



IAESTE
CZECH REPUBLIC

DÍÁŘ
STUDENTA
VŠB-TUO
2018/2019



ÚVODNÍ SLOVO

Milé študentky, milí študenti,

som veľmi rada, že v ruke držíte Váš obľúbený Diár študenta. Tento rok sme spojili príjemné s užitočným. V diári sú zaznamenané (takmer) všetky udalosti, ktoré nemôžete zmeškať, a zároveň v ňom nájdete veľa dôležitých informácií o škole a študentských organizáciách. Veríme, že Vám diár uľahčí akademický rok a že vďaka nemu nezabudnete na nič dôležité.

Prajem Vám úspešný rok plný zážitkov,

Klára



IAESTE

IAESTE Czech Republic je mezinárodní studentská organizace, založená v roce 1948, nyní působící v 86 zemích světa. Hlavním cílem organizace je umožnit studentům technických oborů vycestovat a získat zahraniční zkušenosti pomocí mezinárodního programu stáží. Chod organizace zajišťují studenti mnoha oborů ve svém volném čase, kteří se snaží propojovat sféru mezi univerzitami a firmami a otevírat dveře novým příležitostem.



DOBRODRUŽSTVÍ V NORSKU

Přes IAESTE jsem se přihlásila na půlroční stáž do hlavního města Norska - Osla. Když jsem zjistila, že jsem akceptovaná, byla jsem z toho nadšená a věděla jsem, že to bude skvělá zkušenost! S pomocí tamního IAESTE jsem si sehnala ubytování. Když jsem přijela na hlavní nádraží v Oslu čekala na mne členka IAESTE a vzala mě na místo, kde jsem měla zařízené ubytování.

Ve firmě mě příjemně překvapila rodinná atmosféra. V práci jsem měla možnost spolupracovat se studenty z místní univerzity na zařízení, které řídilo procesy v čističce vod. Byla to velice zajímavá práce, která mi dala mnoho zkušeností a nových znalostí. Občas jsem dokonce s kolegy chodila na schůze do firem, se kterými jsme spolupracovali.

Kromě odborných znalostí jsem si odnesla skvělé zážitky z víkendových akcí s IAESTE a firmou. Byla jsem například s IAESTE v pohoří Andalsnes nebo s kolegy z firmy ve Švédsku a na Norské hoře Gaustatoppen, kde byl úžasný výhled na okolí. Také jsem měla možnost jít na exkurzi do čističky odpadních vod v Norsku a zažít vánoční firemní večírek, či Silvestr s přáteli v Oslu. Byl to pro mne neuvěřitelný zimní semestr, který mi dal mnoho nových přátel, skvělých zážitků a odborných zkušeností do života.

Kája



ZKUS TO S IAESTE

16. 10. 2018

OD 8:30 REKTORÁT VŠB

PRVNÍ PATRO



VYLEŤ NA STÁŽ

4. 12. 2018

OD 19:00

KLUB VRTULE



MUFFIN 5. 3. 2019

OD 8:30 REKTORÁT VŠB

PRVNÍ PATRO



DAY

SLOVO REKTORA

Vážené studentky, vážení studenti,

chtěl bych Vás přivítat v akademickém roce 2018/2019 na půdě Vysoké školy báňské – Technické univerzity Ostrava. Univerzita, na které studujete, je sice tradiční technickou univerzitou, ale stále roste a pohybuje se směrem vpřed. Pro Vás jako studenty bude, kromě zajímavé výuky, důležité i mimoškolní vyžití, které Vám může náš kampus nabídnout. Doufám, že se po obědě v jednom z našich stravovacích zařízení potkáme, ať už na sportovištích a volných prostorech kampusu nebo v knihovnách a studovnách, které lze nalézt i na kolejích. Doporučuji Vám také využít široké nabídky zahraničních stáží a studijních pobytů, které rozšíří Vaše obzory. Diář studenta, který právě držíte v ruce, je Vaším pomocníkem a rádcem pro snazší orientaci v celém akademickém roce a určitě v jeho společnosti nic nepropásnete.

Chtěl bych Vám tímto popřát mnoho úspěchů při studiu, ale i v osobním životě. A doufám, že pokud bude tento diář studenta Váš poslední, bude to jen proto, že letos budete odcházet z naší univerzity s diplomem v ruce.

Vaše budoucnost je jen ve Vašich rukách.

Václav Snášel



KAMPUS

Vysoká škola báňská – Technická univerzita Ostrava navazuje na činnost Báňské akademie, která byla založená v Příbrami. V roce 1945 byla přesunuta z Příbrami do Ostravy. Dnešní název školy zachycuje přechod od dřívější úzce zaměřené báňské školy k plnohodnotné technické univerzitě. Na VŠB – TUO studuje téměř 15 000 studentů, na 7 fakultách a v 122 studijních programech.

VĚDĚLI JSTE, ŽE: Až 40% absolventů VŠB jsou ženy.

FAKULTA STROJNÍ (FS)

A132, 17. listopadu 15/2172,
708 33 Ostrava-Poruba
Tel.: +420 597 321 221
Tel.: +420 597 324 122
Tel.: +420 597 323 107
studijni.fs@vsb.cz



Studijní oddělení FBI
Pondělí: 8:00 - 11:00, 12:30 - 14:00
Středa: 8:00 - 11:00, 12:30 - 14:00
Pátek: 8:00 - 11:00,
12:30 - 14:00 (kombinované)

FAKULTA ELEKTROTECHNIKY A INFORMATIKY (FEI)

EA151, EA152, 17. listopadu 15/2172,
708 33 Ostrava-Poruba
Tel.: +420 597 326 011
Tel.: +420 597 326 010
Tel.: +420 597 326 012
studijni.fe@vsb.cz



Studijní oddělení FEI
Pondělí: 8:30 - 11:00, 13:00 - 14:30
Středa: 8:30 - 11:00, 13:00 - 14:30
Pátek: 8:30 - 11:00, 12:30 - 14:00

FAKULTA STAVEBNÍ (FAST)

Ludvíka Podéště 1875/17,
708 33 Ostrava-Poruba
Tel.: +420 597 321 320
Tel.: +420 597 321 354
Tel.: +420 597 321 346
studijni.fast@vsb.cz



Studijní oddělení FAST
Pondělí: 8:00 - 11:00
Úterý: 12:30 - 14:30
Středa: 12:30 - 14:30
Pátek: 8:00 - 11:00

EKONOMICKÁ FAKULTA (EkF)

Sokolská třída 33,
702 00 Ostrava 1
Tel.: +420 597 322 241
Tel.: +420 597 322 251
Tel.: +420 597 322 280
studijni.ekf@vsb.cz



Studijní oddělení EkF
Pondělí: 8:30 - 11:00, 12:00 - 14:30
Úterý: 12:00 - 13:30
Středa: 8:30 - 10:00, 12:00 - 14:30
Pátek: 13:00 - 14:00 (kombinované)

FAKULTA BEZPEČNOSTNÍHO INŽENÝRSTVÍ (FBI)

Lumírova 13,
700 30 Ostrava - Výškovice
Tel.: +420 597 322 810
Tel.: +420 597 322 811
studijni.fbi@vsb.cz

Studijní oddělení FBI
Pondělí: 8:00 - 11:00
Středa: 12:30 - 14:30
Čtvrtek: 8:00 - 11:00 (prezenční)
Pátek: 8:00 - 12:00 (kombinované)



HORNICKO-GEOLOGICKÁ FAKULTA (HGF)

A145, A146, 17. listopadu 15/2172,
708 33 Ostrava-Poruba
Tel.: +420 597 325 576
Tel.: +420 597 325 575
Tel.: +420 597 325 340
studijni.hgf@vsb.cz

Studijní oddělení HGF
Pondělí: 8:00 - 11:00
Úterý: 12:00 - 14:30
Středa: 8:00 - 11:00
Čtvrtek: 12:00 - 14:30
Pátek: 8:00 - 11:00, 12:00 - 14:00



FAKULTA METALURGIE A MATERIÁLOVÉHO INŽENÝRSTVÍ (FMMI)

A135, A136, 17. listopadu 15/2172,
708 33 Ostrava-Poruba
Tel.: +420 597 325 558
Tel.: +420 597 325 552
Tel.: +420 597 321 225
studijni.fmmi@vsb.cz

Studijní oddělení FMMI
Pondělí: 8:00 - 11:00
Středa: 8:00 - 11:00



UBYTOVÁNÍ NA KOLEJÍCH

Ubytovací kancelář přízemí budovy B

kontaktní jméno: Jana Freiherrová, Mgr. Kateřina Buryová

e-mail: ubytovani@vsb.cz, accommodation@vsb.cz

telefon: +420 596 99 6151, +420 596 99 6152

Úřední hodiny:

| DEN V TÝDNU | ZÁŘÍ - ČERVEN | ČERVENEC - SRPEN |
|-------------|----------------------------|----------------------------|
| pondělí | ZAVŘENO 12:00 - 15:00 | 8:00 - 11:00 12:00 - 13:30 |
| úterý | 7:00 - 11:00 12:00 - 17:00 | 8:00 - 11:00 12:00 - 13:30 |
| středa | 7:00 - 11:00 12:00 - 17:00 | 8:00 - 11:00 12:00 - 13:30 |
| čtvrtek | 7:00 - 11:00 12:00 - 15:00 | 8:00 - 11:00 12:00 - 13:30 |
| pátek | 7:00 - 11:00 ZAVŘENO | 8:00 - 12:00 ZAVŘENO |

Podkladna

ředitelství, přízemí budovy B - kancelář B117

| DEN V TÝDNU | ZÁŘÍ - ČERVEN | ČERVENEC - SRPEN |
|---|------------------------|------------------|
| pondělí | 8:00–11:30 12:00–13:30 | 8:00–12:00 |
| úterý | 8:00–12:00 ZAVŘENO | 8:00–12:00 |
| středa | 8:00–12:00 ZAVŘENO | 8:00–12:00 |
| čtvrtek | 8:00–11:30 12:00–13:30 | 8:00–12:00 |
| pátek | 8:00–12:00 ZAVŘENO | 8:00–12:00 |
| 1.pracovní den v měsíci | ZAVŘENO | |
| pracovní den nejbližší k 15.dni v měsíci | 8:00–11:30 12:00–13:30 | |

