

Ako prežiť na internáte

ŠD MLADÁ GARDA



SLOVENSKÁ TECHNICKÁ
UNIVERZITA V BRATISLAVE

Ahoj! Vitaj na Mladej Garde,

tvojom novom domove a mieste, kde prežiješ
tie najlepšie študentské roky života.

Prvé dni budú pravdepodobne čistý chaos.
Strácať sa na chodbách alebo netušiť,
ako čo funguje, je úplne normálne.

Žiadny stres - presne preto máš v ruke
tento manuál, ktorý ťa rýchlo dostane do obrazu.

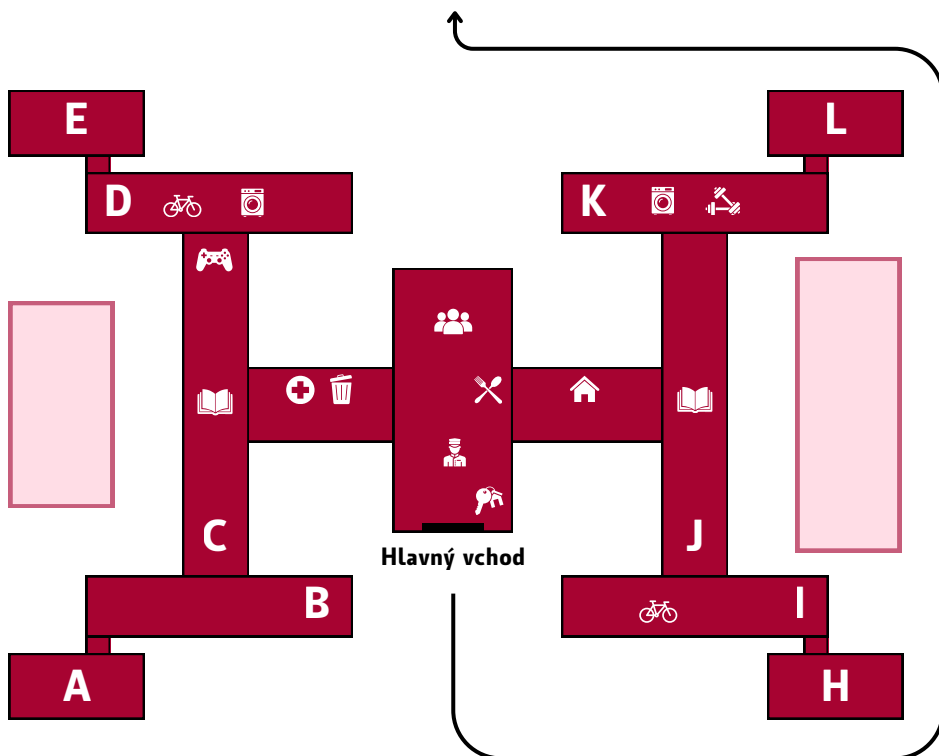
Vybaľ si veci, vybehni na chodbu a spoznaj susedov.
Práve tu nájdeš kamarátov na celý život aj partákov
na spoločné učenie.

Uži si to tu na plné pecky! 😊



Orientačná mapa: Čo kde nájdem?

Športový areál Mladá Garda



výdaj kľúčov

recepčia

ubytovacie oddelenie

študovne

práčovňa

úschovňa bicyklov

posilňovňa Herkules & Diana

herňa

spoločenská sála

smetné koše

jedáleň

zubár

športoviská

Užitočné kontakty a odkazy

- **Ubytovacie oddelenie ŠD Mladá Garda:** Úradné hodiny a dôležité dokumenty nájdeš priamo na webe internátu - **ubytovanieastravovanie.stuba.sk/sd-mlada-garda**.
- **RUŠ Mladá Garda:** Sleduj ich na Instagrame **[@rus.mg](https://www.instagram.com/rus.mg)** alebo Facebooku **RUŠ Mladá Garda**. Ak máš akékoľvek otázky, neboj sa ozvať, kedykoľvek ti radi poradia.
- **Web stránka garda.sk:** Na tejto stránke nájdeš všetko, čo sa života na Mladej Garde týka.
- **Študentský cech strojárrov:** Ak chceš mať prehľad o akciách a živote na internáte, určite ich sleduj na Instagrame **[@studentscopycechstrojarov](https://www.instagram.com/studentscopycechstrojarov)** alebo Facebooku **Študentský Cech Strojárov**.



