Článkov: 7 30. október 2026

Chrípka, COVID či obyčajná nádcha? Infektológ Pavol Jarčuška radí, ako ich rozoznať a prežiť zimu bez chorôb . . . 2

Online, nasekosice.sk, 29. 10. 2026, 8:36

Dušičky vo vysielaní SRo a STV - Kultúra, art - Rádio Slovensko - STVR . . . 2

Online, stvr.sk, 29. 10. 2026, 12:45

PREHĽAD: Záver októbra so sebou prináša dušičkový víkend, čo si pre vás pripravil Košický kraj počas neho? . . . 5

Online, kosicak.sk, 29. 10. 2026, 15:00

Prehľad kultúrnych udalostí na piatok 30. októbra . . . 6

Agentúrne spravodajstvo, TASR, 29. 10. 2026, 17:00

Prvá menštruácia . . . 8

Online, lekar.sk, 29. 10. 2026, 17:03

Doplnený prehľad udalostí na piatok 30. októbra . . . 13

Agentúrne spravodajstvo, TASR, 29. 10. 2026, 18:00

STVR si v rozhlasovom vysielaní pripomenie Sviatok všetkých svätých a Pamiatku zosnulých . . . 15

Online, radia.sk, 29. 10. 2026, 19:00

Chrípka, COVID či obyčajná nádcha? Infektológ Pavol Jarčuška radí, ako ich rozoznať a prežiť zimu bez chorôb

29. 10. 2026, 8:36, Zdroj: **nasekosice.sk**, Sentiment: **Neutrálny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **Pavol Jarčuška**
Dosah: **885** GRP: **0,02** OTS: **0,00** AVE: **144 EUR**

Chrípka, COVID či obyčajná nádcha? Infektológ **Pavol Jarčuška** radí, ako ich rozoznať a prežiť zimu bez chorôb

Simona Mariničová Moderátorka

Včera 08:30

Rýchly súhrn článku

Článok predstavuje epizódu podcastu s infektológom Pavlom Jarčuškom o respiračných ochoreniach počas zimy. Vysvetľuje, ako rozoznať chrípku, COVID a bežné prechladnutie, prečo je dôležitá opatrnosť pri užívaní antibiotík a akú úlohu má očkovanie. Dotýka sa aj vplyvu internetu a umelej inteligencie na vzťah lekár–pacient a rizík spojených s návratom niektorých infekcií.

Podcast s infektológom Pavlom Jarčuškom sa venuje chrípke, COVID-u a bežnému prechladnutiu.

Rozoberá, ako v praxi rozlíšiť jednotlivé respiračné ochorenia počas zimy.

Upozorňuje na riziká užívania antibiotík bez konzultácie s lekárom.

Vysvetľuje princípy očkovania, dôvody obáv ľudí a spomína anketu z košických ulíc.

Opisuje, ako internet a umelá inteligencia menia komunikáciu medzi lekárom a pacientom.

Čakárne plné pacientov, vyčerpaný organizmus a nekonečná únava. S príchodom chladnejších mesiacov sa k nám opäť vracajú vírusy, chrípka a s nimi spojené obavy, na ktoré často hľadáme odpovede. Je očkovanie a preočkovanie dôležité ?

V novej epizóde podcastu PRI STOLE privítala moderátorka Simona Mariničová popredného slovenského infektológa Pavla Jarčušku, aby sme sa na tému respiračných ochorení, imunity a mýtov okolo liečby pozreli skutočne zblízka.

V rozhovore sa dozviete:

Čo nás čaká túto zimu a ako v praxi rozoznať chrípku, COVID a bežné prechladnutie.

Prečo je nebezpečné siahať po antibiotikách bez porady s lekárom.

Ako funguje očkovanie, prečo sa ho ľudia obávajú a čo hovoria výsledky ankety z košických ulíc.

Aké hrozby pre nás predstavujú staronové infekčné ochorenia či situácia v okolitých krajinách.

Ako zmenil internet a umelá inteligencia vzťah medzi lekárom a pacientom.

Viac v našom podcaste.

text: Simona Mariničová

foto a video: Mário Medzihradský

Článok nahovoril/a: David

Dušičky vo vysielaní SRo a STV - Kultúra, art - Rádio Slovensko - STVR

29. 10. 2026, 12:45, Zdroj: **slovensko.rtvs.sk**, Vydavateľ: **Slovenská televízia a rozhlas**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ, Lekárska fakulta UPJŠ**
Dosah: **89 190** GRP: **1,98** OTS: **0,02** AVE: **952 EUR**

Dušičky vo vysielaní SRo a STV - Kultúra, art - Rádio Slovensko - STVR

Dušičky vo vysielaní SRo a STV

29. 10. 2026 12:45 | Kultúra, art

Slovenská televízia a rozhlas si Sviatok všetkých svätých a Pamiatku zosnulých pripomenie na televíznych okruhoch aj rozhlasových staniciach. Jednotka v nedeľu 1. novembra odvysiela v priamom prenose svätú omšu z Dómu sv. Alžbety v Košiciach a ráno uvedie premiéru koprodukčnej animovanej rozprávky Príbehy z čarovnej záhrady, Dvojka ponúkne adaptácie diel slovenských literátov a

dokumenty a spravodajský okruh 24 spolu s Rádiom Slovensko špeciálne vydanie relácie Dušičkový čas s Matejom Baránkom a hosťami. Rozhlasové stanice prinesú publicistiku, živé spomienkové programy, duchovnú hudbu aj literárne pásma.

Bratislava, 29. október 2026

Jednotka

Jednotka pripravila na nedeľu 1. novembra sviatočný program pre celú rodinu. Ráno od 6.40 h patrí najmenším divákom blok animovaných relácií Sam a Júlia z Myšieho domu, Bluey, Kenguria pláž, Garfield a Lassie – Nové dobrodružstvá. O 7.45 h nasleduje premiérová časť relácie Babka a dedko čarujú a o 8.10 h premiérová časť relácie Lov slov junior.

O 8.45 h uvedie Jednotka premiéru animovanej rozprávky Príbehy z čarovnej záhrady, na ktorej sa koprodukčne podieľala aj STVR. Film podľa knihy českého autora Arnošta Goldflama vznikol v réžii Davida Súkupa, Patrika Pašša, Leona Vidmara a Jeana-Clauda Rozeca a svetovú premiéru mal v programe Generation Kplus na Berlinale 2025. Rozpráva o troch deťoch, ktoré po smrti starej mamy, rodinnej rozprávačky, trávia noc u starého otca a ticho v dome začnú zapĺňať vlastnými príbehmi.

O 10.00 h odvysiela Jednotka premiérovú časť relácie Slovensko v obrazoch, ktorá bude tematicky venovaná sviatku, a o 10.30 h prinesie v priamom prenose Svätú omšu zo slávnosti Všetkých svätých z Dómu sv. Alžbety v Košiciach. Od poludnia sa vo vysielaní vystriedajú Búrlivé výšiny (12.00 h), Agatha Christie: Poirot – Halloweensky večierok (13.55 h), 3. časť seriálu Alžbetin dvor (15.25 h) a Hrbáč (16.55 h). Večer o 20.30 h uvedie Jednotka premiérovú časť relácie Pečie celé Slovensko, o 21.50 h premiérovo Srdcia a deň uzavrie o 22.50 h relácia Opri sa o mňa s Kristínou Svarinskou.

