



EKONOMICKÁ UNIVERZITA V BRATISLAVE
CENTRUM CELOŽIVOTNÉHO VZDELÁVANIA

NIKDY NIE JE NESKORO ZAČAŤ NIEČO NOVÉ

UNIVERZITA TRETIHO VEKU

Akademický rok 2025/2026

Bratislava 2025

POKYNY PRE ŠTUDENTOV V AKADEMICKOM ROKU 2025/2026

Slávnostné otvorenie akademického roka 2025/2026, imatrikulácia a úvodné informácie pre všetkých študentov Univerzity tretieho veku Centra celoživotného vzdelávania Ekonomickej univerzity v Bratislave (ďalej UTV CCV EUBA) spoločne sa uskutoční 23. septembra 2025 (utorok) o 15:00 hod. v Aule Ekonomickej univerzity v Bratislave.

Zápis študentov do prvých a druhých ročníkov študijných programov spolu s prípravou imatrikulácie sa uskutoční 23. septembra 2025 o 14:30 hod. pred vstupom do Auly EU v Bratislave.

Študenti prvých a druhých ročníkov študijných programov:

- **predložia pri zápise doklad, v printovej podobe, o zaplatení poplatku za štúdium v danom akademickom roku;**
- zúčastňujú sa výučby podľa študijného plánu pre 1. a 2. ročníky;
- účasť na prednáškach potvrdzuje v študijnom preukaze vedúci študijnej skupiny alebo jeho zástupca, zvolený na prvej prednáške, podľa zoznamu študentov, ktorý vopred dostane z kancelárie UTV CCV EUBA;
- v prípade neuskutočnenia jednej prednášky v rámci akademického roka sa prednáška nenahrádza, ale študenti dostanú elektronicky prezentáciu z neuskutočnenej prednášky;
- v prípade neuskutočnenia viac ako jednej prednášky sa každá prednáška nahradí po dohode so študentami;
- UTV CCV EUBA si vyhradzuje právo na zmenu učebne, zmenu termínu, času alebo výmenu prednášky.

Zasadnutia vedúcich študijných skupín sa v akademickom roku 2025/2026 budú konať na UTV CCV EUBA, Dolnozemska cesta 1, v učebni A9.13 na 9. poschodí. V priebehu akademického roka 2025/2026 sa uskutočnia dve zasadnutia, jedno v zimnom semestri a jedno po skončení letného semestra. Vedúcim študijných skupín prídu elektronické pozvánky.

Zasadnutia sú spoločné pre všetky skupiny a ročníky UTV CCV EUBA.

Poplatky za štúdium v akademickom roku 2025/2026 sú nasledovné:

- **seniori - dôchodcovia** (invalidní, starobní a pracujúci) – **85 €** za každý študijný program aj pohybový;
- **pracujúci seniori** (nie na dôchodku) – **95 €** za každý študijný program aj pohybový;
- **študijné programy zamerané na výučbu cudzích jazykov a golf pre seniorov dôchodcovia** (invalidní, starobní a pracujúci) – **160 € a 170 €** pracujúci seniori (nie na dôchodku);
- **v prípade, ak študent zanechá štúdium, príp. ak bez zdôvodnenia nenastúpi na štúdium, poplatok za štúdium sa nevracia;**
- **študijný poplatok sa platí na celý akademický rok, bez vypočítania alikvotnej čiastky.**

Informácie o platbe:

- **poštovým poukazom** typu U – do kolónky **adresát** uviesť text Ekonomická univerzita v Bratislave, Dolnozemska cesta 1, 852 35 Bratislava, číslo účtu: IBAN: **SK34 8180 0000 0070 0007 4503**, Variabilný symbol: **2013**;
- **jednorazová platba bankovým prevodom na účet**
– číslo účtu IBAN: **SK34 8180 0000 0070 0007 4503**, VS: **2013**.

Poznámka (správa pre prijímateľa): meno a priezvisko študenta a názov študijného programu.

Štúdium absolventov **2. ročníka štúdia** UTV CCV EUBA v akademickom roku **2025/2026** bude ukončené **promóciou** (slávnostným odovzdávaním osvedčení) v Aule Ekonomickej univerzity v Bratislave. Termín promócie bude oznámený dodatočne vedúcim študijných skupín.

Slávnostná promócia a odovzdávanie osvedčení je vždy **po ukončení dvojročného študijného programu**. Termín promócie je študentom oznámený vždy do konca apríla aktuálneho kalendárneho roku.

Študijné programy Cudzie jazyky, golf pre seniorov, Včelárstvo a všetky pohybové programy promócie nemajú.

VZDELÁVANIE NA UNIVERZITE TRETIHO VEKU CCV EU V BRATISLAVE

Univerzita tretieho veku je organizačne zaradená pod Centrum celoživotného vzdelávania EU v Bratislave (ďalej UTV CCV EUBA).

UTV CCV EUBA od akademického roka 2013/2014 oslovila početnú skupinu záujemcov o štúdium v seniorskom veku. UTV CCV EUBA je záujmové vzdelávanie seniorov, na podporu ich sociálnych kontaktov, ich aktívneho životného štýlu, a aj na propagáciu a popularizáciu samotnej Ekonomickej univerzity v Bratislave (ďalej EUBA), ktorá v súlade so zásadami spoločenskej zodpovednosti štúdium aj finančne podporuje. **Na programoch participujú fakulty Ekonomickej univerzity v Bratislave, partnerské univerzity, MČ Bratislava-Petržalka a odborníci z praxe.**

Študijný systém je prispôsobený možnostiam starších študentov, rovnako ako aj podmienkam EUBA. Štúdium je vo forme jednoročných a dvojročných ucelených študijných programov. Každý študijný program zahŕňa v jednom akademickom roku 14 vzdelávacích stretnutí vo forme prednášok, seminárov, cvičení, exkurzií či rozpravy. Vzdelávanie prebieha každé dva týždne a trvá dve vyučovacie hodiny. Okrem teoretických študijných programov ponúka pohybové programy, spojené aj s teóriou, obvykle jedenkrát do týždňa jednu vyučovaciu hodinu. Ukončenie ročníka je formou rozpravy po poslednej prednáške v letnom semestri.

UTV CCV EUBA, aj v akademickom roku 2025/2026, organizuje spoločenské podujatia mimo výučby, dve celodenné exkurzie, letný výučbovo-relaxačný pobyt v univerzitnom zariadení vo VIRTE a PLUS – Petržalskú letnú univerzitu seniorov pod gesciou starostu mestskej časti Bratislava – Petržalka. Mimo výučbové aktivity sú v gescii U3V Klubu Ekonóm.

Ročne na UTV CCV EUBA pôsobí niekoľko desiatok lektorov a záujem o túto formu štúdia neustále stúpa. Prednášky sú dopĺňané exkurziami, ktoré sú súčasťou štúdia takmer všetkých študijných programov. Po úspešnom ukončení štúdia je absolventom na slávnostnej promócii odovzdané osvedčenie podľa § 3 ods. 4 písm. c) zákona č. 292/2024 Z. z. o vzdelávaní dospelých a o zmene a doplnení niektorých zákonov.

UTV CCV EUBA je členom Medzinárodnej asociácie univerzít tretieho veku (AIUTA) a spolupracuje s ostatnými UTV v Slovenskej republike i v zahraničí.

UTV CCV EUBA v akademickom roku 2025/2026 zabezpečí výučbu študijných programov aj mimo Bratislavy.

Minimálny počet študentov v jednom študijnom programe je 17 v skupine.

Pre študijné skupiny mimo Bratislavu je minimálny počet študentov 25 v skupine.

Zmeny termínov a výmena jednotlivých prednášok môžu vzniknúť po dohode s garantom študijného programu alebo prednášajúcim.

Zásady, pravidlá štúdia a prihlášku nájdete na stránke ccv.euba.sk

UNIVERZITA TRETIEHO VEKU

Dolnozemska cesta 1
852 35 Bratislava
budova V2 – budova rektorátu
9. poschodie
miestnosť E9.20 a E9.21

PaedDr. Janka Sebera Chládecká, PhD., MBA

+421 2 67295171

janka.chladecka@euba.sk

ccv.euba.sk

Ing. Mária Šajmírová

+421 2 6729 5164

maria.sajmirova@euba.sk

ccv.euba.sk

PRAVIDELNÉ AKTIVITY UTV CCV EUBA V KAŽDOM AKADEMICKOM ROKU

ŠTYRI SPOLOČNÉ PODUJATIA veselo i vážne o ekonomike, kultúre, umení, histórii, športe i politike s významnými a renomovanými osobnosťami.

DVE EXKURZIE (domáca a zahraničná).

VIRT – LETNÁ POBYTOVÁ ŠKOLA SENIOROV v modernom univerzitnom výučbovom a ubytovacom zariadení s vlastným bazénom s termálnou vodou z Patiniec, vždy v prvý júlový týždeň v kalendárnom roku.

PLUS – PETRŽALSKÁ LETNÁ UNIVERZITA SENIOROV – spolupráca EUBA a MČ Bratislava – Petržalka, vždy v druhý a tretí júlový týždeň v kalendárnom roku.

U3V KLUB EKONÓM

Hlavným cieľom Občianskeho združenia je vytvoriť priestor pre rozvoj študentov UTV CCV EUBA, členov a priateľov U3V KLUB EKONÓM. Pravidelne mesačne organizovať podujatia pre študentov UTV CCV EUBA, členov Klubu a priateľov z oblasti spoločenskej, kultúrnej, mentálnej a športovej.

U3V KLUB EKONÓM svoju činnosť zahájil napr.: usporiadaním 1. Plesu seniorov v mesiaci január 2020, poznávacou exkurziou do Komárna a zorganizovaním brigády v okolí univerzity na podporu životného prostredia.

U3V KLUB EKONÓM sa bude aktívne podieľať na organizovaní všetkých podujatí pre seniorov, besied s osobnosťami kultúrneho, spoločenského a politického života. V rámci podpory pohybu a zdravia seniorov a životného prostredia usporiada brigádu Príroda pre nás a my pre prírodu, ktorá bude prvým stretnutím v akademickom roku 2025/2026. U3V KLUB EKONÓM je združením seniorov a pre aktívnych seniorov.

Predsedníčkou je **Mgr. Magdaléna Danišová**.

Kontakt U3V KLUB EKONÓM

Mobil: 0910 910 969

e-mail: info@u3vklub.sk

PETRŽALSKÁ KLUBOVŇA AKTÍVNYCH SENIOROV NA OSUSKÉHO UL. Č. 8

Petržalskí seniori v Klubovni pre seniorov nájdu šport, nové informácie, oddych, zábavu, nájdu miesto pre posilnenie tela i mysle.

Multifunkčné zrekonštruované a zariadené prostredie Klubovne vytvára nekonečné možnosti pre všetkých seniorov, ktorí sa rozhodnú klubovňu navštíviť.

Dni v týždni sú síce tematicky zamerané, ale flexibilne je možné ich prispôbovať všetkým novým aktivitám a možnostiam, ktoré sú určené pre aktívnych seniorov.

Kontakt Petržalská klubovňa aktívnych seniorov

Mobil: 0947 487 300

e-mail: klubovna@petrzalka.sk

**ŠTUDIJNÉ PROGRAMY UTV CCV EUBA V AKADEMICKOM ROKU 2025/2026
BRATISLAVA**

P.č.	Názov	Č. str.
1.	Agel - Univerzita zdravia – medicínske témy I.	10
2.	Aktívny senior a jeho práva I.	11
3.	Aromaterapia I.	12
4.	Bylinky I. a II.	13,14
5.	Cestovateľský zemepis I.	15
6.	Cocho Chanel, žena, ktorá zmenila svet módy I. a II.	16,17
7.	Deutsche Telekom Services Europe, moderne a bezpečne v digitálnom svete I. a II.	18,19
8.	Digitálna bezpečnosť I.	20
9.	Dizajn a multimédia I.	21
10.	Európske ekonomické vzťahy I.	22
11.	Finančná gramotnosť seniorov, predpoklad spoločenského statusu I.	23
12.	História Bratislavy I. a II.	24,25
13.	Informačné technológie a počítačová gramotnosť seniorov I. a II.	26,27
14.	Kultúra a tradície Slovenska a Európy II.	28
15.	Marketing a obchod ako ich nepoznáte I.	29
16.	Nikdy nie je neskoro na angličtinu I. – VI.	30,31
17.	Nikdy nie je neskoro na nemčinu I. a II.	32,33
18.	Pohyb po šesťdesiatke, lepšie neskoro ako nikdy I.	34
19.	Pohyb a tanec seniorov I.	35
20.	Právo – poznaj svoje práva I.	36
21.	Sám sebe manažérom – osobné a rodinné financie I.	37
22.	Slušnosť – zdravá duša – zdravé telo II.	38
23.	Spevom a hudbou k duševnej pohode II.	39
24.	Starí rodičia, ktorí menia svet I.	40
25.	Starostlivosť o telesné a duševné zdravie seniorov I.	41
26.	Strieborná generácia – aktívne starnutie a spoločensko-ekonomický potenciál seniorov I.	42
27.	Tréning pamäti seniora I.	43
28.	Trénovanie pamäti a mozgový jogging, nenechajte svoj mozog zaháľať I. a II.	44,45
29.	Turizmus pre seniorov a Gastroturizmus I. a II.	46,47
30.	Včelárstvo, žime v symbióze s prírodou.	48

MIMO BRATISLAVY

P.č.	Názov	Č. str.
1.	Nikdy nie je neskoro začať niečo nové v Galante II.	49
2.	Nikdy nie je neskoro začať niečo nové v Leviciach I.	50
3.	Nikdy nie je neskoro začať niečo nové v Partizánskom I.	51
4.	Nikdy nie je neskoro začať niečo nové v Piešťanoch, Bylinky I. a II.	52,53
5.	Nikdy nie je neskoro začať niečo nové v Piešťanoch, Bylinky špeciál I.	54
6.	Nikdy nie je neskoro začať niečo nové v Topoľčanoch I.	55
7.	Nikdy nie je neskoro začať niečo nové vo Vajnorochoch II.	56

POHYBOVÉ PROGRAMY

P.č.	Názov	Č. str.
1.	Joga	57
2.	Tai-chi	58,59
3.	Správne dýchanie	60
4.	Zumba Gold	61

Vysvetlivky: I. prvý ročník, II. druhý ročník

V prípade výučby jazykov I – VI skupina, podľa rozdelenia do skupín.

