrovstiev SR v e-športoch prichádza do finále! Kto zabojuje o titul?</b> . . . . .	9
Online, gamesite.zoznam.sk, 23. 1. 2023, 14:01	
<b>Jan Patočka — pražský Sokrates, hosť večera: Robo Stojka</b> . . . . .	11
Online, kamdomesta.sk, 23. 1. 2023, 15:41	
<b>Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie</b> . . . . .	12
Online, webnoviny.sk, 23. 1. 2023, 19:35	
<b>Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie</b> . . . . .	13
Online, parlamentnelisty.sk, 23. 1. 2023, 20:31	
<b>Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie - - Agentúrne správy</b> . . . . .	14
Online, bratislavaden.sk, 23. 1. 2023, 21:35	
<b>Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie</b> . . . . .	15
Online, ekonomickydenik.sk, 23. 1. 2023, 21:35	
<b>Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie</b> . . . . .	16
Online, economics.sk, 23. 1. 2023, 21:35	
<b>Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie</b> . . . . .	17
Online, slovenskoaktualne.sk, 23. 1. 2023, 21:35	
<b>Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie</b> . . . . .	18
Online, slovak.press, 23. 1. 2023, 21:35	
<b>Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie</b> . . . . .	19
Online, aktuality24.sk, 23. 1. 2023, 21:35	
<b>Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie</b> . . . . .	20
Online, infozona.sk, 23. 1. 2023, 21:37	
<b>Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie</b> . . . . .	21
Online, aktualizovane.sk, 23. 1. 2023, 21:56	
<b>OBEZITOLÓG: POVEDZTE MI SVOJ OBVOD PÁSU A JA VÁM POVIEM, AKO DLHO BUDETE ŽIŤ</b> . . . . .	22
Tlač, Zvolensko-Podpolianske noviny, 24. 1. 2023	



## Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie [↗](#)

📅 23. 1. 2023, 0:00, Zdroj: [finreport.sk](#) [↗](#), Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 885 GRP: 0,02 OTS: 0,00 AVE: 191 Eur

23.1.2023 (Webnoviny.sk) - Pápež František vymenoval nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie. Stal sa ním vladyka Milan Lach, doterajší sídelný biskup Eparchie Parma pre Ruténov v Spojených štátoch amerických, ktorému bolo pridelené titulárne sídlo Ostracine.

Ako uviedol hovorca Prešovskej gréckokatolíckej archieparchie Michal Pavlišinovič, informovala o tom Apoštolská nunciatúra na Slovensku.

### Život Lacha

Milan Lach sa narodil 18. novembra 1973 v Kežmarku, kde vyštudoval gymnázium. Vysokoškolské štúdiá absolvoval na Gréckokatolíckej bohosloveckej fakulte **UPJŠ** v Prešove a na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde teologické štúdium v roku 2001 ukončil.

Z rúk terajšieho košického eparchiálneho biskupa vladyku Milana Chautura prijal 11. novembra 2000 diakonskú a 1. júla 2001 kňazskú vysviacku v Katedrálnom chráme Narodenia Presvätej Bohorodičky v Košiciach.

Pracoval ako vedecký pracovník, neskôr vedúci a aj ako riaditeľ Centra spirituality Východ – Západ v Košiciach. V roku 2004 začal vyššie štúdiá na Pápežskom východnom inštitúte v Ríme, kde dosiahol v roku 2006 licenciat z východných cirkevných vied a v roku 2009 získal doktorát v tom istom odbore.

### Vymenovanie biskupa

Od 1. decembra 2011, do vymenovania za biskupa, pôsobil ako prodekan pre zahraničné vzťahy a rozvoj na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde vyučoval kresťanskú spiritualitu.

Svätý Otec František vymenoval 19. apríla 2013 otca Milana Lacha za pomocného biskupa pre Prešovskú archieparchiu a titulárneho biskupa ostrazinského. Biskupskú vysviacku prijal z rúk vtedajšieho prešovského arcibiskupa a metropolitu Jána Babjaka 1. júna 2013 v Bazilike Zosnutia Presvätej Bohorodičky v Ľutine.

Zároveň sa stal protosynkelom Prešovskej archieparchie. V septembri 2016 bol Kongregáciou pre východné cirkvi vymenovaný za vizitátora – delegáta pápežských kolégií a rehoľných študentátov v meste Rím.

Bol tiež výpomocným špirituálom Pápežského kolégia Russicum a pôsobil ako duchovný asistent Federácie skautov Európy v Ríme. Autorsky spolupracoval s Vatikánskym rozhlasom.

### Spojené štáty americké

Svätý Otec František vymenoval vladyku Milana Lacha 24. júna 2017 za apoštolského administrátora gréckokatolíckej eparchie Parma v Spojených štátoch amerických, ktorá patrí do Pittsburghskej metropolitnej cirkvi sui iuris v USA.

Dňa 1. júna 2018 ho pápež menoval za biskupa Ruténskej (gréckokatolíckej) eparchie Parma v USA. Od 23. januára 2023 sa po vymenovaní pápežom stal novým pomocným biskupom Bratislavskej eparchie.

Viac k témam: Cirkev

Autor: FinReport.sk



## Bratislavská eparchia má nového pomocného biskupa [✉](#)

📅 23. 1. 2023, 0:00, Zdroj: [katolickenoviny.sk](http://katolickenoviny.sk) [✉](#), Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 215 GRP: 0,00 OTS: 0,00 AVE: 94 Eur

Svätý Otec František vymenoval 23. januára nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie. Stal sa ním vладыka Milan Lach, SJ, doterajší sídelný biskup Eparchie Parma pre Ruténov (USA). Pridelili mu titulárne sídlo Ostracine, informovala Apoštolská nunciatura na Slovensku.

TK KBS 23.01.2023

Biskup Lach od roku 2017 pôsobil v Eparchii Parma v USA, teraz sa vracia na Slovensko. Snímka: archív Eparchie Parma

Biskup Milan Lach, SJ, sa narodil 18. novembra 1973 v Kežmarku. Po gymnaziálnych štúdiách ho v roku 1992 prijali do gréckokatolíckeho kňazského seminára a na Gréckokatolícku bohosloveckú fakultu **UPJŠ** v Prešove.

Rehoľné povolanie

Po treťom ročníku pocítil rehoľné povolanie a vstúpil do noviciátu Spoločnosti Ježišovej v Trnave, kde po dvoch rokoch zložil jednoduché večné sľuby.

V základných teologických štúdiách pokračoval na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave v roku 1997.

V rokoch 1999 až 2000 bol v rámci rehoľnej formácie na magisterke ako vychovávateľ v jezuitskom chlapčenskom internáte v Košiciach. Teologické štúdium ukončil na TF TU v Bratislave v roku 2001.

Z rúk vладыky Milana Chautura, CSsR, prijal 11. novembra 2000 diakonskú a 1. júla 2001 kňazskú vysviacku v katedrálnom Chráme Narodenia Presvätej Bohorodičky v Košiciach.

Centrum spirituality

Do roku 2003 pôsobil v Centre spirituality Východ – Západ Michala Lacka, vedeckovýskumnom pracovisku TF TU, ako vedecký pracovník.

Od roku 2003 do roku 2004 bol poverený vedením centra. Zároveň ako kňaz vypomáhal pastoračne veriacim v Košiciach a okolí.

Do centra sa vrátil aj v roku 2009 po štúdiách na Pápežskom východnom inštitúte v Ríme. Od decembra 2011 do vymenovania za biskupa pôsobil ako prodekan pre zahraničné vzťahy a rozvoj na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde vyučoval kresťanskú spiritualitu a spiritualitu kresťanského Východu.

Veda aj skauti

V Spoločnosti Ježišovej na Slovensku bol od 30. decembra 2009 konzultorom provinciála a od 1. januára 2012 bol aj delegátom pre formáciu jezuitských scholastikov.

Vedeckú prácu vyvažoval prácou s ľuďmi. Venoval sa duchovnej službe gréckokatolíckym veriacim ako výpomocný duchovný v bratislavskej farnosti. Bol aktívnym vo Federácii skautov Európy ako národný duchovný asistent.

Medzi jeho záľuby patrí príroda, knihy a spev. Už v čase vysokoškolských štúdií pôsobil v Zbore sv. Romana Sladkoveca v Prešove. Plynule hovorí po taliansky, aktívne komunikuje anglicky a rusky, pasívne francúzsky.

Na biskupskom stolci

Pápež František ho vymenoval 19. apríla 2013 za pomocného biskupa pre Prešovskú archieparchiu a titulárneho biskupa ostrazinského. Jeho biskupským heslom je Servire (Slúžiť). Biskupskú vysviacku prijal z rúk vtedajšieho prešovského arcibiskupa metropolitu Jána Babjaka, SJ, 1. júna 2013 v Bazilike Zosnutia Presvätej Bohorodičky v Ľutine. Zároveň sa stal protosynkelom Prešovskej archieparchie.

Ako pomocný biskup Prešovskej archieparchie bol členom Rady hierarchov, predsedom Bioetickej subkomisie KBS, predsedom Rady KBS pre pastoraáciu v zdravotníctve a predsedom Metropolitnej liturgickej komisie.

V septembri 2016 ho Kongregácia pre východné cirkvi vymenovala za vizitátora – delegáta pápežských kolégií a rehoľných študentátov v meste Rím.

Na sviatok Narodenia sv. Jána Krstiteľa 24. júna 2017 sa stal apoštolským administrátorom Gréckokatolíckej eparchie Parma v USA, ktorá patrí do Pittsburskej metropolitnej cirkvi sui iuris v USA.



Prvého júna 2018 ho pápež František vymenoval za biskupa Ruténskej eparchie Parma v USA.

Jaroslav Fabian 24.01.2023

Ekumenická bohoslužba slova sa v Košiciach uskutočnila už po dvadsiaty deviaty raz.

Zuzana Artimová 23.01.2023



## Svätý Otec vymenoval nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie [✉](#)

📅 23. 1. 2023, 11:00, Zdroj: [tkkbs.sk](http://tkkbs.sk) [✉](#), Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ, Ďalšie zdroje: [tkkbs.sk](http://tkkbs.sk)

Dosah: 14 428 GRP: 0,32 OTS: 0,00 AVE: 1038 Eur

P:3, 23. 01. 2023 12:00, DOM

Foto: ISPA

Bratislava 23. januára (TK KBS) Svätý Otec František vymenoval nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie. Stal sa ním vладыka Milan Lach, SJ, doterajší sídelný biskup Eparchie Parma pre Ruténov (USA), ktorému bolo pridelené titulárne sídlo Ostracine, informovala Apoštolská nunciatura na Slovensku.

Životopis Mons. Milana Lacha SJ

Mons. SEODr. Milan Lach SJ sa narodil 18. novembra 1973 v Kežmarku. Gymnaziálne štúdiá ukončil maturitou v roku 1992 v Kežmarku. V roku 1992 bol prijatý do gréckokatolíckeho kňazského seminára (v súčasnosti Gréckokatolícky kňazský seminár blahoslaveného biskupa Pavla Petra Gojdiča) a na Gréckokatolícku bohosloveckú fakultu UPJŠ v Prešove (v súčasnosti Gréckokatolícka teologická fakulta Prešovskej univerzity). Po ukončení tretieho ročníka, cítiac v sebe rehoľné povolanie, vstúpil v roku 1995 do noviciátu Spoločnosti Ježišovej v Trnave, kde po dvoch rokoch zložil jednoduché večné sľuby. V základných teologických štúdiách pokračoval na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave v roku 1997. V rokoch 1999 až 2000 bol v rámci rehoľnej formácie na magisterke ako vychovávateľ v jezuitskom chlapčenskom internáte v Košiciach. Teologické štúdium ukončil na TF TU v Bratislave v roku 2001. Z rúk terajšieho košického eparchiálneho biskupa vладыka Milana Chautura CSsR prijal 11. novembra 2000 diakónskú a 1. júla 2001 kňazskú vysviacku v Katedrálnom chráme Narodenia Presvätej Bohorodičky v Košiciach.

