



Prehľad udalostí na štvrtok 5. februára	2
Agentúrne spravodajstvo, TASR, 5. 2. 2026, 6:30	
Predbežný prehľad udalostí na piatok 6. februára	6
Agentúrne spravodajstvo, TASR, 5. 2. 2026, 10:00	
Viaszt és elemeket gyűjt Ukrajnának a kassai Šafárik egyetem	8
Online, parameter.sk, 5. 2. 2026, 10:57	
Študenti a zamestnanci UPJŠ sa opäť zapojili do zbierky na pomoc Ukrajine	8
Online, kosiceonline.sk, 5. 2. 2026, 12:36	
ZOZNAM: Zverejnili 75 najlepších lekárov na Slovensku v roku 2026. Nájdeš medzi nimi aj toho svojho?	9
Online, news.refresher.sk, 5. 2. 2026, 12:44	
UPJŠ University Collects Aid for Ukraine, Sending Candles, Batteries, and Power Banks - News - Rádio RSI English	11
Online, stvr.sk, 5. 2. 2026, 13:01	
UPJŠ University Collects Aid for Ukraine, Sending Candles, Batteries, and Power Banks - News - Rádio RSI English	12
Online, stvr.sk, 5. 2. 2026, 13:01	
Šok pre maturantov: Prihlášky na vysoké školy letia do stovák! Slovenské univerzity lámu rekordy, Česi sú lacnejší	13
Online, netky.sk, 5. 2. 2026, 13:57	
Na východnom Slovensku začína vznikať MedTech ekosystém	13
Online, medicina.trend.sk, 5. 2. 2026, 15:00	
Štyri nové ulice v Zlatých Moravciach dostali svoje názvy	14
Online, zlatemoravce.info, 5. 2. 2026, 16:21	
Univerzita Pavla Jozefa Šafárika vyzbierala pre Ukrajinu vosk aj batérie - Správy - Rádio RSI Slovensky	15
Online, stvr.sk, 5. 2. 2026, 17:12	
Doplnený prehľad udalostí na piatok 6. februára	15
Agentúrne spravodajstvo, TASR, 5. 2. 2026, 18:20	
ZMOS podporuje digitálnu transformáciu škôl s dôrazom na ľudí a duševné zdravie detí	18
Online, zmos.sk, 5. 2. 2026, 19:31	
Neviditeľné jedy na tanieri	19
Tlač, HN magazín, 6. 2. 2026	



Prehľad udalostí na štvrtok 5. februára

📅 5. 2. 2026, 6:30, Zdroj: **TASR**, Vydavateľ: **Tlačová agentúra Slovenskej republiky**, Sentiment: **Neutrálny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika**

Prehľad udalostí na štvrtok 5. februára

E - mail: domred@tasr.sk, tel.: +421 2 59 21 04 58

dispecing@tasr.sk

Technická podpora: 0905/505 721

Komplexná simulácia trojuholníka inštitúcií EÚ (5. - 8. februára)

60 stredoškólkov si v anglickom jazyku vyskúša fungovanie kľúčových inštitúcií Európskej únie v rámci simulácie Európskeho parlamentu, Rady EÚ a Európskej komisie

Košice, gymnázium Futurum, Moyzesova 5

text

Motýľie krídla - sprístupnenie výstavy

Výstava výtvarno-architektonických návrhov študentov Školy umeleckého priemyslu Josefa Vydru v Bratislave potrvá do 15. marca

Trnava, Západoslovenské múzeum, Múzejné námestie 3

08.00 Výbor NR SR pre financie a rozpočet

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

08.30 Veľtrh vysokých škôl Alma Mater v Prešove

Prešov, športová hala HA Prešov

text

08.30 Prvé sympóziu robotickej chirurgie (5. - 6. februára)

Košice, hotel Yasmin, Tyršovo nábrežie 1

09.00 46. schôdza Národnej rady SR

Bratislava, NR SR, rokovacia sála, Námestie A. Dubčeka č. 1

text, video, zvuk, live

09.00 TK zástupcov Banskobystrického samosprávneho kraja

Téma: Rozširujeme iniciatívu Výzva farmár

Banská Bystrica, SOŠ, Pod Bánošom 80

text, zvuk

09.00 Deň otvorených dverí Prírodovedeckej fakulty **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika**

Košice, park Angelinum 9, Jesenná č. 5 a Šrobárova č. 2, Moyzesova č. 11

09.00 Stretnutie vybraných žiakov ZŠ v rámci kampane Bezpečné mesto

- žiaci a zamestnanci odboru školstva nalepia nálepky s označením Bezpečné mesto a plagát na dvere odboru školstva (mestský úrad, 1. poschodie)



- následne sa presunú do zasadačky prednostu (SLSP, 2. poschodie)

Prievidza

text, zvuk

09.15 TK Združenia miest a obcí Slovenska

Téma: Duševné zdravie detí ako priorita samospráv a škôl

Informovať budú predseda ZMOS a primátor mesta Partizánske Jozef Božik, primátor mesta Nová Dubnica Peter Marušinec, primátor mesta Považská Bystrica Karol Janas a riaditeľ Amigo n.o. Filip Pastorek

Bratislava, kancelária ZMOS, Bezručova 9

text, zvuk, live

09.20 TK strany Za ľudí

Téma: Trestná novela pomáha drogovým a zločineckým gangom - výzva vládnej koalícii.

Na TK bude informovať Veronika Remišová a Ján Magušin.

Bratislava, NR SR, tlačové centrum, Námestie A. Dubčeka č. 1

10.00 TK tímu IKEA

Téma: Prezentácia finančných výsledkov IKEA na slovenskom trhu. Nákupné trendy. Strategické smerovanie spoločnosti

Bratislava, IKEA, stretnutie pri východe z IKEA, zamestnanecký vchod pri vstupe do Bistra

text, zvuk

10.00 TK organizátorov ankety Slovenka roka 2026

Téma: Predstavenie nominantiek 18. ročníka ankety

Bratislava, hotel Sheraton, Pribinova 12

text, zvuk

10.00 TK Krajskej prokuratúry v Bratislave

Téma: Trestné veci vedené na KP v Bratislave v súvislosti s darovaním vojenskej techniky Ukrajině

Bratislava, KP, Vajnorská 47 (príchod do 09.45 h)

text, video, zvuk, foto

10.00 Divadlo a interdisciplinárny dialóg v ekosystéme kultúry - konferencia (4. - 6. februára)

Medziodborová konferencia: Divadlo a interdisciplinárny dialóg v ekosystéme kultúry sa koná pri príležitosti 80. sezóny Národného divadla Košice

Košice, Východoslovenské múzeum, Katova bašta

11.00 TK mimoparlamentnej strany Demokrati

Téma: Reakcia na tlačovú konferenciu krajskej prokuratúry o darovaní vojenskej techniky na Ukrajinu

Informovať bude exminister obrany a predseda strany Jaroslav Naď, podpredseda strany Juraj Šeliga a ďalší členovia strany

Bratislava, centrála strany, Miletičova č. 21

11.00 TK Slovenskej akadémie vied



Téma: Ďalší krok v revitalizácii areálu SAV na Patrónke. Víťazné architektonické riešenia troch budov budúceho vedeckého kampusu

Bratislava, areál SAV, Ústav materiálov a mechaniky strojov, konferenčná miestnosť, Dúbravská cesta 9

<https://maps.app.goo.gl/nVGrcDgdRFAMnHs7A>

text, video, zvuk, foto

12.00 Brífing Aliancie inovátorov vo vzdelávaní

Téma: Predstavenie aliancie a vzdelávacích projektov

Informovať budú z CEO Eduvalue a zakladateľ Aliancie Tomáš Hasala a zástupcovia projektov: Mladí lekári, Skyro, SchoolToGo a Erudo

Po skončení brífingu

- Innovation Connect Day

Bratislava, The Spot, Bottova č. 2

text

12.00 TK Združenia obcí Havran - Dolný Liptov

Téma: Informácie o nepriaznivej situácii v obciach po otvorení diaľničného úseku D1 Hubová - Ivachnová

Lubochňa, štátna cesta I/18 križovatka, ul. Lipová aleja, Staničná ulica,

text, zvuk

12.20 TK Strany vidieka

Téma: Musíme vrátiť slovenské zlato domov

Informovať budú poslanci Národnej rady SR zo Strany vidieka

Bratislava, NR SR, tlačová miestnosť, Námestie A. Dubčeka 1

13.00 Výbor NR SR pre sociálne veci

Bratislava, NR SR, miestnosť č. 245, Námestie A. Dubčeka 1

13.00 Osobitný kontrolný výbor NR SR na kontrolu činnosti SIS

Bratislava, NR SR, ubytovacie zariadenie, miestnosť č. 71, Námestie A. Dubčeka 1

13.00 Zahraničný výbor NR SR

Bratislava, NR SR, miestnosť č. 147, Námestie A. Dubčeka 1

13.00 TK Slovenskej poľnohospodárskej a potravinárskej komory

Téma: Zamestnávateľia v poľnohospodárstve a potravinárstve vyzývajú žiakov, aby si pri výbere strednej školy zvolili istotu kvalitného vzdelania a reálneho uplatnenia

Informovať budú za SPPK riaditeľka odboru odborného vzdelávania a prípravy Henrieta Vrábľová a prezident Asociácie zamestnávateľských zväzov a združení SR Rastislav Machunka

- po skončení bude možnosť si natočiť a nafotiť výučbový proces študentov

Bratislava, SOŠ gastronómie a hotelových služieb, Centrum odborného vzdelávania a prípravy, Harmincova 1, Dúbravka

text

13.00 Výbor NR SR pre verejnú správu a regionálny rozvoj



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

13.30 TK ministra školstva, výskumu, vývoja a mládeže SR Tomáša Druckera

Téma: Vyhlásenie po rokovaní so zástupcami Združenia základných škôl Slovenska k výzve riaditeľov škôl k niektorým ustanoveniam školskej reformy.

