

KATEDROVNÍK SOCIÁLNYCH SLUŽIEB A PORADENSTVA

časopis Katedry sociálnych služieb
a poradenstva Fakulty sociálnych vied
Univerzity sv. Cyrila a Metoda v Trnave



štvrtročník

júl/ august /september 2021

číslo 3

ročník II.



***KATEDROVNÍK sociálnych služieb a poradenstva* - vydáva Katedra sociálnych služieb a poradenstva**

ŠÉFREDAKTORI: doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof., PhDr. Lenka Stanová, PhD.

REDAKČNÁ RADA:

predseda: PhDr. Zuzana Draková, PhD.

podpredseda: PhDr. Darina Kubíčková, PhD., PhDr. Mgr. Andrej Martoš, MBA

členovia: PhDr. Mgr. Andrej Hrnčárik, PhD., Mgr. Erika Ochabová, Mgr. Erika Štangová, Mgr. Michaela Vaceková, Mgr. Emma Valigurská

recenzenti: PhDr. Michal Imrovič, PhD., PhDr. Katarína Hrnčárová

grafická a internetová úprava: PaedDr. Monika Orlíková, PhD., PhDr. Mgr. Andrej Martoš, MBA

tlač: PhDr. Mgr. Andrej Martoš, MBA

AKTUALITY

Príhovor vedúcej Katedry sociálnych služieb a poradenstva

Ani sme sa nenazdali a už je tu nový akademický rok 2021/2022. Minulý akademický rok 2020/2021 sme spoločne prežili dištančné vzdelávanie, ktoré sa realizovalo na základe mimoriadnych opatrení. Pre pandémiu COVID-19 sa výučba presunula k nám domov, prispôbili sme sa vzdelávaniu na diaľku. Všetci sme to spoločne úspešne zvládli. Vedenie univerzity, vedenie fakulty v sťažených podmienkach plnili úlohy, ktoré vyplývali z dlhodobého zámeru univerzity, fakulty. Poďakovanie patrí aj všetkým pedagógom, ktorí urobili maximum v prospech rozvoja našej Fakulty sociálnych vied.



Stojíme na prahu ďalšej vlny pandémie, jej globálny vývoj nevieme ovplyvniť. V tejto náročnej, ťažkej dobe je potrebné sa správať zodpovedne. V minulom akademickom roku môžeme konštatovať, že sme na Katedre sociálnych služieb a poradenstva urobili veľa. Treba však urobiť ešte viac ...

Ďakujem Vám, milí pedagógovia a študenti za prácu vykonanú v minulom akademickom roku. Pevne verím, že úlohy, ktoré pred nami stoja, spoločnými silami zvládneme.

Vážení kolegovia, prajem Vám v novom akademickom roku veľa osobných a pracovných úspechov.

Milí študenti, prajem Vám veľa študijných úspechov, entuziazmus a pevné priateľstvá.

Všetkým želám hlavne pevné zdravie, nech je akademický rok 2021/2022 pre nás všetkých úspešný.

doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof.



AKTUALITY

Realizácia výskumu Katedry sociálnych služieb a poradenstva - 16. - 20. august 2021

Katedra sociálnych služieb a poradenstva FSV UCM v Trnave získala finančnú podporu z APVV na projekt s názvom *Environmentálna spravodlivosť v kontexte sociálnej práce*. Realizácia projektu začala 01.07.2021 a jeho riešenie bude ukončené 30.06.2025. Cieľom projektu je zistiť, ako sa žije ľuďom v obciach, resp. lokalitách, ktoré bojujú s väčšími ekonomickými, sociálnymi či environmentálnymi problémami. Naplnenie cieľov projektu predpokladá realizáciu terénneho výskumu, ktorý katedra odštartovala v dňoch 16.-20.08.2021.



V týchto dňoch sa interné doktorandky Katedry sociálnych služieb a poradenstva, Mgr. Michaela Vaceková a Mgr. Erika Ochabová, spolu s prof. PhDr. Mgr. Janou Levickou, PhD. zúčastnili terénneho výskumu v Prešovskom kraji. V rámci prvej etapy výskumu navštívili študentky spolu s profesorkou obec Chminianske Jakubovany, ktorá má v súčasnosti 2455 obyvateľov. Z daného počtu obyvateľov žije v rómskych osadách približne 2068

Rómov. Z dôvodu toho, že mnohí z Rómov nie sú evidovaní na obecnom úrade ich počet nie je presný. Predpokladáme teda, že reálny počet Rómov žijúcich v osadách je v súčasnosti ešte vyšší. V rámci osady Chminianske Jakubovany je nagenovaných viacero sociálnych problémov, ktorých spoločným menovateľom je extrémna chudoba.



AKTUALITY



Druhou navštívenou obcou v rámci výskumu bola obec Nižný Hrabovec, ktorá na prvý pohľad predstavuje krásnu a prosperujúcu obec, ktorú sa pani starostka spolu s jej obyvateľmi snažia zveľaďovať. V úzadí na pohľad krásnej obce stojí veľká environmentálna záťaž, ktorá predstavuje riziko nielen pre obyvateľov obce, ale aj pre širšiu verejnosť. Túto environmentálnu záťaž spôsobujú dve odkaliská, ktoré sa nachádzajú v blízkosti obce, a to odkalisko Poša a odkalisko Bukocel.

Odkalisko Poša

V roku 1977 bola vybudovaná 16 metrová homogénna zemná hradza so skladovacím priestorom pre uskladnenie popolčeka a strusky z teplárne závodu Chemko Strážske. Popolček sa od roku 1981 začal naplavovať na odkalisko Poša. Na riedenie bola používaná odpadová voda, v ktorej sa nachádzali PCB a iné nebezpečné látky. Dochádzalo tak k silnému toxickému zamoreniu nádrže, podzemnej vody a širokého okolia. Hlavným kontaminantom je arzén, ktorý sa do povrchových tokov Kyjov a Ondava dostáva vylúhovaním z materiálu odkaliska.



V roku 2020 bol v tejto lokalite zrealizovaný podrobný geologický prieskum životného prostredia, pričom odkalisko zostalo naďalej v prevádzke. Pre výrazné znečistenie vôd na vodnom toku Kyjov udelila Slovenská inšpekcia životného prostredia (SIŽP) prevádzkovateľovi odkaliska povinnosť vyčistenia odpadovej vody vypúšťanej do odkaliska Poša. Prevádzkovateľ odkaliska využíva od apríla 2021 na filtráciu tejto vody zeolit, čím naplnil

opatrenia stanovené SIŽP len čiastočne. Na riešení problémovej situácie intenzívne spolupracujú tri okolité obce, a to obec Poša, obec Nižný Hrabovec a obec Nižný Hrušov. V súčasnosti je vypúšťanie odpadových vôd z čistiarne Chemko Strážske do odkaliska Poša zastavené, no celkový problém je stále nedoriešený.

AKTUALITY



Pridanou a neplánovanou hodnotou terénneho výskumu bola aj návšteva novo otvorenej prevádzky obecného sociálneho podniku Hrabovčan s.r.o., r.s.p. so zameraním na výrobu a predaj cestovín, pirohov a tiež predaj zmrzliny a zákuskov, ktorá je otvorená od 26.07.2021. Obecný sociálny podnik Hrabovčan, s.r.o. realizuje svoju činnosť od júla 2019 so zameraním na stavebné práce, no už pri jeho slávnostnom otvorení

mala starostka obce, Mgr. Marcela Pčolinská, víziu o rozšírení činnosti podniku. Činnosti podniku boli postupne rozširované zo stavebných prác cez záhradníctvo, kvetinárstvo až po výrobu a predaj domácich cestovín a pirohov. Tento sociálny podnik vznikol zásluhou starostky obce Nižný Hrabovec, ktorá sa snaží riešiť nezamestnanosť v obci a neustále hľadá možnosti zamestnania mužov a žien.



Terénny výskum našej katedry bude pokračovať v Košickom kraji.

*Interné doktorandky KSSaP FSV UCM v Trnave
Mgr. Michaela Vaceková, Mgr. Erika Ochabová
a prof. PhDr. Mgr. Jana Levická, PhD.*

AKTUALITY

Štátne záverečné skúšky - 26. august 2021

Na Katedre sociálnych služieb a poradenstva sa konali dňa 26. augusta 2021 štátne záverečné skúšky – bakalárske a magisterské, ktoré sa konali prezenčnou formou pri dodržiavaní prísnych protiepidemiologických opatrení. Ustanovená bola jedna komisia, ktorej predsedom komisie bola prof. PhDr. Mgr. Jana Levická, PhD. a ostatní členovia komisie boli PhDr. Lenka Stanová, PhD. , PaedDr. Monika Orliková, PhD. , PhDr. Zuzana Draková, PhD. Tajomník komisie bola Mgr. Emma Valigurská. Študenti prezentovali svoje bakalárske a diplomové práce, ktoré si museli pred komisiou obhájiť. Druhá časť štátnych skúšok pozostávala z ústnej skúšky zo sociálnych služieb a štátna skúška zo sociálneho poradenstva.

Blahoželáme!



Mgr. Emma Valigurská

AKTUALITY

Prijímacie pohovory na doktorandské štúdium – PhD. – 26. august 2021

Dňa 26. augusta 2021 sa uskutočnili prijímacie pohovory na doktorandské štúdium v odbore Sociálna práca – študijný program Sociálna politika. Komisia pracovala v zložení:

Predseda komisie: prof. PhDr. Mgr. Jana Levická, PhD.

Členovia komisie: doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof.

PhDr. Michal Imrovič, PhD.

PhDr. Lenka Stanová, PhD.

Tajomníčka: PhDr. Zuzana Draková, PhD.

Boli prijatí dvaja uchádzači, ktorí preukázali odborné vedomosti, vedeli sa orientovať v danej problematike. Vedeli komunikovať aj v anglickom jazyku.

Prijatí uchádzači:

Mgr. Katarína Gerháťová

Téma: Prínos informačných technológií pre prácu so seniormi

Školiteľ: doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof.

Mgr. Erik Hrabovský

Téma: Dopady toxického dedičstva na Hornej Nitre v kontexte sociálnej práce

Školiteľ: prof. PhDr. Mgr. Jana Levická, PhD.



BLAHOŽELÁME

PhDr. Mgr. Andrej Hrnčárík, PhD.

AKTUALITY

Katedrová porada – 26. august 2021

Dňa 26. augusta 2021 zasadali členovia Katedry sociálnych služieb a poradenstva. Cieľom bolo zhodnotiť priebeh štátnych záverečných skúšok. Zároveň sa vyhodnotil akademický rok 2020/2021.



PhDr. Lenka Stanová, PhD.

AKTUALITY

Harmonogram štúdia v bakalárskych, magisterských a doktorandských študijných programoch v akademickom roku 2021/2022

Bakalárske štúdium Zimný semester akademického roka 2021/2022

Zápis na štúdium

Elektronický predzápis študentov do ďalších rokov štúdia.....	jún 2021
Zápis študentov do ďalších rokov štúdia	september 2021
Slávnostné otvorenie akademického roka 2021/2022	20. 09. 2021
Slávnostná imatrikulácia študentov	november 2021
Uvítací deň pre študentov 1. ročníka	september 2021

Zimný semester pre nekončiacich študentov

Výučba (13 týždňov)	21. 09. 2021 – 18. 12. 2021
Prázdniny	20. 12. 2021 – 31. 12. 2021
Skúškové obdobie	03. 01. 2022 – 05. 02. 2022

Zimný semester pre končiacich študentov

Výučba (10 týždňov).....	21. 09. 2021 – 27. 11. 2021
Skúškové obdobie pre končiacich študentov.....	29. 11. 2021 – 18. 12. 2021
Odovzdanie prihlášok na štátnu skúšku.....	do 18. 12. 2021
Odovzdanie záverečných prác k obhajobe (aj CRZP)*.....	do 03. 12. 2021
Štátne skúšky.....	17. 01. 2022 – 28. 01. 2022
(Na štátnu skúšku je potrebné sa prihlásiť aj v AIS-e.)	
Prázdniny	20. 12. 2021 – 31. 12. 2021
Promócie	február 2022

*** nie je možné podať žiadosť o predĺženie daného termínu**

Letný semester akademického roka 2021/2022

Letný semester pre nekončiacich študentov

Výučba (13 týždňov)	07. 02. 2022 – 07. 05. 2022
Prázdniny	14. 04. 2022 – 19. 04. 2022
Skúškové obdobie	09. 05. 2022 – 30. 06. 2022
Letné prázdniny	01. 07. 2022 – 31. 08. 2022

Letný semester pre končiacich študentov – I. termín

Výučba (10 týždňov).....	07. 02. 2022 – 13. 04. 2022
Prázdniny	14. 04. 2022 – 19. 04. 2022
Skúškové obdobie	20. 04. 2022 – 07. 05. 2022
Odovzdanie záverečných prác na obhajobu (aj CRZP)*.....	do 09. 04. 2022
Odovzdanie prihlášok na štátne skúšky.....	do 06. 05. 2022
Štátne skúšky.....	30. 05. 2022 – 30. 06. 2022
(Na štátnu skúšku je potrebné sa prihlásiť aj v AIS-e.)	
Promócie	jún - júl 2022

*** nie je možné podať žiadosť o predĺženie daného termínu**

Letný semester pre končiacich študentov – II. termín

Výučba (10 týždňov).....	07. 02. 2022 – 13. 04. 2022
Prázdniny	14. 04. 2022 – 19. 04. 2022
Skúškové obdobie	09. 05. 2022 – 30. 06. 2022
Odovzdanie záverečných prác na obhajobu (aj CRZP)*.....	do 01. 06. 2022
Odovzdanie záverečných prác na obhajobu (dočasne neobhájená práca na I. termíne) CRZP)*.....	do 15. 07. 2022
Odovzdanie prihlášok na štátne skúšky.....	do 30. 06. 2022

AKTUALITY

Štátne skúšky.....	09. 08. 2022 – 31. 08. 2022
(Na štátnu skúšku je potrebné sa prihlásiť aj v AIS-e.)	
Promócie	október 2022
* nie je možné podať žiadosť o predĺženie daného termínu	

Magisterské štúdium *Zimný semester akademického roka 2021/2022*

Zápis na štúdium

Elektronický predzápis študentov do ďalších rokov štúdia.....	jún 2021
Zápis študentov do ďalších rokov štúdia	september 2021
Slávnostné otvorenie akademického roka 2021/2022	20. 09. 2021
Slávnostná imatrikulácia študentov	november 2021
Uvítací deň pre študentov 1. ročníka	september 2021

Zimný semester pre nekončiacich študentov

Výučba (13 týždňov)	21. 09. 2021 – 18. 12. 2021
Prázdniny	20. 12. 2021 – 31. 12. 2021
Skúškové obdobie	03. 01. 2022 – 05. 02. 2022