V rokoch 2001 – 2002 si vykonával civilnú náhradnú službu v jezuitskej komunite v Košiciach a popri tom do roku 2003 pôsobil v Centre spirituality Východ – Západ Michala Lacka, vedecko-výskumnom pracovisku TF TU, ako vedecký pracovník. Počas tohto pôsobenia pracoval spolu s otcom Jánom Babjakom SJ, terajším prešovským arcibiskupom a metropolitom. Od roku 2003 do roku 2004 bol poverený vedením Centra spirituality Východ – Západ v Košiciach. Zároveň ako kňaz vypomáhal pastoračne veriacim v Košiciach a okolí.

V roku 2004 začal vyššie štúdiá na Pápežskom východnom inštitúte v Ríme, kde dosiahol v roku 2006 licenciát z východných cirkevných vied a v roku 2009 získal doktorát v tom istom odbore. Okrem skúseností z medzinárodného akademického prostredia nadobudol i skúsenosti z duchovnej služby ako výpomocný špirituál Pápežského kolégia Russicum a ako duchovný asistent Federácie skautov Európy v Ríme. Autorsky spolupracoval s Vatikánskym rozhlasom.

Po návrate zo štúdií v Ríme od roku 2009 pracoval ako riaditeľ opäť v Centre spirituality Východ – Západ M. Lacka v Košiciach. Popri zabezpečovaní vedecko-výskumných úloh centra, organizovaní vedeckých konferencií, budovaní knižničného fondu a nadväzovaní kontaktov so zahraničím, vyučoval jeden semester spiritualitu kresťanského Východu aj na Teologickej fakulte Katolíckej univerzity v Košiciach, kde bol aj členom redakčnej rady teologického časopisu Verba Theologica. Svoju pozornosť venoval tiež sprístupňovaniu odborných poznatkov širšej verejnosti prispievaním do časopisov a organizovaním populárno-vedeckých prednášok na pôde Centra. Od 1. decembra 2011 do vymenovania za biskupa pôsobil ako prodekan pre zahraničné vzťahy a rozvoj na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde vyučoval kresťanskú spiritualitu a spiritualitu kresťanského Východu.

V reholi Spoločnosti Ježišovej na Slovensku bol od 30. decembra 2009 konzultorom provinciála a od 1. januára 2012 bol aj delegátom pre formáciu jezuitských scholastikov. Vedeckú prácu vyvažoval prácou s ľuďmi. Venoval sa duchovnej službe gréckokatolíckym veriacim ako výpomocný duchovný v bratislavskej farnosti. Bol aktívnym vo Federácii skautov Európy ako národný duchovný asistent. Medzi jeho záľuby patria príroda, knihy a spev. Už v čase vysokoškolských štúdií pôsobil v Zbore sv. Romana Sladkopevca v Prešove. Plynule hovorí po taliansky, aktívne komunikuje anglicky a rusky, pasívne francúzsky.

Svätý Otec František vymenoval 19. apríla 2013 otca Milana Lacha SJ za pomocného biskupa pre Prešovskú archieparchiu a titulárneho biskupa ostrazinského. Jeho biskupským heslom je Servire (Slúžiť). Biskupskú vysviacku prijal z rúk vtedajšieho prešovského arcibiskupa a metropolitu Jána Babjaka SJ 1. júna 2013 v Bazilike Zosnutia Presvätej Bohorodičky v Ľutine. Zároveň sa stal protosynkelom Prešovskej archieparchie.

Ako pomocný biskup Prešovskej archieparchie bol členom Rady hierarchov tejto miestnej cirkvi, predsedom Bioetickej subkomisie KBS, predsedom Rady pre pastoraáciu v zdravotníctve a predsedom Metropolitnej liturgickej komisie. 15. septembra 2016 bol Kongregáciou pre východné cirkvi vymenovaný za vizitátora – delegáta pápežských kolégií a rehoľných študentátov v meste Rím.

Svätý Otec František vymenoval vладыka Milana Lacha SJ 24. júna 2017, na sviatok Narodenia sv. Jána Krstiteľa, za apoštolského administrátora gréckokatolíckej eparchie Parma v USA, ktorá patrí do Pittsburghskej metropolitnej cirkvi sui iuris v USA. Dňa 1. júna 2018 ho pápež František menoval za biskupa Ruténskej (gréckokatolíckej) eparchie Parma v USA. Dňa 23. januára 2023 ho pápež František vymenoval za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie.



## Biskup Milan Lach sa vracia z Ameriky na Slovensko, mieri do Bratislavy [✉](#)

📅 23. 1. 2023, 13:00, Zdroj: [vychod.sme.sk](http://vychod.sme.sk) [✉](#), Vydavateľ: Petit Press, a.s., Autor: Mária Dudová-Bašistová, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 645 880 GRP: 14,35 OTS: 0,14 AVE: 2490 Eur

Z Vatikánu prišla novinka do cirkevných radov na Slovensku.

Biskup Milan Lach (19 fotografií)

PREŠOV/BRATISLAVA. Pápež František vymenoval nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie. Je ním Milan Lach, SJ.

Rodený Kežmarčan sa tak po štyroch rokoch pôsobenia za oceánom vracia do biskupskej služby v hlavnom meste.

V Amerike bol takmer šesť rokov

Ako tlmočil hovorca Prešovskej archieparchie Michal Pavlišinovič, informáciu o novom pomocnom biskupovi potvrdila Apoštolská nunciatura na Slovensku.

Vladyka Milan Lach dosiaľ pôsobil ako sídelný biskup Eparchie Parma pre Ruténov, pridelené mu bolo titulárne sídlo Ostracine. Do USA odišiel pred šiestimi rokmi.

Súvisiaci článok Súvisiaci článok Biskup Milan Lach: Môžem aj zametať ulice, ak to robím s láskou, robím tú prácu veľkou Čítajte

Vtedy ho v júni 2017 pápež František vymenoval za apoštolského administrátora gréckokatolíckej eparchie Parma. Tá patrí do metropolitnej cirkvi sui iuris v Pittsburghu.

O rok na to sa stal pápežským vymenovaním biskupom Ruténskej (gréckokatolíckej) eparchie Parma.

V minulosti už bol prešovským pomocným biskupom

Vladyka Milan Lach nebude na poste pomocného biskupa po prvýkrát. Kým teraz bude tento úrad zastávať v Bratislavskej eparchii, pred desiatimi rokmi touto funkciou slúžil pre Prešovskú archieparchiu.

Biskupskú vysviacku prijal od vtedajšieho prešovského arcibiskupa a metropolitu Jána Babjaka v júni 2013 v Bazilike Zosnutia Presvätej Bohorodičky v Ľutíne.

Taktiež bol protosynkelom Prešovskej archieparchie. Známym sa stal aj v prostredí zdravotníctva.

Súvisiaci článok Súvisiaci článok Prešovský biskup vyzýva vládu, aby riešila požiadavky sestier Čítajte

Bol členom Rady hierarchov miestnej cirkvi a tiež predsedom Bioetickej subkomisie KBS, predsedom Rady pre pastoráciu v zdravotníctve a predsedom Metropolitnej liturgickej komisie.

V septembri 2016 ho Kongregácia pre východné cirkvi vymenovala za vizitátora – delegáta pápežských kolégií a rehoľných študentátov v meste Rím.

V Bratislave kedysi ako prodekan, dnes ako biskup

Milan Lach sa aktuálne vracia na Slovensko, konkrétne do Bratislavy. V hlavnom meste už pôsobil na univerzitnej pôde.

Od 1. decembra 2011 do svojho vymenovania za biskupa na jar 2013 bol prodekanom pre zahraničné vzťahy a rozvoj na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave. Tam vyučoval kresťanskú spiritualitu a spiritualitu kresťanského Východu.

V reholi Spoločnosti Ježišovej na Slovensku bol od 30. decembra 2009 konzultorom provinciála a od 1. januára 2012 bol tiež delegátom pre formáciu jezuitských scholastikov.

Popri vedeckej práci stále obľuboval prácu s ľuďmi. Venoval sa duchovnej službe gréckokatolíckym veriacim ako výpomocný duchovný v bratislavskej farnosti.

Heslo: Služiť

Milan Lach je známym milovníkom skautingu, bol aktívnym vo Federácii skautov Európy ako národný duchovný asistent.

Jeho záľubami sú príroda, knihy a spev. Ten rozvíjal i v čase vysokoškolských štúdií, keď pôsobil v Zbore sv. Romana Sladkopevca v Prešove.



Hovorí plynule po taliansky, aktívnu komunikáciu má v angličtine a ruštine, pasívne vie po francúzsky.

Jeho biskupským heslom je „servire“ (slúžiť).

Zo životopisu Mons. Milana Lacha SJ

Mons. SEODr. Milan Lach SJ sa narodil 18. novembra 1973 v Kežmarku. Gymnaziálne štúdiá ukončil maturitou v roku 1992 v Kežmarku.

V roku 1992 ho prijali do gréckokatolíckeho kňazského seminára (v súčasnosti Gréckokatolícky kňazský seminár blahoslaveného biskupa Pavla Petra Gojdiča) a na Gréckokatolícku bohosloveckú fakultu **UPJŠ** v Prešove (v súčasnosti Gréckokatolícka teologická fakulta Prešovskej univerzity).

Po ukončení tretieho ročníka, cítiac v sebe rehoľné povolanie, vstúpil v roku 1995 do noviciátu Spoločnosti Ježišovej v Trnave, kde po dvoch rokoch zložil jednoduché večné sľuby. V základných teologických štúdiách pokračoval na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave v roku 1997.

V rokoch 1999 až 2000 bol v rámci rehoľnej formácie na magisterke ako vychovávateľ v jezuitskom chlapčenskom internáte v Košiciach. Teologické štúdium ukončil na TF TU v Bratislave v roku 2001.

Z rúk terajšieho košického eparchiálneho biskupa vладыku Milana Chautura CSsR prijal 11. novembra 2000 diakonskú a 1. júla 2001 kňazskú vysviacku v Katedrálom chráme Narodenia Presvätej Bohorodičky v Košiciach.

V rokoch 2001 – 2002 si vykonával civilnú náhradnú službu v jezuitskej komunite v Košiciach a popri tom do roku 2003 pôsobil v Centre spirituality Východ – Západ Michala Lacka, vedecko-výskumnom pracovisku TF TU, ako vedecký pracovník. Počas tohto pôsobenia pracoval spolu s otcom Jánom Babjakom SJ, emeritným prešovským arcibiskupom.

Od roku 2003 do roku 2004 bol poverený vedením Centra spirituality Východ – Západ v Košiciach. Zároveň ako kňaz vypomáhal pastoračne veriacim v Košiciach a okolí.

V roku 2004 začal vyššie štúdiá na Pápežskom východnom inštitúte v Ríme, kde dosiahol v roku 2006 licenciát z východných cirkevných vied a v roku 2009 získal doktorát v tom istom odbore. Okrem skúseností z medzinárodného akademického prostredia nadobudol i skúsenosti z duchovnej služby ako výpomocný špirituál Pápežského kolégia Russicum a ako duchovný asistent Federácie skautov Európy v Ríme. Autorsky spolupracoval s Vatikánskym rozhlasom.