STRAVOVANÍ

Menza č.5

Po - Čt 11:00 - 14:15

Pá 11:00 - 13:45

Snack Menza č.5

Po - Pá: 8:00 - 15:00

Výdejna FAST, FBI

Po - Pá: 11:30 - 13:30

Bufet č.6 Kruhovka

Po - Čt: 7:00 - 15:00

Pá: 7:00 - 17:00

Bufet č.7 Samoobsluha

Po - Čt: 7:00 - 16:00

Pá: 7:00 - 14:30

Bufet č.8 Aula

Po - Čt: 7:00 - 15:00

Pá: 7:00 - 14:00

Bufet č.9 Koleje

Po - Čt: 6:45 - 17:30

Pá: 6:45 - 13:00

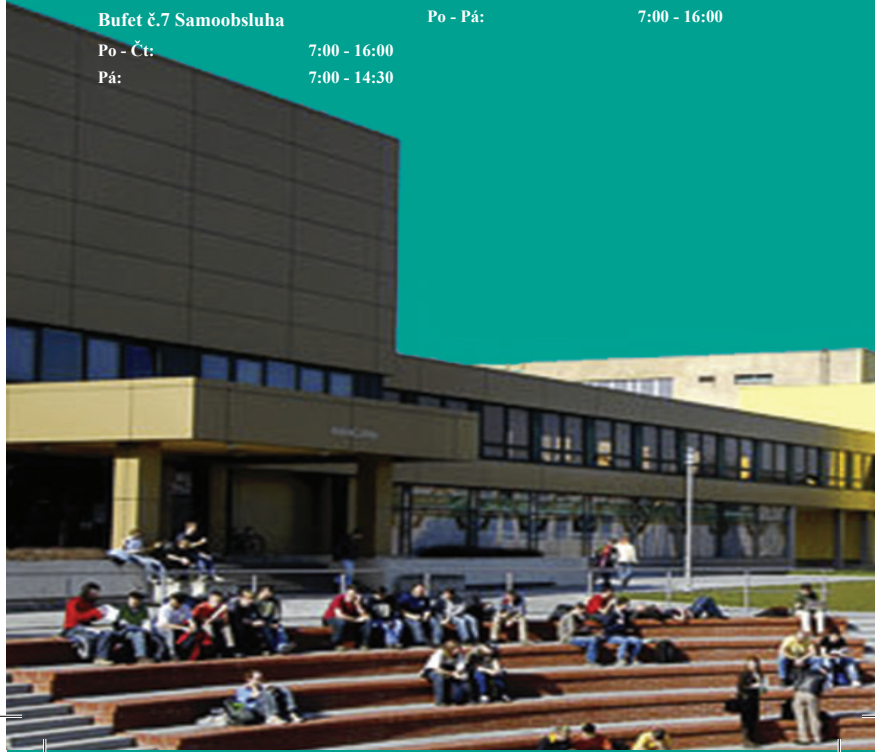
Bufet č. 3 Pizzeria koleje

Po - Čt: 14:00 - 22:00

Ne: 17:00 - 22:00

Bufet č.1 EkF

Po - Pá: 7:00 - 16:00



KNIHOVNA A STUDOVNA

V porubském kampusu VŠB-TUO najdeš Ústřední knihovnu i studovnu. Další knihovny i studovny jsou na EkF, FBI i FAST.

VÍŠ, ŽE: Pokud potřebuješ vrátit knihu mimo otevírací dobu, můžeš ji odevzdat do Biblioboxu u vchodu do Ústřední i EkF.

Knihovna

| | |
|---------|---------------|
| Po - St | 8:00 - 17:00 |
| Čt | 10:00 - 17:00 |
| Pá | 8:00 - 15:30 |

Studovna

| | |
|---------|---------------|
| Po - St | 8:00 - 18:00 |
| Čt | 10:00 - 18:00 |
| Pá | 8:00 - 15:30 |

Prodejna skript

| | |
|----------|----------------------------|
| Po - Pá: | 8:00 - 11:30 12:30 - 15:30 |
|----------|----------------------------|

Každý poslední pracovní den v měsíci je otevřeno do 11.30 hod



YOUNIE

Jsme nezisková studentská organizace působící na VŠB-TU Ostrava a Ostravské univerzitě, která se skládá z aktivních studentů. Pořádáme kulturní a sportovní akce pro studenty i širokou veřejnost, poskytujeme studentům informační servis, pomáháme univerzitám s propagací a organizací nej-různějších aktivit. Dáváme našim členům možnost zapojit se do všech akcí a především zdokonalit své schopnosti a získat cenné zkušenosti. Jsme younie, dotváříme ti studentský život. Můžeš se zapojit do takových akcí, jako je Vítání prvních, Bloody Halloween, Studentský ples a Majálesu.



younie.cz

Jsme younie, parta studentů, která dělá neskutečně zábavné věci.

Záleží na tobě. Připoj se k nám!

younie

✉ nabor@younie.cz
f [youniecz](https://www.facebook.com/youniecz)

AIESEC



AIESEC pomáhá studentům rozvíjet leadership a praktické dovednosti prostřednictvím zahraničních stáží (18-30 let) a vytvářením lokálních projektů a to ve 127 zemích světa.

Přihlaš se do 6.října na www.aiesec.cz a vyzkoušej si práci v týmu na opravdovém projektu!

Vylepši komunikační, managerské, obchodní, marketingové, jazykové, prezentační dovednosti ! Poznej nové přátele a staň se součástí MEZINÁRODNÍHO prostředí. A mnohem víc!

Možností seberozvoje je spousta, ale tohle - zažiješ v Ostravě jenom v AIESEC!

Pobočka v Ostravě existuje již 40 let na Ekf a za tu dobu otevřela dveře potenciálu již více než tisíc studentů !



AIESEC ACADEMY

ESN

ESN je skupina studentů pomáhající studentům. Jsme zde pro zahraniční studenty, kterým: pomáháme po jejich příjezdu se vším, co je třeba (bankovní účet, měsíčník, ISIC, ESN kartu, SIM kartu, ukážeme jim město, kampus školy, fakulty, ubytování a jiné), také je kontaktujeme před jejich příjezdem a poskytujeme jim základní informace o životě v České republice, v Ostravě a na co by neměli zapomenout si vzít sebou (2 pasové fotky, teplou zimní bundu, LAN kabel, a další). Pomáháme jim si užít semestr tím, že organizujeme akce (výlety, párty, jazykové kurzy a jiné, některé tyto akce jsou pravidelné a některé zase speciální a jiné každý semestr). A samozřejmě jsme také jejich přátelé. Naším cílem je nabízet širokou škálu volnočasových aktivit, a to způsobem jaký se tobě a zahraničním studentům líbí. Budeme rádi, když se nám ozveš - ať na mail nebo nám pošle zprávu na facebooku a můžeme se domluvit na setkání. Jsme tu také pro české studenty, kteří chtějí přes Erasmus vyjet nebo o tom jen uvažují. Rádi ti poskytneme potřebné informace o výměnném programu.



INTERNATIONAL EXCHANGE
ERASMUS STUDENT NETWORK

STUDIJNÍ POBYTY

Chceš vyjet studovat za hranice?

1. Kontaktuj fakultního koordinátora
2. Vyber si univerzitu
3. Projdi výběrovým řízením
4. Vyplň potřebné dokumenty (pomůžeme Ti)
5. Podepiš smlouvu
6. Hurá, jedeš do světa

Po Evropě můžeš vycestovat na studijní pobyt nebo stáž s finanční podporou programu Erasmus+. Pro studium mimo EU můžeš využít Stipendia VŠB-TUO.

Tvoji spolužáci v minulém roce v rámci Erasmus+ studovali a poznávali třeba:

Velkou Británii, Španělsko, Irsko, Slovinsko,
Řecko, Rakousko, Portugalsko, Norsko, Litvu,
Německo, Finsko, Estonsko nebo Belgii.

Víc najdeš na webu vsb.cz/mobility/ nebo se za námi zastav na budově A, kanceláře A337 a A338.

NÁJDI SVÉHO FAKULTNÍHO KOORDINÁTORA

Fakulta bezpečnostního inženýrství
Bc. Martina Přechová
+420 597 322 860, mobility.fbi@vsb.cz

Ekonomická fakulta
Ing. Mária Jašková, Ph.D.
+420 597 322 317, mobility.ekf@vsb.cz

Fakulta stavební
Ing. Miroslav Rosmanit, Ph.D.
+420 597 321 398, mobility.fast@vsb.cz

Fakulta strojní
Erasmus+: Mgr. Ing. Alena Bilošová, Ph.D.
+420 597 323 266, mobility.fs@vsb.cz
Stáže, stipendia:
Ing. Milada Hlaváčková, Ph.D.
+420 597 323 262, milada.hlavackova@vsb.cz

Fakulta elektrotechniky a informatiky
Mgr. Jana Bogdová
+420 597 326 013, mobility.fei@vsb.cz



NÁJDI SVÉHO FAKULTNÍHO KOORDINÁTORA

Hornicko-geologická fakulta

Ing. Alice Padisaková

Tel: +420 597 321 298, mobility.hgf@vsb.cz

Fakulta metalurgie a materiálového inženýrství

doc. Ing. Adéla Macháčková, Ph.D.

+420 597 324 344, mobility.fmfi@vsb.cz



KARIÉRNÍ CENTRUM VŠB-TUO

Pracujte na sobě! My vám s tím rádi pomůžeme.

#budoucnostuzzijeme

Nevíte, jestli je vaše CV top a jak si ho zdokonalit? Nejste si jisti svým vystupováním během pohovoru? Chcete si udělat jasno, kde je vaše budoucnost a přiblížit se splnění svých snů? Začněte hned, Kariérní centrum je vaším partákem!

- Osobnostní testy - vaše motivace, směr a cíle
- Individuální konzultace - orientace na trhu práce a příprava na pohovor
- Koučink - spokojenost, vyrovnanost, úspěch
- Rozvíjení praktických dovedností na oblíbených workshopech
- CV s fotografií od profesionálního fotografa - tvorba video-životopisu
- Pestrá nabídka volných pracovních míst pro studenty i absolventy
- Spolupracujeme s řadou firem nejen z Moravskosleského kraje

Navštivte www.vsb.cz/kariernicentrum, rozjeďte svou kariéru s námi!



**KARIÉRNÍ
CENTRUM**
VŠB-TU OSTRAVA



**Nejlepší zaměstnání pro vysokoškoláky se rozdává na veletrhu
Kariéra PLUS!**

**12. března 2019
Aula VŠB-TUO**

**Firmy, zaměstnání, stáže, trainee programy, brigády, diplom-
ky, odborný program.**

Ti nejlepší tam budou, a co ty?

Pro každého se najde to pravé!

**www.karieraplus.cz
#karieraplus
#budoucnostuzzijeme**

PODNIKÁNÍ

**Máš podnikatelský nápad? Zapiš si nový předmět
START-UP PODNIKÁNÍ!**

**Získáš přehled o praktických aspektech spojených se startu-
povým podnikáním a dostaneš tipy od odborníků z praxe.**

**V rámci výuky si zkusíš týmovou spolupráci při rozvíjení
podnikatelského nápadu a jeho přerod do reálného businessu.**

Zakončení předmětu?

**Budeš prezentovat se svým týmem, nebo sám a předvedeš
svůj semestrální projekt. Předmět je realizován formou cviče-
ní s 80% povinnou účastí.**

Předmět si můžeš zapsat pro letní semestr 2018/2019.

Více informací najdeš na

<https://greenlight.vsb.cz/volitelny-predmet>

**Předmět realizuje Centrum podpory inovací a Katedra pod-
nikohospodářská EkF VŠB-TUO.**



GREEN LIGHT

- 5 let existence
- 270 přihlášených projektů
- 65 z nich prošlo Akcelérátorem
- 31,5 mil. Kč získané investice

Máš podnikatelský nápad?
Rozběhni ho s naší pomocí.
<https://greenlight.vsb.cz/>



GREEN LIGHT



ALUMNI VŠB-TUO

Jednou z Báňské, navždy s Báňskou

Studentem jsi několik let, absolventem jsi už navždy, proto si zasloužíš mít něco navíc. Až Ti vyprší ISIC, tak můžeš získat Kartou absolventa VŠB-TUO. Ta Ti stesk po ISICu jistě vynahradí, běží totiž na Alive licenci. Navíc univerzitní a partner-ské benefity budeš čerpat už navždy zdarma.

alumni VŠB-TUO

7 kroků, jak se připojit

- Jdi na www.alumni.vsb.cz
- Klikni na registraci
- Vyber jako student (Máš už titul? Tak jako absolvent.)
- Zadej školní login (formát je xyz0007, rozumíme si?)
- Vzpomeň si na heslo
- Registruj se
- Vítej mezi alumníky

CO NA SEBE?

