



Zo Šrobárky na Šrobárku	2
Online, srobarka.sk, 19. 5. 2026, 8:32	
Hackathon Hack Kosice 2026	2
Online, srobarka.sk, 20. 5. 2026, 12:19	
Diela, za ktorými treba vyraziť do lesa či k vode: Košický kraj stavil na landart	2
Online, eastmag.sk, 26. 5. 2026, 14:54	
Výskumníčka Orosová: Mladí ľudia preceňujú, koľko rovesníkov pije a fajčí, a práve to ich ohrozuje	4
Online, dennikn.sk, 26. 5. 2026, 15:26	
Botanická záhrada sa opäť stala kráľovstvom motýľov	9
Tlač, SME - Korzár, 27. 5. 2026	
V Košiciach uvidíte najväčšieho motýľa sveta	10
Tlač, Pravda, 27. 5. 2026	



Zo Šrobárky na Šrobárku [🔗](#)

📅 19. 5. 2026, 8:32, Zdroj: [srobarka.sk](#) [🔗](#), Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, UPJŠ, Univerzita Pavla Jozefa Šafárika**

Dosah: **281 GRP: 0,01 OTS: 0,00 AVE: 79 EUR**

Zo Šrobárky na Šrobárku

Podujatie „Zo Šrobárky na Šrobárku“, ktoré sa konalo

11. mája 2026

na pôde **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, ponúklo študentom inšpiratívne dopoludnie plné poznávaní, nových skúseností a zaujímavých stretnutí. Návštevníci mali možnosť nahliadnuť do univerzitného života prostredníctvom odborných prednášok, workshopov a prezentácií študijných programov z rôznych oblastí vedy, práva či verejnej správy.

Príjemnú atmosféru podujatia doplnili študentské spolky, ktoré predstavili svoju činnosť interaktívnu a kreatívnu formou. Účastníci si mohli vyskúšať praktické aktivity, zapojiť sa do súťaží a dozvedieť sa viac o možnostiach študentského života na univerzite. Podujatie tak vytvorilo priestor na inšpiráciu, nové kontakty a bližšie spoznanie akademického prostredia **UPJŠ**.

Autor: Gymnázium, Šrobárova 1, Košice || admin

Hackathon Hack Kosice 2026 [🔗](#)

📅 20. 5. 2026, 12:19, Zdroj: [srobarka.sk](#) [🔗](#), Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Dosah: **281 GRP: 0,01 OTS: 0,00 AVE: 79 EUR**

Hackathon Hack Kosice 2026

V dňoch

18.

–

19. apríla 2026

sa naši žiaci zúčastnili populárneho hackathonu Hack Kosice. Hackathon je súťaž, v ktorej majú tímy 24 hodín na vytvorenie funkčnej aplikácie riešajúcej reálny problém.

Podujatia sa zúčastnili Mark Takáč, Tomáš Sedlák, Šimon Popovič, Anet Jurčišinová, Juliana Kočiššiová, Šimon Sobek a Tímea Kočiššiová.

Tomáš, Šimon a Tímea pracovali na aplikácii pre **UPJŠ**, ktorá pomocou AI dokáže zo slzy pacienta detegovať ochorenie. Mark, Juliana, Anet a Šimon zase vyvíjali aplikáciu pre Tatra banku, ktorá by pomohla rodinám a priateľom spravovať spoločné výdavky. Počas súťaže si naši žiaci zdokonalili svoje schopnosti v oblasti dizajnu, programovania, komunikácie aj prezentovania pred porotou.

Autor: admin

Diela, za ktorými treba vyraziť do lesa či k vode: Košický kraj stavil na landart [🔗](#)

📅 26. 5. 2026, 14:54, Zdroj: [eastmag.sk](#) [🔗](#), Autor: **Lucia Radzová**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **vedenie UPJŠ OR vedenie Univerzita Pavla Jozefa Šafárika, UPJŠ, Botanická záhrada UPJŠ**

Dosah: **93 GRP: 0,00 OTS: 0,00 AVE: 45 EUR**

Diela, za ktorými treba vyraziť do lesa či k vode: Košický kraj stavil na landart

26. mája 2026

Pridajte komentár

8 min. čítania

Predstavte si, že za umením nepôjdete do galérie, ale vyberiete sa do lesa, k vode či na zabudnuté miesta v košickom regióne. Košický samosprávny kraj a Košice Región Turizmus priniesli 25. mája do priestorov Tabačky/Kulturfabrik prvú konferenciu o umení v prírode s názvom LANDART CONF. 2026. Slovenská landartová galéria po štyroch rokoch práce predstavila osem zrealizovaných diel v Košickom kraji a ďalšie dve pripravuje. Projekt prepája súčasné umenie, prírodu a cestovný ruch spôsobom, aký nemá na Slovensku obdobu. V čase, keď kultúra podľa organizátorov bojuje o prežitie a zažíva „eutanáziu“, vznikajú v krajine objekty, ktoré nie sú len fotopointmi pre



turistov. Sú pozvánkou na spomalenie, premýšľanie a vnímanie priestoru okolo seba v širšom kontexte.

