



29. ročník MFF Art Film Fest ide do finále	2
Online, okulture.sk, 21. 6. 2023, 11:42	
Najlepším hraným filmom 29. ročníka MFF Art Film Fest sa stala snímka Dalva	4
Online, okulture.sk, 22. 6. 2023, 12:23	
Prehľad udalostí na stredu 28. júna	6
Agentúrne spravodajstvo, TASR, 28. 6. 2023, 6:30	
Univerzitné poradenské centrum UPJŠ v Košiciach oslávi 10. výročie konferenciou	10
Online, tasr.sk, 28. 6. 2023, 8:12	
Univerzitné poradenské centrum UPJŠ v Košiciach oslávi 10. výročie konferenciou	11
Agentúrne spravodajstvo, TASR, 28. 6. 2023, 8:12	
Univerzitné poradenské centrum UPJŠ v Košiciach oslávi 10. výročie	12
Online, teraz.sk, 28. 6. 2023, 8:29	
Univerzitné poradenské centrum UPJŠ v Košiciach oslávi 10. výročie	13
Online, hlavnespravy.sk, 28. 6. 2023, 8:34	
Aktualizovaný prehľad udalostí na stredu 28. júna	14
Agentúrne spravodajstvo, TASR, 28. 6. 2023, 9:21	
Nová zberateľská eurominca pripomína sté výročie prvej transfúzie krvi na Slovensku	18
Online, zdravoteka.sk, 28. 6. 2023, 11:23	
Tuky: Mýty a pravdy. Prečo sú tuky dôležité a ktoré sú dobré/zlé? Zdravoteka	20
Online, zdravoteka.sk, 28. 6. 2023, 12:00	
Nová zberateľská eurominca pripomína sté výročie prvej transfúzie krvi na Slovensku	26
Online, lekarskenoviny.sk, 28. 6. 2023, 13:03	
Program národnostno-etnického vysielania Rádia Patria	27
Rozhlas, Program národnostno-etnického vysielania Rádia Patria, 28. 6. 2023, 18:15	
Program národnostno-etnického vysielania Rádia Patria	28
Rozhlas, Program národnostno-etnického vysielania Rádia Patria, 28. 6. 2023, 18:15	
RÝCHLE RADY PRI VÝBERE ŠKOLY MÔŽU BYŤ HORŠIE AKO ŽIADNE	29
Tlač, Prešovské noviny, 29. 6. 2023	
Motýle exotických trópov	30
Online, kamdomesta.sk, 29. 6. 2023, 2:07	
Legendárne automobily ťahom štetca	31
Online, kamdomesta.sk, 29. 6. 2023, 2:52	



29. ročník MFF Art Film Fest ide do finále

21. 6. 2023, 11:42, Zdroj: okulture.sk, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 204 GRP: 0,00 OTS: 0,00 AVE: 81 EUR

Doteraz priniesol päť dní nabitých pestrým programom. Diváci v Košiciach si každý festivalový deň mohli vybrať z niekoľkých aktivít – či už sa jednalo o uvedenia filmov, masterclassy, diskusie alebo stretnutia s hercami na autogramiádach. O zaujímavé podujatia nebola a nebude núdza.

Festival sa začal otváracím ceremoniálom, počas ktorého vystúpil župan Košického kraja Rastislav Trnka s inšpiratívnym príhovorom o sľubnom filmovom rozvoji východoslovenského kraja. Primátor Košíc Jaroslav Poláček zaspomínal na veľkú osobnosť akou bol prezident MFF Art Film Fest Milan Lasica. Ocenenie Hercova misia in memoriam za neho prevzali Magda Vášáryová s vnučkami. Laureátkou ocenenia Hercova misia sa stala Zdena Studenková. Na záver ceremoniálu sa premietla snímka Nesmiernosť v hlavnej úlohe s Penélope Cruz.

Festivalový víkend sa niesol v znamení predpremiér, stretnutí s herečkami a hercami a masterclassov. V sobotu sa uskutočnili štyri predpremiéry českých a slovenských snímok. Územie fantázie, Československá rozprávka, Pohania a Umelohtné nebo, tie prišli do Košíc uviesť delegácie ich tvorcov a režiséri a režisérky. Pamiatke nezabudnuteľného (aj) prezidenta Art Film Festu venovali organizátori sobotňajší večer v priestoroch Historickej radnice v programe zostavenom z pesničiek s jeho textami. Dramaturgicky a scenáristicky ho pripravil jeho dlhoročný spolupracovník z divadla L+S Pavol Danišovič, ktorý ho svojím šarmantným a typickým spôsobom aj moderoval a prekladal spomienkami na zážitky s ním. Hneď na úvod privítal členov kapely, ktorú špeciálne pre tento večer zostavil bubeník Martin Valihora zo skvelých hudobníkov (Michal Bugala – gitara, Eugen Vizváry – klávesové nástroje, Richard Csino – basgitara) a ktorá odštartovala program dynamickou inštrumentálnou verziou pesničky Keď som išiel. Na Večeri Milana Lasicu vystúpili aj Ady Hajdu, Dorota Nvotová, Andrea Bučko, Dominika Kavaschová, Natália Puklušová a skvelé finále pripravil Peter Lipa.

Posledný víkendový deň bol edukatívny. Do Košíc dorazil slovenský režisér Peter Bebjak, aby festivalovým divákom vo svojom masterclasse predstavil „Ako vzniká seriál“. Na otázky ako napríklad: „Kde vzniká námet? Kto námet predkladá televízii? Ako prebieha casting? Ako sa vyberajú lokácie? Ako sa nakrúca? Ako sa seriál dokončuje? Je režisér neobmedzeným pánom nad tvorbou seriálu? Aký je rozdiel medzi českou a slovenskou seriálovou tvorbou? Aký je rozdiel medzi tvorbou filmu a seriálu?“ odpovedal populárny režisér z pohľadu úspešného tvorcu.

V pondelok oslavoval 60. výročie Slovenský filmový ústav. Oslavy sa pretavili do viacerých aktivít. Okrem projekcií sa v reštaurácii Halmiho dvor uskutočnila prezentácia knižnej publikácie s názvom Rodinné filmové striebro. Tento knižný titul obsahuje súhrn úvah a esejí od šesťdesiatich autorov o významných minulých aj súčasných filmových dielach našej kinematografie. V oslavách výročia SFÚ sa v pondelok pokračovalo ďalej. Nasledovala exkluzívna projekcia digitálne zrekonštruovaného národopisného dokumentu Karla Plicku Po horách, po dolách (1929) s hudobným sprievodom Davida Kollara a Tomáša Mutinu.

Producent Peter Neved'al prítomným divákom priblížil tvorbu vianočných rozprávok, ktorá je jednou z mála pravidelných slovenských produkcií a fanúšikovia videli aj praktické ukážky špeciálnych filmových efektov SFX. Bohatý program pre fanúšikov efektov doplnila prezentácia VFX – digitálnych efektov, ktorá bude doplnená aj ukážkami z filmu Perinbaba a Dva svety.

Umelecký riaditeľ Art Film Festu, Martin Palúch dnes vo svojom masterclasse predstavil problematiku práce s filmovým archívom v strihových filmoch a dokáže, že archívne zdroje dnes neslúžia iba dokumentárnemu filmu, ale majú široký umelecký potenciál a môžu byť súčasťou hranej, klipovej, avantgardnej a experimentálnej tvorby. V spolupráci s Asociáciou slovenských kameramanov sa bude konať aj jeden z posledných masterclassov tohtoročného Art Film Festu. Masterclass Radky Šišulákovvej zajtra predstaví rozmanité kameramanské postupy, využívané v súčasnom modernom dokumentárnom filme. Aj dokumentárny film ponúka široký priestor pre inovácie a budovanie si vlastného autorského výrazu. Režisérka Radka Šišuláková bude hovoriť o najzaujímavejších dokumentoch zo Slovenska aj zahraničia.

22. júna bude Art Film Fest pokračovať v udeľovaní cien Hercova Misia. Čestnú cenu si už s festivalu odniesla Zdena Studenková, no ešte nás čaká ocenenie ďalšej populárnej a úspešnej herečky, ktorej prínos do Českej a Slovenskej audiovizie je nesmierny, a je ňou Eva Holubová. Česká herečka si cenu prevezme pri Dolnej bráne a tiež počas záverečného ceremoniálu v piatok 22. júna.

Počas slávnostného večera bude udelená ešte jedna významná cena. Do Košíc už pricestoval významný a svetovo uznávaný maďarský režisér Béla Tarr, ktorý si na záver festivalu v Košiciach prevezme čestné ocenenie Zlatá kamera za dlhodobý a umelecky významný prínos pre európsku a svetovú kinematografiu. Návštevníci Art Film Festu sa v nasledujúcich dňoch môžu tešiť na štvrtkový masterclass tohto režiséra-filozofa a takmer celodennú piatkovú projekciu jeho filmového veľdiela s názvom Satanské tango, s dĺžkou vyše 7 hodín, ktoré sa bude premietiť s dvoma prestávkami. Okrem toho režisér sám uviedol do života prvé slovenské vydanie knižnej predlohy Satanské tango z pera svojho dlhoročného spolupracovníka, scenáristu a spisovateľa, Lászlóa Krasznahorkaia.

Na záverečnom slávnostnom ceremoniáli sa stretnú zástupcovia všetkých filmových profesií a spoločne oslávia záver 29. ročníka medzinárodného filmového festivalu Art Film Fest. Na tomto ceremoniáli budú vyhlásené aj výsledky Medzinárodnej súťaže hraných filmov a Medzinárodnej súťaže krátkych filmov. Ocenení si odnesú sošky Modrého anjela.



Tohtoročný Art Film Fest teda ešte zďaleka nekončí. Na programe je ešte množstvo skvelých filmov z celého sveta. Diváci naďalej môžu hlasovať o svojom obľúbenom filme na stránke <https://aff.cinepass.sk> a netreba zabúdať ani na ďalšie filmové sekcie či pásma krátkych filmov, ktorých obsah možno vidieť každý deň, až do piatka 23. júna v siedmich rôznych košických kinosáloch.