Bratislava, MŠVVaM SR, tlačové centrum, 5. poschodie, Černyševského č. 50

text, zvuk

14.00 Prezentácia zástupcov obce Donovaly a Oblastnej organizácie cestovného ruchu Stredné Slovensko

Téma: Zámer budovania značky. Vízia rodinného strediska a horskej akadémie s celoročným využitím. Kandidatúra na titul udeľovaný ACES Europe. Bezplatný Skibus. Letná turistická sezóna. Nová vodná plocha

Donovaly, Obecný úrad

text, zvuk

16.00 Dni mesta Rožňava pri príležitosti 735. výročia prvej písomnej zmienky (4. - 6. februára)

16.00 h - Slávnostné Mestské zastupiteľstvo mesta Rožňava

- odovzdávanie mestských ocenení a ocenení najlepším športovcom a športovým kolektívom mesta za rok 2025

Rožňava, radnica, Námestie baníkov č. 32

text

16.00 Peter Kuraj: Pamäť kovu - vernisáž sôch

Výstava potrvá do 31. marca.

Rožňava, Banícke múzeum, galéria, Námestie baníkov č. 25

16.30 Hrady a zámky na historických fotografiách

Prezentácia fotografií v rámci cyklu Štvrťky v múzeu k výstave Obrazy starého Slovenska

Martin, Múzeum Andreja Kmeťa

17.00 Náhlíkova Senica - vernisáž regionálnej súťaže neprofesionálnej fotografickej tvorby okresov Senica a Skalica

Senica, Záhorské osvetové stredisko

17.00 Jarmila Sabová Džuppová: Páv a bažant podľa vzoru dub - vernisáž

Výstava potrvá do 21. marca

Nové Zámky, Galéria umenia Ernesta Zmetáka, Björnsonova 1

19.00 Ženy na pokraji nervového zrútenia - premiéra muzikálu

Košice, Divadlo Thália Színház, Mojmirova 1

19.00 Koncert v Slovenskej filharmónii

Diriguje Marián Lejava, sólistkou večera bude slovenská klaviristka Katarína Paľová

Bratislava, SF, koncertná sieň, Námestie Eugena Suchoňa 1

19.00 Moyzesov husľový koncert uvedie Milan Paľa so Štátnou filharmóniou Košice

- diriguje Ondrej Olos



Košice, Dom umenia, Moyzesova 66

19.00 Husľová dielňa

Diriguje Rastislav Štúr, na husle hrá Dalibor Karvaj a Naoto Šereš

Žilina, Dom umenia Fatra, Dolný val 47

Správy ekonomického charakteru vydá ekonomická redakcia TASR.

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

mik lt

Autor: LT

Predbežný prehľad udalostí na piatok 6. februára

☐ 5. 2. 2026, 10:00, Zdroj: **TASR**, Vydavateľ: **Tlačová agentúra Slovenskej republiky**, Sentiment: **Neutrálny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ, Univerzita Pavla Jozefa Šafárika, Filozofická fakulta UPJŠ, Ústav telesnej výchovy a športu UPJŠ**

Predbežný prehľad udalostí na piatok 6. februára

E - mail: domred@tasr.sk, tel.: +421 2 59 21 04 58

dispecing@tasr.sk

Technická podpora: 0905/505 721

08.30 Prvé sympóziu robotickej chirurgie (5. - 6. februára)

Košice, hotel Yasmin, Tyršovo nábrežie č. 1

08.45 Deň otvorených dverí **Filozofickej fakulty Univerzity Pavla Jozefa Šafárika** a **Ústavu telesnej výchovy a športu UPJŠ**

Košice, Moyzesova 9 a Ondavská 21

09.00 46. schôdza Národnej rady SR

Bratislava, NR SR, rokovacia sála, Námestie A. Dubčeka č. 1

text, zvuk

09.00 Dni mesta Rožňava pri príležitosti 735. výročia prvej písomnej zmienky (4. - 6. februára)

- konferencia Baníctvo v zrkadle dejín Rožňavy

Rožňava, radnica, Námestie baníkov č. 32

10.00 Brífing primátora hlavného mesta SR Bratislavy Matúša Valla

Téma: Predstavenie nových autobusov na stlačený zemný plyn

Informovať budú aj námestníčka primátora Bratislavy Tatiana Kratochvílová a predseda predstavenstva Dopravného podniku Bratislava Martin Rybanský

Bratislava, depo Jurajov dvor, vchod z Bojnickej ulice

GPS: 48.178655, 17.165682

Linky MHD: 65 (zastávka Bojnická)

text, zvuk



11.00 SCELТ & The Bridge forum: Resilience (6. - 7. februára)

Medzinárodná konferencia Slovenskej komory učiteľov anglického jazyka v spolupráci s The Bridge - English Language Centre

Téma: Resilience (Odolnosť)

Bratislava, UK, Fakulta matematiky, fyziky a informatiky, Mlynská dolina 6280

15.00 Zimná univerziáda SR (2. - 6. februára)

- slávnostné ukončenie

Žilina, UNIZA, športové centrum

16.00 Páračky v Lučenci

Lučenec, Dom matice slovenskej, Rázusova 33

16.00 Fašiangy s Mladými kopanicami v obci Lubina

- tradičný fašiangový sprievod v maskách

Lubina, park a hasičská zbrojnica

17.00 Prezentácia druhého vydania knihy Katky Terao Voškovej a Marcela Mészároša - Anatómia historického domu: Hodnoty historickej architektúry a urbanizmu Banskej Štiavnice

Banská Štiavnica, ArtCafé, podkrovie, Akademická 2

17.00 Miro Trubač: Mäkké jadro - otvorenie výstavy

Autorská výstava slovenského sochára, ktorá predstavuje prierez jeho figurálnou tvorbou potrvá do 29. marca

Senica, Záhorská galéria Jána Mudrocha, Sadová 619/3

17.30 Martin Matula: ...bude meškať asi 20 minút

Slávnostné otvorenie samostatnej výstavy a víťaza ceny Mladý talent roka Slovak Press Photo 2025 Martina Matulu

Bratislava, galéria nadácie Slovak Press Photo, Františkánske námestie č. 7

18.00 Igor Cvach: Zámocký výber - vernisáž

Hlohovec, Hlohovský zámok

18.00 Geišbergovci naživo(t) - koncert

Námestovo, Dom kultúry

19.00 Koncert v Slovenskej filharmónii

Diriguje Marián Lejava, sólistkou večera bude slovenská klaviristka Katarína Paľová

18.15 h - stretnutie s dirigentom M. Lejavom, dramaturgom SF Jurajom Bubnášom a autorom textu k programu Ondrejom Veselým (foyer SF)

Bratislava, SF, koncertná sieň, Námestie Eugena Suchoňa 1

Správy ekonomického charakteru vydá ekonomická redakcia TASR.

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

mik

Autor: LT



Viaszt és elemeket gyűjt Ukrajnának a kassai Šafárik egyetem

5. 2. 2026, 10:57, Zdroj: [parameter.sk](#), Sentiment: Pozitívny, Téma: Rektorát UPJŠ, Kľúčové slová: Slávka Tomaščíková
Dosah: 110 056 GRP: 2,45 OTS: 0,02 AVE: 764 EUR

Viaszt és elemeket gyűjt Ukrajnának a kassai Šafárik egyetem

Fotó: TASR - František Iván

Megosztás

Eddig körülbelül 130 kilogramm viasz, 240 kilogrammnyi elem, 17 lámpa, öngyújtók és hordozható töltők gyűltek össze a kassai Pavol Jozef Šafárik Egyetem (UPJŠ) által szervezett Fényt és meleget Ukrajnának (Svetlo a teplo pre Ukrajinu) elnevezésű gyűjtésen. Ezeket szerdán adták át a Feman egyesületnek, amely elszállítja az adományt – tájékoztatta a TASR hírügynökséget Laura Hoľanova, az egyetem szóvivője.

Az adományokat 17 gyűjtőponton lehet leadni. Az ukrán nép megsegítésére indított gyűjtés eredetileg január végéig tartott volna, de a hatalmas érdeklődés miatt február 15-ig meghosszabbították. Az eddig összegyűjtött adományokat máris elindítják Ukrajnába.

„Ungváron a Jézus Nővérei rend, vagyis az angolkisasszonyok részéről Marietta nővér veszi át a szállítmányt, innen viszik az adományt a szükségét szenvedőknek. A viaszból gyertyákat készítenek, ami alapvető fontosságú azokon a háború sújtotta területeken, ahol nincs áram” – mondta Eduard Buraš, Kárpátalja nagykövete, a Feman Egyesület igazgatója.

Slávka Tomaščíková, az egyetem rektorhelyettese elmondta, a társadalmi felelősségvállalás természetes az intézmény számára, nemcsak az oktatás, a tudomány és a kutatás területén vállal vezető szerepet, hanem a civil társadalom erősítésében és az önzetlen segítségnyújtásban is. Tomaščíková hozzátette, már az előző tanévekben is megszervezték az adománygyűjtést. „Kapcsolatban vagyunk a Feman egyesület igazgatójával, aki tájékoztatott bennünket, miből van hiány Ukrajnában. Mivel az egyetem dolgozói és hallgatói is szívesen segítenek, habozás nélkül úgy döntöttünk, ebben az évben is megszervezzük a gyűjtést” – tette hozzá.

(TASR)

Autor: Paraméter

Študenti a zamestnanci UPJŠ sa opäť zapojili do zbierky na pomoc Ukrajine

5. 2. 2026, 12:36, Zdroj: [kosiceonline.sk](#), Autor: Jana Tomaškovičová, Sentiment: Pozitívny, Téma: Rektorát UPJŠ, Kľúčové slová: Slávka Tomaščíková
Dosah: 3 243 GRP: 0,07 OTS: 0,00 AVE: 269 EUR

Študenti a zamestnanci UPJŠ sa opäť zapojili do zbierky na pomoc Ukrajine

Košice Vojna na Ukrajinu

Z vosku sa vyrobia zákopové sviečky.