Dvojka

Dvojka otvorí nedeľu 1. novembra venovanú Sviatku všetkých svätých dokumentárnym filmom Vo vetre kopýt o ojedinelom chove koní vo voľnej prírode. Do minulosti sa diváci vrátia v dokumentoch Zatopené o dedinách, ktoré zmizli pod hladinou pri výstavbe Liptovskej Mary, a Blízko je tak ďaleko..., v ktorom Naďa Hejná spomína na významné osobnosti pochované na Národnom cintoríne. Priestor dostanú aj adaptácie príbehov najznámejších slovenských literátov. Dies irae Martina Kukučína ožije v réžii Martina Ťapáka, ktorý prenáša na obrazovku závažnú problematiku morálky spoločnosti v 19. storočí. Poviedku Boženy Slančíkovej-Timravy Skon Paľa Ročku previedol do televíznej podoby Martin Šulík a príbeh starnúceho muža, ktorý sa bráni vlastnému osudu, uvidia diváci vo filme Smrť Pavla Duchaja podľa predlohy Mila Urbana.

Krásu slovenskej prírody aj premenu ročných období ukážu dokumenty Život v Karpatoch – Jeseň a Rovina, hmly a biela farba. V podvečer sa Milan Kňažko a Magda Vašáryová predstavia v poviedkovom filme o ľudskom utrpení a nádeji Uzlíky nádeje. Večer uvedie Dvojka pre najmenších divákov aj animovaný film Príbehy z čarovnej záhrady. Vo večernom vysielaní predstaví dokumentárna séria Radosť zo života osobnosť televíznej obrazovky Olda Hlaváčka a profilový dokument Marína, Marilyn a tie ďalšie... prvú televíznu herečku Marínu Kráľovičovú. Vysielanie uzavrie poeticky ladený film Záhrada s Romanom Luknárom a Mariánom Labudom.

24

Na spravodajskom okruhu 24 sa sviatočné vysielanie začne už v sobotu 31. októbra. O 12.10 h. 24 odvysiela premiéru špeciálneho vydania rozhlasovej relácie Dušičkový čas s Matejom Baránkom a hosťami, ktoré sa zameria na epidémiu samoty, smútok a fenomén života a smrti počas „Dušičiek“. Reprízy relácie budú odvysielané aj v nedeľu 1. novembra o 7.10 h a 13.10 h. V sobotňajšom popoludňajšom prúdovom vysielaní Aktuálne 24 prinesie redaktor STVR Miroslav Lyko rozhovor s katolíckym kňazom Radoslavom Šaškovičom.

V nedeľu 1. novembra zaradí 24 archívne časti cyklu SK DEJINY o vnímaní smrti a posledných rozlúčkach v našich dejinách – o 6.05 h Smrť v dejinách a o 12.15 h Posledné rozlúčky.. Dokumenty priblížia, ako sa na smrť v minulosti nazeralo – fatalisticky, pesimisticky aj s triezvym realizmom, ako na trest za hriechy spáchané počas života, ale aj ako na prirodzenú súčasť životného cyklu.

V sobotu a v nedeľu o 20.15 h odvysiela 24 dvojdielny koprodukčný dokumentárny film Jeden deň v živote Zeme. Ukazuje, ako sa planéta môže zmeniť v priebehu 24 hodín – najnovšie vedecké výskumy umožňujú sledovať, ako sa Zem pohybuje, ako „dýcha“, zmenšuje sa či zväčšuje. V nedeľu o 18.00 h pripravuje 24 videochat s Martinom Reyom o mexickom sviatku Día de los Muertos.

Rádio Slovensko

Rádio Slovensko sa v dennej publicistike pozrie na architektúru a históriu cintorínov a predstaví aj každoročnú dušičkovú výzvu Viac lásky, menej plastov. Reportáž zo zapojenej školy, rodiny či komunity priblíži, ako vzniká udržateľná dušičková výzdoba a aký nemateriálny význam má spomienka na zosnulých. V seriáli Príbeh na týždeň s názvom Strážcovia spomienok v aktuálnom týždni ponúkne Dáša Omastová pohľad na prácu správcov cintorínov, kamenárov, záhradníkov a pracovníkov pohrebných služieb, priestor dostanú aj obradníci, sprievodcovia po historických hroboch či plačky. Vo sviatočnú nedeľu 1. novembra po 8.00 h privíta Štefan Chrappa v programe Hosť nedeľného Dobrého rána gréckokatolíckeho kňaza Rastislava Čížika. Rozhovor sa bude týkať jeho novej knihy Krása

liturgie aj Sviatku všetkých svätých.

Rádio Regina

Rádio Regina Západ už tradične odvysiela 1. novembra po 13.00 h dvojhodinový živý program Svieca za blízkeho s moderátorkou Hanou Michalčíkovou, v ktorom budú poslucháči spomínať na svojich blízkych, ktorí už nie sú medzi nami. Na Pamiatku zosnulých 2. novembra od 15.05 h do 17.00 h zaznie pásmo Rozlúčky 2026, ktoré prostredníctvom archívnych rozhovorov pripomenie osobnosti zosnulé v tomto roku.

Rádio Regina Stred si Pamiatku zosnulých 2. novembra pripomenie celodenným vysielaním. O 8.40 h a v pokračovaní o 9.09 h sa redaktorka Sylvia Hoffmannová prihlási zo symbolického cintorína vo Východnej, ktorý pripomína ľudí z oblasti folklóru. Daniela Fullová sa o 9.20 h porozpráva s Patríciou Garajovou Jarjabkovou, ktorá pracuje v mobilnom hospici so seniormi a skúsenosti má aj ako dula pre umierajúcich, o tom, ako sa smrti nebáť. Predpoludnie o 10.40 h bude patriť Národnému cintorínu v Martine, popoludní o 13.20 h sa poslucháči dozvedia, ako v Žiline plánujú vybudovať ekologický cintorín, a o 15.24 h ich rádio pozve na prechádzku po starom baníckom cintoríne v Hodruši-Hámroch. V relácii Zahrajte mi túto o 16.05 h si spolu zaspomínajú na etnomuzikológov Alicu a Oskára Elschekovcov, s ktorými sa folklórna obec tento rok navždy rozlúčila.

Rádio Regina Východ uvedie v nedeľu 1. novembra po 13.00 h fíčer Martiny Vaškovej Čo ukrýva ľudská slza o výskume ľudských sĺz, ktorý od roku 2015 realizuje **Lekárska fakulta UPJŠ** v Košiciach. Po 14.00 h sa Danuša Reginová bude pýtať, aký význam má pre nás ticho a prečo sa nedokážeme zastaviť, vydržať mlčanie a načúvať sami sebe. Pondelňajšie vysielanie od 10.00 h do 12.00 h sa zameria na hodnoty, ktoré človek prehodnocuje v období pred smrťou. O tom, či je súčasný človek schopný pokory, odpustenia a prijatia vlastnej zraniteľnosti, budú hovoriť odborníci z paliatívnej starostlivosti a hospicov, psychológovia, filozofi aj kňazi, priestor dostanú aj osobné ľudské príbehy.