Umelecký smer Land art vznikol v 60. rokoch 20. storočia v USA ako reakcia na komercializáciu umenia v galériách aj na tradičné sochárstvo. Umelci pri ňom nevystavujú krajinu ako kulisu, ale pracujú priamo v nej – z prírodných materiálov a s priestorom, ktorý sa stáva súčasťou diela. Krajina tak nie je len pozadím, ale médiom aj spoluautorom umeleckého zážitku. V minulosti však prinášal priam brutálne zásahy do prírody. Podľa Doroty Kenderovej, riaditeľky Východoslovenskej galérie, pracuje lokálny projekt presne naopak. Jednou zo základných podmienok Slovenskej landartovej galérie bolo, aby diela prírodu rešpektovali a prirodzene s ňou komunikovali. Časom bude krajina pretvárať aj samotné diela. „Príroda si s objektom sama poradí,“ vysvetlila Kenderová, ktorá je zároveň členkou odbornej poroty pri výbere umelcov a diel.

Prihláste sa do newslettera

Každý týždeň tipy na články, pozvánky na akcie a súťaže.

Osem diel v prírode

Pointou je dostať umenie k ľuďom a ľudí k umeniu – priamo do prírody Košického kraja. Zároveň landartový projekt predstavuje hlboký dialóg medzi umeleckou intervenciou a špecifickým charakterom krajiny.

„Umenie nemôže fungovať bez komunity a **vedenie** Košického samosprávneho kraja vníma podporu umenia ako investíciu do identity celého kraja,“ priblížila Lenka Vargová z Košice Región Turizmus. Podľa jej slov je tento projekt výnimočný práve tým, že dokáže prepojiť človeka s prírodou a umením v konkrétnych lokalitách, čím návštevníkom odkrýva skutočnú esenciu regiónu založenú na autentickejšť, ekoturizme a trvalej udržateľnosti.

Osem diel roztrúsených po rôznych kútoch Košického kraja ukazuje, že landart nemusí byť len efektívny objekt v krajine. V Smižanoch vyrástla monumentálna drevená inštalácia Dúha vodu pije, v Zádielskej doline futuristická Kométa a pri Herlianskom gejzíre poetické dielo Za časom na oblohe s funkciou slnečných hodín či napájadla pre živočíchy. Pri Senianskych rybníkoch návštevníkov čaká hravá Kukaň, pri jazere Turzov keramická Račia procedúra odkazujúca na kúpeľnú minulosť lokality a v Drnave kovová špirála 1+1=LES. Súčasťou galérie je aj Korytnačí bunker v Strede nad Bodrogom či Figová jama v Iľiašovciach. Autori pri tvorbe pracujú s prírodnými materiálmi, geologickými motívmi aj pamäťou miesta. Diela tak nie sú len fotopointmi, ale citlivými zásahmi do krajiny, ktoré človeka spomalia a privedú aj do miest, kam by možno inak nikdy nezašiel.

Dúha vodu pije

Na konferencii sa predstavili tri z ôsmich diel landartovej galérie.

REKLAMA

Dielo Dúha vodu pije od Jozefa Piláta je vytvorené z drevených tráv, ktoré pochádzajú priamo z chalúčky jeho prababičky. Autor týmto spôsobom symbolicky presúva časť rodinnej histórie len o pár krokov ďalej do voľnej krajiny na Košiarnom briežku v Smižanoch. Inštalácia je orientovaná tak, aby vytvárala rám medzi východom a západom slnka, pričom jej cieľom je navodiť v návštevníkovi pocit „nebeského pokoja“. Hlavným motívom diela je spájanie – hľadanie prieniku medzi človekom, spoločnosťou, kultúrou a prírodou ako symbolu jednoty. Pilát svoj zámer a symboliku diela vysvetľuje nasledovne:

„Tak ako dúha tvorí most medzi nebom a zemou, tak k tejto inštalácii divák môže vojsť dovnútra a ocitnúť sa takto v medzipriestore.“

Dúha vodu pije, Jozef Pilát. Foto: L. Radzová

Korytnačí bunker

Dielo Korytnačí bunker od autora Radovana Čerevku sa nachádza v chránenej krajinnej oblasti pri mŕtvom ramene rieky Bodrog, ktoré trpí nedostatkom vody. Inštalácia je postavená na ideí obrany a reaguje na spoločenský diskurz o konflikte medzi ochranou ohrozených druhov a záujmami ľudí.

Objekt má podobu kruhového vyvýšenia. Kombinuje estetiku vojenského bunkra s pancierom korytnačky močiarnej. Autor zvolil túto formu, aby zdôraznil potrebu chrániť čisté močiarné územia, ktoré tento ohrozený živočích potrebuje pre svoj život. Na vrchole diela sa nachádza časť určená na spočinutie a pozorovanie okolitej krajiny, pričom objekt má postupne splynúť s prírodou.

Korytnačí bunker, Radovan Čerevka. Foto: L. Radzová

Za časom na oblohe



Samuel Velebný prezentoval svoj objekt Za časom na oblohe s funkciou interaktívnych slnečných hodín. Nachádza sa v areáli herlianskeho gejzíru a je hlbokou reflexiou o cykloch prírody, nevyspytateľnosti gejzíru a pominuteľnosti človeka v kontraste s geologickými procesmi, keď sa opracovaný kameň pod vplyvom počasia opäť mení na prach. Umelec sa snažil vytvoriť objekt hovoriaci jazykom krajiny. Hlavným prvkom diela je zapojenie návštevníka do určovania času, čím sa zdôrazňuje interakcia medzi človekom a prostredím:

„Funkcionalita slnečných hodín je aktivovaná až po vstupe človeka do diela. Je to práve tiež človeka, ktorý stojí na vyznačenom mieste dlažby, a ten teda určuje čas,“ vysvetlil Velebný.

