



<b>Do nemocnice v Šaci pravidelne chodia mediálne známi športovci z NHL a KHL</b> . . . . .	2
Online, kosice.korzar.sme.sk, 17. 3. 2025, 9:16	
<b>Sikeres élet várt rájuk, de a diplomájukat soha nem vehették át</b> . . . . .	7
Online, ujszo.com, 17. 3. 2025, 15:00	
<b>Diploma helyett a háború pokla jutott nekik</b> . . . . .	8
Tlač, Új Szó, 18. 3. 2025	
<b>Putovanie za snežienkami na Slovensku: Pozor, len fotiť, v žiadnom prípade netrhať!</b> . . . . .	9
Online, drivemagazine.sk, 18. 3. 2025, 5:00	



## Do nemocnice v Šaci pravidelne chodia mediálne známi športovci z NHL a KHL

17. 3. 2025, 9:16, Zdroj: [kosice.korzar.sme.sk](https://kosice.korzar.sme.sk), Vydavateľ: Petit Press, a.s., Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, UPJŠ

Dosah: 50 005 GRP: 1,11 OTS: 0,01 AVE: 738 EUR

Do nemocnice v Šaci pravidelne chodia mediálne známi športovci z NHL a KHL

Športová medicína je založená na dôkazoch.

Skladba klientov Kliniky muskuloskeletálnej a športovej medicíny Nemocnice AGEL Košice-Šaca je veľmi rôznorodá. Pravidelne tam chodia viacerí mediálne známi profesionálni športovci z NHL a KHL.

Starajú sa tiež o drvivú väčšinu profesionálnych športových klubov regiónu, napríklad HC Košice, FC Košice, plavci, lyžiar. Veľkú pozornosť venujú odborníci kliniky detským a mládežníckym klubom, venujú sa tiež amatérskym športovcom, ale aj úspešným bojovníkom bojových umení.

O športovej medicíne, jej špecifikách, ale aj o ich vzťahu k športu prinášame v rozhovore s MUDr. JOZEFOM KUBAŠOVSKÝM, MUDr. MICHALOM FEČÍKOM a prof. MUDr. FRANTIŠKOM SABOLOM, PhD., MPH, MBA.

MUDr. Jozef Kubašovský: Rodák z Prešova, úrazový chirurg, dlhoročný športový lekár, medicíne sa venuje vyše 40 rokov. Od roku 2007 je súčasťou ortopedického tímu Kliniky muskuloskeletálnej a športovej medicíny v Košiciach-Šaci. Pracoval ako lekár HC Košice, staral sa o slovenskú hokejovú reprezentáciu, je autorom a spoluautorom množstva odborných publikácií, ktoré boli publikované v renomovaných odborných časopisoch.

Aké boli vaše prvé kontakty so športovou medicínou a kedy sa vlastne začala písať história športovej medicíny v Košiciach-Šaci?

J. K.: Od detstva som sa venoval športu, futbalu na profesionálnej úrovni. Dokonca som v roku 1978 nastúpil v pamätnom zápase FC Košice proti AC Miláno na legendárnom štadióne San Siro. Ak by sme vtedy mali trochu viac športového šťastia, bol by to dokonale splnený športový sen.

Už ako športovec som bol často v kontakte s úrazmi. Preto bola pre mňa po skončení štúdia medicíny prirodzenou voľbou úrazová chirurgia. Popri práci úrazového lekára som sa neprestal venovať futbalu. Veľa času som trávil s aktívnymi športovcami, dobre sme sa poznali a oni mi dôverovali.

Logickým vyústením bolo, že som sa začal aktívne venovať starostlivosti o športovcov. V roku 1986 som začal robiť lekára hokejistov VSŽ Košice, po čase som stal aj lekárom hokejovej reprezentácie.

MUDr. Jozef Kubašovský.

Počas dlhoročnej kariéry ste určite zažili viacero nezabudnuteľných okamihov. Na ktoré rád spomínate?

J. K.: Pre každého športovca, obzvlášť sa to týka vrcholových športovcov, je najvyššou metou a uspokojením víťazstvo, prípadne zisk medaily na významnom podujatí. Určite nezabudnem na Helsinky a striebornú medailu našich chlapcov na MS v hokeji a víťazstvá HC Košice v slovenskej extraligovej súťaži.