Ubytovací systém



Ubytovací poriadok



Cenník

Bezpečnosť na internáte

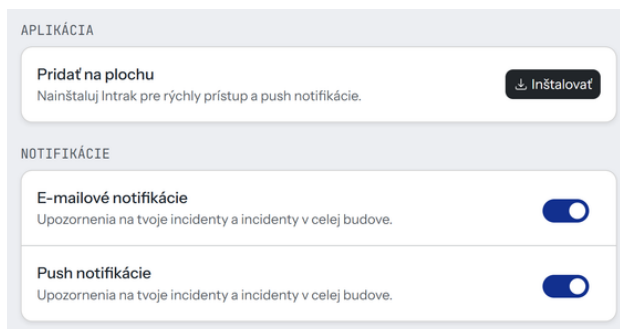
Pár dôležitých pravidiel pre tvoju bezpečnosť a pohodu na internáte:

- **Po dlhšej neprítomnosti odpusti vodu:** Ak sa na izbu vrátiš po prázdninách alebo viac ako týždni neprítomnosti, nechaj vodu najprv tiecť aspoň 5 minút (teplú aj studenú).
- **V celej budove internátu platí prísny zákaz fajčenia.**
- **Nemanipuluj s požiarnymi hlásičmi ani inými bezpečnostnými zariadeniami.**
- **Nenechávaj zapnuté elektrospotrebiče bez dozoru,** keď odchádzaš z izby alebo kuchynky.
- **Zamykaj si izbu:** Aj keď ideš len na skok k susedom alebo do kuchynky, izbu si pri odchode vždy zamkni.
- **Nahlás závady:** Ak niečo nefunguje tak, ako má, jednoducho to nahlás cez aplikáciu **INTRÁK**.

Informačný systém INTRÁK

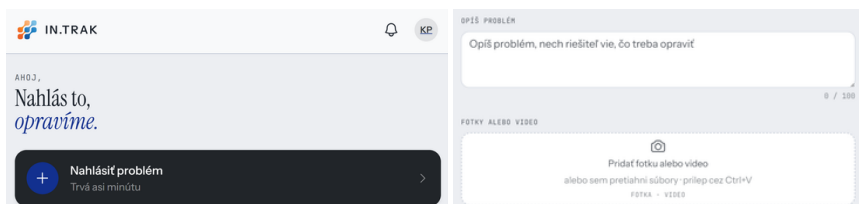
Predstavujeme ti **IS INTRÁK** - tvojho nového najlepšieho kamaráta na internáte

Hneď ako sa ubytuješ, vytiahni telefón, naskenuj QR kód alebo zadaj do prehliadača stránku **intrak.stuba.sk** a prihlás sa do systému pomocou svojho AIS ID alebo e-mailu. Pre rýchlejší a pohodlnejší prístup si aplikáciu pridaj na plochu telefónu a zapni si notifikácie, aby si mal všetky dôležité informácie vždy poruke.



Tento systém ti počas celého roka ušetrí veľa času a vybavíš cez neho všetko potrebné:

- **Nahlasovanie závad:** Hneď po príchode na izbu skontroluj, či všetko funguje a nechýba nič z inventáru. Ak niečo nie je v poriadku, okamžite to nahlás. Rovnako postupuj aj počas roka - ak ti prestane svietiť svetlo, neheje radiátor alebo sa pokazí nábytok, nahlás to v systéme a údržbári ti to príde opraviť. Pri nahlasovaní poruchy opíš problém čo najpresnejšie a prilož fotku alebo video. Technici tak budú presne vedieť, v čom je problém a oprava tak prebehne oveľa rýchlejšie.



- **Podávanie sťažností:** Ak máš nepríjemných susedov, ktorí robia neporiadok v spoločných priestoroch alebo rušia nočný pokoj a robia hluk, môžeš ich nahlásiť cez systém.
- **Kontroly izby:** Nemusíš sa báť nečakaných návštev. Cez systém ti vždy včas príde oznámenie o plánovanej kontrole, takže budeš mať dost času dať izbu do poriadku a poriadne si upratať.