Zimný semester pre končiacich študentov

Výučba (10 týždňov).....	21. 09. 2021 – 27. 11. 2021
Skúškové obdobie pre končiacich študentov.....	29. 11. 2021 – 18. 12. 2021
Odovzdanie prihlášok na štátnu skúšku.....	do 18. 12. 2021
Odovzdanie záverečných prác k obhajobe (aj CRZP)*.....	do 03. 12. 2021
Štátne skúšky.....	17. 01. 2022 – 28. 01. 2022
(Na štátnu skúšku je potrebné sa prihlásiť aj v AIS-e.)	
Prázdniny	20. 12. 2021 – 31. 12. 2021
Promócie	február 2022
* nie je možné podať žiadosť o predĺženie daného termínu	

Letný semester akademického roka 2021/2022

Letný semester pre nekončiacich študentov

Výučba (13 týždňov)	07. 02. 2022 – 07. 05. 2022
Prázdniny	14. 04. 2022 – 19. 04. 2022
Skúškové obdobie	09. 05. 2022 – 30. 06. 2022
Letné prázdniny	01. 07. 2022 – 31. 08. 2022

Letný semester pre končiacich študentov – I. termín

Výučba (10 týždňov).....	07. 02. 2022 – 13. 04. 2022
Prázdniny	14. 04. 2022 – 19. 04. 2022
Skúškové obdobie	20. 04. 2022 – 07. 05. 2022
Odovzdanie záverečných prác na obhajobu (aj CRZP)*.....	do 31. 03. 2022
Odovzdanie prihlášok na štátne skúšky.....	do 06. 05. 2022
Štátne skúšky.....	30. 05. 2022 – 30. 06. 2022
(Na štátnu skúšku je potrebné sa prihlásiť aj v AIS-e.)	
Promócie	jún - júl 2022
* nie je možné podať žiadosť o predĺženie daného termínu	

Letný semester pre končiacich študentov – II. termín

Výučba (10 týždňov).....	07. 02. 2022 – 13. 04. 2022
Prázdniny	14. 04. 2022 – 19. 04. 2022
Skúškové obdobie	09. 05. 2022 – 30. 06. 2022
Odovzdanie záverečných prác na obhajobu (aj CRZP)*.....	do 01. 06. 2022
Odovzdanie záverečných prác na obhajobu (dočasne neobhájená práca na I. termíne) CRZP)*.....	do 15. 07. 2022
Odovzdanie prihlášok na štátne skúšky.....	do 30. 06. 2022

AKTUALITY

Štátne skúšky..... 09. 08. 2022 – 31. 08. 2022
(Na štátnu skúšku je potrebné sa prihlásiť aj v AIS-e.)
Promócie október 2022
*** nie je možné podať žiadosť o predĺženie daného termínu**

Doktorandské štúdium Zimný semester akademického roka 2021/2022

Zápis na štúdium

Zápis študentov do 1. roka štúdia september 2021
Zápis študentov do ďalších rokov štúdia.....september 2021
Slávnostné otvorenie akademického roka 2020/2021 20. 09. 2021
Odovzdanie individuálneho študijného plánu na OAC..... do 02. 10. 2021
Prázdniny 20. 12. 2021 – 31. 12. 2021

Dizertačná skúška - 1. termín

Plánovaný termín dizertačnej skúšky..... február / marec 2022
Termín odovzdania projektov k DzS*..... do 15. 01. 2022
*** nie je možné podať žiadosť o predĺženie daného termínu**

Obhajoba dizertačnej práce - 1. termín (denné štúdium)

Termín obhajoby dizertačnej práce..... február / marec 2022
Termín katedrovej obhajoby..... 02. 11. 2021 – 30. 11. 2021
Termín odovzdania dizertačnej práce (CRZP)*..... do 10. 12. 2021
*** nie je možné podať žiadosť o predĺženie daného termínu**

Obhajoba dizertačnej práce - 1. termín (externé štúdium)

Termín obhajoby dizertačnej práce..... február / marec 2022
Termín katedrovej obhajoby..... 02. 11. 2021 – 30. 11. 2021
Termín odovzdania dizertačnej práce (CRZP)*..... do 10. 12. 2021
*** nie je možné podať žiadosť o predĺženie daného termínu**

Letný semester akademického roka 2021/2022

Zápis na štúdium

Zápis študentov do ďalších rokov štúdia..... 01. 02. 2022 – 10. 02. 2022
Prázdniny jarné..... 14. 04. 2022 – 19. 04. 2022
Prázdniny letné 01. 07. 2022 – 31. 08. 2022

Dizertačná skúška - 2. termín

Plánovaný termín dizertačnej skúšky..... 16. 05. 2022 – 03. 06. 2022
Termín odovzdania projektov k DzS*..... do 08. 04. 2022
*** nie je možné podať žiadosť o predĺženie daného termínu**

Obhajoba dizertačnej práce - 2. termín (denné štúdium)

Termín obhajoby dizertačnej práce..... 16. 05. 2022 – 03. 06. 2022
Termín katedrovej obhajoby..... 10. 01. 2022 – 31. 01. 2022
Termín odovzdania dizertačnej práce (CRZP)*..... do 25. 02. 2022
*** nie je možné podať žiadosť o predĺženie daného termínu**

Obhajoba dizertačnej práce - 2. termín (externé štúdium) august

Termín obhajoby dizertačnej práce..... 16. 05. 2022 – 03. 06. 2022
Termín katedrovej obhajoby..... 10. 01. 2022 – 31. 01. 2022
Termín odovzdania dizertačnej práce (CRZP)*..... do 25. 02. 2022
*** nie je možné podať žiadosť o predĺženie daného termínu**

AKTUALITY

Dizertačná skúška - 3. termín

Plánovaný termín dizertačnej skúšky..... 15. 08. 2022 – 31. 08. 2022

Termín odovzdania projektov k DzS* do 17. 06. 2022

*** nie je možné podať žiadosť o predĺženie daného termínu**

Obhajoba dizertačnej práce - 3. termín (denné štúdium)

Termín obhajoby dizertačnej práce..... 15. 08. 2022 – 31. 08. 2022

Termín katedrovej obhajoby..... 01. 04. 2022 – 30. 04. 2022

Termín odovzdania dizertačnej práce (CRZP)* do 17. 06. 2022

*** nie je možné podať žiadosť o predĺženie daného termínu**

Obhajoba dizertačnej práce - 3. termín (externé štúdium) august

Termín obhajoby dizertačnej práce..... 15. 08. 2022 – 31. 08. 2022

Termín katedrovej obhajoby..... 02. 05. 2022 – 31. 05. 2022

Termín odovzdania dizertačnej práce (CRZP)* do 17. 06. 2022

Promócie október 2022

*** nie je možné podať žiadosť o predĺženie daného termínu**

PhDr. Michal Imrovič, PhD.

Valné zhromaždenie AVSP- 08. september 2021



Dňa 08.09.2021 sa uskutočnilo Valné zhromaždenie Asociácie vzdelávateľov v sociálnej práci (AVSP), ktorého sa zúčastnili aj interné doktorandky Katedry sociálnych služieb a poradenstva FSV UCM v Trnave – Mgr. Michaela Vaceková, Mgr. Erika Ochabová a Mgr. Erika Štangová. Z dôvodu pretrvávania pandemickej situácie sa Valné zhromaždenie uskutočnilo hybridnou formou. Prezenčná časť valného zhromaždenia sa konala na Pedagogickej fakulte UMB v Banskej Bystrici a online forma sa realizovala prostredníctvom platformy Zoom. Občianske združenie AVSP je dobrovoľné združenie občanov so sídlom na Pedagogickej fakulte UMB v Banskej Bystrici. Jeho členkami a členmi sú fyzické a právnické osoby (vysoké školy), ktoré sa podieľajú na vzdelávaní v sociálnej práci na Slovensku. Valného zhromaždenia sa zúčastnili zástupcovia všetkých 10 fakúlt vysokých škôl ako aj jednotliví členovia a členky asociácie. V úvode stretnutia predseda AVSP, doc. PhDr. Ladislav Vaska, PhD., privítal všetkých členov AVSP, či už v priestoroch univerzity alebo v online priestore. Cieľom valného zhromaždenia bolo zhodnotenie 3-ročného funkčného obdobia (2018 – 2021) a voľby do štruktúr AVSP. AVSP sa za posledné roky pod úsilím a snahou všetkých členov stala dôstojným rovnocenným partnerom pre rezortné ministerstvá, zamestnávateľské organizácie, ale aj inštitúcie sociálnej práce, čo sa prejavilo aj vo viacerých spoluprách. Jednou z nich bola aj príprava Memoranda o spolupráci, ktoré bolo podpísané 16.11.2020 Ministrom práce, sociálnych vecí a rodiny SR - Milanom Krajniakom, predsedom AVSP - Ladislavom Vaskom a dekanmi jednotlivých fakúlt, na ktorých sa vyučuje odbor sociálna práca. Jeho cieľom je, aby spolupracujúce subjekty dokázali spoločným úsilím zmierniť dopady pandémie COVID-19 v zariadeniach sociálnych služieb a sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately, predovšetkým prostredníctvom dobrovoľníckych aktivít študentov VŠ v akreditovanom študijnom odbore sociálna práca. V závere zhromaždenia boli zhrnuté perspektívy rozvoja AVSP a otvorená diskusia členov asociácie. Bližšie informácie o novozvolených orgánoch AVSP a ďalšie informácie z jej života nájdete na <http://avspsr.weebly.com/>.



Mgr. Michaela Vaceková, interná doktorandka KSSaP FSV UCM v Trnave

AKTUALITY

Výjazdová katedrová porada: 9. – 10. september 2021

V dňoch 9. - 10. septembra 2021 sa uskutočnila výjazdová porada katedry. Išlo o prvú katedrovú poradu tohto typu a jej hlavným organizátorom pre tento ročník bol odborný asistent PhDr. Mgr. Andrej Hrnčárik, PhD.

Pre výjazdovú katedrovú poradu sme si vybrali areál chaty Trubárka v Kubrici neďaleko mesta Trenčín, ktorá je obklopená krásnou prírodou. Jej poloha a tiché prostredie sú ideálnym miestom pre teambuilding. Naprieč okolitých hôr vedú cyklotrasy s rôznym stupňom

náročnosti, ktoré ponúkajú dych vyrážajúce pohľady na scenériu všadeprítomnej zelene a Trenčiansky hrad. Neďaleko ubytovania sa rozprestierajú rybníky, kde sa dajú ochutnať rôzne rybacie špeciality. Počas pobytu sme mali možnosť nie len kreatívne pracovať, ale načerpať aj množstvo pozitívnej energie z príjemného prostredia do nového akademického roka. Cieľ výjazdovej porady katedry bol aspoň na chvíľu zabudnúť na nepriaznivú celosvetovú situáciu spojenú s pandémiou COVID-19 a na pracovný stres. Zároveň išlo o utuženie vzájomných vzťahov, posilnenie dôvery, tímového ducha a zlepšenie spolupráce.



Program porady bol pestrý, postavený na zážitkoch s cieľom maximálneho využitia času a priestoru. Kombinácia indoorových a outdoorových aktivít priniesla nielen dynamický charakter a zábavu, ale aj naplnenie vopred stanovených tímových cieľov. Hneď na úvod všetkých kolegov a hostí srdečne privítala vedúca katedry doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof. Pozvanie medzi nás prijali ctení hostia Ing. Iveta Novomestská z Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny SR, 1. zástupca mesta Považská Bystrica PhDr. Peter Mát'oš, PhD. a starosta obce Košolná

PhDr. Martin Halaksa, PhD. (boli pozvaní aj kolegovia z FSV, ale ich pracovné povinnosti im neumožnili prísť).



AKTUALITY

Následne sa ku všetkým zúčastneným prihovoril aj prodekan pre rozvoj a marketing a zastupujúci prodekan pre výchovno-vzdelávaciu činnosť PhDr. Michal Imrovič, PhD. Počas prvého dňa sme okrem preberania pracovných povinností, rokovania o projektovej činnosti katedry, plánovania aktivít a harmonogramu na nový akademický rok absolvovali aj športové popoludnie, ktoré pripravila tajomníčka katedry PaedDr. Monika Orliková, PhD.



Tu sa preukázal športový duch a súťaživosť jednotlivých členov katedry. Po precvičení tela športovými aktivitami nasledovala časť precvičenia mozgu hravou formou, ktorú pre svojich kolegov zostavila PhDr. Zuzana Draková, PhD.

Aktivita s názvom Cvičme si mozog spočívala v logických úlohách, hádankách či vypíňaní tematickej tajničky, kde sme mali možnosť vidieť efektívnu tímovú spoluprácu. Po aktívnom celodennom programe obohatenom o výbornú gastronómiu nasledovala netradičná degustácia omšových vín v podaní doc. ThDr. Juraja Sedláčka, PhD., DiS., ktorý nám priblížil príbehy jednotlivých vzoriek vín. Mali sme možnosť ochutnať aj víno, ktoré pije samotný pápež.

Zároveň nás púťavou prezentáciou vtiahol do veľkolepých príprav k prijatiu pápeža Františka, ktorý v priebehu nasledujúceho týždňa navštívil našu krásnu krajinu - Slovensko. Priblížil nám proces prípravy rúcha pre pápeža, ktoré zhotovila jeho sestra.



AKTUALITY

Druhý deň sa niesol v znamení enviromentalistiky. Z chaty Trubárka sme sa vybrali do krásneho prostredia Kyselky, ktorá sa nachádza mimo rušného mesta v tichom prostredí na okraji lesa a je známa liečivým minerálnym prameňom blahodarne pôsobiacim na celý organizmus človeka.



Táto moderná forma porady katedry bola výborným prostriedkom pre upevnenie kolektívu. Stretnutie sa nieslo v príjemnom duchu, kde nechýbala dobrá nálada, zábava a pozitívna atmosféra. Všetkým členom katedry a našim hosťom sa akcia veľmi páčila, odnášali si z nej množstvo pekných zážitkov, takže už teraz môžeme povedať, že výjazdové porady budeme usporadúvať pravidelne.



Milí čitatelia, dovoľte, aby som sa touto cestou poďakovala našej vedúcej Katedry sociálnych služieb a poradenstva doc. PhDr. Mgr. Oľge Bočákovej, PhD., mim. prof. za úžasný nápad zorganizovať výjazdovú poradu mimo obvyklého pracoviska, ktorá po dlhých a náročných mesiacoch izolácie a odlúčenia bola pre všetkých zúčastnených balzomom na dušu.

PhDr. Zuzana Draková, PhD.

AKTUALITY



Vážení členovia katedry,
srdečne Vás pozývam **na prvý výjazdovú katedrovú poradu**
Katedry sociálnych služieb a poradenstva,
ktorá sa uskutoční v termíne **09.-10.09.2021** v Trenčíne - Kubrici.