Rádio Devín

Rádio Devín otvorí 1. november o 6.30 h sviatočným Prelúdiom s Omšou sv. Cecílie, jedným z najvýznamnejších duchovných diel Charlesa Gounoda, a motetom Ave Maria Franza Biebla. Relácia Musica sacra sa o 8.00 h zameria na svätých a sväté v hudbe od stredoveku po 20. a 21. storočie, v dielach anonymných stredovekých autorov, Nicolasa Gomberta, Josepha Haydna, Igora Stravinského a Mirka Krajčiho. Sviatočné Nedeľné matiné o 10.30 h prinesie Tryptyk a Koncert č. 1 pre klavír a orchester Wojciecha Kilara. Popoludní o 15.30 h bude relácia Hrá SOSR okrem príspevku k 100. výročiu rozhlasového vysielania aj hudobnou reflexiou troch pamätných dní: sobotňajšieho Dňa reformácie, nedeľného Sviatku všetkých svätých a pondelkovej Pamiatky zosnulých. K reformácii zaznie Symfónia č. 5 „Reformačná“ Felixa Mendelssohna a k obom novembrovým dňom Requiem Luigiho Cherubiniho. Večerný program predznamená Dušičky: o 22.30 h predstaví Nová hudba Rádia Devín Requiem poľského skladateľa Pawła Łukaszewského, ktoré vyrastá zo spomienok na blízkych a z viery v nový život a ktorého časti autor venoval aj pamiatke Wojciecha Kilara a Johna Tavenera. Deň uzavrie o 23.00 h Musica slovaca so skladbami Vladimíra Godára Déploration sur la mort de Witold Lutosławski a Iris Szeghy Musica dolorosa, ktorá na slovenskú premiéru čakala viac než 20 rokov. Sviatku sa prispôsobí aj slovesné vysielanie Rádia Devín. Ráno o 6.00 h zaznie Paliatívna poézia Ali Brindovej a o 7.00 h prinesie relácia Ľudia fakty udalosti pásmo J. Gembického a H. Rodovej Kráčajúc po hroboch predkov. O 9.00 h bude nasledovať rozprávková hra Jána Uličianskeho Malá princezná, napoludnie fíčer Mirjany Šišolákovej Posledná stanica o Národnom cintoríne v Martine. Popoludní o 15.00 h si poslucháči vypočujú prózu Eleny Ferrante Dni opustenia v nahrávke z roku 2020 a o 16.30 h dokument K. Mišovica Soňa Valentová – cesta herečky. O 18.00 h odvysiela Rádio Devín fíčer E. Weidlera Chvála chvíli a večer o 19.00 h v Hre na nedeľu drámu Henrika Ibsena Keď sa my, mŕtvi, preberieme.

Rádio_FM

Rádio_FM bude sviatočné dni reflektovať v rámci štandardného spravodajstva a pravidelného vysielania s dôrazom na úpravu hudobného formátu.

Radio Slovakia International

Radio Slovakia International priblíži poslucháčom na celom svete pôvod, význam a tradície Sviatku všetkých svätých na Slovensku. Príspevky odkryjú historické a náboženské súvislosti aj súčasné ekologické a spoločenské trendy spojené so spomienkou na zosnulých a ukážu, že sviatok nie je len dňom ticha a smútku, ale aj časom úcty, vďaky, spolupatričnosti a nádeje.

Rádio Patria

Rádio Patria bude 1. novembra vysielať v nedeľnej štruktúre. Sviatku sa budú venovať náboženské programy v rannom prúde aj popoludňajšie vysielanie, výberom skladieb sa mu prispôsobí aj moderovaná hudobná relácia Náušnica.

Rádio Litera

Rádio Litera vysiela v blokoch, ktoré sa počas týždňa opakujú. Od 2. novembra zaradí fíčer Barbory Hrínovej Tajomstvo a pásmo poézie Edgara Allana Poea Večernica, od 3. novembra pásmo poézie Vojtecha Mihálika a Viery Prokešovej Anjeli, od 4. novembra esej Pavla Hudíka Živí a mŕtvi a od 5. novembra verše Tomasza Nawku Ak zomrie vietor.

PREHĽAD: Záver októbra so sebou prináša dušičkový víkend, čo si pre vás pripravil Košický kraj počas neho?

29. 10. 2026, 15:00, Zdroj: **kosicak.sk**, Autor: **Alexandra Hrešková**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ, Botanická záhrada UPJŠ**
Dosah: **11 644** GRP: **0,26** OTS: **0,00** AVE: **452 EUR**

PREHĽAD: Záver októbra so sebou prináša dušičkový víkend, čo si pre vás pripravil Košický kraj počas neho?

Dušičkový víkend je časom spomienok na blízkych, návštev cintorínov aj chvíľ strávených v kruhu rodiny. Predĺžené voľno však ponúkne aj príležitosť vyraziť za kultúrou, hudbou či programom pre deti. Pozrite si naše tipy na podujatia , ktoré sa počas víkendu uskutočnia v Košiciach a okolí.

🎂 25. narodeniny OC Cassovia

Kedy? V piatok 30. októbra o 10:00 hod.

Kde? OC Cassovia, Košice – Juh

Košické nákupné centrum oslavuje štvrťstoročie a pozýva rodiny na podujatie plné zábavy a prekvapení. Návštevníci môžu pri nákupe za minimálne 20 eur priniesť pokladničný blok na miesto konania súťaže a vybrať si obálku s prekvapením, medzi ktorými budú aj nákupné poukážky v hodnote až 100 eur. Na deti čakajú veselé tetovačky, maľovanie na tvár, modelovanie balónov, žonglovanie a vystúpenia na chodúľoch.

🏰 Andrássyovci v spomienkach našich starých rodičov

Kedy? V piatok 30. októbra o 15:00 hod.

Kde? Kaštieľ Betliar, Betliar

Múzeum Betliar pripravuje pri príležitosti Mesiaca úcty k starším stretnutie venované spomienkam na Andrássyovcov a život na niekdajšom betliarskom panstve. Súčasťou podujatia v kaštieli bude prehliadka spojená s besedou, na ktorej sa účastníci môžu podeliť o rodinné príbehy o šľachtickom rode, zamestnancoch kaštieľa či práci v parku. Organizátori prosia záujemcov, aby vopred oznámili predpokladaný počet účastníkov, a po stretnutí pre nich pripravia malé občerstvenie aj drobnú pozornosť.

🎸 Noc v Botanickej záhrade

Kedy? V piatok 30. októbra a v sobotu o 18:00 hod.

Kde? **Botanická záhrada UPJŠ**, Košice – Sever

Vstupné 3 eurá/osoba

Zažite **Botanickú záhradu UPJŠ** v Košiciach po zotmení, keď jej skleníky ožijú vo svetle a rastliny ukážu svoju inú tvár. Večernú atmosféru doplní Metamorfóza, dielo Štefana Poláka inšpirované motýlími krídlami, ktoré si môžete pozrieť počas prehliadky. K umeleckej inštalácii vedie približne 700-metrová trasa s miernym prevýšením a prírodným terénom, preto si nezabudnite obuť pevnú obuv.

🕯️ Deadline - festival o kolobehu života a smrti 2026

Kedy? V sobotu 31. októbra o 10:00 hod.

Kde? Tabačka Kulturfabrik, Košice – Satré Mesto

Festival DEADLINE v Tabačke Kulturfabrik v Košiciach pozýva deti aj dospelých otvoriť tému smrti a straty citlivo, bez strachu a tabu. Návštevníkov čakajú diskusie s odborníkmi, tvorivé a arteterapeutické dielne, živá knižnica s osobnými príbehmi aj zážitkové aktivity pre deti vrátane Nemocnice u medvedíka. Príďte s rodinou, priateľmi alebo sami a vyberte si, čo vám je blízke – vstupné je dobrovoľné a na festivale sú vítané všetky emócie.

