

Žit' - nie prežívať

- Je spoločenský informačný a zábavný bulletin o živote telesne a ťažko telesne postihnutých pre všetkých záujemcov.
- Za podpory členov organizácie vychádza nepravidelne, podľa možnosti a potreby.
- Ročník XXIII.
- Vydáva Republiková špecifická organizácia SZTP ťažko telesne postihnutých a vozičkárov, A. Hlinku 55, 94901 NITRA.
- Adresa redakcie: Viliam FRANKO, 951 77 Kostoľany pod Trbečom 110, TEL/FAX: 037/7335100; 0905988510; E-mail: franko.viliam@gmail.com; Kontakt na organizáciu: TEL./FAX: 037/7335100; 0905898943; E-mail: annahomolova@azet.sk, www.vozickari.com;
- Zodpovedný redaktor: Viliam Franko;
- Redakčná rada: V.Franko, Bc.Jaroslav Sersen, Mgr.J.Miho, A.Homolová, B.c. Ladislav Kollár,
- Sadzba a tlač: APRINT, s.r.o., Žiar nad Hronom
- Korektúra: E.Franková.
- Inzercia sa prijíma priamo na adrese organizácie.
- Časopis Vozičkář je nepredajný, zasiela sa členom organizácie a podľa nutnosti každému, kto o časopis požiada.
- Distribúcia: Poštou rozosiela Republiková špecifická organizácia SZTP v Nitre.

Vážení a milí, nie, nezdá sa vám to. Znovu som tu a znovu sa blíži koniec ďalšieho roka. Zistil som zvláštnu vec, že niektoré fyzikálne



zákony a zákonitosti prestávajú platiť. Celkom určite sa mi to len nezdá, ale je to skutočnosť. Čím som starší, tým čas beží rýchlejším tempom. Nedávno sme skladali vianočný stromček a schovávali ozdoby z neho a už ich znovu vyťahujeme. Ak to pôjde takto ďalej, asi bude praktickejšie nechávať v obývačke stromček po celý ten rýchle plynúci rok. Keď mám hovoriť o tomto roku, bol som veľmi vďačný za krásnu slnečnú jeseň, predĺžila mi leto o nejaký ten týždeň. Vonku slnko a v obchodoch nás strašili tovary pripomínajúce sviatok halloween. Podľa toho, čo viem od priateľov a známych, naši- nec si halloween do príbytku veľmi nevpušťa. Stredná a staršia generácia, tí už vôbec nie. Pôvodne oslavu konca pohanského roka, sa obchodníci snažili využiť a predávať rôzne predmety určené k tomuto sviatku, kostlivcov, ježibaby, pavúkov a pavučiny, netopiere, ale hlavne tekvice. Väčšinou boli z keramiky, a potom sa predávali i tekvice, ktoré práve

vtedy dozrievali v záhradách a vyrábali sa z nich záhradné svietidlá vyrezané ako strašiaky. No a potom nám v tých slnečných dňoch začali chodiť do schránok letáky rôznych obchodných reťazcov a v nich sa celkom nepatrične vynímal vianočný tovar, ktorými zaplnili obchody. Mal som silný pocit, že nám tým jedným ťmahom privolali zo dňa na deň dážď a chlad a pošmúrne a ukončili tak moje leto plné výletov a krásnych koncertov a množstva iných kultúrnych akcií. Teraz musím prehodiť výhybku a preorientovať sa hlavne na knihy a časopisy, ktorých sa mi tu nakopilo neúrekom, lebo v lete som to nijako nestíhal. No čo je pre mňa to najdôležitejšie, v lete, v zime, stále, je stretávať sa s priateľmi. Tráviť s nimi svoj čas, debatovať s nimi, nájsť si na čas na seba, v tomto svete preplnenom technológiami. Einstein nebol iba geniálny fyzik, ale aj predvídal, čo sa môže stať. Veľmi známy je jeho výrok: Obávam sa dňa, kedy technológia prevýši našu ľudskosť. Svet bude mať iba generáciu idiotov. Obzrite sa okolo a uvidíte to. Komunikácia viazne, každý zviera v ruke svoj mobil, tablet, „aj fon, aj pad“, aj ktoviečo ešte, oči prilepené na displeji. Bol mi veľmi sympatický nápis, ktorý objavila moja asistentka pred jednou kaviarničkou. Ponuka dňa – Káva, čokoláda, nealko. Nemáme WiFi, rozprávajte sa medzi sebou J. Nevie, čo spôsobilo zánik rozvinutých starobylých civilizácií, ale tento svet môže zaniknúť na nedostatok medziľudskej komunikácie a celkom pomýlený rebriček hodnôt. Niekedy sa mi zdá, že svet sa rúti niekam do horúcich pekiel. Vždy, keď sa vynoria nové a nové vojnové konflikty, spomeniem si, ako sa mi raz dostal do uší starý indiánsky