Ubytovanie

Chata Trubárka, Kubrická 227/77, Trenčín



Program

09. september 2021 (štvrtok)

11:00 hod. - príchod účastníkov, ubytovanie

12:00 hod. - obed

13:00 hod. - 15:30 hod. - zasadnutie Katedry sociálnych služieb

a poradenstva s programom *Diseminácia výsledkov projektov Katedry sociálnych služieb a poradenstva a projektov FPPV UCM:*

1. zhodnotenie končiacich projektových činností:
 - Relaxačné techniky pre seniorov – hlavná riešiteľka
 - Sexizmus v pomáhajúcich profesiách – hlavná riešiteľka
 - Občianska spoločnosť – hlavný riešiteľ
2. vystúpenie k projektovej činnosti -
 - o Ing. Jozef Hudák, PhD., MBA (Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR)
 - o Ing. Iveta Novomestská (Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR – Odbor horizontálnych princípov)
 - o PhDr. Martin Halaksa, PhD. (starosta obce Košolná)
 - o PhDr. Peter Máťoš, PhD. (1.zástupca primátora Mesta Považská Bystrica)
3. harmonogram nového akademického roka 2021/2022 (doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD. mim. prof., PhDr. Michal Imrovič, PhD.)

15:30 hod. - 16:00 hod. - coffee break

16:00 hod. - 17:30 hod. - športové aktivity, relaxačné techniky

(PaedDr. Monika Orliková, PhD.) a Cvičme si mozog (PhDr. Zuzana Draková, PhD.)



AKTUALITY

18:00 hod. - večera
19:00 hod. - posedenie pri degustácii omšových vín (doc. ThDr.
Juraj Sedláček, PhD., Dis.) + kto čo prinesie
22.00 hod. -



10. september 2021 (piatok)

08:30 hod. - raňajky
09:30 hod. - zhodnotenie
10:00 hod. - odchod z chaty Trubárka
→ zastávka v Kiosk Kubrica (environmentalistika) +
občerstvenie v prírode (pozýva vedúca katedry SOSL),
individuálny odchod domov



Tešíme sa na Vašu účasť!

*doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., prof. mim.
vedúca Katedry sociálnych služieb a poradenstva*

*PhDr. Mgr. Andrej Hrnčárik, PhD.
organizátor prvej výjazdovej katedrovej porady*



AKTUALITY

Program:

1. Projektová činnosť – končiace projekty v decembri 2021 na Katedre sociálnych služieb a poradenstva

- KEGA 019UCM-4/2020: Relaxačné techniky a pohybové aktivity ako východisko pre skvalitnenie foriem odbornej praxe študentov v zariadeniach sociálnych služieb – hlavná riešiteľka doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof. stručne zhodnotila aktivity v rámci daného projektu. Boli vydané publikácie Relaxačné techniky a pohybové aktivity ako východisko zvyšovania kvality života seniorov (Bočáková, O. - Petriková Rosinová, I. – Orliková, M.) a Pohybové aktivity a relaxačné techniky pre seniorov (Orliková, M. – Bočáková, O.)
- Pre seniorov bola zorganizovaná odborná konferencia v Dolnej Krupej dňa 17.06.2021 s názvom Zdravý životný štýl a seniori: zdravá výživa a relaxačné techniky, kde im boli publikácie odovzdané. K danému projektu sa vyjadrila aj PhDr. Darina Kubíčková, PhD. – členka riešiteľského kolektívu.
- VEGA 1/0708/19: Sexizmus v pomáhajúcich profesiách? – hlavná riešiteľka PhDr. Lenka Stanová, PhD. je dlhodobo PN, referovala jej zástupkyňa doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof. V tlači je vedecká monografia s názvom Rodová rovnosť a výskumné reflexie rodového vnímania (Bočáková, O. - Stanová, L.- Orliková, M.). Mládežnícka politika ako súčasť občianskej spoločnosti – hlavný riešiteľ PhDr. Michal Imrovič, PhD. informoval o plnení aktivít v rámci projektu.

Vedúca KSSaP informovala aj o ďalších projektoch, ktoré sa v súčasnosti realizujú:

- KEGA 009UCM-4/2021: Dejiny slovenskej sociálnej práce
- APVV-20-0094: Environmentálna spravodlivosť v kontexte sociálnej práce

Členovia katedry: prof. PhDr. Mgr. Jana Levická, PhD., doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof., PhDr. Zuzana Draková, PhD., PhDr. Mgr. Andrej Hrnčárik, PhD. sú zapojení aj do celouniverzitného projektu OPII-VA/DP/2020/9.4-01: Riešenie spoločenských ohrození v dôsledku pandémie ochorenia COVID-19. Doktorandky majú svoje projekty v rámci FPPV, ktoré nás informovali o tom, ako realizujú svoje projekty, tiež ako tieto projekty budú využité v rámci ich dizertačných prác. Externý doktorand PhDr. Mgr. Andrej Martoš, MBA informoval o projekte, ktorý realizuje v obci Nemčice na farme pre ľudí bez domova.



Vystúpenie hostí k projektovej činnosti

- PhDr. Martin Halaksa, PhD. (starosta obce Košolná) rozprával o projektoch v ich obci, v obci Košolná. Projekty sú zamerané na podporu zamestnanosti. Zdôraznil, že spolupráca s ÚPSVaR je nulová. Spomenul dobrovoľnícku činnosť, o ktorú nie je v obci dostatočný záujem.
- PhDr. Peter Máťoš, PhD. (1. zástupca primátora Mesta Považská Bystrica) informoval, že v meste majú špeciálny útvar ohľadne sociálnych vecí a projektovania. Zdôraznil,

AKTUALITY

že menšie obce si nemôžu dovoliť personálne obsadenie a financie na služby, ako veľké okresné mestá.

- Ing. Iveta Novomestská – vedúca horizontálnych princípov na Ministerstve práce, sociálnych vecí a rodiny SR oboznámila s projektovou činnosťou a ponúkla spoluprácu MPSVaR s FSV – konkrétne Katedrou sociálnych služieb a poradenstva. PhDr. Michal Imrovič, PhD. pozval Ing. Ivetu Novomestskú na Fakultu sociálnych vied s cieľom oficiálneho rokovania a bližšej spolupráce.

2. Druhá časť – zasadnutie členov Katedry sociálnych služieb a poradenstva (katedrová porada)

Táto porada už prebiehala bez pozvaných hostí a boli prítomní len členovia katedry. Úvodné slovo mala vedúca katedry doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof., ktorá oboznámila s dôležitými termínmi začatia akademického roka 2021/2022.

- Výučba začína 20.9.2021. O 11:00 hod. bude zahájenie akademického roka, prídú aj premiér SR Ing. Eduard Heger. V aule budú len rektor, prorektori, dekáni, prodekáni, predseda AS UCM, ocenení pedagógovia. Za našu katedru je ocenená prof. PhDr. Mgr. Jana Levická, PhD. a doc. PhDr. Peter Horváth, PhD. mim. prof. za Katedru verejnej správy. Prebehla diskusia ohľadne menovaných titulov na funkciu: profesora a docenta. Je to v prípade PhDr. Dariny Kubičkovej, PhD., ktorá je na funkcii docentky. Zákon však nepozná písomnú formu a tiež oslovenie. Čo sa týka mim. prof. to je zákonom ošetrované už aj v minulosti. Prináleží právo oslovovať profesor.
- Dňa 20.9.2021 o 13:00 hod. bude rigorózne konanie na našej katedre v dolnej zasadačke. Členovia rigoróznej komisie: predseda: doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof. Členmi budú: doc. ThDr. Juraj Sedláček, PhD., Dis., PhDr. Darina Kubičková, PhD., PhDr. Zuzana Draková, PhD. Tajomníčkou bude Mgr. Erika Štangová.
- V ten istý deň, 20.9. 2021 bude o 15:00 hod. školenie k online výučbe na BU 4.
- 21.9.2021 budú študenti v škole :
 - od 9:00 – 11:00 hod – Uvítanie študentov
 - od 11:00 – 13:30 hod. - prednáška doc. JUDr. Bystríka Šramela, PhD. – Základy práva pre študentov všetkých katedier
 - od 13:35 – 15:00 hod. – Úvod do štúdia BU 4 (po katedrách)Prítomní zo začiatku budú aj členovia katedry, predstaví ich PhDr. Michal Imrovič, PhD.
- 22.09. až 1.10.2021 – sa učí prezenčne, riadne podľa rozvrhu (potom sa prechádza na online výučbu podľa rozvrhu)
- 11.10.2021 – Slávnostné otvorenie Univerzity tretieho veku
- 14.10.2021 – Konferencia PUBLICY
- 20.10.2021 – Konferencia Skalka nad Váhom
- 28.10.2021 – Konferencia doktorandov
- 8. -14.11.2021 – Týždeň vedy a techniky
- 2.12.2021 – 10. výročie - oslava Fakulty sociálnych vied, má byť nové logo, prebiehajú prípravy

AKTUALITY

- Spomínal sa edičný plán, ktorý treba doplniť, aktualizovať
- Promócie študentov nebudú, dekan FSV UCM doc. PhDr. Jaroslav Mihálik, PhD. im odovzdá diplom
- Je príkaz používať doménové meno ucm.sk, týka sa to študentov, ale aj pedagógov. PaedDr. Monika Orlíková, PhD. všetkým študentom odošle mail s týmto oznamom používania len domény UCM.
- Bola vyslovená požiadavka od doc. PhDr. Michala Lukáča, PhD., ohľadne internátov, kto sa bude starať o študentov, ktorí budú v karanténe pre COVID-19. Ide o zahraničných študentov. Naša katedra poskytne pomoc študentom v rámci sociálnej pomoci, Fakulta zdravotníckych vied v Piešťanoch poskytne zdravotnícku pomoc (PhDr. Jana Stanová).
- Spomenulo sa Pastoračné centrum, ktoré sa má vytvoriť na UCM, malo by uzrieť svetlo sveta v dohľadnej dobe.
- Vyzdvihol sa význam Katedrovníka, ktorý má dobrú odozvu a je to skvelá propagácia katedry na verejnosti.
- Nakoľko je PhDr. Lenka Stanová, PhD. dlhodobo PN, rozdelia sa jej záverečné práce.
- Prodekan PhDr. Michal Imrovič, PhD. informoval, že ešte 16. a 17. 9. prebiehajú zápisy, presný počet študentov katedry povie v nasledujúcich dňoch.
- Informačné listy: ešte tieto píšeme po starom, posledný rok. Ich aktualizácia je potrebná do 30.9.2021. Treba tam uviesť aj spôsob hodnotenia, skúšania v rámci online výučby.
- Online výučba neznamená homeoffice, teda pedagógovia sú povinní prísť do práce podľa pokynov nadriadeného.
- Prof. PhDr. Mgr. Jana Levická, PhD. pripraví harmonogram dochádzky doktorandiek na pracovisko.
- Niektoré počítače nie sú funkčné, sú staré, treba ich vymeniť
- Prebehla diskusia k názvu: zosúladieniu študijného programu pre 3. stupeň PhD. Doteraz 3. stupeň PhD. niesol názov Sociálna politika. Vzhľadom k tomu, že sme odbor Sociálna práca, navrhla prof. PhDr. Mgr. Jana Levická, PhD. názov:
 1. Sociálna práca a sociálna starostlivosť
 2. Sociálne služby a ľudský rozvojK tomuto budú prebiehať pracovné stretnutia.

PhDr. Mgr. Andrej Hrnčárík, PhD.

AKTUALITY

Otvorenie akademického roku 2021/2022

Dňa 20. septembra 2021 bolo slávnostné otvorenie akademického roka 2021/2022. Vzhľadom na nepriaznivú pandemickú situáciu, šírenie Delta variantu koronavírusu, sa otvorenie akademického roka konalo v AULE v užšom kruhu. Ocenenými za našu Fakultu sociálnych vied boli:

doc. PhDr. Peter Horváth, PhD., mim. prof. – Cena rektora 2020 za významný prínos v pedagogickej, vedeckovýskumnej oblasti a rozvoj univerzity



prof. PhDr. Mgr. Jana Levická, PhD. – Plaketa - cena Jána Sambucusa

Oceneným srdečne blahoželáme!



PhDr. Darina Kubičková, PhD.

AKTUALITY

Rigorózne konanie – 20. september 2021

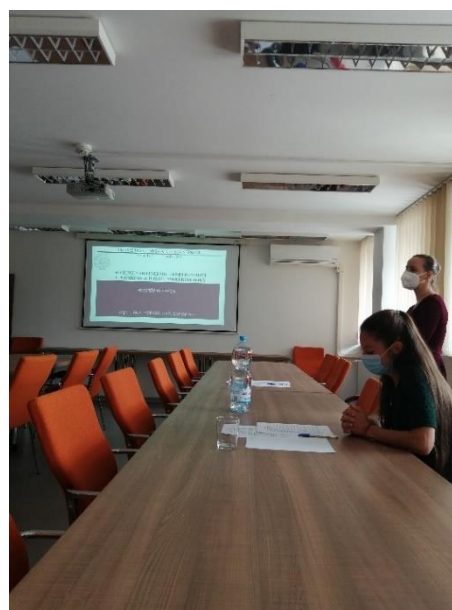
Dňa 20. septembra 2021 na Katedre sociálnych služieb a poradenstva sa konalo rigorózne konanie v študijnom programe Sociálne služby a poradenstvo. Rigorózne konanie sa uskutočnilo prezenčnou formou pri dodržaní protiepidemiologických opatrení.

Rigorózneho konania sa zúčastnili:

Mgr. Jana Horváthová, cand. merc.: *Riešenie vybranej sociálnej udalosti v podmienkach Slovenskej republiky*

Mgr. Andrea Lukačovičová: *Sociálne problémy mladých rodín v kontexte ekonomickej reality vo vybranom regióne*

Blahoželáme!



Mgr. Erika Štangová

AKTUALITY

Školenie pedagógov a doktorandov k dištančnému vzdelávaniu - 20. september 2021

Dňa 20. septembra sa na Katedre sociálnych služieb a poradenstva konalo školenie vysokoškolských pedagógov a doktorandov k dištančnému vzdelávaniu, pod vedením pána prodekana pre rozvoj a marketing a zastupujúceho prodekana pre výchovno-vzdelávaciu činnosť PhDr. Michala Imroviča, PhD. Cieľom školenia bolo rozšírenie už nadobudnutých poznatkov z predchádzajúcich školení.



