



Aktualizovaný týždenný prehľad udalostí v SR na 28. týždeň	2
Agentúrne spravodajstvo, TASR, 4. 7. 2025, 18:11	
Ktorá generácia žije len pre prítomný okamih?	4
Tlač, Nový Čas Nedeľa, 5. 7. 2025	
Jubilujúci festival Východná priniesol do areálu pod Kriváňom rozmanitosť folklóru	5
Online, zilina.sp21.sk, 6. 7. 2025, 9:00	
Doplnený prehľad udalostí na pondelok 7. júla	6
Agentúrne spravodajstvo, TASR, 6. 7. 2025, 16:54	
Ako udržať medikov na Slovensku	7
Televízia - TA3, Hlavné správy, 6. 7. 2025, 18:35	
Ako udržať mladých lekárov na Slovensku? Ministerstvo chystá unikátny projekt	8
Online, ta3.com, 6. 7. 2025, 19:57	
Ako vám telo hovorí, že sa duša nemá dobre	10
Tlač, Magazín zdravia, 7. 7. 2025	



Aktualizovaný týždenný prehľad udalostí v SR na 28. týždeň

📅 4. 7. 2025, 18:11, Zdroj: **TASR**, Vydavateľ: **Tlačová agentúra Slovenskej republiky**, Sentiment: **Neutrálny**, Téma: **Rektorát UPJŠ**, Kľúčové slová: **rektor UPJŠ**

Aktualizovaný týždenný prehľad udalostí v SR na 28. týždeň

7. júla - pondelok

Kelemantia - letná škola archeológie (7. - 16. júla)

Iža, areál pevnosti

7. júla - pondelok

Detská Univerzita veterinárneho lekárstva a farmácie v Košiciach

Košice, UVLF

7. júla - pondelok

08.00 MiniTrnava - mesto detí (7. - 18. júla)

Trnava, Mestský zimný štadión

7. júla - pondelok

08.00 Univerzita bez hraníc (7. - 11. júla)

Košice, **UPJŠ**, **rektorát**, historická aula, Šrobárova č. 2

7. júla - pondelok

09.00 Kráľovná polí - nová CR11 Demo tour 2025 na Slovensku

O zber sa postará - Kráľovná polí New Holland CR11

okres Nové Zámky

<https://sdu.sk/6Qq>

7. júla - pondelok

10.00 Zastupiteľstvo Žilinského samosprávneho kraja

Žilina, Úrad ŽSK, kongresová sála, Komenského 48

7. júla - pondelok

10.30 TK Republikovej únie zamestnávateľov

Téma: Zverejnenie výsledkov prieskumu agentúry AKO pre RÚZ: Ako vnímajú Slováci problematiku odpadov?

Bratislava, RÚZ, sekretariát, Digital Park III, blok E, 4. poschodie, Einsteinova 19

7. júla - pondelok

11.00 Otvorenie Lukostreleckého areálu

Látky, hotel Zerrenpach Látky, Prašivá č. 4

7. júla - pondelok

12.30 TK ministra školstva, výskumu, vývoja a mládeže SR Tomáša Druckera po ukončení okrúhleho stola so zástupcami samosprávnych krajov, Združenia miest a obcí Slovenska, Únie miest a ďalších profesijných organizácií

Téma: Vízia školstva na národnostne zmiešanom území



Komárno, Dôstojnícky pavilón, Veľká sála, Pevnostný rad 142/1

7. júla - pondelok

13.00 Zastupiteľstvo Trenčianskeho samosprávneho kraja

Trenčín, Úrad TSK, kongresová sála, K dolnej stanici 20

7. júla - pondelok

13.30 Mestské zastupiteľstvo mesta Prešov

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

8. júla - utorok

10.00 Online predstavenie novej štúdie Polarizácia a Antisystém 2025

platforma ZOOM

Link: <https://zoom.us/j/93813466279>

Meeting ID: 93813466279

8. júla - utorok

10.00 TK farmaceutickej spoločnosti ALK pri príležitosti Svetového dňa alergií

Téma: Alergie u detí nepoznajú prázdniny

Bratislava, Bistro Ferdinand, Sad Janka Kráľa 2692/1

8. júla - utorok

10.00 TK Univerzitnej nemocnice L. Pasteura

Téma: Predstavenie unikátnej liečby deformít končatín po úrazoch s využitím špeciálne vyvinutého softvéru na záchranu pred amputáciou

Košice, areál Rastislavova č. 43, riaditeľstvo, I. pavilón, 1. poschodie, veľká zasadačka

8. júla - utorok

16.50 Odhalenie pamätných tabúl blahoslavených Titusa Zemana a Jána Havlíka

Nimnica, Kúpele Nimnica

9. júla - streda

Akcie nie sú hlásené.