🎃 Bakša svieti

Kedy? V sobotu 31. októbra o 17:30 hod.

Kde? Kultúrny dom, Kokšov-Bakša

V obci pri Košiciach už tento víkend chystajú lampiónový sprievod, ktorý pozýva malých aj veľkých na jesennú prechádzku obcou so svetielkujúcimi lampiónmi. Stretnutie bude pred kultúrnym domom, po návrate tam na účastníkov čaká teplý čaj a koláčik. Nezabudnite si priniesť vlastný lampión do ruky, prípadne si budete môcť kúpiť svetielkujúce predmety priamo na mieste.

🏍️ Spomienková jazda na pamiatku priateľov na cestách

Kedy? V nedeľu 1. novembra o 13:00 hod.

Kde? Čerpacia stanica Shell, Trebišov

Motorkári z Trebišova pozývajú na spomienkovú jazdu venovanú priateľom a kamarátom, ktorí zahynuli na cestách. Stretnutie je naplánované pri čerpacej stanici Shell v Trebišove a trasa povedie cez Cukrovarskú ulicu, Hriadky, Dargov, Sečovce a ďalšie obce v okolí. Účastníci si spoločnou jazdou uctia pamiatku zosnulých motorkárov.

🎶 W. A. MOZART: MESSA DA REQUIEM IN D MINOR

Kedy? V nedeľu 1. novembra o 16:00 hod.

Kde? Kostol sv. Gorazda a spoločníkov, Košice – Západ

Mozartovo Requiem d mol, KV 626, ktoré po skladateľovej smrti dokončil Franz Xaver Süssmayr, zaznie na koncertnom večeri venovanom jednej z najpôsobivejších skladieb duchovnej hudby. Účinkovať budú sólisti, Zbor a orchester svätej Cecílie pri Dóme svätej Alžbety pod vedením dirigenta a zbormajstra Viliama Gurbaľa. Koncert pripravujú Farnosť svätého Gorazda a spoločníkov na košickej Terase a Zbor svätej Cecílie.

Autor: Alexandra Hrešková

Prehľad kultúrnych udalostí na piatok 30. októbra

29. 10. 2026, 17:00, Zdroj: **TASR**, Vydavateľ: **Tlačová agentúra Slovenskej republiky**, Sentiment: **Neutrálny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ, Botanická záhrada UPJŠ**

Prehľad kultúrnych udalostí na piatok 30. októbra

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

dispecing@tasr.sk

Technická podpora: 0905/505 721

09.30 Stretnutie z cyklu O čom sa nehovorí

Téma: Moje meno je Nikto

Bratislava, galéria Umelka, Dostojevského rad 2

11.00 Zážitkovo s hmyzákmi v Horehronskom múzeu - interaktívne zážitkové podujatie o živote hmyzu

Brezno, Horehronské múzeum, Meštiansky dom, Námestie generála M. R. Štefánika 13

15.00 Piargska brána: Kontext, výskum, obnova - uvedenie publikácie

- prezentácia posterovej výstavy študentských prác venovaných fortifikácii Banskej Štiavnice a diskusia o výskume a obnove Piargskej brány

Banská Štiavnica, Detašované pracovisko Fakulty architektúry a dizajnu STU, Radničné námestie 2

16.00 Adélka Janičová: Moja mama vyliezla na Everest - uvedenie knihy a diskusia na tému Ako sa plnia veľké sny

Účasť prvej Slovenky, ktorá vystúpila na Mount Everest Lucie Janičovej a európskej šampiónky v karate Ingrid Suchánkovej

Prešov, OC Novum, eventová zóna pri New Yorkeri

16.30 NOX:ART - Prievidza zažiari! (30. - 31. októbra)

Výber diel z festivalu súčasného umenia Biela noc

16.30 h – Kriss Sagan: Kultivácia hĺbky a pomalosti - vernisáž

17.00 h – Slávnostné otvorenie festivalu

Prievidza, sídlisko Píly, mestský park, Squarol

17.00 Dušičky z Nového zámku

- večer plný histórie, hudby a výhľadov na nočnú Banskú Štiavnicu

Banská Štiavnica, Nový Zámok, Novozámocká 22

17.30 Večer na hrade Šášov

- vyrezávanie svetlonosov

- virtuálna prehliadka Pohronskej hradnej cesty prostredníctvom VR okuliarov

- komentovaná prehliadka hradu

Žiar nad Hronom, hrad Šášov, dolný hrad

18.00 Hradby samoty - Bratislava Intermezzo (30. - 31. októbra)

Bratislava, A4, budova Ymca, Karpatská č. 2

18.00 Diela akčných, konceptuálnych a postkonceptuálnych umelcov (zo zbierky Prvej slovenskej investičnej skupiny) - vernisáž

Výstava potrvá do 17. januára 2027

Senica, Záhorská galéria Jána Mudrocha, Sadová 3

18.00 Noc v Botanickej záhrade (30. - 31. októbra)

18.00 h - vernisáž landartového diela Metamorfóza od umelca Štefana Poláka

Košice, **Botanická záhrada UPJŠ**, Mánesova 23

19.00 Bratislava Mozart festival - otvárací koncert (30. októbra - 24. novembra)

Wolfgang Amadeus Mozart (1756–1791): Requiem d mol K. 626

Účinkujú Bratislava Mozart Choir, zbormajsterka Petra Torkošová

Sólisti: Marianna Geleneky – soprán, Barbara Braun – alt, Mykola Erdyk – tenor, Eugen Gaál – bas

Dobové nástroje - Bratislava Mozart Orchestra

Diriguje Marián Lejava

Bratislava, Katedrála sv. Martina

19.00 Na kus reči: To najlepšie s Miroslavom Donutilom - výročné predstavenie

Vystúpenie sa koná pri príležitosti 75. narodenín českého herca

Šamorín, Mestské kultúrne stredisko, divadelná sála

19.00 Wave festival - Halloween Trenčín

Trenčín, K výstavisku č. 447/14

19.00 Václav Havel: Vernisáž - prvá premiéra Národného divadla Košice

Réžia: Ján Luterán

Košice, NDKE, Malá scéna, Hlavná 58

19.00 Mark Brown: Cesta okolo sveta za 80 dní - premiéra divadla Actores

Réžia: Tatiana Masníková. Na motívy diela Julesa Verna

Rožňava, Mestské divadlo Actores, Šafárikova 20

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

vgr

Autor: VGR

Prvá menštruácia

29. 10. 2026, 17:03, Zdroj: **lekar.sk**, Autor: **Jakub Šuták**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ, Lekárska fakulta UPJŠ**
Dosah: **2 040** GRP: **0,05** OTS: **0,00** AVE: **217 EUR**

Prvá menštruácia

Časté otázky o prvej menštruácií

Prvá menštruácia u dievčat je prirodzenou súčasťou puberty a zvyčajne prichádza okolo 12. roku života. Jej priebeh, intenzita aj farba krvácania sa môžu líšiť a v prvých rokoch býva cyklus často nepravidelný. Ako rozpoznať príchod menštruácie a ako sa na ňu pripraviť?

Ako vyzerá prvá menštruácia?

Prvá menštruácia, odborne nazývaná menarché, je chvíľa, keď dievča dostane svoj prvý menzes. Je to prirodzená súčasť puberty, počas ktorej sa v tele menia hladiny hormónov a z maternice sa začne uvoľňovať jej sliznica.