Po návrate zo štúdií v Ríme od roku 2009 pracoval ako riaditeľ opäť v Centre spirituality Východ – Západ M. Lacka v Košiciach. Popri zabezpečovaní vedecko-výskumných úloh centra, organizovaní vedeckých konferencií, budovaní knižničného fondu a nadväzovaní kontaktov so zahraničím, vyučoval jeden semester spiritualitu kresťanského Východu aj na Teologickej fakulte Katolíckej univerzity v Košiciach, kde bol aj členom redakčnej rady teologického časopisu Verba Theologica. Svoju pozornosť venoval tiež sprístupňovaniu odborných poznatkov širšej verejnosti prispievaním do časopisov a organizovaním populárno-vedeckých prednášok na pôde Centra.

Autor: Mária Dudová-Bašistová



## Novoročný koncert SAV v Košiciach [✉](#)

📅 23. 1. 2023, 13:20, Zdroj: [sav.sk](http://sav.sk) [✉](#), Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Rektorát UPJŠ**, Kľúčové slová: **Pavol Sovák, Rektor univerzity Pavla Jozefa Šafárika**  
Dosah: 9 073 GRP: 0,20 OTS: 0,00 AVE: 569 Eur

23. 1. 2023 | zhladnuté 147-krát

Príchod nového roka je v Košiciach tradičnou príležitosťou pre spojenie akademickej a umeleckej obce. Vo štvrtok 19. januára 2023 sa na pôde Štátnej filharmónie uskutočnil už 23. novoročný koncert SAV. Svoje majstrovstvo predviedol svetovo uznávaný klavirista Ladislav Fančovič. Orchester dirigoval hlavný hosťujúci dirigent Štátnej filharmónie v Košiciach Zbyněk Müller.

Pozvanie na Novoročný koncert SAV v Košiciach prijali aj **rektor Univerzity Pavla Jozefa Šafárika** v Košiciach prof. **Pavol Sovák**, rektor Technickej univerzity v Košiciach doktor Stanislav Kmeť aj starosta mestskej časti Košice-Sever František Ténai. Spoločne s Predsedníctvom SAV, riaditeľmi a zamestnancami košických pracovísk SAV a ich rodinnými príslušníkmi si vypočuli diela Ľudovíta Rajtera, Zoltána Kodálya, Bélu Bartóka a Ernesta Dohnányiho.

Bratislavský rodák Ernő Dohnányi bol jedným z najvýznamnejších klaviristov svojej doby a významne prispel k neskororomantickému klavírnemu repertoáru v rôznych skladbách, najmä v šiestich Koncertných etudách z roku 1916. Dohnányi bol všestranný skladateľ, jeho hudba sa do značnej miery hlási k romantizujúcejmu idiómu a hoci využíval prvky maďarskej ľudovej hudby, jeho hudobný jazyk voľne vychádza z brahmsovskej estetiky. Súčasťou programu novoročného koncertu bol aj Dohnányiho Klavírny koncert č. 1 op. 5. Výkon špičkového predstaviteľa klavírneho interpretačného umenia Ladislava Fančoviča publikum ocenilo standing ovation.

Večer pokračoval posedením v srdečnom duchu. V úvode sa prítomným prihovril podpredseda SAV pre 1. oddelenie vied doktor Martin Venhart, ktorý pripomenul pandemické časy, obmedzujúce aj stretnutia a slávnosti tohto druhu. „Keď sa už ukazovalo svetlo na konci tohto pandemického tunela, tak 24. februára minulého roka sme sa zobudili to niečoho úplne nového. Videli sme tie strašné obrázky z Buče, Mariupola, Chersonu a stretli sme sa s niečím, čo sme dlho v Európe nepoznali. Zaželajme si preto v tomto novom roku najmä veľa šťastia pre každého, ale želajme si aj to, aby sa do Európy vrátil mier, aby sa vrátil v tých prijateľných podmienkach, aby to nebol mier, ktorý založí predpoklady pre ďalšiu vojnu,“ povedal M. Venhart.

Niekoľko slov pridal aj spoluorganizátor podujatia doktor Branislav Peňko, ktorý vyzdvihol dlhoročnú spoluprácu so Štátnou filharmóniou Košice a jej dlhoročným riaditeľom Štefanom Kleinom. Ocenil tiež spoluprácu s jeho nástupkyňou, generálnou riaditeľkou Luciou Potokárovou, ktorá nadviazala na tradíciu novoročných koncertov SAV a vďaka nej úspešne pokračuje. Zároveň prítomných pozval na pripravovaný júnový koncert z cyklu Mladí mladým – umelci vedcom.

Text a foto: Katarína Gáliková

Súvisiace články

Autor: CSC - VS SAV





## 5. edícia Univerzitných Majstrovstiev SR v e-športoch prichádza do finále! Kto zabojuje o titul? [📄](#)

📅 23. 1. 2023, 14:01, Zdroj: [gamesite.zoznam.sk](https://gamesite.zoznam.sk) [🔗](#), Vydavateľ: Zoznam, s.r.o., Autor: Martina Juhásová, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, UPJŠ

Dosah: 13 422 GRP: 0,30 OTS: 0,00 AVE: 664 Eur

Už od utorka sa začnú Univerzitné majstrovstvá SR v hrách TeamFight Tactics, Rocket League, League of Legends a Counter-Strike: Global Offensive. UNI MSR potrvá až do nedele, pričom vysielací režim bol odetý do nového kabátu.

Vrchol univerzitnej sezóny v e-športe je tu. Už o pár dní bude zahájená piata edícia Univerzitných majstrovstiev SR. Sily si zmerajú tímy, ktoré ovládli dianie v Slovenskej univerzitnej ešportovej ligu s prívlastkom Masters.

Do hry sa zapoja Slovenská technická univerzita v Bratislave, Univerzita sv. Cyrila a Metoda v Trnave, Žilinská univerzita v Žiline, Ekonomická univerzita v Bratislave, Technická univerzita v Košiciach, **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Univerzita Komenského v Bratislave alebo dvojica nitrianskych univerzít – Univerzita Konštantína Filozofa, respektíve Slovenská poľnohospodárska univerzita.

Reprezentanti týchto škôl sa zapoja do boja o prizepool vo výške 3080 € , ktorý bol rozdelený medzi tieto hry:

League of Legends powered by Accenture

CS:GO powered by Innovation Capability Center

Rocket League powered by Henkel Slovensko

TeamFight Tactics powered by IBM

TeamFight Tactics powered by IBM je v tomto ročníku novinkou, UNI MSR zaháji práve tento herný titul. Stane sa tak v utorok 24.1. od 18:00, pričom o status univerzitného šampióna sa stretne 8 najlepších hráčov zo základnej časti SUEL Masters. V hre je prizepool 350 € a účasť v prestížnom medzinárodnom turnaji UNIVERSITY Extreme Masters. Sledujte livestream na [twitch.tv/yzonesk](https://twitch.tv/yzonesk) .

24.1. - 1. lobby, 18:00

24.1. - 2. lobby, 19:00

24.1. - 3. lobby, 20:00

24.1. - 4. lobby, 21:00

O deň neskôr, teda v stredu od 18:00, bude nasledovať hra Rocket League powered by Henkel Slovensko . Práve od tohto času začína vysielanie na platforme Twitch.tv, pričom do hry sa zapojí napríklad obhajca titulu z minulej edície UNIZA Esports (Žilinská univerzita v Žiline).

Medzi najlepšiu trojicu sa rozdelí prizepool 630 €, víťaz berie takisto miestenku v UNIVERSITY Esports Masters.

Viac o UNI MSR v Rocket League powered by Henkel Slovensko nájdete tu .

25.1. – 1. semifinále, 18:00 – ESTUBA vs. UCM TEDI Bears Rubby

25.1. – 2. semifinále, 19:00 – UNIZA Esports vs. ESTUBA Muffinz

25.1. – O 3. miesto, 20:00

25.1. – Finále, 21:00

Posledné dve hry budú rozdelené medzi štyri hracie dni – 26.1. uvidíme oba semifinálové zápasy v League of Legends powered by Accenture , hneď nasledujúci deň je na programe zápas o 3. miesto a samotné finále. V hre je prizepool 1050 € a možno postupu na UNIVERSITY Esports Masters. Podarí sa organizácii ESTUBA znovu ovládnuť UNI MSR alebo uvidíme v hre LOL nového šampióna?

Viac o UNI MSR v League of Legends powered by Accenture nájdete tu .

26.1. - 1. semifinále, 18:00 - ESTUBA vs. UNIZA Herolds

26.1. - 2. semifinále, 20:00 - Esport TUKE Red vs. EUBA A

27.1. - O 3. miesto, 18:00



27.1. - Finále, 20:00

Podobný scenár platí aj pre Counter-Strike: Global Offensive powered by Innovation Capability Center . Finálová štvorica sa zapojí do dvoch hracích dní, pričom nechýba obhajca z trnavskej univerzity UCM. V prvom semifinále UCM TEDI Bears Indigo vyzvú svojho bratislavského rivala v podobe ESTUBA. Hrať sa bude takisto o prizepool 1050 €.

Viac o UNI MSR v CS:GO powered by Innovation Capability Center nájdete tu.

28.1. - 1. semifinále, 18:00 - UCM TEDI Bears Indigo vs. ESTUBA

28.1. - 2. semifinále, 20:00 - Esport **UPJŠ** vs. Esport TUKE

29.1. - O 3. miesto, 18:00

29.1. - Finále, 20:00

Všetky vysielania budú dostupné v spomínané časy na platforme Twitch . Okrem sledovania zápasov sa diváci budú môcť zapojiť aj do rôznych súťaží, ktoré vznikli pre každú hru v spolupráci s partnermi Slovenská sporiteľňa , Accenture , Takeda Innovation Capability Center a Henkel Slovensko .

Pre viac informácií sledujte sociálne siete Y-Games Slovakia alebo Slovenský univerzitný e-šport .

Titulárnym partnerom Univerzitných majstrovstiev SR v elektronických športoch je Slovenská sporiteľňa . Partnerom UNI MSR je Crazy Wolf .

Zapojte sa do diskusie

Našli ste chybu, alebo máte tip na zaujímavý článok? Napíšte nám !

Autor: Martina Juhásová



## Jan Patočka — pražský Sokrates, hosť večera: Robo Stojka [📄](#)

📅 23. 1. 2023, 15:41, Zdroj: [kamdomesta.sk](http://kamdomesta.sk) [📄](#), Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 2 773 GRP: 0,06 OTS: 0,00 AVE: 341 Eur

Nahlásiť podujatie

Košice-Staré Mesto, Čavango

Štvrtok 26.01.2023, 19:00

Igrici na koberci

téma večera: Jan Patočka — pražský Sokrates

hosť večera: Robo Stojka, popularizátor Patočkovho odkazu

štvrtok 26. január 2023 o 19.00

(čajovňa Čavango Košice)

V novom roku s novým predsavzatím pod starou hlavičkou. Igrici na koberci je formát moderovaných večerov s ambíciou vytvárať priestor pre autorskú tvorbu. Za 10 rokov sporadicky pravidelného fungovania si našiel svoje publikum, ktoré naplňa všetky predpoklady mestskej subkultúrnej komunity. V novom roku som si povedal, že by stálo za to pokúsiť sa overiť si praxou, či aj komunitné formáty môžu mať mienkotvorný dosah. Takže januároví igrici na koberci budú venovaní téme filozofického odkazu Jána Patočku. Decentne sa tak budeme prekrývať s aktivitami akademickej pôdy, keďže hosťom večera bude Robo Stojka, autor publikácie — Patočkova filozofia dejín. Robo prednáša na Filozofickej fakulte **UPJŠ** v Košiciach, je to muzikant a v našom geopriestore aj vzácny endemit.

Januároví igrici budú tentokrát viac o hovorenom slove a aby to nevyznievalo ako pozvánka na filozofickú prednášku, prídem s gitarou a môj hudobný brat Peťo Trnka prinesie varhany a dažďovú palicu.