10. júla - štvrtok

Folklorne slávnosti pod Poľanou v Detve (10. - 13. júla)

Detva, prírodný amfiteáter

10. júla - štvrtok

Festival FestDobre (10. - 13. júla)

Folk a country festival

Bojná, Ranč pod Babicou

10. júla - štvrtok



Festival Pohoda (10. - 12. júla)

Trenčín, letisko

10. júla - štvrtok

10.00 Otvorenie projektu Wake Park Trixen za účasti predsedu Košického samosprávneho kraja Rastislava Trnku

<https://maps.app.goo.gl/KXs1V8YDAMykFRYa9>

10. júla - štvrtok

11.00 Otvorenie zrekonštruovanej historickej lekárne Milosrdných bratov

Skalica, lekáreň, Potočná ulica č. 58

11. júla - piatok

14.00 Univerzita bez hraníc (7. - 11. júla)

Slávnostná promócia

Košice, areál **UPJŠ**, poslucháreň M5, Šrobárova č. 22

12. júla - sobota

10.00 Guláš Majster 2025

Súťaž vo varení gulášu

Sklené Teplice, futbalové ihrisko

13. júla - nedeľa

Akcie nie sú hlásené.

mik lt

Autor: LT

Ktorá generácia žije len pre prítomný okamih?

☐ 5. 7. 2025, Zdroj: **Nový Čas Nedeľa**, Strany: 4, 5, Vydavateľ: PUBLISHING HOUSE, a.s., Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach
Dosah: 558 000 GRP: 12,40 OTS: 0,12 AVE: 6913 EUR

Ktorá generácia žije len pre prítomný okamih?

Rubrika: O ČOM SA HOVORÍ

Každá generácia má svoje klady a zápory. Každá vyrastala v inej dobe a v iných podmienkach. Ako vidí generáciu, ktorú učí na vysokej škole, PhDr. Mgr. Renáta Cenková, PhD., MBA z **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**? Čo by radila svojim študentom a čomu by sme sa od generácie Z mohli priučiť?

? Študenti, ktorých učíte na vysokej škole, patria k tzv. generácii Z. Vidíte na nich rozdiely v porovnaní napríklad s generáciou, do ktorej patríte vy?

Aktuálne študujúci vysokoškoláci sú šikovní, zruční v digitálnych technológiách. Napr. v rámci hodín marketingovej komunikácie, okrem iného, spravujú aj sociálne siete, v čom sú veľmi kreatívni. Majú vynikajúci prehľad v aplikáciách, IT novinkách, ako aj v ovládaní grafických, či strihacích programov. Myslím, že predstavitelia generácie Z sú, rovnako ako bola v ich veku aj moja generácia, plní ideálov. Majú oveľa viac možností, zväčša dobre ovládajú cudzie jazyky a svet sa pre nich „zmenšil“. Na druhej strane, tým že ide o „slabšie“ populačné ročníky stráca sa medzi nimi prirodzená súťaživosť a často vyhľadávajú skratkovité (instantné) riešenia. Napr. generácia tzv. Husákových detí, ktorá patrí medzi najsilnejšie populačné ročníky, nemala veľa možností, a preto sa musela snažiť a pracovať na sebe. Uvediem príklad: v minulosti bolo v menšom okresnom meste len jedno gymnázium, záujemcov o štúdium bolo napr. 2000 a prijať bolo možné len 100 študentov. Dnes sú v malom okresnom meste tri/štyri gymnáziá a záujemcov je napr. 800. Nemusia sa až tak snažiť a majú viac možností, nie je na nich vyvíjaný taký tlak, ako na generáciu dnešných 40-tnikov – 50-tnikov, a to v nich prirodzene nevyvoláva



také požiadavky pracovať na sebe.

? Aký je ich vzťah k štúdiu, ich názory, hodnoty, postoje?