Univerzita Pavla Jozefa Šafárika (UPJŠ) v Košiciach zorganizovala tretí ročník zbierky s názvom Svetlo a teplo pre Ukrajinu. Študenti a zamestnanci na 17 zberných miest doposiaľ priniesli zhruba 130 kilogramov vosku, 240 rôznych druhov batérií, 17 svietidiel, tiež zapaľovače či powerbanky. Prorektorka pre medzinárodné vzťahy UPJŠ **Slávka Tomaščíková** uviedla, že univerzita sa aj malou pomocou snaží prispieť k zlepšeniu situácie u našich východných susedov:

„Je mi veľmi ľúto, že je stále potrebné organizovať tieto zbierky, pretože pre nás na univerzite každý Ukrajinec, každá Ukrajinka nie sú anonymní. Sú to naši kolegovia, s ktorými spolupracujeme na univerzitách, či už je to Kyjev, Charkov, Černivci, Užhorod a mnohé ďalšie pracoviská. Sú to ľudia, ktorých máme v projektoch. Sú to spoluautori našich publikácií. Sú to študenti, ktorí u nás študujú. Sú to študenti, ktorí prichádzajú na mobilitu.“

Prepravu vyzbieraného materiálu na Ukrajinu zabezpečí združenie Feman / KOŠICE ONLINE

Na všetkých fakultách UPJŠ sa aktuálne vzdeláva vyše 400 Ukrajincov, čo je tiež istou formou pomoci pre vojnu zmietanú krajinu. Študenti UPJŠ po prepuknutí konfliktu pomáhali aj s tlmočením na hraniciach či slúžili v telocvičniach, kde prichádzali odídenci. Prepravu vyzbieraného materiálu na Ukrajinu zabezpečí združenie Feman, čo potvrdil jeho riaditeľ a ambasádor Zakarpatska Eduard Buraš:

„Skutočne sa stalo pravidelnosťou, že prichádzajú do Užhorodu vlakové súpravy s vozňami, ktoré privádzajú rodiny zo Záporožia, z Dnipra, z Odesy, z tých oblastí, kde je to veľmi kritické. Preto aj táto pomoc sčasti pôjde do týchto rodín, sčasti pôjde priamo do centier, či už do Černihiva, alebo do centrálnej časti Ukrajiny.“

Z vosku sa vyrobia zákopové sviečky. Tie pomôžu nielen vojakom, ale aj rodinám či seniorom, ktorí sa v dôsledku ruských útokov ocitli bez kúrenia a elektriny. Zbierka Svetlo a teplo pre Ukrajinu bola kvôli vysokému záujmu predĺžená do 15. februára.

Autor: Jana Tomaškovičová

ZOZNAM: Zverejnili 75 najlepších lekárov na Slovensku v roku 2026. Nájdeš medzi nimi aj toho svojho?

📅 5. 2. 2026, 12:44, Zdroj: news.refreshers.sk , Vydavateľ: REFRESHER Media CZ, s.r.o., Sentiment: Pozitívny, Téma: Rektorát UPJŠ, Kľúčové slová: Peter Jarčuška

Dosah: 17 870 GRP: 0,40 OTS: 0,00 AVE: 4200 EUR

ZOZNAM: Zverejnili 75 najlepších lekárov na Slovensku v roku 2026. Nájdeš medzi nimi aj toho svojho?

Do finálneho výberu sa dostalo 75 aktívnych lekárov, ktorých nominovali ich kolegovia na základe odbornosti, skúseností a etických štandardov.

Magazín Forbes aj v roku 2026 predstavil výber Top osobností medicíny, v ktorom oceňuje výnimočných slovenských lekárov a lekárky. Ide o odborníkov, ktorí patria medzi najuznávanejších vo svojich odboroch a významne prispievajú k rozvoju zdravotnej starostlivosti na Slovensku.

Zoznam zahŕňa lekárov z desiatok medicínskych špecializácií, od nemocničných oddelení až po ambulantnú prax. Výber nie je založený na číslach, ale na odporúčaní odborných spoločností, hlavných odborníkov ministerstva zdravotníctva a nezávislých autorít z oblasti medicíny.

Do finálneho výberu sa dostalo 75 aktívnych lekárov, ktorých nominovali ich kolegovia na základe odbornosti, skúseností a etických štandardov.

Meno Odbor Pôsobisko

Katarína Galková Anestéziológia a intenzívna medicína Fakultná nemocnica, Nitra

Lubomíra Romanová Anestéziológia a intenzívna medicína Nemocnica J. A. Reimana, Prešov

Mária Rašiová Angiológia VÚSCH, Košice

Miroslav Širila Angiológia Ambulancia, Trenčín a NÚSCH, Bratislava

Mária Šimaljaková Dermatovenerológia Nemocnica Staré Mesto, Bratislava

Slavomír Urbanček Dermatovenerológia Nemocnica F. D. Roosevelta, Banská Bystrica

Marián Molnár Detská chirurgia Univerzitná nemocnica, Martin

Adriana Ilavská Diabetológia, poruchy látkovej premeny a výživy Medispektrum, Bratislava

Peter Jackuliak Diabetológia, poruchy látkovej premeny a výživy Nemocnica Ružinov, Bratislava

Adriana Dokupilová Endokrinológia Fakultná nemocnica, Nitra

Juraj Payer Endokrinológia Nemocnica Ružinov, Bratislava

Henrik Egyenes Pörsök Endokrinológia, interná medicína, klinická osteológia Egy Med, Dunajská Streda

Miriám Dziaková Fyziatria, balneológia a liečebná rehabilitácia Nemocnica L. Pasteura, Košice

Peter Takáč Fyziatria, balneológia a liečebná rehabilitácia Nemocnica L. Pasteura, Košice

Boris Pekárek Gastroenterológia NOÚ, Bratislava

Marína Romanová Geriatria Nemocnica Penta Hospitals, Vranov nad Topľou

Peter Urdzik Gynekológia a pôrodnictvo Nemocnica L. Pasteura, Košice

Robert Dankovčík Gynekológia a pôrodnictvo Nemocnica L. Pasteura a Sonoclinic, Košice

Peter Kaščák Gynekológia a pôrodnictvo Nemocnica akademika L. Déra, Bratislava

Angelika Bátorová Hematológia a transfúziológia Nemocnica sv. Cyrila a Metoda, Bratislava



Antónia Hatalová Hematológia a transfúziológia Nemocnica sv. Cyrila a Metoda, Bratislava

Alexander Wild Hematológia a transfúziológia Nemocnica F.D. Roosevelta, Banská Bystrica

Miroslav Janík Hrudníková chirurgia Nemocnica Ružinov, Bratislava

Andrej Vrzgula Chirurgia Fakultná nemocnica Agel, Košice Šaca

Štefan Durdík Chirurgia OÚSA, Bratislava

Marián Bakoš Chirurgia Fakultná nemocnica, Nitra

Zuzana Rennerová Klinická imunológia a alergiológia, pediatrická pneumológia, pediatria NÚDCH, Bratislava

Martin Hrubíško Klinická imunológia a alergiológia OÚSA, Bratislava

Lubica Piešacká Infektológia a tropická medicína Fakultná nemocnica, Nitra

Štefan Porubčin Infektológia a tropická medicína Nemocnica L. Pasteura, Košice

Peter Hlivák Kardiológia NÚSCH, Bratislava

Michal Hulman Kardiochirurgia NÚSCH, Bratislava

Matej Nosál Kardiochirurgia Detské kardiocentrum NÚSCH, Bratislava

Katarína Okáľová Neurológia DFNSP, Banská Bystrica

Eva Feketeová Neurológia Nemocnica L. Pasteura a LF UPJŠ, Košice

Petr Kolář Oftalmológia Nemocnica sv. Cyrila a Metoda, Bratislava

Roman Ondreička Oftalmológia Centrum mikrochirurgie oka, Bratislava

Klaudia Gočárová Onkológia OÚSA, Bratislava

Alexandra Kolenová Onkológia NÚDCH, Bratislava

Michal Mego Onkológia NOÚ, Bratislava

Ivana Dedinská Orgánové transplantácie Univerzitná nemocnica, Martin

Zuzana Žilinská Orgánové transplantácie Univerzitná nemocnica, Bratislava

Milan Kokavec Detská ortopédia NÚDCH, Bratislava

Andrey Švec Ortopédia Nemocnica Ružinov a Nové Medissimo-Sport Clinic, Bratislava

Boris Šteňo Ortopédia Nemocnica sv. Cyrila a Metoda, Bratislava

Peter Polan Ortopédia Nemocnica Agel, Košice-Šaca

Marek Lacko Ortopédia Nemocnica L. Pasteura, Košice

Milan Profant Otorinolaryngológia Nemocnica sv. Cyrila a Metoda, Bratislava

Marián Sičák Otorinolaryngológia Ústredná vojenská nemocnica, Ružomberok

Mária Jasenková Paliatívna medicína Plamienok, Bratislava

Andrea Škripeková Paliatívna medicína Nemocnica Agel, Bratislava

Peter Ďurdík Pediatria, pediatrická pneumológia, somnológia Univerzitná nemocnica, Martin

Miroslava Brndiarová Pediatrická nefrológia Univerzitná nemocnica, Martin



Otília Petrovičová Pediatria Univerzitná nemocnica, Martin

Miloš Jeseňák Pediatria Univerzitná nemocnica, Martin

Beata Kartousová Pediatria Ambulancia, Bratislava

Drahomír Palenčár Plastická chirurgia Nemocnica Ružinov, Bratislava

Katarína Vozárová Plastická chirurgia Nemocnica L. Pasteura, Košice

Dagmar Breznoščáková Psychiatria Centrum pre psychické funkcie, Vranov nad Topľou a LF UPJŠ Košice

Zuzana Berecová Rádiológia Nemocnica sv. Michala, Bratislava

Vladimír Neuschl Rádiológia Medirad, Bratislava a MRI, Trnava

Ivan Uhrin Rádiológia NOÚ, Bratislava

Tomáš Dallos Reumatológia NÚDCH, Bratislava

Alena Tuchyňová Reumatológia NÚRCH, Piešťany

Alexander Mayer Riadenie vo verejnom zdravotníctve Univerzitná nemocnica, Bratislava

Peter Bujdák Urológia SZU, Bratislava

Marian Cvik Urológia Fakultná nemocnica, Trnava

Ján Švihra Urológia Univerzitná nemocnica, Martin

Peter Cibur Úrazová chirurgia Nemocnica L. Pasteura, Košice

Peter Jacko Úrazová chirurgia Nemocnica akademika L. Dérera, Bratislava

Peter Šimko Úrazová chirurgia Nemocnica akademika L. Dérera, Bratislava

Peter Jarčuška Vnútorné lekárstvo, hepatológia Nemocnica L. Pasteura, Košice

Peter Makara Všeobecné lekárstvo Medi Pharma, Snina

Igor Moravčík Zubné lekárstvo Imodent, Hlohovec

Silvia Timková Zubné lekárstvo Nemocnica L. Pasteura, Košice

Zdroj: @forbesslovensko (Instagram)

Autor: REFRESHER

UPJŠ University Collects Aid for Ukraine, Sending Candles, Batteries, and Power Banks - News - Rádio RSI English

📅 5. 2. 2026, 13:01, Zdroj: enrsi.rtvs.sk , Vydavateľ: Slovenská televízia a rozhlas, Sentiment: Pozitívny, Téma: Rektorát UPJŠ, Kľúčové slová: Slávka Tomaščíková, Laura Holánová

Dosah: 91 427 GRP: 2,03 OTS: 0,02 AVE: 950 EUR

UPJŠ University Collects Aid for Ukraine, Sending Candles, Batteries, and Power Banks - News - Rádio RSI English

UPJŠ University Collects Aid for Ukraine, Sending Candles, Batteries, and Power Banks

05. 02. 2026 13:01 | News

Facebook Tweet Instagram

Approximately 130 kilograms of wax, 240 various batteries, 17 lamps, lighters, and power banks have been collected so far in the "Light and Warmth for Ukraine" campaign organized by Pavol Jozef Šafárik University (UPJŠ) in Košice. The collected materials were handed over on Wednesday to the Feman association, which will arrange their transport to Ukraine, the university spokesperson **Laura Holánová** informed TASR.