Za časom na oblohe, Samuel Velebný. Foto: L. Radzová

Inšpirácie z Londýna

Na konferencii sa predstavil aj medzinárodne etablovaný výtvarník a sochár, ktorý spolupracoval s renomovanými umelcami a štúdiami ako Raqib Shaw a Madame Tussauds. Jeho prácu môžete vidieť vo filmoch Wesa Andersona či seriáloch Netflixu Black Mirror a Wednesday.

Príbeh Mariána Grolmusa je fascinujúcim dôkazom toho, ako silné puto s domovom dokáže definovať svetovú umeleckú dráhu. Svoju tvorbu a prístup k nej opiera o hlboké vnímanie slovenskej identity, ktorú vystihuje slovami: „Slovensko je krajina krajiny. My nemáme mesto, nemáme city. My sme ľudia krajiny a preto s ňou pracujeme.“ Podľa neho práve toto špecifické prostredie zásadne formuje človeka a jeho nastavenie, čo sa snaží pretaviť do svojich diel.

Marián Grolmus o svojom diele vo filme Wesa Andersona. Foto: L. Radzová

Neváhajte, spoznávajte

Ak by ste čakali, že Slovenskú landartovú galériu podporilo Ministerstvo kultúry Slovenskej republiky, nestalo sa tak. Financovanie ostalo na pleciach samosprávy. Predseda KSK Rastislav Trnka uviedol: „Kultúra a umenie sú ako rozbehnutý vlak – ak ich v nejakom momente zastavíme, nezačnú opäť fungovať o rok či o dva. Akonáhle sa ľudia z tohto sektora rozutekajú po svete, bude ich návrat trvať oveľa dlhšie a stáť oveľa viac než ich vyhnanie z domova. Preto sa snažíme vytvárať priestor pre umenie aj v nových formách, ako je Slovenská landartová galéria, aby sme u nás udržali kvalitu a úroveň kultúry.“

Ďalšie dva objekty landartovej galérie sú aktuálne v procese realizácie a ich vernisáž je plánovaná na jeseň 2026. Účastníci konferencie mali výnimočnú možnosť nahliadnuť na dielo Metamorfózy od Štefana Poláka. To bude osadené v **Botanickej záhrade UPJŠ** v Košiciach.

Slovenská landartová galéria je otvorená bezplatne 24/7 a pozýva návštevníkov spoznávať umenie vo verejnom priestore šité na mieru košickému regiónu. Okrem kultúrneho zážitku a turizmu má tendenciu oživovať kritické myslenie a rozširovať obzory. Neváhajte a spoznávajte Košický kraj cez umelecké diela.

Lucia Radzová

Rada hľadám príbehy, ktoré voňajú človečinou.



Pridajte komentár

Mohli by sa vám páčiť aj nasledujúce články:

28. mája 2026

Autor: Lucia Radzová

Výskumníčka Orosová: Mladí ľudia preceňujú, koľko rovesníkov pije a fajčí, a práve to ich ohrozuje

 26. 5. 2026, 15:26, Zdroj: dennikn.sk , Vydavateľ: N Press, s.r.o., Autor: Karolína Kiripolská, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Univerzita Pavla Jozefa Šafárika
Dosah: 208 454 GRP: 4,63 OTS: 0,05 AVE: 1460 EUR

Výskumníčka Orosová: Mladí ľudia preceňujú, koľko rovesníkov pije a fajčí, a práve to ich ohrozuje

Jednorazové protidrogové kampane nepoznajú ľudí, s ktorými pracujú, upozorňuje psychologička Oľga Orosová, ktorá sa dlhodobo zameriava na skúmanie faktorov užívania drog a efektívnosti prevencie.

Ministerstvo vnútra spustilo v máji roadshow Na vlastnej koži, ktorou chcú žiakov vzdelávať o rizikách užívania návykových látok.



V interaktívnom kamióne študentom pustia párminútovú ukážku, v ktorej chátra ich rovesník pod vplyvom drog, a následne povedia, že užívanie je nebezpečné. Po tejto ukážke bez úvodu či záveru sa presunú do ďalších dvoch miestností s úplne inou témou.

Psychologička Oľga Orosová hovorí, že takéto jednorazové kampane sú nebezpečné, lebo nepoznajú ľudí, s ktorými pracujú. Nielenže nemusia pomôcť, ale lektori ani nevedia, ako informácie mladý človek spracoval.

„Problémom sú teda krátkodobé, sporadické a nesystémové aktivity. Naopak, účinné sú dlhodobé programy, ktoré rešpektujú vývinové špecifiká dospievania,“ vysvetľuje profesorka na Katedre pedagogickej psychológie a psychológie zdravia na Filozofickej fakulte **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**.