U prevažnej väčšiny študentov je vzťah k štúdiu pozitívny. Osobne si všímam, že niektorí študenti vnímajú školu len ako „predĺženie“ mladosti. Samozrejme, nie všetci, ale časť študentov určite áno, sa učí len nevyhnutné minimum, ktoré postačí na to, aby „prešli“ skúškou. Ich názory a postoje sa vyvíjajú, tak ako v každej generácii. Stretávam sa s tým, že ich menia ešte v priebehu štúdia (je veľký rozdiel medzi študentom prvákom a piatakom). Pravdou je, že sú ľahšie ovplyvniteľní a môžu podliehať rôznym public opinion leaders – či už influencerom, politikom, médiám, a to často bez kritického myslenia.

? Čo by ste generácii Z odporúčali zmeniť?

Odporúčam im viac komunikovať a spolupracovať, a to medzi sebou aj naprieč generáciami, viac sebareflexie, sebakritiky, ochoty, nadhľadu, viac čítania kníh s porozumením, nielen krátkych popisov a statusov na sociálnych sieťach, menej lenivosti, povrchnosti, menej využívať technológie AI a viac využívať kritické myslenie. Táto generácia žije pre prítomný okamih a nepremýšľa 2-3 kroky dopredu, neuvedomujú si, že jedného dňa dosiahnu aj oni dôchodkový vek.

? Čomu by sme sa od generácie Z mohli priučiť my ostatní?

Generácia Z je dravá, sebavedomá, nebojácna, šikovná, scestovaná, vie si nahlas povedať svoj názor. Ovláda jazyky a orientuje sa v technológiách.

? Ktorá generácia (X, Y alebo Z) mala podľa vás najlepšie detstvo?

Ťažko povedať, každé dieťa, ak vyrastalo obklopené milujúcimi ľuďmi, malo krásne detstvo. Nové technológie a vývoj nezastavíme. Mne a mojej generácii sa môže zdať krásne naše detstvo, inej generácii jej detstvo. V každom prípade sa domnievam, že keď sa deti v detstve hrajú s takými hračkami, ktoré podporujú rozvoj ich fantázie a kreativity a ktoré v nich nespôsobujú závislosť, je to v poriadku.

RENÁTA CENKOVÁ: Tvrdí, že nové technológie a vývoj nezastavíme. MUSÍME SPOLU VYCHÁDZAŤ: Jednotlivé generácie majú iné hodnoty a životné postoje, ale svet, v ktorom žijeme, je spoločný.

Zaujímavosť z bývalého Československa

Husákové deti

PODPOROVALI PÔRODNOSŤ: V 70-tych rokoch sa narodilo v bývalom Československu veľa detí.

Jubilujúci festival Východná priniesol do areálu pod Kriváňom rozmanitosť folklóru

6. 7. 2025, 9:00, Zdroj: zilina.sp21.sk, Autor: TASR, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzitné pracoviská, Kľúčové slová: Folklórny súbor Hornád, Ďalšie zdroje: zilina.sp21.sk

Dosah: 12 324 GRP: 0,27 OTS: 0,00 AVE: 658 EUR

V piatok 4. júla si program zložený z tradičnej kultúry z domova i zo sveta tam pozrelo 10-tisíc návštevníkov. Tlačovú agentúru Slovenskej republiky o tom informoval Samuel Chlpek z Národného osvetového centra.

TASR | 6. júl 2025 | 09:00:09 Zdieľať článok

Zdroj: TASR/Michal Svítok

Tip na výlet v Žilinskom kraji: Hojdačka s výhľadom na celé Kysuce

V rámci úvodného programu Privítanka uviedli do života i výročnú publikáciu 70 rokov FF Východná, ktorú folklórna skupina Kriváň z Východnej poliala vodou z miestnych Troch studničiek. „Veľká scéna následne patrila zahraničným kolektívom z troch kontinentov, publikum nadchli tance zo Strážnice, z Havaja, zo Samoy, španielskej Galície, Slovinska, z Kolumbie i Indie. Prostredníctvom hudby, krojov a pohybovej virtúozity predstavili dedičstvo zapísané v Reprezentatívnom zozname nehmotného kultúrneho dedičstva ľudstva UNESCO,“ priblížil Chlpek.

Večerný blok Križovatky podľa neho upozornil na kultúrnu rozmanitosť menších a etnických skupín žijúcich na Slovensku i za jeho hranicami. „Večerný program zavŕšili Tri svety, v ktorých sa predstavili jubilujúce folklórne kolektívy: Folklórny súbor Váh z Liptovského Mikuláša, Folklórny súbor Hornád z Košíc, Folklórny súbor Považan z Považskej Bystrice, Folklórny súbor Gymnik z Bratislavy, Folklórny súbor Ekonóm z Bratislavy a Vysokoškolský súbor ľudových piesní a tancov Poľana z Brna,“ doplnil.