Prvé kroky: Kľúče už mám, čo teraz?

Izba = tvoj nový "domov"

Tvoja prvá cesta po ubytovaní vedie priamo na izbu. Vezmi si svoje veci a choď sa zabývať. Táto izba bude tvojím novým domovom minimálne na rok.

Ešte predtým, ako sa vybalíš, urob rýchlu kontrolu, aby si sa vyhol neskorším problémom.

- **Skontroluj, či všetko funguje:** Zasviet svetlá, vyskúšaj kohútiky, splachovanie na WC a skontroluj stav nábytku.
- **Skontroluj, či sa na izbe nachádza všetko, čo je uvedené v miestnom inventárnom zozname:** Ak niečo chýba, nahlás to cez informačný systém.
- **Nahlás závady:** Ak nájdeš akúkoľvek chybu, je potrebné ju hneď nahlásiť. Ak by si to nechal tak, pri odubytovaní na konci roka by ti škodu mohli zbytočne strhnúť z kaucie. Závady môžeš nahlásiť kedykoľvek cez **IS INTRÁK**. Nezabudni pridať fotografie a stručný popis. Oprava bude vďaka tomu rýchlejšia.

Bunka

Na Mladej Garde sa býva v tzv. bunkovom systéme. Jedna bunka spája jednu **1-lôžkovú** a jednu **2-lôžkovú izbu**.

- **Spoločné priestory:** Vstupná chodba, spojené WC a kúpeľňa so sprchovým kútom.
- **Vybavenie izby:** Posteľ, stôl, stolička, skriňa, nočný stolík a polička.

Čo si priniesť na internát?

Internát sa na nejaký čas stane tvojím novým domovom, tak si izbu určite zútulni podľa seba. Je tu však zopár základných vecí, ktoré by si si nemal zabudnúť priniesť:

- ☐ **posteľná bielizeň**
- ☐ **aparlón**
- ☐ **vankúš**
- ☐ **uteráky**
- ☐ **hygienické potreby**
- ☐ **nabíjačka**
- ☐ **predlžovačka**
- ☐ **riad (hrnček, tanier, príbor)**
- ☐ **vešiaky**



Kuchynka a spotrebiče

Na internáte sa nachádza celkovo **16 kuchyniek**, ktoré sú umiestnené na **blokoch C a J**.

Na 12 kuchynkách nájdeš **sporák** a **umývadlo**. Tieto kuchynky sú voľne dostupné a môžeš v nich kedykoľvek variť.

Ak sa chystáš piecť, zvyšné 4 kuchynky (2 na každom bloku) sú vybavené **rúrou na pečenie**. Pre prístup do týchto kuchyniek si stačí vypýtať kľúč na vrátnici.

- **Spotrebiče:** Na internát si môžeš priniesť vlastné elektrospotrebiče ako je chladnička, mikrovlnka alebo rýchlvarná kanvica.

Pro-Tip: Na izbu je povolená jedna chladnička. Dohodnite sa so spolubývajúcimi a kúpte jednu väčšiu, ktorá bude spoločná pre všetkých.

Ubytovací preukaz, návštevy a vrátnica

Pri ubytovaní si obdržal **ubytovací preukaz**. Pozor, nestráť ho a nos ho stále so sebou! Musíš sa ním preukázať **pri každom jednom vstupe** do budovy. Bez karty ťa vrátnik nemusí pustiť dnu, preto ju nikdy nenechávaj na izbe.

Vrátnica je otvorená **nonstop**, avšak daj si pozor na nočné príchody. Od polnoci do 5:00 ráno sa dnu púšťa len o celej hodine, tak si príchod radšej dobre načasuj, nech zbytočne nečakáš vonku pred dverami.

Návštevy na Mladej Garde nie sú problém. Ak chceš návštevu, musíš si ju vopred nahlásiť cez aplikáciu **INTRÁK**. Návšteva môže prísť až po jej schválení všetkými spolubývajúcimi na izbe, resp. v bunke. Ďalšie podmienky návštev nájdeš v Ubytovacom poriadku.