Organizátor: ART FILM FEST s.r.o.;

Spoluorganizátori: Mesto Košice, K13 – Košické kultúrne centrú, ART FILM FEST, n.o., LGM, s.r.o.;

Festival finančne podporili: Audiovizuálny fond a Nadácia SPP;

Festival je spolufinancovaný Košickým samosprávnym krajom z programu Terra Incognita;

Hlavní reklamní partneri: CODES Brand House, FORLIVE, pramenitá voda Lucka;

Oficiálne autá: Auto Gábriel; Oficiálny hotel: Hotel Yasmin;

Reklamní partneri: stavebná spoločnosť Adifex, Jadrová a vyráďovacia spoločnosť, a.s., Oxyworld, U. S. Steel Košice, ANTIK Telecom, BARZZUZ, Kino Úsmev, Aupark Košice, Fors-stav, R-media, Okno mé lásky;

Oficiálni dodávatelia: NOV, ZEBRA, Best Press, SLOVNAFT, Stredoeurópska nadácia, Spoločnosť pre skladovanie, DKC Veritas, Kaviareň Slávia, Tabačka Kulturfabrik, Ohnisko – Fire Dining & Brew Bar, Pub u Kohúta, El Nacional, Café de Paris, Maiko Sushi, DOMOS Slovakia, Pilsner Urquell, Macarons; Oficiálne víno: Kubbo Select a Ostrožovič;

Hlavní mediální partneri: TV JOJ, zregionu.sk, Pravda, Eurotelevízia;

Mediální partneri: Rozhlas a televízia Slovenska, Kinosála, JOJ 24, Film Europe, TV spolok LOToS, Rádio KOŠICE, Korzár, Slovenka, Forbes, SITA, TASR, BigMedia, HomeMedia Production, Film.sk, Košice City Guide, aktuality.sk, čsf.d.cz, Visit Košice, Košice v Skratke;

Partneri: JOJ Cinema, Millor – Váš partner v oblasti energetiky, Letisko Košice, Autocont, TelekomCLOUD, ECO Technologies, DELTA OnLine, MIHYRING, KAIFER advokátska kancelária, Taper, Brother, GROTTTO, CELIMED autorizované zastúpenie OMRON, NR-holding, CPK Slovakia, Casa Trade – Casablanca cafe, easylog transport&logistic, Kvety Victor, Slovenský filmový ústav, Filozofická fakulta **UPJŠ**, Fakulta elektrotechniky a informatiky TUKE, Súkromná škola umeleckého priemyslu filmová v Košiciach, Dopravný podnik mesta Košice, Tesco Stores SK, DEMI šport, CANON, SPI International, Arténa audiovizuálna dielňa od RTVS, Kreatívna Európa, KPK Reklama, HAIR FACTORY Košice

Festivalové reštaurácie a bary: JAZZ Club Café Restaurant, Pivovar Hostinec, Kaviareň Papa, Reštaurácia Camelot, Kaviareň Veritas

ZDROJ: Andrea Čurná



Najlepším hraným filmom 29. ročníka MFF Art Film Fest sa stala snímka Dalva

📅 22. 6. 2023, 12:23, Zdroj: okulture.sk , Autor: [Patricia Guricanova](#), Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Dosah: 204 GRP: 0,00 OTS: 0,00 AVE: 81 EUR

So záverom 29. ročníka Medzinárodného filmového festivalu Art Film Fest prišiel aj moment, na ktorý sme všetci čakali – vyhlásenie víťazov v medzinárodných súťažiach a udelenie piatich cien Modrý anjel a tiež ocenenia Hercova misia a Zlatá kamera.

V uplynulých dňoch porota v zložení maďarskej režisérky Agnès Kocsis, tureckého producenta Kaana Müjdeciho, českej režisérky Beaty Parkanovej, poľského kameramana Adama Sikoru a slovenského režiséra a producenta Ivana Ostrochovského, pozorne sledovala programový výber deviatich súťažných dlhometrážnych filmov z celého sveta. Sekcii súťažných filmov, ktorú zostavil umelecký riaditeľ festivalu Martin Palúch, tento rok dominovali snímky venujúce sa problematike narušených rodinných vzťahov a opustenia. Päť z nich sa sústreďuje na tinedžerky v hlavnej úlohe a práve spomedzi týchto snímok vzišla aj tá víťazná v kategórii Najlepší film. Stal sa ním belgicko-francúzsky film Dalva režisérky Emmanuelle Nicot. K udeleniu Modrého anjela v hlavnej kategórii sa vyjadrila aj samotná porota: „Režisérka nám originálnym a hlbokým spôsobom úspešne ukazuje nejednoznačnosť pocitov dievčaťa, ktorému sa v myslí mieša seriózne zneužívanie a láska zároveň.“

Svedkyňou podobne násilného činu bola aj hlavná hrdinka austrálskeho filmu Blaze, ktorú stvárnila Julia Savage. Za svoje herectvo v štýlisticky pestrej snímke o vyrovnaní sa s traumatickým zážitkom jej porota udelila Modrého anjela za najlepšiu ženskú hereckú výkon. Ocenená Julia Blaze vo svojom príhovore spomenula, že je to jej vôbec prvé medzinárodné ocenenie.

Rovnakú cenu v mužskej kategórii získal Juraj Lerotić, za hlavnú rolu v chorvátskom filme Bezpečné miesto, ktorý si aj sám napísal a režíroval podľa vlastnej životnej skúsenosti. Porota ocenila jeho všestranný prístup a vernosť, akú sa mu podarilo v dráme o samovražednom pokuse dosiahnuť: „Vytvoril pravdivú, autentickú postavu, ktorá bola konfrontovaná s vážnou duševnou chorobou.“

V kategórii Najlepšia réžia získala cenu Modrý anjel režisérka z Kostariky Valentina Maurel za svoj film Mám elektrické sny. „Zachytenie drobných detailov zložitého vzťahu otca s dcérou, so silnými scénami a jedinečnou atmosférou,“ očarilo tohtoročnú porotu aj mnohých divákov, a to aj napriek tomu, že ide o debut mladej režisérky.

„Za citlivé vyváženie tajomstva a reality, ktorá spochybňuje zmysel života,“ porota udelila zvláštnu cenu výnimočnému mysterióznemu filmu Domingo a hmla o mužovi, ktorý sa odmieta vzdáť svojej pôdy a domova, hoci je pod tlakom zločineckej skupiny.

V Medzinárodnej súťaži krátkych filmov udelila trojčlenná porota Modrého anjela iránskej snímke 48 hodín, v ktorej má hlavnú hrdinu, väzeň Nader iba presne vymedzený čas na to, aby mohol zaujať rolu otca svojej malej dcéry. „Dojal nás tento silný príbeh rozbitej rodiny. Tento film vrhá svetlo na hlboký dopad opresívneho systému a prostredníctvom intímneho pozorovania skúma emocionálny zmätok a túžbu,“ poznamenala porota, ktorú tvorili, herečka Elizaveta Maximová, filmová vedkyňa Lea Pagáčová a umelec Radu Sticlea.

Zvláštne uznanie si medzi krátkymi filmami vyslúžili snímky Chlieb náš každodenný slovenskej režisérky Alici Bednárkovej a Fairplay režiséra Zoela Aeschbachera.

Televízia JOJ, hlavný mediálny partner festivalu, vyhlásila divácku súťaž o najlepší dlhometrážny film. Diváci festivalu ho mohli určiť prostredníctvom internetového hlasovania v rezervačnom systéme Cinepass. Víťaza na záverečnom ceremoniáli vyhlásil herec a moderátor Dušan Ambróš. Divácku cenu získal írsky film Tiché dievčatko režiséra Colma Bairéada.

Počas slávnostného záverečného ceremoniálu, ktorý je už tradičným vyvrcholením osemdňového filmového sviatku, bolo udelené aj ďalšie čestné ocenenie Hercova misia za celoživotné dielo, tentoraz českej filmovej a divadelnej herečke Eve Holubovej. Ocenenie jej odovzdala slovenská herečka Kristína Svarinská. „Mám ďalší dôvod, prečo Košice milujem. Ďakujem za toto ocenenie. Cítila som na tomto festivale neuveriteľnú ľudskú pospolitosť, vieru, nádej a lásku k životu,“ dodala v príhovore laureátka Eva Holubová.

Čestnú cenu Zlatá kamera za celoživotný prínos filmu si z Košíc odnáša maďarský režisér Béla Tarr, ktorý na festivale strávil niekoľko dní a poctil návštevníkov viacerými odbornými diskusiami či prednáškami. Cenu mu odovzdal jeho dlhoročný spolupracovník, herec Mihály Kormos. „Keď začínate nakrúcať film, idete na filmový pľac, v tom momente si nedokážete predstaviť, že niekto ocení túto vašu prácu. Máte len pocit, že chcete niečo zdieľať, niečo rozdať. Som poctený a hovorím vďaka!“ dodal vo svojom príhovore ocenený maďarský režisér Béla Tarr.

Na 29. ročníku MFF Art Film Fest, ktorý sa koná od 16. júna 2023 do 23. júna 2023 pripravili organizátori spolu 146 filmových projekcií 82 dlhometrážnych a 37 krátkych filmov zo štyroch svetadielov. Okrem toho mohli návštevníci festivalu spoznať osobnosti slovenského aj svetového filmu, zúčastniť sa rozmanitých odborných masterclassov, autogramiád či hudobných predstavení.

Organizátori ďakujú partnerovi festivalu Nadácii SPP za finančnú podporu, zachovávanie kultúrnych hodnôt, podporu umenia a mladých umelcov a rozvoj regionálnej kultúry v Košickom kraji. „Festival ani tento rok nesklamal. Okrem iného priniesol aj dôležité témy, ktoré odrážajú dianie v spoločnosti. Aj my ako jeho partner máme záujem na tom, aby sa veci pomenovávali, témy otvárali a aby sme my ľudia, aj vďaka filmovému umeniu na sebe neustále pracovali a stávali sa lepšími,“ uviedla Eva Guliková, správkynia Nadácie SPP.



Festival finišuje v piatok 23. júna, kedy je ešte naplánovaných trinásť filmových projekcií, vrátane viac ako sedemhodinového filmu Satanské tango oceneného režiséra Bélu Tara (s dvoma plánovanými prestávkami), ako aj film Odpočítavanie – posledný film Ivana Palúcha, ktorý o svojom otcovi nakrútil a z ukážok jeho filmov zostrihal umelecký riaditeľ festivalu Martin Palúch. Ten tento film aj osobne uvedie. Záverečným filmom bude snímka Hrdinovia robotníckej triedy, ktorý budú môcť vidieť diváci v Amfiteátri U. S. Steel Košice.

Organizátor: ART FILM FEST s.r.o.;

Spoluorganizátori: Mesto Košice, K13 – Košické kultúrne centrú, ART FILM FEST, n.o., LGM, s.r.o.;

Festival finančne podporili: Audiovizuálny fond a Nadácia SPP;

Festival je spolufinancovaný Košickým samosprávnym krajom z programu Terra Incognita;

Hlavní reklamní partneri: CODES Brand House, FORLIVE, pramenitá voda Lucka;

Oficiálne autá: Auto Gábriel; Oficiálny hotel: Hotel Yasmin;

Reklamní partneri: stavebná spoločnosť Adifex, Jadrová a vyrad'ovacia spoločnosť, a.s., Oxyworld, U. S. Steel Košice, ANTIK Telecom, BARZZUZ, Kino Úsmev, Aupark Košice, Fors-stav, R-media, Okno mé lásky;

Oficiálni dodávateelia: NOV, ZEBRA, Best Press, SLOVNAFT, Stredoeurópska nadácia, Spoločnosť pre skladovanie, DKC Veritas, Kaviareň Slávia, Tabačka Kulturfabrik, Ohnisko – Fire Dining & Brew Bar, Pub u Kohúta, El Nacional, Café de Paris, Maiko Sushi, DOMOS Slovakia, Pilsner Urquell, Macarons; Oficiálne víno: Kubbo Select a Ostrožovič;

Hlavní mediální partneri: TV JOJ, zregionu.sk, Pravda, Eurotelevízia;

Mediální partneri: Rozhlas a televízia Slovenska, Kinosála, JOJ 24, Film Europe, TV spolok LOToS, Rádio KOŠICE, Korzár, Slovenka, Forbes, SITA, TASR, BigMedia, HomeMedia Production, Film.sk, Košice City Guide, aktuality.sk, čsf.d.cz, Visit Košice, Košice v Skratke;