Súčasťou programu bolo i vystúpenie ľudových hudieb a koncert world music formácie z Poľska. Počas dňa nechýbali sprievodné aktivity partnerov, regionálne špeciality a tvorivé dielne remeselníkov Ústredia ľudovej umeleckej výroby.



Folklorný festival Východná organizuje Národné osvetové centrum. Festival je najstarším a najrozsiahlejším podujatím na Slovensku v oblasti tradičnej kultúry, folklóru a folklorizmu. Začal sa vo štvrtok 3. júla a potrvá do nedele 6. júla, postupne sa na ňom predstaví viac ako 1 500 účinkujúcich.

Doplnený prehľad udalostí na pondelok 7. júla

📅 6. 7. 2025, 16:54, Zdroj: **TASR**, Vydavateľ: **Tlačová agentúra Slovenskej republiky**, Sentiment: **Neutrálny**, Téma: **Rektorát UPJŠ**, Kľúčové slová: **rektor UPJŠ**

Doplnený prehľad udalostí na pondelok 7. júla

Vedúci vydania:

predpoludním: A. Grausová

popoludní: M. Jaroš

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

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

Technická podpora: 0905/505 721

Kelemantia - letná škola archeológie (7. - 16. júla)

Iža, areál pevnosti

text

Detská Univerzita veterinárneho lekárstva a farmácie v Košiciach

Košice, UVLF

text

08.00 Univerzita bez hraníc (7. - 11. júla)

Košice, **UPJŠ**, **rektorát**, historická aula, Šrobárova č. 2

08.00 MiniTrnava - mesto detí (7. - 18. júla)

Trnava, Mestský zimný štadión

text

09.00 Kráľovná polí - nová CR11 Demo tour na Slovensku

O zber sa postará - Kráľovná polí New Holland CR11

okres Nové Zámky

<https://sdu.sk/6Qq>

10.00 Zastupiteľstvo Žilinského samosprávneho kraja

Žilina, Úrad ŽSK, kongresová sála, Komenského 48

text

10.00 TK hnutia Progresívne Slovensko



Téma: Namiesto „rozostavaného Slovenska“ paralyzované stavebné úrady. Môže za to Rážov zákon

Bratislava, PS, Štúrova ulica č. 4, vchod z Jesenského ulice

10.30 TK Republikovej únie zamestnávateľov

Téma: Zverejnenie výsledkov prieskumu agentúry AKO pre RÚZ: Ako vnímajú Slováci problematiku odpadov?

Bratislava, RÚZ, sekretariát, Digital Park III, blok E, 4. poschodie, Einsteinova 19

text, zvuk

11.00 Otvorenie Lukostreleckého areálu

Látky, hotel Zerrenpach Látky, Prašivá č. 4

text

11.00 TK ministra pôdohospodárstva a rozvoja vidieka SR Richarda Takáča

Téma: Stojíme pri farmároch: Obnova a podpora po nákuze slintačky a krívačky

Bratislava, MPRV SR, Dobrovičova č. 12

text

12.30 TK ministra školstva, výskumu, vývoja a mládeže SR Tomáša Druckera po ukončení okrúhleho stola so zástupcami samosprávnych krajov, Združenia miest a obcí Slovenska, Únie miest a ďalších profesijných organizácií

Téma: Vízia školstva na národnostne zmiešanom území

Komárno, Dôstojnícky pavilón, Veľká sála, Pevnostný rad 142/1

text, zvuk

13.00 Zastupiteľstvo Trenčianskeho samosprávneho kraja

Trenčín, Úrad TSK, kongresová sála, K dolnej stanici 20

text, zvuk

13.30 Mestské zastupiteľstvo mesta Prešov

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

text

Správy ekonomického charakteru vydá ekonomická redakcia TASR.

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

mik It

Autor: LT

Ako udržať medikov na Slovensku

 6. 7. 2025, 18:35, Relácia: **Hlavné správy**, Stanica: **TA3**, Vydavateľ: **C.E.N. s.r.o.**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Dosah: **26 250 GRP**; **0,58 OTS**; **0,01 AVE**; **6941 EUR**

Ako udržať medikov na Slovensku

Patrik Jager, moderátor:

Ministerstvo zdravotníctva chce udržať končiacich medikov na Slovensku. Pomôcť tomu má unikátny projekt, kde sa na jednom mieste stretnú medicí a zástupcovia celého medicínskeho sektora. Prvý ročník podujatia sa uskutoční už v septembri.