Pro-Tip: Ak máš akýkoľvek problém, či už ti nesvieti svetlo, niečo sa ti na izbe pokazilo alebo máš nepríjemných a hlučných spolubývajúcich, nahlás to cez **IS INTRÁK** alebo na vrátnici.



Život na internáte

Zabýval si sa? Skvelé! Práve začína ten pravý internátny život. Internát totiž nie je len o prežívaní medzi štyrmi stenami tvojej izby. Keď potrebuješ oprat', chceš mať priestor na učenie alebo si potrebuješ vyvetrať hlavu, máš k dispozícii veľa možností.

Internet: IKMG a YNET

Bez internetu to v dnešnej dobe nejde. Na Mladej Garde máš k dispozícii dve siete:

- **IKMG:** Ak bývaš na **blokoch A, B, C, D** alebo **E**, o internetové pripojenie sa ti postará organizácia IKMG. Pre získanie prístupu k sieti sa stačí jednoducho zaregistrovať online cez ich stránku **registracia.ikmg.sk**.
- **YNET:** Na zvyšných **blokoch H, I, J, K a L** je dostupná internetová sieť prevádzkovaná študentským občianskym združením Ynet. Stačí ak sa zaregistruješ cez stránku: **portal.ynet.sk** a zaplatíš členský poplatok.

Práčovne

Ak sa ti nechce nosiť každý týždeň domov kufor plný špinavého prádla, môžeš si vyprať priamo na internáte. Práčovne nájdeš na **blokoch D a K** a sú vybavené viacerými **práčkami** aj **sušičkami**. Za pranie a sušenie zaplatíš jednoducho priamo na mieste pomocou **bankomatovej karty**.

Študovne

Ak potrebuješ zmeniť prostredie alebo väčší klud na učenie na internáte je k dispozícii niekoľko študovní, ktoré môžeš kedykoľvek využívať aj na skupinové učenie so spolužiakmi.

- **Študovne ŠCS:** Študovne **C400, C300 a C200**, ktoré má na starosti Študentský cech strojárov sa nachádzajú na bloku C. Prístup do študovni je cez stránku **registracia.ikmg.sk**.
- **Študovne Ynet:** Ako študent máš prístup aj k študovniam **J400, J300 a J200**, ktoré spravuje Ynet. Nachádzajú sa na bloku J. Prístup je cez ISiC, stačí ak si ho aktivuješ priamo na stránke združenia **portal.ynet.sk**.

Vo všetkých študovniach máš k dispozícii stoly, stoličky, zásuvky a tabule s fixkami na písanie.

Pro-Tip: Rešpektuj ostatných, aj oni sem prišli študovať alebo pracovať na zadaniach do školy, tak nerob zbytočne hluk a uč sa v tichosti.

Úschovňa bicyklov

Ak si so sebou plánuješ do Bratislavy vziať bicykel, môžeš na jeho uskladnenie využívať aj úschovne bicyklov priamo na internáte. Úschovne sa nachádzajú na **blokoch D a I**. Prístup do úschovne získaš po registrácii cez stránku **registracia.ikmg.sk**.

Vychytávky od RUŠ

RUŠ (Rada ubytovaných študentov) ti vie výrazne uľahčiť život na internáte vďaka super službám:

- **Letná úschovňa:** Ak na leto plánuješ odísť z internátu, nemusíš domov nosiť všetky veci. Môžeš si ich bezpečne za menší poplatok odložiť v letnej úschovni, ktorú RUŠ spravuje a v septembri si ich opäť vyzdvihnúť.



Šport a voľný čas

Internát a jeho okolie ti ponúka veľa možností, ako si vyvetrať hlavu po celom dni učenia.

ŠD Mladá Garda

- **Herňa:** Nájdeš ju priamo na internáte na bloku C (prístup cez blok D). Môžeš tam kedykoľvek prísť a zahrať si ping-pong, kalčeto alebo napríklad šípky.
- **Posilňovňa Herkules & Diana [H&D]:** Internátnu posilňovňu spravuje Študentský cech strojárrov. Za symbolický poplatok si vieš zakúpiť permanentku na mesiac, semester alebo celý rok. Všetky aktuálne info a novinky nájdeš na ich Instagrame [@herkulesdiana](#).