„Prvá menštruácia nemusí vyzerať u každej rovnako," vysvetľuje Simona Daňková, medička a autorka článku. , ‚Krv môže mať svetločervenú, tmavočervenú, ružovú alebo aj hnedú farbu. Hnedastý výtok je úplne bežný, najmä ak je krvácanie slabšie. Krv totiž odchádza z tela pomalšie, a preto môže stmavnúť. Niekedy sa môže zmiešať aj s prirodzeným pošvovým hlienom alebo sa môžu objaviť drobné krvné zrazeniny."

U niektorých dievčat sa prvá menštruácia prejaví len niekoľkými škvrnami na spodnej bielizni, iné môžu krvácať o niečo viac. Netreba sa preto zľaknúť, ak prvá menštruácia nebude vyzerať podľa zaužívaných predstáv. Každé ženské telo je iné a neexistuje len jeden správny spôsob, ako má prvá menštruácia prebiehať.

Čo môže dievča počas prvej menštruácie prežívať?

Prvá menštruácia sa nemusí prejaviť len krvácaním. Niektoré dievčatá môžu pociťovať aj rôzne telesné zmeny a nepríjemnosti, napríklad:

kŕče v podbrušku

bolesť chrbta, najmä v krížoch

únavu

citlivé alebo bolestivé prsia

nafukovanie

Každé dievča to však prežíva inak. Kým niektoré pociťujú viacero príznakov, iné si takmer nič nevšimnú a ich prvá menštruácia prebehne bez väčších ťažkostí.

„Prvá menštruácia môže priniesť aj rôzne emócie. Dievča môže cítiť radosť a zvedavosť, ale aj neistotu či strach z toho, čo sa deje. Všetky tieto pocity sú úplne prirodzené. Pomáha vedieť, čo sa v tele odohráva, a mať pri sebe niekoho, komu sa môže zdôveriť, opýtať sa

na to, čo ju zaujíma, alebo sa jednoducho porozprávať o svojich pocitoch,“ približuje autorka článku Simona Daňková.

V akom veku očakávať prvú menštruáciu?

Prvá menštruácia u dievčat sa najčastejšie objavuje vo veku 10 až 15 rokov, pričom priemerný vek je približne 12 rokov. Presný vek sa líši podľa individuálneho vývoja, genetiky a ďalších faktorov ako je napríklad obezita, ktorá vedie ku skoršiemu nástupu menštruácie.

Kedy sa prvá menštruácia blíži?

Menštruácia sa zvyčajne objaví približne 2 až 3 roky po začiatku rastu prsníkov. Ide o jeden z najspoľahlivejších orientačných znakov, že sa puberta vyvíja bežným spôsobom.

Medzi ďalšie prejavy puberty patria:

rast prsníkov a postupné zmeny ich tvaru

rast ochlpenia v podpazuší a v oblasti ohanbia

zrýchlenie rastu do výšky

zmeny telesného pachu a zvýšené potenie

objavenie sa číreho alebo belavého vaginálneho výtoku

Číry alebo biely výtok bez nepríjemného zápachu, svrbenia či pálenia môže byť normálnym prejavom hormonálnych zmien a môže sa objaviť niekoľko mesiacov pred prvou menštruáciou.

genetika

celkový zdravotný stav

množstvo telesného tuku

Ak vývoj prsníkov nezačne do 13 rokov alebo menštruácia nepríde do 15 rokov, je vhodné obrátiť sa na pediatra alebo detského gynekológa.

Zdroj: magnific.com

Je hnedý výtok prvá menštruácia?

Hnedý výtok môže byť prvým príznakom prvej menštruácie. Hnedé sfarbenie zvyčajne znamená, že ide o malé množstvo krvi, ktoré odchádza z tela pomalšie, a preto stmavne.

Prvá menštruácia sa nemusí začať jasne červenou krvou – niekedy sa najskôr objaví len pár hnedých škvŕn na spodnej bielizni.

Typ výtoku alebo krvácania

Čo môže znamenať

Hnedý výtok

Môže byť prvým príznakom prvej menštruácie. Hnedé sfarbenie zvyčajne spôsobuje malé množstvo krvi, ktorá odchádza z tela pomalšie a stmavne.

Biely výtok

Je bežnou súčasťou puberty a môže sa objaviť aj niekoľko mesiacov pred prvou menštruáciou. Zvyčajne je biely alebo priehľadný a nemá nepríjemný zápach.

Ružový výtok

Môže signalizovať blížiacu sa alebo začínajúcu menštruáciu. Ružové sfarbenie vzniká zmiešaním malého množstva krvi s výtokom.

Slabé krvácanie

Môže sa prejaviť niekoľkými červenými alebo tmavočervenými škvrnami na spodnej bielizni. Aj takto sa môže začať prvá menštruácia.

Aké sú príznaky prvej menštruácie?

Prvá menštruácia sa môže ohlásiť niekoľkými príznakmi, no jej príchod nemusí byť vždy predvídateľný.

Príznaky pred prvou menštruáciou

Niekoľko dní pred krvácaním sa môžu objaviť prejavy podobné predmenštruačnému syndrómu (PMS):

zmeny nálady, podráždenosť alebo väčšia citlivosť

napätie a citlivosť prsníkov

mierne bolesti alebo kŕče v podbrušku

bolesť hlavy či chrbta

únava, zmeny chuti do jedla alebo horší spánok

zhoršenie pleti

Tieto príznaky n ie sú spoľahlivou predpoveďou presného dňa menštruácie. Môžu sa objaviť aj pri iných hormonálnych zmenách alebo nemusia byť prítomné vôbec.

Príznaky počas krvácania

Počas menštruácie môže dievča pociťovať hlavne

mierne kŕče v podbrušku

a bolesť krížov

Krvácanie môže byť spočiatku slabé a postupne zosilnieť alebo sa naopak po niekoľkých hodinách zmierniť.

Neprítomnosť bolesti je rovnako normálna ako mierne menštruačné kŕče. Silná bolesť, ktorá bráni bežným činnostiam, však nie je niečo, čo treba automaticky považovať za normálnu súčasť menštruácie a ak sa opakuje je lepšie poradiť sa s gynekológom.

Ako sa na prvú menštruáciu pripraviť?

„Najlepšou prípravou je otvorená komunikácia a praktické informácie,“ hovorí ďalej medička Simona Daňková. „Dievča nemusí vedieť všetko vopred, ale malo by vedieť, čo môže očakávať, kde nájde menštruačné pomôcky a na koho sa môže obrátiť, ak bude potrebovať pomoc.“

Ako sa môže dievča pripraviť na prvý menzes?

Pripraviť si malú menštruačnú výbavu. Do školskej tašky si môže vložiť jednu až dve vložky, náhradnú spodnú bielizeň a malé vrecko na použité oblečenie.

Zistiť, ako sa vložka používa a ako často ju treba meniť. Vďaka tomu bude lepšie pripravené, keď sa menštruácia začne.

Nebáť sa pýtať. S otázkami sa môže obrátiť na mamu, sestru alebo kamarátku, ktoré jej môžu poradiť a pomôcť rozptýliť prípadné obavy.

Prvá menštruácia u dievčat môže prísť kedykoľvek – doma, v škole alebo na výlete. Preto je dobré byť pripravená, aby ju táto nová skúsenosť nezaskočila a cítila sa istejšie.

Ako môže pomôcť rodič pri prvej menštruácií?

Rodič by mal o menštruácii hovoriť prirodzene a bez hanby. Ideálne je vysvetliť základné informácie ešte pred jej začiatkom, aby dievča nebolo zaskočené.