Po dlouhé přípravě na zkoušku konečně nastal den D a Ty stojíš u skříně a přemýšlíš, co na sebe. Jít v obleku nebo kostýmku k písemné zkoušce Ti přijde přehnané, zároveň ale víš, že šortky a žabky se taky nehodí. Co s tím? Máme pro Tebe pár rad:

Kluci

Co rozhodně ne:

kratřasy,
tílko,
trička s nápisy,
botasky,
sandále,
žabky

Co ano:

dlouhé kalhoty,
košile s dlouhým
rukávem,
elegantní svetr,
sako,
společenská
obuv,
tmavé ponožky



Holky

Co rozhodně ne:

džínová minisukně,
tričko s velkým
výstřihem,
odhalená záda nebo
ramena,
plážové šaty

Co ano:

sukni ke kolenům,
společenské kalhoty,
elegantní košile nebo
halenka,
sako,
silonky,
uzavřená obuv

Obecně platí, že Tvoje oblečení by mělo být slušné a decentní. První dojem dělá hodně, takže se rozhodně vyplatí nad oblečením přemýšlet a trochu do něj investovat. Pro názorné příklady si zkus vyhledat business casual.

A ještě jedna věc, když jdeš k “obyčejné” zkoušce na konci semestru, můžeš si s oblečením trochu hrát. Jakmile ale dojde na státnice, je nejlepší spolehnout se na starý dobrý oblek nebo kostýmek ;)

UNIVERZITNÍ SLOVNÍČEK

Cvičení a semináře

Cvičení navazují na látku z přednášek, mohou mít formu procvičování, příkladů, mohou být zaměřena na diskuzi a rozbor daného tématu, i prakticky.

Konzultace

Konzultační hodiny, doplnění systému přednášek a cvičení, pomoc studentům v různých fázích studia (před zkouškami, v procesu zpracování seminárních, bakalářských či diplomových prací atd.)

Kredit

Jednotka kreditního systému. Kreditní systém (ECTS nebo srovnatelný systém) je užíván většinou vysokých škol. Podmínkou pro zápis do dalšího semestru může být dosažení určitého počtu kreditů.

Opravný termín

Další termín pro složení zkoušky, pokud v prvním termínu student neuspěl.

Povinný předmět

Předmět, který musí student v rámci studia absolvovat.

Povinně volitelný předmět, volitelný předmět

Okruh předmětů, z nichž si student vybere předměty podle svého zájmu ve výši předepsaných kreditů

Přednáška

Základní forma výuky na většině škol. Obvykle je určena pro větší množství studentů (přednáškové sály, auly aj.). Účast teoreticky není povinná, záleží na přednášejícím a na tom, zda jsou ostatní studijní materiály dostatečným podkladem pro následný zápočet či zkoušku.

Předtermín

Termín zkoušky, vypsany před začátkem oficiálního zkouškového období.

Semináře a cvičení

Cvičení navazují na látku z přednášek, mohou mít formu procvičování, příkladů, mohou být zaměřena na diskuzi a rozbor daného tématu, i prakticky.

Studijní a zkušební řád

Vnitřní předpis školy, který upravuje podmínky studia.

Studijní obor

Podkategorie studijního programu, s přesnějším vymezením náplně.

Studijní oddělení, referentka studijního oddělení

Oddělení spravující agendu studentů od přijímacího řízení, imatrikulace, registrací, zápisů, zkoušek přes různá potvrzení, vyřizování omluvenek, až po vydání závěrečného diplomu.

Studijní program

Kategorie, která může obsahovat jeden nebo více studijních oborů.

Volitelný předmět, povinně volitelný předmět

Okruh předmětů, z nichž si student vybere předměty podle svého zájmu ve výši předepsaných kreditů.

Zkouška

Může mít písemnou, ústní nebo praktickou podobu, případně v kombinaci.

Zkouškové/zkušební období

V jejich průběhu musí student složit předepsané zkoušky.

Známky

Hodnocení je obvykle výborně, velmi dobře, dobře a nevyhověl. Je základem pro stanovení studijního průměru, může na něm záviset udělení stipendia a také přijetí do navazujícího magisterského či doktorského studia.

IAESTE

IAESTE Czech Republic is an international student organization, founded in 1948, now operating in 86 countries. The main objective of the organization is to enable students of technical fields of study to travel and gain foreign experience through an international internship program. The operated by students of many fields of study, who are trying to connect the sphere between universities and companies in their free time and open the door to new opportunities.



AN INTERNSHIP IN NORWAY

Through IAESTE, I signed up for an internship in the capital of Norway – Oslo. When I found out I got accepted for the internship I was very excited, and I knew that It would be great experience! With the help of local IAESTE, I found myself an accommodation. When I arrived, a member of local IAESTE picked me up at the train station and took me to the place of my accommodation.

The company surprised me with a family atmosphere, where I had the opportunity to work with other students on a device, which controls waste water treatment processes. It was a very interesting work, that gave me a lot of new knowledge and experiences in my field of study. Sometimes I even joined the meetings with other companies with which we collaborated.

In addition to great work experiences, I had an amazing time with members of IAESTE and colleagues from my company. Together we visited Andalsnes mountains, Sweden and we had an awesome trip to Norwegian mountain Gaustoppen, from which there was quite a spectacular view. I had some terrific opportunities such as to visit the local waste water treatment plant or to be at the company Christmas party and celebrate New Year's in Oslo with my friends. It was an amazing winter semester, which gave me new friendships, wonderful experiences and practice in my field of study.

Kája



ESN

ESN is group of students helping students. We are here for foreign students to: Help them with everything after their arrival (bank accounts, travel cards, ISIC, ESNcard, SIM card, getting to know the city, the campus, the faculties, the dormitories etc.) as well as contact them before their arrival and provide them with basic information about life in the Czech republic, Ostrava and what they should not forget to take with them (2 passport photos, warm winter jacket, LAN cable, etc.) Make them enjoy the semester by organizing events (trips, parties, language courses, etc. – some of them being regular, some of them being special and different every semester), and being their friends, too Our aim is to offer various kinds of free time activities the way you, foreign students, like it. Therefore, we will be happy if we get your feedback – mail us, send us a message via facebook, tell us when you meet us on the street. We are also here for Czech students planning to go on Erasmus (or just thinking about it) to provide them with information about exchange programs.



INTERNATIONAL EXCHANGE
ERASMUS STUDENT NETWORK

CAREER CENTER VŠB-TUO

Work on yourself! We are happy to help you.

#livingmyfuturenow

Are you unsure about your CV and you don't know how to improve it? Are you unsure how to behave during work interview? Do you want to know how to work on your future and how to make your dreams come true? Start right now, career center is here for you!

- Personality tests – your motivation, direction, goals
- Individualistic consultation – orientation to work market, preparation to work interviews
- Coaching – satisfaction, mental balance, success
- Developing practical skills by attending favourite workshops
- CV with photo by professional photograph – creating video CV
- Varied offer of free work positions for students and graduates
- Cooperation with many companies not only from Moravian-Silesian Region

Go to www.vsb.cz/kariernicentrum and start your career with us!



**KARIÉRNÍ
CENTRUM**
VŠB-TU OSTRAVA



The best jobs for students to be found at the job fair Kariéra PLUS!

March 12th, 2019 – Aula VŠB-TUO Companies, job offers, internships, trainee programs, part-time jobs, special program and many more.

The best will be there, what about you? - There is something for everyone.

ALUMNI VŠB-TUO

„Once Báňská, always Báňská.“

You are student for several years, but you are graduate forever. That's why you deserve something more. When your ISIC expires, you can get Card of graduate of VŠB-TUO. You will no longer miss your ISIC, because this card runs on Alive licence. Also, you will have lots of benefits from university and its partners available for rest of your life for free.

alumni VŠB-TUO

7 steps to join

1. Go to www.alumni.vsb.cz
2. Click to register
3. Select Student (Do you have degree? Then select Graduate.)
4. Use school login (e.g. - xyz0007)
5. Try to remember your password
6. Register
7. Welcome to Alumni family

INTERNATIONAL CONTACT POINT AT BUILDING C

Are you... an Erasmus student?
Here for a semester or a stu-
dying for a full degree?



We will help you with:

- immigration duties after arrival
- visa applications and residence permits
- accommodation
- healthcare assistance
- work permissions communication with banks
- communication with the police
- Czech language courses
- informational brochures, bulletins
- life in Ostrava

**Arrange an appointment for an individual advisory session...
or just stop by!**

E-mail: kristina.hoblikova@vsb.cz

Phone: +420 597 323 718

Office hours Monday - Friday: 8am - 1:30pm

C110, building C

<http://www.vsb.cz/icp>

CLOTHES MAKE THE MAN OR HOW TO DRESS FOR EXAM

After a long preparation for the final exam, they day D is finally here, and you are standing by the closet and wondering what to wear. Wearing a suite for a written exam is going to be exaggerated, but on the other hand shorts and flip flops are inappropriate. What to do? We have some advice for you:

Boys

What you definitely shouldn't wear

Shorts,
Men tanks,
T-shirts with inscriptions,
Sneakers,
Sandals,
Flip-flops

What you should wear

Long trousers,
Long Sleeve Shirt,
Elegant sweater,
Jacket,
Formal shoes,
Dark socks



Girls

What you definitely shouldn't wear

Denim Miniskirt,
T-shirt with a large-neckline,
Revealed back or shoulders,
Beach dresses

What you should wear

Midiskirts,
Formal trousers,
Elegant shirts or blouses,
Jacket,
Nylons,
Formal shoes

In general, your clothes should be clean and decent. The first impression does a lot, so it is definitely worth to think about the clothes and invest a bit into it. If you need some inspiration, look for business casual.

One more thing - when you go to the „ordinary“ exam at the end of the semester, you can play a little with your clothes. But when it comes to the final exams, it is the best to rely on an old good suit.

UNIVERSITY DICTIONARY

Trainings and seminars

Trainings are based on lectures, can take the form of training, examples for practice, they can be focused on the discussion and analysis of the topic

Consultation

Consultation hours, completing the system of lectures and trainings, helping students at different stages of study (before exams, in the process of elaboration of seminar, bachelor or diploma theses, etc.)

Credit

Credit unit of a credit system (ECTS or a comparable system) is used by most universities. A certain number of credits may be required to register for the next semester.

Correction deadline

Another term for passing the exam if the student fails in the first term.

Compulsory subject

The subject that a student has to undergo in the course of study.

Compulsory elective subject, optional subject

A range of subjects from which a student chooses items according to their interest in the amount of prescribed credits.

Lecture

Basic form of teaching in most schools. It is usually intended for more students (lecture halls, auditoriums, etc.). Participation is theoretically not compulsory, it depends on the lecturer and on whether the other study materials are sufficient background for the subsequent credit or exam.

Preterm

Exam term, which is listed before the official examination period.

Study and Examination Regulations

Internal regulation of the school governing the conditions of studies.

Field of study

Sub-category of the study program, with a more precise definition of the content.

Study Department, Department of Education

Department managing the agenda of students from the admission procedure, matriculation, registration, enrollment, examinations through various certificates, clearance of apologies, to the final diploma.

Study program

A category that may contain one or more fields of study.