Do prvého ročníka každý študent sa musí prihlásiť, cez formulár prihlášky UTV.

*Do druhého ročníka automaticky pokračujú študenti UTV po skončení prvého ročníka. **Do druhého ročníka nie je možné sa prihlásiť bez ukončenia prvého ročníka.***

AGEL – UNIVERZITA ZDRAVIA – MEDICÍNSKE TÉMY I.

UTV CCV EUBA, AGEL - Vzdelávací, vedecký a výskumný inštitút a AGEL Merea, edukačno-tréningové centrum

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09

párny pondelok 12:45 – 14:15 hod.

Garant a vedúci ročníka: **PhDr. RNDr. Andrej Kováč, PhD., MPH a Mgr. Katarína Blahová**

dátum	téma	Prednáša
13.10.2025	Akupunktúra, starostlivosť o telo a dušu I.	Jungová Ivana, MUDr.
27.10.2025	Koža pod lupou, čo jej prospieva a čo jej škodí I.	Žigová Ľudmila, MUDr.
10.11.2025	Zrak v rokoch, ako zostať ostrý aj bez lupy I.	Hercová Slavomíra, MUDr.
24.11.2025	Menej tuku viac smiechu, zdravé telo v každom veku I.	Rybár Jakub, MUDr.
08.12.2025	Svaly a chrbát v harmónii, aby Vás každý krok tešil I.	Tkáč Marek, MUDr., MBA
19.01.2026	Artróza medzi nami, ako na ňu s humorom a s rozumom I.	Žigo Pavel, MUDr.
02.02.2026	Základy prvej pomoci, kým príde záchranka.	Bitomská Adela, Mgr.
16.02.2026	Akupunktúra, starostlivosť o telo a dušu II.	Jungová Ivana, MUDr.
02.03.2026	Koža pod lupou, čo jej prospieva a čo jej škodí II.	Žigová Ľudmila, MUDr.
16.03.2026	Zrak v rokoch, ako zostať ostrý aj bez lupy II.	Hercová Slavomíra, MUDr.
13.04.2026	Menej tuku viac smiechu, zdravé telo v každom veku II.	Rybár Jakub, MUDr.
27.04.2026	Svaly a chrbát v harmónii, aby Vás každý krok tešil II.	Tkáč Marek, MUDr., MBA
11.05.2026	Artróza medzi nami, ako na ňu s humorom a s rozumom II.	Žigo Pavel, MUDr.
25.05.2026	Spriechodnenie dýchacích ciest. Alergická reakcia – anafylaktický šok.	Bitomská Adela, Mgr.

AKTÍVNY SENIOR A JEHO PRÁVA I.

UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, 9. poschodie, učebňa A9.13

párny pondelok 12:45 – 14:15 hod.

Garant a vedúci ročníka: **prof. JUDr. Daniela Nováčková, PhD. a doc. JUDr. Vlasta Kovalančíková, CSc.**

dátum	téma	prednáša
13.10.2025	Moje občianske a politické práva.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
27.10.2025	Právny systém na Slovensku a proces normotvorby.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
10.11.2025	Vitalita seniorov exkurzia Tatry a Štrba.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
24.11.2025	Vzťah slovenského práva, práva Európskej únie a medzinárodného práva.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
08.12.2025	Ochrana ľudských práv a základných slobôd.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
19.01.2026	Vitalita seniorov- exkurzia adventná Nitra.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
02.02.2026	Európska únia a inštitút euroobčianstva.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
16.02.2026	Občianske práva podľa Občianskeho zákonníka.	Kovalančíková Vlasta, doc., JUDr., CSc.
02.03.2026	Finančná gramotnosť seniorov.	Kovalančíková Vlasta, doc., JUDr., CSc.
16.03.2026	Súdne konanie a čo ďalej.	Kovalančíková Vlasta, doc., JUDr., CSc.
13.04.2026	Prípady právnej praxe.	Kovalančíková Vlasta, doc., JUDr., CSc.
27.04.2026	Prevenčia – ochrana zdravia, života a majetku.	Kovalančíková Vlasta, doc., JUDr., CSc.
11.05.2026	Vitalita seniorov – exkurzia – história a kultúrne pamiatky Trnavy.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
25.05.2026	Ukončenie ročníka, kolokvium.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.

AROMATERAPIA I.

UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, 9. poschodie, učebňa A9.13

nepárny pondelok 15:15 – 16:45 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Mgr. Marcela Jedináková**

dátum	téma	prednáša
06.10.2025	Úvod do aromaterapie. Čo sú esenciálne oleje, ako pôsobia a základné zásady ich používania.	Jedináková, Marcela, Mgr.
20.10.2025	Základná domáca olejová lekárnica- čo obsahuje a prečo.	Jedináková, Marcela, Mgr.
03.11.2025	Aromaterapia pre seniorov a deti, materstvo a tehotenstvo. Ako riediť esenciálne oleje.	Jedináková, Marcela, Mgr.
01.12.2025	Posilnenie imunity pomocou aromaterapie a jej účinky na prevenciu zdravia. Alergie a čo s nimi.	Jedináková, Marcela, Mgr.
15.12.2025	Trávenie - centrum nášho zdravia a jeho podpora pomocou aromaterapie.	Jedináková, Marcela, Mgr.
12.01.2026	Emócie- Emocionálna a hormonálna rovnováha pomocou aromaterapie.	Jedináková, Marcela, Mgr.
26.01.2026	Aromaterapia a detox, redukcia hmotnosti a výživa.	Jedináková, Marcela, Mgr.
09.02.2026	Aromaterapia a pohybový aparát, zmiernenie fyzickej bolesti pri a po športe.	Jedináková, Marcela, Mgr.
23.02.2026	Ženské zdravie, spánok, využitie aromaterapie v joge a v ajurvéde, ako posilniť čakrový systém a teda rovnováhu v tele.	Jedináková, Marcela, Mgr.
09.03.2026	Použitie aromaterapie v domácnosti, upratovanie a čistenie s esenciálnymi olejmi, dezinfekcia.	Jedináková, Marcela, Mgr.
23.03.2026	Ako zistíme, ktorý olej potrebujeme, príklad aroma konzultácie.	Jedináková, Marcela, Mgr.
20.04.2026	Krása a starostlivosť o pleť, esenciálne oleje ako moderné bylinky.	Jedináková, Marcela, Mgr.
04.05.2026	Využitie esenciálnych olejov pri varení a príprave jedál.	Jedináková, Marcela, Mgr.
18.05.2026	Zmesi esenciálnych olejov a esenciálne parfumy.	Jedináková, Marcela, Mgr.

BYLINKY I.

UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09

nepárny utorok 10:00 – 11:30 hod.

Garant a vedúci ročníka: **doc. Ing. Daniela Benediková, PhD.**

dátum	téma	prednáša
07.10.2025	História a teroetické základy liečby liečivými rastlinami (LR), definície, charakteristika, význam používania LR.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
21.10.2025	Rastlinné obsahové látky, ich klasifikácia, účinnosť.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
04.11.2025	Rastlinné liečivá, postup výroby (čaj, odvar, macerát, extrakt, tinktúra, sirup...)	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
18.11.2025	Základné druhy prírodnej liečby (fytoterapia, gemmaterapia, arómaterapia, terraterapia, urinoaterapia....).	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
02.12.2025	Pestovanie, zber, sušenie, skladovanie a spracovanie LR.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
16.12.2025	LR na ochorenie dýchacích ciest (zoznam a popis).	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
13.01.2026	LR na ochorenie močových ciest, obličiek a gynekologické ochorenia (zoznam a popis).	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
27.01.2026	LR na ochorenia tráviaceho traktu (zoznam a popis).	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
10.02.2026	LR na ochorenie kože a pohybového ústrojenstva (zoznam a popis LR).	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
24.02.2026	Detoxikácia organizmu (jarná a jesenná).	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
10.03.2026	Málo známe a zabudnuté LR (zoznam a popis).	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
24.03.2026	Naše LR v tradičnej čínskej medicíne.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
21.04.2026	Koreniny ako LR, ich účinky a použitie v kuchyni.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
05.05.2026	LR použiteľné pre deti a tehotné (zoznam a popis).	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.

BYLINKY II.

UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, 9. prízemie, učebňa C1.09

ne pá rny utorok 12:30 – 14:00 hod.

Garant a vedúci ročníka: **doc. Ing. Daniela Benediková, PhD.**

dátum	téma	prednáša
07.10.2025	Úvodný workshop: Ako využívam svoje poznatky o liečivých rastlinách v praxi.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
21.10.2025	Rastliny pre tretie tisícročie.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
04.11.2025	Zber a použitie LR podľa ročných období.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
18.11.2025	Liečivá sila koreňov rastlín.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
02.12.2025	Chuť a vôňa korenia z celého sveta.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
16.12.2025	Použitie LR podľa čínskeho pentagramu, charakteristika významných druhov čínskych LR.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
13.01.2026	Interakcie liečivých rastlín s užívanými liekmi.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
27.01.2026	LR ako pomocná liečba pri cukrovke – diabetes.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
10.02.2026	Liečivé huby a ďalšie organizmy využiteľné na liečbu.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
24.02.2026	Jedovaté rastliny, možnosti ich zámény s inými rastlinami.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
10.03.2026	Jedlé liečivé rastliny a ich význam pre naše zdravie.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
24.03.2026	Orechy, ich význam a vplyv pre naše zdravie.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
21.04.2026	Bio kozmetika z liečivých rastlín, ako si pripraviť krém, šampón, mydlo.....	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
05.05.2026	Ukončenie ročníka, kolokvium.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.

CESTOVATEĽSKÝ ZEMEPIS I.

Obchodná fakulta EUBA a UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09

nepárny štvrtok 15:15 – 16:45 hod.

Garant a vedúci ročníka: **doc. RNDr. Pavol Plesník, PhD.**

dátum	téma	prednáša
09.10.2025	Cestovanie, poznávanie a zážitok. Cestovateľský zemepis.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.
23.10.2025	Švajčiarsko – Mekka turizmu, krásna a pestrá krajina.	Gáll, Jozef, Ing., PhD.
06.11.2025	Krajiny severnej Európy – Nórsko a Island, divočina ktorú modelovali ľadovce.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.
20.11.2025	Francúzsko – najnavštevovanejšia krajina sveta, mimoriadne danosti krajiny.	Lucia Uderianová Ing.
04.12.2025	Škótsko a Wales – menej známe krajiny Veľkej Británie.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.
15.01.2026	Anglicko – krajina výnimočných pamiatok.	Schmidt, Martin, Ing.
29.01.2026	Taliansko – dovolenková destinácia s množstvom atraktívnych miest.	Lucia Uderianová Ing.
12.02.2026	Krajiny BENELUXu – zaujímavosti a pestrosť na pomerne malom území.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.
26.02.2026	Uzbekistan – populárna destinácia ležiaca na hodvábnej ceste.	Gáll, Jozef, Ing., PhD.
12.03.2026	Národné parky juhozápadu USA – jedno z najkrajších území na Zmeguli.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.
26.03.2026	USA – ďalšie atrakcie a mestá tejto obrovskej krajiny.	Schmidt, Martin, Ing.
09.04.2026	Tanzánia – vrchol Kilimandžára, safari a pláže ostrova Zanzibar.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.
23.04.2026	Spojené Arabské Emiráty – jedna z najbohatších krajín sveta.	Schmidt, Martin, Ing.
21.05.2026	Peru – krajina Inkov, ale aj vysokých a mohutných pohorí.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.

COCO CHANEL

ŽENA, KTORA ZMENILA SVET MÓDY I.

UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09

nepárny štvrtok 11:00 – 12:30 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Soňa Michaláková**

dátum	téma	prednáša
09.10.2025	Pôvod a osud rodiny Chanel a narodenie Gabrielle.	Michaláková, Soňa
23.10.2025	Nástup a život v kláštore Aubazine.	Michaláková, Soňa
06.11.2025	Život v Moulins, Vichy a vstup do vyššej spoločnosti.	Michaláková, Soňa
20.11.2025	Stretnutie veľkej lásky, Arthur Capel.	Michaláková, Soňa
04.12.2025	Otvorenie salónov v Paríži, Deuville, Biaritz, získanie nezávislosti a nový začiatok.	Michaláková, Soňa
15.01.2026	Medzivojnové obdobie, divadelné kostýmy, vznik parfumy Chanel No.5 a prvá kolekcia šperkov.	Michaláková, Soňa
29.01.2026	2. svetová vojna, exil vo Švajčiarsku a návrat do Paríža.	Michaláková, Soňa
12.02.2026	20 rokov zloby, obnovenie značky Chanel, úspechy, nečakaná smrť a zatvorenie módného domu.	Michaláková, Soňa
26.02.2026	Znovuotvorenie módného domu Chanel s Lagerfeldom.	Michaláková, Soňa
12.03.2026	Diskusia so slovenským módnym návrhárom.	Michaláková, Soňa
26.03.2026	Pohľad do zákulisia modnej prehiadky – osobná skúsenosť.	Michaláková, Soňa
09.04.2026	Ukážka artefaktov COCO Chanel, módné kúsky, korešpondencia a iné.	Michaláková, Soňa
23.04.2026	Exkurz do histórie módy s odborníkom.	Michaláková, Soňa
21.05.2026	Súčasná móda – Paríž verzus Bratislava, kolokvium a ukončenie ročníka.	Michaláková, Soňa

COCO CHANEL ŽENA, KTORA ZMENILA SVET MÓDY II.

UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09

párny štvrtok 11:00 – 12:30 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Soňa Michaláková**

dátum	téma	prednáša
16.10.2025	Coco Chanel v Amerike – jej pôsobenie v Spojených štátoch amerických (Dallas, Hollywood, New York).	Michaláková, Soňa
30.10.2025	Parfumy Chanel – vznik parfumu Chanel No.5 a ďalších.	Michaláková, Soňa
13.11.2025	Kabelky – vznik kabelky Chanel 255 a ďalšie modely.	Michaláková, Soňa
27.11.2025	Houte Couture – vznik a história vysokého krajčírstva.	Michaláková, Soňa
11.12.2025	Houte Joaillerie -vznik a história šperkárstva.	Michaláková, Soňa
22.01.2026	Chanel a umelci (Picasso, Dahli, Cocteau, Stravinsky).	Michaláková, Soňa
05.02.2026	Chanel a jej vplyv na divadlo a filmy.	Michaláková, Soňa
19.02.2026	Chanel a interiér – interiérový dizajn.	Michaláková, Soňa
05.03.2026	Chanel a Ritz – jej život v známom hoteli.	Michaláková, Soňa
19.03.2026	Po stopách Chanel v Paríži – miesta, kde sa Coco zdržiavala.	Michaláková, Soňa
16.04.2026	Prehliadky Chanel – pohľad na mólo aj do zákulisia.	Michaláková, Soňa
30.04.2026	Parížska móda, ako si vytvoriť parížsky šatník.	Michaláková, Soňa
14.05.2026	Chanel a modeling.	Michaláková, Soňa
28.05.2026	Kolokvium, ukončenie štúdia a exkurzia.	Michaláková, Soňa

DEUTSCHE TELEKOM SERVICES EUROPE (DTSE) – MODERNE A BEZPEČNE V DIGITÁLNOH SVETE I.

UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, budova NHF EUBA, učebňa D.117

párna streda 15:15 – 16:45 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Mgr. Dávid Molnár**
Deutsche Telekom Services Europe (DTSE)

dátum	téma	prednáša
15.10.2025	Telekomunikácie – veľký skok pre ľudstvo.	DTSE
29.10.2025	Mobil náš každodenný (Ako funguje telefonovanie a ako ušetriť za mobilné služby).	DTSE
12.11.2025	Užitočné mobilné nastavenia (Zásady bezpečnosti a nastavenie funkcií na mobile).	DTSE
26.11.2025	Užitočné mobilné aplikácie (Ukážka a nastavenie zaujímavých mobilných aplikácií).	DTSE
10.12.2025	Videohovory (Nastavenie video-aplikácií ako napr. WhatsApp na mobile).	DTSE
21.01.2026	Internet náš každodenný (Ako funguje internet a na čo si dať pozor - podvody).	DTSE
04.02.2026	Bezpečné heslá (Ochrana nášho „digitálneho domova“ pred zlodejmi).	DTSE
18.02.2026	Hoaxy a dezinformácie (Dvakrát čítaj a raz zdieľaj).	DTSE
04.03.2026	Ako rozpoznať podvody na mobilných zariadeniach a SIM kartách.	DTSE
18.03.2026	Informácie nad zlato (Čo o každom z nás vie celý svet?).	DTSE
15.04.2026	Google a moje súkromie na internete (Nastavenie preferencií a ochrany súkromia cez mobil).	DTSE
29.04.2026	Nahradia nás roboty? (Budúcnosť ľudí vo svete automatizácie a robotizácie).	DTSE
13.05.2026	Kritické myslenie a rozhodovanie (Zásadné zručnosti pre ostražitosť v digitálnom svete).	DTSE
27.05.2026	Návšteva DTSE priestorov (Ukončenie ročníka).	DTSE

DEUTSCHE TELEKOM SERVICES EUROPE (DTSE) – MODERNE A BEZPEČNE V DIGITÁLNOH SVETE II.

UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, budova NHF EUBA, učebňa D.117

nepárna streda 15:15 – 16:45 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Mgr. Dávid Molnár**
Deutsche Telekom Services Europe (DTSE)

dátum	téma	prednáša
08.10.2025	Umelá inteligencia I. (Dobrý sluha, zlý pán)	DTSE
22.10.2025	Umelá inteligencia II. (Náhľad za oponu tejto technológie)	DTSE
05.11.2025	Četboty a virtuálni hlasoví asistenti (Kde a ako ich využiť)	DTSE
19.11.2025	Moderné technológie v medicíne – Telemedicína	NUSCH
03.12.2025	Reklamy na internete a online nákupy – výhody a nástrahy	DTSE
17.12.2025	Peniaze nie sú všetko (Spoločenská zodpovednosť firiem verzus zisk)	DTSE
14.01.2026	Internet v malíčku (Vyhľadávanie, bezpečnosť a súkromie na internete)	DTSE
28.01.2026	Online komunikácia a jej nástrahy (Falošné lásky, moderné výrazy a sociálny kontakt)	DTSE
11.02.2026	Internetové bankovníctvo (Ako ho bez obáv a bezpečne používať)	DTSE
25.02.2026	Digitálna stopa (Osobné údaje na internete a krádež identity)	DTSE
11.03.2026	Ja a ekológia (Recyklovanie, udržateľnosť + tipy ako ušetriť)	DTSE
25.03.2026	Sociálne siete (Zdroj informácií, zapájanie sa do diskusií a kyber šikana)	DTSE
22.04.2026	Štvrtá priemyselná revolúcia (Technologický pokrok a neďaleká „smart“ budúcnosť)	DTSE
06.05.2026	Ukončenie študijného programu	DTSE

DIGITÁLNA BEZPEČNOSŤ I.

Obchodná fakulta EUBA

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09

párny štvrtok 17:00 – 18:30 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Ing. Martin Kuchta, PhD. MBA**

npor. JUDr. Jana Zachar Kuchtová

dátum	téma	prednáša
16.10.2025	Terminológia z oblasti bezpečnosti na internete.	Zachar Kuchtová, Jana, npor. JUDr.
30.10.2025	Internet a informačno-komunikačné technológie.	Zachar Kuchtová, Jana, npor. JUDr.
13.11.2025	Silné heslá.	Zachar Kuchtová, Jana, npor. JUDr.
27.11.2025	Vyhľadavanie informácií.	Kuchta, Martin, Ing., PhD., MBA
11.12.2025	Hoaxy a dezinformácie.	Kuchta, Martin, Ing., PhD., MBA
22.01.2026	Osobné údaje na internete.	Kuchta, Martin, Ing., PhD., MBA
05.02.2026	E-mailová komunikácia a jej riziká.	Zachar Kuchtová, Jana, npor. JUDr.
19.02.2026	Sociálne siete.	Kuchta, Martin, Ing., PhD., MBA
05.03.2026	Kybernetická šikana.	Zachar Kuchtová, Jana, npor. JUDr.
19.03.2026	Bezpečné internetové platby.	Kuchta, Martin, Ing., PhD., MBA
16.04.2026	Bezpečné používanie mobilných telefónov.	Zachar Kuchtová, Jana, npor. JUDr.
30.04.2026	Užitočné mobilné aplikácie.	Zachar Kuchtová, Jana, npor. JUDr.
14.05.2026	Reklamy na internete.	Kuchta, Martin, Ing., PhD., MBA
28.05.2026	Internetové trendy.	Kuchta, Martin, Ing., PhD., MBA

DIZAJN A MULTIMÉDIÁ I.

UTV CCV EUBA a SLOVENSKÉ CENTRUM DIZAJNU

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09

párny štvrtok 15:30 – 17:00 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Mgr., art. Maroš Schmidt**

dátum	téma	prednáša
16.10.2025	Od písma ku knihe.	Ondrišáková Gabriela, Mgr.
30.10.2025	Nebáť sa moderny . Škola umeleckých remesiel.	Prešnajderová Klára, Mgr., PhD.
13.11.2025	Vizuálna identita a komunikačný dizajn v priestore.	Kružliaková Silvia, Mgr.
27.11.2025	Dejiny sklárskeho dizajnu na Slovensku.	Deáková Júlia, Mgr.
11.12.2025	Produktová fotografia v Slovenskom múzeu dizajnu.	Kružliaková Silvia, Mgr.
22.01.2026	Pod prúdom – dizajn elektrospotrebičov.	Schmidt Maroš, Mgr., art.
05.02.2026	O keramike a porceláne v (Česko)Slovensku.	Janišová Simona, Mgr., art., ArtD.
19.02.2026	Multiméfiá.	Beňačková Rišková Mária, Mgr.
05.03.2026	Humanita v dizajne.	Seneši Lutherová Silvia, Mgr., PhD.
19.03.2026	Od ihly po obchod, udržateľnosť v móde.	Štraneková Mária, Mgr., art., ArtD.
16.04.2026	Dizajn vo verejnom priestore.	Jankovičová Sabina, Mgr., PhD.
30.04.2026	Transport dizajn.	Schmidt Maroš, Mgr., art.
14.05.2026	Umelá inteligencia a jej využitie v dizajne.	Paršo Róbert, Mgr. art.
28.05.2026	Expozícia múzea dizajnu. Kolokvium, ukončenie ročníka.	Schmidt Maroš, Mgr., art. A kolektív

EURÓPSKE EKONOMICKÉ VZŤAHY I.

UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09

nepárny pondelok 13:45 – 15:15 hod.

Garant a vedúci ročníka: **prof. JUDr. Daniela Nováčková, PhD.**

dátum	téma	prednáša
06.10.2025	Členstvo SR v EÚ.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
20.10.2025	EÚ významná medzinárodná organizácia.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
03.11.2025	Štruktúra orgánov EÚ.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
01.12.2025	Návšteva kancelárie Európskeho parlamentu v Bratislave.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
15.12.2025	Občan a jeho práva.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
12.01.2026	Zastúpenie SR v inštitúciách EÚ.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
26.01.2026	Rozpočtová politika EÚ.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
09.02.2026	Spoločná menová politika – digitálne euro.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
23.02.2026	Politika vonkajších vzťahov EÚ.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
09.03.2026	Sloboda pohybu tovaru – zdravé a bezpečné potraviny.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
23.03.2026	Slovenské produkty a ich označovanie.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
20.04.2026	Rozširovanie Európskej únie.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
04.05.2026	Vitalita seniorov – exkurzia história kultúrne pamiatky Trnavy.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.
18.05.2026	Ukončenie ročníka, kolokvium.	Nováčková Daniela, prof., JUDr., PhD.

FINANČNÁ GRAMOTNOSŤ SENIOROV PREDPOKLAD SPOLOČENSKÉHO STATUSU I.

Obchodná fakulta EUBA

Dolnozemska cesta 1, 9. poschodie, učebňa A9.13

párna streda 15:45 – 17:15 hod.

Garant a vedúci ročníka: **doc. Ing. Ľuboš Pavelka, PhD.**

dátum	téma	prednáša
15.10.2025	Osobné financie seniorov v podmienkach 21. storočia.	Pavelka Ľuboš, doc., Ing., PhD.
29.10.2025	Jednoduché kupecké počty predpoklad racionálneho rozhodovania.	Pavelka Ľuboš, doc., Ing., PhD.
12.11.2025	Sporenie a investovanie z pohľadu seniorov.	Pavelka Ľuboš, doc., Ing., PhD.
26.11.2025	Ochrana spotrebiteľa vo finančných službách.	Pavelka Ľuboš, doc., Ing., PhD.
10.12.2025	Poistné produkty pre seniorov a ich špecifiká.	Pavelka Ľuboš, doc., Ing., PhD.
21.01.2026	Ěfektívne platby prostredníctvom platobných kariet, ako si poradiť s nekalými praktikami obchodníkov.	Pavelka Ľuboš, doc., Ing., PhD.
04.02.2026	Ochrana seniora vo finančných službách.	Pavelka Ľuboš, doc., Ing., PhD.
18.02.2026	Zdaňovanie kapitálových príjmov z pohľadu seniorov.	Pavelka Ľuboš, doc., Ing., PhD.
04.03.2026	Využívanie finančných služieb v zahraničí, výhody a nevýhody.	Pavelka Ľuboš, doc., Ing., PhD.
18.03.2026	Investovanie do drahých kovov.	Pavelka Ľuboš, doc., Ing., PhD.
15.04.2026	Obozretné podnikanie a ochrana seniorov proti finančným podvodníkom v SR.	Pavelka Ľuboš, doc., Ing., PhD.
29.04.2026	Ako sa vyhnúť bankovým poplatkom z pohľadu seniora.	Pavelka Ľuboš, doc., Ing., PhD.
13.05.2026	Sporenie alebo investovanie? Od vkladnej knižky k ETF fondom.	Pavelka Ľuboš, doc., Ing., PhD.
27.05.2026	Ukončenie ročníka a finančné rady seniorom.	Pavelka Ľuboš, doc., Ing., PhD.

HISTÓRIA BRATISLAVY I.

UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09

párna streda 9:15 – 10:45 hod.

Garant a vedúci ročníka: **doc. Ľuboš Kačírek, PhD.**

dátum	téma	prednáša
15.10.2025	Praveké dejiny Bratislavy.	Turčan, Vladimír, PhDr.
29.10.2025	Územie Bratislavy pred vznikom stredovekého mesta (Kelti, Rímania a Slovania).	Turčan, Vladimír, PhDr.
12.11.2025	Formovanie stredovekej Bratislavy (10. – 13. storočie).	Šedivý, Juraj, prof. PhDr., PhD.
26.11.2025	Stredoveká Bratislava (14. – 15. storočie).	Šedivý, Juraj, prof. PhDr., PhD.
10.12.2025	Cechy v stredovekej Bratislave.	Segeš Vladimír, doc., PhDr., PhD.
21.01.2026	Zločin a trest v stredovekej Bratislave.	Segeš Vladimír, doc., PhDr., PhD.
04.02.2026	Exkurzia.	Kačírek, Ľuboš, doc. Mgr., PhD.
18.02.2026	Doprava v Bratislave do roku 1918.	Martinko, Peter
04.03.2026	Bratislava v 19. a na začiatku 20. storočia.	Kačírek, Ľuboš, doc. Mgr., PhD.
18.03.2026	Rozmach priemyslu, industriálne pamiatky.	Kačírek, Ľuboš, doc. Mgr., PhD.
15.04.2026	1. svetová vojna a vznik ČSR (1914 – 1919).	Kačírek, Ľuboš, doc. Mgr., PhD.
29.04.2026	Bratislava v 1. polovici 20. storočia.	Kačírek, Ľuboš, doc. Mgr., PhD.
13.05.2026	Vznik Veľkej Bratislavy a rozvoj mesta. v 2. polovici 20. storočia.	Kačírek, Ľuboš, doc. Mgr., PhD.
27.05.2026	Exkurzia – ukončenie ročníka.	Kačírek, Ľuboš, doc. Mgr., PhD.