Športový areál Mladá Garda

Športový areál sa nachádza hneď pri internáte a ako študent doň máš bezplatný prístup. Ak sú športoviská voľné, môžeš si ísť kedykoľvek zacvičiť. Ak však chceš mať istotu, že budeš mať ihrisko k dispozícii v presnom čase, vieš si spraviť rezerváciu - pozor, tá je už spoľatná.

V areáli nájdeš atletický štadión, futbalové ihrisko s umelou trávou, 2 viacúčelové ihriská aj volejbalové ihriská. K dispozícii sú aj tenisové kurty, pri ktorých je potrebné spraviť si rezerváciu.

Všetky potrebné informácie, otváracie hodiny a cenníky nájdeš na stránke: ubytovanieastravovanie.stuba.sk/sportovy-areal-mlada-garda.

Okolie internátov

- **Športoviská:** V okolí internátu pri budove Guthaus nájdeš workoutové ihrisko na cvičenie s vlastnou váhou.
- **Príroda:** Ak obľubuješ prechádzky, beh alebo turistiku, z internátu sa vieš ľahko dostať do blízkeho lesíka, odkiaľ môžeš vyraziť napríklad až ku Kamzíku.



Akcie, zábava a študentské organizácie

Na Mladej Garde pôsobí hneď niekoľko študentských organizácií, ktoré sa starajú o to, aby život na internáte stál za to. Tvoj hlavný kontakt na internáte bude **RUŠ (Rada ubytovaných študentov)**.

Ak máš akýkoľvek problém, obráť sa práve na nich. RUŠ-kári pomáhajú pri ubytovaní, prevádzkujú letnú úschovňu, a spolu so zamestnancami internátu a upratovačkami robia aj kontroly izieb.

Na internáte pôsobí aj **Študentský cech strojárův**, ktorý spravuje internet, študovne, posilňovňu a organizuje rôzne podujatia a párty, ktoré určite stoja za to.

S problémami na internáte ti pomôže aj **CHCEM - Spolok študentův FCHPT**, takže sa im určite neboj kedykoľvek ozvať.

Pravidelné športové a zábavné akcie

Na Mladej Garde to žije! Počas celého akademického roka sa tu pravidelne koná množstvo akcií. Tešiť sa môžeš na kvízy, Bingo, herné večery, letné kino, vianočné ladenie či obľúbený Mikulášsky Bench Press. Určite sa ich zúčastni a spoznaj nových kamarátův.

Legendárne akcie a párty

- **Prvákovica:** Uvítacia párty na začiatku zimného semestra plná zábavy a rôznych súťaží. Ideálna príležitosť na spoznanie nových kamarátův a skvelý štart do akademického roka.
- **Mystery akcia:** Jesenné prekvapenie, ktoré ťa čaká v októbri a nikdy nevieš, na čo sa môžeš tešiť. Ale už teraz ti vieme povedať, že to bude stáť za to!
- **Fašiangovica:** Obľúbená párty v maskách, ktorá sa koná vždy na začiatku letného semestra pred Popolcovou stredou.
- **Májovica:** Tradičné stávanie mája spojené so súťažami a párty, na ktoré sa môžeš tešiť koncom apríla.
- **Antibordel:** Spoločné upratovanie okolia internátu po každej akcii. Oplatí sa prísť - za pomoc získaš cenné body na internát do ďalšieho roka.



Život v Novom Meste

Mladá Garda sa nachádza v skvelej lokalite širšieho centra Nového Mesta. K životu ti tu naozaj nič nechýba - obchody, jedlo, športové vyžitie aj rýchle spoje do centra máš doslova na skok. Kvôli väčšine vecí nemusíš vôbec dlho cestovať a všetko dôležité vybavíš za pár minút.