Prodekanovi PhDr. Michalovi Imrovičovi, PhD. veľmi pekne ďakujeme za čas, ochotu a pomoc, ktorú nám poskytuje pri dištančnom vzdelávaní! ☺



Mgr. Erika Štangová

AKTUALITY

Uvítací deň študentov 1. ročníka – 21. september 2021

Dňa 21. septembra 2021 sme v priestoroch našej fakulty privítali študentov 1. ročníkov bakalárskeho štúdia všetkých katedier Fakulty sociálnych vied UCM v Trnave. Pri vstupe na akademickú pôdu ako milú pozornosť od nás dostali tričká vo fakultných farbách. Uvítací deň však predovšetkým slúžil na odovzdanie potrebných informácií našim študentom, aby sa jednoduchšie zorientovali v ich nastávajúcom vysokoškolskom štúdiu. Tie teda spočívali v základných informáciách o samotnej Univerzite sv. Cyrila a Metoda v Trnave, ktorej sme súčasťou. Ďalej o Fakulte sociálnych vied, jej fungovaní, príležitostiach, možnostiach a aktivitách, ktoré svojim študentom počas akademického roka ponúka.



Úvodné slovo patrilo doc. PhDr. Mgr. Oľge Bočákovéj, PhD., mim. prof. – predsedníčke Akademického senátu FSV UCM v Trnave. Predstavila akademický senát a študentom priblížila aj jeho úlohy. Uviedla, že na stredných školách je iniciatívnym a poradným samosprávnym orgánom Rada školy. Študentom popriala, aby ich oslovil študijný odbor, ktorý si vybrali a aby získali veľa priateľov a príjemných študentských zážitkov. Následne svoj príhovor predniesol aj dekan fakulty doc. PhDr. Jaroslav Mihálik, PhD., ktorý zároveň privítal nových študentov na pôde Fakulty sociálnych vied.

Informácie o štúdiu, jeho organizácii a potrebných počítačových programoch pre komunikáciu a dištančné vzdelávanie odprezentoval vo svojom vstupe prodekan pre rozvoj a marketing a zastupujúci prodekan pre výchovno-vzdelávaciu činnosť PhDr.

Michal Imrovič, PhD. Koordinátor pre mobility PhDr. Dalibor Mikuš, PhD. študentom predstavil možnosti štúdia v zahraničí prostredníctvom programu ERASMUS+, o ktorý študenti prejavili značný záujem. Popoludnie sa nieslo v znamení prehliadky priestorov Fakulty sociálnych vied, knižnice a jej jednotlivých katedier, kde si program pre svojich nových študentov pripravila už každá katedra osobitne. My sme sa v rámci tejto sekcie s našimi študentmi bližšie zoznámili, študentom boli predstavení všetci vyučujúci, s ktorými sa budú počas svojho štúdia stretávať v rámci prednášok.

Úvodné slovo patrilo vedúcej Katedry sociálnych služieb a poradenstva doc. PhDr. Mgr. Oľge Bočákovéj, PhD., mim. prof., ktorá nových študentov na katedre srdečne privítala a popriala im veľa šťastia v ich štúdiu v mene všetkých členov Katedry sociálnych služieb a poradenstva.

AKTUALITY

Študentom so špecifickými potrebami sa prihovorila PhDr. Darina Kubíčková, PhD., ktorá upriamila pozornosť aj na novú oddychovú a relaxačnú miestnosť, ktorá je k dispozícii študentom vo vstupných priestoroch fakulty. Možnosti absolvovania odbornej praxe študentom priblížila jej koordinátorka PhDr. Zuzana Draková, PhD., ktorá zároveň apelovala na jej význam v budúcom profesijnom živote.

Športové aktivity, ktoré sú každoročne organizované pre študentov počas akademického roka predstavila tajomníčka katedry PhDr. Monika Orlíková, PhD. Po úvodnom predstavení členov katedry si slovo zobral prodekan pre rozvoj a marketing a zastupujúci prodekan pre výchovno-vzdelávaciu činnosť PhDr. Michal Imrovič, PhD. a s novopečenými študentmi zrealizoval prvú prednášku s názvom "Úvod do štúdia".

Tešíme sa, že o štúdium na Katedre sociálnych služieb a poradenstva študenti prejavujú každý rok väčší záujem.

A tak našim novým prvákom želáme úspešný štart v novej etape ich života, pevné zdravie, veľa šťastia, entuziazmu a aby sa u nás cítili príjemne.



PhDr. Zuzana Draková, PhD.

AKTUALITY

Školenie o ochrane a spracovaní osobných údajov – 21. september 2021

V utorok 21. 9. 2021 sa všetci členovia Katedry sociálnych služieb a poradenstva FSV UCM v Trnave zúčastnili online školenia, ktoré bolo zamerané na Ochranu a spracovanie osobných údajov. Školenie bolo pripravené s Centrom informačných zdrojov. Prednášku viedol Ing. Róbert Polyacsek, z Technickej univerzity z Košíc, ktorý je členom výboru Spolku pre ochranu osobných údajov. Počas 3-hodinového školenia sa účastníci dozvedeli o Právach pri spracúvaní osobných údajov, ktoré sú upravené v Nariadení Európskeho parlamentu a Rady (EÚ) z 27. apríla 2016 č. 2016/679 o ochrane fyzických osôb pri spracúvaní osobných údajov a o voľnom pohybe takýchto údajov, ktorým sa zrušuje smernica 95/46/ES (všeobecné nariadenie o ochrane údajov) (ďalej len ako „GDPR“) a zákone č. 18/2018Z.z. o ochrane osobných údajov a o zmene a doplnení niektorých zákonov. Po skončení prednášky nasledovala diskusia, do ktorej sa zapojili viacerí účastníci so svojimi otázkami.

Členovia našej katedry si plne uvedomujú, že ochrana osobných údajov patrí do oblasti základných ľudských práv a slobôd, a preto aj vďaka informáciám, ktoré odzneli na prednáške bude ochrana osobných údajov naďalej jednou z priorit našej katedry.

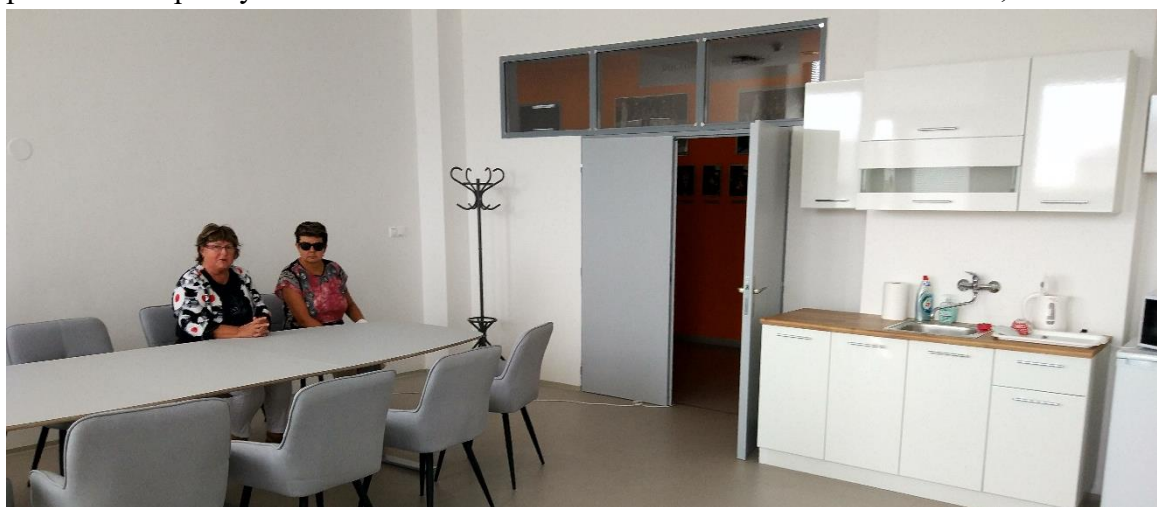


PaedDr. Monika Orliková, PhD.

AKTUALITY

Miestnosť pre študentov so špecifickými potrebami

Podnet na vybudovanie miestnosti pre študentov so špecifickými potrebami dali vedúca Katedry sociálnych služieb a poradenstva doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof. a fakultná koordinátorka pre študentov so špecifickými potrebami PhDr. Darina Kubičková, PhD. S potešením konštatujeme, že v novom akademickom roku 2021/2022 sa podarilo vybudovať miestnosť, ktorá bude slúžiť študentom so špecifickými potrebami. Miestnosť sa nachádza na prvom poschodí na Fakulte sociálnych vied na Bučianskej 4/A v Trnave. Spĺňa požiadavky a potreby študentov, má polohovateľné kreslo, kuchynský kútik, toaletu i spoločenskú časť, kde môžu tráviť čas naši študenti so špecifickými potrebami. Samotná realizácia myšlienky vytvoriť takýto priestor nebola jednoduchá, avšak v konečnom dôsledku sa ju podarilo naplniť. Vzhľadom k tomu, že empatia a dôstojný stánok sú veľmi dôležité pre život a kvalitu našich študentov, dnes môžeme povedať, že miestnosť poskytuje v úplnom rozsahu pohodlie a komfort pre tých študentov, ku ktorým príroda nebola celkom štedrá. Spolu s nimi sa tešíme z realizácie i my, pedagógovia a ostatní zamestnanci fakulty. Poďakovanie za realizáciu tejto relaxačnej miestnosti patrí rektorovi UCM prof. Ing. Romanovi Bočovi, DrSc., prorektorovi pre vzdelávanie doc. PhDr. Michalovi Lukáčovi, PhD., dekanovi FSV doc. PhDr. Jaroslavovi Mihálikovi, PhD. a prodekanovi pre rozvoj a marketing a zastupujúcemu prodekanovi pre výchovno-vzdelávaciu činnosť PhDr. Michalovi Imrovičovi, PhD.

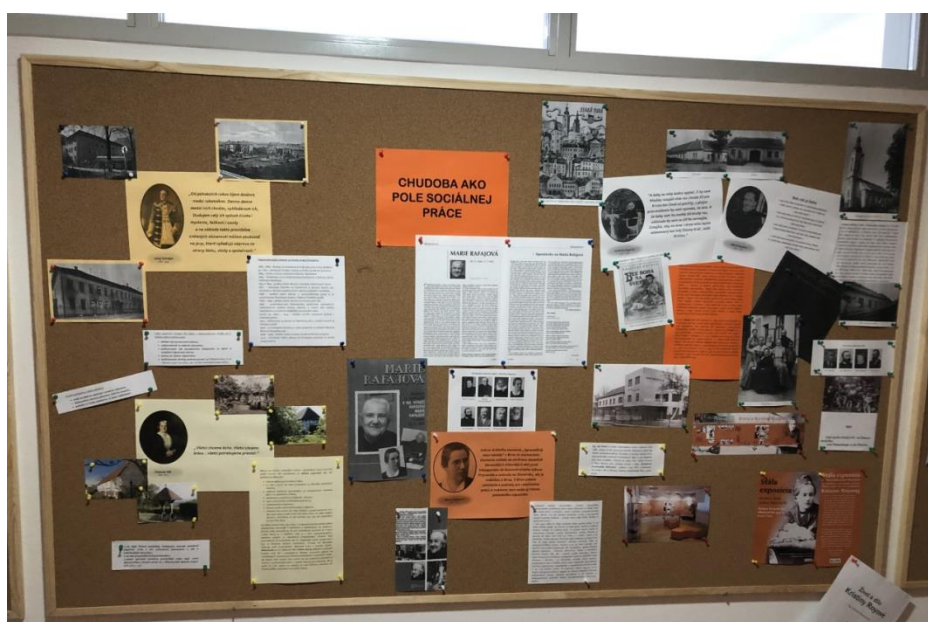


PhDr. Darina Kubičková, PhD.

AKTUALITY

Edukačný panel – Sociálna práca a sociálne služby

Na Katedre sociálnych služieb a poradenstva sme vytvorili Edukačné panely zamerané na sociálnu politiku, sociálne zabezpečenie, sociálnu prácu. V minulom čísle Katedrovníka sme predstavili Edukačný panel zameraný na sociálnu politiku, sociálne zabezpečenie. Predstavujeme Edukačný panel Sociálna práca a sociálne služby.



Mgr. Erika Ochabová

AKTUALITY

Dobrovoľníctvo ako forma sebarealizácie v sociálnej práci

„Aký môže byť deň krásny, keď sa ho dotkne vlídnosť“.

Naša interná doktorandka - Mgr. Erika Štangová je už viac ako 7 rokov dobrovoľníčkou v OZ Iskierka. Občianske združenie Iskierka pomáha zdravotne znevýhodneným mladým ľuďom zaradiť sa do bežného života a to nie len pri vzdelávaní, ale aj vo voľnom čase. V súčasnosti OZ Iskierka združuje 55 viacnásobne postihnutých mladých ľudí. Hlavným cieľom je poskytnúť mladým ľuďom priestor, ktorý je potrebný na to, aby získali základné zručnosti a sociálne schopnosti. Aby vnímali vlastnú hodnotu napriek svojim odlišnostiam. V septembri 2016 OZ Iskierka rozšírilo svoju činnosť a otvorilo Denný stacionár COMITAS. Jeho cieľom je poskytovať takú službu, ktorá vedie k podpore a udržaniu aktívneho života a k predĺženiu sebestačnosti užívateľov. Umožniť ako aj uľahčiť klientom dôstojné žitie v prirodzenom prostredí a odľahčuje rodiny, ktoré sa o odkázaného človeka starajú.

Občianske združenie Iskierka organizuje pravidelne každý rok letný rekondičný pobyt pre mladých ľudí so zdravotným znevýhodnením a ich rodičov. Týchto rekondičných pobytov sa zúčastňuje aj naša doktorandka - Mgr. Erika Štangová ako animátorka. Cieľom týchto rekondičných pobytov je obohatiť často jednotvárný život o nové dojmy, pocity, zážitky a skúsenosti a zároveň im pomáha integrovať sa do spoločnosti zdravých ľudí. Vďaka rekondičným pobytom majú rodičia možnosť oddýchnuť si, načerpať nové sily



a tráviť čas bez svojich detí.

„Sú to ľudia, na ktorých sa naozaj vždy teším a veľmi rada s nimi trávim čas. Občas spolu len tak sedíme, pijeme kávu a smežeme sa. Inokedy preberáme veci, ktoré ich trápia a nevedia si s nimi sami poradiť. Počas rekondičného pobytu sa venujeme rôznym aktivitám, a to najmä na základe vlastných záujmov a možností. Celý týždeň



tvoríme, športujeme, prechádzame sa, tancujeme, ale aj súťažime a dopĺňame si vedomosti z rôznych oblastí.