Monika Hajko, redaktorka:

Jedným z problémov nášho zdravotníctva je odliv mladých lekárov do zahraničia. Minister Kamil Šaško preto v spolupráci s dekanmi lekárske fakulty organizuje podujatie, ktoré medikom uľahčí vstup do lekárskeho povolania.

Kamil Šaško (Hlas-SD), minister zdravotníctva:

Medifutúra je teda zameraná predovšetkým a najmä na študentov medicíny, študentov lekárske fakulty a zubno-lekárske fakult. Našou ambíciou je zapojiť približne 1700 končiacich medikov a vytvoriť tak s celým sektorom jasný priestor, kde o nich prejavíme eminentný záujem.

Juraj Payer, dekan Lekárskej fakulty UK v Bratislave:

Aby tí študenti, ktorí sú kvalitní, jednoducho neodchádzali, resp. neodchádzali v tom vyššom množstve, ako je potrebné zo Slovenska.

Katarína Gazdíková, dekan Lekárskej fakulty SZU v Bratislava:

Nemôžeme zabrániť a v podstate asi ani nikto z nás nechce, aby išli na skusy do zahraničia, ale podstata je, aby sa k nám vrátili, lebo ten, kto sa naučí niečo aj zo zahraničia a prinesie sem, tak obohatí aj tých ďalších našich študentov.

Monika Hajko, redaktorka:

Prvý ročník sa uskutoční 25. septembra v bratislavskej Inchebe. Podľa ministra problémy prichádzajú tesne po ukončení štúdia, a preto je rezidentské obdobie kľúčové.

Kamil Šaško (Hlas-SD), minister zdravotníctva:

Aby na jednom mieste mali ľudí, odborníkov, všetky informácie, aby vedeli, čo tzn. založiť si ambulanciu, čo tzn. ísť do regiónu, aké ich čakajú podmienky, o čom je ten rezidentský program, aké podmienky na to musia byť splnené.

Katarína Gazdíková, dekan Lekárskej fakulty SZU v Bratislava:

Keď som skúšala, som sa pýtala, aký odbor chcete robiť. Pár piatok mi povie, že oni nevedia, či sú robiť internistické alebo chirurgické, tak my im to musíme povedať, čo sú tie benefity pre nich a skúsiť im poradiť.

Monika Hajko, redaktorka:

Študenti tu nájdu užitočné informácie o podpore výskumu a inovácií, IT systémoch a finančných možnostiach.

Kamil Šaško (Hlas-SD), minister zdravotníctva:

Vstup na toto podujatie bude pre našich medikov samozrejme bezplatný. Zároveň intenzívne pracujeme aj na zabezpečení vlakovej dopravy, predovšetkým pre študentov z Martina a z Košíc.

Monika Hajko, redaktorka:

Dekani a dekan lekárske fakult hodnotia kvalitu našich pracovísk a personálu vysoko. Čo kritizujú, sú podmienky, v akých pracujú. Modernizáciu a výstavbu nových nemocníc vítajú.

Peter Jarčuška, dekan Lekárskej fakulty **UPJŠ** v Košiciach:

Budem musieť samozrejme doriešiť aj zlepšenie financovania lekárske fakult, vrátane špecializačného štúdia. Ja som sa 34 našich absolventov pýtal, ktorí končili štúdium s vyznamenaním slovenských, tak 33 z nich chce zostať na Slovensku, čo je veľmi dobré znamenie.

Monika Hajko, redaktorka:

Minister Kamil Šaško chce z podujatia spraviť tradíciu a podrobný manuál odovzdať aj svojím nasledovníkom. Monika Hajko, ta3.

Ako udržať mladých lekárov na Slovensku? Ministerstvo chystá unikátny projekt

6. 7. 2025, 19:57, Zdroj: ta3.com , Vydavateľ: C.E.N. s.r.o., Autor: Monika Hajko, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 59 892 GRP: 1,33 OTS: 0,01 AVE: 1542 EUR

Ako udržať mladých lekárov na Slovensku? Ministerstvo chystá unikátny projekt

pondelok 14. 7. Kamil

ta3/Monika Hajko

6.7.2025 19:57

Ministerstvo zdravotníctva chce udržať končiacich medikov na Slovensku. Pomôcť tomu má unikátny projekt, kde sa na jednom mieste stretnú študenti medicíny a zástupcovia celého medicínskeho sektora. Prvý ročník podujatia sa uskutoční už v septembri.