Ako športový lekár mužstva a bývalý športovec som tie chvíle s chlapcami prežíval veľmi intenzívne. Samozrejme, v rámci svojej kariéry som popri víťazstvách zažil aj trpké prehry, bolestivé zranenia hráčov a sklamanie z nenaplnených očakávaní.

Súvisiaci článok Súvisiaci článokHokejové striebro má aj doktor Jozef Kubašovský Čítajte

Kedy ste si, povedané športovou terminológiou, obliekli „šačiansky dres“?

J. K.: Členom tímu ortopedického oddelenia, dnešnej Kliniky muskuloskeletálnej a športovej medicíny, v nemocnici v Košiciach-Šaci som sa stal v roku 2007. Po mojom nástupe sa športovej medicíne začali veľmi rýchlo venovať aj moji kolegovia z kliniky.

V oblasti športovej medicíny si nemocnica v Šaci začala postupne získavať dobré meno, a to nielen na regionálnej úrovni. Dodnes mám pocit vnútorného uspokojenia, že som bol pri zrode tradície športovej medicíny v Šaci.

Strieborný hokejový tím z MS v Helsinkách, 2012. MUDr. Kubašovský v strednom rade druhý zľava. MUDr. Michal Fečík: Rodák zo Sniny, má atestácie zo všeobecnej medicíny a telovýchovného lekárstva. Od roku 2014 pracuje v Nemocnici AGEL Košice-Šaca. Na Lekárskej fakulte UPJŠ v Košiciach sa venuje výučbe medikov. Pracuje ako lekár hokejového klubu HC Košice a lektor vzdelávania kondičných trénerov na Slovensku. Je členom výboru Slovenskej spoločnosti telovýchovného lekárstva a jedným zo spoluautorov novej učebnice z oblasti telovýchovného lekárstva, ktorá bola pred mesiacom uvedená na trh.



Ako ste sa dostali k športu?

M. F.: Môj otec, Michal Fečík st., bol aktívny športovec, hral najvyššiu ligovú súťaž vo volejbale. Už v kočíku som s ním trávil celé hodiny na tréningoch. Keď už som bol starší, rozprával mi príhody, ako ma na štadióne počas prestávok na tréningu prebaľoval. V športovom prostredí som vyrástol, dodnes sa v ňom cítim doma a život bez každodenného aktívneho športovania si ani neviem predstaviť.

Čo vám šport dáva? Je niečo, čo vám aj berie?

M. F.: Športu som sa venoval od raného detstva. Hrával som basketbal, ktorý ma okrem disciplíny, sebaovládania a vytrvalosti pri prekonávaní prekážok naučil tešiť sa z dobrej prihrávky spoluhráčovi. Už v mladosti som sa tak naučil, aký dôležitý je pre úspech tímu kolektívny duch a pocit vzájomnej spolupatričnosti.

Keď každoročne behávame s kolegami štafetový beh naprieč Slovenskom a pri dobiehaní úsekov som na pokraji psychických a fyzických síl, posledným hnacím motorom, ktorý mi ostáva, je pre mňa práve ten tímový duch a pocit zodpovednosti voči kolegom, ktorý som získal v čase mládežníckeho športovania.

Jediné, čo mi šport berie, je čas. Ako lekár HC Košice trávim množstvo hodín na štadióne. Prakticky každodenne riešim vážne aj menej vážne zdravotné problémy hráčov nášho mužstva. Všetci v realizačnom tíme vedia, že telefón si nikdy nevypínam a som vždy k dispozícii.

Aká bola vaša profesionálna cesta po ukončení štúdia medicíny?

M. F.: Už počas štúdia ma lákala športová medicína. Po ukončení lekárskej fakulty som sa niekoľko rokov venoval všeobecnému lekárstvu, aby som získal dobrý a dostatočne široký prehľad. Bol to dobrý základ pre moju budúcu kariéru športového lekára, pretože športová medicína je výrazne multidisciplinárny odbor.

Nám divákovi sa môže zdať, že športový lekár je ten, čo behá s aktovkou po trávniku, prípadne sa za asistencie hráčov kľže po ľade k zranenému. O čom ale skutočne je moderná športová medicína?