Orosová sa dlhodobo zameriava na skúmanie faktorov užívania drog a efektívnosti školských programov prevencie užívania drog. Pred niekoľkými rokmi sa zapojila do medzinárodného prevenčného projektu Unplugged, ktorý funguje vo viacerých krajinách Európskej únie; a snažila sa ho prispôbiť slovenskej mládeži. Dnes je projekt podľa výskumov hodnotený ako najefektívnejší a najúspešnejší európsky prevenčný program.

V programe najskôr zaškolia učiteľov, ktorí neskôr prinesú na školy dlhodobé prevenčné aktivity a lekcie pre šiestakov a siedmakov. „Veľký dôraz sa kladie na rozvoj praktických schopností, napríklad schopnosti odmietnuť. Od jednoduchého povedania nie až po takzvané kráľovské nie, že raz a navždy vysvetlím, že niečo robiť nebudem.“

V rozhovore s Oľgou Orosovou sa rozprávame aj o tom:

čo ne/funguje, keď sa snažia kampane odradiť mladých ľudí od návykových látok;

aké vlastnosti budovať u mladého človeka, aby nepodľahol návykovým látkam;

akú rolu hrá sebaúcta;

čo môže spraviť rodič, aby jeho dieťa neprepadlo závislostiam.

Profesorka, výskumníčka a psychologička prof. PhDr. Oľga Orosová, CSc. Foto – archív O. O.

Čo môže spraviť rodič, aby jeho dieťa neprepadlo závislostiam?

Teraz odpovedám nielen ako výskumníčka, psychologička a odborníčka, ktorá pripravuje programy prevencie, ale aj ako matka. Kľúčové sú dobré vzťahy s deťmi, dobrá komunikácia, vzájomná opora. To vytvára ten najprotektívnejší priestor.

Rodičia sa často pýtajú, či dať dieťaťu viac autonómie a slobody alebo ho kontrolovať.

Ukážem to na jednom príklade. Mala som klienta, ktorý pracoval ako elektroinžinier. Prišiel sa poradiť ako otec. Povedal mi: „Keď sa vám pokazí elektrika, tak ja vám to opravím. Alebo vám poviem: urobte to a to a bude vám svietiť. Tak vy mi teraz povedzte, čo ja mám urobiť, čo ja mám opraviť, aby všetko bolo v poriadku.“

No a takto to, žiaľbohu, v našich životoch a v rodičovstve nefunguje. Faktom je, že vyššia úroveň autonómie vytvára väčšie príležitosti na to, aby sa dieťa v priebehu dospievania ocitlo v rôznych životných situáciách; aby dokázalo kriticky zhodnotiť situáciu, aby dokázalo primerane reagovať tak, aby si svoju životnú perspektívu otváralo a nie uzatváralo.

Výskumne je preukázané, že čím majú rodičia viac vedomostí o tom, čo ich deti robia v čase, keď je najväčšie riziko užitia návykových látok – napríklad v piatok či v sobotu –, tým viac to pomáha chrániť dieťa.

Dieťa je vďačné za autonómiu a váži si ju, rodič zároveň vie, čo sa s dieťaťom deje. Zároveň je tam krehká hranica, ktorá môže byť zneužitá.

Ak však sú rodičia v intenzívnom kontakte s deťmi, mali by vnímať, ako blízko sú k tej hranici zneužitia.

Niekedy rodičia [lock]podceňujú obdobie raného vývinu dieťaťa. Vtedy sa formujú vzťahy, ktoré sa odzrkadlia pri dospievaní. Ale zároveň – ako sa hovorí v románe Siddhartha od Hermanna Hesseho –, dieťa je ako vystrelený šíp.

Keď už raz letí, nemožno ho vrátiť späť ani riadiť jeho dráhu podľa vlastnej vôle. Rodič môže milovať, sprevádzať, ukazovať smer, ale nemôže dieťa uchrániť pred životom ani zaň odzísť jeho skúsenosti.

Váš program Unplugged sa venuje systematickej práci s mládežou. Aký je rozdiel v porovnaní s inými typmi prevenčných kampaní?

Najrôznejšie prevenčné kampane v minulosti aj dnes pracujú s intuíciou. Organizátori si myslia, že niečo bude fungovať, a tak to urobia. Príčom nevedia, či to naozaj bude fungovať.



Unplugged je vedecky vyhodnocovaný ako najefektívnejší a najúspešnejší európsky prevenčný príbeh. Tých programov, ktoré sú výskumne preukázané, že fungujú, je hlavne v našich podmienkach veľmi málo.

Mnohí vychádzajú z predpokladu „ak implementujem túto teóriu, bude to určite fungovať“. Lekcie programu Unplugged majú teoretické východiská. Potom skúmame, či fungujú alebo nefungujú.

A to je niečo, čo má najvyššiu hodnotu. Aktivita, ktorou chceme niečo docieľiť, neznamená automaticky, že ten efekt dosiahneme.

My sme napríklad zistili, že v meraní bezprostredne po využití programu sa nám objavili aj negatívne následky. To znamená, že v experimentálnej skupine sme mali vyšší počet dospelujúcich, ktorí uvádzali konzumáciu alkoholu, než v kontrolnej skupine. Potrebovali sme zistiť, čo sa stalo.

Čo ste zistili?