Partneri: JOJ Cinema, Millor – Váš partner v oblasti energetiky, Letisko Košice, Autocont, TelekomCLOUD, ECO Technologies, DELTA OnLine, MIHYRING, KAIFER advokátska kancelária, Taper, Brother, GROTTTO, CELIMED autorizované zastúpenie OMRON, NR-holding, CPK Slovakia, Casa Trade – Casablanca cafe, easylog transport&logistic, Kvety Victor, Slovenský filmový ústav, Filozofická fakulta **UPJŠ**, Fakulta elektrotechniky a informatiky TUKE, Súkromná škola umeleckého priemyslu filmová v Košiciach, Dopravný podnik mesta Košice, Tesco Stores SK, DEMI šport, CANON, SPI International, Arténa audiovizuálna dielňa od RTVS, Kreatívna Európa, KPK Reklama, HAIR FACTORY Košice

Festivalové reštaurácie a bary: JAZZ Club Café Restaurant, Pivovar Hostinec, Kaviareň Papa, Reštaurácia Camelot, Kaviareň Veritas

ZDROJ: Andrea Čurná

Autor: Patrícia Guricanova



Prehľad udalostí na stredu 28. júna [✉](#)

📅 28. 6. 2023, 6:30, Zdroj: **TASR**, Vydavateľ: **Tlačová agentúra Slovenskej republiky**, Sentiment: **Neutrálny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Vedúce vydania:

predpoludním: D. Macková

popoludní: N. Mihová

Službukonajúci technik: 0905/505 721

E - mail: domred@tasr.sk, tel.: 59 21 04 58

dispecing@tasr.sk, tel.: 0905 282 190

08.45 Výbor NR SR pre financie a rozpočet

Bratislava, NR SR, miestnosť č. 31, Námestie A. Dubčeka 1

09.00 94. schôdza Národnej rady SR

Bratislava, NR SR, Námestie A. Dubčeka 1

text, video, zvuk, live

09.00 Vedecký skok do prázdnin (28. - 29. júna)

Podujatie organizuje Fakulta prírodných vied a informatiky Univerzity Konštantína Filozofa v spolupráci s Viac ako učenie, o. z. pri príležitosti konca školského roka.

Nitra, FPVal UKF, Trieda A. Hlinku 1

09.00 TK pri príležitosti zverejnenie petície na hrade Lednica

Petíciu za systematické financovanie záchrany kultúrnych pamiatok a za obnovenie projektu "Zapojenie nezamestnaných do obnovy kultúrneho dedičstva" predkladá záujmové združenie právnických osôb Zachráňme hrady.

Lednica, nádvorie hradu, okres Púchov

09.15 Konferencia 10 rokov Univerzitého poradenského centra **UPJŠ** v Košiciach

Košice, **UPJŠ**, historická aula, Šrobárova 2

text

10.00 8. schôdza vlády SR + Bezpečnostná rada SR

- brífing predsedu vlády SR Ľudovíta Ódora pred začiatkom rokovania vlády, na ktorom bude informovať o záveroch zasadnutia Bezpečnostnej rady SR

Bratislava, ÚV SR, Námestie slobody 1, vstup z Leškovej ulice

text, video, zvuk, foto, live

10.00 TK strany Demokrati

Téma: Odvolávanie Borisa Kollára

Bratislava, pred budovou NR SR, Námestie A. Dubčeka 1



text, zvuk

10.00 Medzinárodný deň Dunaja pre zapojené základné a stredné školy

Počas programu vzdelávacích aktivít Ministerstva životného prostredia SR sa žiaci zoznámia s vyzou veľkou, vtáčou ríšou na Dunaji či obojživelníkmi spájanými s Dunajom.

Bratislava, areál Slovenského vodohospodárskeho podniku, Vlčie hrdlo 85

10.00 Medzinárodný deň Dunaja

Cieľom podujatia je oslava čistej a bezpečnej medzinárodnej rieky a pripomenutie si významu jej ochrany ako prírodného zdroja.

Bratislava, pri meracej stanici Bratislava - Devín, nábrežie pod sútokom Dunaja s Moravou

10.00 Slávnostná promócia absolventov pomaturitného vyššieho odborného štúdia s duálnymi prvkami v IT

Na ceremoniáli sa zúčastnia aj: predseda KSK Rastislav Trnka, riaditeľ SPŠ elektrotechnická v Košiciach Štefan Krištín a generálny riaditeľ Deutsche Telekom IT Solutions Slovakia Andreas Truls.

Košice, hotel Yasmin, Tyršovo nábrežie 1

text, zvuk

11.00 Brífing Lekárskej fakulty UK v Bratislave

Téma: Prečo musíme nemocnice zlepšiť najmä v Bratislave?

Bratislava, Anatomický ústav LF UK, Ladzianskeho poslucháreň, Sasinkova 2

11.00 TK o 21. ročníku Detskej Univerzity Komenského 2023

Informovať budú: rektor Univerzity Komenského v Bratislave Marek Števíček a riaditeľ Divadla Aréna Juraj Kukura.

Bratislava, Divadlo Aréna, administratívne priestory, Grösslingová 4

video, foto

11.00 TK Centra pre liečbu drogových závislostí

Téma: Deti, drogy, prázdniny (prevencia a riziká drog cez prázdniny)

Bratislava, CPLDZ, prednášková miestnosť, 2. poschodie, 2. vchod z dvora, Hraničná 2

text, zvuk

11.00 Brífing Slovenského národného múzea v Martine

Téma: Otvorenie Múzea Martina Benku po rekonštrukcii

14.00 h - slávnostné otvorenie Múzea Martina Benku

Martin, Vila Martina Benku, Kuzmányho 34

text, zvuk

13.00 Zasadnutie Zastupiteľstva Trnavského samosprávneho kraja

Trnava, Úrad TTSK, Parlamentná miestnosť, Starohájska 10

13.00 Kontrolný deň stavby na SOŠ hotelových služieb a obchodu v Banskej Bystrici

Za účasti predsedu BBSK Jána Luntera, zástupcov vedenia školy a zhotoviteľa.

Banská Bystrica, v priestoroch školy, Školská 5



text, zvuk

13.00 Výbor NR SR pre európske záležitosti

Bratislava, NR SR, miestnosť č. 149, Námestie A. Dubčeka 1

13.05 Výbor NR SR pre nezlučiteľnosť funkcií

Bratislava, pri Ubytovacom zariadení Kancelárie NR SR, rokovacia miestnosť č. 71, Námestie A. Dubčeka 1,

14.00 Slávnostné otvorenie Partizánskej štôlne

Prechod štôľňou od tajchu Bakomi až k tajchu Richňava bude spojený s výkladom odborníkov a bližšími informáciami o rekonštrukcii, financiách a budúcich plánoch.

Štiavnické Bane, stretnutie pred ZŠ s MŠ Maximiliána Hella, Štiavnické Bane 128

14.30 Konferencia spojená s propagáciou knihy Poľsko-Slovensko

Pri príležitosti 30. výročia nadviazania diplomatických vzťahov.

Bratislava, Poľský inštitút, Námestie SNP 27

text

15.00 Slávik Slovenska - 31. ročník

Slávnostný galakonzert víťazov a hostí.

Bratislava, Slovenský rozhlas, Koncertné štúdio 2, Mýtna 1

text

16.00 TK Fakultnej nemocnice s poliklinikou F. D. Roosevelta Banská Bystrica

Téma: Súčasný stav projektu výstavby FN sP F. D. Roosevelta

Na TK sa zúčastní podpredsedníčka vlády SR pre plán obnovy a odolnosti a využívanie eurofondov Lívia Vašáková.

Banská Bystrica, FN sP F. D. Roosevelta

text, video, zvuk, foto

17.00 Otvorenie zastúpenia Britskej obchodnej komory v SR

Košice, Rázusova 13

17.30 Diskusia: "Čo stihne úradnícka vláda" za účasti podpredsedníčky vlády SR pre plán obnovy a odolnosti a využívanie eurofondov Lívia Vašákovéj

Téma: Čo všetko stíha úradnícka vláda a aké sú jej priority v oblasti čerpania európskych prostriedkov? Ako to zmení Banskú Bystricu a jej okolie?

Banská Bystrica

18.00 Vernisáž Načeradský v Bratislave - Ženy Venuše Modlivky

Výstava diel zo súkromných slovenských zbierok potrvá do 29. septembra.

Bratislava, Francúzsky inštitút, Sedlárska 7

Správy ekonomického charakteru vydá ekonomická redakcia TASR.

Informácie o očakávaných udalostiach nájdete aj v aplikácii TASR Kalendárium na adrese kalendarium.tasr.sk

lt dk



Autor: DK



Univerzitné poradenské centrum UPJŠ v Košiciach oslávi 10. výročie konferenciou [📄](#)

📅 28. 6. 2023, 8:12, Zdroj: tasr.sk [📄](#), Vydavateľ: Tlačová agentúra Slovenskej republiky, Autor: TASR, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 5 951 GRP: 0,13 OTS: 0,00 AVE: 489 EUR

Univerzitné poradenské centrum **UPJŠ** v Košiciach oslávi 10. výročie konferenciou

Košice 28. júna (TASR) - Univerzitné poradenské centrum (UNIPOC) Univerzity Pavla Jozefa Šafárika (**UPJŠ**) v Košiciach oslavuje desiate výročie svojho založenia. Pri tejto príležitosti organizuje konferenciu vysokoškolských poradcov. Zameraná bude na trendy v podpore a poradenstve pre študentov vysokých škôl a budúcnosti poradenstva. TASR o tom informovala hovorkyňa univerzity Laura Hoľanová. Na stredajšej konferencii okrem poradcov UNIPOC vystúpia so svojimi príspevkami aj odborníci z Behaviorálneho a experimentálneho ekonomického tímu Ministerstva zdravotníctva SR, poradcovia z Bezbariérového centra Technickej univerzity v Košiciach, zástupcovia Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu SR, Študentskej rady vysokých škôl a ďalší. Hoľanová pripomenula, že UNIPOC vzniklo 16. mája 2013 s cieľom poskytovania poradenstva, odbornej a komplexnej podpory študentom **UPJŠ** v jednotlivých oblastiach ich vysokoškolského života. V súčasnosti poskytuje bezplatné psychologické, právne, sociálne, kariérové poradenstvo a poradenstvo v efektívnom učení pre všetkých študentov **UPJŠ**. Zároveň má na starosti aj podporu študentov so špecifickými potrebami a starostlivosť o nich. "Naši poradcovia denne pomáhajú študentom pri problémoch, ktoré by mohli ohroziť ich úspešné ukončenie štúdia, podporujú ich duševnú pohodu, zvládanie záťažových situácií, učia ich, ako zlepšiť proces učenia, rozvíjať kľúčové zručnosti a ako sa uplatniť na trhu práce po absolvovaní štúdia," dodala riaditeľka UNIPOC Veronika Zibrinyiová. sem mac

Autor: TASR



Univerzitné poradenské centrum UPJŠ v Košiciach oslávi 10. výročie konferenciou [📄](#)

📅 28. 6. 2023, 8:12, Zdroj: **TASR**, Vydavateľ: Tlačová agentúra Slovenskej republiky, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Univerzitné poradenské centrum **UPJŠ** v Košiciach oslávi 10. výročie konferenciou

Košice 28. júna (TASR) - Univerzitné poradenské centrum (UNIPOC) Univerzity Pavla Jozefa Šafárika (**UPJŠ**) v Košiciach oslavuje desiate výročie svojho založenia. Pri tejto príležitosti organizuje konferenciu vysokoškolských poradcov. Zameraná bude na trendy v podpore a poradenstve pre študentov vysokých škôl a budúcnosti poradenstva. TASR o tom informovala hovorkyňa univerzity Laura Hoľanová.