Optional subject, compulsory elective subject

A range of subjects from which a student chooses items according to their interest in the amount of prescribed credits

Exam

It may be written, oral or practical, possibly in combination.

Exam / probation period

During the course the student must take the prescribed exam.

Grades

The rating is usually excellent, very good, good and failed. It is the basis for determining the study average, it may depend on the award of the scholarship and also the admission to the post-graduate master or doctoral studies.

STÁTNÍ SVÁTKY

- 1.1 Den obnovy samostatného českého státu
- 1.1 Nový rok
- 19.4 Velký pátek
- 22.4 Velikonoční pondělí
- 1.5 Svátek práce
- 8.5 Den vítězství
- 5.7 Den slovanských věrozvěstů
Cyrila a Metoděje
- 6.7 Den upálení mistra Jana Husa
- 28.9 Den české státnosti
- 28.10 Den vzniku samostatného československého
státu
- 17.11 Den boje za svobodu a demokracii
- 24.12 Štědrý den
- 25.12 1. svátek vánoční
- 26.12 2. svátek vánoční



PUBLIC HOLIDAYS

Jan 1 Restoration of the Czech Independence Day

Jan 1 New Year's Day

Apr 19 Good Friday

Apr 22 Easter Monday

May 1 Labor Day

May 8 Victory in Europe Day

Jul 5 Saints Cyril and Methodius

Jul 6 Jan Hus Day

Sep 28 St. Wenceslas Day

Oct 28 Independent Czechoslovak State Day

Nov 17 Struggle for Freedom and Democracy Day

Dec 24 Christmas Eve

Dec 25 Christmas Day

Dec 26 St. Stephen's Day



UDÁLOSTI / EVENTS

Během celého roku jsou pro tebe připravené zábavné i poučné akce, které jsme shrnuli, aby si nic nezmeškal. Pro více informací o akcích přejdi na stránky organizátorů:

Toughout the year, fun and educational events are brought to you, which we summed up to make sure nothing is missed. For more information about events, go to the organizer's website:

IAESTE – fb.com/iaestevsbostrava/

Younie – fb.com/youniecz

VSBS – www.vsb.cz/

ESN – <https://esnvsvb.cz/>

AIESEC – www.aiesec.cz



ZÁŘÍ / SEPTEMBER

Během měsíce

Během měsíce

11.9.2018

11.9.2018

13.9.2018

14.9.2018

15.9.2018

15.9.2018

16.9.2018

17.9.2018

22.9.2018

25.9.2018

26.9.2018

26.9.2018

27.9.2018

29.9.2018

Faculty Tours (ESN)

Infoschuzka pro prváky (YOUNIE)

Welcome Ceremony (ESN)

Od inzerátu k pohovoru (KC)

Welcome Party and Speed meeting (ESN)

Sigtseeing Game (ESN)

Czech FILLUP (ESN)

Flea Market (ESN)

Local trip - Halda Ema (ESN)

Začátek zimního semestru (VŠB)

Voda (ESN)

Otevření Kariérního centra v nových prostorách na C110

Angličtina improvizací metodou (KC)

Hod cihlou (FAST)

Koučink v angličtině (VŠB)

Local trip - Pustevny (ESN)

ŘÍJEN / OCTOBER

Během měsíce

Konec října

03.10.2018

03.10.2018

03.10.2018

03.10.2018

05.10.2018

06.10.2018

09.10.2018

11.10.2018

16.10.2018

18.10.2018

20.10.2018

24.10.2018

25.10.2018

30.10.2018

31.10.2018

FILLUP (ESN)

Bloody Halloween (Younie)

EDISON AIESEC sraz (AIESEC)

Vítání prváků (Younie)

Technika Run (VŠB)

Zvládání stresu (KC)

Noc Vědci (VŠB)

Local trip - Štramberský (ESN)

Dinner in the Dark (ESN)

Setkání Patriotů MSK

Zkus to s IAESTE

Akademie osobního rozvoje (KC)

Local trip - Lysá hora (ESN)

Akademie mluvení (KC)

Akademie osobního rozvoje (KC)

Koučink v angličtině (VŠB)

Slovní sebeobrana (KC)

LISTOPAD / NOVEMBER

| | | |
|------------------|--|--------|
| Během měsíce | FILLUP (ESN) | F |
| 01.11.2018 | Akademie osobního rozvoje (KC) | 1 |
| 06.11.2018 | Akademie mluvení (KC) | 7 |
| 08.11.2018 | Akademie osobního rozvoje (KC) | 1 |
| 10.11.2018 | Local trip - Smrk (ESN) | 1 |
| 14.11.2018 | Exkurze Planetárium (ESN) | 2 |
| 15.11.2018 | Slávnostní vědecká rada (VŠB) | 2 |
| 16. - 17.11.2018 | Startup weekend (VŠB) | |
| 18.11.2018 | Startup weekend (VŠB) | |
| 19.11.2018 | Children's home Visit (ESN) | |
| 21.11.2018 | Koučink v angličtině (VŠB) | 5 |
| 22.11.2018 | Akademie mluvení (KC) | 1 |
| 22.11.2018 | Přednáška v angličtině téma: Time management (VŠB) | 1 2 |
| 23.11.2018 | Trip to Prague (ESN) | |
| 29.11.2018 | Jak se správně učit (KC) | |

PROSINEC / DECEMBER

| | | |
|--------------|--|---|
| Během měsíce | FILLUP (ESN) | C |
| 04.12.2018 | Vyleť na stáž (IAESTE) | 2 |
| 05.12.2018 | Koučink v angličtině (VŠB) | 1 |
| 06.12.2018 | Czech tradition Mikuláš (ESN) | 1 |
| 06.12.2018 | Přednáška v angličtině téma Stress (VŠB) | 2 |
| 07.12.2018 | Akademie mluvení (KC) | |
| 13.12.2018 | Akademie mluvení (KC) | |
| 20.12.2018 | Vánoční FILLUP (ESN) | |
| 20.12.2018 | Bye Bye Party (ESN) | 1 |
| 22.12.2018 | Konec výuky v zimním semestru (VŠB) | 7 |

LEDEN / JANUARY

| | | |
|-----------|---|--|
| 7.1.2019 | Začátek zkouškového období zimního semestru (VŠB) | |
| 9.1.2019 | Akademie mluvení (KC) | |
| 22.1.2019 | Akademie mluvení (KC) | |

ÚNOR / FEBRUARY

| | |
|----------------|---|
| Polovina února | Studentský ples (Younie) |
| 1.2.2019 | Den otevřených dveří Ostrava (VŠB) |
| 7.2.2019 | Akademie mluvení (KC) |
| 10.2.2019 | Konec zkouškového období zimního semestru (VŠB) |
| 11.2.2019 | Začátek letního semestru (VŠB) |
| 23.2.2019 | Univerzitní ples (VŠB) |
| 28.2.2019 | Startup show (VŠB) |

BŘEZEN / MARCH

| | |
|-----------|---------------------------------|
| 5.3.2019 | Muffin day (IAESTE) |
| 12.3.2019 | Kariéra Plus (VŠB) |
| 19.3.2019 | Bridge Builder Contest (IAESTE) |
| 28.3.2019 | Slávnostní vědecká rada (VŠB) |

DUBEN / APRIL

| | |
|------------|---------------------------|
| celý duben | Májálesový měsíc (Younie) |
| 25.4.2019 | Sportovní den (VŠB) |

KVĚTEN / MAY

| | |
|-----------|---|
| 17.5.2019 | Májáles Ostrava (Younie) |
| 19.5.2019 | Konec výuky v letním semestru (VŠB) |
| 20.5.2019 | Začátek zkouškového období letního semestru (VŠB) |

ČERVENEC / JULY

| | |
|-----------------|---|
| 17. - 20.7.2019 | Colours of Ostrava a Melting pot |
| 7.7.2019 | Konec zkouškového období letního semestru (VŠB) |

5 TIPŮ, JAK ZVLÁDAT STRES

- Pokud jste pod tlakem a stres se vás chystá sežrat, dejte si sprchu nebo koupel. Uvolní vás to ze sevření.
- Dechová cvičení nejsou trapná a dost pomáhají!
- Dobrý time management neuškodí. Prozkoumejte svou motivaci. A pamatujte, učení a stres nejde dohromady! Nejdříve se odrepejte z tlaku, jinak zbytečně ztrácíte čas. Vaše paměť a pozornost nebudou dobře fungovat.
- Pozitivní myšlení ještě nikdy nikoho nezabilo. Naopak, ve stresujících situacích to může být to rozhodující. Tělo potřebuje uvolnit, myslete na něco příjemného.
- Svěřte se. Rodina, kamarádi, přítel, přítelkyně. Vyhledat můžete i odbornou vrbu. Poradenství ve formě koučinků, konzultací s psychologem nebo třeba konzultace v Kariérním centru.

Tip na závěr:
přihlaste se na interaktivní workshopy Kariérního centra VŠB-TUO - přednáška o zvládání stresu nebo oblíbený balíček rozvoje pro studenta VŠ. Vše najdete na webu KC.



5 TIPŮ, PRO EFEKTIVNÍ UČENÍ

- Spánek po učení rozhodně doporučen! Až 50% naučené látky se tak snadněji udrží v paměti. Platí to i pro odpovědní šlofik
- Naopak po učení uberte fyzickou námahu ze svého programu! Z toho, co se naučíte, se vám až 91% vykouří z hlavy, když se po učení budete namáhat!
- Podobně je to s časem chvíli po probuzení. Paměť nemá schopnost si dlouhodobě učenou látku pamatovat. Bude také těžší vše v paměti najít.
- Nejlepší časy pro učení jsou 10. hodina dopoledne a 3. hodina odpoledne.
- Buďte kreativní, při učení zapojte emoce nebo kreslete. Mozek lépe pracuje při zapojení obou hemisfér. Pokud zvolíte hudební kulisu, rytmus by měl odpovídat tepu srdce v klidu.

Tip na závěr: přednášku Jak se správně učit uvede Kariérní centrum VŠB-TUO v listopadu! Přihlásit se můžete na webu www.vsb.cz/kariernicentrum.