Preventívne účinky Unplugged sa prejavili skôr v priebehu času ako bezprostredne po implementácii programu.

Jedna z vecí, ktorá je aj výskumne dobre opísaná, je takzvaná fidelita programu. Fidelita znamená kvalitu používania programu, teda do akej miery program funguje tak, ako bol navrhnutý.

V praxi sa môže stať, že učiteľ preberie rolu lektora skôr z povinnosti než z vlastnej vnútornej angažovanosti. A to je kľúčový faktor. Nemožno mu to vyčítať, ale ak nie je vnútorne presvedčený, motivovaný alebo kompetentný, môže to ovplyvniť celý priebeh programu.

Ak chcete niekoho zapáliť do aktivity, musíte horieť. To je v prevencii mimoriadne dôležité. Preto jedna z vecí, ktorá je sledovaná pri výskume efektívnosti programov, je práve kvalita využívania, teda realizácie navrhnutého programu.

Aké typy prevencie vieme dnes s istotou označiť ako nefunkčné?

Nebezpečné sú jednorazové aktivity. Nevieme, čo si z nich dospelujúci reálne odnesie. Nevieme, ako si ich interpretuje, ako ich spracuje, či a ako ich vôbec preniesie do vlastného života.

Problémom sú krátkodobé, sporadické a nesystémové aktivity. Naopak, účinné sú dlhodobé programy, ktoré rešpektujú vývinové špecifiká dospievania.

Ďalej sa ukazuje, že nefungujú programy, ktoré nemajú interaktívny charakter. Aby sa u dospelujúcich rozvíjali vnútorné aj vonkajšie ochranné faktory voči rizikovému správaniu, je potrebná aktívna interakcia, nie pasívne prijímanie informácií.

Programy, ktoré dosahujú najvyššiu efektívnosť, sú tie, ktoré kombinujú tri kľúčové stratégie – informácie, sociálny vplyv a rozvoj životných spôsobilostí. Veľmi dôležitým faktorom je aj samotná kompetencia lektorov, teda tých, ktorí program realizujú.

Negatívne ovplyvňuje výsledky aj situácia, keď program síce prebieha interaktívne a počas dlhšieho obdobia, ale po jeho skončení sa už ďalej nenadväzuje na jeho obsah. Ak sa mu nevenuje kontinuálna pozornosť, jeho efekt sa postupne oslabuje a pravdepodobnosť dlhodobého pozitívneho účinku klesá.

Učitelia aj samotný dizajn programu ukazujú, že veľmi výhodné je, keď so žiakmi pracuje dvojica lektorov. V takom prípade dokážu lepšie rozvíjať skupinovú dynamiku, navzájom sa podporovať a udržiavať intenzívnejší kontakt so žiakmi. Zároveň si vedú efektívnejšie rozdeliť úlohy a reagovať na situácie, ktoré v skupine vznikajú.

Počas programu sa navyše môžu objaviť rôzne okolnosti alebo problémy v životoch mladých ľudí, o ktorých učitelia predtým vôbec nemuseli vedieť, prípadne mali len nejasné podozrenia, že niečo nie je v poriadku.

Práve interaktívny charakter hodín a témy, ktoré sa otvárajú, môžu vytvoriť priestor, v ktorom sa mladý človek odhodlá zdieľať svoje ťažkosti. A tu platí dôležitý princíp: ak sa „otvorí rana“, treba ju aj ošetriť, teda nielen otvoriť citlivú tému, ale zároveň vedieť poskytnúť podporu a ďalšie vedenie.

Ako si môžeme projekt predstaviť?

Najskôr sme sa zapojili do medzinárodného projektu, ktorý už fungoval vo viacerých krajinách Európskej únie. V spolupráci s českým profesorom Michalom Miovským sme adaptovali tento európsky program prevencie užívania návykových látok na slovenské prostredie a zároveň sme výskumne sledovali jeho účinnosť medzi adolescentmi.

Projekt sa už pred niekoľkými rokmi ukončil, ale jeho výsledky majú vysokú hodnotu. Z výskumného hľadiska sme využili veľmi náročné experimentálne dizajny. Program sme overovali dvakrát – najprv medzi žiakmi šiestych ročníkov a následne medzi siedmakmi. Vďaka tomu sme mohli porovnávať, ako program funguje v rôznych obdobiach dospievania a v rôznych sociálno-psychologických kontextoch.



Do projektu boli zapojené školy z celého Slovenska. Žiaci absolvovali dvanásť lekcí programu Unplugged, ktoré sú zamerané na rozvoj osobnostných aj sociálnych spôsobilostí, teda schopností lepšie rozumieť sebe, druhým a zvládať rôzne situácie.

Ak chceme vytvoriť bezpečné prostredie pre dospievajúcich a predchádzať rizikóvemu správaniu, sú dôležité tri hlavné stratégie, ktoré program využíva.

Jednou z nich je práca so sociálnym vplyvom, ktorej cieľom je posilniť postoje a spôsobilosti, ktoré pomáhajú odolávať tlaku smerujúcemu k užívaniu drog. Mladým ľuďom pomáhame pochopiť, čo je v ich skupine naozaj bežné; že často preceňujú, koľko ľudí užíva alkohol, cigarety a iné drogy.