AKTUALITY

Títo mladí ľudia okolo seba neustále šíria dobrú náladu, sú vd'ační, úprimní a vd'aka nim je svet oveľa krajším a ľudskejším miestom. Keď prídete medzi nich zaplavia vás úsmevmi, objatiami a často aj letnými bozkami.“



Mgr. Erika Štangová

AKTUALITY

Dobrovol'níctvo

"Ahoj, volám sa Samko a mám 10 rôčkov. Pred časom si ma adoptoval jeden milý pán, ktorý však dostal cievnú mozgovú príhodu a nemohol sa ďalej o mňa starať. Tak som sa nešťastnou rukou osudu dostal späť do útulku a svoje dni trávim pozeraním na svet spoza mreží. Občas však príde jedna slečna, také malé šidlo a vezme ma preskúmať okolitý svet. Niekedy mám taký silný pocit, že bola v minulom živote psom, inak si neviem vysvetliť, ako sa naše duše mohli tak hlboko prepojiť. Rád ju aj s mojou kamoškou Daisy popreháňam a úplne najlepšie je, ak ide Daisy na celkom opačnú stranu ako ja, vtedy počujem hlasné zvuky. Pripomína mi to smiech, ktorý sa ozýva horami a lesmi a vtedy široko ďaleko všetci vedia, že sme na prechádzke s tou najlepšou parťáčkou. Vždy, keď sa toto naše spoločné dobrodružstvo končí a brána útulku sa opäť zatvára, neviem z nej spustiť oči. Nestihne ešte celkom ani odísť a už mi chýba."

PS: Pes, nejlepší přítel' člověka.. ❤️



PhDr. Zuzana Draková, PhD.

AKTUALITY

Hodina pre seniora

Vedeli ste o tom, že členovia Katedry sociálnych služieb a poradenstva sa zapojili do ďalšieho celoslovenského projektu „Hodina pre seniora“?

Projekt je určený pre cieľovú skupinu seniorov, konkrétne ide o klientov zariadení sociálnych služieb. Hlavnou myšlienkou tohto projektu je predovšetkým zmiernenie náročnej situácie vyplývajúcej z izolácie spojenej s dlhým odlúčením od svojich blízkych a rodinných príslušníkov počas pandémie COVID-19. Jeho realizácia spočíva v darovaní času - telefonovaním so seniorom v stanovenom čase a termíne.

Do projektu Hodina pre seniora sa zapojili nielen samotní členovia Katedry sociálnych služieb a poradenstva, ale aj jej študenti. Sme hrdí, že máme takých vnímavých študentov, ktorí majú otvorené srdcia, rozumejú ťažkej situácii a snažia sa ju tejto zraniteľnej cieľovej skupine ľudí uľahčiť.

Podporiť tento krásny projekt môžete aj Vy. Stačí, ak sa stanete dobrovoľníkom a začnete seniorom spríjemňovať ich voľné chvíle pravidelnými telefonátmi.

#HODINA PRE SENIORA

Účelom našej aktivity je nájsť dobrovoľníkov, ktorí venujú hodinu týždenne seniorovi zo zariadenia pre seniorov, ktorého im „pridelíme“.

Telefonicky sa budú kontaktovať vždy v pondelok alebo vo štvrtok v čase od 15:00 – 16:00.

info@hodinapreseniora.sk

#HODINA PRE SENIORA

Chceš darovať čas seniorovi, ktorý žije v domove pre seniorov a zavolať mu?
Ak áno, hľadáme teba!

AKO NA TO?

- 1 Napiš mail s kontaktom na info@hodinapreseniora.sk.
- 2 Do troch dní sa ti ozve.
- 3 Vyberáš si deň - pondelok alebo štvrtok - kedy budeš môcť v čase medzi 15:00 - 16:00 volať seniorovi.
- 4 Prepojíme Ťa na seniora.
- 5 Priebežne sa budeme kontaktovať, aby sme si povedali, ako sa vám darí.

#HODINA PRE SENIORA

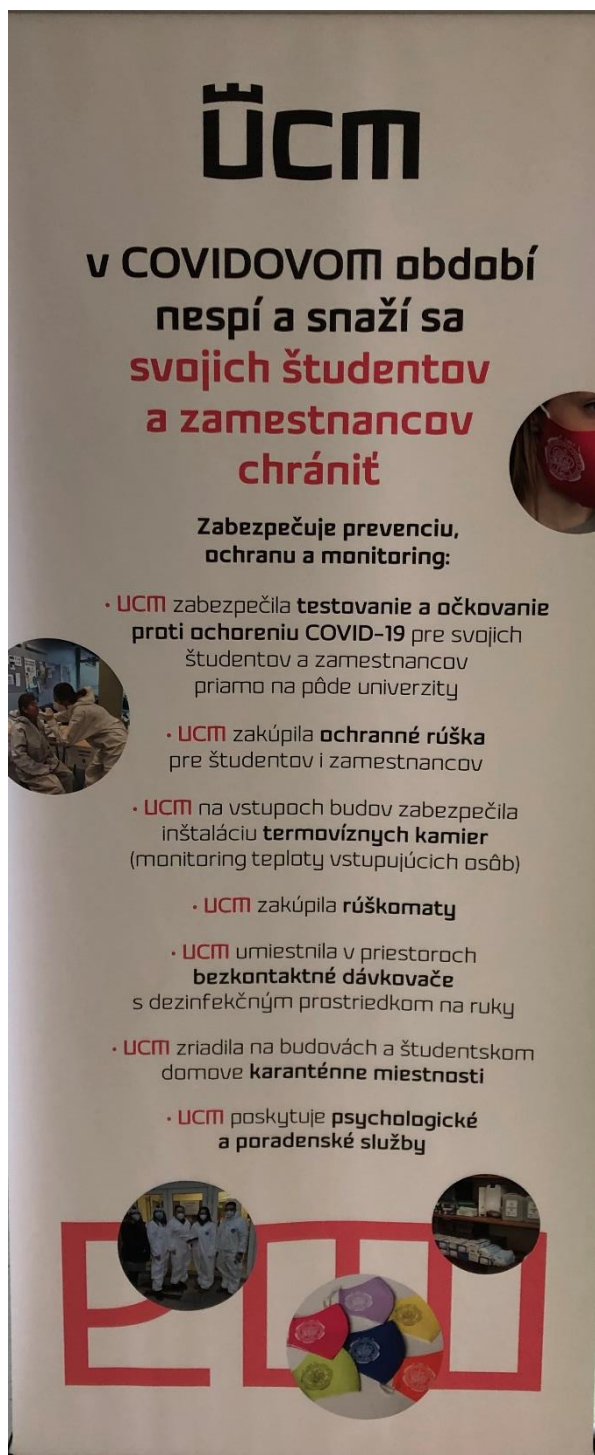
www.hodinapreseniora.sk

Robme radosť seniorom!

DARUJ SVOJ ČAS

PhDr. Zuzana Draková, PhD.

Zahranční študenti – vykonanie karantény



UCM

v COVIDOVOM období nespí a snaží sa svojich študentov a zamestnancov chrániť

Zabezpečuje prevenciu, ochranu a monitoring:

- UCM zabezpečila **testovanie a očkovanie proti ochoreniu COVID-19** pre svojich študentov a zamestnancov priamo na pôde univerzity
- UCM zakúpila **ochranné rúška** pre študentov i zamestnancov
- UCM na vstupoch budov zabezpečila inštaláciu **termovíznych kamier** (monitoring teploty vstupujúcich osôb)
- UCM zakúpila **rúškomaty**
- UCM umiestnila v priestoroch **bezkontaktné dávkovače** s dezinfekčným prostriedkom na ruky
- UCM zriadila na budovách a študentskom domove **karanténne miestnosti**
- UCM poskytuje **psychologické a poradenské služby**

Doc. PhDr. Michal Lukáč, PhD., prorektor pre vzdelávanie vyslovil požiadavku, ktorá sa týkala zahraničných študentov. Študentom zo zahraničia, ktorí študujú na našej Alma mater – Univerzite sv. Cyrila a Metoda v Trnave, je plánované umožniť vykonať karanténu v internátnom ubytovaní. Je tu potrebná spolupráca Fakulty sociálnych vied – Katedry sociálnych služieb a poradenstva s Fakultou zdravotníckych vied – Katedrou fyzioterapie, s lektorkou praxe PhDr. Janou Stanovou.

Vybraní študenti Katedry fyzioterapie Fakulty zdravotníckych vied v rámci odbornej praxe by boli v prvom kontakte so študentmi. Univerzita zabezpečí ochranné pomôcky: overal, rukavice, respirátor, dezinfekčné prostriedky ...Následne by vybraní študenti Katedry sociálnych služieb a poradenstva Fakulty sociálnych vied poskytli pomoc v rámci sociálnej starostlivosti: nákup potravín a liekov, zabezpečenie donášky stravy (hradia si zahraniční študenti v karanténe), poskytnutie literatúry z knižnice UCM v Trnave, vybavenie úradných záležitostí a iné. Aj študentom Katedry sociálnych služieb a poradenstva budú poskytnuté ochranné pomôcky: respirátor, rukavice, dezinfekčné prostriedky, ...

Po oznámení doc. PhDr. Michalom Lukáčom, PhD., že zahraničný študent sa nachádza v karanténe, koordinátorky prof. PhDr. Mgr. Jana Levická, PhD. a doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof. oslovia vybraných študentov a lektorku PhDr. Janu Stanovú.

Je potrebné v čase pandémie COVID-19 si pomáhať, predovšetkým tým, ktorí sú ďaleko od svojho domova a svojich blízkych.

doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof.

AKTUALITY

Netradičná oslava narodenín

V letnom období má naša kolegyňa PhDr. Zuzana Draková, PhD. narodeniny. Na tom by nebolo nič zvláštne, keby sa ich tento rok nerozhodla osláviť trochu netradičnejším spôsobom – pomocou druhým. O vzniku tohto šľachetného nápadu nám porozprávala v príjemnom rozhovore.

Povedzte nám, ako vznikol nápad osláviť svoje narodeniny takýmto netradičným spôsobom?

Ako rodina dlhé roky zbierame plastové vrchnáčky z PET fliaš, ktoré následne odovzdávame rodinám s ťažko zdravotne postihnutými detičkami, aby si mohli zabezpečiť potrebné pomôcky, na ktoré nemajú dostatočné finančné prostriedky. Bolo mi dopriate prežiť krásnych 28 rokov v plnom zdraví, za čo som nesmierne vďačná a uvedomujem si to každý deň. Preto celkom prirodzene vo mne pretrváva pocit pomôcť tam, kde je zdravie podlomené. Faktom je, že neustále kumulujeme vo svojich domácnostiach obrovské množstvo vecí, často krát celkom nepotrebných. V mojom prípade, keďže mám narodeniny v júli, kedy je vrchol leta, kvety v horúčavách rýchlo vädnú, bonboniéry sa topia a čo sa týka ostatných darčiek, nie každý sa trafi do Vášho vkusu. Preto som volila omnoho zmysluplnejšiu alternatívu darčeka, ktorý aj keď nebol určený priamo pre mňa, urobil mi nesmiernu radosť. Tí, ktorí ma poznajú vedia, že len v čase, keď robím niečo pre druhých som skutočne šťastná, takže to pochopili.

Ako ste túto myšlienku zrealizovali?

Jednoducho. Každému, kto mi chcel zagratulovať som povedala, aby nazbieral plnú nádobku plastových vrchnáčikov z PET fliaš a priniesol ich miesto darčeka na moju oslavu. Spoločne s mojou rodinou a priateľmi sa nám tak podarilo zaplniť takmer celé „Srdce pomoci“, ktoré je umiestnené v meste, v ktorom žijem. Snáď nemusím hovoriť, že to bol pre mňa ten najkrajší darček a úplne to najlepšie rozhodnutie, aké som mohla urobiť.

Akceptovali všetci gratulanti Vaše pranie?

Musím priznať, že nie. Samozrejme, že to niektorým nedalo a objavili sa aj spomínané "bonboniéry" (smiech). Ale väčšina priniesla aj vrchnáčky. Niektorí 10 kusov, niektorí plné vrece - každý podľa svojich možností a tomu bolo v mnohých prípadoch prispôbené aj kreatívne darčkové balenie. Priebežne mi posielali aj skutočne krásne narodeninové prania vyrobené práve z vrchnáčikov, takže bolo vidieť, že zbieranie ich bavilo.



AKTUALITY

Pre koho je určený výt'azok z odkúpenia vrchnákov z PET fliaš?

Na tejto pomoci sa mi veľmi páči, že je adresná a vy vždy podľa zverejnenej výzvy s konkrétnym príbehom presne viete, pre koho sa vrchnáčky zbierajú. Získané finančné prostriedky sú odovzdávané konkrétnym rodinám zvyčajne s ťažko zdravotne postihnutým dieťaťom. Srdiečka pomoci sa darí naplňať aj vďaka tomu, že vždy ide o rodinu s dieťaťom z nášho mesta, v ktorom sa mnohí navzájom poznáme, o to je zomknutie dobrých ľudí intenzívnejšie.



Viete, komu budú vrchnáčky z Vašej zbierky nápomocné?

Áno, tento krát ide o chlapca, ktorý mal na konci roka 2019 vážnu dopravnú nehodu a bol v kritickom stave. Z bdelej kómy sa mu však postupne tvrdou prácou a neutíchajúcou túžbou vrátiť sa späť do normálneho života podarilo dostať. Naďalej však potrebuje intenzívne rehabilitácie, ktoré mu výrazným spôsobom zlepšujú jeho celkový zdravotný stav, koordináciu tela a jemnú motoriku. Jeho dlhú a náročnú cestu sledujem od začiatku a úprimne sa teším z dosahovania jeho vytýčených cieľov. Verdikt lekárov "bdelá kóma do konca života" prelomil a dnes za pomoci fyzioterapeuta dokáže kráčať po vlastných nohách.



Ďakujeme za zrealizovanie krásnej myšlienky a touto cestou Zuzke prajeme všetko najlepšie.

PhDr. Mgr. Andrej Martoš, MBA

AKTUALITY

Dobré skutky je možné robiť každý deň ...

Dobré skutky je možné robiť každý jeden deň a verte, že ich podoba môže byť naozaj rozmanitá. Nechajte sa inšpirovať našimi typmi.



- ✓ *darujte krv*
- ✓ *vypnite sociálne siete a venujte sa svojej rodine*
- ✓ *prineste prebytočnú úrodu do zariadenia sociálnych služieb vo svojom okolí*
- ✓ *postarajte sa o domáce práce u svojich rodičov*
- ✓ *pokoste trávnik nevládnym susedom*
- ✓ *vyvenčíte psíka z blízkeho útulku*
- ✓ *pomôžte starým rodičom v záhrade*
- ✓ *podporte podnik vo Vašom meste/obci*
- ✓ *vyzbierajte odpadky na prechádzke v prírode*
- ✓ *šírte okolo seba pozitívnu náladu*

PhDr. Zuzana Dražková, PhD.