**EAT
SLEEP
STUDY**



ZÁŘÍ

LICHÝ TÝDEN

10

Po / Mon

Irma

11

Út / Tue

Denisa, Denis

12

St / Wed

Marie

13

Čt / Thu

Lubor

14

Pá / Fri

Radka

JEDINÁ OMEZENÍ
KTERÁ V LIDSKÝCH ŽIVOTECH
EXISTUJÍ SI KLADEME
MY SAMI

SEPTEMBER

15

So / Sat
Jolana

16

Ne / Sun
Ludmila



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

17

Po / Mon
Naděžda

18

Út / Tue
Kryštof

JEDINÁ OMEZENÍ
KTERÁ V LIDSKÝCH ŽIVOTECH

19

St / Wed
Zita

EXISTUJÍ SI KLADEME
MY SAMI

20

Čt / Thu
Oleg

21

Pá / Fri
Matouš

SEPTEMBER

22

So / Sat
Darina

23

Ne / Sun
Berta

NÁPADY / IDEAS



ZÁŘÍ

LICHÝ TÝDEN

24

Po / Mon

Jaromír

25

Út / Tue

Zlata

**JEDINÁ OMEZENÍ
KTERÁ V LIDSKÝCH ŽIVOTECH**

26

St / Wed

Andrea

**EXISTUJÍ SI KLADEME
MY SAMI**

27

Čt / Thu

Jonáš

28

Pá / Fri

Václav

Den české státnosti

SEPTEMBER

29

So / Sat
Michal

30

Ne / Sun
Jeroným



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

ŘÍJEN

SUDÝ TÝDEN

1

Po / Mon

Igor

2

Út / Tue

Olivie, Oliver

JEDINÁ OMEZENÍ

KTERÁ V LIDSKÝCH ŽIVOTECH

3

St / Wed

Bohumil

EXISTUJÍ SI KLADEME

MY SAMI

4

Čt / Thu

František

5

Pá / Fri

Eliška

I OCTOBER

6

So / Sat
Hanuš

7

Ne / Sun
Justýna

NÁPADY / IDEAS



ŘÍJEN

LIČHÝ TÝDEN

8

Po / Mon
Věra

9

Út / Tue
Štefan, Sára

10

St / Wed
Marina

11

Čt / Thu
Andrej

12

Pá / Fri
Marcel

DĚLAT
CO MÁŠ RÁD,
ZNAMENÁ BÝT SVOBODNÝ,
MÍT RÁD
CO DĚLÁŠ
ZNAMENÁ
BÝT
ŠŤASTNÝ

N

OCTOBER

13

So / Sat

Renáta

14

Ne / Sun

Agáta



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

ŘÍJEN

SUDÝ TÝDEN

15

Po / Mon

Tereza

16

Út / Tue

Havel

17

St / Wed

Hedvika

18

Čt / Thu

Lukáš

19

Pá / Fri

Michaela

DĚLAT
CO MÁŠ RÁD,
ZNAMENÁ BÝT SVOBODNÝ,
MÍT RÁD
CO DĚLÁŠ
ZNAMENÁ
BÝT
ŠŤASTNÝ

OCTOBER

20

So / Sat
Vendelin

21

Ne / Sun
Brigita

NÁPADY / IDEAS



ŘÍJEN

LIČHÝ TÝDEN

22

Po / Mon
Sabina

23

Út / Tue
Teodora

24

St / Wed
Nina

25

Čt / Thu
Beáta

26

Pá / Fri
Erik

DĚLAT
CO MÁŠ RÁD,
ZNAMENÁ BÝT SVOBODNÝ,
MÍT RÁD
CO DĚLÁŠ
ZNAMENÁ
BÝT
ŠŤASTNÝ

N

OCTOBER

27

So / Sat
Šarlota

28

Ne / Sun
Den vzniku samostatného československého státu



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

ŘÍJEN/LISTOPAD

SUDÝ TÝDEN

29

Po / Mon
Silvie

30

Út / Tue
Tadeáš

31

St / Wed
Štěpánka

1

Čt / Thu
Felix

2

Pá / Fri

DĚLAT
CO MÁŠ RÁD,
ZNAMENÁ BÝT SVOBODNÝ,
MÍT RÁD
CO DĚLÁŠ
ZNAMENÁ
BÝT
ŠŤASTNÝ

OCTOBER / NOVEMBER

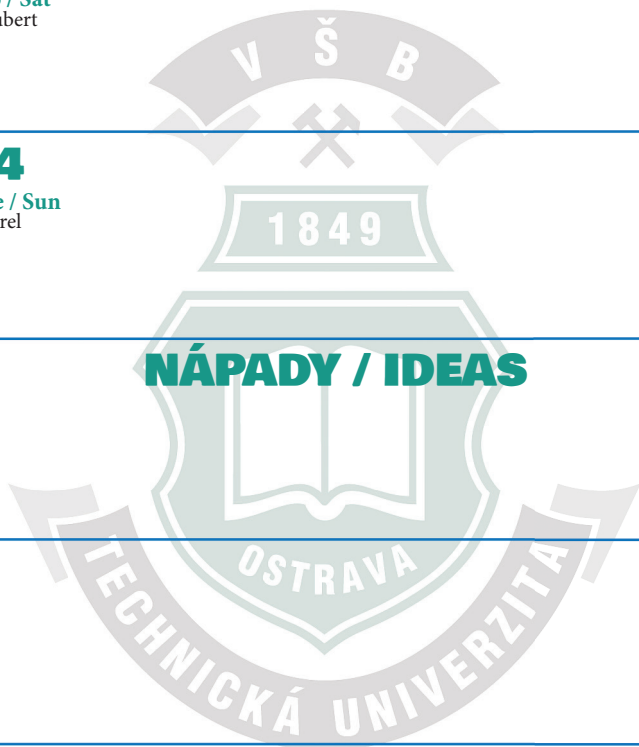
3

So / Sat
Hubert

4

Ne / Sun
Karel

NÁPADY / IDEAS



LISTOPAD

LICHÝ TÝDEN

5

Po / Mon

Miriam

6

Út / Tue

Liběna

7

St / Wed

Saskia

KDYŽ NĚCO OPRAVDU
CHCEŠ, CELÝ VESMÍR SE
SPOJÍ, ABYS TO MOHL
USKUTEČNIT

8

Čt / Thu

Bohumír

9

Pá / Fri

Bohdan

NOVEMBER

10

So / Sat
Evžen

11

Ne / Sun
Martin



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

LISTOPAD

SUDÝ TÝDEN

12

Po / Mon
Benedikt

13

Út / Tue
Tibor

14

St / Wed
Sáva

KDYŽ NĚCO OPRAVDU
CHCEŠ, CELÝ VESMÍR SE
SPOJÍ, ABYS TO MOHL
USKUTEČNIT

15

Čt / Thu
Leopold

16

Pá / Fri
Otmar,
Maulena

NOVEMBER

17

So / Sat
Mahulena

Den boje za svobodu a demokracii

18

Ne / Sun
Romana

NÁPADY / IDEAS

OSTRAVA
TECHNICKÁ UNIVERZITA

LISTOPAD

LICHÝ TÝDEN

19

Po / Mon
Alžběta

20

Út / Tue
Nikol, Nikola

21

St / Wed
Albert

KDYŽ NĚCO OPRAVDU
CHCEŠ, CELÝ VESMÍR SE
SPOJÍ, ABYS TO MOHL
USKUTEČNIT

22

Čt / Thu
Cecilie

23

Pá / Fri
Klement

NOVEMBER

24

So / Sat
Emilie

25

Ne / Sun
Katerina



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

LISTOPAD/PROSINEC

SUDÝ TÝDEN

26

Po / Mon

Artur

27

Út / Tue

Xenie

28

St / Wed

René

KDYŽ NĚCO OPRAVDU
CHCEŠ, CELÝ VESMÍR SE
SPOJÍ, ABYS TO MOHL
USKUTEČNIT

29

Čt / Thu

Zina

30

Pá / Fri

Ondřej

NOVEMBER/DECEMBER

1

So / Sat
Iva

2

Ne / Sun
Blanka

NÁPADY / IDEAS



PROSINEC

LICHÝ TÝDEN

3

Po / Mon
Svatoslav

4

Út / Tue
Barbora

5

St / Wed
Jitka

JEDINÝ
LIMIT
JSI TY SÁM.

6

Čt / Thu
Mikuláš

7

Pá / Fri
Benjamín

DECEMBER

8

So / Sat
Květoslava

9

Ne / Sun
Vratislav



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

PROSINEC

SUDÝ TÝDEN

10

Po / Mon
Julie

11

Út / Tue
Dana

12

St / Wed
Simona

13

Čt / Thu
Lucie

14

Pá / Fri
Lýdie

JEDINÝ
LIMIT
JSI TY SÁM.

DECEMBER

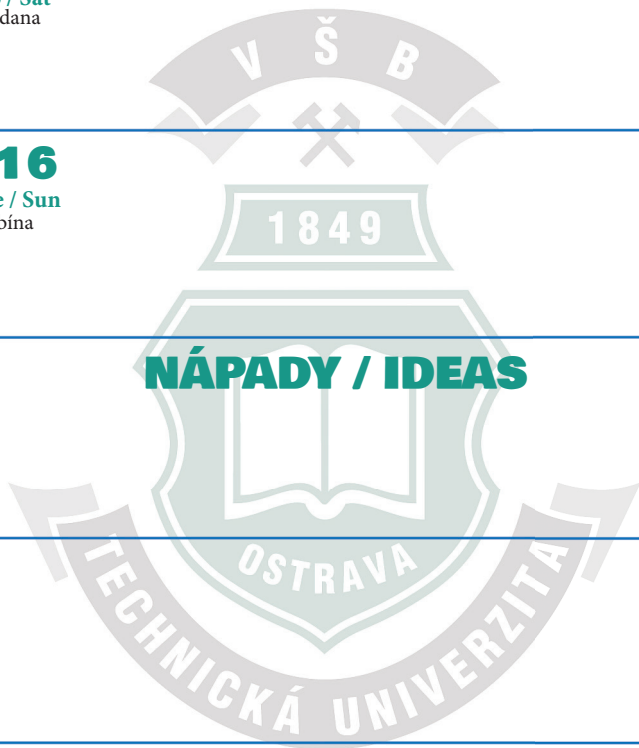
15

So / Sat
Radana

16

Ne / Sun
Albina

NÁPADY / IDEAS



PROSINEC

LICHÝ TÝDEN

17

Po / Mon
Daniel

18

Út / Tue
Miloslav

19

St / Wed
Ester

20

Čt / Thu
Dagmar

21

Pá / Fri
Natálie

JEDINÝ
LIMIT
JSI TY SÁM.

DECEMBER

22

So / Sat
Šimon

23

Ne / Sun
Vlasta



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

PROSINEC

SUDÝ TÝDEN

24

Po / Mon

Adam, Eva

Štědrý den

25

Út / Tue

1. svátek vánoční

26

St / Wed

Štěpán

2. svátek vánoční

27

Čt / Thu

Žaneta

28

Pá / Fri

Bohumila

JEDINÝ
LIMIT
JSI TY SÁM.

DECEMBER

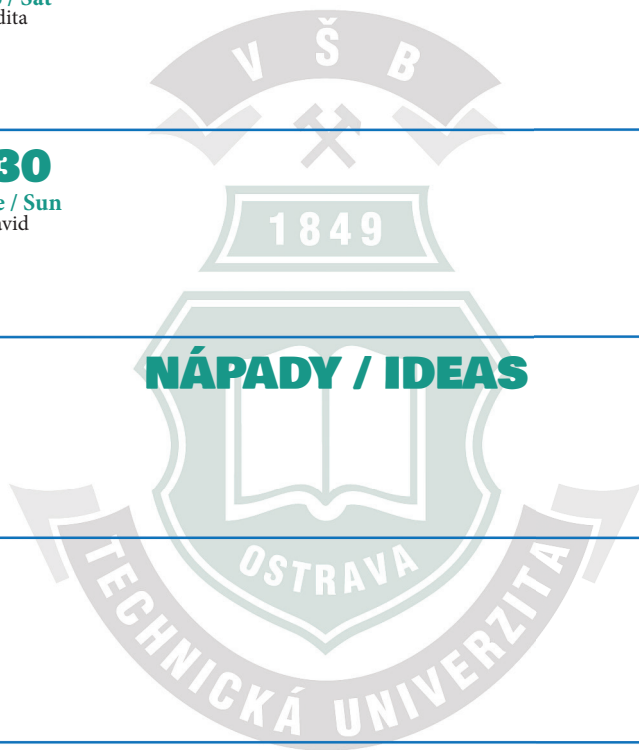
29

So / Sat
Judita

30

Ne / Sun
David

NÁPADY / IDEAS



PROSINEC/LEDEN

LIČHÝ TÝDEN

31

Po / Mon
Silvestr

1

Út / Tue
Den obnovy samostatného českého státu
Nový rok

2

St / Wed
Karina

3

Čt / Thu
Radmila

4

Pá / Fri
Diana

JEDINÝ
LIMIT
JSI TY SÁM.