Students and staff contributed wax, unfinished or new candles, tea lights, lamps, flashlights, headlamps, power banks, and various types of batteries at 17 collection points on the university campus. Originally planned to run until the end of January, the campaign was extended until 15 February due to enormous interest. Given urgent needs and severe cold, the collected items are being sent to Ukraine immediately.

"Candles, wax, and batteries will be transported today to the city of Uzhhorod, where they will be delivered to Sister Marietta of the Congregatio Jesu. From there, they will be distributed wherever this help is awaited. The wax will be used to make trench candles, which are crucial for residents affected by the war in areas without electricity and for their survival," said Zakarpattia ambassador and Feman director Eduard Buraš.

According to UPJŠ Vice-Rector **Slávka Tomaščíková**, the university is aware of its social responsibility and seeks to lead not only in education, science, and research but also in civil society development and altruistic aid. She noted that the wax collection has been organized in previous academic years as well. "Through our cooperation with the Feman association, we remained in contact with its director, who informed us of a renewed shortage of collected materials in Ukraine. Since our staff and students showed great interest and willingness to participate, we decided without hesitation to support another edition of the collection," she added.

Source: TASR

Jeremy Hill, Photo: Facebook/ETP Slovensko

Živé vysielanie 21:24

Rádio Slovakia Int. 21:00 - Slovensko dnes, Magazín o Slovensku

Rozhlas

UPJŠ University Collects Aid for Ukraine, Sending Candles, Batteries, and Power Banks - News - Rádio RSI English

📅 5. 2. 2026, 13:01, Zdroj: enrsi.rtvs.sk  Vydavateľ: Slovenská televízia a rozhlas, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v

Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 91 427 GRP: 2,03 OTS: 0,02 AVE: 950 EUR

UPJŠ University Collects Aid for Ukraine, Sending Candles, Batteries, and Power Banks - News - Rádio RSI English

UPJŠ University Collects Aid for Ukraine, Sending Candles, Batteries, and Power Banks

05. 02. 2026 13:01 | News

Facebook Tweet Instagram

Approximately 130 kilograms of wax, 240 various batteries, 17 lamps, lighters, and power banks have been collected so far in the "Light and Warmth for Ukraine" campaign organized by Pavol Jozef Šafárik University (**UPJŠ**) in Košice. The collected materials were handed over on Wednesday to the Feman association, which will arrange their transport to Ukraine, the university spokesperson Laura Holánová informed TASR.

Students and staff contributed wax, unfinished or new candles, tea lights, lamps, flashlights, headlamps, power banks, and various types of batteries at 17 collection points on the university campus. Originally planned to run until the end of January, the campaign was extended until 15 February due to enormous interest. Given urgent needs and severe cold, the collected items are being sent to Ukraine immediately.

"Candles, wax, and batteries will be transported today to the city of Uzhhorod, where they will be delivered to Sister Marietta of the Congregatio Jesu. From there, they will be distributed wherever this help is awaited. The wax will be used to make trench candles, which are crucial for residents affected by the war in areas without electricity and for their survival," said Zakarpattia ambassador and Feman director Eduard Buraš.

According to **UPJŠ** Vice-Rector Slávka Tomaščíková, the university is aware of its social responsibility and seeks to lead not only in education, science, and research but also in civil society development and altruistic aid. She noted that the wax collection has been organized in previous academic years as well. "Through our cooperation with the Feman association, we remained in contact with its director, who informed us of a renewed shortage of collected materials in Ukraine. Since our staff and students showed great interest and willingness to participate, we decided without hesitation to support another edition of the collection," she added.

Source: TASR

Jeremy Hill, Photo: Facebook/ETP Slovensko



Živé vysielanie 21:24

Rádio Slovakia Int. 21:00 - Slovensko dnes, Magazín o Slovensku

Rozhlas

Šok pre maturantov: Prihlášky na vysoké školy letia do stovák! Slovenské univerzity lámu rekordy, Česi sú lacnejší

5. 2. 2026, 13:57, Zdroj: [netky.sk](#), Autor: Ingrid Vrabcová, Sentiment: Neutrálny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Univerzita Pavla Jozefa Šafárika
Dosah: 3 676 GRP: 0,08 OTS: 0,00 AVE: 284 EUR

Šok pre maturantov: Prihlášky na vysoké školy letia do stovák! Slovenské univerzity lámu rekordy, Česi sú lacnejší

Podávanie prihlášok na vysoké školy sa blíži a s ním aj nepríjemné prekvapenie pre peňaženky študentov. Poplatky sa medzi univerzitami výrazne líšia a na niektorých fakultách sa šplhajú až k hranici 100 eur.

Ceny prihlášok sa odvíjajú od jednotlivých škôl aj fakúlt.

Na Univerzite Komenského v Bratislave sa poplatky pohybujú od 15 do 100 eur.

Najlacnejšie vychádza prihláška na Fakultu matematiky, fyziky a informatiky, najdrahšie si priplatia uchádzači o medicínu a zubné lekárstvo.

Na Univerzite Mateja Bela v Banskej Bystrici stojí prihláška na históriu 30 eur, no na odbor medzinárodné vzťahy už 57 eur.

Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach má prihlášku na učiteľstvo za 20 eur, zatiaľ čo medicína vyjde dvojnásobne.

„Výšku poplatku za prihlášku si určujú jednotlivé fakulty, zohľadňuje sa v nich náročnosť administrácie prijímacieho konania a atraktivita študijného programu,“ vysvetlila hovorkyňa UK Barbora Tancerová.

Mnohí slovenskí študenti preto pozerajú za hranice — a nie je sa čomu čudovať. České univerzity sú výrazne dostupnejšie.

Masarykova univerzita v Brne si účtuje 19 až 37 eur.

Univerzita Karlova v Prahe má poplatky od 36 eur na filozofickej fakulte po 41 eur na lekárskej.

„Toto vie byť pre niektorých študentov určite priepastný rozdiel. Apelujeme na vysoké školy, aby si uvedomili, že výška poplatku za prijímacie konanie priamo súvisí s atraktivitou štúdia na ich škole,“ upozornil predseda Študentskej rady vysokých škôl Patrik Prístupný.

Kto podá prihlášku elektronicky, môže ušetriť aj 10 eur. Väčšina maturantov však neriskuje a posielajú viac prihlášok naraz — čo celkovú sumu ešte zvyšuje.

Autor: Ingrid Vrabcová

Na východnom Slovensku začína vznikať MedTech ekosystém

5. 2. 2026, 15:00, Zdroj: [medicina.trend.sk](#), Vydavateľ: News and Media Holding a.s., Sentiment: Pozitívny, Téma: Rektorát UPJŠ, Kľúčové slová: Pavol Jarčuška
Dosah: 556 GRP: 0,01 OTS: 0,00 AVE: 114 EUR

Na východnom Slovensku začína vznikať MedTech ekosystém

Facebook Twitter E-mail

Budúcnosť zdravotníctva je v prepojení medicíny s technologickými inováciami

V zdravotníctve pracuje na Slovensku 230-tisíc ľudí. Na východnom Slovensku je to každý 10-ty človek. Klaster Košice IT Valley pripravil v spolupráci s Univerzitou P. J. Šafárika v Košiciach analýzu o zdravotníctve na východnom Slovensku. Združenie vidí budúcnosť tohto odvetvia v podpore MedTech ekosystému v regióne a prepojení medicíny s technologickými inováciami.

Pre podporu konkrétnych riešení koncom januára v Košiciach prebehla odborná konferencia MedTech Day 2026, ktorá prepojila zdravotníctvo, technologické inovácie, výskum, startupy aj verejný sektor.

Na východnom Slovensku pôsobí 27 nemocníc v 19 mestách. V zdravotníctve je zamestnaných 36 709 ľudí, z toho 78 percent tvoria ženy. Stredoškolské vzdelávanie v oblasti zdravotníctva poskytuje 12 stredných škôl, ktoré ročne ukončí viac ako 1 300 absolventov. Najnavštevovanejšími študijnými programami sú praktická sestra, masér, farmaceutický laborant a sanitár. „Vysokoškolské vzdelávanie v



oblasti zdravotníctva poskytuje päť fakúlt, ktoré nájdeme v Košiciach a v Prešove. Čo sa týka absolventov všeobecného lekárstva, tých je tu ročne viac než 200,“ uviedol dátový analytik Košice IT Valley Jakub Zagora.

Konkrétne dáta sú zák l adom

„Zdravotníctvo stojí pred zásadnou transformáciou a práve prepojenie medicíny s technológiami má veľký potenciál. MedTech Day sme vytvorili ako platformu, ktorá má ambíciu posúvať Slovensko od diskusií k reálnym riešeniam, od nápadov k inováciám, ktoré sa dostávajú do praxe,“ dodala výkonná riaditeľka Košice IT Valley Miriama Hučková.