HISTÓRIA BRATISLAVY II.

UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09

nepárna streda 9:15 – 10:45 hod.

Garant a vedúci ročníka: **doc. Mgr. Ľuboš Kačírek, PhD.**

dátum	Téma	prednáša
08.10.2025	Bratislava ako korunovačné mesto.	Segeš Vladimír, doc., PhDr., PhD.
22.10.2025	Remeslá a cechy v novovekej Bratislave.	Segeš Vladimír, doc., PhDr., PhD.
05.11.2025	Mária Terézia a Bratislava.	Hrnčiarová, Daniela, PhDr., PhD.
19.11.2025	Napoleon a Bratislava.	Čapo, Matej, Mgr., PhD.
03.12.2025	Móda a odevná kultúra obyvateľov Bratislavy v dlhom 19. storočí.	Vargová, Lenka, Mgr., PhD.
17.12.2025	Bytová kultúra a životný štýl v Bratislave v 19. storočí.	Vargová, Lenka, Mgr., PhD.
14.01.2026	Slovenská Bratislava v dlhom 19. storočí.	Kačírek, Ľuboš, doc. Mgr., PhD.
28.01.2026	Exkurzia.	Kačírek, Ľuboš, doc. Mgr., PhD.
11.02.2026	Doprava v Bratislave v 20. storočí.	Martinko, Peter
25.02.2026	Bratislava v období socializmu.	Janto Juraj, Mgr., PhD.
11.03.2026	Umelecké diela Bratislavy z 20. storočia.	Jankovičová, Sabína, Mgr. ArtD.
25.03.2026	Školstvo v Bratislave.	Kočí, Martina, Mgr., PhD.
22.04.2026	Športový život Bratislavčanov v 20. storočí.	Černák, Tomáš, PhDr., PhD.
06.05.2026	Exkurzia – ukončenie ročníka.	Kačírek, Ľuboš, doc. Mgr., PhD.

INFORMAČNÉ TECHNOLOGIE A POČÍTAČOVÁ GRAMOTNOSŤ SENIOROV I.

Fakulta podnikového manažmentu EUBA

Dolnozemska cesta 1
6. poschodie, učebňa A6.12

pondelok 15:00 – 16:30 hod.

Garant a vedúci študijného odboru: **doc. Ing. Vladimír Bolek, PhD., MBA**

dátum	Téma	prednáša
06.10.2025	Informačno-komunikačné technológie.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
20.10.2025	Práca so súbormi, priečinkami, USB + často používané klávesové skratky.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
03.11.2025	Internet a internetová komunikácia.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
01.12.2025	Práca s dotykovým telefónom + aplikácie v telefóne.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
15.12.2025	Google aplikácie a používanie Google účtu.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
19.01.2026	E-mailová komunikácia - práca s prílohami.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
02.02.2026	MS Word – práca s textom, formátovanie, tabuľka, tlač.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
16.02.2026	Excel – práca s tabuľkou, formátovanie, základné funkcie.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
02.03.2026	PowerPoint – vytvorenie prezentácie, snímka, nadpis, práca s blokmi.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
16.03.2026	Sociálne siete – Facebook, Instagram, X, Google meet, MS Teams.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
20.04.2026	Eshop a online nakupovanie.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
27.04.2026	Umelá inteligencia – Chat GPT, Gemini.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
11.05.2026	Cloud, Google Lens.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
18.05.2026	Ukončenie ročníka, rozprava.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.

INFORMAČNÉ TECHNOLOGIE A POČÍTAČOVÁ GRAMOTNOSŤ SENIOROV II.

Fakulta podnikového manažmentu EUBA

Dolnozemska cesta 1
6. poschodie, učebňa A6.12

pondelok 15:00 – 16:30 hod.

Garant a vedúci študijného odboru: **doc. Ing. Vladimír Bolek, PhD., MBA**

dátum	Téma	prednáša
29.09.2025	Informačno-komunikačné technológie.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
13.10.2025	Vyberáme si nový počítač a smart zariadenie.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
27.11.2025	Kritéria na výber nového smart zariadenia v domácnosti.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
10.11.2025	Umelá inteligencia – generovanie textov a obrázkov.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
24.11.2025	Predstavenie balíku Microsoft 365.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
08.12.2025	MS Word – práca s textom, tabuľky, revízia textu.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
12.01.2026	MS Excel – manuálne a automatické vzorce, práca s dátovým súborom.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
26.01.2026	MS Excel – matematické, logické a vyhľadávacie funkcie.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
09.02.2026	MS PowerPoint – práca s obrázkami, animácie, prezentácia.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
23.02.2026	Práca s fotografiou.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
09.03.2026	Tvorba webstránok – základy práce v redakčnom systéme Wordpress.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
23.03.2026	Tvorba webstránok – práca s textami a obrázkami.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
13.04.2026	Tvorba webstránok – témy, widgety, publikovanie webstránky.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.
04.05.2026	Ukončenie ročníka, rozprava.	Zahradník, Peter, Ing., PhD.

KULTÚRA A TRADÍCIE SOVENSKA A EURÓPY II.

UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09

párny piatok 15:00 – 16:30 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Mgr. Katarína Nádaská, PhD.**

dátum	téma	prednáša
03.10.2025	Judaizmus.	Nádaská, Katarína, Mgr., PhD.
17.10.2025	Rímsko-katolícka cirkev.	Nádaská, Katarína, Mgr., PhD.
31.10.2025	Pravoslávna cirkev.	Nádaská, Katarína, Mgr., PhD.
14.11.2025	Evanjelická cirkev.	Nádaská, Katarína, Mgr., PhD.
28.11.2025	Kalvínska, anglikánska cirkev.	Nádaská, Katarína, Mgr., PhD.
12.12.2025	Kroj ako fenomén, tradícia a história, dnešné využitie a nadväzovanie na tradície.	Tajek Piešová Zuzana
23.01.2026	Nové náboženské smery a hnutia.	Nádaská, Katarína, Mgr., PhD.
06.02.2026	Najzaujímavejšie zvláštnosti, význam ľudového odevu v prítomnosti.	Tajek Piešová Zuzana
20.02.2026	Charakteristika mágie a jej rozdelenie.	Nádaská, Katarína, Mgr., PhD.
06.03.2026	Stručné dejiny mágie od praveku po súčasnosť.	Nádaská, Katarína, Mgr., PhD.
20.03.2026	Osoby venujúce sa mágii.	Nádaská, Katarína, Mgr., PhD.
17.04.2026	Biela (pozitívna) mágia.	Nádaská, Katarína, Mgr., PhD.
15.05.2026	Ľúbostná a erotická mágia.	Nádaská, Katarína, Mgr., PhD.
29.05.2026	Čierna (negatívna) mágia.	Nádaská, Katarína, Mgr., PhD.

MARKETING A OBCHOD AKO ICH NEPOZNÁTE I.

Obchodná fakulta EUBA a UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, 9. poschodie, učebňa A9.14

párny štvrtok 15:15 – 16:45 hod.

Garant a vedúci ročníka: **doc. Ing. Jozef Orgonáš, PhD., MBA**

dátum	téma	prednáša
16.10.2025	Senior marketing a jeho zvláštnosti.	Orgonáš, Jozef, doc. Ing., PhD., MBA
30.10.2025	Spotrebiteľská politika a ochrana spotrebiteľa (seniora).	Orgonáš, Jozef, doc. Ing., PhD., MBA
13.11.2025	Práva spotrebiteľa.	Orgonáš, Jozef, doc. Ing., PhD., MBA
27.11.2025	Reklamácie a ich riešenie. Záručná doba.	Orgonáš, Jozef, doc. Ing., PhD., MBA
11.12.2025	Povinnosti spotrebiteľov.	Orgonáš, Jozef, doc. Ing., PhD., MBA
22.01.2026	Spotrebiteľské správanie.	Kopaničová, Janka, Ing. Mgr., PhD.
05.02.2026	Vianoce a senior (ako spotrebiteľ).	Orgonáš, Jozef, doc. Ing., PhD., MBA
19.02.2026	Senior a kvalita produktov.	Jarossová, Małgorzata, doc. Dr. Ing.
05.03.2026	Senior a vybrané produkty (víno a alkohol).	Jarossová, Małgorzata, doc. Dr. Ing.
19.03.2026	Senior a vybrané produkty (cukrovinky, čokoláda, konzervy).	Jarossová, Małgorzata, doc. Dr. Ing.
16.04.2026	Senior a vybrané produkty (základné potraviny).	Jarossová, Małgorzata, doc. Dr. Ing.
30.04.2026	Senior a nákup cez internet. – výhody, nevýhody, riziká.	Kuchta, Martin, Ing., PhD. MBA
14.05.2026	Senior a komunikácia obchodníkov – reklama.	Mravec, Martin, Ing., PhD.
28.05.2026	Senior a komunikácia obchodníkov – PR, osobný predaj, podpora predaja.	Kozák, Štefan, Mgr. art.

NIKDY NIE JE NESKORO NA ANGLIČTINU

Fakulta aplikovaných jazykov EUBA a UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, 9. poschodie, učebňa A9.13

štvrtok

9:00 - 10:30 hod., 10:45 - 12:15hod., 12:45 – 14:15 hod., 14:30 – 16:00 hod.

Garant a vedúci ročníka: **PaedDr. Eva Stradiotová, PhD.**

dátum	téma	prednáša
09.10.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
16.10.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
23.10.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
30.10.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
06.11.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
13.11.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
20.11.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
27.11.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
04.12.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
15.01.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
22.01.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
29.01.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
05.02.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
12.02.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
19.02.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
26.02.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
05.03.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
12.03.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
19.03.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
26.03.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
09.04.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
16.04.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
23.04.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
30.04.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
14.05.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.
21.05.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová, Eva, PaedDr., PhD.

NIKDY NIE JE NESKORO NA ANGLIČTINU

Fakulta aplikovaných jazykov EUBA a UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1,9. poschodie, učebňa A9.13

piatok 9:00 - 10:30 hod., 10:45 – 12:15 hod.

Garant a vedúci ročníka: **PaedDr. Eva Stradiotová, PhD.**

dátum	téma	prednáša
10.10.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
17.10.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
24.10.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
31.10.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
07.11.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
14.11.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
21.11.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
28.11.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
05.12.2025	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
16.01.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
23.01.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
30.01.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
06.02.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
13.02.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
20.02.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
27.02.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
06.03.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
13.03.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
20.03.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
27.03.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
10.04.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
17.04.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
24.04.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
15.05.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
22.05.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.
29.05.2026	Konverzácia na každý deň.	Stradiotová Eva, PaedDr., PhD.

NIKDY NIE JE NESKORO NA NEMČINU I.

Fakulta aplikovaných jazykov EUBA a UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, 9. posch., učebňa A9.13,

pondelok 11:00 – 12:30 hod.

Garant a vedúci ročníka **Mgr. Ingrid Kunovská, PhD.**

dátum	Téma	prednáša
22.09.2025	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
29.09.2025	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
06.10.2025	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
13.10.2025	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
20.10.2025	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
27.10.2025	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
03.11.2025	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
10.11.2025	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
17.11.2025	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
24.11.2025	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
01.12.2025	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
08.12.2025	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
15.12.2025	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
09.02.2026	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
16.02.2026	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
23.02.2026	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
02.03.2026	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
09.03.2026	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
16.03.2026	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
23.03.2026	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
30.03.2026	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
13.04.2026	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
20.04.2026	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
27.04.2026	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
04.05.2026	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.
11.05.2026	Konverzácia na každý deň	Kunovská Ingrid, Mgr., PhD.

NIKDY NIE JE NESKORO NA NEMČINU II.

Fakulta aplikovaných jazykov EUBA a UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, 9. posch. učebňa A9.13

streda 13:30 – 15:00 hod. Garant Mgr. Jana Kucharová, PhD.

dátum	Téma	prednáša
17.09.2025	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
24.09.2025	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
01.10.2025	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
08.10.2025	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
15.10.2025	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
22.10.2025	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
29.10.2025	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
05.11.2025	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
12.11.2025	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
19.11.2025	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
26.11.2025	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
03.12.2025	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
04.02.2026	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
11.02.2026	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
18.02.2026	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
25.02.2026	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
04.03.2026	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
11.03.2026	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
18.03.2026	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
25.03.2026	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
01.04.2026	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
08.04.2026	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
15.04.2026	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
22.04.2026	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
29.04.2026	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.
06.05.2026	Konverzácia na každý deň.	Kucharová Jana, Mgr., PhD.

POHYB PO ŠEŠĎESIATKE, LEPŠIE NESKORO AKO NIKDY I.

UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, 9. poschodie, učebňa A9.13 a ŠH Prokofievova ul.
nepárna streda 11:00 – 12:30 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Ing. Viera Ripková**

dátum	téma	prednáša
08.10.2025	Zdravý životný štýl? Kto vie čo to je?	Ripková Viera, Ing.
22.10.2025	Športom k zdraviu, alebo nie?	Ripková Viera, Ing.
19.11.2025	Silový tréning do každej rodiny.	Ripková Viera, Ing.
03.12.2025	Zacvičme si spolu.	Ripková Viera, Ing.
17.12.2025	Ako si nastaviť ciele a ako vydržať.	Ripková Viera, Ing.
14.01.2026	Rieši šport nadváhu alebo obezitu?	Ripková Viera, Ing.
28.01.2026	Vieme čo jeme?	Ripková Viera, Ing.
25.02.2026	Je diéta riešením?	Ripková Viera, Ing.
11.03.2026	Vyvážený jedálniček: kto tomu rozumie?	Ripková Viera, Ing.
25.03.2026	Varenie ako radosť?	Ripková Viera, Ing.
06.05.2026	Zdravé stravovanie pri špecifických ochoreniach.	Ripková Viera, Ing.
20.05.2026	Pohyb a duševná pohoda.	Ripková Viera, Ing.
03.06.2026	Ako si vytvoriť dobrý návyk?	Ripková Viera, Ing.
17.06.2026	Kolokvium - ukončenie ročníka a predstavenie prednášok pre druhý ročník.	Ripková Viera, Ing.