Pozývam vás zažiť autentickú atmosféru moderovaného večera so šálkou čaju uprostred komunity hľadajúcich.

Svetozár Šomšák

dramaturg a organizátor igricov na koberci

Vstupné: dobrovoľné.

Portál [www.kamdomesta.sk](http://www.kamdomesta.sk) nie je organizátorom uverejňovaných podujatí a preto nezodpovedá za zmeny uskutočnené organizátormi. Odporúčame preveriť si vopred termín a čas konania podujatia priamo u organizátora. Na niektoré akcie je potrebné sa prihlásiť vopred.

Zdroj: [facebook.com / Igrici na koberci](https://facebook.com/Igrici.na.koberci)

Miesto konania



## Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie [☒](#)

📅 23. 1. 2023, 19:35, Zdroj: [webnoviny.sk](#) [☒](#), Vydavateľ: iSicommerce s.r.o., Autor: SITA, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 194 524 GRP: 4,32 OTS: 0,04 AVE: 1845 Eur

Slovensko Aktuálne správy Aktuálne správy z lokality Slovensko

Pápež František počas tradičného vianočného posolstva Urbi et Orbi (Mestu a svetu), ktoré predniesol v nedeľu z balkóna Baziliky svätého Petra vo Vatikáne (25. december 2022). Foto: archívne SITA/AP.

Pápež František vymenoval nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie. Stal sa ním vladyka Milan Lach, doterajší sídelný biskup Eparchie Parma pre Ruténov v Spojených štátoch amerických, ktorému bolo pridelené titulárne sídlo Ostracine.

Ako uviedol hovorca Prešovskej gréckokatolíckej archieparchie Michal Pavlišinovič, informovala o tom Apoštolská nunciatúra na Slovensku.

### Život Lacha

Milan Lach sa narodil 18. novembra 1973 v Kežmarku, kde vyštudoval gymnázium. Vysokoškolské štúdiá absolvoval na Gréckokatolíckej bohosloveckej fakulte **UPJŠ** v Prešove a na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde teologické štúdiá v roku 2001 ukončil.

Z rúk terajšieho košického eparchiálneho biskupa vladyku Milana Chautura prijal 11. novembra 2000 diakonskú a 1. júla 2001 kňazskú vysviacku v Katedrálnom chráme Narodenia Presvätej Bohorodičky v Košiciach.

Pracoval ako vedecký pracovník, neskôr vedúci a aj ako riaditeľ Centra spirituality Východ – Západ v Košiciach. V roku 2004 začal vyššie štúdiá na Pápežskom východnom inštitúte v Ríme, kde dosiahol v roku 2006 licenciat z východných cirkevných vied a v roku 2009 získal doktorát v tom istom odbore.

### Vymenovanie biskupa

Od 1. decembra 2011, do vymenovania za biskupa, pôsobil ako prodekan pre zahraničné vzťahy a rozvoj na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde vyučoval kresťanskú spiritualitu.

Svätý Otec František vymenoval 19. apríla 2013 otca Milana Lacha za pomocného biskupa pre Prešovskú archieparchiu a titulárneho biskupa ostrazinského. Biskupskú vysviacku prijal z rúk vtedajšieho prešovského arcibiskupa a metropolitu Jána Babjaka 1. júna 2013 v Bazilike Zosnutia Presvätej Bohorodičky v Lutine.

Zároveň sa stal protosynkelom Prešovskej archieparchie. V septembri 2016 bol Kongregáciou pre východné cirkvi vymenovaný za vizitátora – delegáta pápežských kolégií a rehoľných študentátov v meste Rím.

Bol tiež výpomocným špirituálom Pápežského kolégia Russicum a pôsobil ako duchovný asistent Federácie skautov Európy v Ríme. Autorsky spolupracoval s Vatikánskym rozhlasom.

### Spojené štáty americké

Svätý Otec František vymenoval vladyku Milana Lacha 24. júna 2017 za apoštolského administrátora gréckokatolíckej eparchie Parma v Spojených štátoch amerických, ktorá patrí do Pittsburghskej metropolitnej cirkvi sui iuris v USA.

Dňa 1. júna 2018 ho pápež menoval za biskupa Ruténskej (gréckokatolíckej) eparchie Parma v USA. Od 23. januára 2023 sa po vymenovaní pápežom stal novým pomocným biskupom Bratislavskej eparchie.

Autor: SITA



## Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie [↗](#)

📅 23. 1. 2023, 20:31, Zdroj: [parlamentnelisty.sk](#) [↗](#), Autor: SITA, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Dosah: 1 141 GRP: 0,03 OTS: 0,00 AVE: 338 Eur

24.1.2023 Pápež František vymenoval nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie. Stal sa ním vladyka Milan Lach, doterajší sídelný biskup Eparchie Parma pre Ruténov v Spojených štátoch amerických, ktorému bolo pridelené titulárne sídlo Ostracine.

Ako uviedol hovorca Prešovskej gréckokatolíckej archieparchie Michal Pavlišinovič, informovala o tom Apoštolská nunciatura na Slovensku.

### Život Lacha

Milan Lach sa narodil 18. novembra 1973 v Kežmarku, kde vyštudoval gymnázium. Vysokoškolské štúdiá absolvoval na Gréckokatolíckej bohosloveckej fakulte **UPJŠ** v Prešove a na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde teologické štúdium v roku 2001 ukončil.

Z rúk terajšieho košického eparchiálneho biskupa vladyku Milana Chautura prijal 11. novembra 2000 diakonskú a 1. júla 2001 kňazskú vysviacku v Katedrálnom chráme Narodenia Presvätej Bohorodičky v Košiciach.

Pracoval ako vedecký pracovník, neskôr vedúci a aj ako riaditeľ Centra spirituality Východ – Západ v Košiciach. V roku 2004 začal vyššie štúdiá na Pápežskom východnom inštitúte v Ríme, kde dosiahol v roku 2006 licenciát z východných cirkevných vied a v roku 2009 získal doktorát v tom istom odbore.

### Vymenovanie biskupa

Od 1. decembra 2011, do vymenovania za biskupa, pôsobil ako prodekan pre zahraničné vzťahy a rozvoj na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde vyučoval kresťanskú spiritualitu.

Svätý Otec František vymenoval 19. apríla 2013 otca Milana Lacha za pomocného biskupa pre Prešovskú archieparchiu a titulárneho biskupa ostrazinského. Biskupskú vysviacku prijal z rúk vtedajšieho prešovského arcibiskupa a metropolitu Jána Babjaka 1. júna 2013 v Bazilike Zosnutia Presvätej Bohorodičky v Ľutine.

Zároveň sa stal protosynkelom Prešovskej archieparchie. V septembri 2016 bol Kongregáciou pre východné cirkvi vymenovaný za vizitátora – delegáta pápežských kolégií a rehoľných študentátov v meste Rím.

Bol tiež výpomocným špirituálom Pápežského kolégia Russicum a pôsobil ako duchovný asistent Federácie skautov Európy v Ríme. Autorsky spolupracoval s Vatikánskym rozhlasom.

### Spojené štáty americké

Svätý Otec František vymenoval vladyku Milana Lacha 24. júna 2017 za apoštolského administrátora gréckokatolíckej eparchie Parma v Spojených štátoch amerických, ktorá patrí do Pittsburskej metropolitnej cirkvi sui iuris v USA.

Dňa 1. júna 2018 ho pápež menoval za biskupa Ruténskej (gréckokatolíckej) eparchie Parma v USA. Od 23. januára 2023 sa po vymenovaní pápežom stal novým pomocným biskupom Bratislavskej eparchie.

Viac k témam: Cirkev

Zdroj: [Webnoviny.sk](#) – Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie © SITA  
Všetky práva vyhradené.

Autor: SITA



## Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie - - Agentúrne správy [✉](#)

📅 23. 1. 2023, 21:35, Zdroj: [bratislavaden.sk](https://bratislavaden.sk) [✉](#), Vydavateľ: SITA Slovenská tlačová agentúra a.s., Autor: SITA, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ  
Dosah: 3 115 GRP: 0,07 OTS: 0,00 AVE: 399 Eur

Slovensko

23.1.2023 (Webnoviny.sk) – Pápež František vymenoval nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie. Stal sa ním vladyka Milan Lach, doterajší sídelný biskup Eparchie Parma pre Ruténov v Spojených štátoch amerických, ktorému bolo pridelené titulárne sídlo Ostracine.

Ako uviedol hovorca Prešovskej gréckokatolíckej archieparchie Michal Pavlišinovič, informovala o tom Apoštolská nunciatúra na Slovensku.

Život Lacha

Milan Lach sa narodil 18. novembra 1973 v Kežmarku, kde vyštudoval gymnázium. Vysokoškolské štúdiá absolvoval na Gréckokatolíckej bohosloveckej fakulte **UPJŠ** v Prešove a na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde teologické štúdiá v roku 2001 ukončil.

Z rúk terajšieho košického eparchiálneho biskupa vladyku Milana Chautura prijal 11. novembra 2000 diakonskú a 1. júla 2001 kňazskú vysviacku v Katedrálnom chráme Narodenia Presvätej Bohorodičky v Košiciach.

Pracoval ako vedecký pracovník, neskôr vedúci a aj ako riaditeľ Centra spirituality Východ – Západ v Košiciach. V roku 2004 začal vyššie štúdiá na Pápežskom východnom inštitúte v Ríme, kde dosiahol v roku 2006 licenciát z východných cirkevných vied a v roku 2009 získal doktorát v tom istom odbore.

Vymenovanie biskupa

Od 1. decembra 2011, do vymenovania za biskupa, pôsobil ako prodekan pre zahraničné vzťahy a rozvoj na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde vyučoval kresťanskú spiritualitu.

Svätý Otec František vymenoval 19. apríla 2013 otca Milana Lacha za pomocného biskupa pre Prešovskú archieparchiu a titulárneho biskupa ostrazinského. Biskupskú vysviacku prijal z rúk vtedajšieho prešovského arcibiskupa a metropolitu Jána Babjaka 1. júna 2013 v Bazilike Zosnutia Presvätej Bohorodičky v Ľutine.

Zároveň sa stal protosynkelom Prešovskej archieparchie. V septembri 2016 bol Kongregáciou pre východné cirkvi vymenovaný za vizitátora – delegáta pápežských kolégií a rehoľných študentátov v meste Rím.

Bol tiež výpomocným špirituálom Pápežského kolégia Russicum a pôsobil ako duchovný asistent Federácie skautov Európy v Ríme. Autorsky spolupracoval s Vatikánskym rozhlasom.

Spojené štáty americké

Svätý Otec František vymenoval vladyku Milana Lacha 24. júna 2017 za apoštolského administrátora gréckokatolíckej eparchie Parma v Spojených štátoch amerických, ktorá patrí do Pittsburskej metropolitnej cirkvi sui iuris v USA.

Dňa 1. júna 2018 ho pápež menoval za biskupa Ruténskej (gréckokatolíckej) eparchie Parma v USA. Od 23. januára 2023 sa po vymenovaní pápežom stal novým pomocným biskupom Bratislavskej eparchie.

Viac k témam: Cirkev

Zdroj: Webnoviny.sk – Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie © SITA  
Všetky práva vyhradené.

Autor: SITA



## Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie [↗](#)

📅 23. 1. 2023, 21:35, Zdroj: [ekonomickydennik.sk](#) [↗](#), Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 6 GRP: 0,00 OTS: 0,00 AVE: 30 Eur

23.1.2023 (Webnoviny.sk) – Pápež František vymenoval nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie. Stal sa ním vladyka Milan Lach, doterajší sídelný biskup Eparchie Parma pre Ruténov v Spojených štátoch amerických, ktorému bolo pridelené titulárne sídlo Ostracine.