M. F.: Dnes je športová medicína vedný odbor založený na dôkazoch. Využíva množstvo špičkových technológií, ktoré pomáhajú pri plánovaní tréningu a regenerácie. Individualizovaná výživa športovcov pripomína niekedy „gastronomickú alchýmiu“.

V poslednom období sa v športovej medicíne kladie veľký dôraz na mentálny koučing a športovú psychológiu, lebo základom úspechu športovca je víťazné nastavenie a „dobrá hlava“. Aj najmenšie zakolísanie v mentálnom nastavení, strata motivácie, prípadne naštrenie sebadôvery môže byť zlomovým okamihom v dovtedy úspešnej kariére aj tých najtalentovanejších športovcov.

Aké je postavenie športovej medicíny na Slovensku?

M. F.: Dejiny slovenskej športovej medicíny boli prepísané v roku 2016 prijatím zákona o športe, na základe ktorého vyplýva všetkým registrovaným športovcom povinnosť pravidelne absolvovať športovo-lekársku prehliadku.

Vďaka tejto legislatívnej úprave sa stal vrcholový šport na Slovensku výrazne bezpečnejším, znížilo sa riziko náhlej smrti či početnosť zranení športovcov. Za obzvlášť významné to považujem pre ochranu zdravia našich športujúcich detí. Dôsledkom prijatého zákona bol, pochopiteľne, aj výrazný nárast dopytu po odborníkoch z oblasti športovej medicíny.

Kedy ste sa začali venovať športovej medicíne?

M. F.: Športovej medicíne sa venujem už desať rokov, a to v rámci môjho pôsobenia v Nemocnici AGEL Košice-Šaca. Mám tu vytvorené dobré možnosti profesionálne rásť a môžem pokojne konštatovať, že som tu vďaka vytvoreným podmienkam a výbornej spolupráci s ostatnými kolegami, ktorí sa venujú športovej medicíne, pracovne aj ľudsky spokojný.

Aké spektrum vyšetrení na vašom pracovisku realizujete?

M. F.: Vykonávame kompletnú diagnostiku zdravotných a funkčných ukazovateľov prostredníctvom záťažových testov. Posudzujeme fyzickú kondíciu, ako aj bezpečnú hranicu záťaže športovcov s cieľom zlepšenia výkonnosti športovca. V prípade potreby zabezpečíme komplexné vyšetrenie na vylúčenie prípadných zdravotných rizík, úzko spolupracujeme so špecialistami z Nemocnice AGEL Košice-Šaca a Kardiocentra AGEL Košice-Šaca.

Je pravda, že dnes dokáže športový lekár analyzovať „správnosť behu“ športovca? Znie to tak trochu ako z vedecko-fantastického filmu.

M. F.: Máte pravdu. Ide o tzv. biomechanickú analýzu. Zjednodušene povedané, detailne nasnímame chôdzu, beh, skok a odraz športovca. Špeciálny softvér následne podrobí záznam analýze a stanoví odchýlky od optimálnej techniky.



Ďalším krokom je „učenie správneho behu“, kedy počas behu na bežeckom páse softvér vedie športovca ku korekcii „zlovykov“, ktoré znižujú jeho výkon, prípadne ho ohrozujú zranením. Máme s touto metodikou výborné výsledky, vyžaduje ale od lekára a aj od športovca veľa trpezlivosti a vytrvalosti.

Koľko prehliadok ročne zvyknete u športovcov vykonať? Staráte sa aj o detských športovcov?

M. F.: Minulý rok u nás absolvovalo prehliadku približne 800 športovcov. Detských pacientov sme vyšetřili z tohto počtu okolo 450, čiže detskí športovci predstavujú väčšinu našich klientov.

Práca s deťmi je mimoriadne náročná a zodpovedná, jej špecifikom je, že si musíte získať dôveru nielen športovca, ale aj jeho rodičov. Som úprimne rád, že počet detských športovcov, ktorí k nám chodia, z roka na rok narastá. Oni sú budúcnosťou slovenského vrcholového, ale aj rekreačného športu.

Je známe, že vašimi klientmi sú viacerí úspešní vrcholoví športovci, ktorých poznáme zo svetových športových podujatí a médií.