POHYB A TANEC SENIOROV I.

UTV CCV EUBA a Platforma pre súčasný tanec PLAST

Dolnozemska cesta 1, 9. poschodie, učebňa A9.13 a ŠH Prokofievova ul.
párna streda 11:00 – 12:30 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Mgr. art. Alica Šaling**

dátum	téma	prednáša
15.10.2025	Zoznámenie sa, rozhovor, skupinové „ice breakery“ v pohybe	Šaling Alica, Mgr., art.
29.10.2025	Individuálne, párové a skupinové vnímanie dychu.	Šaling Alica, Mgr., art.
12.11.2025	Časovo-priestorová koordinácia skupiny.	Šaling Alica, Mgr., art.
26.11.2025	Vedenie, nasledovanie, dopĺňanie, manipulácia.	Šaling Alica, Mgr., art.
10.12.2025	Tiaž, ľahká a silná. Plynutie voľné a viazané.	Šaling Alica, Mgr., art.
21.01.2026	Priestorové úrovne. Priamy a nepriamy vzťah k priestoru.	Šaling Alica, Mgr., art.
04.02.2026	Čas, zadržaný a zrýchlený, rytmické cvičenia.	Šaling Alica, Mgr., art.
18.02.2026	Práca s vlastným menom a inými menami v pohybe.	Šaling Alica, Mgr., art.
04.03.2026	Dotykom facilitované zvučenie.	Šaling Alica, Mgr., art.
18.03.2026	Skupinové zvučenie, zvuková vibrácia, zvukovo-pohybová kompozícia.	Šaling Alica, Mgr., art.
15.04.2026	Ľahká tiaž, voľné a viazané lypnutie.	Šaling Alica, Mgr., art.
29.04.2026	Silná tiaž, voľné a viazané plynutie.	Šaling Alica, Mgr., art.
13.05.2026	Tvorba skupinovej kompozície a inštalácie objektov.	Šaling Alica, Mgr., art.
27.05.2026	Kolokvium - ukončenie ročníka a predstavenie prednášok pre druhý ročník.	Šaling Alica, Mgr., art.

PRÁVO - POZNAJ SVOJE PRÁVA I.

OBCHODNÁ FAKULTA EUBA a UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09

párna streda 13:30 – 15:00 hod.

Garant a vedúci ročníka: **JUDr. Michal Hutta, PhD.**

dátum	téma	prednáša
15.10.2025	Čo je právo - ako ho nájsť, pochopiť a využiť ho vo svoj prospech.	Magurová Hana, JUDr., PhD., LL.M.
29.10.2025	Abeceda základných práv a slobôd, ústavné práva a slobody pre každého.	Magurová Hana, JUDr., PhD., LL.M.
12.11.2025	Nakupovanie cez internet a práva spotrebiteľov.	Tináková Eva, JUDr., Mgr., PhD.
26.11.2025	Ako bezpečne nakladať so svojím majetkom, predaj, darovanie, nehnuteľnosti...	Hutta Michal, JUDr., PhD.
10.12.2025	Ako bezpečne dosahovať príjem z majetku.	Hutta Michal, JUDr., PhD.
21.01.2026	Práca podľa vlastného tempa za účelom dosiahnutia ďalšieho príjmu.	Tináková Eva, JUDr., Mgr., PhD.
04.02.2026	Verejná správa zrozumiteľne, kto a čo vybavuje a ako sa v tom nestrátiť.	Radosa Matúš, JUDr., PhD.
18.02.2026	Aktívny občan v obci, podnety, petície, sťažnosti a iné.	Radosa Matúš, JUDr., PhD.
04.03.2026	Na úrad bez návštevy, právne základy elektronickej komunikácie.	Radosa Matúš, JUDr., PhD.
18.03.2026	Ochrana porušených práv v praxi, trestné oznámenie, žaloba na súd.	Hutta Michal, JUDr., PhD.
15.04.2026	Vymáhanie pohľadávok a exekúcia.	Tináková Eva, JUDr., Mgr., PhD.
29.04.2026	Dedenie bez obáv, závet a dedenie zo zákona.	Hutta Michal, JUDr., PhD.
13.05.2026	Exkurzia.	Hutta Michal, JUDr., PhD.
27.05.2026	Ukončenie ročníka, kolokvium.	Magurová Hana, JUDr., PhD., LL.M.

SÁM SEBE MANAŽÉROM - OSOBNÉ A RODINNÉ FINANČIE I.

Národohospodárska fakulta EUBA a UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, 9. poschodie, učebňa A9.14

nepárna streda 15:15 – 16:45 hod.

Garant a vedúci ročníka: **prof. Ing. Erika Pastoráková, PhD.**

Ing. Andrea Snopková, PhD.

dátum	Téma	prednáša
08.10.2025	Ekonomické funkcie rodiny. Význam finančného plánovania v rodine.	Pastoráková, Erika, prof. Ing., PhD.
22.10.2025	Osobný a rodinný rozpočet. Štruktúra a zložky rodinného rozpočtu.	Pastoráková, Erika, prof. Ing., PhD.
05.11.2025	Riziká, nás ohrozujúce a ako sa dajú riadiť. Na základe čoho sa rozhoduje spotrebiteľ na finančnom trhu?	Ondruška, Tomáš, Ing., PhD. Snopková, Andrea, Ing., PhD.
19.11.2025	Nedostatok financií v rodine. Aké sú možnosti riešenia?	Gachová, Katarína, Ing., PhD.
03.12.2025	Finančné rezervy v rodine. Ako si vybrať ten správny produkt?	Gachová, Katarína, Ing., PhD.
17.12.2025	Internet vo finančných službách – strašiak alebo pomoc?	Gachová, Katarína, Ing., PhD.
14.01.2026	Aké platobné služby poznáme a za čo v banke platíme? Nástroje platobného styku	Gachová Katarína, Ing., PhD.
28.01.2026	Pôžička, úver – áno alebo nie. Aké sú možnosti a na čo si dávať pozor?	Gachová, Katarína, Ing., PhD.
11.02.2026	Finančné produkty pre seniorov – ako si vybrať a zorientovať sa v nich? Možnosti bezplatného poradenstva.	Gachová, Katarína, Ing., PhD.
25.02.2026	Oplatí sa životné poistenie aj seniorom?	Ondruška, Tomáš, Ing., PhD. Snopková, Andrea, Ing., PhD.
11.03.2026	Možnosti zabezpečiť si dobrý dôchodok	Ondruška, Tomáš, Ing., PhD. Snopková, Andrea, Ing., PhD.
25.03.2026	Ako pomôcť vnúčatám do budúcnosti?	Ondruška, Tomáš, Ing., PhD. Snopková, Andrea, Ing., PhD.
22.04.2026	Neživotné poistenie – ako si vybrať a zorientovať sa v poistných produktoch?	Ondruška, Tomáš, Ing., PhD. Snopková, Andrea, Ing., PhD.
06.05.2026	Internetoví hackeri a podomoví predajcovia útočia – ako spoznať, že ide o podvod?	Ondruška, Tomáš, Ing., PhD. Snopková, Andrea, Ing., PhD.

SLUŠNOSŤ – ZDRAVÁ DUŠA – ZDRAVÉ TELO II.

Fakulta podnikového manažmentu EUBA a UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, 9. poschodie, učebňa A9.13

párny pondelok 9:15 – 10:45 hod.

Garant a vedúci ročníka: **prof. PhDr. Miroslava Szarková, CSc.**

dátum	téma	prednáša
13.10.2025	Duševné zdravie, zdravá duša - spokojná staroba.	Szarková, Miroslava, prof. PhDr., CSc.
27.10.2025	Čo o sebe vieme a čo si o sebe myslíme.	Szarková, Miroslava, prof. PhDr., CSc.
10.11.2025	Mám sa rád, verím sebe a nie som egoista.	Szarková, Miroslava, prof. PhDr., CSc.
24.11.2025	Frustrácia a úzkosť nie sú moji kamaráti.	Szarková, Miroslava, prof. PhDr., CSc.
08.12.2025	Osamelosť nie je samota.	Szarková, Miroslava, prof. PhDr., CSc.
19.01.2026	Hnevám sa, ale nie som zlý/á.	Szarková, Miroslava, prof. PhDr., CSc.
02.02.2026	Agresivita nie je agresia, nenávisť a nevraživosť alebo láska a spokojnosť.	Szarková, Miroslava, prof. PhDr., CSc.
16.02.2026	Konflikt je súčasťou života a kompromis nie je ústup.	Szarková, Miroslava, prof. PhDr., CSc.
02.03.2026	Odložená odpoveď.	Szarková, Miroslava, prof. PhDr., CSc.
16.03.2026	Achilova päta a čo s ňou.	Szarková, Miroslava, prof. PhDr., CSc.
13.04.2026	Rád/a sa pochválim, rád/a pochvalu prijmem.	Szarková, Miroslava, prof. PhDr., CSc.
27.04.2026	Komplimenty a sklamanie patria do života.	Szarková, Miroslava, prof. PhDr., CSc.
11.05.2026	„Kto nemá prečo žiť, prestáva snívať, kto nesníva prestáva žiť“.	Szarková, Miroslava, prof. PhDr., CSc.
25.05.2026	Vzťahová väzba, závislosť a sloboda vo vzťahoch, ukončenie ročníka.	Szarková, Miroslava, prof. PhDr., CSc.

SPEVOM A HUDBOU K DUŠEVNEJ POHODE II.

EUBA a UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, 9. poschodie, učebňa A9.13

párny utorok 13:30 – 15:00 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Adriena Bartošová**

dátum	téma	prednáša
14.10.2025	Klasická hudba, Ludwig van Beethoven, porovnanie s inými skladateľmi tej doby.	Bartošová, Adriena
28.10.2025	Romantizmus, P.I. Čajkovskij. Mocná hŕstka: Musorgskij, Glinka, Balakirev.	Bartošová, Adriena
11.11.2025	Hudba 20. stor., prehľad, najzaujímavejší autori, napr. filmová hudba a pod.	Bartošová, Adriena
25.11.2025	Jazz, improvizácia, inštrumentálna a spevácka improvizácia. Ella Fitzgerald, Louis Armstrong.	Bartošová, Adriena
09.12.2025	Hudba, ktorá nás ovplyvňuje (médiá, koncerty, internetové platformy, Spotify, Apple Music, YouTube Music a Deezer.	Bartošová, Adriena
20.01.2026	Šansón, vznik, interpreti, Edith Piaf a Yves Montand, Charles Aznavour, Jacques Brel a Gilbert Bécaud.	Stanislavova Monika
03.02.2026	Šansón na Slovensku, Hana Hegerová, Zuzana Krónerová, Szidi Tobias, Andrea Zimányiová, Monika Stanisavová, Jana Hubinská...	Stanislavova Monika
17.02.2026	Muzikál, vznik, vývoj, najslávnejšie muzikály a predstavitelia.	Bartošová, Adriena
03.03.2026	Muzikály, domáca scéna, diela, ktoré sa hrajú u nás.	Bartošová, Adriena
17.03.2026	Hudba a emócie, hudba a psychika, spev a pohyb, improvizácia.	Bartošová, Adriena
31.03.2026	Folková a rocková hudba v Československu.	Bučko Andrea
14.04.2026	Ľudová hudba, rôzne spracovania a prístupy.	Bartošová, Adriena
28.04.2026	Jednotlivé štýly a nástroje. Tvorba venovaná jednotlivým nástrojom. Od Klasickej hudby až po jazz.	Bartošová, Adriena
12.05.2026	Kolokvium, ukončenie ročníka.	Bartošová, Adriena

STARÍ RODIČIA, KTORÍ MENIA SVET I.

UTV CCV EUBA a o.z. Okolo nás

Dolnozemska cesta 1, 9. poschodie, učebňa A9.13

nepárny pondelok 13:30 – 15:00 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Nikol Tokarčík**

dátum	téma	prednáša
06.10.2025	Úvod do programu, ako si lepšie porozumieť medzi generáciami.	Tokarčík Nikol, Nemcová Daniela
20.10.2025	Babička zo susedstva, aktívne prepojenie v mojom meste.	Tokarčík Nikol, Šretavská Ivana
03.11.2025	Komunity v mojom okolí.	Tokarčík Nikol
01.12.2025	Rozdelenie rol medzi mužmi a ženami.	Tokarčík Nikol
15.12.2025	Odhaľovanie manipulácie.	Tokarčík Nikol
12.01.2026	Ako nám škodia predsudky?	Tokarčík Nikol
26.01.2026	Susedská komunita a ako podporovať susedské vzťahy, diskusia o tom čo nás spája.	Kutlíková Andrea
09.02.2026	Spoločná káva s odbornou exkurziou po meste.	Tokarčík Nikol
23.02.2026	Rôznorodosť okolo nás.	Tokarčík Nikol
09.03.2026	Hodnoty a zásady.	Tokarčík Nikol
23.03.2026	Kritické myslenie do života.	Tokarčík Nikol
20.04.2026	Moje emócie sú v poriadku.	Tokarčík Nikol
04.05.2026	Ako na medzigeneračné rozhovory, facilitovaná diskusia na rozdeľujúce témy.	externý lektor
18.05.2026	Ako si vieme byť bližší. Ukončenie ročníka.	Tokarčík Nikol

STAROSTLIVOSŤ O TELESNÉ A DUŠEVNÉ ZDRAVIE SENIOROV I.

UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09, Športová hala Prokofievova
ul. Petržalka

nepárny štvrtok 9:15 – 10:45 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Lucia Medeková**

dátum	téma	prednáša
09.10.2025 Učebňa	Psychomotoricky vývoj ako základ správnych pohybových vzorcov	Medeková Lucia
23.10.2025 Učebňa	Osteoporóza tichý zlodej kostí. Jej vplyv na zdravie. Ako jej predchádzať.	Medeková Lucia
6.11.2025 Telocvičňa	Aktívne cvičenie na osteoporózu.	Medeková Lucia
20.11.2025 Učebňa	Cukrovka/ Diabetes a seniori: Prevencia, starostlivosť a zdravý životný štýl	Medeková Lucia
04.12.2025 Telocvičňa	Aktívne cvičenie a fyzická aktivita pri diabete	Medeková Lucia
15.01.2026 Telocvičňa	Pilates pre seniorov 1. Technika posturálneho dýchania ako základ	Medeková Lucia
29.01.2026 Učebňa	Inkontinencia. Ako zvládať Inkontinenciu v zrelom veku.	Medeková Lucia
12.02.2026 Telocvičňa	Aktívne cvičenie a prevencia pri Inkontinencii	Medeková Lucia
26.02.2026 Učebňa	Prevencia pri bolesti chrbtice.	Medeková Lucia
12.03.2026 Telocvičňa	Cvičenie pri bolestiach chrbtice 1. Aktivácia stredu tela a spevnenie korzetu	Medeková Lucia
26.03.2026 Učebňa	Výživa ako podpora zdravia seniorov.	Medeková Lucia
09.04.2026 Telocvičňa	Cvičenie pri bolesti chrbtice 2 Zapojenie správnych pohybových vzorcov	Medeková Lucia
23.04.2026 Telocvičňa	Pilates pre seniorov 2	Medeková Lucia
21.05.2026 Učebňa	Pohybom k psychickej pohode Zhrnutie	Medeková Lucia

STRIEBORNÁ GENERÁCIA – AKTÍVNE STARNUTIE A SPOLOČENSKO-EKONOMICKÝ POTENCIÁL SENIOROV I.

Národohospodárska fakulta EUBA a UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, 9. poschodie, učebňa A9.13

párny utorok 15:15 – 16:45 hod.

Garant a vedúci ročníka **doc. Ing. Eva Pongrácz, PhD.**

dátum	téma	prednáša
14.10.2025	História a vývoj ekonomického myslenia. Verejné statky a externality.	Poláčková, Hana, Ing., PhD.
28.10.2025	Objavy, vynálezy a zvieratá, ktoré ovplyvnili svetové hospodárstvo.	Poláčková, Hana, Ing., PhD.
11.11.2025	Doprava a obchodné cesty a ich vplyv na spoločnosť.	Poláčková, Hana, Ing., PhD.
25.11.2025	Význam zdravia pre spoločnosť. Čo nás ovplyvňuje a kto nás lieči.	Nováková, Michaela, Ing., PhD.
09.12.2025	Vieme obchodovať so zdravím. Trh zdravotnej starostlivosti a jeho špecifiká.	Nováková, Michaela, Ing., PhD.
20.01.2026	Sebapoznávanie – skrytý potenciál seniorov, aktivity a cvičenia.	Nováková, Michaela, Ing., PhD. Pongrácz, Eva, doc. Ing., PhD.
03.02.2026	Generácia Baby Boomers, X, Y, Z – odlišnosti a medzigeneračné rozdiely.	Pongrácz, Eva, doc. Ing., PhD.
17.02.2026	Aktívne starnutie a sociálna pomoc – potenciál, alebo diera na trhu.	Nováková, Michaela, Ing., PhD.
03.03.2026	Je nás málo alebo veľa – Perspektívy vývoja z pohľadu potrieb seniorov.	Sika, Peter, doc. Ing., PhD.
17.03.2026	Hodnota nehnuteľností vo vzťahu k rastúcim potrebám seniorov.	Sika, Peter, doc. Ing., PhD.
31.03.2026	Alternatívna ekonomika – nie je všetko o peniazoch.	Pongrácz, Eva, doc. Ing., PhD.
14.04.2026	Sociálna ekonomika a sociálne podnikanie.	Pongrácz, Eva, doc. Ing., PhD.
28.04.2026	Pomôžme si navzájom. Dobrovoľníctvo, jeho miesto a význam v spoločnosti.	Pongrácz, Eva, doc. Ing., PhD.
12.05.2026	Výnimočnosť seniorov, skúsenosti a inšpirácie, ukončenie ročníka	Pongrácz, Eva, doc. Ing., PhD.

TRÉNING PAMÄTI SENIORA I.

UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09

párny štvrtok 9:15 – 10:45 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Mgr. Monika Kucharová**

dátum	téma	prednáša
16.10.2025	Úvod do tréningov pamäti a ostatných poznávacích funkcií (základné termíny).	Kucharová Monika, Mgr.
30.10.2025	Ukážkové praktické cvičenia.	Kucharová Monika, Mgr.
13.11.2025	Biologický proces zapamätávania (kde a ako si pamätáme).	Kucharová Monika, Mgr.
27.11.2025	Pamäť – pohyb a životospráva.	Kucharová Monika, Mgr.
11.12.2025	Zmysly, ako vstupná brána do pamäti.	Kucharová Monika, Mgr.
22.01.2026	Typy pamäti – klasifikácia, vzájomný vplyv.	Kucharová Monika, Mgr.
05.02.2026	Zabúdanie, prečo zabúdame, základné poruchy pamäti a kedy treba spozornieť.	Kucharová Monika, Mgr.
19.02.2026	Čo robiť pre svoju pamäť, ako sa o ňu starať a čo jej ubližuje.	Kucharová Monika, Mgr.
05.03.2026	Zhrnutie tém, opakovanie okruhov.	Kucharová Monika, Mgr.
19.03.2026	Úvod a predstavenie Mnemotechnických pomôcok.	Kucharová Monika, Mgr.
16.04.2026	Mnemotechnické pomôcky 2.	Kucharová Monika, Mgr.
30.04.2026	Ukážky a praktické príklady.	Kucharová Monika, Mgr.
14.05.2026	Mnemotechnické pomôcky 3.	Kucharová Monika, Mgr.
28.05.2026	Praktické cvičenia a ich využitie v bežnom živote.	Kucharová Monika, Mgr.

TRÉNOVANIE PAMÄTI A MOZGOVÝ JOGGING NENECHAJTE SVOJ MOZOG ZAHÁĽAŤ I.

UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09

párny utorok 1. skupina 14:45 – 16:15 hod., 2. skupina 16:30 – 18:00 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Mgr. Petra Hirtlová, PhD.**

dátum	téma	prednáša
28.10.2025	Naštartujte svoju pamäť – ako naša pamäť funguje, ako sa učíť.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
11.11.2025	Aktivizujte svoje zmysly. Tréning pozornosti a koncentrácie. Mená a tváre.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
25.11.2025	Tréning kreativity. Asociácie, vizualizácia a kategorizácia – efektívny spôsob učenia i zapamätania.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
09.12.2025	Vybudujte si rezervnú mozgovú kapacitu – obranný val proti demencii.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
20.01.2026	Mnemotechniky pre všedný deň I. alebo Vianoce bez stresu.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
03.02.2026	Mnemotechniky pre všedný deň II. Kalendár v hlave a zapamätanie čísel.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
17.02.2026	Trénovanie pamäti hrou. Hry pre rozvoj mentálneho výkonu.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
03.03.2026	Jazyk a reč alebo s dobrou slovnou zásobou, nie som prázdnu nádobou.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
17.03.2026	Stratégia prvého písmena a zapamätanie si pomocou príbehu.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
31.03.2026	Mozgu prirodzené učenie. Aby učenie nebolo mučenie.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
14.04.2026	Akronymy a akrostiky. Hravé čísla. Vedieť, nevedieť, odhadnúť.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
28.04.2026	Pravá či ľavá hemisféra? Cvičenia pre obe polovice mozgu.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
12.05.2026	Mnemotechniky pre všedný deň alebo dovolenka bez stresu.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
26.05.2026	Hlavlom Vám hlavu nepoláme. Hlavalomy, hry a rébusy, ktoré mozog rozhybu.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.

TRÉNOVANIE PAMÄTI A MOZGOVÝ JOGGING TELOCVIČŇA PRE MOZOG II.

UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09

párny utorok 1. skupina: 11:00 – 12:30 hod., 2. skupina: 13:00 – 14:30 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Mgr. Petra Hirtlová, PhD.**

dátum	téma	prednáša
28.10.2025	Kto má bystré zmysly, lepšie mu to myslí. Naštartujte mozog po dovolenke.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
11.11.2025	Strategické, logické, taktické a kreatívne myslenie.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
25.11.2025	Rezervná mozgová kapacita – kognitívna obrana proti demencii.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
09.12.2025	Jazyk a reč. Ako sa učiť cudzie jazyky. Umenie slovnej sebaobrany.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
20.01.2026	Metóda Loci alebo vybudujte si svoj vlastný Palác pamäti.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
03.02.2026	Zmyslové klamy. Optické ilúzie alebo ako je náš mozog klamaný.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
17.02.2026	Keď sa mozog hrá, nehnevá. Rébusy, hlavolamy a hry pre cibrenie myslenia.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
03.03.2026	Čo sa deje v našej hlave? Poodhalte tajomstvá svojho mozgu.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
17.03.2026	Sme to čo si pamätáme alebo Ako nás myslenie a pamäť definujú.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
31.03.2026	Frames of Minds alebo 8 druhov inteligencie.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
14.04.2026	Vidím + počujem + čítam = pamätám si. Zrýchlite svoje myslenie.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
28.04.2026	Strava pre mozog. Rozhýbte svoje telo a tým aj svoj mozog.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
12.05.2026	Mnemotechniky pre všedný deň – skronymy a akrostiky.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.
26.05.2026	Koncentrácia a uvoľnenie. Myseľ funguje v rozličných módoch.	Hirtlová, Petra, Mgr., PhD.

TURIZMUS PRE SENIOROV I.

Obchodná fakulta EUBA a UTV CCV EUBA

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09

párna streda 15:15 – 16:45 hod.

Garant a vedúci ročníka: **doc. RNDr. Pavol Plesník, PhD.**

dátum	téma	prednáša
15.10.2025	Cestovný ruch, aktuálne trendy dopytu v SR, EÚ a vo svete.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.
29.10.2025	Ubytovacie služby a hoteliérstvo, nové trendy v ubytovacích službách.	Gáll, Jozef, Ing., PhD.
12.11.2025	Stravovacie služby, gastronómia a gastroturizmus.	Gáll, Jozef, Ing., PhD.
26.11.2025	Letecká doprava.	Frasch, Alexander, Ing., PhD.
10.12.2025	Cestná doprava.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.
21.01.2026	Železničná doprava.	Gáll, Jozef, Ing., PhD.
04.02.2026	Lodná doprava.	Frasch, Alexander, Ing., PhD.
18.02.2026	Služby cestovných kancelárií a agentúr.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.
04.03.2026	Najpopulárnejšie destinácie cestovného ruchu na Slovensku, v Európe a vo svete.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.
18.03.2026	Neznáme destinácie cestovného ruchu v SR, Európe a vo svete.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.
15.04.2026	Kúpeľníctvo, zdravotný cestovný ruch, wellness, aktuálne trendy.	Gáll, Jozef, Ing., PhD.
29.04.2026	Vidiecky turizmus, agroturistika, ekoturizmus.	Schmidt Martin, Ing.
13.05.2026	Sprievodcovské služby v cestovnom ruchu, kultúra prejavu, animácia.	Gáll, Jozef, Ing., PhD.
27.05.2026	Kolokvium, ukončenie ročníka a exkurzia.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.

TURIZMUS – GASTROTURIZMUS PRE SENIOROV II.

Obchodná fakulta EUBA a UTV CCV EUBA

Dolnozemská cesta 1, prízemie, učebňa C1.09

nepárna streda 15:15 – 16:45 hod.

Garant a vedúci ročníka: **doc. RNDr. Pavol Plesník, PhD.**

dátum	téma	prednáša
08.10.2025	Gastronómia a jej význam, dejiny gastronómie.	Kompasová, Katarína, PhDr., PhD.
22.10.2025	Trendy v gastronómii, gastronómia v kontexte cestovného ruchu – kulinársky cestovný ruch.	Kompasová, Katarína, PhDr., PhD.
05.11.2025	Tradičná príprava jedál – slovenská gastronómia.	Chlpek, Samuel, Ing.
19.11.2025	Európa na tanieri – gastronómia nemecky hovoriacich krajín.	Gáll, Jozef, Ing., PhD.
03.12.2025	Destiláty vybraných oblastí sveta – možnosť spojenia s návštevou destilérky v Marcelovej, resp. Bošácej.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.
17.12.2025	Európa na tanieri – francúzska a talianska gastronómia.	Kompasová, Katarína, PhDr., PhD.
14.01.2026	Európa na tanieri – balkánska gastronómia.	Gáll, Jozef, Ing., PhD.
28.01.2026	Svetová gastronómia.	Kompasová Katarína, PhDr., PhD.
11.02.2026	Káva v gastronómii.	Chlpek, Samuel, Ing.
25.02.2026	Víno ako faktor motivácie v cestovnom ruchu, výroba vína, vinárske a vinohradnícke oblasti Slovenska.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.
11.03.2026	Vinárstvo v Európe.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.
25.03.2026	Vinárstvo vo svete.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.
22.04.2026	Ukončenie štúdia, kolokvium.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.
06.05.2026	Exkurzia.	Plesník, Pavol, doc. RNDr., PhD.