Nákupy a služby

Ak potrebuješ zísť na nákup, nemusíš kvôli tomu nikam cestovať. Hneď pri internáte sa nachádzajú supermarkety **LIDL** a **Billa** a v neskorších hodinách si vieš zásoby doplniť aj na **benzínovej pumpe**, ktorú nájdeš hneď vedľa a je otvorená nonstop.

Neďaleko (cca 10 minút MHD) sa nachádza obchodné centrum **Polus**, kde vybavíš všetky potrebné nákupy oblečenia, elektroniky, drogérie či kníh. Nájdeš tu aj lekára, bankomaty, gastro zónu a kino, kde môžeš zísť s kamarátmi na dobrý film.

Stravovanie

Priamo na internáte nájdeš **študentskú jedáleň**, kde môžeš každý deň zísť na obed aj večeru. Obe jedlá sú dotované - máš nárok na zľavu 2x denne. Pri platení stačí predložiť platný ISIC, prípadne ním môžeš rovno aj zaplatiť. Kredit si pohodlne nabiješ buď priamo pri pokladni, alebo online cez stránku **jedalen.stuba.sk**.

Pro-Tip: Určite v jedálni vyskúšaj pizzu - medzi študentmi patrí k najobľúbenejším voľbám.

Ak práve nemáš chuť na jedlo z jedálne, v blízkom okolí nájdeš veľa ďalších možností, kde sa môžeš najesť, napríklad **McDonald's**, **Domino's Pizza**, all-you-can-eat čínsku reštauráciu a množstvo ďalších podnikov.

Zdravotná starostlivosť

Ak ťa náhle prepadne bolesť zubov, nemusíš nikam cestovať. Priamo na Mladej Garde sídli **zubárka**, takže pomoc máš hneď poruke.

Príroda a relax

Ak si budeš chcieť vyvetrať hlavu od učenia, v tesnej blízkosti nájdeš **Vinohrady**, ktoré sú ideálne na prechádzky aj bicyklovanie. Vybehnúť môžeš aj hore na **Kamzík**, kam sa pešo dostaneš asi za 40 minút. A ak v lete rád plávaš alebo len tak oddychuješ pri vode, neďaleko máš aj jazero **Kuchajda**.

Parkovanie pre autá

Ak plánuješ prísť do Bratislavy autom, rátať s tým, že nájsť parkovacie miesto môže byť problém. Zaparkovať vieš na parkovacích plochách priamo vedľa internátu, avšak počet miest je obmedzený.

MHD, doprava a zľavy

Z Mladej Gardy sa dostaneš všade rýchlo. Mestskú dopravu zabezpečuje Dopravný podnik Bratislava (DPB).

- **Spoje do mesta:** Asi minútu pešo od internátu je zastávka Mladá garda, odkiaľ chodí **električka 3**, ktorá ťa odvezie priamo do centra mesta (kde sídlia fakulty **SJF**, **FCHPT** a **ÚM**) alebo na opačný smer na vlakovú stanicu Vinohrady.
- **Lístky a zľavy:** Ako študent máš vďaka ISIC-u automaticky **50% zľavu na cestovné**. Najlepšie urobíš, ak si stiahneš aplikáciu **IDS BK**, kde si vieš kúpiť jednorazové lístky alebo predplatný lístok (**električenkú**) online na pár klikov - vyjde ťa to najlacnejšie. Lístky si vieš zakúpiť aj v automatoch na zastávkach alebo priamo v autobuse.

Kam vybehnúť večer?

Ak chceš večer zísť na pivo, drink, pizzu alebo si ísť zatancovať, nemusíš chodiť do mesta. Priamo v okolí Mladej Gardy nájdeš kultové študentské miesta a rôzne iné podniky:

- **Garda Pub:** Oblúbený podnik, kde načerpáš pravú študentskú atmosféru, dáš si čapované pivo a skvelú pizzu. Pravidelne sa tu konajú aj rôzne párty alebo kvízové večery.
- **Novopacká:** Tradičná piváreň s pokojnejšou atmosférou.
- **Don Quijote:** Príjemné miesto na posedenie pri pive a dobrej pizze.
- **Skrytý bar:** Útulný podnik, kde si okrem piva môžeš vychutnať víno, miešané drinky aj osviežujúce limonády. Pravidelne sa tu konajú aj rôzne akcie, kde sa môžeš prísť zabaviť.
- **Bufet Na dobrom mieste:** Skvelý spot ako stvorený na pohodové rande alebo letné posedenie pri živj hudbe.