M. F.: Skladba našich klientov je veľmi rôznorodá. Pravidelne k nám chodia viacerí mediálne známi profesionálni športovci z NHL a KHL, staráme sa o drvivú väčšinu profesionálnych športových klubov regiónu, napríklad HC Košice, FC Košice, plavci, lyžiar. Veľkú pozornosť venujeme detským a mládežníckym klubom, venujeme sa amatérskym športovcom, ale aj úspešným bojovníkom bojových umení.

Víťazná sezóna 2022/2023 s HC Košice - kluboví lekári MUDr. Michal Fečík a MUDr. Tomáš Ševčík.

Ak za vami prídu rodičia s otázkou, na aký typ športu má ich dieťa predpoklady, viete im poradiť?

M. F.: Áno, pomocou genetickej analýzy vieme odhadnúť dispozície dieťaťa pre vytrvalostný alebo rýchlostný druh záťaže. Na základe vyšetrenia vieme rodičom odporučiť, na aký druh športu má ich dieťa predpoklady a upozorniť ich na prípadný sklon k zvýšenému riziku k určitému typu zranení.

Vopred ale asi sklame všetkých, ktorí snívajú o tom, že vychovajú zo svojich detí medailistov a práve sa dozvedeli o tajnom recepte, ktorý im tento sen pomôže naplniť. Ani tento druh vyšetrenia, ani žiaden iný nie je garanciou, že z ich dieťaťa vyrastie špičkový vrcholový športovec.

Čo by ste odkázali rodičom, ktorí túžia mať zo svojich detí hviezdnych športovcov?

M. F.: S takými rodičmi sa stretávam veľmi často. Prvé, čo sa im snažím zdôrazniť, je, aby vnímali a počúvali svoje dieťa a šport, ktorému sa má dieťa venovať, vybrali spolu. Nie je rozhodujúce, čo sa páči im, ale čomu sa chce venovať ich ratolesť.

Byť prísny v nárokoch na vzdelanie, vyžadovať disciplínu a zodpovedný prístup k tréningovému procesu je určite správne. Ale prílišný tlak na výkon v detskom veku, obzvlášť v individuálnych športoch, môže dieťaťu šport skôr znechutiť a naštrbiť ešte len vyvíjajúce sa sebavedomie dieťaťa.

Príliš ambicióznym a motivovaným rodičom sa snažím zdôrazniť, že hlad po víťazstve, ktorý je typický pre úspešných vrcholových športovcov, musia cítiť ich deti, nie oni. Mentalitu víťazov musí mať totiž športovec v sebe.

Úlohou rodičov je ich na ceste za úspechom správnym spôsobom podporiť a viesť. Ak sa naučia v detstve pri športovaní dodržiavať pravidlá fair play, je predpoklad, že ich budú dodržiavať aj v živote. Osobne to považujem za jeden z najdôležitejších prínosov detského a mládežníckeho športu pre spoločnosť.

Už dlhé roky robia Slovensku vo svete športu veľmi dobré meno naši paraolympionici. V kolektívnych aj individuálnych disciplínach prinášajú z medzinárodných súťaží pravidelne množstvo ocenení. Máte klientov aj z radov telesne postihnutých športovcov?

M. F.: Som veľmi hrdý, že nám telesne postihnutí športovci dôverujú a pravidelne k nám chodia na športové prehliadky. Máme medzi klientmi paraolympijských majstrov sveta, viacnásobných paraolympijských víťazov, medailistu z majstrovstiev Európy. Postihnutí športovci sú podľa mňa najlepším príkladom toho, ako pestovaním pevnej vôle, disciplíny a vytrvalosti pomáha šport prekonávať aj zdanlivo neprekonateľné prekážky.

Slovenskí paraolympionici: Samuel Andrejčík (dole vľavo), Kristína Kudláčová (dole vpravo), Viliam Holenda (vľavo hore), Richard Holenda (v strede), MUDr. Michal Fečík.

Ponúkate športovcom aj niečo výnimočné?

M. F.: Áno, ako jediní v regióne sme začali vykonávať analýzu okysličenia svalov športovca priamo počas tréningového procesu. Zásadným spôsobom nám to rozširuje možnosti optimalizácie tréningu.



Tréner a športový lekár dostávajú priamo počas tréningu spätnú väzbu o výkonnostných limitoch športovca. Túto revolučnú metodiku využívajú svetové kluby a naši športovci ju už niekoľko mesiacov majú k dispozícii tiež.