Dôležité je vysvetliť, že menštruácia je prirodzený biologický proces, týkajúci sa každej ženy a nie je to dôvod na hanbu. Rodič môže spoločne s dievčaťom vybrať vhodné pomôcky, ukázať mu ich používanie a uistiť ho, že sa môže kedykoľvek obrátiť na niekoho s otázkami.

Zdroj: magnific.com

Vložky na prvú menštruáciu

Pre mnohé dievčatá sú najjednoduchšou voľbou hygienické vložky s krídelkami, ktoré sa prilepia na spodnú bielizeň a pomáhajú udržať vložku na mieste. Na začiatok je vhodná menšia alebo stredná veľkosť podľa intenzity krvácania.

Pri výbere sa oplatí uprednostniť:

vložky bez parfumácie, ktoré môžu menej dráždiť citlivú pokožku,

pohodlný tvar a veľkosť zodpovedajúcu spodnej bielizni,

vyššiu absorpciu alebo nočné vložky, ak je krvácanie silnejšie alebo počas spánku.

Vložku je vhodné meniť približne každé 4 až 6 hodín, prípadne skôr, ak je nasiaknutá alebo spôsobuje nepohodlie. Pri silnejšom krvácaní môže byť potrebná častejšia výmena. Pred výmenou a po nej si umy ruky. Použitú vložku zabaľ do papiera alebo obalu a vyhoď do koša, nikdy nie do toalety.

Zdroj: Vygenerované pomocou AI

Ostatné pomôcky na prvú menštruáciu

Vložky nie sú pri prvom menzese jedinou možnosťou. Dievča si môže časom vybrať pomôcku, ktorá mu najviac vyhovuje.

Menštruačné nohavičky – sú vhodné aj pre dievčatá, ktoré práve dostali prvú menštruáciu. Ľahko sa používajú, pretože sa nosia ako bežná spodná bielizeň. Môžu byť príjemnou voľbou pre dievčatá, ktoré sa zatiaľ necítia na zavádzanie vnútorných pomôcok.

Tampóny – možno ich používať aj pri prvej menštruácii. Dievča by však malo vedieť, ako ich správne zaviesť a vybrať. Ak mu ich používanie nie je príjemné, nemusí sa doň nútiť. Tampón treba meniť podľa návodu, spravidla každé 4 až 8 hodín, a nikdy ho nenechávať zavedený dlhšie ako 8 hodín.

Menštruačný kalíšok – je vhodnou možnosťou už pri prvej menštruácii. Jeho zavádzanie a vyberanie však môže byť spočiatku náročnejšie, preto si vyžaduje cvik a dôslednú hygienu. Dôležité je dodržiavať pokyny výrobcu týkajúce sa vyprázdňovania a čistenia.

Neexistuje jedna pomôcka vhodná pre každé dievča. Na začiatok môžu byť najjednoduchšie vložky, no výber závisí od pohodlia, preferencií a intenzity krvácania.

Ako dlho trvá prvá menštruácia?

Prvá menštruácia zvyčajne trvá 2 až 7 dní. Krvácanie môže byť na začiatku slabé, postupne sa zosilniť a ku koncu opäť zoslabnúť. U každého dievčaťa však môže prebiehať trochu inak.

Počas prvých rokov po prvej menštruácii býva cyklus často nepravidelný. To znamená, že ďalšia menštruácia nemusí prísť presne o mesiac. U dospievajúcich sa menštruačný cyklus zvyčajne pohybuje v rozmedzí 21 až 45 dní.

Prvý deň menštruácie je zároveň prvým dňom nového cyklu. Ak sa teda krvácanie začne napríklad 1. mája, tento deň sa počíta ako začiatok cyklu a podľa neho sa sleduje, kedy príde ďalšia menštruácia.

Ak menštruácia nepríde tri mesiace, krvácanie je nezvyčajne silné alebo spôsobuje výrazné bolesti, je vhodné poradiť sa s lekárom.

Atypické príznaky pri prvej menštruácii

Mierne kŕče, únava či zmeny nálady sú bežné. Niektoré príznaky však môžu upozorňovať na nadmerné krvácanie alebo iný zdravotný problém.

Kedy spozornieť?

Veľmi silné krvácanie: vložku alebo tampón treba meniť každú jednu až dve hodiny, krvácanie presakuje cez oblečenie alebo posteľnú bielizeň.

Nezvyčajne dlhé krvácanie: menštruácia trvá viac ako 7 dní, najmä ak je zároveň silná.

Výrazná bolesť: kŕče sú veľmi intenzívne, zhoršujú sa alebo bránia chôdzi, spánku či bežným aktivitám.

Závraty, výrazná slabosť alebo bledosť: môžu súvisieť s väčšou stratou krvi a chudokrvnosťou.

Horúčka alebo zapáchajúci výtok: môžu upozorňovať na infekciu, najmä ak sa pridá bolesť alebo celková nevoľnosť.

Pri odpadnutí, výraznej slabosti, dýchavičnosti alebo silnej náhlej bolesti je potrebné urgentné vyšetrenie.

Tipy, ako zvládnuť prvú menštruáciu

Prvá menštruácia môže byť nová skúsenosť, ale nie je potrebné sa jej báť. Niekoľko jednoduchých návykov môže pomôcť cítiť sa pohodlnejšie.

Sleduj svoj cyklus. Zapíš si dátum prvého dňa krvácania, približnú intenzitu a prípadné ťažkosti. Pomôže ti to lepšie spoznať svoje telo.

Maj pri sebe stále náhradnú pomôcku. Aspoň 2-3 vložky v školskej taške dokážu ušetriť veľa stresu.

Pri bolestivých kŕčoch skús teplo. Teplý obklad, termofor na podbrušku a teplá sprcha výrazne zmierňujú bolestivosť menštruácie. Pomôcť môže aj jemný pohyb a odpočinok.

Nezabúdaj na pitný režim a jedlo. Pravidelne jedz, pi dostatok tekutín a dopraj si spánok.

Dbaj na šetrnú hygienu. Vonkajšie intímne partie umývaj vodou alebo jemným neparfumovaným prípravkom. Pošvu nie je potrebné vyplachovať a parfumované intímne spreje môžu dráždiť pokožku.

V prípade silnej bolesti siahni po liekoch proti bolesti – ako je napríklad ibuprofen, no ideálne až po jedle, aby si si nepodráždila žalúdok.

Neboj sa požiadať o pomoc. Ak si neistá, ako použiť pomôcku, alebo ťa niečo bolí, povedz to dospelej osobe, ktorej dôveruješ.

Prvá menštruácia a kúpanie

Počas menštruácie sa dievča môže sprchovať, kúpať aj plávať. Teplá sprcha alebo kúpeľ môžu dokonca pomôcť uvoľniť svaly a zmierniť kŕče. Pri plávaní je vhodné použiť tampón, menštruačný kalíšok alebo menštruačné plavky určené na kúpanie.

Klasická vložka nie je do vody vhodná, pretože nasiakne vodou a prestane dobre fungovať. Ak sa dievča na plávanie počas prvej menštruácie necíti, nemusí sa doň nútiť.

Prvá menštruácia a šport

Menštruácia nie je dôvodom vzdať sa športu ani pohybu. Dievča môže cvičiť, behať, bicyklovať či sa venovať iným obľúbeným aktivitám, ak sa cíti dobre.