OBSAH

Výročná členská konferencia	2
Celoslovenský seminár	7
Činnosť SZTP.....	9
MDZP v Senici	10
Výbor pre osoby so zdravotným postihnutím	15
Bariéry	22
Sociálno - právna poradňa	28
Šanca	34
Píšete nám	41
Voľný čas	42
Šport	46

číslo účtu: SŠS Nitra 0031245852/0900
IČO:35606487

Registrácia časopisu: EV 2863/08

➤ Na snímke V.Franka sl. Janka Tokárová na výstave Non handicap 2014, na bratislavskej Inchebe

príbeh o dvoch vlkoch. Je o starom Indiánovi, ktorý rozpráva svojmu vnukovi o súboji, ktorý prebieha vo vnútri každého človeka. Tento súboj je ako súboj medzi dvoma vlkami. Jeden je zlý. Je to hnev, závisť, smútok, sebeckosť, hrubosť, nenávisť, sebaľútosť, falošnosť, namyslenosť a ego. Ten druhý je dobrý. Je to radosť, pokoj, láska, nádej, vyrovnanosť, skromnosť, láskavosť, empatia, štedrosť, vernosť, súcitiť a dôvera. Vnuk o tom premýšľal a potom sa spýtal – A ktorý vlk vyhrá? Starý Indián odpovedal – Ten ktorého

kírmíš. A tak nám všetkým želám nie len teraz pred Vianocami, ale stále. Kírmme prosím iba toho dobrého vlka, aby nám tento svet ešte chvíľu vydržal a nezničili sme si ho. Aj keď viem, že ľudská skúsenosť je neprenosná, dúfam, že nebudú všetci strkať ruky do ohňa, aby zistili, že to páli. Upokojme sa, započúvajte sa do všetkých tých krásnych vianočných melódií, ktoré ako kľúč otvárajú srdcia a hlavne sa počúvajte navzájom. Myslime viac jeden na druhého, majme sa radi, lebo iba láska môže človeka povznášať.

Drevo v krbe praská, v našich srdciach láska.
Ihličie krásne vonia, zvončeky tiško zvonja.
Plamienok v srdci blikoce,
želám Vám nádherné Vianoce.
Na Vianoce pokoj v duši, šťastie, ktoré nič neruší.
V novom roku veľa sily, by ste v zdraví dlho žili.

Želám Vám všetkým krásne Vianoce plné radostnej pohody, zdravie, šťastie, vzájomnú lásku a úctu. A do nového roku vykročte tou správnou nohou, nech sa Vám každý z jeho 365 dní vydará.

Richard Gregor

VÝROČNÁ ČLENSKÁ KONFERENCIA VOZIČKÁROV V NITRE

Ďalšie stretnutie vozičkárov z celého Slovenska

Poradensky pomáhať ľuďom s ťažkým telesným postihnutím pri prekonávaní sociálnych problémov je jedným z prvoradých poslání Republikovej špecifickej organizácii SZTP, ŤTP a vozičkárov. Informácie sa získavajú najmä v časopise Vozičkář, na rôznych podujatiach a hlavne na VČK a seminároch.



Za predsedníckym stolom sprava Mgr. O. Sersénová, V. Franko, Ing. Ivan Sýkora, Mgr. Ján Miho

Prvá výročná členská konferencia sa konala pred dvadsiatimi tromi rokmi. Už je tradíciou, že sa ťažko telesne postihnutí ľudia z celého Slovenska stretávajú v starobylej Nitre.