Na stredajšej konferencii okrem poradcov UNIPOC vystúpia so svojimi príspevkami aj odborníci z Behaviorálneho a experimentálneho ekonomického tímu Ministerstva zdravotníctva SR, poradcovia z Bezbariérového centra Technickej univerzity v Košiciach, zástupcovia Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu SR, Študentskej rady vysokých škôl a ďalší.

Hoľanová pripomenula, že UNIPOC vzniklo 16. mája 2013 s cieľom poskytovania poradenstva, odbornej a komplexnej podpory študentom **UPJŠ** v jednotlivých oblastiach ich vysokoškolského života. V súčasnosti poskytuje bezplatné psychologické, právne, sociálne, kariérové poradenstvo a poradenstvo v efektívnom učení pre všetkých študentov **UPJŠ**. Zároveň má na starosti aj podporu študentov so špecifickými potrebami a starostlivosť o nich.

"Naši poradcovia denne pomáhajú študentom pri problémoch, ktoré by mohli ohroziť ich úspešné ukončenie štúdia, podporujú ich duševnú pohodu, zvládanie záťažových situácií, učia ich, ako zlepšiť proces učenia, rozvíjať kľúčové zručnosti a ako sa uplatniť na trhu práce po absolvovaní štúdia," dodala riaditeľka UNIPOC Veronika Zibrinyiová.

sem mac

Autor: SEM



Univerzitné poradenské centrum UPJŠ v Košiciach oslávi 10. výročie [📄](#)

📅 28. 6. 2023, 8:29, Zdroj: teraz.sk [📄](#), Vydavateľ: TERAZ MEDIA, a.s., Autor: TASR, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 26 101 GRP: 0,58 OTS: 0,01 AVE: 915 EUR

Univerzitné poradenské centrum **UPJŠ** v Košiciach oslávi 10. výročie

V súčasnosti poskytujú bezplatné psychologické, právne, sociálne, kariérové poradenstvo a poradenstvo v efektívnom učení pre všetkých študentov **UPJŠ**.

Košice 28. júna (TASR) - Univerzitné poradenské centrum (UNIPOC) Univerzity Pavla Jozefa Šafárika (**UPJŠ**) v Košiciach oslavuje desať výročie svojho založenia. Pri tejto príležitosti organizuje konferenciu vysokoškolských poradcov. Zameraná bude na trendy v podpore a poradenstve pre študentov vysokých škôl a budúcnosti poradenstva. TASR o tom informovala hovorkyňa univerzity Laura Hoľanová.

Na strednej konferencii okrem poradcov UNIPOC vystúpia so svojimi príspevkami aj odborníci z Behaviorálneho a experimentálneho ekonomického tímu Ministerstva zdravotníctva SR, poradcovia z Bezbariérového centra Technickej univerzity v Košiciach, zástupcovia Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu SR, Študentskej rady vysokých škôl a ďalší.

Hoľanová pripomenula, že UNIPOC vzniklo 16. mája 2013 s cieľom poskytovania poradenstva, odbornej a komplexnej podpory študentom **UPJŠ** v jednotlivých oblastiach ich vysokoškolského života. V súčasnosti poskytujú bezplatné psychologické, právne, sociálne, kariérové poradenstvo a poradenstvo v efektívnom učení pre všetkých študentov **UPJŠ**. Zároveň má na starosti aj podporu študentov so špecifickými potrebami a starostlivosť o nich.

"Naši poradcovia denne pomáhajú študentom pri problémoch, ktoré by mohli ohroziť ich úspešné ukončenie štúdia, podporujú ich duševnú pohodu, zvládanie záťažových situácií, učia ich, ako zlepšiť proces učenia, rozvíjať kľúčové zručnosti a ako sa uplatniť na trhu práce po absolvovaní štúdia," dodala riaditeľka UNIPOC Veronika Zibrinyiová.

Autor: TASR



Univerzitné poradenské centrum UPJŠ v Košiciach oslávi 10. výročie [📄](#)

📅 28. 6. 2023, 8:34, Zdroj: hlavnespravy.sk 🌐, Autor: Štefan Tomášik, Sentiment: Pozitívny, Téma: Fakulty a ústavy UPJŠ, Kľúčové slová: Veronika Zibrinyiová, Laura Hoľanová

Dosah: 93 555 GRP: 2,08 OTS: 0,02 AVE: 1453 EUR

Košice 28. júna 2023 (TASR/HSP/Foto:TASR – František Iván)

Univerzitné poradenské centrum (UNIPOC) Univerzity Pavla Jozefa Šafárika (UPJŠ) v Košiciach oslavuje desiate výročie svojho založenia. Pri tejto príležitosti organizuje konferenciu vysokoškolských poradcov. Zameraná bude na trendy v podpore a poradenstve pre študentov vysokých škôl a budúcnosti poradenstva. TASR o tom informovala hovorkyňa univerzity **Laura Hoľanová**

Na snímke budova Prírodovedeckej fakulty Univerzita Pavla Jozefa Šafárika

Na stredajšej konferencii okrem poradcov UNIPOC vystúpia so svojimi príspevkami aj odborníci z Behaviorálneho a experimentálneho ekonomického tímu Ministerstva zdravotníctva SR, poradcovia z Bezbariérového centra Technickej univerzity v Košiciach, zástupcovia Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu SR, Študentskej rady vysokých škôl a ďalší.

Hoľanová pripomenula, že UNIPOC vzniklo 16. mája 2013 s cieľom poskytovania poradenstva, odbornej a komplexnej podpory študentom UPJŠ v jednotlivých oblastiach ich vysokoškolského života. V súčasnosti poskytuje bezplatné psychologické, právne, sociálne, kariérové poradenstvo a poradenstvo v efektívnom učení pre všetkých študentov UPJŠ. Zároveň má na starosti aj podporu študentov so špecifickými potrebami a starostlivosť o nich.

“Naši poradcovia denne pomáhajú študentom pri problémoch, ktoré by mohli ohroziť ich úspešné ukončenie štúdia, podporujú ich duševnú pohodu, zvládanie záťažových situácií, učia ich, ako zlepšiť proces učenia, rozvíjať kľúčové zručnosti a ako sa uplatniť na trhu práce po absolvovaní štúdia,” dodala riaditeľka UNIPOC **Veronika Zibrinyiová**.

Pošlite nám tip

Autor: Štefan Tomášik



Aktualizovaný prehľad udalostí na stredu 28. júna [✉](#)

🗓 28. 6. 2023, 9:21, Zdroj: **TASR**, Vydavateľ: Tlačová agentúra Slovenskej republiky, Sentiment: **Neutrálny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Vedúce vydania:

predpoludním: D. Macková

popoludní: N. Mihová

Službukonajúci technik: 0905/505 721

E - mail: domred@tasr.sk, tel.: 59 21 04 58

dispecing@tasr.sk, tel.: 0905 282 190

08.00 Zasadnutie Mestského zastupiteľstva mesta Prešov

Prešov, mestský úrad, zasadacia miestnosť, Jarková ulica č. 24

08.45 Výbor NR SR pre financie a rozpočet

Bratislava, NR SR, miestnosť č. 31, Námestie A. Dubčeka 1

09.00 94. schôdza Národnej rady SR

Bratislava, NR SR, Námestie A. Dubčeka 1

text, video, zvuk, live

09.00 Vedecký skok do prázdnin (28. - 29. júna)

Podujatie organizuje Fakulta prírodných vied a informatiky Univerzity Konštantína Filozofa v spolupráci s Viac ako učenie, o. z. pri príležitosti konca školského roka.

Nitra, FPVal UKF, Trieda A. Hlinku 1

09.00 TK pri príležitosti zverejnenie petície na hrade Lednica

Petíciu za systematické financovanie záchrany kultúrnych pamiatok a za obnovenie projektu "Zapojenie nezamestnaných do obnovy kultúrneho dedičstva" predkladá záujmové združenie právnických osôb Zachráňme hrady.

Lednica, nádvorie hradu, okres Púchov

09.15 Konferencia 10 rokov Univerzitného poradenského centra **UPJŠ** v Košiciach

Košice, **UPJŠ**, historická aula, Šrobárova 2

text

10.00 8. schôdza vlády SR + Bezpečnostná rada SR

- brífing predsedu vlády SR Ľudovíta Ódora pred začiatkom rokovania vlády, na ktorom bude informovať o záveroch zasadnutia Bezpečnostnej rady SR

Bratislava, ÚV SR, Námestie slobody 1, vstup z Leškovej ulice

text, video, zvuk, foto, live

10.00 TK strany Demokrati



Téma: Odvolávanie Borisa Kollára

Bratislava, pred budovou NR SR, Námestie A. Dubčeka 1

text, zvuk

10.00 TK na tému Ako efektívne riešiť problém s množiteľmi spoločenských zvierat

Na TK bude informovať poslanec NR SR Tomáš Šudík, zvierací ombudsman Lenka Grešová a zo Slobody zvierat Kristína Devínska.

Bratislava, NR SR, Námestie A. Dubčeka 1

10.00 Medzinárodný deň Dunaja pre zapojené základné a stredné školy

Počas programu vzdelávacích aktivít Ministerstva životného prostredia SR sa žiaci zoznámia s vyzov veľkou, vtáčou ríšou na Dunaji či obojživelníkmi spájanými s Dunajom.

Bratislava, areál Slovenského vodohospodárskeho podniku, Vlčie hrdlo 85

10.00 Medzinárodný deň Dunaja

Cieľom podujatia je oslava čistej a bezpečnej medzinárodnej rieky a pripomenutie si významu jej ochrany ako prírodného zdroja.

Bratislava, pri meracej stanici Bratislava - Devín, nábrežie pod sútokom Dunaja s Moravou

foto

10.00 Slávnostná promócia absolventov pomaturitného vyššieho odborného štúdia s duálnymi prvkami v IT

Na ceremoniáli sa zúčastnia aj: predseda KSK Rastislav Trnka, riaditeľ SPŠ elektrotechnická v Košiciach Štefan Krištín a generálny riaditeľ Deutsche Telekom IT Solutions Slovakia Andreas Truls.

Košice, hotel Yasmin, Tyršovo nábrežie 1

text, zvuk

11.00 Brífing Lekárskej fakulty UK v Bratislave

Téma: Prečo musíme nemocnice zlepšiť najmä v Bratislave?

Bratislava, Anatomický ústav LF UK, Ladzianskeho poslucháreň, Sasinkova 2

11.00 TK o 21. ročníku Detskej Univerzity Komenského 2023

Informovať budú: rektor Univerzity Komenského v Bratislave Marek Števec a riaditeľ Divadla Aréna Juraj Kukura.