Ako uviedol hovorca Prešovskej gréckokatolíckej archieparchie Michal Pavlišinovič, informovala o tom Apoštolská nunciatúra na Slovensku.

### Život Lacha

Milan Lach sa narodil 18. novembra 1973 v Kežmarku, kde vyštudoval gymnázium. Vysokoškolské štúdiá absolvoval na Gréckokatolíckej bohosloveckej fakulte **UPJŠ** v Prešove a na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde teologické štúdium v roku 2001 ukončil.

Z rúk terajšieho košického eparchiálneho biskupa vladyku Milana Chautura prijal 11. novembra 2000 diakonskú a 1. júla 2001 kňazskú vysviacku v Katedrálnom chráme Narodenia Presvätej Bohorodičky v Košiciach.

Pracoval ako vedecký pracovník, neskôr vedúci a aj ako riaditeľ Centra spirituality Východ – Západ v Košiciach. V roku 2004 začal vyššie štúdiá na Pápežskom východnom inštitúte v Ríme, kde dosiahol v roku 2006 licenciat z východných cirkevných vied a v roku 2009 získal doktorát v tom istom odbore.

### Vymenovanie biskupa

Od 1. decembra 2011, do vymenovania za biskupa, pôsobil ako prodekan pre zahraničné vzťahy a rozvoj na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde vyučoval kresťanskú spiritualitu.

Svätý Otec František vymenoval 19. apríla 2013 otca Milana Lacha za pomocného biskupa pre Prešovskú archieparchiu a titulárneho biskupa ostrazinského. Biskupskú vysviacku prijal z rúk vtedajšieho prešovského arcibiskupa a metropolitu Jána Babjaka 1. júna 2013 v Bazilike Zosnutia Presvätej Bohorodičky v Ľutine.

Zároveň sa stal protosynkelom Prešovskej archieparchie. V septembri 2016 bol Kongregáciou pre východné cirkvi vymenovaný za vizitátora – delegáta pápežských kolégií a rehoľných študentátov v meste Rím.

Bol tiež výpomocným špirituálom Pápežského kolégia Russicum a pôsobil ako duchovný asistent Federácie skautov Európy v Ríme. Autorsky spolupracoval s Vatikánskym rozhlasom.

### Spojené štáty americké

Svätý Otec František vymenoval vladyku Milana Lacha 24. júna 2017 za apoštolského administrátora gréckokatolíckej eparchie Parma v Spojených štátoch amerických, ktorá patrí do Pittsburghskej metropolitnej cirkvi sui iuris v USA.

Dňa 1. júna 2018 ho pápež menoval za biskupa Ruténskej (gréckokatolíckej) eparchie Parma v USA. Od 23. januára 2023 sa po vymenovaní pápežom stal novým pomocným biskupom Bratislavskej eparchie.

Viac k témam: Cirkev

Zdroj: Webnoviny.sk – Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie © SITA  
Všetky práva vyhradené.

23. januára 2023

Autor: Peter Gašparík



## Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie [↗](#)

📅 23. 1. 2023, 21:35, Zdroj: [economics.sk](#) [↗](#), Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 152 GRP: 0,00 OTS: 0,00 AVE: 67 Eur

23.1.2023 (Webnoviny.sk) – Pápež František vymenoval nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie. Stal sa ním vladyka Milan Lach, doterajší sídelný biskup Eparchie Parma pre Ruténov v Spojených štátoch amerických, ktorému bolo pridelené titulárne sídlo Ostracine.

Ako uviedol hovorca Prešovskej gréckokatolíckej archieparchie Michal Pavlišinovič, informovala o tom Apoštolská nunciatúra na Slovensku.

### Život Lacha

Milan Lach sa narodil 18. novembra 1973 v Kežmarku, kde vyštudoval gymnázium. Vysokoškolské štúdiá absolvoval na Gréckokatolíckej bohosloveckej fakulte **UPJŠ** v Prešove a na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde teologické štúdium v roku 2001 ukončil.

Z rúk terajšieho košického eparchiálneho biskupa vladyku Milana Chautura prijal 11. novembra 2000 diakonskú a 1. júla 2001 kňazskú vysviacku v Katedrálnom chráme Narodenia Presvätej Bohorodičky v Košiciach.

Pracoval ako vedecký pracovník, neskôr vedúci a aj ako riaditeľ Centra spirituality Východ – Západ v Košiciach. V roku 2004 začal vyššie štúdiá na Pápežskom východnom inštitúte v Ríme, kde dosiahol v roku 2006 licenciat z východných cirkevných vied a v roku 2009 získal doktorát v tom istom odbore.

### Vymenovanie biskupa

Od 1. decembra 2011, do vymenovania za biskupa, pôsobil ako prodekan pre zahraničné vzťahy a rozvoj na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde vyučoval kresťanskú spiritualitu.

Svätý Otec František vymenoval 19. apríla 2013 otca Milana Lacha za pomocného biskupa pre Prešovskú archieparchiu a titulárneho biskupa ostrazinského. Biskupskú vysviacku prijal z rúk vtedajšieho prešovského arcibiskupa a metropolitu Jána Babjaka 1. júna 2013 v Bazilike Zosnutia Presvätej Bohorodičky v Ľutine.

Zároveň sa stal protosynkelom Prešovskej archieparchie. V septembri 2016 bol Kongregáciou pre východné cirkvi vymenovaný za vizitátora – delegáta pápežských kolégií a rehoľných študentátov v meste Rím.

Bol tiež výpomocným špirituálom Pápežského kolégia Russicum a pôsobil ako duchovný asistent Federácie skautov Európy v Ríme. Autorsky spolupracoval s Vatikánskym rozhlasom.

### Spojené štáty americké

Svätý Otec František vymenoval vladyku Milana Lacha 24. júna 2017 za apoštolského administrátora gréckokatolíckej eparchie Parma v Spojených štátoch amerických, ktorá patrí do Pittsburghskej metropolitnej cirkvi sui iuris v USA.

Dňa 1. júna 2018 ho pápež menoval za biskupa Ruténskej (gréckokatolíckej) eparchie Parma v USA. Od 23. januára 2023 sa po vymenovaní pápežom stal novým pomocným biskupom Bratislavskej eparchie.

Viac k témam: Cirkev

Zdroj: Webnoviny.sk – Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie © SITA  
Všetky práva vyhradené.

Autor: spravodajstvo





## Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie [↗](#)

📅 23. 1. 2023, 21:35, Zdroj: [slovenskoaktualne.sk](#) [↗](#), Autor: Stano Bebjak, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v

Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 1 270 GRP: 0,03 OTS: 0,00 AVE: 232 Eur

23.1.2023 (Webnoviny.sk) – Pápež František vymenoval nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie. Stal sa ním vladyka Milan Lach, doterajší sídelný biskup Eparchie Parma pre Ruténov v Spojených štátoch amerických, ktorému bolo pridelené titulárne sídlo Ostracine.

Ako uviedol hovorca Prešovskej gréckokatolíckej archieparchie Michal Pavlíšovič, informovala o tom Apoštolská nunciatura na Slovensku.

### Život Lacha

Milan Lach sa narodil 18. novembra 1973 v Kežmarku, kde vyštudoval gymnázium. Vysokoškolské štúdiá absolvoval na Gréckokatolíckej bohosloveckej fakulte **UPJŠ** v Prešove a na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde teologické štúdium v roku 2001 ukončil.

Z rúk terajšieho košického eparchiálneho biskupa vladyku Milana Chautura prijal 11. novembra 2000 diakonskú a 1. júla 2001 kňazskú vysviacku v Katedrálnom chráme Narodenia Presvätej Bohorodičky v Košiciach.

Pracoval ako vedecký pracovník, neskôr vedúci a aj ako riaditeľ Centra spirituality Východ – Západ v Košiciach. V roku 2004 začal vyššie štúdiá na Pápežskom východnom inštitúte v Ríme, kde dosiahol v roku 2006 licenciat z východných cirkevných vied a v roku 2009 získal doktorát v tom istom odbore.

### Vymenovanie biskupa

Od 1. decembra 2011, do vymenovania za biskupa, pôsobil ako prodekan pre zahraničné vzťahy a rozvoj na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde vyučoval kresťanskú spiritualitu.

Svätý Otec František vymenoval 19. apríla 2013 otca Milana Lacha za pomocného biskupa pre Prešovskú archieparchiu a titulárneho biskupa ostrazinského. Biskupskú vysviacku prijal z rúk vtedajšieho prešovského arcibiskupa a metropolitu Jána Babjaka 1. júna 2013 v Bazilike Zosnutia Presvätej Bohorodičky v Ľutine.

Zároveň sa stal protosynkelom Prešovskej archieparchie. V septembri 2016 bol Kongregáciou pre východné cirkvi vymenovaný za vizitátora – delegáta pápežských kolégií a rehoľných študentátov v meste Rím.

Bol tiež výpomocným špirituálom Pápežského kolégia Russicum a pôsobil ako duchovný asistent Federácie skautov Európy v Ríme. Autorsky spolupracoval s Vatikánskym rozhlasom.

### Spojené štáty americké

Svätý Otec František vymenoval vladyku Milana Lacha 24. júna 2017 za apoštolského administrátora gréckokatolíckej eparchie Parma v Spojených štátoch amerických, ktorá patrí do Pittsburghskej metropolitnej cirkvi sui iuris v USA.

Dňa 1. júna 2018 ho pápež menoval za biskupa Ruténskej (gréckokatolíckej) eparchie Parma v USA. Od 23. januára 2023 sa po vymenovaní pápežom stal novým pomocným biskupom Bratislavskej eparchie.

Viac k témam: Cirkev

Zdroj: Webnoviny.sk – Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie © SITA  
Všetky práva vyhradené.

0 Shares

Vaša e-mailová adresa nebude zverejnená. Vyžadované polia sú označené \*

Komentár \*

Uložiť moje meno, e-mail a webovú stránku v tomto prehliadači pre moje budúce komentáre.

Δ

Autor: Stano Bebjak



## Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie [↗](#)

📅 23. 1. 2023, 21:35, Zdroj: [slovak.press](#) [↗](#), Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 45 GRP: 0,00 OTS: 0,00 AVE: 36 Eur

21:35 // 23. januára 2023

23.1.2023 (Webnoviny.sk) – Pápež František vymenoval nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie. Stal sa ním vladyka Milan Lach, doterajší sídelný biskup Eparchie Parma pre Ruténov v Spojených štátoch amerických, ktorému bolo pridelené titulárne sídlo Ostracine.

Ako uviedol hovorca Prešovskej gréckokatolíckej archieparchie Michal Pavlišinovič, informovala o tom Apoštolská nunciatura na Slovensku.

### Život Lacha

Milan Lach sa narodil 18. novembra 1973 v Kežmarku, kde vyštudoval gymnázium. Vysokoškolské štúdiá absolvoval na Gréckokatolíckej bohosloveckej fakulte **UPJŠ** v Prešove a na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde teologické štúdium v roku 2001 ukončil.

Z rúk terajšieho košického eparchiálneho biskupa vladyku Milana Chautura prijal 11. novembra 2000 diakoniskú a 1. júla 2001 kňazskú vysviacku v Katedrálnom chráme Narodenia Presvätej Bohorodičky v Košiciach.

Pracoval ako vedecký pracovník, neskôr vedúci a aj ako riaditeľ Centra spirituality Východ – Západ v Košiciach. V roku 2004 začal vyššie štúdiá na Pápežskom východnom inštitúte v Ríme, kde dosiahol v roku 2006 licenciát z východných cirkevných vied a v roku 2009 získal doktorát v tom istom odbore.