Jedným z dlhodobých problémov slovenského zdravotníctva je odliv mladých lekárov do zahraničia. Minister Kamil Šaško preto v spolupráci s dekanmi lekárskeho fakúlt pripravuje podujatie, ktoré má medikom uľahčiť vstup do lekárskeho povolania.

„Medifutura je teda zameraná predovšetkým a najmä na študentov medicíny, študentov lekárskeho a zubno-lekárskeho fakúlt. Našou ambíciou je zapojiť približne 1700 končiacich medikov a vytvoriť tak s celým sektorom jasný priestor, kde o nich prejavíme eminentný záujem,“ vysvetlil minister zdravotníctva Kamil Šaško (Hlas-SD).

„Aby tí študenti, ktorí sú kvalitní, jednoducho neodchádzali, resp. neodchádzali v tom vyššom množstve, ako je potrebné, zo Slovenska,“ dodal dekan Lekárskej fakulty UK v Bratislave Juraj Payer.

Obohacovanie skúsenosťami zo zahraničia

Cieľom nie je zakazovať vycestovanie, ale motivovať k návratu.

„Nemôžeme zabrániť a v podstate asi ani nikto z nás nechce, aby išli do zahraničia. Ale podstata je, aby sa k nám vrátili, lebo ten, kto sa naučí niečo aj zo zahraničia, tak to prinesie sem. Obohatiť aj tých ďalších našich študentov,“ uviedla dekan Lekárskej fakulty SZU v Bratislave Katarína Gazdíková.

Prvý ročník sa uskutoční už v septembri

Premiérový ročník podujatia sa uskutoční 25. septembra v bratislavskej Inchebe. Podľa ministra najväčšie problémy nastávajú práve po ukončení štúdia, preto bude dôraz kladený na obdobie rezidentúry.

„Aby na jednom mieste mali ľudia, odborníkov, všetky informácie, aby vedeli, čo to znamená založiť si ambulanciu. Čo to znamená ísť do regiónu, aké ich čakajú podmienky? O čom je ten rezidenčný program, aké podmienky na to musia byť splnené,“ vysvetlil Šaško.

„Keď som skúšala, som sa pýtala, aký odbor chcete robiť. Pár piatokov mi povie, že oni nevedia, či chcú robiť internistu alebo chirurgické. Tak my im to musíme povedať. Čo sú tie benefity pre nich a skúsiť im poradiť,“ doplnila Gazdíková.

Rooseveltova nemocnica čelí hromadnému ochoreniu. Vysoko nákazlivý vírus skolil takmer 200 zdravotníkov

Bezplatný vstup, doprava pre študentov

Študenti na podujatí získajú praktické informácie o podpore výskumu, inovácií, IT systémoch a finančných možnostiach.

„Vstup na toto podujatie bude pre našich medikov samozrejme bezplatný. Zároveň intenzívne pracujeme aj na zabezpečení vlakovej dopravy, predovšetkým pre študentov z Martina a z Košíc,“ oznámil Šaško.

Modernizácia nemocníc nestačí, chýba lepšie financovanie

Dekani a dekanke lekárskeho fakúlt pozitívne hodnotia kvalitu slovenských pracovísk a personálu. Kriticky sa však vyjadrujú k podmienkam, v ktorých lekári pracujú. Modernizáciu a výstavbu nových nemocníc vítajú, no upozorňujú aj na nedostatočné financovanie vzdelávania.

„Budeme musieť samozrejme doriešiť aj zlepšenie financovania lekárskeho fakúlt vrátane špecializačného štúdia, pretože ja si myslím, že najhoršie obdobie, ktoré lekár zažíva, je obdobie po skončení školy, kde tým budúcim našim kolegom sme naozaj dosť dlhí. Ja som sa 34 z našich absolventov pýtal, ktorí ukončili štúdium s vyznamenaním, 33 z nich chce zostať na Slovensku, čo je veľmi dobré znamenie,“ zdôraznil dekan Lekárskej fakulty **UPJŠ** v Košiciach Peter Jarčuška.

Minister Kamil Šaško verí, že z Medifutury sa stane tradícia. Podrobný manuál chce podľa vlastných slov odovzdať aj svojim nasledovníkom.