Bratislava, Divadlo Aréna, administratívne priestory, Grösslingová 4

text, zvuk, video, foto

11.00 TK Centra pre liečbu drogových závislostí

Téma: Deti, drogy, prázdniny (prevencia a riziká drog cez prázdniny)

Bratislava, CPLDZ, prednášková miestnosť, 2. poschodie, 2. vchod z dvora, Hraničná 2

text, zvuk

11.00 Brífing Slovenského národného múzea v Martine

Téma: Otvorenie Múzea Martina Benku po rekonštrukcii

14.00 h - slávnostné otvorenie Múzea Martina Benku

Martin, Vila Martina Benku, Kuzmányho 34



text, zvuk, foto

13.00 Zasadnutie Zastupiteľstva Trnavského samosprávneho kraja

Trnava, Úrad TTSK, Parlamentná miestnosť, Starohájaska 10

13.00 Kontrolný deň stavby na SOŠ hotelových služieb a obchodu v Banskej Bystrici

Za účasti predsedu BBSK Jána Luntera, zástupcov vedenia školy a zhotoviteľa.

Banská Bystrica, v priestoroch školy, Školská 5

text, zvuk

13.00 Výbor NR SR pre európske záležitosti

Bratislava, NR SR, miestnosť č. 149, Námestie A. Dubčeka 1

13.05 Výbor NR SR pre nezlučiteľnosť funkcií

Bratislava, pri Ubytovacom zariadení Kancelárie NR SR, rokovacia miestnosť č. 71, Námestie A. Dubčeka 1,

14.00 Slávnostné otvorenie Partizánskej štôlne

Prechod štôľňou od tajchu Bakomi až k tajchu Richňava bude spojený s výkladom odborníkov a bližšími informáciami o rekonštrukcii, financiách a budúcich plánoch.

Štiavnické Bane, stretnutie pred ZŠ s MŠ Maximiliána Hella, Štiavnické Bane 128

14.30 Konferencia spojená s propagáciou knihy Poľsko-Slovensko

Pri príležitosti 30. výročia nadviazania diplomatických vzťahov.

Bratislava, Poľský inštitút, Námestie SNP 27

text

15.00 Slávik Slovenska - 31. ročník

Slávnostný galakonzert víťazov a hostí.

Bratislava, Slovenský rozhlas, Koncertné štúdio 2, Mýtna 1

text

16.00 TK Fakultnej nemocnice s poliklinikou F. D. Roosevelta Banská Bystrica

Téma: Súčasný stav projektu výstavby FNŠP F. D. Roosevelta

Na TK sa zúčastní podpredsedníčka vlády SR pre plán obnovy a odolnosti a využívanie eurofondov Lívia Vašáková a minister zdravotníctva SR Michal Palkovič

Banská Bystrica, FNŠP F. D. Roosevelta

text, video, zvuk, foto

17.00 Otvorenie zastúpenia Britskej obchodnej komory v SR

Košice, Rázusova 13

17.30 Diskusia: "Čo stihne úradnícka vláda" za účasti podpredsedníčky vlády SR pre plán obnovy a odolnosti a využívanie eurofondov Lívie Vašákovvej

Téma: Čo všetko stíha úradnícka vláda a aké sú jej priority v oblasti čerpania európskych prostriedkov? Ako to zmení Banskú Bystricu a jej okolie?



Banská Bystrica

18.00 Vernisáž Načeradský v Bratislave - Ženy Venuše Modlivky

Výstava diel zo súkromných slovenských zbierok potrvá do 29. septembra.

Bratislava, Francúzsky inštitút, Sedlárska 7

Správy ekonomického charakteru vydá ekonomická redakcia TASR.

Informácie o očakávaných udalostiach nájdete aj v aplikácii TASR Kalendárium na adrese kalendarium.tasr.sk

lt dk

Autor: LT



Nová zberateľská eurominca pripomína sté výročie prvej transfúzie krvi na Slovensku

28. 6. 2023, 11:23, Zdroj: spravy.zdravoteka.sk, Vydavateľ: SITA Slovenská tlačová agentúra a.s., Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 16 872 GRP: 0,37 OTS: 0,00 AVE: 883 EUR

Národná banka Slovenska emitovala pri príležitosti stého výročia prvej transfúzie krvi na Slovensku zberateľskú euromincu s touto tematikou. Priekopníkom tohto život zachraňujúceho medicínskeho výkonu bol zakladateľ našej fakulty a jej prvý dekan profesor Ján Kňazovický. Prvú transfúziu krvi uskutočnil v roku 1923 v Bratislave ako mladý asistent pracujúci na vtedy jedinej chirurgickej klinike na Slovensku pod vedením profesora Stanislava Kostlivého.

Vtedajšie udalosti priblížil vnuk profesora Jána Kňazovického a bývalý absolvent našej fakulty, MUDr. Miloš Kňazovický, podľa ktorého sa Ján Kňazovický pred sto rokmi ako mladý lekár pri popoludňajšej vizite rozhodol poskytnúť krv iného pacienta mužovi operovanému na vredovú chorobu žalúdka, keď ho našiel pri popoludňajšej vizite smrteľne bledeho a s nemerateľným krvným tlakom.

Foto: **UPJŠ**

„Ako chirurgovi mu bolo hneď jasné, že sa jedná o veľkú stratu krvi v dôsledku vnútorného krvácania a musel rýchlo konať. Rozhodol sa v záujme záchrany života pacienta ako prvý lekár v bývalom Československu pre poskytnutie krvi od iného pacienta. Prehovril muža ležiaceho na vedľajšej posteli, ktorý sa už chystal do domáceho liečenia, aby mu dovolil odobrať na skúšku malé množstvo jeho krvi. Pacient po úvodnom váhaní súhlasil, keď videl druhého pacienta umierať pred očami...

V tých časoch ešte neboli dostupné laboratórne metódy na stanovenie krvných skupín a prípadná nesprávna reakcia sa dala zistiť len pozorným klinickým sledovaním pacienta takzvanou biologickou skúškou. Našťastie, pacient-príjemca prijal darcovu krv doplnenú o citrátový roztok kvôli predídaniu zrážaniu krvi bez ťažkostí. Po prvej striekačke krvi viditeľne ožil aj druhú zniesol takisto dobre a výrazne zlepšila jeho zdravotný stav. Jeho pulz už bol hmatateľný a počítateľný a krvný tlak sa stal merateľný, takže krv iného pacienta viditeľne pomohla a všetko nasvedčovalo tomu, že krvácanie ďalej nepokračuje. Pacient-príjemca u nás dovtedy nepoužívaný medicínsky výkon prežil a s darcom krvi sa stali dobrými priateľmi, no ich mená sa neuchovali,“ hovorí doktor Miloš Kňazovický, ktorý pracuje na I. chirurgickej klinike Lekárskej fakulty **UPJŠ** a UNLP Košice.

Vnuk Jána Kňazovického bol pozvaný na slávnostné podujatie predstavenia piatich nových zberateľských euromincí minulú stredu (21. júna 2023) v Kaštieli Pálffy vo Svätom Jure, kde prítomným prerozprával tieto okolnosti podania prvej transfúzie krvi.

Foto: **UPJŠ**

„Osobnosť profesora Jána Kňazovického sa veľkými písmenami zapísala do histórie slovenskej medicíny, aj do histórie našej lekárskej fakulty. Jeho meno je nerozlučne späté nielen s prvou transfúziou krvi na Slovensku a rozvojom prvých transfúzných staníc, ale tiež so založením košickej chirurgickej školy a rozvojom košickej cievnej chirurgie po začatí jeho pôsobenia v Košiciach a v neposlednom rade aj so vznikom našej lekárskej fakulty, na čele ktorej stál v rokoch 1948-1950 ako jej prvý dekan,“ hovorí prof. MUDr. Peter Jarčuška, PhD., súčasný dekan Lekárskej fakulty **UPJŠ** v Košiciach, ktorá si v tomto roku pripomína 75-te výročie svojho vzniku.

Za prínos prof. MUDr. Jána Kňazovického pre slovenskú transfúziológiu sa od roku 2007 udeľujú slovenským darcom krvi medaily profesora Jána Kňazovického ako najhodnotnejšie pamätné medaily za viac ako 100-násobné bezpríspevkové darcovstvo u mužov a vyše 80-násobné bezpríspevkové darcovstvo u žien.

Z histórie transfúziológie

Prvý pokus o krvnú transfúziu medzi ľuďmi vykonal nemecký lekár Matthäus Purmann v sedemnástom storočí (v r. 1668) na troch vojakoch a po tomto pokuse nasledovali mnohé ďalšie, vrátane experimentov s použitím zvieracej krvi. Keďže v tom čase ešte neboli známe vedomosti o zložení krvi a krvných skupinách, krvné transfúzie mali v tom čase menej ako 50-percentnú úspešnosť a zväčša končili vážnymi komplikáciami, či smrťou príjemcu. Až po objavení krvných skupín 0, A a B rakúskym biológom Karlom Landsteinerom v roku 1901 a krvnej skupiny AB českým lekárom Janom Jánškom v roku 1907 začal rozvoj transfúziológie, ktorá dosiahla najväčší rozmach počas prvej svetovej vojny a pomohla zachrániť tisíce životov zranených vojakov.

Neskôr sa skúsenosti s transfúziami začali využívať v chirurgii. V bývalom Československu sa tak stalo až po úspešnom prvom podaní inej krvi zomierajúceho pacientovi v roku 2023. Presný dátum prvej krvnej transfúzie u nás sa, žiaľ, nezachoval. Spočiatku sa realizovali transfúzie krvi zo žily darcu priamo príjemcovi a až neskôr boli vytvorené účinné techniky na skladovanie krvi, čím nastal ďalší rozmach transfúziológie.

Informačný servis

Bezplatné novinky zo Zdravníctva raz týždenne:

Súhlasím s



podmienkami používania a potvrdzujem, že som sa oboznámil s ochranou osobných údajov

Posledné príspevky



Tuky: Mýty a pravdy. Prečo sú tuky dôležité a ktoré sú dobré/zlé? | Zdravotéka

📅 28. 6. 2023, 12:00, Zdroj: zdravoteka.sk , Vydavateľ: SITA Slovenská tlačová agentúra a.s., Autor: Zuzana Kožlejšová, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ
Dosah: 16 872 GRP: 0,37 OTS: 0,00 AVE: 883 EUR

Tuky: Mýty a pravdy. Prečo sú tuky dôležité a ktoré sú dobré/zlé?

Autor:

Lekár

Publikované 28. 06. 2023

Výrazný prebytok tukov v strave a minimum fyzickej aktivity je väčší problém pre človeka ako rozsiahla diskusia o dobrých a zlých tukoch. Prečítajte si o tukoch, o mýtoch najzdravších a najškodlivejších tukoch a o pravidlách k ich rozumnej rovnováhe v našom stravovaní.

1. pravidlo: Každý človek je individuálny 2. pravidlo: Množstvo tukov 3. pravidlo: Kvalita a spôsob prípravy tukov 4. pravidlo: Neveriť drastickým diétam alebo zázračným tabletkovým spaľovačom tukov 5. pravidlo: Pravidelné preventívne lekárske kontroly

Tuky (lipidy) ako aj cukry a bielkoviny sú telu prirodzené látky, ktoré ľudský organizmus nevyhnutne potrebuje.