Prezradíte čitateľom niečo z vašich plánov do budúcnosti?

M. F.: V apríli tohto roka sa bude v Košiciach konať významný Medzinárodný kongres telovýchovného lekárstva, na ktorého organizácii sa spolupodieľam. Veľmi ma teší, že Nemocnica AGEL Košice-Šaca a Kardiocentrum AGEL Košice-Šaca bude mať na programe dôstojné a bohaté odborné zastúpenie. Verím, že s HC Košice budeme mať úspešnú sezónu a hráčom sa budú vyhýbať zranenia.

V najbližších rokoch plánujem dokončiť doktorandské štúdium a obhájiť vedecký titul PhD. Rád by som využil priestor a poďakoval sa hráčom hokejového klubu HC Košice kategórie U15, ktorí tvoria výskumný súbor mojej práce, za trpezlivosť a vytrvalosť. Testy, ktoré spolu v rámci tréningovej záťaže robíme, sú mimoriadne namáhavé. Vďaka patrí, samozrejme, aj vedeniu klubu, že mi realizáciu výskumu umožnilo. Som presvedčený, že výsledky výskumu posunú tréningový proces v Košiciach o kúsok bližšie k svetovej špičke.

Máte čas venovať sa popri starostlivosti o športovcov aj športovaniu?

M. F.: Cvičím skoro ráno v improvizovanom fitnesscentre, na ktoré som s tichým súhlasom manželky zmenil našu garáž. Našťastie som k pravidelnému cvičeniu motivoval aj ju, a tak mi už rannú námrazu na negarážovanom aute počas zimných mesiacov nevyčíta. K pohybu vieme aj našu 5-ročnú dcéru, ktorá sa aktívne venuje tancu. Ako to bude u nej so športom v budúcnosti, to sa ešte ukáže.

prof. MUDr. František Sabol, PhD., MPH, MBA: Prednosta Kliniky srdcovej a cievnej chirurgie **UPJŠ LF** a KCE, kardiochirurg a univerzitný profesor založil a vedie Kardiocentrum AGEL Košice-Šaca a od 1. januára 2025 vedie aj Nemocnicu AGEL Košice-Šaca. Skúsený zdravotnícky manažér má za sebou bohatú vedeckú a pedagogickú činnosť. Niekoľko rokov bol prodekanom Lekárskej fakulty **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**. Je podpredsedom Vedeckej rady AGEL a členom Vedeckej rady **UPJŠ LF** v Košiciach.

Akú úlohu zohráva šport vo vašom živote, pán profesor?

F. S.: Svet športu je od detstva súčasťou môjho života, mal som možnosť spoznať ho z viacerých strán. Bol som dorastenecký reprezentant v basketbale, niekoľko sezón som bol lekárom 1. FC Košice, nie je tomu tak dávno, keď som bol prezidentom úspešného mužského basketbalového klubu KB Košice a teraz, ako hrdý rodič, povzbudzujem svojho syna, ktorý hrá ligu za FC Košice v kategórii U 15. Šport mi dal disciplínu, naučil som sa ísť za úspechom aj cez bolesť. Každý zápas pre mňa znamená silnú emóciu, vždy idem „all in“.

Čo si máme predstaviť pod pojmom moderná športová medicína?

F. S.: Moderná športová medicína je multidisciplinárny odbor. Na komplexnej starostlivosti o športovcov sa podieľajú odborníci zo všeobecnej a preventívnej medicíny, telovýchovného lekárstva, športovej kardiológie, intervenčnej kardiológie, muskuloskeletálnej medicíny, ortopedickej operačnej liečby, športovej psychológie a rehabilitácie.

V Nemocnici AGEL Košice-Šaca a v Kardiocentre AGEL Košice-Šaca sme výnimoční v tom, že takúto komplexnú starostlivosť zabezpečujeme vo všetkých odbornostiach v dvoch nemocniciach, ale pod jednou strechou. Pracovisko, ktoré nepokrýva celé spektrum odborností, ale zastreší len úzku, špecifickú oblasť, už podľa môjho názoru nezodpovedá potrebám modernej športovej medicíny 21. storočia.

Profesor František Sabol.