DECEMBER / JANUARY

5

So / Sat
Dalimil

6

Ne / Sun



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

NAPLÁNUJ SI ZKOUŠKOVÉ!

LEDEN

SUDÝ TÝDEN

7

Po / Mon
Vilma

8

Út / Tue
Čestmír

9

St / Wed
Vladan

10

Čt / Thu
Břetislav

11

Pá / Fri
Bohdana

LEPŠÍ JE
NĚCO
ZKUSIT A
SELHAT,
JAK
NEZKUSIT
VŮBEC!

JANUARY

12

So / Sat
Pravoslav

13

Ne / Sun
Edita

NÁPADY / IDEAS



LEDEN

LICHÝ TÝDEN

14

Po / Mon
Radovan

15

Út / Tue
Alice

16

St / Wed
Ctirad

17

Čt / Thu
Drahoslav

18

Pá / Fri
Vladislav

LEPŠÍ JE
NĚCO
ZKUSIT A
SELHAT,
JAK
NEZKUSIT
VŮBEC!

JANUARY

19

So / Sat

Doubravka

20

Ne / Sun

Ilona



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

LEDEN

SUDÝ TÝDEN

21

Po / Mon
Běla

22

Út / Tue
Slavomir

23

St / Wed
Zdeněk

24

Čt / Thu
Milena

25

Pá / Fri
Miloš

LEPŠÍ JE
NĚCO
ZKUSIT A
SELHAT,
JAK
NEZKUSIT
VŮBEC!

JANUARY

26

So / Sat
Zora

27

Ne / Sun
Ingrid

NÁPADY / IDEAS



LEDEN/ÚNOR

LICHÝ TÝDEN

28

Po / Mon
Otýlie

29

Út / Tue
Zdislava

30

St / Wed
Robin

31

Čt / Thu
Marika

1

Pá / Fri
Hynek

LEPŠÍ JE
NĚCO
ZKUSIT A
SELHAT,
JAK
NEZKUSIT
VŮBEC!

JANURY / FEBRUARY

2

So / Sat

Nela

3

Ne / Sun

Blažej



NÁPADY / IDEAS

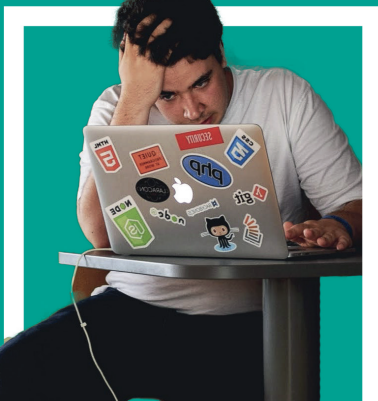
Czech Republic

5 TIPS TO HELP MANAGE STRESS 5

- If you are under pressure and stress is debilitating you, take a shower or a bath. It will release you from the grip.
- Breathing exercises are not embarrassing and are helping a lot!
- Good time management won't hurt. Explore your motivation. And remember, learning and stress do not go together! First, shake the pressure, otherwise you are just wasting your time. Your memory and attention will not work well.
- Positive thinking has never killed anyone. On the contrary, it can be crucial in stressful situations. Your body needs to relax, so think of something pleasant.
- Open up to someone. To Family, your friends or girlfriend/boyfriend. You can also search for a "professional willow". This counseling can be in the form of coaching, consultations with a psychologist or consultations at the Career Center

Tip to the end

Sign up to the interactive workshops of VŠB-TUO Career Center - a lectures on stress management or a popular development package for a university students. You can find all the information on the KC website.



5 TIPS FOR EFFECTIVE LEARNING

- Sleep after studying is definitely recommended! Up to 50% of the learned substance is easier to remember. This also applies to the afternoon nap.
- On the other hand, lower the physical strain from your program after studying! 91% from what you have learnt can smoke out of your head when you are extensively exercising after studying.
- It is similar with the time shortly after you wake up. Memory does not have the ability to remember what you are learning. It will also be harder to find everything in your memory later.
- The best times for studying are 10 am and 3 pm.
- Be creative, engage emotions or draw while learning. The brain works better when it's using both hemispheres. If you choose a musical backdrop, the rhythm should match the heart rate at rest.

Tip to end: lecture How to learn correctly will be announced by VŠB-TUO Career Center in November! You can log in at www.vsb.cz/kariernicentrum.

