



Ranné noviny	2
Televízia, Ranné noviny, 2. 8. 2024, 7:17	
Historici z UPJŠ predstavili nový webový portál o dejinách univerzitného vzdelávania	3
Online, eastmag.sk, 2. 8. 2024, 9:40	
Spektrum 24	4
Televízia, Spektrum 24, 4. 8. 2024, 18:29	
Lieska dáva oriešky pre Popolušku, tie sú však viac symbolom štátu Oregon v USA	5
Online, vedanadosah.cvtisr.sk, 5. 8. 2024, 5:55	



Ranné noviny [↗](#)

2. 8. 2024, 7:17, Relácia: **Ranné noviny**, Stanica: JOJ, Vydavateľ: Slovenská produkčná, a.s., Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach

Dosah: 52 931 GRP: 1,18 OTS: 0,01 AVE: 48659 EUR

[strojový prepis] ...Áno, konkrétne ja sa venujem ešte stále doktorandskému štúdiu na **univerzite Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**. Ale folklór je mojou veľkou vášňou už od malička....



Historici z UPJŠ predstavili nový webový portál o dejinách univerzitného vzdelávania

2. 8. 2024, 9:40, Zdroj: eastmag.sk, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, UPJŠ

Dosah: 431 GRP: 0,01 OTS: 0,00 AVE: 97 EUR

Historici z **UPJŠ** predstavili nový webový portál o dejinách univerzitného vzdelávania

Pridajte komentár

2 min. čítania

Nielen odbornej, ale aj laickej verejnosti je od začiatku augusta k dispozícii nový webový portál venovaný dejinám vysokoškolského vzdelávania v Košiciach. Autorsky ho pripravil vedeckovýskumný kolektív pracovníkov Katedry histórie Filozofickej fakulty **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**.

Webový portál Dejiny univerzitného vzdelávania v Košiciach vznikol ako výstup projektu vnútorného grantového systému **UPJŠ** zameraného na podporu e-learningu.

„Projekt je súčasťou širšieho výskumného zámeru, ktorým **UPJŠ** aktívne pristupuje k vlastným dejinám a ich historickému výskumu,“ informovala vedúca projektu Mária Fedorčáková a dodala, že počas uplynulých rokov sa vďaka vnútorným grantovým projektom košickej **UPJŠ** uskutočnil heuristický výskum prameňov k dejinám univerzitného vzdelávania v pamäťových inštitúciách na Slovensku a v zahraničí.

„Aktuálny projekt sa zameriava na využitie týchto poznatkov pri výučbe predmetov týkajúcich sa univerzitných dejín. Jeho súčasťou je aj webová stránka, ktorá neprináša len informácie o dejinách historickej Košickej univerzity, ale aj fotografie a digitalizáty unikátnych historických prameňov, ktoré sme získali vďaka výskumu na Slovensku a v zahraničí.“

Aj na popularizáciu medzi verejnosťou

Košickí výskumníci zdôrazňujú, že prínos a výstupy projektu zahŕňajú niekoľko oblastí.

„Historická rovina spočíva v spracovaní dejín Košickej univerzity – a to v kontexte regionálnych, sociálnych a kultúrnych dejín novoveku – a ich zasadenie do kontextu vývoja terciárneho vzdelávania v Košiciach. Učebný text je pomôckou na didakticko-edukačné využitie poznatkov o univerzitných dejinách vo výučbe vybraných predmetov. Digitálne technológie vytvárajú priestor na praktickú aplikáciu e-learningu a umožňujú popularizáciu historického výskumu medzi širšou verejnosťou,“ uviedla Fedorčáková. Ďalšími riešiteľmi sú Peter Fedorčák a Monika Tresová, všetci traja z Katedry histórie Filozofickej fakulty **UPJŠ** v Košiciach.

tlačová správa

Autor: tlačová správa



Spektrum 24 [↗](#)

4. 8. 2024, 18:29, Relácia: **Spektrum 24**, Stanica: **JOJ 24**, Vydavateľ: **Slovenská produkčná, a.s.**, Sentiment: **Pozitívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**

[strojový prepis] ...Sme na pôde centra simulátorovej a virtuálnej medicíny **univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, lekárskej fakulty a sprevádzať nás bude *Jakub Jánošík*. Dobrý deň, ďakujem, že sme mohli sem prísť. Rovno sa vás pýtam na tohto neboráka, čo tu leží. On sa volá *Hull*. Áno, tento model, konkrétne sa volá *Hull*. Slúži na taký akýsi prvý kontakt s pacientom....