Tuky sú zdrojom energie a tvoria približne 30 - 35 % celkového energetického príjmu.

Sú súčasťou buniek, bunkových membrán, ochranného pláštia okolo nervov, prekursorov rôznych nosičov, látok, vitamínov (A,D,E,K), minerálov z jedla, ktoré konzumujeme a nevyhnutne vstrebávame.

Tuk je potrebný na kontrakcie svalov, správne fungovanie imunitného systému, hormónov, pečene, zrážanlivosti krvi, nervového systému, atď..

Tuk prináša pre telo v 1 g až 38,9 kJ energie.

Tuky by mali tvoriť približne 26 % z celodenného príjmu energie.

U detí je potreba tukov vyššia 4 - 5 g/1 kg telesnej hmotnosti, v dospelosti 1 g/kg telesnej hmotnosti na deň.

Pre čitateľov jednoduché delenie tukov: rozlišuje živočíšny a rastlinný pôvod.

Tip: Základné živiny v ľudskej strave: Čo sú to bielkoviny, cukry, tuky?

Väčšinu tukov z chemického hľadiska prijímame vo forme mastných kyselín.

V jednoduchosti rozlišujeme nasýtené mastné kyseliny, nenasýtené mastné kyseliny a tzv. transmastné kyseliny.

Ako to s tými mastnými kyselinami vlastne je?

Nasýtené mastné kyseliny pochádzajú zo živočíšnych tukov, s výnimkou rýb.

Nenasýtené mastné kyseliny získavame z rastlinných tukov a rýb.

Nenasýtené mastné kyseliny pomáhajú znižovať hladinu tzv. " zlého " LDL cholesterolu a zvyšujú hladinu tzv. " dobrého " HDL cholesterolu.

Dostatočný príjem nenasýtených mastných kyselín pomáha znižovať riziko cukrovky a aterosklerózy.

Vo vzťahu k vplyvu na ľudský organizmus a zdravie človeka sú najzdravšie nenasýtené mastné kyseliny a najhoršie transmastné kyseliny vznikajúce priemyselnou výrobou.

Transmastné kyseliny sú pre naše telo cudzie, škodlivé a nachádzajú sa najmä v margarínoch, polotovaroch, polevách, polotovarom lístkovom ceste, mrazenej pizze, polotovarových cukrárenských výrobkoch.

Alergici alebo pacienti s rodinnou hypercholesterolémiou, čo je dedičné ochorenie s vysokou hladinou cholesterolu, či inými dedičnými ochoreniami s vysokým rizikom na kardiovaskulárne ochorenia sa nevyhnutne musia uchýľovať k rôznym formám alternatívnych zdrojov tukov.

Pre túto časť populácie je potrebné zdôrazniť, že dnešné margaríny nie sú tak škodlivé ako v minulosti.



Obsah transmastných kyselín v nich sa radikálne znížil, zvýšilo sa percento výskytu repkového a olivového oleja.

Nenasýtené mastné kyseliny

Zvýšte zdroje nenasýtených mastných kyselín vo svojom jedálničku.

Po prečítaní zdrojov si poviete, že ich konzumujete.

Prijímate ich však na pravidelnej báze v týždňovom jedálničku? Prijímate ich viac ako mäso?

olivový olej repkový olej orechy ryby, známe ako omega-3 mastné kyseliny avokádo

Mýtus: Kokosový olej je najzdravší.

Kokosový tuk je síce rastlinný, ale obsahuje 80 % nasýtených mastných kyselín.

Palmový tuk obsahuje 50 % nasýtených mastných kyselín.

Pre porovnanie obe majú viac ako bravčová masť.

Fanúšikovia bravčovej masti si teraz pomyslia, že je veľmi zdravá a budú jej holdovať naďalej.

Tiež to nie je najzdravšie.

Pri bravčovej masti je takmer pravidlom, že je základom najmenej vhodnej prípravy jedla - vyprážania.

Vyprážanie sa považuje za najmenej vhodný spôsob prípravy jedla.

Vo všetkom je dôležitý spôsob prípravy jedla a jeho množstvo.

Polemika o škodlivosti bravčovej masti v skutočnosti stojí o kvantách jej použitia a spôsobe prípravy.

Pravda: Jeme málo rýb...

Ryby či kvalitný rybí olej predstavujú zdroj omega-3 mastných kyselín, ktorých väčšina z nás má naozaj nedostatok.

Ryby sú zdrojom zdravých omega-3 mastných kyselín. Zdroj Getty images

Prejavy nedostatku:

únava zápcha časté nachladnutie bolestivosť kĺbov depresia suchá koža lámavosť nechtov a vlasov

!Ak by sme zaradili dvakrát týždenne do jedálnička ryby, má to blahodarný vplyv na náš organizmus!

Zvýšenie prísunu omega-3 mastných kyselín pomáha:

znižovať hustotu krvi, znižovať krvný tlak, má protirakovinové účinky (rakovina prsníka, hrubého čreva), zmiernenie ochorenia ako Raynaudova choroba, reumatoidná artritída, zníženie prejavov depresie a mnoho ďalších.

Ludstvo sa nehýbe a módne trendy v stravovaní to nezachránia

V súčasnosti existuje množstvo teórií o správnom stravovaní a o jedoch, ktoré je potrebné zo stravy vylúčiť.

Jedlo nemá predstavovať len prázdne kalórie s minimálnou výživovou hodnotou.

Strava má byť výživovo plnohodnotná.

Každá radikálna diéta s úplným vylúčením základnej zložky nevedie k dlhodobej zdravej ceste.

Robotník v bani nemôže mať taký jedálniček ako úradník v kancelárii.

Neznamená to však, že takýto robotník má byť na mäsových konzervách.

Tiež to neznamená, že úradník má byť len na ovsených vločkách.

Viac tzv. L-methionínu, lepšia schopnosť tela metabolizovať mastné kyseliny, nájdeme ho:



v rybách v ľanových semiačkach v para orechoch v zelených listoch (petržlenu, zeleru, žihľavy, púpavy) v morských riasach v parmezáne vo vajciach

Ľanový olej ako zdravší variant. Avšak, treba ho používať správne. Zdroj foto: Getty images

Kde je však zlatá stredná cesta rovnováhy organizmu?

1. pravidlo: Každý človek je individuálny

Sme rovnakí, ale zároveň tak rozdielni a individuálni.

Iný metabolizmus, prípadne iné pridružené choroby či ochorenia vyskytujúce sa v rodine a iné povolanie a práca, ktorú vykonávame.

Mýtus: Ja "nič" také nejem. Som obézny, lebo mám zlú genetiku a metabolizmus.

Je pravda, že niekto môže mať pomalšie spaľovanie tukov, ale nadváhu alebo obezitu výhovorka o lenivom metabolizme nezapríčiňuje.

Ak by sme sledovali deň obézneho človeka uvidíme prejedanie, zajedanie pokrmov alebo neustále zobkanie jedla s minimom pohybu.

Je pochopiteľné, že človek s nadváhou alebo obezitou odrazu nezvládne takú fyzickú aktivitu akoby v skutočnosti mal. Aj malá zmena napr. prechádzka je skvelým začiatkom.

Najťažšie je začať sa hýbať a zmeniť zlý stereotyp v stravovaní.

Čítajte tiež:

Ako schudnúť zdravo? Jedálniček na chudnutie. Pozor na nezmyselné diéty

Vysoký výskyt kardiovaskulárneho ochorenia v rodine je znakom, ktorý by Vás mal prinútiť dávať väčší pozor na stravu bohatú na tuky, ich každodenný príjem, množstvo a fyzickú aktivitu.

Svetová zdravotnícka organizácia poukazuje na alarmujúce fakty.

Pred polstoročím trpelo obezitou približne 40 % Európanov, v súčasnosti stúpol počet približne o 130 %.

Viac o obezite si prečítajte na: Aký je rozdiel medzi nadváhou a obezitou?

Spaľovanie tukov ďalej ovplyvňuje:

stres choroba úraz vonkajšia teplota genetická výbava hladina hormónov

Ženy v porovnaní s mužmi majú rozdielne ukladanie tukov.

U žien sa tuk ukladá hlavne do podkožia končatín, vrátane zadku. Pri hladovaní vďaka evolúcii, aby ženy donosili dieťa aj v čase pri malom príjme potravy je spaľovanie tukov pomalšie.

U mužov sa tuky ukladajú typicky do brucha a do podkožia hrudníka.

Tento tuk zas sa rýchlejšie rozloží na mastné kyseliny, aby bol pripravený pre svalstvo, keďže muži boli kedysi lovcami a bojovníkmi.

2. pravidlo: Množstvo tukov

Tak ako vo všetkom platí, primerane s mierou.

Nezachráni Vás litre extra panenského olivového oleja, pokiaľ konzumujete, obzvlášť večer, tukové nezdravé "bomby".

Pokiaľ príjem tukov je väčší ako spotreba v organizme, matematika joulov nepustí žiadnymi alternatívnymi cestami.

Lekári či rôzni iní odborníci na stravovanie Vám presne vedia vyrátať Váš kalorický príjem a výdaj, zhodnotiť konštitúciu organizmu.

Jednoduché zrkadlo pre Vás:

Aký je Váš PRÍJEM TUKOV / VÝDAJ?

Aká je Vaša hmotnosť a hodnoty cholesterolu?



Žiaľ, pravdou naďalej ostáva vysoký každodenný príjem tukov v strave.

Typická slovenská kuchyňa s každodenným príjmom vypráženého mäsa a spracovaných výrobkov je živná pôda pre obezitu a s tým súvisiace ďalšie ochorenia.

JEME ŽIAĽ OVEĽA VIAC TUKOV ako naše telo potrebuje! Obezita nabaľuje cukrovku, vysoký krvný tlak a ochorenia srdca!

3. pravidlo: Kvalita a spôsob prípravy tukov

Kvalitné tuky sú šetrne spracované resp. tradičnými metódami, aby neboli znehodnotené.

Medzi najkvalitnejšie rastlinné oleje patria oleje lisované za studena od malých farmárov, rodinných podnikov, všeobecne z malovýroby.

Živočíšne tuky by mali pochádzať tiež z malých chovov, živočíchov s kvalitným krmivom a voľným výbehom.

Rozlišujeme použitie tukov v studenej a teplej kuchyni.

Studená kuchyňa prirodzene patrí k zdraviu prospešnej strave.

Má zachované nutrienty a bohatý podiel vlákniny.

Typicky si predstavíme stredomorskú kuchyňu, ktorá je jedným z pilierov dlhovekého života.

Za studena lisovaný kvalitný olivový olej je ideálny na každodenný príjem v jedálničku.

Vhodný najmä do studenej kuchyne, ale i mierne restovanie.

Prosím Vás, v olivovom oleji nevypráčajte s mylným pocitom, že máte zdravšie jedlo.

Šetrné spôsoby prípravy jedla v teplej kuchyni sú varenie, dusenie a niekoľkohodinové pečenie pri teplotách do 120 °C.

Pozor na prepálené tuky, ktoré, žiaľ, väčšina reštaurácií používa.

Pri restovaní, potraviny sa majú prehadzovať, aby sa olej alebo tuk ochladzoval a neprepálil.

Restovanie by malo trvať krátko.