### Vymenovanie biskupa

Od 1. decembra 2011, do vymenovania za biskupa, pôsobil ako prodekan pre zahraničné vzťahy a rozvoj na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde vyučoval kresťanskú spiritualitu.

Svätý Otec František vymenoval 19. apríla 2013 otca Milana Lacha za pomocného biskupa pre Prešovskú archieparchiu a titulárneho biskupa ostrazinského. Biskupskú vysviacku prijal z rúk vtedajšieho prešovského arcibiskupa a metropolitu Jána Babjaka 1. júna 2013 v Bazilike Zosnutia Presvätej Bohorodičky v Ľutine.

Zároveň sa stal protosynkelom Prešovskej archieparchie. V septembri 2016 bol Kongregáciou pre východné cirkvi vymenovaný za vizitátora – delegáta pápežských kolégií a rehoľných študentátov v meste Rím.

Bol tiež výpomocným špirituálom Pápežského kolégia Russicum a pôsobil ako duchovný asistent Federácie skautov Európy v Ríme. Autorsky spolupracoval s Vatikánskym rozhlasom.

### Spojené štáty americké

Svätý Otec František vymenoval vladyku Milana Lacha 24. júna 2017 za apoštolského administrátora gréckokatolíckej eparchie Parma v Spojených štátoch amerických, ktorá patrí do Pittsburskej metropolitnej cirkvi sui iuris v USA.

Dňa 1. júna 2018 ho pápež menoval za biskupa Ruténskej (gréckokatolíckej) eparchie Parma v USA. Od 23. januára 2023 sa po vymenovaní pápežom stal novým pomocným biskupom Bratislavskej eparchie.

Viac k témam: Cirkev

Zdroj: Webnoviny.sk – Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie © SITA  
Všetky práva vyhradené.

Autor: editor || editor



## Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie [↗](#)

📅 23. 1. 2023, 21:35, Zdroj: [aktuality24.sk](#) [↗](#), Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Dosah: 1 884 GRP: 0,04 OTS: 0,00 AVE: 283 Eur

### Aktuality24

23.1.2023 (Webnoviny.sk) – Pápež František vymenoval nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie. Stal sa ním vladyka Milan Lach, doterajší sídelný biskup Eparchie Parma pre Ruténov v Spojených štátoch amerických, ktorému bolo pridelené titulárne sídlo Ostracine.

Ako uviedol hovorca Prešovskej gréckokatolíckej archieparchie Michal Pavlišinovič, informovala o tom Apoštolská nunciatura na Slovensku.

### Život Lacha

Milan Lach sa narodil 18. novembra 1973 v Kežmarku, kde vyštudoval gymnázium. Vysokoškolské štúdiá absolvoval na Gréckokatolíckej bohosloveckej fakulte **UPJŠ** v Prešove a na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde teologické štúdium v roku 2001 ukončil.

Z rúk terajšieho košického eparchiálneho biskupa vladyku Milana Chautura prijal 11. novembra 2000 diakonskú a 1. júla 2001 kňazskú vysviacku v Katedrálnom chráme Narodenia Presvätej Bohorodičky v Košiciach.

Pracoval ako vedecký pracovník, neskôr vedúci a aj ako riaditeľ Centra spirituality Východ – Západ v Košiciach. V roku 2004 začal vyššie štúdiá na Pápežskom východnom inštitúte v Ríme, kde dosiahol v roku 2006 licenciát z východných cirkevných vied a v roku 2009 získal doktorát v tom istom odbore.

### Vymenovanie biskupa

Od 1. decembra 2011, do vymenovania za biskupa, pôsobil ako prodekan pre zahraničné vzťahy a rozvoj na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde vyučoval kresťanskú spiritualitu.

Svätý Otec František vymenoval 19. apríla 2013 otca Milana Lacha za pomocného biskupa pre Prešovskú archieparchiu a titulárneho biskupa ostrazinského. Biskupskú vysviacku prijal z rúk vtedajšieho prešovského arcibiskupa a metropolitu Jána Babjaka 1. júna 2013 v Bazilike Zosnutia Presvätej Bohorodičky v Ľutine.

Zároveň sa stal protosynkelom Prešovskej archieparchie. V septembri 2016 bol Kongregáciou pre východné cirkvi vymenovaný za vizitátora – delegáta pápežských kolégií a rehoľných študentátov v meste Rím.

Bol tiež výpomocným špirituálom Pápežského kolégia Russicum a pôsobil ako duchovný asistent Federácie skautov Európy v Ríme. Autorsky spolupracoval s Vatikánskym rozhlasom.

### Spojené štáty americké

Svätý Otec František vymenoval vladyku Milana Lacha 24. júna 2017 za apoštolského administrátora gréckokatolíckej eparchie Parma v Spojených štátoch amerických, ktorá patrí do Pittsburskej metropolitnej cirkvi sui iuris v USA.

Dňa 1. júna 2018 ho pápež menoval za biskupa Ruténskej (gréckokatolíckej) eparchie Parma v USA. Od 23. januára 2023 sa po vymenovaní pápežom stal novým pomocným biskupom Bratislavskej eparchie.

### Viac k témam: Cirkev

Zdroj: Webnoviny.sk – Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie © SITA  
Všetky práva vyhradené.

Vaša e-mailová adresa nebude zverejnená. Vyžadované polia sú označené \*

### Komentár \*

Autor: Aktuality24 || Aktuality24



## Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie [↗](#)

📅 23. 1. 2023, 21:37, Zdroj: [infozona.sk](#) [↗](#), Autor: SITA, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 164 GRP: 0,00 OTS: 0,00 AVE: 70 Eur

Total 0 0 Zdieľať na Facebook

23.1.2023 (Webnoviny.sk) – Pápež František vymenoval nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie. Stal sa ním vladyka Milan Lach, doterajší sídelný biskup Eparchie Parma pre Ruténov v Spojených štátoch amerických, ktorému bolo pridelené titulárne sídlo Ostracine.

Ako uviedol hovorca Prešovskej gréckokatolíckej archieparchie Michal Pavlišinovič, informovala o tom Apoštolská nunciatura na Slovensku.

### Život Lacha

Milan Lach sa narodil 18. novembra 1973 v Kežmarku, kde vyštudoval gymnázium. Vysokoškolské štúdiá absolvoval na Gréckokatolíckej bohosloveckej fakulte **UPJŠ** v Prešove a na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde teologické štúdium v roku 2001 ukončil.

Z rúk terajšieho košického eparchiálneho biskupa vladyku Milana Chautura prijal 11. novembra 2000 diakónskú a 1. júla 2001 kňazskú vysviacku v Katedrálnom chráme Narodenia Presvätej Bohorodičky v Košiciach.

Pracoval ako vedecký pracovník, neskôr vedúci a aj ako riaditeľ Centra spirituality Východ – Západ v Košiciach. V roku 2004 začal vyššie štúdiá na Pápežskom východnom inštitúte v Ríme, kde dosiahol v roku 2006 licenciát z východných cirkevných vied a v roku 2009 získal doktorát v tom istom odbore.

### Vymenovanie biskupa

Od 1. decembra 2011, do vymenovania za biskupa, pôsobil ako prodekan pre zahraničné vzťahy a rozvoj na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde vyučoval kresťanskú spiritualitu.

Svätý Otec František vymenoval 19. apríla 2013 otca Milana Lacha za pomocného biskupa pre Prešovskú archieparchiu a titulárneho biskupa ostrazinského. Biskupskú vysviacku prijal z rúk vtedajšieho prešovského arcibiskupa a metropolitu Jána Babjaka 1. júna 2013 v Bazilike Zosnutia Presvätej Bohorodičky v Ľutine.

Zároveň sa stal protosynkelom Prešovskej archieparchie. V septembri 2016 bol Kongregáciou pre východné cirkvi vymenovaný za vizitátora – delegáta pápežských kolégií a rehoľných študentátov v meste Rím.

Bol tiež výpomocným špirituálom Pápežského kolégia Russicum a pôsobil ako duchovný asistent Federácie skautov Európy v Ríme. Autorsky spolupracoval s Vatikánskym rozhlasom.

### Spojené štáty americké

Svätý Otec František vymenoval vladyku Milana Lacha 24. júna 2017 za apoštolského administrátora gréckokatolíckej eparchie Parma v Spojených štátoch amerických, ktorá patrí do Pittsburghskej metropolitnej cirkvi sui iuris v USA.

Dňa 1. júna 2018 ho pápež menoval za biskupa Ruténskej (gréckokatolíckej) eparchie Parma v USA. Od 23. januára 2023 sa po vymenovaní pápežom stal novým pomocným biskupom Bratislavskej eparchie.

Viac k témam: Cirkev

Zdroj: Webnoviny.sk – Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie © SITA  
Všetky práva vyhradené.

Autor: SITA



## Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie [↗](#)

📅 23. 1. 2023, 21:56, Zdroj: [aktualizovane.sk](#) [↗](#), Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 389 GRP: 0,01 OTS: 0,00 AVE: 119 Eur

23.1.2023 (Webnoviny.sk) – Pápež František vymenoval nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie. Stal sa ním vladyka Milan Lach, doterajší sídelný biskup Eparchie Parma pre Ruténov v Spojených štátoch amerických, ktorému bolo pridelené titulárne sídlo Ostracine.

Ako uviedol hovorca Prešovskej gréckokatolíckej archieparchie Michal Pavlišinovič, informovala o tom Apoštolská nunciatúra na Slovensku.

### Život Lacha

Milan Lach sa narodil 18. novembra 1973 v Kežmarku, kde vyštudoval gymnázium. Vysokoškolské štúdiá absolvoval na Gréckokatolíckej bohosloveckej fakulte **UPJŠ** v Prešove a na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde teologické štúdium v roku 2001 ukončil.

Z rúk terajšieho košického eparchiálneho biskupa vladyku Milana Chautura prijal 11. novembra 2000 diakonskú a 1. júla 2001 kňazskú vysviacku v Katedrálnom chráme Narodenia Presvätej Bohorodičky v Košiciach.

Pracoval ako vedecký pracovník, neskôr vedúci a aj ako riaditeľ Centra spirituality Východ – Západ v Košiciach. V roku 2004 začal vyššie štúdiá na Pápežskom východnom inštitúte v Ríme, kde dosiahol v roku 2006 licenciat z východných cirkevných vied a v roku 2009 získal doktorát v tom istom odbore.

### Vymenovanie biskupa

Od 1. decembra 2011, do vymenovania za biskupa, pôsobil ako prodekan pre zahraničné vzťahy a rozvoj na Teologickej fakulte Trnavskej univerzity v Bratislave, kde vyučoval kresťanskú spiritualitu.

Svätý Otec František vymenoval 19. apríla 2013 otca Milana Lacha za pomocného biskupa pre Prešovskú archieparchiu a titulárneho biskupa ostrazinského. Biskupskú vysviacku prijal z rúk vtedajšieho prešovského arcibiskupa a metropolitu Jána Babjaka 1. júna 2013 v Bazilike Zosnutia Presvätej Bohorodičky v Ľutine.

Zároveň sa stal protosynkelom Prešovskej archieparchie. V septembri 2016 bol Kongregáciou pre východné cirkvi vymenovaný za vizitátora – delegáta pápežských kolégií a rehoľných študentátov v meste Rím.

Bol tiež výpomocným špirituálom Pápežského kolégia Russicum a pôsobil ako duchovný asistent Federácie skautov Európy v Ríme. Autorsky spolupracoval s Vatikánskym rozhlasom.

### Spojené štáty americké

Svätý Otec František vymenoval vladyku Milana Lacha 24. júna 2017 za apoštolského administrátora gréckokatolíckej eparchie Parma v Spojených štátoch amerických, ktorá patrí do Pittsburghskej metropolitnej cirkvi sui iuris v USA.