Lieska dáva oriešky pre Popolušku, tie sú však viac symbolom štátu Oregon v USA [↗](#)

📅 5. 8. 2024, 5:55, Zdroj: vedanadosah.cvtisr.sk [↗](#), Autor: Ivan Šalamon, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v

Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 3 173 GRP: 0,07 OTS: 0,00 AVE: 259 EUR

Ivan Šalamon externý redaktor 5. augusta 2024

Veľkým pestovateľom liesky je Severná Amerika. Jej plody sú súčasťou obľúbených cukrovínok a nátierok, lieska má však aj liečebné využitie.

Lieskové oriešky poznali už naši predkovia. Zmienky o nich pochádzajú aj z náboženských textov starovekých civilizácií až na východe Číny. Ilustračný obrázok. Zdroj: iStockphoto.com

Rozprávanie o lieske a jej orieškoch je potrebné začať výskumnými aktivitami na Oregonskej štátnej univerzite v Corvallis v USA. Tieto za posledné roky podporil jeden z najväčších výrobcov cukrovínok a čokolád na svete sumou viac ako 500-tisíc dolárov. Výrobca obľúbenej čokoládovo-orieškovej nátierky stavia spoluprácu na skutočnosti, že v tomto americkom štáte sa pestuje viac ako 80-tisíc hektárov liesok.

Zvýšená adaptácia a odolnosť nových kultivarov proti chorobám a škodcom predurčuje Severnú Ameriku na to, aby sa stala jedným z popredných svetových producentov lieskových orechov.

História

V poľadovej dobe, v holocéne, v mladších štvrtohorách bola lieska jednou z dominantných drevín v podrastoch borovicových lesov. Dokladajú to časovo presne definovateľné uloženie peľu v rašelinových sedimentoch.

Vďaka dlhej histórii využitia plodov sa stali lieskové orechy neodmysliteľnou súčasťou našich životov. V Škótsku našli archeológovia ich pozostatky praženia a lúpania. Odhadujú, že majú až 9000 rokov. Zvyšky škrupín lieskovcov boli nájdené pri archeologických prieskumoch nálezísk z doby kamennej na území dnešného Spojeného kráľovstva, Nemecka i Škandinávie. Zmienky o lieskových orieškoch sa dokonca nachádzajú v náboženských textoch starovekých civilizácií až na východe Číny.

Výskyt

Lieska obyčajná (*Corylus avellana* L.) rastie od rovín až do horského stupňa. Nájde ju vo svetlých lesoch a na ich okrajoch, na sutinách, rúbaniskách, pri brehoch potokov, na takmer všetkých typoch pôd, v teplejších aj chladnejších oblastiach. Vyskytuje sa v spoločenstvách opadavých listnatých lesov.

Ekologicky je to druh značne plastický, takže rastie v tieni, ako i na výslni. Je to priekopnícka drevina na odlesnených pôdach. Môže sa rozmnožovať semenami aj vegetatívnym spôsobom. Na Slovensku bol jej maximálny výskyt zaznamenaný v nadmorskej výške asi 1500 m. Po poškodení sa rýchlo obnovuje a mladé výhonky počas jedného roka dorastajú do dĺžky až 2 m. Priemerná dĺžka jej života je 80 až 90 rokov.

Pozrite si

27. júna 2024 | Ivan Šalamon

Opis rastliny

Vedecké označenie rodu *Corylus* pochádza z latinčiny, ide však pravdepodobne len o prekrútenie gréckeho slova *karyon* – orech. Druhový názov vyplýva z použitého pomenovania pre liesku – *max avellana* –, ktorá hojne rástla v okolí mesta Avelly či Abelly v Kampánii, v prírodopisej encyklopédii *Historia Naturalis*. Autorom diela je známy antický spisovateľ Plínius Starší (*23 – †79).