**EAT
SLEEP
STUDY**



ÚNOR

SUDÝ TÝDEN

4

Po / Mon
Jarmila

KDYŽ TI BUDE
NEJHŮŘE

5

Út / Tue
Dobromila

OBRAŤ SE KE
SLUNCI A
VSECHNY

6

St / Wed
Vanda

STÍNY

7

Čt / Thu
Veronika

PADNOU ZA TEBE

8

Pá / Fri
Milada

FEBRUARY

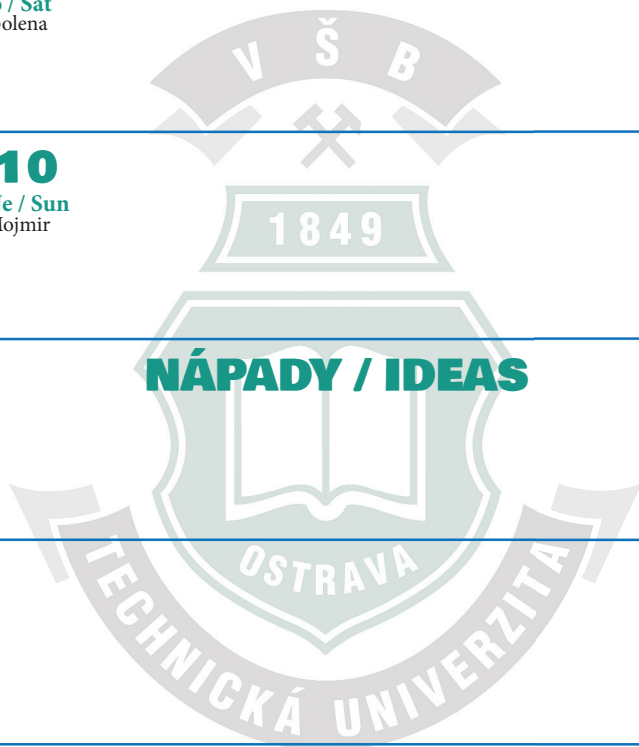
9

So / Sat
Apolena

10

Ne / Sun
Mojmir

NÁPADY / IDEAS



ÚNOR

LICHÝ TÝDEN

11

Po / Mon
Božena

12

Út / Tue
Slavěna

13

St / Wed
Věnceslav

14

Čt / Thu
Valentýn

15

Pá / Fri
Jiřina

FEBRUARY

16

So / Sat

Ljuba

17

Ne / Sun

Miloslava



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

ÚNOR

SUDÝ TÝDEN

18

Po / Mon
Gizela

KDYŽ TI BUDE
NEJHŮŘE

19

Út / Tue
Patrik

OBRAŤ SE KE
SLUNCÍ A
VSECHNY

20

St / Wed
Oldřich

STÍNY

21

Čt / Thu
Lenka

PADNOU ZA TEBE

22

Pá / Fri
Petr

FEBRUARY

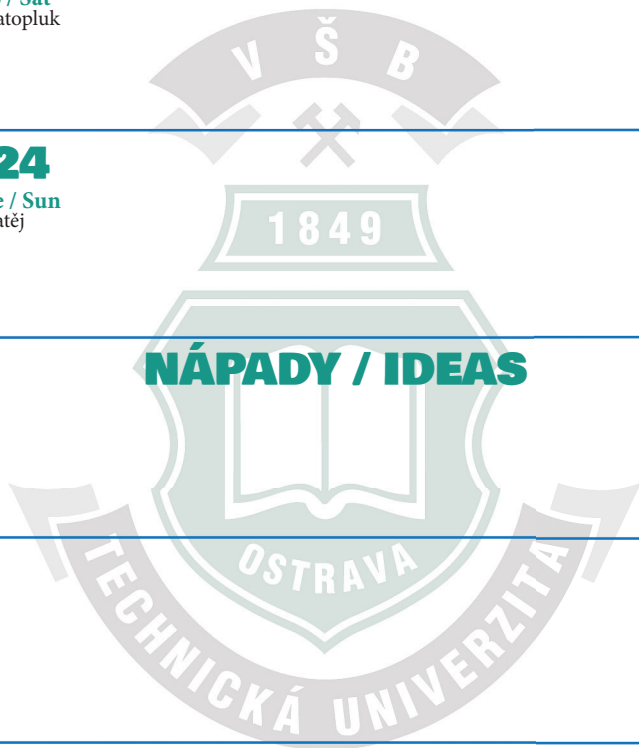
23

So / Sat
Svatopluk

24

Ne / Sun
Matěj

NÁPADY / IDEAS



25

Po / Mon

Liliana

26

Út / Tue

Dorota

27

St / Wed

Alexandr

28

Čt / Thu

Lumír

1

Pá / Fri

Bedřich

FEBRUARY / MARCH

2

So / Sat
Anežka

3

Ne / Sun
Kamil



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

BŘEZEN

SUDÝ TÝDEN

4

Po / Mon

Stela

5

Út / Tue

Kazimir

6

St / Wed

Miroslav

7

Čt / Thu

Tomáš

8

Pá / Fri

Gabriela

NIKDY SE
NEVZDÁVEJ,
OBVYKLE OTEVŘE
DVEŘE POSLEDNÍ
KLÍČ ZE SVAZKU



MARCH

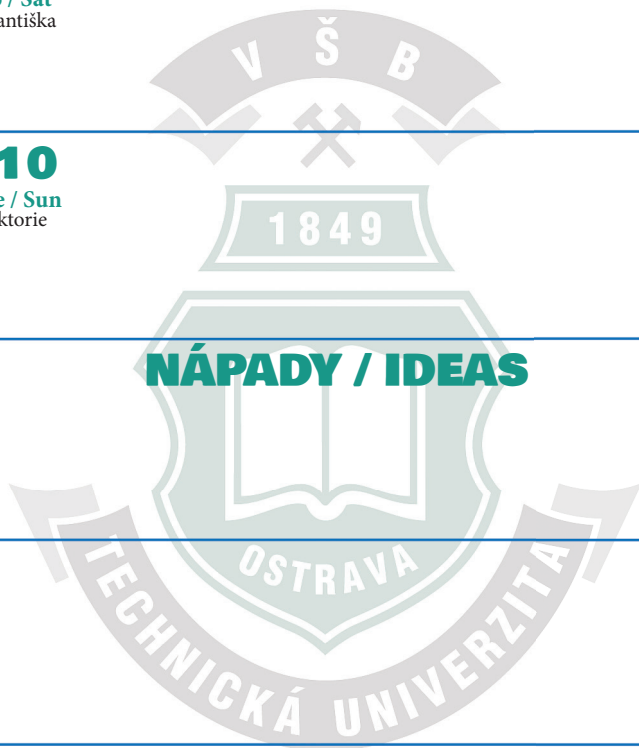
9

So / Sat
Františka

10

Ne / Sun
Viktorie

NÁPADY / IDEAS



BŘEZEN

LICHÝ TÝDEN

11

Po / Mon

Anděla

12

Út / Tue

Řehoř

13

St / Wed

Růžena

14

Čt / Thu

Matylda, Růt

15

Pá / Fri

Ida

NIKDY SE
NEVZDÁVEJ,
OBVYKLE OTEVŘE
DVEŘE POSLEDNÍ
KLÍČ ZE SVAZKU



MARCH

16

So / Sat

Elena, Herbert

17

Ne / Sun

Vlastimil



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

BŘEZEN

SUDÝ TÝDEN

18

Po / Mon
Eduard

19

Út / Tue
Josef

NIKDY SE
NEVZDÁVEJ,
OBVYKLE OTEVŘE
DVEŘE POSLEDNÍ
KLÍČ ZE SVAZKU

20

St / Wed
Světlana



21

Čt / Thu
Radek

22

Pá / Fri
Leona

MARCH

23

So / Sat
Ivona

24

Ne / Sun
Gabriel

NÁPADY / IDEAS



BŘEZEN

LICHÝ TÝDEN

25

Po / Mon
Marian

26

Út / Tue
Emanuel

27

St / Wed
Dita

28

Čt / Thu
Soňa

29

Pá / Fri
Tatána

NIKDY SE
NEVZDÁVEJ,
OBVYKLE OTEVŘE
DVEŘE POSLEDNÍ
KLÍČ ZE SVAZKU



MARCH

30

So / Sat
Arnošt

31

Ne / Sun
Kvido



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

DUBEN

SUDÝ TÝDEN

1

Po / Mon
Hugo

2

Út / Tue
Erika

3

St / Wed
Richard

4

Čt / Thu
Ivana

5

Pá / Fri
Miroslava

NIKDY SE
NEVZDÁVEJ,
OBVYKLE OTEVŘE
DVEŘE POSLEDNÍ
KLÍČ ZE SVAZKU



APRIL

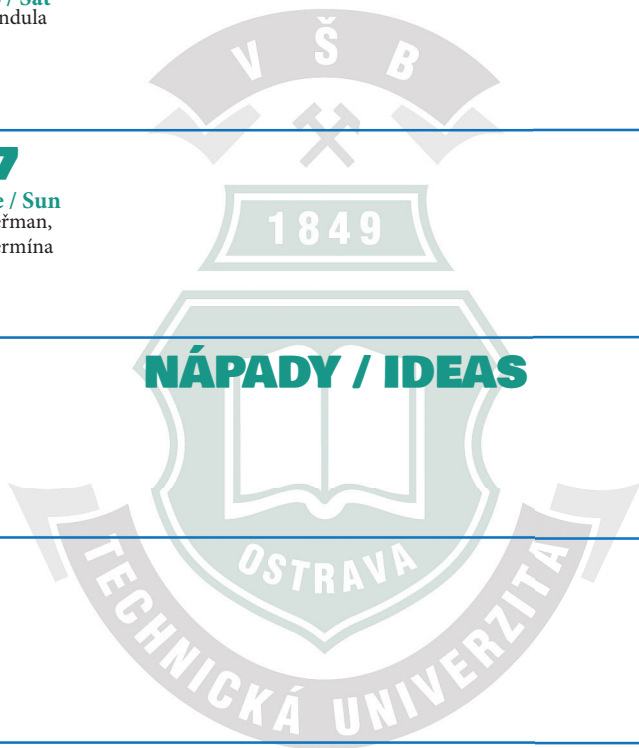
6

So / Sat
Vendula

7

Ne / Sun
Heřman,
Hermína

NÁPADY / IDEAS



DUBEN

LICHÝ TÝDEN

8

Po / Mon

Ema

9

Út / Tue

Dušan

ZNALOSTI JSOU

OMEZENÉ

10

St / Wed

Darja

FANTAZIE JE

NEKONEČNÁ

11

Čt / Thu

Izabela

12

Pá / Fri

Julius

APRIL

13

So / Sat

Aleš

14

Ne / Sun

Vincenc



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

DUBEN

SUDÝ TÝDEN

15

Po / Mon

Anastázie

16

Út / Tue

Irena

17

St / Wed

Rudolf

18

Čt / Thu

Valérie

19

Pá / Fri

Rostislav

Velký pátek

APRIL

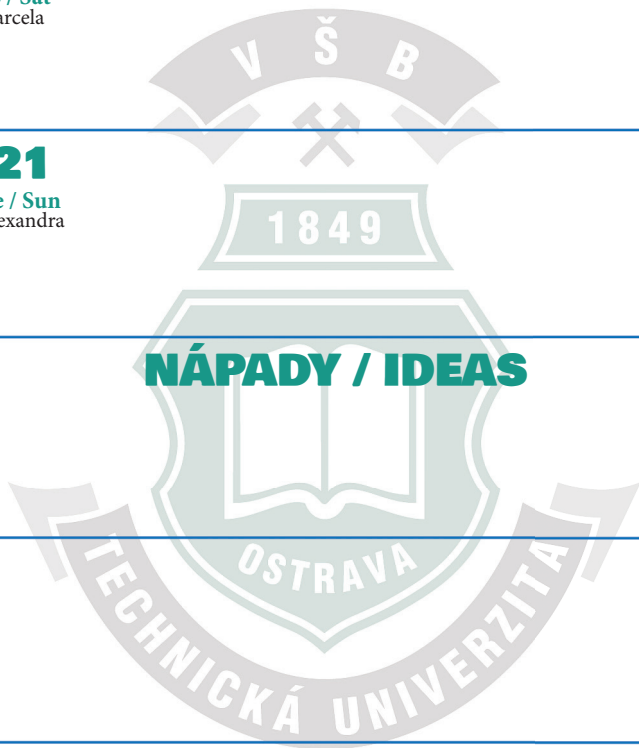
20

So / Sat
Marcela

21

Ne / Sun
Alexandra

NÁPADY / IDEAS



DUBEN

LIChÝ TýDEN

22

Po / Mon

Evženie

Velikonoční pondělí

23

Út / Tue

Vojtěch

ZNALOSTI JSOU

OMEZENÉ

24

St / Wed

Jiří

FANTAZIE JE

NEKONEČNÁ

25

Čt / Thu

Marek

26

Pá / Fri

Oto

APRIL

27

So / Sat
Jaroslav

28

Ne / Sun
Vlastislav



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

DUBEN/KVĚTEN

SUDÝ TÝDEN

29

Po / Mon
Robert

30

Út / Tue
Blahoslav

ZNALOSTI JSOU

OMEZENÉ

1

St / Wed
Svátek práce

FANTAZIE JE

NEKONEČNÁ

2

Čt / Thu
Zigmund

3

Pá / Fri
Alexej

APRIL / MAY

4

So / Sat
Květoslav

5

Ne / Sun
Klaudie

NÁPADY / IDEAS



KVĚTEN

LICHÝ TÝDEN

6

Po / Mon
Radoslav

UČITEL TI

7

Út / Tue
Stanislav

MŮŽE

OTEVŘÍT

8

St / Wed
Den vítězství

DVEŘE, ALE

VSTOUPIT

9

Čt / Thu
Ctibor

DO NICH

MUSÍŠ TY

10

Pá / Fri
Blažena

MAY

11

So / Sat
Svatava

12

Ne / Sun
Pankrác



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

KVĚTEN

SUDÝ TÝDEN

13

Po / Mon

Servác

UČITEL TI

14

Út / Tue

Bonifác

MŮŽE

OTEVŘÍT

15

St / Wed

Žofie

DVEŘE, ALE

VSTOUPIT

16

Čt / Thu

Přemysl

DO NICH

MUSÍŠ TY

17

Pá / Fri

Aneta

MAY

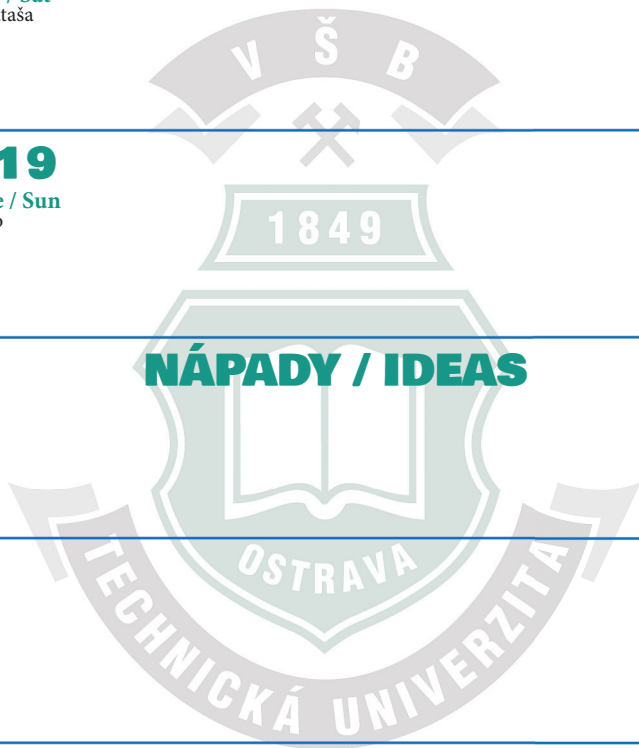
18

So / Sat
Nataša

19

Ne / Sun
Ivo

NÁPADY / IDEAS



NAPLÁNUJ SI ZKOUŠKOVÉ!

KVĚTEN

LICHÝ TÝDEN

20

Po / Mon

Zbyšek

21

Út / Tue

Monika

22

St / Wed

Emil

23

Čt / Thu

Vladimír

24

Pá / Fri

Jana, Vanesa

UČITEL TI

MŮŽE

OTEVŘÍT

DVEŘE, ALE

VSTOUPIT

DO NICH

MUSÍŠ TY

MAY

25

So / Sat
Viola

26

Ne / Sun
Filip



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

KVĚTEN/ČERVEN

SUDÝ TÝDEN

27

Po / Mon
Valdemar

28

Út / Tue
Vilém

29

St / Wed
Maximilián

30

Čt / Thu
Ferdinand

31

Pá / Fri
Kamila

UČITEL TI

MŮŽE

OTEVŘÍT

DVEŘE, ALE

VSTOUPIT

DO NICH

MUSÍŠ TY

MAY/JUNE

1

So / Sat
Laura

2

Ne / Sun
Jarmil

NÁPADY / IDEAS



3

Po / Mon
Tamara

4

Út / Tue
Dalibor

5

St / Wed
Dobroslav

6

Čt / Thu
Norbert

7

Pá / Fri
Iveta, Slavoj

ŽIVOT JE
LEPŠÍ
KDYŽ SE
SMĚJEŠ.

N

JUNE

8

So / Sat
Medard

9

Ne / Sun
Stanislava



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

10

Po / Mon

Gita

11

Út / Tue

Bruno

12

St / Wed

Antonie

13

Čt / Thu

Antonín

14

Pá / Fri

Roland

ŽIVOT JE
LEPŠÍ
KDYŽ SE
SMĚJEŠ.

JUNE

15

So / Sat
Vít

16

Ne / Sun
Zbyněk

NÁPADY / IDEAS



ČERVEN

LIČÝ TÝDEN

17

Po / Mon
Adolf

18

Út / Tue
Milan

19

St / Wed
Leoš

20

Čt / Thu
Květa

21

Pá / Fri
Alois

ŽIVOT JE
LEPŠÍ
KDYŽ SE
SMĚJEŠ.