Čo je podľa vás hlavným poslaním športovej medicíny?

F. S.: Moje prvé kontakty so športovou medicínou boli ešte v období mojej športovej kariéry. Potom som si prácu športového lekára vyskúšal naživo na trávniku 1. FC Košice a neskôr, ako prezident basketbalového klubu, som bol, samozrejme, vo veľmi úzkom kontakte s lekárom, masérom aj fyzioterapeutom klubu.

Od januára 2025 sa športovej medicíne venujem aj manažérsky. Starostlivosť o športovcov má v Šaci dlhodobú tradíciu a vysokú kvalitu. Ako jediní na Slovensku sme od roku 2016 nositeľmi prestížneho titulu FIFA Medical Centre of Excellence. Teším sa z toho, ako aj z ostatných ocenení, ktoré Nemocnica AGEL Košice-Šaca dostala. Fotografie z víťazných zápasov, preberania medailí, na ktorých sú po boku športovcov naši lekári, ma naplňujú pocitom hrdosti. Sú isto dobrou reklamou nemocnice a aj formou verejnej satisfakcie celému tímu šačianskej športovej medicíny.

Asi to robíme dobre, keď nám dôverujú špičkoví športovci, ale pokiaľ by tam naša aktivita skončila, bola by to taká športovo-medicínska „potemkinova dedina“. Som totižto hlboko presvedčený, že „nie menej dôležitá športová medicína“ sa robí mimo svetiel kamier, zábleskov fotoaparátov a záujmu médií.

Myslím na prácu s mládežníckymi klubmi, s registrovanými rekreačnými športovcami, na starostlivosť o postihnutých športovcov, spoluprácu so športovými klubmi, ktoré súťažia len v regionálnych súťažiach. Tu, v Šaci, sme a budeme aj pre nich.



Sezóna 2017/2018, basketbalisti KB Košice získali Slovenský pohár, štvrtý sprava prof. František Sabol.

Čo pripravujete v Šaci pre vašich športujúcich klientov?

F. S.: V priebehu tohto roka zavedieme do praxe unikátnu metodiku sledovania reakcie organizmu športovca na záťaž, viac k tomu ale neprezradím. Nie je tajomstvom, že intenzívne pracujeme na finalizácii projektu akcionárom schválenej mega-investície do rozvoja oboch nemocníc v Šaci. Súčasťou projektu je aj najmodernejšie a asi aj najväčšie pracovisko športovej a preventívnej medicíny na Slovensku.

Autor: (RED)



## Sikeres élet várt rájuk, de a diplomájukat soha nem vehették át [🔗](#)

📅 17. 3. 2025, 15:00, Zdroj: [ujso.com](https://ujso.com) [🔗](#), Vydavateľ: DUEL - PRESS, s.r.o., Autor: Róbert Németi, Sentiment: Neutrálny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 41 631 GRP: 0,93 OTS: 0,01 AVE: 749 EUR

Sikeres élet várt rájuk, de a diplomájukat soha nem vehették át

Németi Róbert

Kassa |

A szomszédos Ukrajnában zajló háborút és annak következményeit idézi fel a kassai Pavol Jozef Šafárik Egyetemen (**UPJŠ**) nemrégiben megnyílt Kiosztatlan diplomák című kiállítása. A vándorkiállítás 40 ukrán diák emléke előtt tiszteleg, akiknek nem volt lehetőségük tanulmányaik sikeres befejezésére, mert a háborúban elesetek.

„Az oklevelek az elhunyt diákok élettörténetét és haláluk tragikus körülményeit mutatják be. A kezdeményezés fő célja, hogy emlékeztessük diákjainkat társaik sorsára, valamint hogy kinyilvánítsuk, hogy a háború még mindig tart és az ártatlan áldozatok száma egyre nő”

– közölte szerkesztőségünkkel Laura H oľanová, az **UPJŠ** szóvivője azzal, hogy a kiállítás március 3-án nyílt meg az **UPJŠ** bölcsészkarának területén, április 11-ig pedig hetente más karokra is eljut: a közigazgatási, a jogi, az orvosi és a természettudományi karon is bemutatják.