Lieska je ker, zriedkavejšie strom, dorastajúci do výšky asi 4 metrov. Má hladkú lesklú kôru sivej alebo červenkastej farby. Mladé konáre sú najskôr chlpaté, neskôr celkom lysé. Listy sú striedavé s krátkymi stopkami, srdcovito vykrojené s dvojito pílkovitým okrajom.

Listy liesky. Autor: Ivan Šalamon

Drevina je jednodomá. Samčie kvety tvoria visiace jahňady, samičie súkvetia sú púčikové. Samičí kvet má dve aj viac tyčiniek a malý piestikový semenník s dlhou dvojzarezovou červenou čnelkou.

Na stráňach a na okraji lesov je to prvá kvitnúca jarná drevina. Už vo februári sa na jej konárkoch hojdajú dlhé chvostíky jahniad a červené piestikové kvety. Kvitne zavčas, aby mohol vietor sprostredkovať opeľovanie ešte pred rastom listov nielen na lieskach, ale aj na iných susedných spoločenstvách drevín.



Kvitnúca lieska. Zdroj: Wikimedia Commos

Lieska je užitočná hlavne pre včely. Poskytuje mnoho včasnej a bohatej paše s množstvom sírovožltého peľu, ktorý potrebujú opeľovače v úľoch na rozvoj svojho plodu. Uvádza sa, že peľ obsahuje až 30 percent bielkovín. Lieska nemá kvetný nektár, má ho listový.

Plody liesky. Autor: Ivan Šalamon

Plody sú vajcovité oriešky sediace v zvonovitej čiaške, ktoré dozrievajú v októbri až v novembri. Orišky roznášajú vtáky, veveričky a hraboše.

Pestovanie

Lieska je nenáročná drevina. Najlepšie sa jej darí v miernom klimatickom pásme, pričom uprednostňuje všetky typy pôd od hnedých podzolových až po černoze. Dobre rastie na pozemkoch s vysokou koncentráciou vápnika. Sadenice bez listov získame zo silných výhonkov s priemerom 15 mm s koreňmi dlhými pol metra. Vysádzame ich priamo do jám s priemerom 0,8 m a hĺbkou 0,5 m dvakrát ročne, a to na jar a na jeseň.

Vzdialenosť medzi rastlinami v sponě je 4 až 5 m. Jamy vyplníme substrátom, ktorý pripravíme z vrchnej vrstvy pôdy zmiešanej s viaczožkovým hnojom so superfosfátom.

Začiatok koreňového systému by mal byť 50 mm nad úrovňou zeme. Po naplnení jám po vrch je dôležité zhutnenie zeminy. Zasadene výhony sa priviažu ku kolíkom zapichnutým v ich blízkosti. Po zaliatí tromi vedrami vody sa kruh koreňa stromu mulčuje pilinami a humusom, aby sa zabránilo vyparovaniu vody.

Farma na pestovanie lieskových orieškov v oblasti Langhe v Taliansku. Zdroj: iStockphoto.com

Rozľahlé lieskové kríky poskytujú tieň. Najlepšie je ich vysadiť pod korunami stromov, aby neblokovali slnko ostatnej vegetácii. Rastliny po zakorenení veľmi rýchlo rastú. Tvorbu ďalších výhonov je potrebné regulovať vykopením, orezaním a ošetrovaním drveným uhlím.

Sadenice potrebujú vlhkosť už týždeň po výsadbe. Nedostatočná zálievka negatívne ovplyvňuje procesy tvorby pukov a dozrievania plodov. Každý krík je potrebné zalievať 5- až 6-krát za sezónu.

Na hnojenie môžeme použiť aj minerálne alebo organické hnojivá. Každé dva alebo tri roky sa na jeseň dávajú pod krík 4 kg zmesi hnoja s draselnou soľou a superfosfátom. Je však potrebné poznamenať, že dávkovanie hnojív je potrebné zvoliť na základe kvalitatívnej analýzy pôdy.

Výnos plodov z 1 ha divých lieskových porastov sa pohybuje od 50 do 250 kg lieskovcov.