JUNE

22

So / Sat
Pavla

23

Ne / Sun
Zděnka



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

24

Po / Mon
Jan

25

Út / Tue
Ivan

26

St / Wed
Adriana

27

Čt / Thu
Ladislav

28

Pá / Fri
Lubomir

ŽIVOT JE
LEPŠÍ
KDYŽ SE
SMĚJEŠ.

JUNE

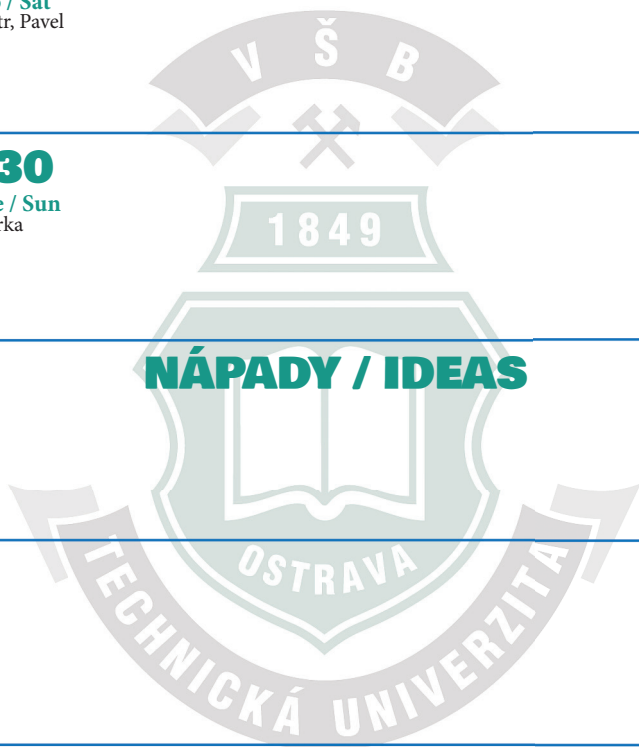
29

So / Sat
Petr, Pavel

30

Ne / Sun
Šárka

NÁPADY / IDEAS



1

Po / Mon
Jaroslava

2

Út / Tue
Patricie

3

St / Wed
Radomir

4

Čt / Thu
Prokop

5

Pá / Fri
Cyril, Metoděj

Den slovanských věrozvěstů
Cyrila a Metoděje

ŽIVOT JE
LEPŠÍ
KDYŽ SE
SMĚJEŠ.

JULY

6

So / Sat
Den upálení mistra Jana Husa

7

Ne / Sun
Bohuslava



NÁPADY / IDEAS

Czech Republic

ČERVENEC

SUDÝ TÝDEN

8

Po / Mon

Nora

9

Út / Tue

Drahoslava

10

St / Wed

Libuše, Amálie

11

Čt / Thu

Olga

12

Pá / Fri

Bořek

ÚSPĚCH
JE SOUČET
MALÝCH SNAH
OPAKOVANÝCH
DEN CO DEN





Jak získat #mojeHRANOLKY zdarma?

1. Sleduj náš Instagram
2. Kup si u nás hranolky
3. Vyfoť se do Stories u loga
4. taguj @mojehranolky
5. Ukaž Stories s voucherem obsluze
a dostaneš malé hranolky zdarma

mojeHRANOLKY
Hlavní třída 702/84
Ostrava-Poruba

SINCE 2009

CO KDYBY...® →
cafe, cocktails, beer



PORUBSKÁ 19, 708 00 OSTRAVA - PORUBA
(BUDOVA PEKAŘI A SPOL.)



OTEVŘENO DO 02:00 A 04:00
OPEN TO 2 AM AND 4 AM



CO KDYBYOSTRAVA

**CO KDYBY...
OSTRAVA**



CAJOVNA JASMINA

egyptská kavarna a cajovna

Hlavní třída 48 Poruba

@kavarna.jasmina 608 779 020



SLEVOVÝ KUPON 10%

JULY

13

So / Sat
Markéta

14

Ne / Sun
Karolína

NÁPADY / IDEAS



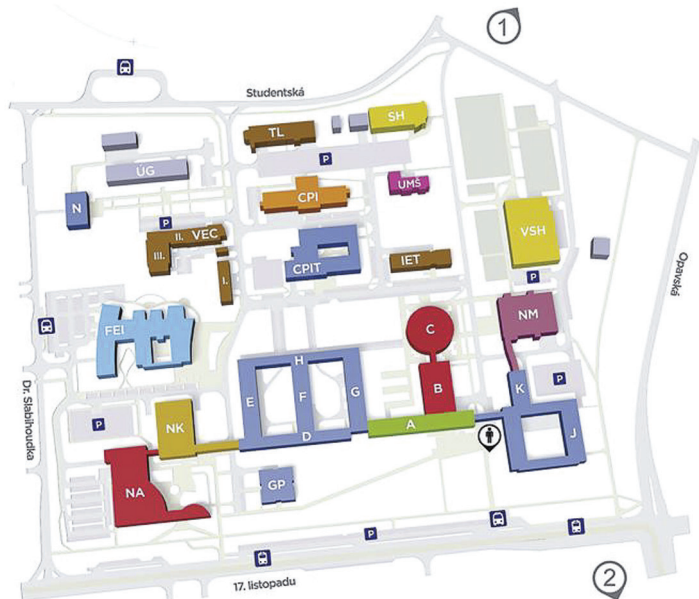
POZNÁMKY / NOTES

POZNÁMKY / NOTES

POZNÁMKY / NOTES

POZNÁMKY / NOTES

KAMPUS PORUBA



1 zde se nacházíte
you are here

- 1** FAST • areál fakulty
FCE • faculty area
studentské koleje & hotel
student dormitory & hotel
Krásnopolská
IT4Innovations
hvězdárna
observatory
Exchange Student Club

- 2** EkF • areál fakulty
FE • faculty area
FBI • areál fakulty
FSE • faculty area
sál Vesmír
Vesmír auditorium
Dr. Malého
Hladnov
AIESEC (EkF C350)

- 25min**
10min
15min
13min
40min
10min

- 35min**
40min
30min
35min
40min
35min

- P** veřejné parkoviště | public parking
1 autobusová zastávka | bus stop
2 tramvajová zastávka | tram stop
1 hlavní vchod | main entrance
2 bezbariérový vchod | barrier-free entrance
1 šatna | cloakroom
1 menza, restaurace | canteen, restaurant
1 bufet, kavárna | buffet, café
1 samoobsluha | self-service shop
1 odpočinková zóna | relaxation area
1 sportoviště | sports area
1 dobíjecí místo | card charging
1 jděte pěšky | go on foot
1 jeďte autobusem | take a bus
1 jeďte tramvají | take a tram

- EkF • Ekonomická fakulta
FE • Faculty of Economics
FAST • Fakulta stavební
FCE • Faculty of Civil Engineering
FBI • Fakulta bezpečnostního inženýrství
FSE • Faculty of Safety Engineering
FEI • Fakulta elektrotechniky a informatiky
FEES • Faculty of Electrical Engineering and Computer Science
FMFI • Fakulta metalurgie a materiálového inženýrství
FMME • Faculty of Metallurgy and Materials Engineering
FS • Fakulta strojní
FME • Faculty of Mechanical Engineering
HGF • Hornicko-geologická fakulta
FMG • Faculty of Mining and Geology
USP • Univerzitní studijní programy
USP • University Study Programmes

- ÚG AV ČR • Ústav geoniky AV ČR
IG ASCR • Institute of Geonics AS CR
SKAS • Studentská komora Akad. senátu
SCHAS • Student Chamber of the Acad. Senate
SUS • Stavovská unie studentů Ostrava
SU • Student union Ostrava

A
kan
rect
kan
cha
ma
exit
zas
reč
pro
vice
pro
vice
pro
a x
vice
pro
vysi
vice
inv
kan
dire
prá
lega
pen
hur
FMI
FMI
FMI
FMI
FS
FMI
FS
FMI
HG
FMI
HG
FMI
HG
FMI
mol
stud
spri
edu
péc
otic
inte
pod
mail
pok
cas
kart
cant

Pa
tv
ht

A

| | |
|--|----------|
| kancelář rektora rector's office | A324 |
| kancelářka, tisková mluvčí chancellor, public relations manager | A323 |
| manažerka pro vnější vztahy external relations manager | A311 |
| zasedací místnost rektora rector's boardroom | A325 |
| prorektor pro studium vice-rector for study affairs | A315 |
| prorektor pro vědu a výzkum vice-rector for science and research | A341 |
| prorektor pro mezinárodní vztahy a sociální záležitosti vice-rector for international and social affairs | A326 |
| prorektor pro rozvoj a investiční výstavbu vice-rector for development and investment construction | A312 |
| kancelář ředitele director of finance | A322 |
| právní úřad legal department | A304-306 |
| personální úřad human resources department | A307-310 |
| FMMI • děkanát FMME • dean's office | A214 |
| FMMI • zasedací místnost FMME • boardroom | A216 |
| FMMI • studijní oddělení FMME • student admin. | A135-136 |
| FS • děkanát FME • dean's office | A334 |
| FS • zasedací místnost FME • boardroom | A333 |
| FS • studijní oddělení FME • student admin. | A132-133 |
| HGF • děkanát FMG • dean's office | A240 |
| HGF • zasedací místnost FMG • boardroom | A238 |
| HGF • studijní oddělení FMG • student admin. | A144-147 |
| mobility studentů student's mobility office | A337-338 |
| správa a rozvoj vzdělávání education mgmt. & development | A204 |
| péče o studenty office of student care | A331 |
| mezinárodní vztahy international affairs | A314 |
| podstěna mail room | A108 |
| pokladna cash desk | A124 |
| kartové centrum card centre | A148 |

B

| | |
|---|------|
| posluchárny auditoriums | B1-6 |
| kancelář SUS SUS office | B207 |
| USP • studijní oddělení USP • student administration | B217 |

C

| | |
|------------------------------|------|
| posluchárny auditoriums | C1-5 |
| kancelář SKAS SKAS office | C110 |

CPI

Centrum podpory inovací

**CPIT**

Centrum pokroč. inovačních tech.

**D**

| | |
|---|------|
| kancelář IAESTE IAESTE office | D014 |
| velká zasedací místnost rektora large rector's boardroom | D206 |

E**F****FEI**

Fakulta elektrotechniky a informatiky

**G****GP**

Geologický pavilon

**H****IET**

Institut environmentálních tech.

**J**

| | |
|--|------|
| audiovizuální centrum audiovisual centre | J244 |
| centrum celoživotního vzdělávání lifelong learning centre | J405 |

K**N****NA**

Aula



| | |
|---|-------|
| posluchárny auditoriums | NA1-5 |
| rektorský salónek rector's lounge | NA178 |
| centrum informačních tech. centre of information tech. | NA340 |

NK

Knihovna



| | |
|--|-------|
| prodejna skript textbook store | SP101 |
| ústřední knihovna central library | NK122 |
| počítačový pavilon computer hall | NK202 |
| ústřední knihovna • studovna central library • study room | NK219 |
| společenský sál ballroom | NK325 |

NM

Meriža



| | |
|---|-------|
| průchod v době výjimečné through lunch time only | |
| pokladna cash desk | NM113 |

SH

Sportovní hala

**TL**

Těžké laboratoře

**UMŠ**

Univerzitní mateřská škola

**VEC**

Výzkumné energetické centrum

**VSH**

Víceúčelová sportovní hala



Pokud nevíš jak najít učebnu, pomoz si webom, který vytvořili studenti:

<http://gisak.vsb.cz/maps/>