Druhou je rozvoj životných spôsobilostí, teda ako si vážiť a rešpektovať druhých a vytvárať pozitívne vzťahy s rodinou a priateľmi, počúvať a efektívne komunikovať, dôverovať druhým a preberať zodpovednosť zručností.

Tretou sú informácie, poznatky o rizikách a následkoch užívania návykových látok.

Skúste opísať priebeh lekcie.

Lektori prechádzajú odbornou prípravou. Každá lekcia má svoj rozvrh, obsahuje konkrétne modelové situácie alebo metódy aplikovanej sociálnej psychológie, ktoré sa počas hodiny využívajú.

Hodina sa zvyčajne začína zahrievacou technikou, aby sa všetci na seba naladili. Napríklad sedíme v kruhu a povieme si, že si vymenia stoličky všetci tí, ktorí majú biele ponožky, ktorí majú hodinky na rukách alebo tí, ktorí majú krstné meno začínajúce sa písmenom N.

Vymýšľaním situácií môžeme poveriť niektorého žiaka. Žiaci sa takto premiestnia a dostanú do interakcie aj s tými, s ktorými sa v bežnom živote rozprávajú menej. Je to klasické lámanie ľadov.

Potom buď nasleduje modelová situácia, alebo príbeh, na ktorom žiaci pracujú, a to spoločne ako celá skupina alebo sa rozdelia do menších skupín.

Uvedme konkrétny príklad. V jednej z lekcí programu Unplugged si žiaci skúšajú, ako zvládať stres a nepríjemné situácie bez toho, aby reagovali impulzívne alebo siahali po alkohole či cigaretách.

Hodina prebieha interaktívne – žiaci hovoria o tom, čo ich v živote najčastejšie stresuje. Učia sa rozpoznávať, ako stres vplýva na ich správanie. Pracujú v malých skupinách, kde dostanú modelové situácie typu pohádal si sa s kamarátom, máš pocit, že nič nestíhaš, niekto sa ti vysmieva.

Spoločne potom hľadajú rôzne spôsoby, ako sa dá reagovať – čo pomáha a čo, naopak, situáciu zhoršuje. Súčasťou lekcie sú aj krátke cvičenia na upokojenie, rozhovory o emóciách či nácvik toho, ako požiadať o pomoc alebo podporu. Cieľom lekcie je teda ukázať mladým ľuďom, že stres, tlak a nepríjemné emócie sú bežnou súčasťou života, ale existujú zdravé spôsoby, ako ich zvládať bez rizikóvého správania.

Takmer polovicu programu tvoria lekcie založené na takzvanom normatívnom vzdelávaní, čiže opäť interaktívnym spôsobom „opravujeme“ nesprávne predstavy mladých ľudí o tom, ako často ich rovesníci konzumujú alkohol, a zároveň posilňujeme presvedčenie, že užívanie drog nie je bežné ani spoločensky prijateľné.

Ilustračné foto – TASR/AP

Vrátim sa k stratégiám, na ktorých to je postavené. Čo si mám predstaviť pod rozvojom životných spôsobilostí a vzdelávania zameraným na sociálne normy?

Jednoducho povedané, nestačí vedieť, že niečo nie je správne. Mladý človek môže rozumieť rizikám, ale nemusí vedieť povedať nie, najmä ak je pod silným tlakom rovesníkov. Unplugged sa venuje rozvoju dobrých vzťahov, riešeniu problémov, rozhodovaniu sa, efektívnej komunikácie či empatie.

Ako som však už uviedla, veľmi dôležitá je i predstava dospievajúcich o tom, koľko ich rovesníkov fajčí, pije alkohol alebo skúša iné látky. Výskumy ukazujú, že tieto predstavy bývajú často skreslené a nadhodnotené. Mladí ľudia si myslia, že rizikóvé správanie je omnoho bežnejšie, než je v skutočnosti.

Ak sa tieto predstavy podarí zrealizovať, má to ochranný efekt. Ak si myslíme, že „všetci to robia“, môžeme mať pocit, že by sme mali robiť to isté. Keď sa však ukáže opak, tlak sa znižuje.

Ako študent zistí, koľko jeho rovesníkov naozaj užíva návykové látky?



Dôležitou vlastnosťou programu Unplugged a všetkých efektívnych programov prevencie je to, že sú interaktívne. Nejde o verejné priznanie alebo vystavovanie žiakov nepríjemným situáciám.

Program pracuje s dátami, ktoré pomáhajú mladým ľuďom porovnať ich predstavy s realitou. Cieľom nie je zisťovať individuálne skúsenosti, ale ukázať, že mnohé presvedčenia o správaní rovesníkov sú skreslené. Rozprávame sa s nimi o význame týchto presvedčení.

Hovorili ste ešte o ďalšej stratégii, na ktorej program funguje.

Pri sociálnom vplyve som začala hovoriť aj o práci s rovesníckymi lídrami alebo rovesníckymi asistentmi. Vychádza to z Vygotského teórie takzvanej proximity a zóny najbližšieho rozvoja.

Každý má svoju zónu, kam sa dokáže posunúť. Posúvame sa podľa toho, v akej spoločnosti sme, a ak sme v kontakte s tými, ktorí nám majú čo dať. Ak sú v blízkosti dospelých kompetentnejší, rozhladenejší a cnotnejší spolužiaci alebo rovesníci, môže to mať ochranný efekt.