Pozrite si

24. augusta 2020 | Ivan Šalamon

Zber, sušenie a lúskanie

Z farmaceutického a medicínskeho hľadiska sa zbierajú listy od mája až do augusta. Trháme zdravé zelené listy, ktoré po usušení prirodzeným teplom na vzdušnom mieste poskytujú drogu (*Folium coryli avellanae*). Možno ich sušiť tiež umelým teplom, teplota však nesmie prekročiť 40 °C. Pomer zoschnutia je asi 5: 1.

Ojedinele sa v jarných mesiacoch zbiera kôra (*Cortex coryli avellanae*).

V minulosti v čase hladu ľudia zbierali v jarnom období i jahňady, ktoré miešali s ovsenou múkou a a zo zmesi piekli posúchy.

Okrem potravinárskeho použitia majú liečebný význam aj plody, ktorými sú lieskové oriešky (*Nux coryli*). Možno ich zbierať po ich úplnom dozretí, keď vypadávajú z listencového obalu. Zbierame len úplne zrelé oriešky a sušíme ich na vzdušnom mieste. Jadrá sú uložené v pevnej hladkej škrupine, ktorú je pomerne ťažké rozbiť bez toho, aby sa zničil stred, ktorý ukrýva.

Zbierajú sa len zrelé plody liesky. Zdroj: iStockphoto.com

Pre jeden zo šikovných domácich spôsobov lúskania potrebujete sieťku, drevenú doštičku a kladivko na mäso. Orišky nasypete do sieťky, preložíte doštičkou a kladivkom jemne poklepete. Lieskové orechy tak zostanú v celku a škrupiny bezpečne oddelené v sieťke.

Účinné látky a liečebné využitie



Listy obsahujú najmä silicu (0,04 percenta), triesloviny, flavonoidy, glykozidy, myricetín, kvercetin, heterozid myricitrozid a z cukrov hlavne sacharózu. Kôra okrem silice obsahuje triesloviny, flobafény a živice.

Účinky lieskových listov sú veľmi mierne, preto ich obyčajne nepodávame samostatne, ale ako súčasť rôznych zmesí, najmä močopudných a pôsobiacich adstringentne (zníženie prepúšťania tekutín z ciev do okolitého tkaniva).

Droga je účinným prostriedkom proti hnačkám, lebo upokojuje peristaltiku čriev. Dokáže zastaviť krvácanie a pôsobí sťahujúco. Lieskové listy sa používajú pri hnačkách a proti nadúvaniu.

Podobné terapeutické účinky ako listy má aj kôra. Kôru však pripravujeme v podobe odvaru. Osobitné účinky majú lieskové púčiky, ktoré pôsobia antiskleroticky a zlepšujú činnosť pečene a pľúc. Čajová zmes z kôry a listov liesky zmierňuje hlavne u starších mužov problémy s prostatou.

Zrelé plody sú biologicky hodnotnou potravinou. Obsahujú až 60 percent masného oleja, 20 percent bielkovín a 2 až 5 percent sacharózy. Majú veľa minerálnych látok, najmä železa, fosforu, draslíka, horčíka a vápnika. Oriešky obsahujú aj vitamíny skupiny B, vitamín A, C, E a ľahko stráviteľné oleje a škrob.

Lieskové orechy sú dobrým zdrojom vlákniny. Tá podporuje správnu funkciu tráviaceho traktu a pomáha predchádzať zápche. Obsahujú antioxidanty a ich pravidelná konzumácia pomáha udržiavať normálnu hladinu cholesterolu v krvi.

Pre svoju jemnú chuť sú vo všeobecnosti vyhľadávanejšie ako väčšie vlašské orechy. Kalorická hodnota lieskových jadier je podľa niektorých údajov vyššia ako kalorická hodnota bravčového mäsa alebo sójových bôbov.

Recepty

Staroveký predpis miešania roztláčených lieskocov s medom pri kašli sa ľudovo traduje dodnes. Lieskovú drogu je najvhodnejšie pripravovať na vnútorné použitie ako zápar, na vonkajšie ako odvar. Keďže nie sú známe žiadne kontraindikácie, aplikácia je možná i viackrát denne.