Podľa hlavného rečníka konferencie, analytika Martina Smatanu, bude v medicíne naďalej napredovať robotika, automatizácia a digitalizácia: „Predpokladám, že budú pokračovať trendy z posledných rokov, rozvoj personalizovanej diagnostiky a liečby, využívanie pokročilých algoritmov umelej inteligencie nielen na generovanie ideí, ale aj na vytváranie prediktívnych modelov. Znamená to, že budeme mať percentuálnu pravdepodobnosť, že sa niečo stane a podľa toho budeme vopred prispôbovať liečbu. V niektorých krajinách to už funguje a verím, že sa to čoskoro dostane aj na Slovensko.“

Odborníci sa zhodli, že na východnom Slovensku sú nemocnice, univerzity, univerzitné centrá a úspešné firmy, aj dostatok šikovných mladých ľudí, ktorí dokážu spolupracovať a posúvať MedTech ekosystém vpred. „Za kľúčové považujem aj spustenie štúdia bioinformatiky, sú to ľudia, ktorých potrebujú všetky súčasti tohto ekosystému. Dôležité je tiež vytvoriť združenie, ktoré prepojí všetkých aktérov v tejto oblasti – univerzity, nemocnice aj firmy,“ dodal **Pavol Jarčuška**, prednosta Kliniky infektológie a cestovnej medicíny a prorektor UPJŠ.

Ak nechcete, aby vám ušli dôležité správy a analýzy, prihláste sa na náš týždenný newsletter.

Ďalšie články

Autor: Medicína || Medicína | 5. februára 2026 | 2 minúty čítania

Štyri nové ulice v Zlatých Moravciach dostali svoje názvy

📅 5. 2. 2026, 16:21, Zdroj: zlatemoravce.info 📄 Sentiment: Pozitívny, Téma: Rektorát UPJŠ, Kľúčové slová: rektor UPJŠ

Dosah: 580 GRP: 0,01 OTS: 0,00 AVE: 116 EUR

Štyri nové ulice v Zlatých Moravciach dostali svoje názvy

PeterKI 4 minúty pridaný Naposledy aktualizovaný: 5. februára 2026

0 0 2 minút čítania

Na 25. zasadnutí Mestského zastupiteľstva v Zlatých Moravciach, konaného vo štvrtok 5. februára 2026, boli okrem iného schválené aj názvy nových ulíc v Zlatých Moravciach.

Štyri nové ulice, ktoré sa nachádzajú v lokalite nad Dlhou ulicou v Zlatých Moravciach, dostali svoje oficiálne názvy. Rozhodli o tom poslanci MsZ Zlaté Moravce.

V našom meste tak máme po novom Ulicu J. Podhorného, Ulicu R. Korca, Ulicu A. Drexlera a Ulicu Š. Rakovského. Ide všetko o osobnosti Zlatých Moraviec, ktoré sa významnou mierou pricinili o rozvoj mesta či dokonca krajiny.

Július Podhorný

Július Podhorný je úzko spojený s Gymnázium Janka Kráľa v Zlatých Moravciach. Bol to významný pedagóg, zbormajster a hudobník, ktorý venoval škole a rozvoju kultúry v regióne dlhé roky. Na gymnáziu pôsobil od roku 1939 do roku 1983, kde vyučoval slovenský jazyk, spev a filozofiu.

V školskom roku 1939/1940 založil a dlhých 44 rokov (až do roku 1983) viedol preslávený študentský spevácky zbor gymnázia Schola Cantorum. Zbor dosiahol významné úspechy a reprezentoval mesto aj v zahraničí.

Rudolf Korec

Profesor Rudolf Korec je osobnosťou, ktorá presiahla regionálny význam a výrazne prispela k rozvoju slovenskej medicíny a vedy. Narodil sa v obci Klíž (dnes súčasť Veľkého Klíža), ktorá leží v bezprostrednej blízkosti Zlatých Moraviec. Hoci väčšinu profesionálneho života prežil v Košiciach, k svojmu rodisku a regiónu mal silné väzby. Bol pochovaný v rodinnej hrobke na verejnom cintoríne v Zlatých Moravciach, čím sa symbolicky vrátil do svojho rodiska.



Bol významným vedcom v oblasti patologickej fyziológie a zakladateľom Ústavu patologickej fyziológie na Lekárskej fakulte v Košiciach. Jeho práca mala kľúčový význam v oblasti diabetológie. Bol zakladateľom a čestným predsedom Slovenskej diabetologickej spoločnosti, čím prispel k rozvoju liečby a výskumu cukrovky na Slovensku. Pôsobil ako docent a neskôr ako profesor na Lekárskej fakulte Univerzity Pavla Jozefa Šafárika (UPJŠ) v Košiciach. Po Nežnej revolúcii bol prvým zvoleným rektorom UPJŠ v Košiciach, čo podčiarkuje jeho morálne kvality a rešpekt v akademickej obci. V minulosti bola po ňom pomenovaná aj zlatomoravecká nemocnica.

Adolf Drexler

Adolf Artúr Drexler bol slovenský architekt pôsobiaci aj v Zlatých Moravciach. Pochádzal zo židovskej rodiny priamo z nášho mesta. Realizoval viacero stavieb v Zlatých Moravciach, Nitre a Leviciach vo funkcionalistickom štýle.

Štefan Rakovský

Zlatomoravčan Štefan Rakovský pochádzal zo starej zlatomoraveckej remeselníckej rodiny. Vyštudoval na Univerzitu Komenského v Bratislave odbor zemepis, slovenský jazyk a dejepis. Orientoval sa na stredoveké dejiny. Po škole pôsobil na viacerých miestach mimo Zlatých Moraviec.

Po svojom návrate domov – do Zlatých Moraviec sa zaslúžil o rozvoj miestneho múzejníctva. Snažil sa o oživenie Tekovského múzea, ktoré bolo založené v roku 1896. Dňa 11. októbra 1947 vzniklo Okresné vlastivedné múzeum. Dr. Rakovský bol od roku 1955 poverený jeho vedením až do roku 1985. Rakovský s pričínal aj o oživenie pamiatky básnika Janka Kráľa, zriadil pamätnú izbu básnika v roku 1972.

Peter Klimant

PeterKI 4 minúty pridaný Naposledy aktualizovaný: 5. februára 2026

0 0 2 minút čítania

Zdieľaj

Autor: PeterKI

Univerzita Pavla Jozefa Šafárika vyzbierala pre Ukrajinu vosk aj batérie - Správy - Rádio RSI Slovensky

5. 2. 2026, 17:12, Zdroj: skrsi.stvr.sk, Vydavateľ: Slovenská televízia a rozhlas, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Univerzita Pavla Jozefa Šafárika
Dosah: 91 427 GRP: 2,03 OTS: 0,02 AVE: 950 EUR

Univerzita Pavla Jozefa Šafárika vyzbierala pre Ukrajinu vosk aj batérie - Správy - Rádio RSI Slovensky

Univerzita Pavla Jozefa Šafárika vyzbierala pre Ukrajinu vosk aj batérie

05. 02. 2026 17:12 | Správy

Facebook Tweet Instagram

Približne 130 kilogramov vosku, 240 rôznych batérií, 17 kusov svetidiel, zapaľovače a powerbanky sa doposiaľ podarilo vyzbierať v rámci zbierky Svetlo a teplo pre Ukrajinu, ktorú zorganizovala **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**. Doteraz vyzbieraný materiál odovzdali v stredu združeniu Feman, ktoré zabezpečí jeho prepravu. Zbierka na pomoc obyvateľom Ukrajiny mala pôvodne trvať do konca januára, pre enormný záujem ju napokon predĺžili do 15. februára. Materiál, ktorý doposiaľ vyzbierali, sa vzhľadom na akútnu potrebu a silné mrazy rozhodli dopraviť na Ukrajinu už teraz.

Zdroj: TASR

Iveta Lomenová Foto: TASR

Rádio Slovakia Int. 00:00 - Die Slowakei hautnah, Magazin über die Slowakei in deutscher Sprache

Rozhlas

Doplnený prehľad udalostí na piatok 6. februára

5. 2. 2026, 18:20, Zdroj: **TASR**, Vydavateľ: Tlačová agentúra Slovenskej republiky, Sentiment: Neutrálny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: **UPJŠ**, Univerzita Pavla Jozefa Šafárika, Filozofická fakulta UPJŠ, Ústav telesnej výchovy a športu UPJŠ

Doplnený prehľad udalostí na piatok 6. februára



E - mail: domred@tasr.sk, tel.: +421 2 59 21 04 58

dispecing@tasr.sk

Technická podpora: 0905/505 721

Podujatie Vodíkový pohár v Košiciach

Medzinárodné preteky študentských vodíkových áut, vývoj prototypov a prezentácia inovácií v oblasti udržateľných technológií

Košice, SOŠ informačných technológií, Ostrovskeho č. 1

08.30 Prvé sympóziu robotickej chirurgie (5. - 6. februára)

Košice, hotel Yasmin, Tyršovo nábrežie č. 1

08.45 Deň otvorených dverí **Filozofickej fakulty Univerzity Pavla Jozefa Šafárika** a **Ústavu telesnej výchovy a športu UPJŠ**

Košice, Moyzesova 9 a Ondavská 21

09.00 46. schôdza Národnej rady SR

Bratislava, NR SR, rokovacia sála, Námestie A. Dubčeka č. 1

text, video, zvuk, foto, live

09.00 Dni mesta Rožňava pri príležitosti 735. výročia prvej písomnej zmienky (4. - 6. februára)

- konferencia Baníctvo v zrkadle dejín Rožňavy

Rožňava, radnica, Námestie baníkov č. 32

09.20 Spoločná TK strany Za ľudí a Hnutia Slovensko

Téma: Zákon o katastri - paralyzuje verejnú kontrolu majetkových priznaní politikov.

Informovať bude Veronika Remišová, Ján Magušin a Milan Vetrák.

Bratislava, NR SR, tlačové centrum, Námestie A. Dubčeka č. 1

text

10.00 TK iniciatívy Stred

Téma: Železničná spoločnosť Slovensko a. s. zrušila predajné miesto v Žiari nad Hronom, iniciatíva Stred predstaví iné alternatívy

Žiar nad Hronom, železničná stanica

<https://maps.app.goo.gl/e9tRexDRkUTRJEpm9>

10.00 Brífing primátora hlavného mesta SR Bratislavy Matúša Valla

Téma: Predstavenie nových autobusov na stlačený zemný plyn v rámci obnovy vozidlového parku

Informovať budú aj námestníčka primátora Bratislavy Tatiana Kratochvílová a predseda predstavenstva Dopravného podniku Bratislava Martin Rybanský

Bratislava, depo Jurajov dvor, vchod z Bojnickej ulice

GPS: 48.178655, 17.165682

Linky MHD: 65 (zastávka Bojnická)



text, video, zvuk, foto

10.00 TK mimoparlamentnej strany Demokrati

Téma: Petícia Stačilo Fica: ideme do finále!