Ako sa to potom pretaví do konkrétnych spôsobilostí?

Veľký dôraz sa kladie na rozvoj praktických schopností, napríklad schopnosti odmietnuť. Od jednoduchého nie až po takzvané kráľovské nie, keď človek raz a navždy vysvetlí, že niečo robiť nebude.

Mladí ľudia sú vystavení takzvanému psychologickému očkovaniu, teda v modelových situáciách podstupujú určitý nátlak. V tejto situácii sa rôznymi spôsobmi učia, ako odmietnuť. Zažijú, ako sa cítia, keď povedia nie. Zistia, či to dokážu a či sa to stotožňuje s ich predstavou o sebe, že by to dokázali.

Majú možnosť pracovať s pohľadom na seba samého, s vlastnou sebaúctou, sebareguláciou a ďalšími osobnostnými charakteristikami, ktoré sú v prevencii veľmi dôležité.

Prečo je dôležitá práve sebaúcta?

Mnohé výskumy ukazujú, že sebaúcta zohráva veľmi významnú úlohu. Nie vždy sa podarí preukázať priamy efekt programu na konkrétne rizikové správanie – napríklad na to, či mladí ľudia konzumujú alkohol alebo nie. Ukázalo sa však, že program zvyšoval úroveň sebaúcty účastníkov. A práve vyššia sebaúcta sa následne spájala s nižšou pravdepodobnosťou konzumácie alkoholu.

Neviem si predstaviť, ako si mladý človek počas dvanásťtýždňového programu vybuduje sebaúctu.

V našich dvoch dizajnoch mal program rôzne časové nastavenia.

V jednom prípade učitelia realizovali dvanásť lekcii počas dvanástich po sebe idúcich týždňov. Školy na to vyčlenili priestor a každú týždeň prebehla jedna lekcija.

V druhom modeli bol harmonogram flexibilnejší a školy mali niekoľko mesiacov na to, aby jednotlivé lekcie zaradili podľa svojich možností. S učiteľmi sme veľmi intenzívne spolupracovali. Vyhodnocovali sme ich skúsenosti, názory, potreby, požiadavky, ich frustrácie, prekážky.

Vy sa pýtate, či takýto čas stačí na to, aby mladí ľudia už nesiahli po cigaretách a po alkohole. Za týmto programom však nasledujú, respektíve mali by nasledovať takzvané podporné stretnutia.

My sme organizovali podporné stretnutia zamerané na sociálne normy a normatívne presvedčenia, rozvoj schopností odmietania, rodové rozdiely a aktuálne poznatky z neurovied poskytujúce informácie o vplyve užívania drog na fungovanie mozgu.

Takto pri vyhodnocovaní efektívnosti tohto programu zvyšujeme šancu, že dosiahneme efekt, ktorý chceme dosiahnuť. To znamená, že oddalujeme prvé skúsenosti s fajčením a konzumáciou alkoholu. Eventuálne dosahujeme aj to, že ak v predchádzajúcich meraniach uvádzali, že fajčili alebo konzumovali alkohol, dochádza k zmene smerom k tomu, že toto správanie už neudávajú.

Ilustračné foto – TASR/AP

Ako môže mladý človek zvládnuť odolať tlaku okolia?

Je mimoriadne dôležité mladých ľudí pripravovať na záťaž. Preto sú dôležité aj modelové situácie, kde majú šancu prinášať práve to, v čom žijú. My im niečo môžeme ponúknuť, ale kľúčová je ich situácia a prostredie, v ktorom sa nachádzajú a ktoré potrebujú zvládnuť.

Roadshow Na vlastnej koži, ktorá za 744-tisíc eur upozorňuje na užívanie návykových látok. Foto N – Šimon Kern



Autor: Karolína Kiripolská

Botanická záhrada sa opäť stala kráľovstvom motýľov [✉](#)

☐ 27. 5. 2026, Zdroj: **SME - Korzár**, Strana: 8, Vydavateľ: **Petit Press, a.s.**, Autor: **SITA**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **Pavol Mártonfi, Laura Hoľanová, hovorkyňa UPJŠ OR hovorkyňa UPJŠ, UPJŠ, Univerzita Pavla Jozefa Šafárika, Botanická záhrada UPJŠ, Robert Gregorek**

Dosah: 126 523 GRP: 2,81 OTS: 0,03 AVE: 1848 EUR

Botanická záhrada sa opäť stala kráľovstvom motýľov

Medzi najväčšie lákadlá bude opäť patriť motýľ s najväčšou plochou krídel na svete.

V Botanickej záhrade **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika (UPJŠ)** v Košiciach opäť možno vidieť výstavu Motýle exotických trópov. Sedemnásť ročník výstavy motýľov rôznych farieb, rozmerov a pôvodu potrvá do 5. júla 2026.

Ako informovala **hovorkyňa UPJŠ Laura Hoľanová**, výstava je sprístupnená denne medzi 9.00 a 17.00 h v skleníku, ktorý bol na výstavu špeciálne pripravený.