Dňa 1. júna 2018 ho pápež menoval za biskupa Ruténskej (gréckokatolíckej) eparchie Parma v USA. Od 23. januára 2023 sa po vymenovaní pápežom stal novým pomocným biskupom Bratislavskej eparchie.

Viac k témam: Cirkev

Zdroj: Webnoviny.sk – Milan Lach bol pápežom Františkom vymenovaný za nového pomocného biskupa Bratislavskej eparchie © SITA  
Všetky práva vyhradené.

Post Views: 55

Autor: adminAktualizovane || adminAktualizovane



## OBEZITOLÓG: POVEDZTE MI SVOJ OBVOD PÁSU A JA VÁM POVIEM, AKO DLHO BUDETE ŽIŤ [↗](#)

📅 24. 1. 2023, Zdroj: **Zvolensko-Podpolianske noviny**, Strany: 6, 7, Vydavateľ: **Petit Press, a.s.**, Autor: **Mária Dudová-Bašistová**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**  
Dosah: 203 116 GRP: 4,51 OTS: 0,05 AVE: 829 Eur

Polovica onkoochorení, na ktoré zomierame, je spôsobená obvodom pásu.

Viete o tom, že príliš veľký obvod pásu vám môže spôsobiť viac ako dvesto chorôb? A že z veľkosti obvodu môže lekár odhadnúť, ako dlho budete pravdepodobne žiť? Na ľudí s obezitou sa často pozerá ako na lenivých, ale obezita je reálnym ochorením. A to doživotným. Jej liečbu odborník prirovnáva k liečbe alkoholizmu. Zhodiť sa dá, ale predchádza tomu niekoľko krokov. A všetko je vždy v hlave, lebo obezita je chorobou mozgu. Prítom už dva roky od narodenia môže mať človek niekoľko predpokladov na to, že bude neskôr obézny.

IVAN MAJERČÁK je špecialista na vnútorné lekárstvo, kardiológiu a psychoterapiu, prezident Ligy proti obezite. Viac ako 25 rokov sa venuje liečbe obezity, aktívne bojuje za prevenciu a venuje sa osvete tohto fenoménu, ktorým trpí čím ďalej, tým viac ľudí už aj na Slovensku.

Porozprávali sme sa s ním o tom, aký je aktuálny stav v otázke obezity na Slovensku, aký je najlepší pacient v otázke redukcie hmotnosti, ako ľudia s obezitou vníma spoločnosť aj to, prečo je také dôležité to, aký máme obvod pásu a koľko chorôb môže jeho vysoké číslo spôsobiť.

Čo robiť pre to, aby sme si uchovali zdravé srdce?

Je to veľmi jednoduché číslo, volá sa to kód zdravého života. Niekoľko číslíc, ktoré svojho času mali byť široko medializované, ale asi sa celkom nepodarilo. Ten kód je 0-30-5-120/80-70-80/94.

Tak si to podľa mňa rozmeniť na drobné.

0 cigariet. 30 je 30 minút nejakého pohybu denne. 5 je horná hranica celkového cholesterolu. 120/80 je optimálna hodnota tlaku v pokoji. Nikto nás nenapaprčil, chlap nevidel peknú babu, nevidel som niekoho v televízii z našich poslancov. Mali by sme mať tep do 70, nemali by sme mali mať v pokoji vyššiu frekvenciu srdca. 80/94 je obvod pásu pre ženu a muža. Toto je reálne. Srdcovo-cievne ochorenia sú v podstate mozaika. Rizikové faktory fajčenie, pohyb, tlak, cholesterol a keď sa všetky poskladajú, tak riziko stúpa a existuje nejaká tabuľka, skóre, kde sa dá určiť z týchto čísel, aká je percentuálna pravdepodobnosť, že človek zomrie na srdcovo-cievnu príčinu v najbližších 10 rokoch.

Pri vás som pri hľadaní informácií natrafila na veľmi zaujímavé tvrdenie, ktorého ste autorom: „Povedzte mi svoj obvod pásu a ja vám poviem, ako dlho budete žiť.“ Naozaj to platí?

My najčastejšie zomierame na kardiovaskulárne a onkologické ochorenia. Prevažnú väčšinu srdcovocievnych ochorení nám v podstate robí obvod pásu. Ten predbehol fajčenie aj vysoký tlak. Väčšinou ľudia vedia, že nemáme mať vysoký cholesterol. Že nemajú fajčiť, tiež vedia. Cholesterol, že vieme rozdeliť na zlý a dobrý, tiež väčšina populácie vie. Ale to, že ich zabije obvod pásu, vie relatívne málokto.

Je ten obvod pásu natoľko smerodajný faktor zdravia?

Polovica onkologických ochorení, na ktoré zomierame, je spôsobená obvodom pásu. Tukové bunky v bruchu vylučujú látky, ktoré nám spôsobujú rakovinu. Karcinofóbia (chorobný strach z ochorenia na rakovinu, pozn. red.) v populácii je obrovská. Ale prežívanie, povedzme, pri karcinóme prsníka alebo prostaty je oveľa lepšie ako je prežívanie pri chronickom srdcovom zlyhávaní. Cholesterol neboli, vysoký krvný tlak tiež, väčšinou nerobí nejakú šarapatu. Ľudia fajčia, aj keď vedia, že im to škodí, no majú vedomosť. Ale to, že ich zabije obvod pásu, je niečo, čo si väčšina ľudí vôbec neuvedomí. A keď im to aj zavadzia, aj keď majú chorobu, ktorá sa volá obezita, tak je niekedy problém presvedčiť ich, že oni za to nemôžu, že sú chorí. Že je to diagnóza. A za tú oni nemôžu.

Ale tak ak nie je niekto „pri sebe“, má nadváhu alebo obezitu, zvyčajne je vnímaný ako ten, čo nič so sebou nerobí...

Väčšinou sa na nich spoločnosť pozerá ako na lenivých, pažravých. Aj oni si povedia, že je to ich chyba. Mňa presvedčajú – je to moja chyba, ja viem všetko, čo mám robiť, len to nerobím. Ale prítom my vieme, že obezita je choroba, ktorá má svoju diagnostiku, má svoju konzervatívnu, chirurgickú liečbu. Ale nie je ako choroba vnímaná. A to nielen laikmi, my máme tak trochu problém aj s lekármi, aby vôbec akceptovali obezitu ako chorobu, ktorú treba liečiť. A prítom obezita je choroba mozgu.

Ako to myslíte?

Reálne pociť plnosti, hladu, uspokojenia sa s množstvom prijatého jedla je v centrách v mozgu. Máme tam hneď niekoľko centier, ktoré regulujú náš apetít, chuť do jedla, hlad. A časť z nich je tzv. hedonické jedenie – ja niečo zajedám. Niektoré tie centrá nevieme vôľou kontrolovať, nie sú pod našou kontrolou. Aj prevažná väčšina liekov, ktoré sú predpísané na recept na liečbu obezity, funguje v mozgu.

Čo to znamená v praxi?



Mám dve rovnako obézne pacientky. Jedna sa prejedá, keď je v strese. Druhá zas v strese má tak stiahnutý žalúdok, že nevypije ani pohár vody. Ona sa jedlom odmeňuje. Ale hmotnostne sú rovnaké. Jednu potrebujeme naučiť to, ako riešiť stres inak ako jedlom, druhú zas to, ako sa odmeniť inak ako jedlom. Liek, ktorý dostane, funguje v mozgu, v centre odmeňovania. Dokáže sa odmeniť menším množstvom jedla. Nezakážeme jej jesť, ale liek jej v mozgu pomôže v tom, že sa dobre najedla.

Opäť platí, že všetko je v hlave?

Keď by som to mal povedať veľmi jednoducho, tak obezita je choroba v mozgu. Tam sú všetky centrá, ktoré rozhodujú o chuti do jedla a uspokojení sa s jeho množstvom. Niekedy tak preženiem – to, že ten svoj smútok zajedáte, je vždy lepšie, ako by ste boli na kokaíne či alkohole. Centrum, ktoré máme, môžeme uspokojiť sladkým, jedlom, ale možno aj niečím iným. Veľmi často pacienti, ktorí majú ťažký pocit obezity, majú v kolónke hlad 0. Nie sú hladní. Niektorí majú vonkajšie spúšťače – situácia, vôňa, niektorí vnútorné, napríklad zajedá samotu, stres. Niektorí pekne redujú, dosiahnu to lepšie percento tuku aj hmotnosť, s ktorou sú už spokojní, ale to, že na udržanie potrebujú ešte nejakú psychoterapiu, to je im už také trochu ako keby cudzie. Už sú spokojní s tým, čo dosiahli, a keď si nedajú povedať, tak to riziko, že sa im to vráti, je pomerne veľké. My im zmeníme stravovací vzorec, do istej miery pohybový vzorec, ale aby to udržali, tak reálne tá dlhodobá udržateľnosť je zase v hlave.

Teda okrem toho, ako schudnúť, učíte aj to, ako zotrvať v móde udržania si hmotnosti?

Je to u každého iné. Ak má niekto vonkajšie a vnútorné spúšťače, vždy riešime to, prečo vlastne je. Spracujeme jedálniček troch pacientov. Jeden zje ozaj energeticky veľa, ale takých pacientov je čím ďalej, tým menej. Pred 20 rokmi bolo skutočne viac tých, ktorí jedli energeticky veľa. To je najmenší problém. Ja mu nič nemením, on sa hýbe, zje to, čo doteraz, len postupne mu o 400 – 500 kJ znižujem dávku jedla. Oveľa častejší sú iní pacienti. Energetické hodnoty sú napísané na obaloch, čiže povedomie o energetickej denzite jedla je oveľa lepšie ako pred 20-25 rokmi. No títo pacienti majú zlé zastúpenie jednotlivých živín. Ja to volám košíčky. A tak im meníme teda zloženie stravy. Veľmi jednoducho: na tanier nakreslím – polovica zelenina, štvrtina bielkovina a štvrtinu im nechám na tú ich prílohu. Nech má tie dve knedle. Ale nieže trištvrte taniera sú knedle a potom bravčové a kopec kapusty. Tu meníme len pomer živín. A tretia skupina pacientov, čo je dnes moderné, sú tí, ktorí majú, povedzme, energiu v poriadku, dokonca aj zloženie stravy je v poriadku, ale všetko to zjedia od 19. do 22. hodiny večer. Z medicínskeho hľadiska je to to isté jedlo, má rovnaké energetické hodnoty. Ale je rozdiel, či to zjem ráno, či večer. Ak nemám zmenovú prácu, tak to, čo zjem ráno, tak z toho priberiem menej ako z toho, čo zjem večer. Reálne im postupne ako keby najprv treba vytvoriť pocit hladu ráno a dostať sa aspoň na tri denné jedlá. A nemeníme vôbec zloženie.

Je ľahšie teda liečiť toho, kto zje veľa, alebo toho, kto zje menej?

Pacient povie, ja strašne rád jem, ja som strašný pacient. Nie ste. Ste výborný pacient. Pacient na liečbu obezity, pre ktorého je jedlo nepriateľ, ktoré „spráska“ za 3 minúty, sa ťažšie lieči ako človek, ktorý sa na jedlo teší. My ich učíme sa tešiť na jedlo. „Načanáčať“, nachystať, ovoidať, venovať sa mu, nechať mu čas. Trvá 15 – 20 minút, kým črevo pošle signál do mozgu, že už som najedený. Ale keď ja ho zjem za 5 minút, tak nemám šancu to dosiahnuť. Akonáhle si to nachystám, vyzerá to pekne, farebne, vonia to, uvedomím si to, teším sa na to. Jedlo nie je nepriateľ. Reálne predstava o tom, že ja všetko viem a rozumiem tomu, čo mám jesť, ale robím to zle, je pomýlená. Nás nikdy nikto neučil, čo je zdravá strava. Tá obezita je vnímaná, lebo je viditeľná. Cholesterol nevidno, tlak nevidno. Človek, ktorý fajčí, ale nie pred vami, tak ani nevíte, že je fajčiar. Obezitu však ako chorobu vidno. Keď človek vojde do miestnosti, vidia to všetci. Dnes sa veľmi veľa hovorí, že obezita je ako stigma. Ľudia sú v podstate ponižovaní. Aj oni sami majú vyhýbavé správanie, nejdú na kúpalisko, na stretnutie po maturite, lebo sa nechcú ukázať. Oni sami sa vytesňujú zo spoločenských situácií a aj sú nenápadne vytesňovaní. A nemusí to byť iba dospelý človek, môže to byť napríklad už dieťa, ktoré nepreskočilo kozu.