Informovať bude predseda strany Jaroslav Naď, podpredseda strany Juraj Šeliga a ďalší členovia predsedníctva strany

Bratislava, centrála Demokratov, Miletičova č. 2Y1

10.30 TK štátneho tajomníka Ministerstva obrany SR Igora Melichera

Téma: Reakcia na rozhodnutie Krajskej prokuratúry v Bratislave

Bratislava, MO SR, Námestie generála Viesta č. 2, príchod médií očakávajú do 10.00 h

text, zvuk, live

11.00 SCELТ & The Bridge forum: Resilience (6. - 7. februára)

Medzinárodná konferencia Slovenskej komory učiteľov anglického jazyka v spolupráci s The Bridge - English Language Centre

Téma: Resilience (Odolnosť)

Bratislava, UK, Fakulta matematiky, fyziky a informatiky, Mlynská dolina 6280

11.00 TK strany Sloboda a Solidarita

Téma: Zvolanie mimoriadnej schôdze ku korupcii na Slovensku.

Informovať budú predseda SaS Branislav Gröhling, podpredsedníčka SaS Mária Kolíková, poslanec NR SR za SaS Alojz Hlina a ďalší poslanci NR SR za SaS.

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

text, zvuk

12.00 TK ministra vnútra SR Matúša Šutaja Eštoka a ministra vnútra ČR Lubomíra Metnara TK sa koná pri príležitosti prvého bilaterálneho rokovania oboch ministrov a podpísania Dohody o policajnej spolupráci.

10.50 h - Fototermím

11.50 h - Podpísanie Dohody o policajnej spolupráci

12.00 h - Brífing

Bratislava, NR SR, historická budova, Župné námestie č. 12

text, zvuk

15.00 Zimná univerziáda SR (2. - 6. februára)

- slávnostné ukončenie

Žilina, UNIZA, športové centrum

text, video, foto

16.00 Páračky v Lučenci

Lučenec, Dom matice slovenskej, Rázusova 33

16.00 Fašiangy s Mladými kopanicami v obci Lubina

- tradičný fašiangový sprievod v maskách



Lubina, park a hasičská zbrojnica

17.00 Prezentácia druhého vydania knihy Katky Terao Voškovej a Marcela Mészároša - Anatomia historického domu: Hodnoty historickej architektúry a urbanizmu Banskej Štiavnice

Banská Štiavnica, ArtCafé, podkrovie, Akademická 2

17.00 Miro Trubač: Mäkké jadro - otvorenie výstavy

Autorská výstava slovenského sochára, ktorá predstavuje prierez jeho figurálnou tvorbou potrvá do 29. marca

Senica, Záhorská galéria Jána Mudrocha, Sadová 619/3

17.30 Otvorenie výstavy Martin Matula: ...bude meškať asi 20 minút

Slávnostné otvorenie samostatnej výstavy a víťaza ceny Mladý talent roka Slovak Press Photo 2025 Martina Matulu

Bratislava, galéria nadácie Slovak Press Photo, Františkánske námestie č. 7

text

18.00 Igor Cvach: Zámocký výber - vernisáž

Hlohovec, Hlohovský zámok

18.00 Geišbergovci naživo(t) - koncert

Námestovo, Dom kultúry

18.00 Záhrada žien - vernisáž

Výstava obrazov výtvarníčky Sone Krajčovičovej a akademického maliara Miroslava Bezáka potrvá do 13. apríla

Modrý Kameň, hrad, baroková sála, Zámocká 1

19.00 Koncert v Slovenskej filharmónii

Diriguje Marián Lejava, sólistkou večera bude slovenská klaviristka Katarína Paľová

18.15 h - stretnutie s dirigentom M. Lejavom, dramaturgom SF Jurajom Bubnášom a autorom textu k programu Ondrejom Veselým (foyer SF)

Bratislava, SF, koncertná sieň, Námestie Eugena Suchoňa 1

Správy ekonomického charakteru vydá ekonomická redakcia TASR.

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

mik lt

Autor: LT

ZMOS podporuje digitálnu transformáciu škôl s dôrazom na ľudí a duševné zdravie detí

 5. 2. 2026, 19:31, Zdroj: zmos.sk , Sentiment: Pozitívny, Téma: Rektorát UPJŠ, Kľúčové slová: Dušan Šveda

Dosah: 268 GRP: 0,01 OTS: 0,00 AVE: 76 EUR

ZMOS podporuje digitálnu transformáciu škôl s dôrazom na ľudí a duševné zdravie detí

Bratislava – 5. februára 2026 - Predseda ZMOS Jozef Božík rokoval s riaditeľom Centra celoživotného vzdelávania a podpory projektov Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach (UPJŠ) **Dušanom Švedom** o podpore škôl v oblasti digitálnej transformácie vzdelávania.

Témou stretnutia bola najmä potreba systematickej pomoci školám, učiteľom a žiakom tak, aby digitalizácia nebola len o zavádzaní technológií, ale aj o bezpečnom a zodpovednom živote detí v digitálnom prostredí.

Diskusia sa zamerala na národný projekt Digitálna transformácia vzdelávania a školy (DiTEdu), ktorý podporuje vznik a rozvoj pozície školského digitálneho koordinátora, neformálne vzdelávanie učiteľov a metodickú podporu škôl. Osobitný dôraz bol kladený na vplyv sociálnych sietí a digitalizácie na duševné zdravie detí a mladých ľudí, ako aj na potrebu pripravovať žiakov na fungovanie v škole 21. storočia.

„Podpora digitálnych kompetencií, učiteľov a riaditeľov škôl je investíciou do budúcnosti spoločnosti. Cieľom je, aby deti získali nielen technické zručnosti, ale aj schopnosť kriticky myslieť, chrániť svoje duševné zdravie a zodpovedne využívať digitálne nástroje,“ uviedol predseda ZMOS Jozef Božík. Projekt bude predstavený aj na Sekcii školstva a športu Rady ZMOS.

Za UPJŠ sa vo štvrtok 5. februára 2026 zúčastnil rokovania **Dušan Šveda**, riaditeľ CCVaPP a koordinátorka projektu Veronika Hubeňáková a za ZMOS jeho predseda Jozef Božík a Zuzana Špačeková, riaditeľka Kancelárie ZMOS.

Autor: Združenie miest a obcí Slovenska

Neviditeľné jedy na tanieri

6. 2. 2026, Zdroj: **HN magazín**, Strán: 14, 15, 16, 17, 18, 19, Vydavateľ: **MAFRA Slovakia, a.s.**, Autor: **Barbora**

Kosirová, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Univerzita Pavla Jozefa Šafárika**

Dosah: 9 449 GRP: 0,21 OTS: 0,00 AVE: 19500 EUR

Neviditeľné jedy na tanieri

Rubrika: hlavná téma | Ako bezpečné je to, čo jeme?

Nemusia mať podobu zakázanej chémie ani sa hneď prejavíť ako dramatická otrava. Častejšie ide práve o nenápadné látky a ich dlhodobé pôsobenie. Odborníci vysvetľujú, prečo sa oplatí pozeráť na jedlo komplexne – nielen cez éčka.

Keď sa hovorí o „jedoch v jedle“, jednou z prvých konotácií sú pre väčšinu ľudí „éčka“. Z vedeckého pohľadu však medzi najvýznamnejšie riziká dneška patria skôr látky, ktoré sa do potravín dostávajú neúmyselne – z prostredia, pri spracovaní alebo cez obaly. Príkladom sú ťažké kovy, ako olovo, kadmium či ortuť, ktoré sa do potravín dostávajú z pôdy a vody a v niektorých potravinách sa systematicky sledujú. Výrobcom sú v tom často „nevinne“, ide skôr o dôsledok znečisteného prostredia a potravinového reťazca.

Mykotoxíny

Podobným problémom sú aj mykotoxíny – toxické látky produkované plesňami, ktoré sa môžu vyskytovať najmä v obilninách, orechoch, sušenom ovocí, koreninách či v krmivách pre zvieratá. Niektoré z nich majú preukázané toxické, imunotoxické alebo karcinogénne účinky, iné môžu pri dlhodobej expozícii zafarbovať pečenie, obličky alebo narúšať hormonálnu rovnováhu. Keď jednorazovo zjeme niečo s obsahom plesne, neznamená to ešte, že nám hrozí rakovina. Riziko predstavuje skôr dlhodobý príjem malých dávok, ktorý si často ani neuvedomujeme. Výskyt mykotoxínov úzko súvisí so spôsobom skladovania – vlhké prostredie, teplo a poškodené obaly vytvárajú ideálne podmienky pre rast plesní.

Tatiana Kimáková z Ústavu verejného zdravotníctva a hygieny **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach** neodporúča jesť ani arašidy (podzemnicu olejnú), ktoré majú prasknutú či otvorenú škrupinu. Hrozí totiž, že pri preprave tam už vznikla pleseň. Rovnako odporúča nemilosrdne vyhodíť všetko – či už lekváre alebo zaváraniny, kde je pleseň viditeľná, hoci len na kúsok.

Vzhľadom na meniace sa klimatické podmienky a extrémny počasie sa môže výskyt plesní posúvať aj do oblastí, kde boli doteraz menej bežné. Dôležité je tiež pripomenúť, že mykotoxíny sú odolné voči teplu – varenie, pečenie ani praženie ich spoľahlivo nezničí. Pri orechoch je problémom to, že ak sú napadnuté plesňami, často už obsahujú mykotoxíny (napr. aflatoxíny). Aj keby vám ich bolo ľúto vyhodíť a rozhodnete sa z nich napiecť koláč, nie je to dobrý nápad. Aj keď orechy po upečení vyzerajú, voňajú a chutia „normálne“, toxické látky v nich môžu pretrvávať. Dávajte si preto pozor najmä na zatuchnuté, horké alebo zmyslovo podozrivé potraviny. Doma je dobré dodržiavať suché a chladné skladovanie a nepodliehať pokušeniu odrezať „len“ plesnivú časť.

Pečenie a vyprážanie

Samostatnou kapitolou sú látky, ktoré vznikajú pri spracovaní potravín teplom. Príkladom je akrylamid, ktorý sa tvorí pri pečení a vyprážaní škrobových potravín pri vysokých teplotách. Európske predpisy dnes výrobcov zaväzujú, aby jeho tvorbu minimalizovali, no na problémy si „zarábame“ aj doma – prepálené, príliš tmavé jedlá nie sú len estetickým, ale aj zdravotným problémom. Medzi najlepšie zdokumentované riziká patria aj spracované mäsové výrobky. Medzinárodná agentúra pre výskum rakoviny pri World Health Organization ich zaradila medzi karcinogénne faktory v súvislosti s kolorektálnym karcinómom. Mechanizmus je komplexný a zahŕňa viacero faktorov vrátane spôsobu spracovania a prítomnosti dusitanov. Odborné odporúčania však nehovoria o úplnom vylúčení, ale o striedavosti – problémom je pravidelná, vysoká konzumácia, nie koliesko klobásy raz za čas.