Pohyb môže dokonca pomôcť zmierniť menštruačné kŕče a zlepšiť náladu. Dôležité je počúvať svoje telo, dopriať si oddych, keď ho potrebuje, a vybrať si menštruačnú pomôcku, pri ktorej sa cíti pohodlne a bezpečne.

Časté otázky o prvej menštruácií

Môžu používať tampóny aj panny?

Áno, tampóny môžu používať aj dievčatá, ktoré ešte nemali pohlavný styk. Ich používanie nesúvisí so stratou panenstva. Dôležité je vybrať si vhodnú veľkosť, dodržiavať návod na použitie a tampón pravidelne meniť. Ak je jeho zavádzanie nepríjemné alebo bolestivé, dievča sa do toho nemusí nútiť a môže vyskúšať napríklad vložky alebo menštruačné nohavičky.

Môže prvá menštruácia prísť v 9 rokoch?

Áno, prvá menštruácia sa môže objaviť už v 9 rokoch. Väčšina dievčat ju dostane približne vo veku 12 rokov, no začiatok puberty je u každej individuálny. Ak sa menštruácia objaví v takomto skorom veku, je vhodné poradiť sa s pediatrom, najmä ak sa objavia aj iné nezvyčajné príznaky.

Kedy príde druhá menštruácia?

Druhá menštruácia môže prísť už o niekoľko týždňov, ale niekedy sa objaví až po dlhšom čase. Počas prvých rokov býva menštruačný cyklus často nepravidelný, preto sa nedá presne predpovedať, kedy príde ďalšie krvácanie. U dospievajúcich trvá cyklus zvyčajne 21 až 45 dní.

Orientačný termín ďalšej menštruácie si možno vypočítať pomocou kalkulačky menštruačného cyklu. Výsledok je však len odhad, najmä ak menštruácia ešte nie je ustálená. Ak menštruácia nepríde tri mesiace, je vhodné poradiť sa s lekárom.

Môže žena po prvej menštruácii už otehotnieť?

Áno, otehotnieť je možné už po prvej menštruácii, dokonca aj ešte pred ňou. Ovulácia, teda uvoľnenie vajíčka z vaječníka, totiž môže nastať ešte pred prvým menštruačným krvácaním. Ak dôjde k nechránenému pohlavnému styku v období ovulácie, môže dôjsť k oplodneniu a tehotenstvu. Preto je dôležité poznať možnosti ochrany pred otehotnením už od začiatku puberty.

Autor článku

Medička

Študentka 4. ročníka všeobecného lekárstva na **Lekárskej fakulte UPJŠ** v Košiciach, ktorá pracuje ako medička a sanitárka na neurologickom oddelení Univerzitnej nemocnice Louisa Pasteura.

Zdieľať článok

MOJA MENŠTRUÁCIA. Prvá menštruácia v živote mladej ženy

Súvisiace články

Každá žena prežíva menštruáciu inak. Ak je však krvácanie silnejšie, musíte si častejšie meniť vložku či tampón alebo vám menštruácia…

15.10.2026

Silná alebo bolestivá menštruácia dokáže znepríjemniť život. To isté platí o dlhom mesačnom krvácaní. Radíme, kedy treba riešiť menštruáciu s…

28.09.2023

Vedeli ste, že ovulácia nemusí prísť presne v 14. deň vášho cyklu a u mnohých žien nastáva úplne inokedy? Napriek…

06.10.2026

Autor: Jakub Šuták

Doplnený prehľad udalostí na piatok 30. októbra

29. 10. 2026, 18:00, Zdroj: **TASR**, Vydavateľ: **Tlačová agentúra Slovenskej republiky**, Sentiment: **Neutrálny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ, Botanická záhrada UPJŠ**

Doplnený prehľad udalostí na piatok 30. októbra

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

dispecing@tasr.sk

Technická podpora: 0905/505 721

Mestská organizácia Marianum zazimuje fontánu Družba

Bratislava, fontána Družba, Námestie slobody

text

08.00 Halloweenske darovanie krvi v Univerzitnej nemocnici Bory

Bratislava - Lamač, UN Bory, Ulica Ivana Kadlečíka č. 2

text

09.30 Slávnostné odovzdanie Ceny za česko-slovenskú vzájomnosť

09.30 h - Pietny akt a položenie vencov k Pamätnej tabuli Deklarácie slovenského národa

Martin, pri budove bývalej Tatra banky

10.00 h - Slávnostné odovzdanie Ceny za česko-slovenskú vzájomnosť

- Úvodné príhovory predsedu NR SR Richarda Rašiho a predsedu Poslaneckej snemovne Parlamentu ČR Tomia Okamuru

- Odovzdanie cien a príhovory ocenených

Martin, Turčianska galéria, Daxnerova 2

text, video, zvuk, foto

11.00 Zážitkovo s hmyzákmi v Horehronskom múzeu - interaktívne zážitkové podujatie o živote hmyzu

Brezno, Horehronské múzeum, Meštiansky dom, Námestie generála M. R. Štefánika 13

16.30 NOX:ART - Prievidza zažiari! (30. - 31. októbra)

Výber diel z festivalu súčasného umenia Biela noc

16.30 h – Kriss Sagan: Kultivácia hĺbky a pomalosti - vernisáž

17.00 h – Slávnostné otvorenie festivalu

Prievidza, sídlisko Píly, mestský park, Squarol

text

17.00 Dušičky z Nového zámku

- večer plný histórie, hudby a výhľadov na nočnú Banskú Štiavnicu

Banská Štiavnica, Nový Zámok, Novozámocká 22

text

17.00 Jesenný večerný výstup do kostolnej veže v Spišskej Novej Vsi

16.55 h - zraz

Spišská Nová Ves, kancelária Turistického informačného centra

17.30 Večer na hrade Šášov

- vyrezávanie svetlonosov

- virtuálna prehliadka Pohronskej hradnej cesty prostredníctvom VR okuliarov

- komentovaná prehliadka hradu

Žiar nad Hronom, hrad Šášov, dolný hrad

text

18.00 Noc v Botanickej záhrade (30. - 31. októbra)

18.00 h - vernisáž landartového diela Metamorfóza od umelca Štefana Poláka

Košice, **Botanická záhrada UPJŠ**, Mánesova 23

text

22.00 CheckPoint Night - prvé nočné testovanie na HIV, syfilis a hepatitídu C v nočných hodinách

- testovanie potrvá do 03.00 h

Bratislava, komunitné testovacie centrum CheckPoint HIV, Pražská 11

text

Prehľad kultúrnych udalostí vychádza v domácom a easy servise o 17.00 h

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

lt mik

Autor: MIK

STVR si v rozhlasovom vysielaní pripomenie Sviatok všetkých svätých a Pamiatku zosnulých

29. 10. 2026, 19:00, Zdroj: **radia.sk**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ, Lekárska fakulta UPJŠ**
Dosah: **18 149** GRP: **0,40** OTS: **0,00** AVE: **532 EUR**

STVR si v rozhlasovom vysielaní pripomenie Sviatok všetkých svätých a Pamiatku zosnulých

Slovenská televízia a rozhlas si Sviatok všetkých svätých a Pamiatku zosnulých pripomenie na rozhlasových staniciach, ktoré prinesú publicistiku, živé spomienkové programy, duchovnú hudbu aj literárne pásma.