Medzi tepelne stabilné tuky do teplej kuchyne patria bravčová masť, topené maslo, avokádový olej, kokosový tuk alebo sezamový olej.

Tie sú zas s vyšším podielom nasýtených mastných kyselín oproti rastlinným tukom.

Nerafinované rastlinné tuky s nenasýtenými mastnými kyselinami však do teplej kuchyne nepatria.

Rafinované rastlinné tuky sú síce vhodné do teplej kuchyne, lebo majú menší podiel látok, ktoré sa môžu prepaľovať, ale majú nižšiu výživovú hodnotu.

Jednoducho povedané, ľudia nachádzajú vhodnejšie tuky na prípravu do najmenej vhodnej až nevhodnej úpravy jedál.

Výroba rafinovaných olejov využíva chemické postupy (napr. pod vysokou teplotou), ktoré ich hodnotu výrazne znižujú.

Nehovoriac, že v rýchlo upravených a prudko vysmažených mäsových pokrmoch, spracovaných mäsových výrobkoch je množstvo karcinogénov.

Práve pri pravidelnej konzumácii takýchto jedál je nebezpečenstvo zvýšenia rizika rakoviny hrubého čreva.

"Vyprážené" chutí, ale nechutí nášmu telu"

Jednoduchá odpoveď by bola - čím menej dlhého tepelného spracovania tukov = Vyprážanie vyradiť.

Je to v reálnom živote prirodzene veľmi náročné, avšak možné.

Grilovanie je obľúbeným spôsobom prípravy jedla.

Avšak pri prudkom grilovaní pri vysokej teplote sa tuk a šŕava z mäsa dostávajú do ohniska, vznikajú tam karcinogénne látky, ktoré sa následne prúdom vzduchu dostávajú späť na pokrm.



Samotný dym z horenia obsahuje ďalšie škodlivé látky.

Každodenný resp. veľmi častý spôsob takejto prípravy jedla nie je vhodný, občasne však človeku neublíži, obzvlášť, ak k tomu pridá kopec zeleniny.

Pozornosť si zaslúžia tiež nevhodné olejové prekorenené marinády z pokrmov, ktoré prehárajú škodlivo v ohnisku.

4. pravidlo: Neveriť drastickým diétam alebo zázračným tabletkovým spaľovačom tukov

Jediný spaľovač je pohyb.

Nikto nikdy ešte nevymyslel diétu ani tabletku, ktorá nahradí pohyb.

Tiež je pravda, že ak sa človek dostatočne hýbe, ale aj tak má nadmerný príjem potravy tiež to nič zázračné nezmení.

Dávajte pozor na samozvaných odborníkov, ktorí doporučujú radikálne diéty.

Pokiaľ sa chcete zbaviť svojich prebytočných tukov, zdravý a udržateľný spôsob nikdy nie je super rýchly.

Nebezpečné môžu byť výživové doplnky sľubujúce rýchle schudnutie.

Môžu negatívne vplývať na krvný tlak, uvoľňovanie hormónov, nervový systém, prípadne nepodliehajú žiadnej kontrole a obsahujú potenciálne karcinogény.

Mýtus: Iba "light" výrobky sú zdravé a môžeme ich jesť koľko chceme.

Light výrobky majú znížené množstvo tuku oproti klasickým mliečnym výrobkom približne o 30 %.

Pokiaľ sú "light" výrobky zamerané na správnu cieľovú skupinu môžu byť prospešné a efektívne.

Nie je správne, ak niekto úplne zatracuje jednu alebo druhú skupinu.

Inú potrebu má dieťa vo vývine a dospelý človek s nadváhou.

Mliečny tuk obsahuje významné bioaktívne látky, dôležité pre črevný mikrobióm a imunitu.

Light výrobky sú diétnejšie, ale neznamená, že ich môžeme konzumovať neobmedzene a nepriberieme.

Kvalitné light výrobky sú vhodné pre ľudí s nadváhou a obezitou pri redukčnej diéte.

Nie je pravda, že všetky light výrobky musia zákonite mať zlé zloženie, množstvo emulgátorov, rôznych zahusťovadiel a škrobov.

Niektoré light výrobky môžu obsahovať aj viac bielkovín ako klasické.

Tiež nie je pravda, že pľnotučné mliečne výrobky sú pre telo škodlivé a človek ich musí zákonite obmedzovať a vynechávať.

5. pravidlo: Pravidelné preventívne lekárske kontroly

Celkové vyšetrenie lekárom a laboratórne zhodnotenie výsledkov krvi a moču sú nenahraditeľné.

Vyšetrenie stanoví okrem iného Vašu hladinu tukov (celkového cholesterolu, HDL, LDL, triacylglyceroly atď.)

Vyšetrenie nenahradí ani sto najlepších rád či diét.

Zhodnotí Váš zdravotný stav, ukáže Vám okrem iného aktuálne hladiny tukov a prinesie odborné doporučenie ako ďalej postupovať.

Mýtus: Radšej k doktorovi nepôjdem, lebo mi dá hneď lieky a ja som zdravý, nič ma nebolí.

Vždy pokiaľ je to možné, uprednostní sa redukcia váhy, viac fyzickej aktivity, úprava jedálnička a zlepšenie životného štýlu.

Áno, lieky lekár indikuje, pokiaľ vidí alarmujúce hodnoty cholesterolu, vysoký krvný tlak 2. či 3. stupňa, obezitu či vysoký cukor, tak pacient lieky dostane.

Áno, sú to tiché zabijaky, ktoré nebolia a pacient si klamlivo myslí, že je zdravý.



V skutočnosti, ak by lekárovi nešiel, po určitom čase by pravdepodobne dostal infarkt myokardu, cievnu mozgovú príhodu alebo by ho previezli po odpadnutí s tak vysokým cukrom, keď by rovno išiel na jednotku intenzívnej starostlivosti.

Návšteva lekára chorobu pacientovi nevyrobila, ale ju odhalila.

Lekár nenahnal tuky do Vašej krvi, ale ich kontroluje.

Ak ste naozaj zdraví, prehliadka to potvrdí.

Nezabúdajte obezita, cukrovka, vysoký krvný tlak sú tichými požíračmi tela.

Odhalte včasne riešiteľné zdravotné problémy.

Nemyslite, ale vedzte, že ste naozaj zdraví.

Zaujímavé zdroje informácií

solen.sk - Rizikové faktory rozvoja aterosklerózy: lipidy a ich vzťah k ateroskleróze, MUDr. Branislav Vohnout, PhD., doc. MUDr. Katarína Rašlová, CSc. cloud-6.edupage.org - LIPIDY - TUKY journals.lww.com - Diet, lipids, and cardiovascular disease unilabs.sk - RYBÍ OLEJ: ZDROJ OMEGA-3 MASTNÝCH KYSELÍN A VITAMÍNU D Pella,D.;; Omega-3 mastné kyseliny - od výživového doplnku ku farmaku podloženému medicínou dôkazov. Kongres SSKB Košice 2010 Bada V., Ako sa dá predchádzať chorobám srdca a ciev, 2017

Súvisiace

MUDr. Zuzana Kožlejšová, PhD.

Lekár

Vždy som túžila pomáhať ľuďom a obzvlášť ťažko chorým. Vyštudovala som Lekársku fakultu **UPJŠ** v Košiciach. Už počas vysokej školy som sa venovala onkohematologickému výskumu, kedy som sa zaoberala pacientami s leukémiou. Absolvovala som stáž na Onkologickom inštitúte v Barcelone v Španielsku, kde som praxovala na špičkovej Klinike onkohematológie. Spoznala som tzv. otvorenú medicínu, kedy si pacient niesol z ambulancie od profesora s celosvetovým renomé nakreslenú chorobu na papieri. Pacient bol spokojný, informáciám porozumel a po pevnom stisku ruky od lekára veril, že s pomocou Boha a lekára chorobu porazí. Pacient sa usmial a odišiel. Vtedy som sa definitívne rozhodla, že sa chcem venovať onkológii a byť tu pre ľudí, ktorí to obzvlášť potrebujú. Od roku 2014 som niekoľko rokov pracovala vo Východoslovenskom onkologickom ústave na Oddelení klinickej onkológie v Košiciach, potom neskôr na Oddelení klinickej onkológie vo Fakultnej nemocnici J. A. Reimana v Prešove a momentálne som na materskej dovolenke. Výskumu som sa nevzdala a po absolvovaní vysokej školy sa tiež venujem proteomickému štúdiu pacientiek s karcinómom prsníka. Na túto tému som obhájila PhD. titul v klinickej biochémií a verím, že neustály pokrok vo výskume stále viac a viac pomôže. Vo svojej práci, keď často pacient prichádza neskoro alebo pri výučbe medikov som si stále uvedomovala aká dôležitá je osвета v medicíne. Aj touto cestou písania chcem prispieť k Vašej prevencii či pomôcť orientovať sa pri zdravotných ťažkostiach.

Najnovšie

Autor: Zuzana Kožlejšová



Nová zberateľská eurominca pripomína sté výročie prvej transfúzie krvi na Slovensku

28. 6. 2023, 13:03, Zdroj: lekarskenoviny.sk, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 331 GRP: 0,01 OTS: 0,00 AVE: 109 EUR

Redakcia

Národná banka Slovenska emitovala pri príležitosti stého výročia prvej transfúzie krvi na Slovensku zberateľskú euromincu s touto tematikou. Priekopníkom tohto život zachraňujúceho medicínskeho výkonu bol zakladateľ našej fakulty a jej prvý dekan profesor Ján Kňazovický. Prvú transfúziu krvi uskutočnil v roku 1923 v Bratislave ako mladý asistent pracujúci na vtedy jedinej chirurgickej klinike na Slovensku pod vedením profesora Stanislava Kostlivého.

Vtedajšie udalosti priblížil vnuk profesora Jána Kňazovického a bývalý absolvent našej fakulty, MUDr. Miloš Kňazovický, podľa ktorého sa Ján Kňazovický pred sto rokmi ako mladý lekár pri popoludňajšej vizite rozhodol poskytnúť krv iného pacienta mužovi operovanému na vredovú chorobu žalúdka, keď ho našiel pri popoludňajšej vizite smrteľne bledého a s nemerateľným krvným tlakom.

„Ako chirurgovi mu bolo hneď jasné, že sa jedná o veľkú stratu krvi v dôsledku vnútorného krvácania a musel rýchlo konať. Rozhodol sa v záujme záchrany života pacienta ako prvý lekár v bývalom Československu pre poskytnutie krvi od iného pacienta. Prehovril muža ležiaceho na vedľajšej posteli, ktorý sa už chystal do domáceho liečenia, aby mu dovolil odobrať na skúšku malé množstvo jeho krvi. Pacient po úvodnom váhaní súhlasil, keď videl druhého pacienta umierať pred očami...