„A háború már három éve tart, minden egyes nap életek mennek tönkre, ártatlan emberek sorsa dől romba, történetükkel több könyvet is tele lehetne írni. A projekt egyik legfontosabb célja, hogy megmutassuk az egész világnak, hogy a háború nagy szerencsétlenség, és hogy az emberi életnek mindig a legnagyobb értéknek kell lennie”

– tolmácsolta Elena Lykhota, a kiállítás szervezőjének nyilatkozatát a szóvivő. Lykhota a háborús konfliktus kezdetének első évfordulója, 2023. február 24. óta a nemzetközi Unissued Diplomas névre keresztelt projekt keretében több mint 250 kiállítást rendezett 30 országban és több mint 100 egyetemen.

Autor: Róbert Németi



## Diploma helyett a háború pokla jutott nekik [↗](#)

📅 18. 3. 2025, Zdroj: **Új Szó**, Strana: 1, Vydavateľ: **DUEL - PRESS, s.r.o.**, Sentiment: **Neutrálny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Dosah: **91 000 GRP**; **2,02 OTS**; **0,02 AVE**; **877 EUR**

### Diploma helyett a háború pokla jutott nekik

A szomszédos Ukrajnában zajló háborút és annak következményeit idézi fel a kassai Pavol Jozef Šafárik Egyetemen **(UPJŠ)** nemrégiben megnyílt Kiosztatlan Diplomák című kiállítása.

KASSA. Az egyetemen megtekinthető vándorkiállítás 40 ukrán diák emléke előtt tiszteleg, akiknek nem volt lehetőségük tanulmányaik sikeres befejezésére, mert a háborúban elesetek. „Az oklevelek az elhunyt diákok élettörténetét és haláluk tragikus körülményeit mutatják be. A kezdeményezés fő célja, hogy emlékeztessük diákjainkat társaik sorsára, valamint hogy kinyilvánítsuk, hogy a teljes körű háború még mindig tart és az ártatlan áldozatok száma egyre nő” – közölte szerkesztőségünkkel Laura Hoľanová, az **UPJŠ** szóvivője azzal, hogy a kiállítás április 11-ig az egyes karok között vándorol. „A projekt egyik legfontosabb célja, hogy megmutassuk az egész világnak, a háború nagy szerencsétlenség, és az emberi életnek mindig a legértékesebb értéknek kell lennie” – tolmácsolta Elena Lykhotának, a kiállítás szervezőjének nyilatkozatát a szóvivő. Lykhota a háborús konfliktus kezdetének első évfordulója óta a Unissued Diplomas projekt keretében több mint 250 kiállítást rendezett 30 országban és több mint 100 egyetemen.

(nr)

(Németi Róbert felvétele)

A diplomákon az életüket vesztett, lediplomázott diákok fotói is szerepelnek





## Putovanie za snežienkami na Slovensku: Pozor, len fotiť, v žiadnom prípade netrhať! [🔗](#)

📅 18. 3. 2025, 5:00, Zdroj: [drivemagazine.sk](https://drivemagazine.sk) [🔗](#), Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: UPJŠ

Dosah: 1 594 GRP: 0,04 OTS: 0,00 AVE: 179 EUR

Putovanie za snežienkami na Slovensku: Pozor, len fotiť, v žiadnom prípade netrhať!

Jar už zaklopala na dvere a s ňou aj príchod jedného z najkrajších symbolov tohto obdobia – snežienok. Tieto drobné a nežné biele kvietky, ktoré sa často derú cez posledné zvyšky snehu, nám pripomínajú, že príroda sa opäť prebúdzá. Avšak pozor, snežienky sú chránené zákonom, takže ich môžete len fotografovať, nie trhať! Ponúkame pár inšpirácií, kde ich hľadať v spojení so sprievodným programom.

### 1. Štiavnické vrchy – Sitno

Sitno, majestátny vrch nad Banskou Štiavnicou, je známe nielen svojimi panoramatickými výhľadmi, ale aj pre bohatú flóru. Jar tu býva čarovná – na lúčkach a okrajoch lesov nájdete celé koberce snežienok. Počas prechádzky sa môžete zastaviť aj pri tajchoch, ktoré dodávajú krajine nezameniteľnú atmosféru.

Tip: Z prírody zájďte na kávu a koláčik do niektorej zo skvelých štiavnických kaviarní.