V posledných rokoch si svoju temnú slávu „užívajú“ aj látky, ktoré sa do jedla dostávajú z obalov a materiálov v kontakte s potravinami. Príkladom je bisfenol A, ktorý bol v EÚ zakázaný pre obavy z jeho dlhodobých účinkov na hormonálnu rovnováhu, vývoj a reprodukčné zdravie. Podobne sa dnes diskutuje o PFAS (per- a polyfluóroalkylových látkach), často označovaných ako „večné chemikálie“. Ide o skupinu syntetických zlúčenín, ktoré sa v prírode takmer nerozkladajú, majú schopnosť hromadiť sa v životnom prostredí aj v ľudskom tele a do potravín sa môžu dostať nepriamo – napríklad cez vodu, pôdu alebo materiály prichádzajúce do kontaktu s jedlom. Práve ich mimoriadna perzistencia a dlhodobá expozícia sú dôvodom, prečo sa ich používanie v Európe postupne obmedzuje a sprísňuje.

Prídavné látky

Osobitnú skupinu tvoria diskutované prídavné látky. Patria sem niektoré emulgátory, skúmané pre možný vplyv na črevnú bariéru a mikrobióm, či umelé sladidlá, napríklad aspartám. Ten bol označený ako „možný karcinogén“, no zároveň zostáva v rámci povolených denných dávok hodnotený ako bezpečný. Rozdiel medzi nebezpečenstvom a reálnym rizikom je tu kľúčový – nejde o jed v malej dávke, ale o otázku dlhodobého a nadmerného používania.

Realita je teda menej dramatická, než naznačujú alarmujúce titulky, no nedá sa spoliehať ani na to, že „všetko je bezpečné“. Najväčším problémom nie je jedna konkrétna látka, ale kombinácia viacerých zdrojov expozície a fakt, že vysoko spracované potraviny čoraz viac vytláčajú prirodzené jedlo.

Jedlo a psychika

Jedlo si spájame s energiou, telesnou kondíciou či váhou. Menej si však uvedomujeme, že významne ovplyvňuje aj naše prežívanie, emócie a správanie. Psychoterapeut Andrej Drbohlav z Inštitútu behaviorálnych štúdií, ktorý sa dlhodobo venuje poruchám emócií, agresívnemu správaniu a disharmonickému vývoju detí, v rozhovore pre magazín Téma upozorňuje, že pri práci s psychikou nemožno stravu odsúvať na okraj. Z jeho skúseností vyplýva, že prvým rozumným krokom je obmedzenie potravín so syntetickými farbivami. Týka sa to najmä detí, no opatrnosť je namieste aj u dospelých. „Väčšina farbív je v potravinách len preto, aby nás zaujali, aby sa nám zapáčili, aby sme si ich chceli kúpiť. Väčšinou nemávajú inú zásadnú funkciu,“ vysvetľuje Drbohlav.

Medzi najčastejšie diskutované látky patrí tartrazín (E102), syntetické žlté farbivo používané najmä v sladených nápojoch, sladkostiach, cukrovinkách, ale aj v niektorých polievkach, pečive či zmrzlínach. Podľa niektorých výskumov môže tartrazín súvisieť s podráždenosťou, psychomotorickým nepokojom a poruchami spánku. Tieto prejavy sa môžu výraznejšie prejavovať najmä u detí s neurovývojovými poruchami, ako je ADHD, kde sa následne zhoršuje schopnosť udržať pozornosť a regulovať správanie. Ide o faktor, ktorý môže k existujúcim ťažkostiam prispievať. Opatrnosť psychoterapeut odporúča aj pri ďalších farbivách, ako je chinolínová žltá (E104), žltá E110 či červené farbivá E124 a E129, ktoré sa často nachádzajú v žuvačkách, džemoch, sladených výrobkoch a detských pochutinách. Pozornosť venuje aj benzoanu sodnému (E211), konzervačnej látke, ktorej vplyv na správanie je stále predmetom výskumu. Niektoré experimenty na zvieratách poukazujú na zvýšené prejavy úzkosti, zníženú motiváciu k výkonu a nepozornosť.

Samostatnou kapitolou sú umelé sladidlá, predovšetkým aspartám (E951). Podľa Drbohlava sa jeho vplyv na správanie pozoruje najmä v oblasti úzkostných prejavov, ktoré môžu následne zvyšovať nepokoj, vznetlivosť či vzdorovité reakcie, najmä u detí. Aj preto považuje za dôležité sledovať nielen samotnú prítomnosť týchto látok, ale aj celkový kontext stravy a individuálnu citlivosť dieťaťa či dospelého.

Riziko instantnosti

Instantné polievky, omáčky z prášku či hotové jedlá sú lákavé: sú lacné, rýchle a vydržia dlho, preto sa stali bežným základom jedálneho lístka mnohých domácností. Podľa odborníka na konzerváciu potravín Jana Pivoňku z Ústavu konzervácie potravín VŠCHT v Prahe je to však trend, ktorý by sme nemali brať na ľahkú váhu. „Hoci Svetová zdravotnícka organizácia vyzýva na zníženie ich spotreby, v našej strave konzumácia týchto potravín vzrástla už na 50 %. A bude horšie,“ varuje. Instantné potraviny podľa neho nie sú „jedovaté“ v toxikologickom zmysle slova. Problém je inde – často sú postavené na technologicky upravených zložkách, ktoré majú vytvoriť chuť a konzistenciu, no výživovo nenahradia jedlo z čerstvých surovín. „V instantnej polievke je v prvom rade veľa prídavných látok, vďaka ktorým vytvoríte dojem chuti a textúry... Treba však povedať, že žiadna z týchto látok neškodí zdraviu. Avšak od potravín očakávate viac,“ zdôrazňuje. Výživová hodnota sa totiž neráta len podľa toho, či je niečo povolené, ale podľa toho, čo jedlo telu reálne dodá.

Pri výrobe sa suroviny často najprv „rozoberú“ a následne „znovu poskladajú“: napríklad hrach sa zbaví šupky, oddelí sa bielkovina, škrob či vláknina a výsledok sa upravuje tak, aby bol stabilný a chuťovo atraktívny. „Z hrachu teda vyrobíte tri vrecká prášku,“ opisuje Pivoňka. Výsledok môže pôsobiť lákavo, no oproti domácej polievke z čerstvého alebo mrazeného hrachu ide často o výživovo chudobnejšiu alternatívu.

Zvlášť kriticky sa stavia k lacným instantným polievkam, ktoré sú podľa neho „postavené na glutamáte“ a doplnené o palmový olej a arómy. Upozorňuje aj na tzv. skrytý glutamát v zložkách ako hydrolyzáty či kvasnicové extrakty. Samotný glutamát však nepovažuje za veľké zdravotné riziko – skôr za nástroj, ktorý nás učí vyhľadávať výraznú chuť a vytvárať si na ňu návyk. „Lahko si vytvoríte návyk na jeho chuť a vyhľadávať potom potraviny, ktoré ho obsahujú... Ostatné potraviny vám potom prídu fádne,“ hovorí. Prídavná látka nás teda nemusí rovno „otráviť“, no mení chuťové preferencie a podporuje výber potravín, ktoré by sme nemali jesť denne.

Ako sú na tom éčka

Jan Pivoňka pripomína, že veľká časť prídavných látok sú prirodzene sa vyskytujúce zlúčeniny – napríklad kyselina citrónová, ktorá sa pri priemyselnej výrobe označuje ako E330, hoci je chemicky totožná s tou z ovocia. Varuje pred internetovými mýtmi, ktoré automaticky spájajú éčka s karcinogenitou. „Ak by to bola pravda, neboli by v potravinárskom priemysle povolené,“ tvrdí a zdôrazňuje základné pravidlo toxikológie: rozhoduje dávka. Zároveň pripomína, že bezpečnostné hodnotenia sa aktualizujú: EFSA (Európsky úrad pre bezpečnosť potravín) podľa neho priebežne dopĺňa a prehodnocuje údaje a z nich stanovuje prijateľné príjmy s veľkou rezervou. Z jeho pohľadu je však najväčší problém éčok skôr výživový – teda že sa nimi niekedy nahrádzajú hodnotné zložky potravín a spotrebiteľ to nemusí spoznať.

Odborník tiež upozorňuje na paradox, že práve vysoko spracované potraviny majú často najviac marketingových tvrdení o nižšom obsahu cukru či soli a „tvária“ sa zdravšie než čerstvé potraviny. Podobne kriticky vníma aj zjednodušené hodnotiace systémy typu Nutri-Score, ktoré môžu v niektorých prípadoch posunúť technologicky upravené produkty do lepších kategórií jednoduchými úpravami receptúry. Instantné jedlá a konzervy nemusia byť zakázaným ovocím, ale mali by ostať skôr rezervou než každodenným základom. ■

Aj uvarená ryža môže byť po čase toxická

Lucia Bírošová,

mikrobiologička, vedúca Oddelenia výživy a hodnotenia kvality potravín, Fakulta chemickej a potravinárskej technológie STU

Keď hovoríme o jedoch v jedle, čo si pod tým má bežný konzument predstaviť? Sú to skôr výnimočné prípady, alebo každodenná realita?

Pod jedmi v jedle môžeme rozumieť látky, ktoré predstavujú riziko pre zdravie konzumenta, zjednodušene povedané látky, po konzumácii ktorých budeme mať zdravotné problémy. Nemusí pritom ísť o príznaky, ktoré sa vyskytnú v krátkej dobe po konzumácii, v niektorých prípadoch môže ísť o tzv. chronickú toxicitu, keď potravinu konzumujeme pravidelne dlhší čas (niekoľko mesiacov až rokov). V praxi ide o látky, ktoré môžu byť pre človeka škodlivé, no do potravín sa dostávajú rôznymi cestami. Niektoré potraviny ich obsahujú prirodzene, napr. solanín v zelených častiach zemiakov, alebo môžu byť produktom mikrobiálnej kontaminácie (aflatoxíny v orechoch, tetrodotoxín v niektorých morských plodoch alebo rybách). Do iných potravín sa dostávajú ako kontaminanty z prostredia (pesticídy, ťažké kovy, ale aj mikroplasty), v iných zas vznikajú počas spracovania, keď ide o tzv. procesné kontaminanty; často skloňovaným je napr. akrylamid, ktorý vzniká pri pražení, napr. v hranolkách. Jedy v potravinách určite nie sú každodennou realitou, určite nie v Európskej únii. Musím povedať, že v tomto smere má EÚ (a teda aj Slovensko) jednu z najprísnejších legislatív, a teda aj bezpečnosť potravín je na veľmi dobrej úrovni.