AKTUALITY

Úroda zo záhradky nielen pre radosť, ale aj ako dôležitý zdroj vitamínov

V krásnej malebnej obci pod Strážovskými vrchmi neďaleko mesta, z ktorého pochádzam máme víkendový rodinný dom so záhradou. Často sa nám stáva, že sa v jednom období urodí väčšie množstvo rovnakej sezónnej zeleniny alebo ovocia a jednoducho ich nedokážeme spotrebovať. A tak keď už upečiete rôzne druhy koláčov, urobíte džem, detské výživy, lečo, pozavárate čo sa dá, časť uložíte do mrazničky, niečo porozdávate a ešte stále Vám veľké množstvo úrody zostáva, skvelým riešením je podarovať ju detičkám do centier pre deti a rodiny, ktoré sa chutnému ovociu rozhodne vždy potešia. Alebo do blízkych zariadení sociálnych služieb, v ktorých zeleninu alebo ovocie určite radi privítajú najmä v tomto neľahkom období, kedy je prísun vitamínov v podobe ovocia a zeleniny potrebný viac ako inokedy.

Ja som tak malou troškou prispela aj tento rok, konkrétne do zariadenia pre seniorov v našom meste. Mnohí z klientov tohto zariadenia mali ešte pár rokov dozadu svoje vlastné záhradky a tak dokážu domácu úrodu oceniť. Vedia, koľko času, úsilia a energie si práca v záhrade alebo na poli vyžaduje. O to majú úprimnejšiu radosť, keď im z podarovaných produktov kuchárky pripravia niečo chutné k obеду alebo upečú voňavý koláčik ako piekli oni sami a tak sa vo svojich myšlienkach aspoň na okamih vrátia do starých dobrých časov, keď žili vo vlastných domácnostiach v kruhu svojich blízkych. Odovzdanie úrody, ku ktorej vypěstovaniu som sa sama pričínila ma nesmierne potešilo a zo zariadenia som odchádzala s dobrým pocitom, že som mohla aj takouto formou urobiť niekomu radosť.



PhDr. Zuzana Draková, PhD.

AKTUALITY

Pripravujeme

**Fakulta sociálnych vied
Univerzity sv. Cyrila a Metoda v Trnave**



Vás pozýva na

medzinárodnú vedeckú konferenciu doktorandov
a mladých vedeckých pracovníkov

"SOCIÁLNE VEDY Z PERSPEKTÍVY MLADÝCH VEDECKÝCH PRACOVNÍKOV VI."



**Téma konferencie:
Výzvy demografickej krízy
pre súčasnosť**



**Termín a čas konferencie:
28.10.2021 o 9:30 h.**



**Miesto konania konferencie:
FSV UCM v Trnave
Bučianska 4/A, 917 01 Trnava**



**Kontaktujte nás:
fsvkonferencia2021@gmail.com**

AKTUALITY

Pripravujeme

**Katedra sociálnych služieb a poradenstva
Fakulty sociálnych vied Univerzity sv. Cyrila a Metoda v Trnave**

Vás pozýva na vedeckú konferenciu s medzinárodnou účasťou

Interdisciplinárna reflexia starostlivosti o človeka na konci života

20. október 2021

odborní garanti kolokvia:

doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof.

prof. PhDr. Mgr. Jana Levická, PhD.

doc. ThDr. Juraj Sedláček, PhD. DiS.

miesto konania: Pútnický dom, Skalka nad Váhom



AKTUALITY

Pripravujeme

UNIVERZITA SV. CYRILA A METODA V TRNAVE
FAKULTA SOCIÁLNYCH VIED
UNIVERZITA TRETIETIEHO VEKU

HARMONOGRAM ŠTÚDIA

BEZPEČNOSŤ A SOCIÁLNA OCHRANA SENIOROV

garant Univerzity tretieho veku: doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof.
koordinátor za UCM v Trnave: doc. PhDr. Michal Lukáč, PhD.



UNIVERZITA TRETIETIEHO VEKU
HARMONOGRAM ŠTÚDIA FSV
BEZPEČNOSŤ A SOCIÁLNA OCHRANA SENIOROV

1. ročník – zimný semester: Seniori v kontexte starnutia a staroby

11.10.	Dimenzie kvality života seniorov	doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof.
25.10.	Ľudské práva a seniori	PhDr. Darina Kubičková, PhD.
08.11.	Príprava na starobu. Sociálny status seniorov. Zdravý životný štýl a seniori.	PaedDr. PhDr. Iveta Petříková Rosinová, PhD., MHA
22.11.	Spiritualita a duchovný rozmer človeka: Ako odovzdať vieru. Duchovná bolesť.	doc. ThDr. Juraj Sedláček, PhD., Dis.
06.12.	Seniori v domácom prostredí. Voľnočasové aktivity.	PaedDr. Monika Orlíková, PhD.
20.12.	Priateľstvá – partnerstvá a lásky v seniorskom veku	prof. PhDr. Mgr. Jana Levická, PhD.
10.01.	Sociálne služby podľa Zákona 448/2008 Z.z. – všeobecný prehľad	PhDr. Zuzana Draková, PhD.
24.01.	Návšteva zariadenia sociálnych služieb v Trnave	PhDr. Zuzana Draková, PhD.
	Účasť na vybranom súdnom pojednávaní v Trnave	doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof. PhDr. Darina Kubičková, PhD. doc. PhDr. Michal Lukáč, PhD.

VÝZNAMNÉ DNI

Medzinárodný deň vtipov – 1. júl

Smiech, či úsmev, vám dokáže podstatne uľahčiť každodenný život. Každý deň s úsmevom je najlepší spôsob ako sa udržať zdravý fyzicky, ale aj psychicky. Počas smiechu sa v tele vytvárajú hormóny šťastia, ktoré blahodarne pôsobia aj na telo a aj na psychiku. Okrem toho je smiech veľmi nákazlivý a s usmiateymi ľuďmi sa ostatní cítia dobre a radi. Takto si vieme ľahko získať príjemnú spoločnosť.

Viete, že:

- *Smiech je najlepšia výživa pre dušu.*
- *Smiechom od srdca vytvárame proces samoliečenia.*
- *Do usmiatej tváre je ľahké zaľúbiť sa.*
- *Smiechom sa veľmi dobre chudne a posilňujú sa pri ňom brušné svaly.*



Niekedy však prežívame dni, keď sa nám do smiechu nechce. Naša psychika potrebuje z času na čas priestor vysporiadať sa so životnými situáciami. Vtedy smútok, bolesť sú prirodzenými súčasťami života.

Poznáme sedem druhov smiechu pre zdravie:

- *zrkadlový úsmev* - usmejte sa do zrkadla sami na seba
- *táhavý úsmev* - posaďte sa tak, aby ste mali vzpriamený chrbát. Zavrite oči a ťahajte kútiky úst do úsmevu, ale zároveň akoby priťahujte uši k hlave.
- *slniečny úsmev* - sadnite si s vyrovnaným chrbtom, uvoľnite svaly čo najviac. Oči sú otvorené, predstavte si, že na zadnej strane očí sa vytvorilo svetlo, ktoré žiari smerom von, von z vašich očí.
- *brušný smiech* - so zatvorenými ústami sa smežeme čo najviac, tak aby to nik nepočul. Ako deti v škole, cez vyučovanie.
- *smiech farieb* - predstavte si, že vnútro vášho tela je číra tekutina. Kvapnite nejakú veselú farbu do tej tekutiny, ktorú máte radi a predstavte si ako sa veselo rozširuje vašim telom.
- *dychový smiech* – pri nádychu hovoríme „vdychujem pokoj“ a pri výdychu hovoríme „s výdychom sa usmievam“.
- *smiech v pohybe* - sedíme a rukami vykonávame pohyby ako pri bicyklovaní. Do rytmu vyslovujeme – ha, ha, ha, ho, ho, ho, he, he, he, hi, hi, hi, hu, hu, hu aspoň 2 minúty.

Zasmejme sa!



Skupinka profesorov je pozvaná na let lietadlom. Potom ako sa usadili bolo im povedané, že lietadlo je skonštruované ich študentmi. Všetci až na jedného vstali a v panike vystúpili. Profesora, ktorý ostal sa spýtali: "Prečo ste ostali sedieť?" "Verím svojim študentom. Keďže ich poznám, môžem vás uistiť, že tento šrot ani nenašartuje."

Učiteľka hovorí Ferkovi:- Fferko, v slove zápalky sa píše dĺžka!- No a čo? Myslíte, pani učiteľka, že bez dĺžky by nehoreli?

PhDr. Jana Stanová

VÝZNAMNÉ DNI

Sviatok sv. Cyrila a Metoda - 5. júl

História našej spoločnosti, nášho národa sa úzko spája so sv. Cyrilom a Metodom. Cyril a Metod sú veľkými postavami v rovine európskej histórie, politiky a kultúry. Ak chceme lepšie pochopiť ich tvorivé myslenie, zanievanie pre blaho, diplomaciu a náročnú, cieľavedomú prácu, je potrebné sa ponoriť do plynutia a kognície sledu udalostí i prostredia, v ktorom žili. Samotná misia bola síce zameraná a orientovaná v náboženskom duchu, avšak jej genéza historicky ponímaná má oveľa širšiu dimenziu. Tá hovorí o veľkom význame rozvoja literatúry v spojitosti s písomníctvom a prirodzene i formovaním v zmysle politickom, mravnom či občianskom. Ich pôsobenie je stále živé, pretože je kontinuálne skĺbené nielen s našim národným cítením, ale i so slovanstvom v mozaike jeho vnímania a historickom pohľade. Misia sv. Cyrila a Metoda patrí k najvýznamnejším v ranokresťanskej Európe. Mala nespochybniteľný vplyv na celú strednú a východnú Európu. Práve Cyril a Metod majú nepopierateľnú zásluhu na tom, že sa slovenský ľud dostal do komunity kresťanskej viery európskych národov. Poslanie misie týchto svätcov ponímame nie len ako čisto kristianizačnú, ale najmä ako osvetovú. Slovenský národ bol a stále je spojený s významom a odkazom cyrilo-metodskej tradície. Je potrebné mať neustále na pamäti, že cyrilo-metodská tradícia bola hybnou silou našich národných dejín. Slováci patria ku priamym dedičom tzv. evanjelizačného diela sv. apoštolov Cyrila a Metoda. Je nesporne ich obrovskou zásluhou či vplyvom, že naši predkovia vstúpili do kultúrnych a náboženských dejín európskeho kontextu civilizovaných národov. Tým, že sme súčasťou Európy a jej kultúrneho dedičstva, zároveň v plnej miere ako národ, považujeme Cyrila a Metoda za spolupatrnov Európy. Cyrilo-metodské hodnoty pre súčasnosť znamenajú to, čo je umocnené v rodine, kultúre, v rozvíjaní školstva a humanizácie spoločnosti. Po dlhé stáročia sa tešia svätí solúnski bratia úcte, ľudskému pochopeniu človeka a jeho dôstojnosti, čo prináša akceptovanie spolunažívania národov a ich rozvíjania sa. Hľadanie zdrojov energie ducha poukazuje na to, ako sa ponáraním do minulosti a uvažovaním o budúcnosti, stávame mocným zdrojom činnosti v prítomnosti.

Aj naša alma mater nesie meno Univerzita sv. Cyrila a Metoda v Trnave.



PhDr. Darina Kubičková, PhD.

VÝZNAMNÉ DNI

Medzinárodný deň priateľstva - 30. júl

„Priateľstvo je pre život najpotrebnejšie, pretože nikto by si neprial život bez priateľov, aj keby mal všetky ostatné požehnania.“

Aristoteles



Vo svete existuje veľa hodnôt. No nie všetky z nich sú materiálne. Patria medzi ne napríklad: pomoc, ochota, vytrvalosť, oddanosť, obetavosť, láska, spravodlivosť. Najdôležitejšie je však určite- priateľstvo, ktoré bolo, je a aj bude v ľudskom živote vždy veľkou hodnotou, pretože nájdenie skutočného priateľa sa považuje za šťastie.

Okrem tradičného kalendára s menami poznáme aj množstvo iných. Jedným z takých je kalendár

medzinárodných dní, v ktorom nájdete rôzne sviatky. S cieľom pripomenúť ľudstvu dôležitosť priateľov, naučiť sa oceňovať vernosť a podporu, ktorú nám títo ľudia dávajú, bol vytvorený medzinárodný sviatok.

Tradícia oslavy priateľstva začala ešte v roku 1935 v Spojených štátoch amerických, kedy si ľudia mali uvedomiť úlohu priateľov a priateľstva v našich životoch. Poďakovať im za priateľstvo, porozumenie, pomoc, oporu, podporu a dobrú náladu. V tento deň si mali vzájomne vyjadriť vďaku a obdarovať sa maličkosťou. V USA to boli najmä pozdravy vo forme pohľadnice, pozvania na večeru, kvetov, alebo náramkov priateľstva.

Medzinárodný deň priateľstva (International Day of Friendship) medzi ľuďmi, štátmi a kultúrami, sa však začal oficiálne oslavovať v roku 1958 v Paraguaji.

Valné zhromaždenie OSN v roku 2011 stanovilo dátum osláv Medzinárodného dňa priateľstva na 30. júla. Keď hovoríme o Medzinárodnom dni priateľstva, v mnohých krajinách sa oslavuje v iný deň ako na Slovensku.

Tento deň by sme mali osláviť so svojimi priateľmi, vyjadriť im vďaku, lásku a obdariť ich maličkosťou. Hovorí sa, že mať zopár dobrých priateľov je viac ako mať množstvo krátkodobých či povrchných kamarátstiev. Niektorých priateľov stretne len v určitom období života a potom sa naše cesty rozídu. A to je v poriadku. Veľmi príjemné a vzácne je však stretnúť priateľa, ktorého ste nevideli roky, no aj tak sa pri ňom, či pri nej, cítite tak, akoby ste sa vrátili späť v čase. Skutočné priateľstvo neohrozia prekážky, ani vzdialenosť, v núdzi, poradí, vypočuje, objíme, porozumie, je pre nás „Ostrovom vzácných pokladov.“



Prajem vám, aby ste boli každý deň bohatí na priateľstvá a stretnutia s ľuďmi, ktorí vám svojim dobrým slovom, láskavým srdcom a milým úsmevom, rozmnožia spokojnosť a ľudské šťastie.

Nezabudnite svojim priateľom nielen 30. júla spríjemniť deň pozdravom, stretnutím, vďakou a pozornosťou!