Rádio Slovensko

Rádio Slovensko sa v dennej publicistike pozrie na architektúru a históriu cintorínov a predstaví aj každoročnú dušičkovú výzvu Viac lásky, menej plastov . Reportáž zo zapojenej školy, rodiny či komunity priblíži, ako vzniká udržateľná dušičková výzdoba a aký nemateriálny význam má spomienka na zosnulých. V seriáli Príbeh na týždeň s názvom Strážcovia spomienok v aktuálnom týždni ponúkne Dáša Omastová pohľad na prácu správcov cintorínov, kamenárov, záhradníkov a pracovníkov pohrebných služieb, priestor dostanú aj obradníci, sprievodcovia po historických hroboch či plačky.

Vo sviatočnú nedeľu 1. novembra po 8.00 h privíta Štefan Chrappa v programe Hosť nedeľného Dobrého rána gréckokatolíckeho kňaza Rastislava Čížika . Rozhovor sa bude týkať jeho novej knihy Krása liturgie aj Sviatku všetkých svätých.

Rádio Regina

Rádio Regina Západ už tradične odvysiela 1. novembra po 13.00 h dvojhodinový živý program Svieca za blízkeho s moderátorkou Hanou Michalčíkovou , v ktorom budú poslucháči spomínať na svojich blízkych, ktorí už nie sú medzi nami. Na Pamiatku zosnulých 2. novembra od 15.05 h do 17.00 h zaznie pásmo Rozlúčky 2026 , ktoré prostredníctvom archívnych rozhovorov pripomenie osobnosti zosnulé v tomto roku.

Rádio Regina Stred si Pamiatku zosnulých 2. novembra pripomenie celodenným vysielaním. O 8.40 h a v pokračovaní o 9.09 h sa redaktorka Sylvia Hoffmannová prihlási zo symbolického cintorína vo Východnej, ktorý pripomína ľudí z oblasti folklóru. Daniela Fullová sa o 9.20 h porozpráva s Patríciou Garajovou Jarjabkovou , ktorá pracuje v mobilnom hospici so seniormi a skúsenosti má aj ako dula pre umierajúcich, o tom, ako sa smrti nebáť. Predpoludnie o 10.40 h bude patriť Národnému cintorínu v Martine, popoludní o 13.20 h sa poslucháči dozvedia, ako v Žiline plánujú vybudovať ekologický cintorín, a o 15.24 h ich rádio pozve na prechádzku po starom baníckom cintoríne v Hodruši-Hámroch. V relácii Zahrajte mi túto o 16.05 h si spolu zaspomínajú na etnomuzikológov Alicu a Oskára Elschekovcov , s ktorými sa folklórna obec tento rok navždy rozlúčila.

Rádio Regina Východ uvedie v nedeľu 1. novembra po 13.00 h fíčer Martiny Vaškovej Čo ukrýva ľudská slza o výskume ľudských sĺz, ktorý od roku 2015 realizuje **Lekárska fakulta UPJŠ** v Košiciach. Po 14.00 h sa Danuša Reginová bude pýtať, aký význam má pre nás ticho a prečo sa nedokážeme zastaviť, vydržať mlčanie a načúvať sami sebe. Pondelňajšie vysielanie od 10.00 h do 12.00 h sa zameria na hodnoty, ktoré človek prehodnocuje v období pred smrťou. O tom, či je súčasný človek schopný pokory, odpustenia a prijatia vlastnej zraniteľnosti, budú hovoriť odborníci z paliatívnej starostlivosti a hospicov, psychológovia, filozofi aj kňazi, priestor dostanú aj osobné ľudské príbehy.

Rádio Devín

Rádio Devín otvorí 1. november o 6.30 h sviatočným Prelúdiom s Omšou sv. Cecílie , jedným z najvýznamnejších duchovných diel Charlesa Gounoda , a motetom Ave Maria Franza Biebla . Relácia Musica sacra sa o 8.00 h zameria na svätých a sväté v hudbe od stredoveku po 20. a 21. storočie, v dielach anonymných stredovekých autorov, Nicolasa Gomberta, Josepha Haydna, Igora Stravinského a Mirka Krajčiho . Sviatočné Nedeľné matiné o 10.30 h prinesie Tryptyk a Koncert č. 1 pre klavír a orchester Wojciecha Kilara . Popoludní o 15.30 h bude relácia Hrá SOSR okrem príspevku k 100. výročiu rozhlasového vysielania aj hudobnou reflexiou troch pamätných dní: sobotňajšieho Dňa reformácie, nedeľného Sviatku všetkých svätých a pondelkovej Pamiatky zosnulých.

K reformácii zaznie Symfónia č. 5 „Reformačná“ Felixa Mendelssohna a k obom novembrovým dňom Requiem Luigiho Cherubiniho. Večerný program predznamená Dušičky: o 22.30 h predstaví Nová hudba Rádia Devín Requiem poľského skladateľa Pawła Łukaszewského , ktoré vyrastá zo spomienok na blízkych a z viery v nový život a ktorého časti autor venoval aj pamiatke Wojciecha Kilara a Johna Tavenera . Deň uzavrie o 23.00 h Musica slovaca so skladbami Vladimíra Godára Déploration sur la mort de Witold Lutosławski a Iris Szeghy Musica dolorosa , ktorá na slovenskú premiéru čakala viac než 20 rokov.

Sviatku sa prispôsobí aj slovesné vysielanie Rádia Devín. Ráno o 6.00 h zaznie Paliatívna poézia Ali Brindovej a o 7.00 h prinesie relácia Ľudia fakty udalosti pásmo J. Gembického a H. Rodovej Kráčajúc po hroboch predkov . O 9.00 h bude nasledovať rozprávková hra Jána Uličianskeho Malá princezná , napoludnie fíčer Mirjany Šišolákovej Posledná stanica o Národnom cintoríne v Martine. Popoludní o 15.00 h si poslucháči vypočujú prózu Eleny Ferrante Dni opustenia v nahrávke z roku 2020 a o 16.30 h dokument K. Mišovica Soňa Valentová – cesta herečky. O 18.00 h odvysiela Rádio Devín fíčer E. Weidlera Chvála chvíli a večer o 19.00 h v Hre na nedeľu drámu Henrika Ibsena Keď sa my, mŕtvi, preberieme.

Rádio_FM

Rádio_FM bude sviatočné dni reflektovať v rámci štandardného spravodajstva a pravidelného vysielania s dôrazom na úpravu hudobného formátu.

Radio Slovakia International

Radio Slovakia International priblíži poslucháčom na celom svete pôvod, význam a tradície Sviatku všetkých svätých na Slovensku. Príspevky odkryjú historické a náboženské súvislosti aj súčasné ekologické a spoločenské trendy spojené so spomienkou na zosnulých a ukážu, že sviatok nie je len dňom ticha a smútku, ale aj časom úcty, vďaky, spolupatričnosti a nádeje.

Rádio Patria

Rádio Patria bude 1. novembra vysielať v nedeľnej štruktúre. Sviatku sa budú venovať náboženské programy v rannom prúde aj popoludňajšie vysielanie, výberom skladieb sa mu prispôsobí aj moderovaná hudobná relácia Náušnica .

Rádio Litera

Rádio Litera vysiela v blokoch, ktoré sa počas týždňa opakujú. Od 2. novembra zaradí fíčer Barbory Hrínovej Tajomstvo a pásmo poézie Edgara Allana Poea Večernica , od 3. novembra pásmo poézie Vojtecha Mihálika a Viery Prokešovej Anjeli , od 4. novembra esej Pavla Hudíka Živí a mŕtvi a od 5. novembra verše Tomasza Nawku Ak zomrie vietor .

Autor: STVR