Ktoré toxické látky v potravinách predstavujú najväčšie riziko pre zdravie?

Pomerne veľké riziko predstavujú perzistentné látky, teda tie, ktoré sa v potravinách hromadia dlhodobo, pričom u človeka sa môžu ukladať v tukovom tkanive a pôsobiť roky. Príkladom sú dioxíny a polychlórované bifenylly (PCB), ktoré jednak pôsobia ako endokrinné disruptory, ale tiež sú známymi karcinogénmi. Dobré známe a preštudované sú aj na Slovensku, keďže výroba PCB na východnom Slovensku bola ukončená koncom 80. rokov minulého storočia. Preto sú tieto oblasti dlhodobo monitorované. V konečnom dôsledku je to aj dôvod, prečo je na Zemplínskej šírave síce povolený športový rybolov, ale zakázaná konzumácia týchto rýb. Samozrejme, týmto by som však nepodceňovala ani ťažké kovy, mykotoxíny či iné toxické látky. To, či daný toxín predstavuje väčšie či menšie riziko pre zdravie, totiž súvisí s viacerými faktormi, ako je vek, pohlavie, imunitný stav, patofyziológia, ale tiež samozrejme so známym Paracelsovým citátom „Je to dávka, ktorá robí jed“.

Môže nám uškodiť plesneľ zo syra?

Záleží od toho, o akej plesni sa bavíme. Pokiaľ máme ušľachtilú plesneľ, vďaka ktorej syr získava svoje senzorické vlastnosti, tak nie, resp. nie pre väčšinu ľudí. Samozrejme, iné je to v prípade jedincov, ktorí kvôli zdravotnému stavu nemôžu jesť takýto typ potraviny, napr. pri histamínovej intolerancii. Vo všeobecnosti však platí, že uškodiť nám môže akákoľvek plesneľ, obzvlášť ak produkuje toxín.

A čo ak si nevšimnem kúsok plesne na dlhšie skladovanom chlebe?

Ak si človek nevšimne malý kúsok plesne na chlebe a zje ho, väčšinou to nespôsobí vážny problém, telo si s malým množstvom plesne poradí, avšak nie je to úplne bez rizika. U niekoho sa môžu prejaviť mierne tráviace ťažkosti či alergická reakcia. Pri takejto situácii však určite netreba panikáriť. Plesne sú odborne nazývané mikroskopické huby, dokážu sa šíriť v potravinách pomocou mikroskopických vlákien, pričom na povrchu si nemusíme vôbec nič všimnúť. V niektorých potravinách, ako napr. chlieb alebo ovocie, sa môžu šíriť rýchlo a nenápadne. Najnebezpečnejšie sú však tie, ktoré sú schopné produkovať mykotoxíny, ktoré sú bez chuti a zápachu.

Je pravda, že uvarená ryža môže byť po dlhšom skladovaní pri izbovej teplote toxická?

Áno, je to pravda. V ryži sa totiž môže prirodzene vyskytovať sporogénna baktéria *Bacillus cereus*. Vďaka tomu, že táto baktéria dokáže nepriaznivé podmienky prežiť vo forme spóry, ktorá je mimoriadne odolná, dokáže prežiť aj varenie ryže. Následne, keď takúto ryžu

necháme dlhší čas pri izbovej teplote, nastanú pre túto baktériu mimoriadne vhodné podmienky, aby sa spóry, laicky povedané, prebudili; odborné hovorme, že spóry vyklíčia do vegetatívneho štádia. Následne sa baktéria začne množiť a produkovať toxín odolný voči teplu. Tento toxín môže spôsobiť nevoľnosť či vracanie už niekoľko hodín po konzumácii.

A ako je na tom odborníkmi na zdravú výživu odporúčaná hnedá ryža? Dočítala som sa, že môže obsahovať viac arzenu ako bežná ryža.

Hnedá ryža na rozdiel od klasickej bielej obsahuje obalové štruktúry, tzv. otruby, v ktorých sa práve koncentruje arzén z pôdy a vody, kde sa ryža pestuje. Namáčaním a preplachovaním pred a po varení sa dá znížiť koncentrácia arzenu. Tiež závisí od frekvencie, koľko a ako často takúto ryžu jete, a tiež od toho, ako pestrý je váš jedálniček. Každopádne by som však neodporúčala takúto ryžu dávať malým deťom. Rovnaké upozornenie platí aj pre ryžové nápoje.

Ktoré potraviny sú najčastejším zdrojom mykotoxínov v bežnej strave?

Povedala by som orechy, v ktorých sa asi najčastejšie vyskytuje aflatoxín, ale tiež obilniny. Pomerne častým zdrojom je sušené ovocie (najmä ochratoxín a aflatoxín) dovážané z teplých krajín s vyšším rizikom kontaminácie.

Kedy by sme orechy určite nemali jesť?

Keď nevyzerajú a nechutia ako orechy, čiže v prípade, že chutia horko alebo majú divnú chuť, zapáchajú alebo sú zatuchnuté, ak majú netypickú textúru a sú mäkké až gumové, a samozrejme, ak vidíte na povrchu plesneň. Všetky tieto zmeny totiž môžu súvisieť s prítomnosťou plesní, ich metabolickou aktivitou a prípadným výskytom mykotoxínov.

V čom môžu byť nebezpečné čaje?

Čaje môžu obsahovať zvyšky pesticídov. Niektoré bylinkové čaje môžu obsahovať pirolizidínové či tropánové alkaloidy, nebezpečné hlavne z hľadiska chronickej toxicity. Tieto alkaloidy sa do bylinných zmesí môžu dostať najmä počas zberu. Z niektorých čajových vrecúšok sa môžu uvoľňovať mikroplasty či lepidlá. Preto je lepšie uprednostniť sypané čaje z kontrolovaného pestovania.

Stačí ovocie a zeleninu umyť vodou, alebo je potrebné niečo viac?

Väčšinou áno, skôr ide o to, akú techniku použiť, napr. mrkvu aj oškrabem, listovú zeleninu umyjem v kúpeli, nielen pod prúdom vody.

Má zmysel kupovať bio produkty, ak ide o zníženie príjmu toxických látok?

Áno aj nie, závisí od uhla pohľadu. Bioprodukty vynikajú nízkou kontamináciou z prostredia, čo sa týka pesticídov či syntetických hnojív. Na druhej strane sú náchylné na plesňovú kontamináciu. Rovnako môžu obsahovať aj niektoré ťažké kovy z pôdy, v ktorej sú pestované.

Môže byť zdravotným rizikom pripravovať jedlo napríklad na teflónovej panvici ktorá ma poškrábaný, alebo inak poškodený povrch?

Áno, avšak závisí aj od miery poškodenia panvice. Teflón je pomerne stabilný, problémom však je to, že sa malé časti z poškodenej panvice môžu uvoľniť do pripravovanej potraviny a spôsobiť podráždenie tráviaceho traktu.

Aké sú najväčšie riziká pri mäse?

Závisí od toho, o akom mäse sa bavíme. Samozrejme, pri údeninách, a to najmä pri použití natívneho údenia, predstavujú nebezpečenstvo najmä polycyklické aromatické uhľovodíky. V prípade surového mäsa predstavujú veľké riziko najmä baktérie a ich toxíny. Keď si vezmete hydinu, tá býva často kontaminovaná salmonelami. Ešte väčší problém predstavujú verotoxínogénne Escherichia coli či niektoré druhy stafylokokov produkujúce enterotoxíny. Mikroorganizmy vysokou teplotou síce eliminujete, ale mnohé toxíny v potravine pretrvávajú. Preto treba dbať na čerstvosť, správne skladovanie a spracovanie mäsa.

Existuje jedlo/kombinácia, ktorej by ste sa vy osobne radšej vyhli?

Ja osobne ako mikrobiológ sa snažím vyhýbať hlavne potravinám s vyšším rizikom mikrobiálnej kontaminácie, ktoré neprešli tepelným procesom, ako napr. surové mlieko či nepasterizované syry. Rovnako mám rešpekt pred pouličným stravovaním, najmä v krajinách mimo EÚ.

Kontaminanty v potravinách – od pesticídov a mykotoxínov až po ťažké kovy a chemikálie z obalov – sú dôsledkom poľnohospodárstva, priemyslu aj spracovania potravín.

Najrizikovejšie potraviny

Ryby (najmä tuniak, makrela). Riziko tvorby histamínu pri nesprávnom skladovaní; problém vzniká rýchlo a teplo ho nezničí. Orechy, obilniny, sušené ovocie. Môžu obsahovať mykotoxíny vznikajúce pôsobením plesní; rizikom je najmä dlhodobá konzumácia malých dávok. Spracované mäsové výrobky. Pravidelná vysoká konzumácia súvisí so zvýšeným rizikom kolorektálneho karcinómu; úlohu



zohráva spôsob spracovania a prítomnosť dusitanov. Pripálené a silno vyprážené jedlá. Môžu obsahovať akrylamid, ktorý vzniká pri vysokých teplotách najmä v škrobových potravinách. Instantné a vysoko spracované potraviny. Výživovo chudobné, často s vysokým podielom prídavných látok; problémom nie je toxicita, ale dlhodobé vytlačanie prirodzených potravín. Potraviny v nevhodných obaloch. Riziko migrácie látok z obalov (napr. PFAS); ide o dlhodobú, kumulatívnu expozíciu.

Podľa niektorých výskumov môže tartrazín súvisieť s podráždenosťou, psychomotorickým nepokojom a poruchami spánku.

Instantné polievky patria medzi vysoko spracované potraviny, v ktorých sa okrem surovín nachádzajú aj dochucovadlá, stabilizátory a zvýšené množstvo soli.

Autor: Text: Barbora Kosírová Foto: Shutterstock, archív L. Bírošovej