Mgr. Emma Valigurská

VÝZNAMNÉ DNI

Medzinárodný deň mládeže - 12. august



V roku 1999 Valné zhromaždenie Organizácie Spojených národov (OSN) rozhodlo, že 12. august sa bude každoročne oslavovať ako Medzinárodný deň mládeže (International YouthDay). Jeho cieľom je upriamiť pozornosť na problémy, ktoré trápia obzvlášť generáciu mladých ľudí a podporovať také aktivity, ktoré by mohli napomôcť ich situáciu zlepšiť. Svet potrebuje čoraz viac mladých ľudí na pozíciách lídrov v rôznych oblastiach, či už ide o klímu, udržiavanie mieru alebo implementáciu inovácií v oblasti kvalitného vzdelávania. Jednou z ciest môže byť aj oslavovanie

úspechov a angažovanosti mladých ľudí. Za posledné roky spojil práve Medzinárodný deň mládeže tisíce mladých ľudí k riešeniu tých najdôležitejších celosvetových problémov. Pomohol tiež upriamiť pozornosť na bariéry, ktoré mladým ľuďom bránia v realizácii ich potenciálu. Kvalitné vzdelanie zohráva dôležitú úlohu pri príprave mládeže, aby sa z nich stali

aktívni ľudia počas celého života a skutočne kvalifikovaní pracovníci vo svojom odbore. K tomuto cieľu sa snažíme prispievať aj my na Katedre sociálnych služieb a poradenstva a aj preto pristupujeme k našim študentom individuálne, podporujeme ich intelektuálnu zvedavosť, kritické myslenie a snažíme sa reflektovať na neustále meniace sa podmienky spoločnosti. Vďaka prepájaniu teórie s praktickými skúsenosťami vedia naši študenti flexibilne reagovať v rôznych situáciách. Študenti sú pre nás prioritou a preto sa snažíme vytvárať pre nich aj zaujímavé mimoškolské aktivity, do ktorých sa môžu počas svojho štúdia zapojiť.



Deti a mládež sú rozhodne našou budúcnosťou, je preto nevyhnutné zabezpečiť, aby mali prístup k vzdelaniu všetky skupiny mladých ľudí, či už hovoríme o deťoch z chudobnejších pomerov, zo sociálne slabších alebo jednorodičovských rodín alebo jedinca so zdravotným postihnutím.

Všetkým mladým ľuďom prajeme najmä pevné zdravie v tomto neľahkom období, veľa šťastia, entuziazmu a kreatívnu myseľ !

Všetkým mladým ľuďom prajeme najmä pevné zdravie v tomto neľahkom období, veľa šťastia, entuziazmu a kreatívnu myseľ !

INTERNATIONAL
YOUTH DAY

PhDr. Zuzana Draková, PhD.

VÝZNAMNÉ DNI

Svetový humanitárny deň - 19. august



Humanitárna práca býva častokrát nebezpečná, jej pracovníci sa pohybujú v náročných podmienkach a neraz riskujú svoje zdravie či nasadzujú samotné životy s cieľom ochrániť životy iných. Bývajú svedkami mnohých konfliktov, katastrof a krízových situácií, ktoré sa objavujú čoraz častejšie, čím sa zvyšuje riziko pre humanitárnych pracovníkov a v mnohých prípadoch narastá aj počet ich úmrtí. Strata týchto ľudí, ktorých môžeme právom nazývať hrdinami, je stratou nielen pre humanitárnu komunitu, ale aj pre celý svet. Práve

19. augusta si pripomíname Svetový humanitárny deň, ktorý je dňom, kedy smútime nad ich odchodom a pripomíname si ich obeť. Vzdávame však tiež úctu všetkým statočným ženám a mužom, ktorí s odhodlaním ďalej pokračujú v tejto ušľachtilej práci napriek tomuto obrovskému riziku, aby pomohli vytvoriť bezpečnejší a mierumilovnejší svet.



PhDr. Zuzana Draková, PhD.

VÝZNAMNÉ DNI

Svetový deň prvej pomoci - 11. september 2021



Každodenný život prináša so sebou rôzne situácie, pri ktorých môže často ísť človeku o zdravie alebo dokonca o život. V danej chvíli je najdôležitejšie rýchlo a správne zareagovať a poskytnúť človeku v ohrození života prvú pomoc. Vedieť poskytnúť Prvú pomoc by mala byť pre každého človeka samozrejmosťou. Prvá pomoc je súbor konkrétnych jednoduchých účelových opatrení, ktoré sú pri úraze alebo náhlom ochorení poskytnuté postihnutej osobe, skôr ako príde záchranná

služba alebo lekár.

Na základe dohody Medzinárodnej federácie spoločností Červeného kríža a Červeného polmesiaca – IFRCCS sa od roku 2000 považuje druhá septembrová sobota za Svetový deň prvej pomoci. Hlavnou myšlienkou tohto dňa je priblížiť laickej verejnosti dôležitosť a význam poskytovania prvej pomoci, ktorú môžu ľudia potrebovať v akejkoľvek krízovej situácii.

Cieľom Svetového dňa prvej pomoci je upozorniť verejnosť na nevyhnutnosť vedieť ju poskytnúť. Viaceré mestá na Slovensku v daný deň organizujú rôzne akcie, na ktorých sa zúčastňujú záchranári, ktorí ľuďom radia ako poskytnúť prvú pomoc, a ako sa majú zachovať v situácii, keď je človek v ohrození života. Mnohé tieto akcie sú sprevádzané aj názornými ukázkami a možnosťou vyskúšať si ako sa prvá pomoc poskytuje. Je potrebné uvedomiť si, že iba správne poskytnutá prvá pomoc môže každý deň v najrôznejších kritických situáciách prispieť k záchrane ľudského života. Každý človek sa raz môže dostať do situácie, kedy bude možno práve od neho závisieť život iného človeka, práve preto by mal venovať vzdelávaniu sa a výcviku v danej oblasti časť svojho voľného času. Všetci si musíme uvedomiť, že čas strávený pri získavaní vedomostí ako poskytnúť prvú pomoc nie je nikdy časom strateným.



V čase pandémie COVID-19 boli práve záchranári a obyčajní ľudia tí, ktorí neustále poskytovali prvú pomoc, a preto by sa práve v tento deň mala prejavovať úcta a vďaka všetkým ľuďom, ktorí sa výrazne podieľajú pri poskytovaní prvej pomoci.



VÝZNAMNÉ DNI

KARTA PRVEJ POMOCI

<p>Čo robiť v prípade nehody.</p> <ol style="list-style-type: none">1 Zisti, čo sa stalo.2 Zavolaj pomoc.3 Dbaj na vlastnú bezpečnosť.	<h3>ZASTAV KRVÁCANIE</h3> 
<h3>UVOĽNI DÝCHACIE CESTY</h3> 	<h3>ZÁCHRANNÉ DYCHY</h3> <p>stlačení hrude dychy</p> <p>30:2 za 1 min.</p> 
<h3>UROB VONKAJŠIU MASÁŽ SRDCA</h3> 	<h3>POSTIHNUTÉHO DAJ DO STABILIZOVANEJ POLOHY</h3> 

POLÍCIA | SOS | 🔥 | 🚑 | ➡️ | 112

VÝZNAMNÉ DNI

Svetový deň Alzheimerovej choroby - 21. september

Každý rok, 21. septembra si desiatky krajín sveta, medzi nimi aj Slovensko, pripomínajú „Svetový deň Alzheimerovej choroby.“

Svetový deň Alzheimerovej choroby bol vyhlásený v roku 1944 a pripadá na 21. september. Tento deň je určený na zvýšenie povedomia o Alzheimerovej chorobe a potrebe vzdelávania, pomoci a výskumu.

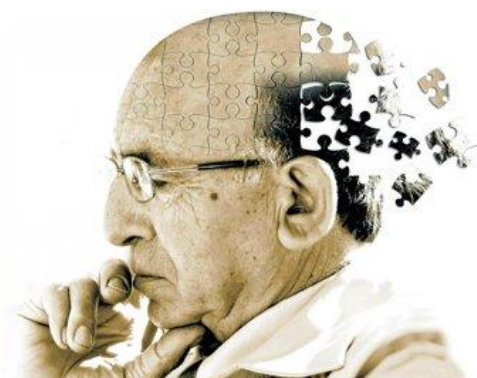
Alzheimerova demencia je veľmi pomaly sa rozvíjajúce degeneratívne ochorenie mozgu, ktoré vedie k zániku nervových buniek a nervových spojení. Postihuje



predovšetkým tie časti mozgu, ktoré sú dôležité pre pamäť, myslenie a rozumové schopnosti. Ako uvádza WHO demencia Alzheimerovho typu patrí medzi desať najčastejších ochorení, ktoré s prehlbujúcim sa starnutím obyvateľstva bude v blízkej dobe ohrozovať zdravie a život ľudí.

Pokiaľ sa pozrieme na dostupné štatistiky na Slovensku, Alzheimerovou chorobou trpí viac ako

50 tisíc ľudí a patrí medzi častú príčinu úmrtnosti v populácii nad 65 rokov. Starostlivosť o pacientov s Alzheimerovou chorobou často zostáva na rodinných príslušníkoch, nakoľko na Slovensku nie je dostatočný počet špecializovaných zariadení tohto typu. Alzheimerovú chorobu môžeme v súčasnosti považovať za závažný sociálny, zdravotnícky, ale taktiež spoločenský problém, ktorý sa nedotýka len samotných chorých, ale taktiež ich rodinných príslušníkov a blízkych. Na tieto osoby dopadá najmä psychická a ekonomická záťaž, ktorá vyplýva z permanentnej starostlivosti, ktorú si tieto osoby s Alzheimerovou chorobou vyžadujú.



Mgr. Erika Štangová

VÝZNAMNÉ DNI

Medzinárodný deň mieru - 21. september

Medzinárodný deň mieru, ustanovilo Valné zhromaždenie OSN rezolúciou z roku 2001. Tento deň treba vnímať ako deň globálneho prímeria a nenásilia. Organizácia spojených národov, najvýznamnejšia celosvetová organizácia spájajúca mocných i malých, bohatých i chudobných, majúca záujem o každého človeka, každoročne vyzýva všetky členské štáty OSN, organizácie OSN, regionálne a mimovládne organizácie i jednotlivcov, aby si pripomínali Medzinárodný deň mieru predstavuje nielen zastavenie bojov a nepokojov v konfliktných zónach, ale aj osvetou a vzdelávanie v duchu humanizmu, tolerancie a vzájomnej úcty.

Dnes, keď sa mnohé krajiny zmietajú vo vojnách, keď terorizmus vyháňa ľudí zo svojich domov, stojí ľudstvo a jeho Organizácia spojených národov pred úlohou pomôcť mieru, posilniť odkaz spolupatričnosti a ľudského porozumenia.

Slovenská republika si ctí mier ako najvyšší princíp, bez ktorého nie je možné vytvárať hodnoty, zabezpečovať dodržiavanie ľudských práv, rozvoj a prosperitu. Slovensko uznáva líderské postavenie OSN v otázkach mieru a aktívne podporuje jeho kroky pri predchádzaní a riešení konfliktov. Medzinárodný deň mieru je venovaný mieru a oslavuje ho mnoho štátov, politických zoskupení a ľudí. V tento deň sa majú zastaviť všetky boje na Zemi. Má to byť deň prímeria a nenásilia.

Pri oslave v New Yorku v sídle OSN zvoní „Peace Bell“ (Mierový zvon). Zvon bol odliaty z mincí darovaných deťmi zo všetkých kontinentov. Na boku zvona je napísané „*Longliveabsoluteworldpeace*“ – **Nech žije úplný svetový mier.**



Vetvička olivy a holubica boli používané ako symbol mieru prvými kresťanmi. Propagoval ju Pablo Picasso. Po roku 1949 sa stala široko používaným symbolom mieru v povojnovom období. Holubica predstavuje Ducha Svätého a olivová vetvička odolnosť.

Mgr. Erika Ochabová

VÝZNAMNÉ DNI

Medzinárodný deň proti sexuálnemu zneužívaniu a obchodu so ženami a deťmi - 23. september

23. septembra si pripomíname *Medzinárodný deň proti sexuálnemu zneužívaniu a obchodu so ženami a deťmi*, ktorý bol vyhlásený v januári 1999 na Svetovej konferencii koalície proti obchodovaniu so ženami v Dháke. Ženy a deti sa stávajú obeťami násilia vo vojne, ale aj počas mieru, v spoločnosti a v štáte, ale žiaľ aj v rodine. Obete sexuálneho a fyzického týrania sú vystavované veľkému riziku AIDS, iným sexuálne prenosným chorobám, nechcenému tehotenstvu, potratom a duševným poruchám. Práve tento deň – 23. september je jednou z príležitostí upozorniť na potrebu prevencie a zvýšenia informovanosti verejnosti v tejto oblasti, ako aj upozorniť na potrebu zefektívnenia pomoci obetiam násilia.



V tejto súvislosti Ministerstvo vnútra SR vyzýva všetkých občanov k zvýšeniu vnímavosti voči svojmu okoliu. Obetiam sexuálneho zneužívania môžeme každý pomôcť tým, že si budeme všimáť možné varovné signály. Tými môžu byť *depresia, náhla zmena správania, zanedbávanie bežnej starostlivosti o seba, zhoršenie študijného prospechu alebo pracovnej výkonnosti, zmeny v stravovacích návykoch, zvýšené užívanie alkoholu alebo drog a iné.*



Pokladáme za dôležité spomenúť, že za posledné roky na Slovensku stúpa aj počet sexuálneho zneužívania detí v on-line prostredí, kedy sa deti sexuálnych aktivít zúčastňujú virtuálne, napríklad prostredníctvom live chatu či live video prenosu. Medzi najčastejšie využívané elektronické nástroje patrí sociálna sieť *Facebook* a jej komunikačná platforma *Messenger*, slovenské platformy *Azet* či *Pokec*, v menšej miere sociálne siete *Instagram*, *Snapchat*, *Chatstep* a *TikTok*.

Pamätajte, je lepšie sa osobe prihovoriť a mýliť sa vo svojich predpokladoch, ako ju nechať samú so svojím bremenom.

Dôležité kontakty

- Národná linka pomoci obetiam obchodovania s ľuďmi - 0800 800 818
- Národná linka pre ženy zažívajúce násilie - 0800 212 212
- Polícia SR – 158
- Informačné kancelárie pre obete trestných činov v každom kraji na Slovensku
- Národné koordinačné stredisko na riešenie problematiky násilia na deťoch
- Linka detskej istoty 116 111

PhDr. Lenka Stanová, PhD.

VÝZNAMNÉ DNI

Medzinárodný deň nepočujúcich - 26. september

Svetová federácia nepočujúcich (WorldFederation of theDeaf) založila v roku 1958 Svetový deň nepočujúcich (WorldDeafDay), ktorý sa každoročne, na Slovensku ale aj v iných krajinách, slávi štvrtú septembrovú nedeľu. Inak to nie je ani tohto roku, kedy je Svetový deň nepočujúcich (na Slovensku slávený v rámci medzinárodných dní ako *Medzinárodný deň nepočujúcich*) pripísaný na 26. september 2021. Na celom svete je tento deň venovaný nepočujúcim ľuďom a v rámci neho upozorňujú na problémy, s ktorými sa v každodennom živote stretávajú a zároveň sa snažia zvýšiť povedomie o svojich úspechoch širokej verejnosti. V súvislosti s iniciatívou Svetovej federácie nepočujúcich je celý štvrtý septembrový týždeň oslavným týždňom nepočujúcich - *Medzinárodný týždeň nepočujúcich* (International Week of theDeaf). Tento týždeň sa prvýkrát začal sláviť v Talianskom Ríme v roku 1958 a každoročne je sprevádzaný formou rôznych aktivít, seminárov a podujatí organizovaných komunitami nepočujúcich po celom svete.