Ako získať internát v ďalšom ročníku?

Bývanie na internáte je super, ale ak si chceš udržať miesto na izbe aj v budúcich rokoch, musíš poznať pravidlá ubytovacieho procesu.

Dôležité termíny a vychytávky pri výbere izby

Žiadosť o internát na ďalší rok si musíš podať **sám/sama online** cez ubytovací systém **ubytovanie.stuba.sk** v **júni/júli**. Sleduj univerzitný e-mail, nech neprepásneš termín!

Ak máš schválené ubytovanie a nechceš sa spoliehať na to, že ti pri výbere izby ostane taká akú chceš, máš dve možnosti:

- **Rezervácia vlastnej izby:** Ak ti tvoja aktuálna izba vyhovuje a chceš si ju nechať aj na ďalší rok, vieš si ju v systéme zarezervovať a zabezpečiť si tak, že si v poradovníku na prvom mieste.
- **Prenechanie izby:** Ak máš kamaráta, ktorý už na internáte bývať nebude, alebo nechce svoju súčasnú izbu, môže ti ju v systéme prenechať. Daj si však pozor, prenechať ti ju môže len v 1. kole rezervácií.

Mýtus o vzdialenosti

Bývaš ďaleko od školy? To ti ubytovanie automaticky nezaručí. Pri ceste do 60 minút sa navyše uplatňuje bodová penalizácia.

Pripomienka: Kľúčový pre získanie internátu je tvoj prospech (vážený študijný priemer).

Ako získať body navyše?

Ak tvoje známky nie sú úplne ideálne, tvoje celkové hodnotenie vie výrazne vylepšiť tvoja vlastná aktivita. Bonusové body na internát môžeš získať viacerými spôsobmi:

- **účasť na ŠVK** (Študentská vedecká konferencia),
- **darovanie krvi**,
- **účasť na akcii Antibordel** (upratovanie okolia internátov a fakúlt),
- **aktívne pôsobenie v študentských organizáciách.**

Rady a tipy na záver

Aby bol tvoj život na internáte úplne bezproblémový a nečakali ťa žiadne nepríjemné prekvapenia, prinášame ti na záver ešte niekoľko dôležitých tipov a rád na prežitie.

Poriadok na bunke

Pravidelne si upratuj izbu aj spoločné priestory bunky. Keďže sa o bunku delíš ďalšími ľuďmi, dohodnite sa na rozpise upratovania, nech to neostane celé len na tebe.

POZOR! Na Mladej Garde prebiehajú pravidelné ohlásené kontroly. Ak ti zamestnanci alebo upratovačky nájdu na izbe neporiadok, môžu ti strhnúť body na ubytovanie.

Pláť načas!

Nezabudni za internát pravidelne platiť! Prehľad svojich platieb a prípadného nedoplatku nájdeš na stránke **ubytovanie.stuba.sk**. Upozornenia ohľadom platby chodia aj na školský e-mail, tak si ho nezabudni pravidelne kontrolovať.

Rešpektuj ľudí okolo seba

Pamätaj, že na internáte nebývaš sám. Tvoj sused (alebo kedykoľvek aj ty) môže mať ráno dôležitú a ťažkú skúšku, preto netreba robiť v noci hluk a treba brať ohľad na ostatných.

A hlavne si to uži!

Popri všetkých školských povinnostiach, zápočtoch a skúškach nezabudni na to najdôležitejšie - študentské roky sú tie najkrajšie v živote. Na internáte si nájdeš kamarátov na celý život a zažiješ tie najlepšie chvíle. Využi tento čas na maximum, zoznám sa so spolubývajúcimi, zapoj sa do života na internáte a poriadne si to uži. 😊





SLOVENSKÁ TECHNICKÁ
UNIVERZITA V BRATISLAVE

Pripravili: Študentský cech strojárrov a RUŠ Mladá Garda
Grafická a textová úprava: Katarína Poláčiková