V tých časoch ešte neboli dostupné laboratórne metódy na stanovenie krvných skupín a prípadná nesprávna reakcia sa dala zistiť len pozorným klinickým sledovaním pacienta takzvanou biologickou skúškou. Našťastie, pacient-prijemca prijal darcovu krv doplnenú o citrátový roztok kvôli predídaniu zrážaniu krvi bez ťažkostí. Po prvej striekačke krvi viditeľne ožil aj druhú zniešol takisto dobre a výrazne zlepšila jeho zdravotný stav. Jeho pulz už bol hmatateľný a počítateľný a krvný tlak sa stal merateľný, takže krv iného pacienta viditeľne pomohla a všetko nasvedčovalo tomu, že krvácanie ďalej nepokračuje. Pacient-prijemca u nás dovtedy nepoužívaný medicínsky výkon prežil a s darcom krvi sa stali dobrými priateľmi, no ich mená sa neuchovali,“ hovorí doktor Miloš Kňazovický, ktorý pracuje na I. chirurgickej klinike Lekárskej fakulty **UPJŠ** a UNLP Košice.

Vnuk Jána Kňazovického bol pozvaný na slávnostné podujatie predstavenia piatich nových zberateľských euromincí minulú stredu (21. júna 2023) v Kaštieli Pálffy vo Svätom Jure, kde prítomným prerozprával tieto okolnosti podania prvej transfúzie krvi.

„Osobnosť profesora Jána Kňazovického sa veľkými písmenami zapísala do histórie slovenskej medicíny, aj do histórie našej lekárskej fakulty. Jeho meno je nerozlučne späté nielen s prvou transfúziou krvi na Slovensku a rozvojom prvých transfúzných staníc, ale tiež so založením košickej chirurgickej školy a rozvojom košickej cievnej chirurgie po začatí jeho pôsobenia v Košiciach a v neposlednom rade aj so vznikom našej lekárskej fakulty, na čele ktorej stál v rokoch 1948-1950 ako jej prvý dekan,“ hovorí prof. MUDr. Peter Jarčuška, PhD., súčasný dekan Lekárskej fakulty **UPJŠ** v Košiciach, ktorá si v tomto roku pripomína 75-te výročie svojho vzniku.

Za prínos prof. MUDr. Jána Kňazovického pre slovenskú transfúziológiu sa od roku 2007 udeľujú slovenským darcom krvi medaily profesora Jána Kňazovického ako najhodnotnejšie pamätne medaily za viac ako 100-násobné bezpríspevkové darcovstvo u mužov a vyše 80-násobné bezpríspevkové darcovstvo u žien.

Z histórie transfúziológie:

Prvý pokus o krvnú transfúziu medzi ľuďmi vykonal nemecký lekár Matthäus Purmann v sedemnástom storočí (v r. 1668) na troch vojakoch a po tomto pokuse nasledovali mnohé ďalšie, vrátane experimentov s použitím zvieracej krvi. Keďže v tom čase ešte neboli známe vedomosti o zložení krvi a krvných skupinách, krvné transfúzie mali v tom čase menej ako 50-percentnú úspešnosť a zväčša končili vážnymi komplikáciami, či smrťou príjemcu. Až po objavení krvných skupín 0, A a B rakúskym biológom Karlom Landsteinerom v roku 1901 a krvnej skupiny AB českým lekárom Janom Jánskym v roku 1907 začal rozvoj transfúziológie, ktorá dosiahla najväčší rozmach počas prvej svetovej vojny a pomohla zachrániť tisícky životov zranených vojakov.

Zdroj, foto: Lekárska fakulta **UPJŠ** v Košiciach, TS

Autor: Redakcia || Redakcia



Program národnostno-etnického vysielania Rádia Patria [↗](#)

☐ 28. 6. 2023, 18:15, Relácia: **Program národnostno-etnického vysielania Rádia Patria**, Stanica: **Rádio Regina (západ)**, Vydavateľ: **Rozhlas a televízia Slovenska**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**
Dosah: 11 836 GRP: 0,26 OTS: 0,00 AVE: 10116 EUR

[strojový prepis] ...*Je tam doc. politológii z Filozofickej fakulty univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach Alexandre hnutia k. Dobrý večer, dobrý večer, ďakujú za pozvania. Tak som vy tam i Martina Karasa, predsedu rumunského bradu k od raje spol. Organizátorom dnešného verejné nahrávke besied sa k od rázne kat...*



Program národnostno-etnického vysielania Rádia Patria [↗](#)

☐ 28. 6. 2023, 18:15, Relácia: **Program národnostno-etnického vysielania Rádia Patria**, Stanica: **Rádio Regina (stred)**, Vydavateľ: **Rozhlas a televízia Slovenska**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**
Dosah: 11 836 GRP: 0,26 OTS: 0,00 AVE: 10098 EUR

[strojový prepis] ...*Je tam do centra politológií z Filozofickej fakulty **univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach** Alexandre mufti k. Dobrý večer, dobrý večer, ďakujú za pozvania, tak som vítam i Martina Karasa, predsedu rusínskeho obrodu. K od raje spol. Organizátorom dnešného verejne nahrávke besedy. Znak otráv vznikáť v rám kach osláv na Ruse nie od osoby Rus n. E....*



RÝCHLE RADY PRI VÝBERE ŠKOLY MÔŽU BYŤ HORŠIE AKO ŽIADNE

📅 29. 6. 2023, Zdroj: **Prešovské noviny**, Strana: 12, Vydavateľ: **Petít Press, a.s.**, Autor: **Jarmila Horáková**, Sentiment: **Positívny**, Téma: **Fakulty a ústavy UPJŠ**, Kľúčové slová: **Veronika Zibrinyiová**

Dosah: 203 116 GRP: 4,51 OTS: 0,05 AVE: 326 EUR

Rubrika: VYSOKÉ ŠKOLY - VZDELÁVANIE

Psychologička **Veronika Zibrinyiová** a kariérna poradkyňa Zuzana Kožárová odporúčajú, aby sa študenti pri riešení svojich problémov neriadili radami zo sociálnych sietí.

Kolike ma tlačí, aby som išiel na vysokú školu pre lepšiu budúcnosť. Ja sa tomu bránim. Mám podľahnúť ich tlaku?

Pri zvažovaní toho, či ísť na vysokú školu alebo nie, je určite dobré zvážiť názory blízkych ľudí.

Na druhej strane by tlak rodiny nemal byť jediným dôvodom, prečo ísť študovať. Ide o váš život, vaše vzdelanie, vašu budúcu kariéru.

Je preto dobré preskúmať vlastné kariérne smerovanie – v ktorej profesii sa vidíte a nakoľko na jej vykonávanie budete potrebovať vysokoškolské vzdelanie. A podľa toho sa ďalej rozhodovať.

Minulý rok som sa dal rodičmi presvedčiť, aby som nešiel študovať na moju vysnívanú školu v zahraničí, ale ostal na slovenskej univerzite študovať dištančne. Zisťujem však, že ma to štúdium nebaví. Mám zanechať štúdium a prestúpiť?

Skôr, ako urobíte taký zásadný krok, ako je zanechanie štúdia, je určite dôležité preskúmať, čo konkrétne vás na štúdiu nebaví. Je to forma? Alebo obsah? Sú to vyučujúci? Alebo je to celkovo spôsob vysokoškolského štúdia? Pretože rovnaký problém by po krátkom čase mohol vzniknúť aj na vami vybranej vysokej škole. Ak je to dištančným štúdiom, môžete skúsiť prezenčnú výučbu. Medzičasom môžete s vyučujúcimi konzultovať isté zmeny vo vyučovaní, ktoré by vám štúdium zatriktívni. Ak bude vaša nespokojnosť pretrvávajúť aj počas prezenčnej výučby, môže byť riešením uvažovať nad zmenou odboru alebo vysokej školy.

Mám pred sebou prvé skúšky na vysokej škole, no v poslednom čase sa cítim neuveriteľne demotivovaná. Že nie som dosť dobrá, nič neviem a cítim sa úplne stratená.

Prvý ročník je pre mnohých študentov náročný. Treba si zvyknúť na nové prostredie, štýl vzdelávania. Je prirodzené pociťovať občas nedostatok motivácie, strach, smútok či iné emócie.

Ak však tieto pocity neprestávajú a negatívne ovplyvňujú váš život, v takom prípade by sme odporučili psychologické poradenstvo, ktoré niektoré univerzity poskytujú študentom bezplatne.

Následne môžete využiť aj kariérne poradenstvo či poradenstvo pri problémoch s učením alebo ich kombináciu.

Upozornenie odborníčov: Tieto odpovede sú veľmi zjednodušujúce. Na naozaj dôkladné a odborné posúdenie situácie klienta je potrebný osobný rozhovor. Pri podobných dilemách rozhodne odporúčame vyhľadať kariérneho alebo výchovného poradcu či školského psychológa na svojej strednej škole, prípadne sa obrátiť na odborníkov z centier pedagogickopsychologického poradenstva a prevencie.

ilustračné foto:freepik.com

Autor: Jarmila Horáková



Motýle exotických trópov [↗](#)

📅 29. 6. 2023, 2:07, Zdroj: kamdomesta.sk [↗](#), Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Dosah: **2 607** GRP: **0,06** OTS: **0,00** AVE: **313 EUR**

Piatok 30.06.2023, 09:00

Iné termíny

Pozývame Vás na výstavu živých tropických motýľov, ktorá sa uskutoční v skleníku Viktória v dňoch 19. mája až 2. júla 2023 v čase od 9.00 do 17.00 hod.

Výstava bude doplnená predajom preparovaného hmyzu počas víkendov, ktorý zabezpečí Michal Zachar (Entotera).

Dovoľujeme si Vás upozorniť, že posledný vstup na výstavu motýľov bude umožnený o 16:30 hod.

Portál 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: Botanická záhrada **UPJŠ**



Legendárne automobily ťahom štetca [↗](#)

📅 29. 6. 2023, 2:52, Zdroj: [kamdomesta.sk](#) [↗](#), Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**

Dosah: 2 607 GRP: 0,06 OTS: 0,00 AVE: 337 EUR

Štvrtok 29.06.2023, 09:00

Iné termíny

Termín výstavy: od 4. mája do 17. septembra 2023

Miesto konania: výstavné priestory, Slovenské technické múzeum, Hlavná 88, Košice

Slovenské technické múzeum a výtvarník Vladimír Lengyel pripravili nielen pre fanúšikov motorizmu výstavu LEGENDÁRNE AUTOMOBILY ŤAHOM ŠTETCA, ktorá bude sprístupnená pre verejnosť od 4. mája 2023. Ide o prierezovú výstavu výnimočného košického výtvarníka Vladimíra Lengyela, ktorý sa venuje maľbám ikonických automobilov svetových značiek.

Vladimír Lengyel (1979) sa narodil v Košiciach a vyštudoval britské a americké štúdiá na **Univerzite Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**. Venuje sa najmä maľovaniu ikonických automobilových scén za použitia prevažne akrylových a olejových farieb. Vystavoval nielen v Bratislave či v Košiciach, ale aj v Budapešti a v Prahe.

„Od malička ma zaujímali autá, som milovník klasických tvarov automobilov 60. a 70. rokov, ktoré sa už vytrácajú. Rozhodol som sa maľovať úplne náhodou, maľujem ikonické automobily, legendárne momenty z pretekov, známe budovy, ale aj portréty,“ približuje autor Vladimír Lengyel.

Priaznivci výtvarného umenia a krásy legendárnych automobilov sa môžu tešiť na autorskú komentovanú prehliadku výstavy, ktorá sa uskutoční v sobotu 20. mája 2023 o 15.00 hod. vo výstavných priestoroch múzea.

Portál [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: [stm-ke.sk](#)