Prečítajte si aj: Užite si Banskú Štiavnicu z nadhľadu

Príspevok, ktorý zdieľa Boris Iglár (@borisiglar\_landscapes)

### 2. Slovenský kras – Domica

Národný park Slovenský kras ponúka nielen jaskyne, ale aj bohaté lesy, kde na jar kvitnú snežienky. Prechádzka okolo jaskyne Domica, zapísanej na zozname UNESCO, je ideálnou kombináciou prírodných krás a historických zaujímavostí.

Tip: Spojte výlet so spoznávaním krasových útvarov a pozorujte, ako sa príroda prebúdzá aj v tiesňavách a na krasových planinách.

Príspevok, ktorý zdieľa Pavol Timko [↔](#) [📷](#) [👤](#) (@pali65)

### 3. Chočské vrchy – Prosiecka dolina

Ak máte radi dobrodružnejšie trasy, Prosiecka dolina poskytuje aj tento aspekt prechádzky. Tu sa prírodné scenérie menia s každým krokom a jar zanecháva svoje čarovné stopy. Snežienky často nájdete na slnečných miestach pri chodníkoch a potokoch. Hoci tu na severe sa snežienky objavujú kvôli zime omnoho neskôr.

Tip: Nezapadnite si pevnú obuv – prechod dolinou pozostáva z lávok a v tomto období ešte klzkých skál.

Príspevok, ktorý zdieľa [📷](#) [👤](#) Luca fotí [🌐](#) (@luca\_foti\_)

### 4. Malé Karpaty – Zochova chata

Okolie Zochovej chaty je obľúbeným cieľom prechádzok a rodinných výletov. Na jar sú miestne lesy plné snežienok, ktoré vytvárajú krásne biele plátno na zemi. Po prechádzke si môžete oddýchnuť v blízkej turistickej chate a ochutnať miestne špeciality.

Tip: Skúste si naplánovať piknik priamo v prírode – jar v Malých Karpatoch vie očariť.

Prečítajte si aj: Horským bicyklom po hrebeni Malých Karpát

Príspevok, ktorý zdieľa J. M. (@j\_.m.c)

### 5. Strážovské vrchy – Čičmany

Malebná dedinka Čičmany je známa svojou ľudovou architektúrou, no okolitá príroda skrýva aj poklady ako snežienky. Prechádzka po strážach a lesoch vám ukáže, aká bohatá je miestna flóra.

Tip: Po návrate do dediny si doprajte prehliadku tradičných maľovaných dreveníc a ochutnajte tradičné špeciality v miestnych hostincoch.

Príspevok, ktorý zdieľa Alina Pazzetti-Petrech (@alinapazzetti)

### 6. Kysuce – Veľká Rača

Lesy a lúky Kysúc sú na jar plné života a snežienky tu nájdete takmer všade. Výlet na Veľkú Raču je skvelou voľbou pre aktívnych turistov, ktorí si chcú užiť nielen kvitnúce kvety, ale aj výhľady na slovenské a poľské vrchy.



Tip: Po výlete sa zastavte na salaši a ochutnajte domáce syry či žinčicu.

Príspevok, ktorý zdieľa Výlety pro každého (@vyletyprokazdeho)

#### 7. Poloniny – Stužica

Najvýchodnejší kút Slovenska je známy svojimi prastarými lesmi a unikátnou biodiverzitou. V Stučickom pralese, ktorá je súčasťou Národného parku Poloniny, kvitnú snežienky na jar spolu s ďalšími vzácnymi rastlinami. Toto miesto je rajom pre milovníkov divokej prírody.

Tip: Zoberte si ďalekohľad – v Poloninách môžete spozorovať nielen snežienky, ale aj vzácne druhy vtákov.

Príspevok, ktorý zdieľa Katedra Biológie Rastlín **UPJŠ** (@katedrabiologierastlinupjs)

#### 8. Liptovská Mara – Havránok

Okolie Liptovskej Mary je ideálne pre rodinné výlety. Pri prechádzkach v okolí archeoskanzenu Havránok natrafíte na snežienky roztrúsené na okrajoch lesov a lúk.

Tip: Spojte výlet s návštevou skanzenu a prežite kúsok histórie pri nádhernej jarnej scenérii.

Prečítajte si aj: 3 tipy na cyklotrasy na Liptove