Stretávate sa s tým pri pacientoch?

Mal som 40-ročnú ženu, ktorá má biľag od základnej školy, keď sa strepala z kozy a telocvikár jej povedal: „Ježiš, ty tučná krava, ty si tam sadni, ešte sa mi dolámeš.“ A nikdy ju nevybrali na vybijajú ani na nič podobné. Tam v nej ostalo, že je tučná, „nemogavá“ a to sa s ňou ťahalo. Má 40 rokov, ale tú historiku si pamätala. To isté urobí doktor, keď povie schudnite. Bolia vás kolena? Jasne, a sa dívate? Tá stigmatizácia obéznych je daná často aj nami lekármi, aj spoločnosťou. Nemali by sme hovoriť obézny človek, ale pacient s obezitou. Človek s obezitou, on má tú diagnózu. A pritom je na neho pozerané ako na lenivého. Aj on sám sa pozrie do zrkadla a kde sa díva? Na partie, ktoré mu vadia. A sám sebe sa nepáči. No žite v telesnej schránke, ktorú nemáte rada. Jedna časť psychoterapie je učiť sa mať rád samého seba. Mimochodom, v súčasnosti medicína napočítala 236 chorôb, ktoré spôsobuje samotný obvod pásu.

To je obrovské číslo.

Aby človek vôbec začal uvažovať o zmene, potrebuje si pripustiť, že má problém a dostane sa do tzv. štádia rozjímania, to je kontemplačné štádium. Asi by bolo dobré s tým niečo urobiť. A tam stále je tá komunikácia pre a proti – čo získam a čo stratím. Ďalšie štádium je príprava na zmenu. Až tam majú význam edukačné príručky. Následne je to stanovenie si reálnych cieľov, kde sa už pracuje aj na uvedomení si vlastnej zodpovednosti. Pacient potrebuje uveriť, že je schopný to dosiahnuť. Štvrté štádium je, že už konkrétne zmení životný štýl. My máme dotazníky, na základe ktorých môžeme aspoň približne odhadnúť, v akom štádiu sa aktuálne pacient nachádza a podľa toho s ním vieme komunikovať. Ak komunikujem v danom štádiu zle, tak spadne naspäť do toho predošlého štádia a



bude robiť to, čo robí množstvo z nás. Aj tí, čo máme nadváhu, aj tí, čo ju nemáme – prokrastinovať. Kedy začnem cvičiť? Od zajtra. A náš mozog tak funguje. Už som spokojný, lebo od zajtra budem.

„Budem“ si síce poviem, ale nebudem. Rovnako aj ako „začnem cvičiť po sviatkoch, od nového roka“.

Keď robíme rozhovor pred Vianocami a Novým rokom, tak to ja hovorím – kašlite na svoj stravovací vzorec, diéty a záväzky cez Vianoce a Nový rok. Vianoce nie sú taký nezdravý sviatok. Najnezdravší sviatok na Slovensku je Veľká noc. Štyridsať dní sa ľudia postia a potom zjedia slaninu, klobásy, tučný syrek. Tam sú akurát chren a cvikla zdravé. Vianoce sú ryby, šalát nemusí byť s majonézou, môže byť s nízkotučným jogurtom, kapustnica nemusí byť plná slaniny a klobásy, na stromčeku môžem mať ovocie. Vianoce nie sú až taký nezdravý sviatok a sú viac o tom, že je rodina pokope.

Má teda zmysel dávať si záväzky na Nový rok?

To je jedno kedy, stále je to choroba, doživotné ochorenie. Človek, aj keď bude spokojný s obvodom pásu, on sa reálne bude o svoju chorobu starať do konca života. Prirovnávam to k alkoholizmu. Alkoholik, ktorý 30 rokov abstínuje, je stále alkoholik. Len abstínuje. Každý deň. A pacient, ktorý si lieči obezitu, on neredukuje ani obvod pásu, ani hmotnosť, ale udržiava ten zmenený režim. Keď sa vráti späť, kde bol, tak zase príberie. V priemere človek 3- až 4krát za život zrelapsuje. Nepríberie späť 40 kíl, ale vie, že keď má nazad 3, 4, 5 kíl, treba sa prihlásiť. My ich pripravujeme na to, že je to celoživotné ochorenie. Na Nový rok si povie – od zajtra diétujem a idem do fitka? Tam vám v januári povedia, že predajú permanentiek do 'bludu'. Ale ľudia zas do toho idú hrrf – na vysokej tepovej frekvencii, je tam riziko úrazu. Pohybová aktivita, ktorá je cieleňá na liečbu obezity, vyzerá úplne inak, ako ponúka väčšina fitiek. Je na nižšej tepovej frekvencii, dlhšie trvajúca. Stačí chôdza, netreba žiadne fitká, žiadne činky. Stačí chodiť.

Takže súhlasíte s tým známym, že človek by mal prejsť pre zdravie minimálne 10-tisíc krokov denne?

V zásade reálne 30 minút pohybu denne zlepšuje život. Netreba pritom nič extra, ešte možno, keby som chodil s palicami. Ale v zásade pre tých, ktorí majú ťažké stupne obezity, je aj pohyb vo vode vďačný, lebo tam kĺby trpia menej. Jedlo aj u tých, ktorí sa dopredu obávajú, že prídu Vianoce a s ním aj jedlo, tak ak sa opýtate, čo pre nich znamenajú Vianoce, tak jedlo je úplne na konci alebo vôbec. Netešia sa primárne na to. Sú pacienti, pre ktorých sú Vianoce stres. Zas sa chytím s mamou, nestíham. Ale primárne to nie je stres z jedla. Sú tam iné konotácie. A zas je to v hlave. Obezite ako chorobe nemá pacient ako rozumieť. A prečo je to povedomie také, aké je, tak na to skôr odpovedia sociológovia.

Tak ako obezita môže byť pôvodcom pre spomínaných 236 chorôb, existujú aj nejaké faktory, ktoré by mohli byť pôvodcom pre samotné ochorenie obezity?

O tom, či daný človek bude mať riziko vzniku obezity, rozhoduje to, koľko mala hmotnosť alebo obvod pásu vaša mamka, keď otehotnela, koľko pribrala počas tehotenstva, či ste sa narodili spontánne alebo cisárskym rezom, akú ste mali pôrodnú hmotnosť a čo vám dávali jesť prvé dva roky. Máte dva roky a môžete mať 6 rizikových faktorov na to, že budete v dospelosti obézna. A to ešte ani netušíte, že ste na svete. Čiže keby som mal hovoriť o primárnej prevencii, tak by sme začínali v Centre pre liečbu obezity Lekárskej fakulty **UPJŠ** s neonatológmi. A keď si zoberiete, že pred 25 rokmi nám rodili 20- až 25-ročné zdravé štíhle ženy a kde sa nám to posunulo? V zásade nám to bude len stúpať. Pri prevencii, ak je napríklad dieťa obézne, tak 70 – 80 percent si to zoberie aj do dospelosti. Zčať treba už niekde na úrovni dieťaťa, napríklad pri dĺžke kojenia. Čím je dlhšie kojené, tým má nižšie riziko, že bude obézne.

A čo ak nebolo kojené vôbec?

Má vysoké riziko, že bude mať obezitu. To je silný vzťah, je to lineárna závislosť. Neviete nahradiť materské mlieko. Keby sme sa chceli veľmi dostať do odborných diskusií, tak druhý rozum máme v bruchu. Baktérie, ktoré má dieťa v bruchu, sú iné, keď sa narodilo spontánnym pôrodom, a iné, keď sa narodilo sekciou. Inak vyzerá jeho mikrobióm, keď dostávalo materské mlieko, inak keď kravské a inak, keď sunar. Iný je, keď zje jablko, ktoré vyrástlo do 30 km od miesta bydliska, iné, keď je dovezené zďaleka a 10-krát nastriekané. Faktorov je veľké množstvo. Väčšinou to vôbec nie je tom, že je človek lenivý.

Uvedme si konkrétny prípad úspešnej liečby obezity z vášho centra. Príklad nejakého vášho úspešného pacienta, ktorý mal istý štýl života, ten zmenil a schudol.

Mal som pacienta, riaditeľa strednej veľkej firmy. Jeho jedálniček bol káva, ciga, ciga, káva, koňak, ciga, káva, káva. Večer mal takú vzornú, chystala mu ju manželka, že sa to dalo fotiť do žurnálu o zdravej strave. Ale potom to, čo pozobal pri telke, tie veвериčkoviny, bolo energeticky oveľa vyššie ako to zdravé, čo mu predtým nachystala. Počas redukcie išiel ako hodinky – dva kilogramy zásobného tuku za mesiac, čo je priemerná rýchlosť. Optimum je pol kila zásobného tuku za týždeň. Pacientom sa neraz zdá málo dve kilá za mesiac, ale za rok je to už 20 kíl. V obezitológii je totiž 2-krát 12 celkovo 20. Kto redukuje dve kilá za mesiac, dá za rok dole 20 kíl, lebo vždy je jeden-dva mesiace, keď nepríberie ani neschudne, len si udržiava úbytok – Veľká noc, dovolenka. A 20 kíl nie je málo, dajte si to do vaku. A tento pacient, keď redukoval, bol jeho energetický príjem na deň ešte asi o 400 kJ vyšší ako keď príberal. Prečo? Lebo sa postupne nastavil na päť denných jedál. V mobile mal pripomienku, že sa má najesť. Sekretárka mu doniesla na stôl, zjedol. Mal vyšší príjem ako predtým, ale rozdelený do piatich jedál.





Takže aj keď jedol viac, paradoxne aj chudol?

Keď to isté množstvo zjete naraz, tak iba raz denne pustíte pažerák, žalúdok, črevá, a to je kopec hladkého svalstva, ktoré sa hýbe a míňate energiu na trávenie jedla. On tým, že to, čo zjedol večer, sme mu rozdelili do 5 denných jedál, tak redukoval. Využíval energiu na trávenie jedla. Naučili sme ho ďalšie drobnosti – mali tri poschodia vo firme, tak nech nechodia ľudia k nemu, ale on ide za nimi. Mal tak aj lepší prehľad o firme, nevolal si ich k sebe. A ako povedal, známi, ktorí dovtedy za ním chodili, zamestnanci, tak sa divili, ako je možné, že chudne a stále je. Predtým ho jesť roky nikto nevidel. Teraz sme ho jesť naučili a on krásne zredukoval. Jedlo nemá byť nepriateľ, na jedlo sa máme tešiť.

Obezita je dnes rozšíreným ochorením. ilustračné foto: (TASR)

Polovica onkologických ochorení, na ktoré zomierame, je spôsobená veľkým obvodom pásu. Tukové bunky v bruchu vylučujú látky, ktoré nám spôsobia rakovinu.

IVAN MAJERČÁK, LEKÁR Kardiológ a obezitológ Ivan Majerčák. foto: Mária Dudová-Bašistová

Autor: Mária Dudová-Bašistová