Autor: Monika Hajko

Ako vám telo hovorí, že sa duša nemá dobre

7. 7. 2025, Zdroj: **Magazín zdravia**, Strana: 30, Vydavateľ: **Petit Press, a.s.**, Autor: **Henrieta Halasová**, Sentiment: **Ambivalentný**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Dosah: 225 000 GRP; 5,00 OTS; 0,05 AVE; 989 EUR

Ako vám telo hovorí, že sa duša nemá dobre

Ak sa cítite vyčerpaní a smutní častejšie než v minulosti, mali by ste začať aktívne dbať o duševné zdravie. Odborníci upozorňujú, že často nedokážeme správne dešifrovať signály, ktoré nám vysiela telo aj psychika. Pod zhoršené duševné zdravie sa podpisujú nároky zamestnávateľa, ale aj ekonomika a politika. Ako v súčasnosti žiť a nezbláznit sa?

Napriek tomu, že veľká časť obyvateľstva deklaruje, že sa cíti šťastne a spokojne, prieskum odhalil prekvapivý paradox. Až 70 percent Slovákov hovorí, že z našej spoločnosti sa vytráca ľudskosť. Ako najväčšiu hrozbu pre svoju psychickú pohodu vnímajú obyvatelia ekonomický tlak a politickú situáciu, pričom polovica obyvateľov sa cíti vyčerpane. V reakcii na tieto zistenia predstavili odborníci na duševné a verejné zdravie posilnenú iniciatívu Stromy prianí. Projekt má ambíciu vnášať ľudskosť do každodenného života prostredníctvom zapojenia širokej verejnosti, zamestnávateľov, škôl aj verejných inštitúcií, a tak kultivovať atmosféru vzájomnej podpory tam, kde to ľudia najviac potrebujú.

Psychickú pohodu ohrozujú konkrétne hrozby

Prieskum agentúry MNFORCE realizovaný pri príležitosti Európskeho týždňa verejného zdravia ukázal, že medzi hlavné faktory, ktoré negatívne vplyvajú na duševné zdravie Slovákov, patrí ekonomická situácia a inflácia, ktoré za najviac ohrozujúce označilo až 48,5 percenta respondentov. Nasleduje politická situácia na Slovensku (34,4 %) a vojnové konflikty (24,4 %). Tieto výsledky naznačujú, že Slováci vnímajú ako najväčšie hrozby konkrétne každodenné problémy, nie globálne či dlhodobé výzvy. „Napriek tomu, že 63,2 percenta ľudí hodnotí svoje duševné zdravie ako dobré alebo výborné, nemôžeme ignorovať fakt, že až pätina Slovákov uvádza zhoršenie svojho duševného zdravia v porovnaní s minulým rokom. Zároveň je znepokojujúce, že mladí ľudia do 29 rokov výrazne častejšie pociťujú depresívne pocity a pocity nedostatku kontroly nad vlastným životom,“ hovorí Zuzana Katreniaková z Ústavu sociálnej a behaviorálnej medicíny Lekárskej fakulty **UPJŠ** a Slovenskej asociácie verejného zdravia.

Venujte pozornosť svojim pocitom

„Ľudia často nevedia, čo znamená mať dobré duševné zdravie a nevedia identifikovať signály, že sa ich duša nemá dobre. Môžu pociťovať vyčerpanie, stres či smútok, no nepovažujú to za niečo, čo si vyžaduje pozornosť a tieto pocity vnímajú ako bežnú súčasť života. Práve preto je stále mimoriadne dôležité vzdelávanie o tejto téme – aby ľudia dokázali rozpoznať varovné signály včas a vedeli, ako o svoje duševné zdravie aktívne dbať. V tomto ohľade majú nezastupiteľnú úlohu nielen zdravotnícke zariadenia, ale aj školy, zamestnávatelia a konkrétne iniciatívy,“ vysvetľuje Ľubomíra Izáková, prednostka Psychiatrickej kliniky Lekárskej fakulty Univerzity Komenského a spoluzakladateľka OZ Cesta k mentálnemu zdraviu.