VČELÁRSTVO ŽIME V SYMBIÓZE S PRÍRODOU

Obchodná fakulta EUBA a UTV CCV EUBA,

Dolnozemska cesta 1, prízemie, učebňa C1.09 a univerzitná včelnica,
párny piatok od 10:00 – 11:30 hod., február až jún

Garant a vedúci ročníka: **doc. Ing. Peter Drábik, PhD., MSc.**
Mgr. Beáta Veverová

dátum	téma	prednáša
03.10.2025	Praktické včelárstvo – podmienky a príprava chovu, úľov, pomôcky, stanovište – prax.	Veverová, Beáta, Mgr.
17.10.2025	Včela medonosná a iné opelovače – význam a postavenie v prírode.	Veverová, Beáta, Mgr.
31.10.2025	Včelársky rok a práce na včelnici.	Veverová, Beáta, Mgr.
14.11.2025	Úľové zostavy, výroba rámkov, práca s medzistienkami a náradím včelára, spracovanie vosku – prax na včelnici.	Veverová, Beáta, Mgr.
28.11.2025	Choroby včiel a liečenie, škodcovia – prax na včelnici.	Veverová, Beáta, Mgr.
12.12.2025	Včelie produkty, ich spracovanie a využitie – senzorické hodnotenie medu.	Veverová, Beáta, Mgr.
23.01.2026	Produkty z medu, vosku a propolisu – výroba sviečok, kozmetiky, ozdôb z vosku – prax.	Veverová, Beáta, Mgr.
06.02.2026	Apiterapia – princípy a benefity.	Veverová, Beáta, Mgr.
20.02.2026	Prax na včelnici.	Veverová, Beáta, Mgr.
06.03.2026	Prax na včelnici.	Veverová, Beáta, Mgr.
20.03.2026	Prax na včelnici.	Veverová, Beáta, Mgr.
17.04.2026	Prax na včelnici.	Veverová, Beáta, Mgr.
15.05.2026	Prax na včelnici.	Veverová, Beáta, Mgr.
29.05.2026	Exkurzia – degustácia a hodnotenie medov, medoviny a medového piva.	Veverová, Beáta, Mgr.

NIKDY NIE JE NESKORO ZAČAŤ NIEČO NOVÉ V GALANTE II.

Obchodná fakulta EUBA a UTV CCV EUBA

Galanta, zasadačka MsÚ

nepárny piatok 12:30 – 14:00 hod., 14:30 – 16:00 hod.

Garant a vedúci ročníka: **doc. Ing. Paulína Krnáčová, PhD.**

PaedDr. Janka Sebera Chládecká, PhD., MBA

dátum	téma	prednáša
10.10.2025	Dovolenka v zahraničí pre seniorov: S cestovnou kanceláriou či individuálne?	Frasch Alexander, Ing., PhD.
24.10.2025	Vitamíny a minerály I.	Gášparovič Juraj, RNDr., PhD.
07.11.2025	Vitamíny a minerály II.	Gášparovič Juraj, RNDr., PhD.
21.11.2025	Cesta chuťami sveta: národné gastronómie.	Paulína, doc., Ing., PhD.
05.12.2025	Strava a kvalita života.	Gášparovič Juraj, RNDr., PhD.
16.01.2026	Ochrana spotrebiteľa vo vybraných službách cestovného ruchu.	Frasch Alexander, Ing., PhD.
30.01.2026	Abeceda hepatitíd.	Gášparovič Juraj, RNDr., PhD.
13.02.2026	Príbeh kakaa: Od bôbu po čokoládu.	Krnáčová Paulína, doc., Ing., PhD.
27.02.2026	Mikroorganizmy okolo nás.	Gášparovič Juraj, RNDr., PhD.
13.03.2026	Destiláty vybraných oblastí sveta.	Plesník Pavol, doc., Ing. PhD.
27.03.2026	Naši neznámi vynálezcovia.	Gášparovič Juraj, RNDr., PhD.
10.04.2026	Maloobchodné prevádzky z pohľadu seniora.	Orgonáš Jozef, doc., Ing., PhD., MBA
24.04.2026	Označovanie potravín: Čo všetko nám hovorí obal?	Krnáčová Paulína, doc., Ing., PhD.
22.05.2026	Ochrana životného prostredia: Zelený spotrebiteľ a separovanie odpadu.	Orgonáš Jozef, doc., Ing., PhD., MBA
29.05.2026	Kolokvium – ukončenie štúdia.	Krnáčová Paulína, doc., Ing., PhD. Orgonáš Jozef, doc., Ing., PhD., MBA Sebera Chládecká Janka, PaedDr., PhD., MBA

NIKDY NIE JE NESKORO ZAČAŤ NIEČO NOVÉ V LEVICIACH I.

Fakulta podnikového manažmentu EUBA a UTV CCV EUBA

Tekovská knižnica Levice, **nepárny piatok** 10:00 – 11:30 hod.

Garant a vedúci ročníka: **doc. Ing. Anita Romanová, PhD., doc.**

Ing. Vladimír Bolek, PhD., MBA a PaedDr. Janka Sebera Chládecká, PhD., MBA

dátum	téma	prednáša
10.10.2025	Medzigeneračná komunikácia.	Sebera Chládecká Janka, PaedDr., PhD., MBA
24.10.2025	Prístup k informáciám-základné právo občana.	Krtík Ján, RNDr.
07.11.2025	Finančná gramotnosť.	Slušný Ján, Ing.
21.11.2025	Kultúrne a ľudové tradície Tekova a Hontu.	Uhnák Adam, Mgr., PhD.
05.12.2025	Umelá inteligencia – pomocník alebo hrozba?	Banda Federico, Ing.
19.12.2025	Liečivé rastliny, príprava čajovín a výživové doplnky.	Valocká Beáta PharmDr.
30.01.2026	Informačno-komunikačné technológie v znalostnej spoločnosti.	Romanová Anita, doc., Ing., PhD.
13.02.2026	Cestovný ruch a turizmus.	Frasch Alexander, Ing. PhD.
27.02.2026	Bezpečný senior.	Polícia SR
13.03.2026	Lieky a ich účinky: pravda bez mýtov.	Boleková Helena, PhDr.
27.03.2026	Zo života včiel.	Bolek Vladimír, doc., Ing. PhD., MBA
10.04.2026	Tréning pamäti.	Bajanová Eva
24.04.2026	Sociálne služby.	Mesto Levice
22.05.2026	Ukončenie ročníka a rozprava.	Romanová Anita, doc., Ing., PhD. Bolek Vladimír, doc., Ing. PhD., MBA Sebera Chládecká Janka, PaedDr., PhD., MBA

NIKDY NIE JE NESKORO ZAČAŤ NIEČO NOVÉ V PARTIZÁNSKOM I.

Fakulta podnikového manažmentu EUBA a UTV CCV EUBA

Topoľčany, zasadačka Mestského úradu, **piatky** 09:00 – 10:30 hod.

Garant a vedúci ročníka: **doc. Ing. Vladimír Bolek, PhD., MBA**
PaedDr. Janka Sebera Chládecká, PhD., MBA

dátum	téma	prednáša
03. 10. 2025	Medzigeneračná komunikácia.	Sebera Chládecká Janka, PaedDr., PhD., MBA
17. 10. 2025	Postavenie občana v samospráve (komunikácia, právo na informácie, sťažnosti a petície).	Božík Jozef, doc. PaedDr., PhD.
31. 10. 2025	Angličtina bez stresu I.	Švajlenová Gabriela, PhDr.
07. 11. 2025	Angličtina bez stresu II.	Švajlenová Gabriela, PhDr.
21. 11. 2025	Duchovný život farnosti.	Farkaš Vladimír, Mons. ThLic.
05. 12. 2025	Ochrana rastlín.	Kotleba Jozef, Ing.
19. 12. 2025	Sociálne služby.	Frémalová Ľudmila, Mgr.
23. 01. 2026	Pestovanie byliniek.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
06. 02. 2026	Duševné zdravie v zrelom veku.	Kováčiková Ivana, Mgr.
20. 02. 2026	Baťovianska záhrada a Baťa point.	Janíčková Katarína
06. 03. 2026	Lieky a ich účinky: pravda bez mýtov.	Boleková Helena, PhDr.
20. 03. 2026	Dôchodok nie je stopka: ako si privyrobiť na dôchodku.	Sociálna poisťovňa
10. 04. 2026	Za dverami úľa: ako žijú včely.	Bolek Vladimír, doc., Ing., PhD., MBA
24. 04. 2026	Ukončenie ročníka – rozprava.	Bolek Vladimír, doc., Ing., PhD., MBA Sebera Chládecká Janka, PaedDr., PhD., MBA

NIKDY NIE JE NESKORO ZAČAŤ NIEČO NOVÉ V PIEŠŤANOCH – BYLINKY I.

UTV CCV EUBA, Dolnozemská cesta 1

DC Rozmarín, Teplická 144

nepárna streda 09:30 – 11:00 hod.

Garant a vedúci ročníka: **doc. Ing. Daniela Benediková, PhD.**

PaedDr. Janka Chládecká, PhD., MBA

dátum	téma	prednáša
08.10.2025	História a teroetické základy liečby liečivými rastlinami (LR), definície, charakteristika, význam používania LR.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
22.10.2025	Rastlinné obsahové látky, ich klasifikácia, účinnosť.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
05.11.2025	Rastlinné liečivá, postup výroby (čaj, odvar, macerát, extrakt, tinktúra, sirup....)	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
19.11..2025	Základné druhy prírodnej liečby (fytoterapia, gemmaterapia, aróma- terapia, terraterapia, urinoterapia..)	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
03.12.2025	Pestovanie, zber, sušenie, skladovanie a spracovanie LR.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
17.12.2025	LR na ochorenie dýchacích ciest (zoznam a popis).	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
14.01.2026	LR na ochorenie močových ciest, obličiek a gynekologické ochorenia (zoznam a popis).	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
28.01.2026	LR na ochorenia tráviaceho traktu (zoznam a popis).	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
11.02.2026	LR na ochorenie kože a pohybového ústrojenstva (zoznam a popis LR).	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
25.02.2026	Detoxikácia organizmu (jarná a jesenná).	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
11.03.2026	Málo známe a zabudnuté LR (zoznam a popis).	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
25.03.2026	Naše LR v tradičnej čínskej medicíne.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
22.04.2026	Koreniny ako LR, ich účinky a použitie v kuchyni.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
06.05.2026	LR použiteľné pre deti a tehotné (zoznam a popis)	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.

NIKDY NIE JE NESKORO ZAČAŤ NIEČO NOVÉ V PIEŠTANOCH – BYLINKY II.

UTV CCV EUBA, Dolnozemská cesta 1

DC Rozmarín, Teplická 144

nepárny štvrtok 09:30 – 11:00 hod.

Garant a vedúci ročníka: **doc. Ing. Daniela Benediková, PhD.**

PaedDr. Janka Chládecká, PhD., MBA

dátum	téma	prednáša
09.10.2025	Úvodný workshop: Ako využívam svoje poznatky o liečivých rastlinách v praxi.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
23.10.2025	Rastliny pre tretie tisícročie.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
06.11.2025	Zber a použitie LR podľa ročných období.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
20.11.2025	Liečivá sila koreňov rastlín.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
04.12.2025	Chuť a vôňa korenia z celého sveta.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
15.01.2026	Použitie LR podľa čínskeho pentagramu, charakteristika významných druhov čínskych LR.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
29.01.2026	Interakcie liečivých rastlín s užívanými i liekmi.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
12.02.2026	LR ako pomocná liečba pri cukrovke – diabetes.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
26.02.2026	Liečivé huby a ďalšie organizmy využiteľné na liečbu,	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
12.03.2026	Jedovaté rastliny, možnosti ich zámieny s inými rastlinami.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
26.03.2026	Jedlé liečivé rastliny, ovocie a zelenina, ich význam pre naše zdravie.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
09.04.2026	Orechy, ich význam a vplyv pre naše zdravie.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
23.04.2026	Bio kozmetika z liečivých rastlín, ako si pripraviť krém, šampón, mydlo.....	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
21.05.2026	Záverečná rozprava , ukončenie ročníka.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.

NIKDY NIE JE NESKORO ZAČAŤ NIEČO NOVÉ V PIEŠTANOCH – BYLINKY ŠPECIÁL I.

UTV CCV EUBA, Dolnozemska cesta 1

DC Rozmarín, Teplická 144

nepárna streda 11:30 – 13:00 hod.

Garant a vedúci ročníka: **doc. Ing. Daniela Benediková, PhD.**

PaedDr. Janka Chládecká, PhD., MBA

dátum	téma	prednáša
08.10.2025	Super potraviny pre naše zdravie (kurkuma, zázvor, rakytník, pšeno)	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
22.10.2025	Nielen rastliny, ale i kôr stromov je liečivá.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
05.11.2025	Liečivé rastliny (LR) podporujúce náš imunitný systém	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
19.11..2025	LR s laxatívnym účinkom, prírodné liečivá používané pri problémoch s vyprázdňovaním.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
03.12.2025	LR používané pri problémoch s dýchacím systémom (ústna dutina, nos, priedušky pľúca).	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
17.12.2025	Menej známe ovocie a zelenina v našej výžive.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
14.01.2026	LR pomáhajúce pri problémoch nášho pohybového aparátu.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
28.01.2026	Káva a čaj: áno či nie, rôzne druhy, rôzne účinky na naše zdravie.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
11.02.2026	Alergie a vedľajšie účinky potravín, LR, liekov....	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
25.02.2026	LR podporujúce náš kardiovaskulárny systém.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
11.03.2026	Šťavy ovocné a zeleninové pre naše zdravie.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
25.03.2026	Med, včely exkurzia do Dolnej Krupej spojená s prednáškou.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
22.04.2026	Soľ v našej výžive.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
06.05.2026	Aromaterapia a esenciálne oleje.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.

NIKDY NIE JE NESKORO ZAČAŤ NIEČO NOVÉ V TOPOĽČANOCH I

Fakulta podnikového manažmentu EUBA a UTV CCV EUBA

Topoľčany, zasadačka Mestského úradu, **piatky** 11:30 – 13:00 hod.