Na podujatiach sú vítaní všetci členovia komunit nepočujúcich, odborníci v danej problematike, profesionálni tlmočníci posunkovej reči ale aj národné vlády, medzinárodné organizácie pre ľudské práva a rôzne organizácie osôb so zdravotným postihnutím. V súvislosti s medzinárodným týždňom nepočujúcich sú zvýrazňované úspechy komunit nepočujúcich a vo veľkej miere presadzované ich práva. Témou na rok 2021 v rámci Medzinárodného týždňa nepočujúcich je „*Oslava prosperujúcich nepočujúcich komunit.*“ Medzinárodný týždeň nepočujúcich 2021 je zároveň tematicky rozdelený v rámci jednotlivých dní a každý deň má svoju osobitnú tému, pričom na 26. september 2021 spadá téma „*Ľudské práva v čase krízy.*“ V rámci všetkých týchto dní sú výrazne podporované a zdôrazňované práva nepočujúcich a taktiež sú to dni prejavovania solidarity, spolupatričnosti, vzájomnej lásky, podpory a porozumenia.



**International Week
of the Deaf**

September

„*Láskavosť je jazyk, ktorý nepočujúci počujú a nevidiaci vidia.*“

MarkTwain

Mgr. Michaela Vaceková

VÝZNAMNÉ DNI

Svetový deň srdca – 26. september

Životne dôležitý vládca všetkých orgánov - aj tieto prívlastky patria srdcu - jeho dôležitosť si pripomínáme aj pri príležitosti Svetového dňa srdca, ktorý každoročne pripadá na poslednú septembrovú nedeľu. Svetový deň srdca (WorldHeartDay) je každoročným celosvetovým podujatím, ktoré vyhlasuje Svetová zdravotnícka organizácia spolu so Svetovou federáciou srdca.

Primárnou myšlienkou Svetového dňa srdca je u verejnosti zvýšiť povedomie a propagovať význam prevencie pred srdcovo-cievnyimi ochoreniami prostredníctvom zdravého životného štýlu. V celosvetovom meradle sa hovorí o pandémie srdcovocievnych ochorení, na ktoré každoročne umiera približne 17,5 milióna ľudí.

Kampaň je zameraná na edukáciu obyvateľstva v oblasti najzávažnejších rizikových faktorov srdcovo-cievnych ochorení.



Medzi hlavné rizikové faktory, ktoré najviac prispievajú k rozvoju srdcovocievnych ochorení patrí: fajčenie, sedavý spôsob života, nedostatok fyzickej aktivity, nadváha a obezita, nezdravý spôsob stravovania,

alkohol, škodlivý stres, cukrovka, vysoký krvný tlak, vysoká hladina cholesterolu, depresia, rodinná anamnéza.

Tieto riziká sa v poslednej dobe týkajú nielen starších, ale aj mnohých mladších ľudí. Mladí ľudia sú fyzicky menej zdatní, sedia pred monitorom počítača, alebo pri televízii s diaľkovým ovládačom, využívajú čoraz častejšie pohyblivé schody, nešportujú a vyhýbajú sa fyzickej aktivite. Konzumujú jedlá typu „fastfoodov“ a sladkých nápojov, čo vedie k nadváhe a obezite. Odborníci radia, že pravidelnou konzumáciou zdravej, pestrej a vyváženej stravy, pravidelnou fyzickou aktivitou a vyhýbaním sa fajčeniu (aktívnemu, či pasívnemu) by sa väčšine vyššie spomínaných úmrtí dalo predísť.

V rámci kampane sa tiež propaguje kód zdravého života – 0 – 5 – 30 – 120/80. Prvé číslo predstavuje spotrebu cigariet, ktoré by mal človek počas svojho života vyfajčiť (0), ďalšie číslo predstavuje ideálnu hodnotu cholesterolu (5), tretie číslo odporúča ľuďom, koľko minút denne by mali venovať pohybovej aktivite (30) a posledný údaj je ideálna hodnota krvného tlaku (120/80). Snahou každého z nás by malo byť, čo najviac sa priblížiť k týmto cieľovým hodnotám.

Na záver môžeme dodať, že do svojho zdravia musí investovať každý sám. Nikto nikoho nemôže nútiť do takých krokov, ktoré ten človek sám nepovažuje za správne. Môžeme však povedať, že vynaložené úsilie na zdravý životný štýl sa nám v budúcnosti vráti. Musíme byť presvedčení, že zmenu naozaj chceme, a že so svojimi najbližšími chceme byť čo najdlhšie v plnom zdraví.

PhDr. Mgr. Andrej Hrnčárik, PhD.

VÝZNAMNÉ DNI

Sviatok svätého Michala, patróna chorých - 29. september



Svätý archanjel Michal je mocným príhovorcom a orodovníkom a to najmä proti mocnostiam tmy, temnoty pôsobiacim v duši človeka alebo vo svete. Ako archanjel žije v Božej blízkosti a v nazeraní na neho. Je známy ako ten, ktorý vyhnal Satana a naďalej pôsobí vo svete ako silný duchovný bojovník proti všetkému, čo je zlé. Modlitby a novéna k svätému Michalovi sú tiež veľkou spomienkou na existenciu archanjelov v našom svete. Zatiaľ čo ich nemôžeme vidieť na zemi, ich činy často cítíme a zohrávajú kľúčovú úlohu v ochrane ľudstva.

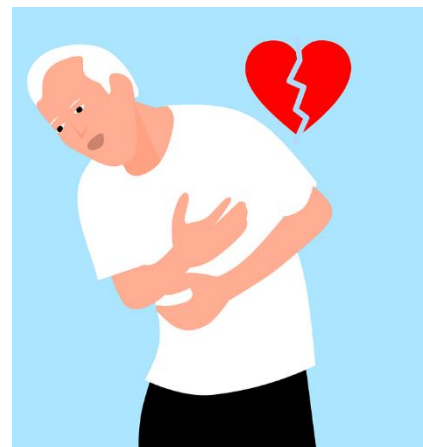
Istým územím, časovým úsekom, alebo obdobím temna je práve

utrpenie a choroby. Ťažko chorý a trpiaci človek môže z dôvodu intenzívnej bolesti (telesnej, duševnej i duchovnej) prežívať temnú noc ducha. Jeho pravé, reálne ja sa dostáva do konfliktu s jeho ideálnym ja:



prežíva bolesť z toho, že chcel žiť lepší život, že veci nešli tak, ako chcel, alebo že ich pod tlakom okolností, mienky druhých, alebo vlastného sebeckta nezvládol. Je mu tiež ľúto všetkej bolesti, ktorú utrážil. Svätý Michael archanjel mu je aj vtedy nablízku a v tomto osobnom rozpoltení je pripravený ho posilňovať a vnútorne zjednocovať. Takýto človek sa stáva síce slabý v sile, ale čistým a

silným v úmysle, ktoré (napríklad v obetovanom utrpení) smeruje na druhých. Svätý Michal a jeho príhovor je vtedy pomocou a ochranou. Je mocným spojencom v kľúčovej chvíli života človeka, v rozhodujúcom zápase pochybností, v ľúlosti z nemožnosti vrátiť veci späť, v strachu zmieriť sa s Bohom i ľuďmi. Nech je mocným ochrancom všetkých, ktorí to v ťažkostiach života potrebujú i tým, ktorí im tento kríž pomáhajú niesť.



PRIANIA

Meniny

doc. PhDr. Mgr. Oľga Bočáková, PhD., mim. prof. - 23. júl

PhDr. Zuzana Draková, PhD. - 11. august

PhDr. Darina Kubíčková, PhD. - 12. august

prof. PhDr. Mgr. Jana Levická, PhD. – 21. august

PhDr. Jana Stanová - 21.august

PhDr. Michal Imrovič, PhD. – 29. september

Mgr. Michaela Vaceková – 29. september



PRIANIA

Narodeniny

PaedDr. Monika Orliková, PhD. - 4. júl

PhDr. Zuzana Draková, PhD. - 20 júl

PhDr. Lenka Stanová, PhD. - 20. júl

doc. ThDr. Juraj Sedláček, PhD., Dis. – 2. august

prof. PhDr. Mgr. Jana Levická, PhD. - 15. august

PhDr. Michal Imrovič, PhD. - 22. september

PhDr. Mgr. Andrej Martoš, MBA - 24. september

Mgr. Erika Ochabová - 24. september



Blahoželáme!



BYSTRÁ MYSEĽ

Jazykové okienko - Tak ako je to správne?

Tak ako je to správne - záleží od toho alebo záleží na tom?



~~záleží od toho~~

záleží na tom ✓

Je variant alebo varianta?

variant riešenia ✓

~~varianta riešenia~~



Závislosť na alkohole alebo závislosť od alkoholu?

~~závislosť na alkohole~~

závislosť od alkoholu ✓

Je správne majetkové / majetkoprávne vyrovnanie alebo vysporiadanie?

majetkové / majetkoprávne vyrovnanie ✓

~~majetkové / majetkoprávne vysporiadanie~~

Zahájiť školský rok alebo začať školský rok?

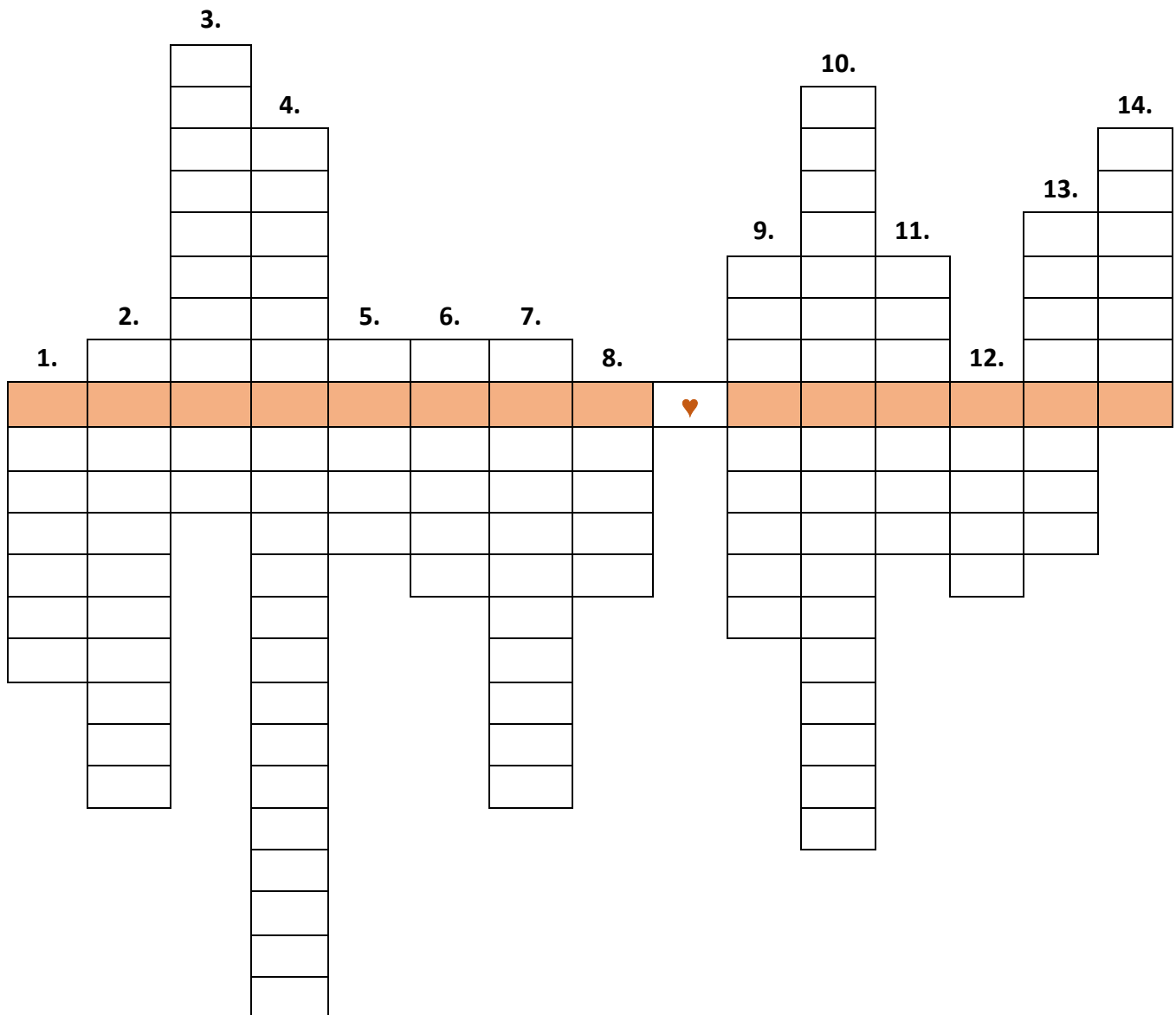
~~zahájiť školský rok~~

zачаť školský rok ✓



BYSTRÁ MYSEĽ

Tajnička



1. Cieľová skupina sociálnych služieb nad 65 rokov.
2. Odborná činnosť, resp. súbor činností, ktoré majú priviesť klienta k samostatnému, zodpovednému riešeniu vlastného problému.
3. Výmena informácií, myšlienok, názorov a pocitov medzi živými bytosťami obyčajne prostredníctvom spoločnej sústavy symbolov.
4. Jej zámerom je vytvorenie a zabezpečenie podmienok pre nezávislý a slobodný život všetkých občanov odkázaných na pomoc spoločnosti v prirodzenom sociálnom prostredí komunity.

BYSTRÁ MYSEĽ

5. Legislatíva, právna norma, ustálené pravidlo.
6. V sociálnych službách pracujeme s ľudskými bytosťami. Mylne ich niektorí ľudia nazývajú aj zákazníkmi. Ako sa taký človek v sociálnych službách pomenováva?
7. V sociálnej oblasti používame pojem, ktorý znamená zakročenie, zásah. Aký je to pojem?
8. Filozofická disciplína, ktorá sa zaoberá ľudským správaním, skúma morálku alebo morálne relevantné konanie a jeho normy.
9. Štát podporuje začlenenie osôb s ťažkým zdravotným postihnutím do spoločnosti tým, že im poskytuje určitú pomoc či už jednorázovo alebo opakovane na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia. Ako sa táto pomoc nazýva?
10. Stav prelínania rozličných kultúr na určitom území.
11. Výsledkom sociálnej a zdravotnej posudkovej činnosti je vypracovanie určitého dokumentu. Ako sa nazýva?
12. Záchranné zložky zvyčajne zachraňujú náš ...
13. Spätná väzba po anglicky.
14. Na Slovensku ich máme niekoľko, napríklad národnostné

PhDr. Zuzana Draková, PhD.