Kukly dovážajú priebežne

„Motýle boli do botanickej záhrady privezené vo forme kukiel, ktoré sa budú postupne liahnuť v špeciálne pripravených liahňach. Kukly sa dovážajú priebežne v niekoľkých termínoch, aby návštevníci počas celej výstavy mohli vidieť čo najviac rôznych druhov motýľov. Liahnutie motýľov trvá rôzne dlhú dobu v závislosti od druhu motýľa a podmienok prostredia. Od teploty a vlhkosti vzduchu závisí aj samotná aktivita už vyľiahnutých motýľov,“ priblížila Hoľanová s tým, že chladné a zamračené počasie aktivitu motýľov znižuje, v porovnaní s ich aktivitou počas slnečného a teplého počasia.

Program výstavy opäť obohatí aj zbierka preparovaného hmyzu. Vystavená bude vo vestibule administratívnej budovy, ide o zbierku, ktorú botanickej záhrade zapožičal súkromný zberateľ a dlhoročný spolupracovník Michal Zachar.

Návštevníci si môžu pozrieť aj expozíciu živého hmyzu a iných drobných živočíchov vo viváriách. Taktiež si môžu kúpiť kazety s tropickým hmyzom, a to počas májových a júnových víkendov.

„Výstava exotických motýľov sa stala už tradičným podujatím, ktoré pripravujeme v našej botanickej záhrade. Počas trvania výstavy budú môcť návštevníci postupne obdivovať spolu až 3000 jedincov rôznych druhov motýľov pôvodom z tropických oblastí Ameriky, Afriky, Ázie i Austrálie,“ uviedol riaditeľ **Botanickej záhrady UPJŠ** v Košiciach, profesor **Pavol Mártonfi**.

Unikáty s priehľadnými i najväčšími krídlami

Medzi najväčšie lákadlá bude opäť patriť motýľ s najväčšou plochou krídel na svete. Ide o druh *Attacus atlas*, pôvodom z trópov Ázie. Okrem zaujímavého sfarbenia sa vyznačuje aj rozpätím svojich krídel, ktoré dosahuje vyše 24 centimetrov.

„Ďalším obdivovaným zástupcom je modrokrídly motýľ rodu *Morpho* pochádzajúci zo Strednej a Južnej Ameriky, no na návštevníkov čakajú aj ďalšie zaujímavé druhy motýľov. *Methona confusa* je známy aj ako 'glasswing butterfly'. Dôvodom tohto označenia sú jeho priehľadné krídla. Taktiež pochádza zo Strednej a Južnej Ameriky a rozpätie jeho krídel dosahuje až 11 centimetrov,“ priblížil vedúci Oddelenia zoológie a ochrany rastlín **Botanickej záhrady UPJŠ** v Košiciach Martin Suvák.

Pochádza z trópov, usídlil sa v Košiciach

Okrem ikonických modrokrídlych motýľov rodu *Morpho*, bude môcť návštevníctvo obdivovať aj ďalšie zaujímavé druhy.

„Sme radi, že sa v našich skleníkoch usídlil jeden z druhov motýľov pôvodom z trópov Strednej a Južnej Ameriky. Jeho viaceré populácie prežívajú aj náročné obdobie krátkych dní počas zimných mesiacov.“

Motýľ *Heliconius erato lativitta* je jedným z výnimočných motýľov, ktoré prežijú v dospelom štádiu svojho vývinu aj niekoľko mesiacov. Ak majú druhy rodu *Heliconius* k dispozícii vhodné prostredie, môžu nasávať nektár a zbierať vhodný peľ, dospelé lietajúce jedince sú schopné prežiť aj päť mesiacov,“ ozrejmil vedúci Oddelenia okrasnej a úžitkovej flóry **Botanickej záhrady UPJŠ** v Košiciach **Robert Gregorek**.

Vonkajší areál **Botanickej záhrady UPJŠ** v Košiciach na Mánesovej 23 bude otvorený do 18.00 h, posledný vstup na výstavu bude umožnený najneskôr o 16.30.

PRIEBEŽNE VYSTAVIA AŽ TRITISÍC EXEMPLÁROV

ZDROJ: FB/**BOTANICKÁ ZÁHRADA UPJŠ**



Autor: (sita)

V Košiciach uvidíte najväčšieho motýľa sveta [🔗](#)

📅 27. 5. 2026, Zdroj: **Pravda**, Strana: 1, Vydavateľ: OUR MEDIA SR a. s., Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ, Botanická záhrada UPJŠ**

Dosah: 253 065 GRP: 5,62 OTS: 0,06 AVE: 1226 EUR

V Košiciach uvidíte najväčšieho motýľa sveta

Exotické druhy z Ázie, Afriky aj Ameriky, stovky farebných krídel a tropická atmosféra priamo v Košiciach. Ale aj najväčší motýľ sveta, ktorý po vyliahnutí žije len tri dni. **Botanická záhrada UPJŠ** otvorila unikátnu výstavu živých motýľov, kde môžu návštevníci sledovať liahnutie vzácných druhov aj fascinujúci život motýľov, ktoré by sa vo voľnej prírode nikdy nestretli na jednom mieste. Niektoré z nich sa v skleníkoch dokonca prirodzene rozmnožujú a denne tam poletujú tisíce exotických jedincov.

FOTO PRAVDA: BORIS MACKO © AUTORSKÉ PRÁVA VYHRADENÉ