Navonok pôsobí droga priaznivo proti ekzémom a hemoroidom. Kúpele nôh a rúk, ktoré realizujeme každý druhý deň, výborne pôsobia na degeneratívne kĺbové ochorenia – artrózy.

Na liečbu unavenej pokožky, drobných jaziev a na vyhladenie vrások aplikujeme 2 lyžice rozdrvených listov, ktoré hodinu macerujeme v šálke studenej vody. Potom necháme prejsť varom, odstavíme a prikryté lúhujeme. Po precedení používame ako pleťové tonikum, prípadne ako masku vo forme obkladu, ktorý necháme pôsobiť 10 až 15 minút.

Lieskovce sú v kuchyni všestranne využiteľné na prípravu dezertov, ovocných pohárov, lahôdkového pečiva a nátierok.

Použitá literatúra:

Castleman, M. 2004: Velká kniha léčivých rostlin. 1. vydanie, Columbus, s.r.o., Praha, ČR, 636 s., ISBN: 80-7249-177-6

Duke, J.A., Bogenschutz-Godwin, M. J., duCellier, J., Duke, P. A. 2002: Handbook of medicinal Herbs. 2nd edition, CRC Press: Boca Raton, FL, USA, 870 pp.

Gondolová, M., Hadrabová, V. 2008: Herbár. Nestorprint, s.r.o.: Bratislava. 535 s.

Karomatov I. D., Abdvokhidov A. T. 2017: Lieska a lieskový orech. In: Časopis – biológia a integratívna medicína. č. 2., s. 187-193.

Kresánek, J., Krejča, J. 1982: Atlas liečivých rastlín a lesných plodov. 2. vyd., Vydavateľstvo Osveta, n.p.: Martin, 767 s.

Lust, J. 1974: The Herb Book. Bantam Books: Toronto, New York, London, Sydney, Auckland, 660 p.

Ottov sprievodca prírodou – liečivé rastliny (preklad: Jindrova, J., Malovcová, M. 2010: Ottovo nakladateľstvo: Praha, 485 s.

(zh)

Ivan Šalomon | externý redaktor

Prof. RNDr. IVAN ŠALAMON, CSc.

Ukončil štúdium odboru všeobecná biológia so špecializáciou fyziológia rastlín na Prírodovedeckej fakulte **UPJŠ** v Košiciach, kde od roku 1986 pracuje. Vo svojej vedeckej kariére sa zameriava na biodiverzitu, šľachtenie a prírodné látky liečivých rastlín. Od roku 1995 do roku 2002 bol vedeckým sekretárom Výskumného ústavu agroekológie v Michalovciach s možnosťou realizácie výskumných aktivít pri



veľkoplošnom pestovaní, zbere a pozberovej úprave špeciálnych plodín. V roku 1999 vypracoval pre Ministerstvo pôdohospodárstva SR „Rozvojový program výroby a spracovania liečivých, aromatických a koreninových rastlín v SR“. Od roku 2003 pôsobí ako vysokoškolský učiteľ na Prešovskej univerzite v Prešove s orientáciou na výučbu a aplikovaný výskum v oblasti ekológie jedinca a populácií liečivých rastlín. V júni 2006 mu bola udelená medaila Medzinárodnej spoločnosti záhradníckych vied (International Society of Horticultural Science: ISHS) so sídlom v Leuvene, Belgicko, za organizáciu 1. svetového sympózia o rumančeku kamilkovom pod záštitou tejto významnej medzinárodnej organizácie. Je hlavným autorom prvých slovenských odrôd liečivých rastlín (mäty piepornej „KRISTÍNKA“ a rumančeka kamilkového „LIANKA“), na ktoré v rokoch 2017 a 2018 vydal osvedčenia Úrad Spoločenstva pre odrody rastlín (Community Plant Variety Office: CPVO) so sídlom v Angers, Francúzsko.

SÚVISIACE ČLÁNKY

12. júla 2021 | Ivan Šalamon

Aktuálne podujatia

Dnes je 5. augusta 2024

07 Aug

Autor: Ivan Šalamon