Na Slovensku vyrastajú Stromy prianí

Výsledky prieskumu ukazujú, že až 70,3 percenta Slovákov súhlasí s tvrdením, že v našej krajine sa vytráca ľudskosť a vzájomná podpora. „Tento údaj svedčí o tom, že potrebujeme viac než len diskusiu o duševnom zdraví. Potrebujeme konkrétne iniciatívy, ktoré podporia medziludské vzťahy, pomôžu budovať atmosféru vzájomnej podpory a spolupatričnosti,“ dodáva Zuzana Katreniaková. Odpoveďou na potrebu väčšej osvetly a nástrojov podpory duševného zdravia je projekt Stromy prianí, ktorý oslavuje rok svojho úspešného fungovania vo verejnom priestore. Tento jedinečný projekt priniesol tému duševného zdravia na verejné priestranstvá a vytvoril prostredie, kde ľudia môžu nájsť podporu, porozumenie a zároveň poskytnúť pomoc tým, ktorí ju potrebujú. Za toto obdobie na Slovensku ‚vyrástlo‘ viac ako 20 stromov prianí a neustále pribúdajú ďalšie.

Správy nám kazia náladu

„Teší nás, že sa projekt stretol s takým pozitívnym ohlasom. Stromy prianí sa objavili v obchodných centrách, na školách, univerzitách, vo firmách aj na úradoch, čo dokazuje, že medziludská podpora má v spoločnosti stále pevné miesto. V čase, keď 51,2 percenta ľudí uvádza, že sledovanie aktuálneho diania v médiách negatívne ovplyvňuje ich náladu a psychické prežívanie, sú tieto malé prejavy ľudskosti mimoriadne dôležité,“ vysvetľuje Ľubomíra Izáková.

A ako je to na pracoviskách?

V prieskume takmer 67 percent zamestnaných respondentov uvádza, že v práci nemajú k dispozícii žiadne benefity zamerané na duševné zdravie. V tejto situácii práve zamestnávatelia patria medzi prvých ambasádorov projektu Stromy prianí. „Na pracoviskách tému duševného zdravia svojich zamestnancov aktívne riešia – organizujú workshopy, diskusie, vzdelávanie, tvoria podcasty a poskytujú odbornú pomoc. Je to dôležitý signál pre zamestnancov a zároveň inšpiratívny príklad pre ostatných zamestnávateľov,“ dopĺňa Ľubomíra Izáková.



Stres, vyčerpanie, frustrácia

Projekt úspešne implementovali do svojho pracovného prostredia napríklad aj spoločnosti Henkel Slovensko, Schaeffler, ale aj mnohí zamestnávateľia verejného sektora ako Úrad vlády, Ministerstvo zdravotníctva, Úrad Žilinského samosprávneho kraja či Mestský úrad v Banskej Bystrici. „Podľa ankety, ktorú sme realizovali, sa väčšina našich kolegov má dobre, no niektorí bojujú so stresom, s vyčerpaním alebo s frustráciou. Žijeme v náročnej dobe, ktorá znamená pre zamestnancov väčší objem povinností, než na aký boli zvyknutí kedysi. To sa často odzrkadľuje aj na celkovej klíme na mestskom úrade, a pritom často jediné, čo potrebujeme, je milé a povzbudivé slovo. Preto sme sa aj my rozhodli implementovať Strom prianí, na ktorom môžu zanechať povzbudivé odkazy a pozitívne posolstvá pre druhých. Starostlivosť o duševné zdravie a pracovnú pohodu je dlhodobý proces, ale aj Strom prianí môže prispieť k zlepšeniu atmosféry na pracovisku a posilneniu pocitu spolupatričnosti medzi kolegami. V rámci mestského úradu dochádza ku generačnej obmene, preto to aj pre nových mladých ľudí, ktorí k nám prichádzajú, môže byť signál, že nám na duševnej pohode všetkých zamestnancov v pracovnom prostredí záleží,“ hovorí Zdenka Marhefková z Mestského úradu Banská Bystrica.

Zasadte aj vy Strom prianí

Hovoriť o duševnom zdraví je prvý krok k zlepšeniu, no na skutočnú zmenu potrebujeme aktívne zapojenie ľudskosti do každodenného života. „Práve v obdobiach vyčerpania, stresu a spoločenských výziev si potrebujeme pripomínať, že medziľudská podpora a porozumenie sú základom odolnej a zdravej spoločnosti. Preto projekt Stromy prianí pokračuje a vyzýva ďalších zamestnávateľov, ale aj iné verejné inštitúcie a všetkých ľudí, aby sa zapojili. Pripravujeme digitálnu časť projektu, aby sa mohol zapojiť naozaj každý aj vo svojich domácnostiach, v školách či v komunitách,“ informuje Ľubomíra Izáková.

67 %

zamestnaných uvádza, že v práci nemajú k dispozícii žiadne benefity zamerané na duševné zdravie.

Autor: Autor: Henrieta Halasová