Garant a vedúci ročníka: **doc. Ing. Vladimír Bolek, PhD., MBA**

PaedDr. Janka Sebera Chládecká, PhD., MBA

dátum	téma	prednáša
03. 10. 2025	Medzigeneračná komunikácia.	Sebera Chládecká Janka, PaedDr., PhD., MBA
17. 10. 2025	Postavenie občana v samospráve (komunikácia, právo na informácie, sťažnosti a petície).	Gieciová Alexandra, JUDr.
31. 10. 2025	Angličtina bez stresu I.	Švajlenová Gabriela, PhD.
07. 11. 2025	Angličtina bez stresu II.	Švajlenová Gabriela, PhD.
21. 11. 2025	Bezpečný senior.	Krajčí Juraj
05. 12. 2025	Ochrana rastlín.	Kotleba Jozef, Ing.
19. 12. 2025	Sociálne služby.	Bútorová Viera, Ing.
23. 01. 2026	Pestovanie byliniek.	Benediková, Daniela, doc. Ing., PhD.
06. 02. 2026	Duševné zdravie v zrelom veku.	Jambor Juraj, Bc.
20. 02. 2026	Tribečské múzeum – exkurzia múzea.	Tribečské múzeum
06. 03. 2026	Lieky a ich účinky: pravda bez mýtov.	Boleková Helena, PhD.
20. 03. 2026	Dôchodok nie je stopka: ako si privyrobiť na dôchodku.	Sociálna poisťovňa
10. 04. 2026	Za dverami úľa: ako žijú včely.	Bolek Vladimír, doc., Ing., PhD., MBA
24. 04. 2026	Ukončenie ročníka – rozprava.	Bolek Vladimír, doc., Ing., PhD., MBA Sebera Chládecká Janka, PaedDr., PhD., MBA

NIKDY NIE JE NESKORO ZAČAŤ NIEČO NOVÉ VO VAJNOROCH II.

Obchodná fakulta EUBA a UTV CCV EUBA

Vajnory, Základná škola

nepárny štvrtok 16:00 – 17:30 hod.

Garant a vedúci ročníka: **doc. Ing. Peter Drábik, PhD., MSc.**

PaedDr. Janka Sebera Chládecká, PhD., MBA

dátum	téma	prednáša
09.10.2025	Prečo preferovať slovenské produkty.	Jarossová Malgorzata, doc. Dr., Ing.
23.10.2025	Víno nápoj kráľov, vinohradníctvo a vinárstvo na Slovensku.	Krnáčová Paulína, doc. Ing., PhD.
06.11.2025	Letecká doprava v cestovnom ruchu.	Frasch Alexander Ing., PhD.
20.11.2025	Životné prostredie, ochrana, zelený spotrebiteľ.	Orgonáš Jozef, doc., Ing., PhD., MBA
04.12.2025	Franchising, špecifická forma podnikania.	Gáll Jozef, Ing., PhDc
15.01.2026	Racionálny spotrebiteľ v kontexte ochrany životného prostredia.	Drábik Peter, doc., Ing., PhD., MSc.
29.01.2026	Právne aspekty disponovania s majetkom.	Tináková Eva JUDr., Mgr., PhD.
12.02.2026	Nakupovanie v online priestore a ochrana spotrebiteľa, nový zákon.	Hutta Michal JUDr., PhD.
26.02.2026	Vedomosti, zručnosti, identifikácia podvodov.	Kozmon Miloš
12.03.2026	Minulosť a súčasnosť Vajnor.	Karácsonyová Elena, Mgr.
26.03.2026	Destinácia cestovného ruchu a land use s orientáciou na seniora.	Gáll Jozef, Ing., PhD.
09.04.2026	Umelá inteligencia a senior.	Šásky Michael, Ing., PhD.
23.04.2026	Historické a novodobé pamiatky ako atrakcie v cestovnom ruchu.	Gáll Jozef, Ing., PhD.
21.05.2026	Ukončenie ročníka, kolokvium.	Orgonáš Jozef, doc., Ing., PhD., MBA Sebera Chládecká Janka, PaedDr., PhD., MBA

JOGA – ROZPIS CVIČENÍ

UTV CCV EUBA

Športová hala Prokofievova ul., Petržalka

streda 8:15 – 9:15

Garant a cvičiteľka: **Rozália Molnár**

dátum	hodina	téma
08.10.2025	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
15.10.2025	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
22.10.2025	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
29.10.2025	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
05.11.2025	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
12.11.2025	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
19.11.2025	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
26.11.2025	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
03.12.2025	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
10.12.2025	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
14.01.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
21.01.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
28.01.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
04.02.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
11.02.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
18.02.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
25.02.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
04.03.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
11.03.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
18.03.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
25.03.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
08.04.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
15.04.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
22.04.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
29.04.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
13.05.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
20.05.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše
27.05.2026	8:00 – 9:00, 9:15 – 10:15	cvičenie, rovnováha tela a duše

TAI-CHI I.

UTV CCV EUBA

Petržalská klubovňa aktívnych seniorov Osuského ul. č. 8

utorok 13:30 – 14:30

Garant a vedúci ročníka: **Lubomír Cisár**

dátum	hodina	téma pre I. ročník
07.10.2025	13:30 – 14:30	Úvod a 1. Pohyb – Otvorenie
14.10.2025	13:30 – 14:30	2. Pohyb – Vtáčí chvost vľavo
21.10.2025	13:30 – 14:30	3. Pohyb – Vtáčí chvost vpravo
28.10.2025	13:30 – 14:30	4. Pohyb – Bič
04.11.2025	13:30 – 14:30	5. Pohyb – Vysoké ruky
11.11.2025	13:30 – 14:30	6. Pohyb – Bocian
18.11.2025	13:30 – 14:30	7. Pohyb – Oprášenie kolena (L)
25.11.2025	13:30 – 14:30	8. Pohyb – Brnkane na „Pei Pu“
02.12.2025	13:30 – 14:30	9. Pohyb – Oprášenie kolena (L)
09.12.2025	13:30 – 14:30	10. Pohyb – Stočený krok a oprášenie kolena (P)
13.01.2026	13:30 – 14:30	11. Pohyb – Stočený krok a oprášenie kolena (L)
20.01.2026	13:30 – 14:30	12. Pohyb – Brnkane na „Pei Pu“
27.01.2026	13:30 – 14:30	13. Pohyb – Oprášenie kolena (L)
03.02.2026	13:30 – 14:30	14. Pohyb – „Pa Kua“ krok a sek päšťou
10.02.2026	13:30 – 14:30	15. Pohyb – Vykroč, odsuň, prehrad', uder
17.02.2026	13:30 – 14:30	16. Pohyb – Zdanlivé uzatvorenie
24.02.2026	13:30 – 14:30	17. Pohyb – Skrížené ruky – koniec prvej „17“
03.03.2026	13:30 – 14:30	Opakovanie prvých „17“ pohybov
10.03.2026	13:30 – 14:30	MINI zostava „13“ pohybov (P) – úvod
17.03.2026	13:30 – 14:30	MINI zostava – Otvorenie - smer „S“
24.03.2026	13:30 – 14:30	MINI zostava – Vtáčí chvost vpravo
31.03.2026	13:30 – 14:30	MINI zostava – Jeden bič
07.04.2026	13:30 – 14:30	MINI zostava – TY + DY
14.04.2026	13:30 – 14:30	MINI zostava – pozdrav a „13“ komplet
21.04.2026	13:30 – 14:30	5 ELEMENTOV – aplikácia E1/5
28.04.2026	13:30 – 14:30	5 ELEMENTOV – aplikácia E2/5 a E3/5
05.05.2026	13:30 – 14:30	5 ELEMENTOV – aplikácia E4/5 a E5/5
12.05.2026	13:30 – 14:30	Opakovanie zostáv „17“ a „13“

TAI-CHI II.

UTV CCV EUBA

Petržalská klubovňa aktívnych seniorov Osuského ul. č. 8

utorok 14:45 – 15:45 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Ľubomír Cisár**

dátum	hodina	témy pre II. ročník
07.10.2025	14:45 – 15:45	Opakovanie – zostáv "13" a "17"
14.10.2025	14:45 – 15:45	5 ELEMENTOV – opakovanie 1. časť
21.10.2025	14:45 – 15:45	5 ELEMENTOV – opakovanie 2. časť
28.10.2025	14:45 – 15:45	Opakovanie – MINI „13“ + aplikácia 5 ELE
04.11.2025	14:45 – 15:45	Opakovanie – prvých „17“ pohybov zostavy
11.11.2025	14:45 – 15:45	Opakovanie – „17“ pohybov + aplikácia 5 ELE
18.11.2025	14:45 – 15:45	18. Pohyb – Zažeň tigra do hory
25.11.2025	14:45 – 15:45	19. Pohyb – Bič naprieč
02.12.2025	14:45 – 15:45	20. Pohyb – Päšť pod lakeť
09.12.2025	14:45 – 15:45	21. Pohyb – Ustúp a zažeň opicu 1-P
13.01.2026	14:45 – 15:45	22. Pohyb – Ustúp a zažeň opicu 2-L
20.01.2026	14:45 – 15:45	23. Pohyb – Ustúp a zažeň opicu 3-P
27.01.2026	14:45 – 15:45	24. Pohyb – Lietanie na svahu
03.02.2026	14:45 – 15:45	25. Pohyb – Vysoké ruky a brnkanie na „PEI PU“
10.02.2026	14:45 – 15:45	26. Pohyb – Biely bocian II.
17.02.2026	14:45 – 15:45	27. Ometanie kolena (L)
24.02.2026	14:45 – 15:45	28. Tlačíť ihlu na dno mora
03.03.2026	14:45 – 15:45	29. Vejár
10.03.2026	14:45 – 15:45	30. Vytočenie tela a úder
17.03.2026	14:45 – 15:45	31. Vykročenie, odsunutie, prehradenie, úder
24.03.2026	14:45 – 15:45	32. Vykročenie a chytanie vtáčieho chvosta
31.03.2026	14:45 – 15:45	33. Bič, mraky 5x, bič
07.04.2026	14:45 – 15:45	Opakovanie, pohyby 1 – 33
14.04.2026	14:45 – 15:45	01. Šlacho-menné cvičenie – Šao Lin 1
21.04.2026	14:45 – 15:45	02. Šlacho-menné cvičenie – Šao Lin 2
28.04.2026	14:45 – 15:45	03. Šlacho-menné cvičenie – Šao Lin 3
05.05.2026	14:45 – 15:45	04. Šlacho-menné cvičenie – Šao Lin 4
12.05.2026	14:45 – 15:45	Zostava – MINI „13“, aplikácia Šao Lin 1-4

SPRÁVNE DÝCHANIE

UTV CCV EUBA

Petržalská klubovňa aktívnych seniorov Osuského ul. č. 8, ŠH Prokofievova
streda 13:30 – 14:30 hod.

Garant a vedúci ročníka: **Ing. Ľubomír Jakab**

dátum	hodina	téma
08.10.2025	13:30 – 14:30	Žijem ako dýcham
15.10.2025	13:30 – 14:30	Dtto, Anatómia dýchania
22.10.2025	13:30 – 14:30	Správne dýchanie, prevencia pre zdravie
29.10.2025	13:30 – 14:30	II – Dtto, prevencia pre zdravie a pohodu
05.11.2025	13:30 – 14:30	Základné typy dýchania
12.11.2025	13:30 – 14:30	Hygiena dýchacích ciest (nácvik)
19.11.2025	13:30 – 14:30	„SD“, využitie základných typov dýchania
26.11.2025	13:30 – 14:30	Dtto, nácvik dychovej vlny
03.12.2025	13:30 – 14:30	„SD“, liečivá sila správneho dýchania
10.12.2025	13:30 – 14:30	Dtto, dýchanie na zmiernenie bolesti
14.01.2026	13:30 – 14:30	„SD“ a metabolizmus
21.01.2026	13:30 – 14:30	Dtto, jeho úpravy a dôsledky (chudnutie)
28.01.2026	13:30 – 14:30	„SD“ – spomaľovanie starnutia (nácvik)
04.02.2026	13:30 – 14:30	Dtto, dýchanie očami – farby
11.02.2026	13:30 – 14:30	Vypracovanie návyku „SD“
18.02.2026	13:30 – 14:30	Dtto, Vypracovanie návyku – nácvik
25.02.2026	13:30 – 14:30	„SD“ – stres a relaxácia (nácvik)
04.03.2026	13:30 – 14:30	Dtto – vizualizácia dýchania
11.03.2026	13:30 – 14:30	„SD“ – striedavé dýchanie (nácvik)
18.03.2026	13:30 – 14:30	Dtto – vokalizované dýchanie
25.03.2026	13:30 – 14:30	„SD“ – tréning dýchacích svalov (nácvik)
08.04.2026	13:30 – 14:30	Dtto – trenažéry a dýchanie proti odporu
15.04.2026	13:30 – 14:30	Správne dýchanie – spojené dýchanie
22.04.2026	13:30 – 14:30	Dtto – trojuholník, štvorec, kruh (nácvik)
29.04.2026	13:30 – 14:30	Správne dýchanie – nádychový trenažér
13.05.2026	13:30 – 14:30	Dtto – meranie vitálnej kapacity pľúc
20.05.2026	13:30 – 14:30	„SD“ – prehľad metód nácvikov „SD“
27.05.2026	13:30 – 14:30	Dtto – rozdiely v metódach nácviku „SD“

ZUMBA GOLD

UTV CCV EUBA

Športová hala Prokofievova ul. Petržalka

pondelok 11:00 – 11:45 hod., 12,00 – 12:45 hod.

Garant a cvičiteľka: **Bc. Martina Wolfsbergerová**

dátum	hodina	téma
06.10.2025	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
13.10.2025	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
20.10.2025	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
27.10.2025	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
03.11.2025	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
10.11.2025	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
24.11.2025	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
01.12.2025	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
08.12.2025	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
15.12.2025	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
19.01.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
26.01.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
02.02.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
09.02.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
16.02.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
23.02.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
02.03.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
09.03.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
16.03.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
23.03.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
30.03.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
13.04.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
20.04.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
27.04.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
04.05.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
11.05.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
18.05.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down
25.05.2026	12:30 – 13:15; 13:30 – 14:15	warm up, latino dance, cool down





UNIVERZITA TRETIEHO VEKU

Dolnozemska cesta 1

852 35 Bratislava

budova V2, budova rektorátu

9. poschodie, miestnosť E9.20, E9.21

Kontakty: PaedDr. Janka Sebera Chládecká, PhD., MBA

 +421 2 67295171

 janka.chladecka@euba.sk

 ccv.euba.sk

Ing. Mária Šajmírová

 +421 2 6729 5164

 maria.sajmirova@euba.sk

 ccv.euba.sk