Dňa 23.8.2014 v budove Centrum seniorov v Nitre sa opäť uskutočnila Výročná členská konferencia (VČK), kde okrem okolo 100 účastníkov z celého Slovenska vrátane hostí - MUDr. Márie Orgonášovej, čestnej prezidentky AOZPO SR s manželom, Ing. Ivanom Sýkorom, prezidentom SHR.

S prezentáciou zdravotných pomôcok sa zúčastnili firmy ARES Bratislava, menovite František Szalay a z firmy Kury Slovakia – Ing. Marián Hrebeňár.

Predsedajúca Mgr. Oľga Sersénová na začiatku ozná-

mila účastníkom konferencie že nás navždy opustil člen Rady organizácie, veľký bojovník za práva vozičkárov Janko Kršačok z Banskej Bystrice. Účastníci si uctili jeho pamiatku minútou ticha.

Predseda Viliam Franko predniesol správu o činnosti organizácie za minuloročné obdobie. Hospodárka Alenka Stražancová predniesla správu o hospodárení organizácie za uplynulý rok. Hodnotná bola diskusia delegátov a prizvaných hostí. Delegátov písomne pozdravil Miroslav Mikolášik, poslanec Európskeho parlamentu.

Vyberáme zo správy predsedu

• Neplatiči členských príspevkov boli vyradení z evidencie

Keď sa pozrieme na demograficky vývoj členov organizácie, tak zistíme, že sa postupne znižuje počet jej členov. Situácia je taká, že mladí ľudia sa nám nehlásia, ročne nám v priemere pribúda asi 25 nových členov, no v poslednej dobe nám viac členov zomiera ako sa k nám hlási.



• Informácie o činnosti organizácie

O práci organizácie informujeme prostredníctvom vlastnej internetovej stránky – www.vozickari.com, ďalej v časopise Vozičkář, ktorý tiež vychádza 22 rokov, tiež je internetový časopis a najmä výročnou správou, ktorá je tiež zavesená na internete.



• Dohovor OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím

Dôležitý je najmä článok 9 Dohovoru, ktorý hovorí o Prístupnosti, kde je cieľ umožniť osobám so zdravotným postihnutím, aby mohli žiť nezávislým spôsobom života a plne sa podieľať na všetkých aspektoch života. Za hlavné



kontaktné miesto pre problematiku vykonávania Dohovoru OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím bolo určené Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky.

• Práva osôb so zdravotným postihnutím

Dohovor OSN je nástrojom pre uplatňovanie práv osôb so zdravotným postihnutím a vyžaduje si vytvorenie implementačnej a monitorovacej štruktúry zahŕňajúcej štát, nezávislý ľudskoprávny mechanizmus a občiansku spoločnosť reprezentovanú najmä organizáciami osôb so zdravotným postihnutím.

• Chýbajú nám financie

Chýbajú nám financie na hospodársko - správne výdavky. Aj v prípade akokoľvek redukovanej činnosti organizácie, je nevyhnutné profesionálne zabezpečenie jej činnosti. Zatiaľ jediná možná finančná podpora zamestnávania pracovníkov sekretariátu pochádza z dotácií NSK, z členských príspevkov od daňovníkov, sponzorov a preto aj z tohto miesta d'akujeme všetkým, ktorí voči nám prejavili svoju ušľachtilosť. Robíme všetko, aby sme prežili.

• POZOR - Sťahovania sekretariátu organizácie

V týchto dňoch sa ešte stále realizuje sťahovanie sekretariátu organizácie z priestorov na ulici Ľ. Okánika do priesto-

rov na adrese A.Hlinku 55, 949 01 Nitra (Atletický štadión Stavbár, pri hoteli Olympia). Dôvodom je skutočnosť, že mesto - vlastník doterajších priestorov v nich zriaďuje materskú školu. Sťahovanie a konsolidácia priestorov - debariérizácia si vyžiada určitý čas. Na komunikáciu už môžete používať e-mailové adresy ako je to uvedené vo Vozičkári a už aj na všetky telefóny. O pokračujúcom vývoji Vás budeme priebežne informovať.

• Poskytovanie špecializovaného sociálneho poradenstva

Jednou z priorít organizácie bolo v roku 2013 aj poskytovanie sociálneho poradenstva a v druhom polroku špecializované sociálne poradenstvo, ktoré bolo zamerané na



poskytovanie informácií v zmysle zákona o 447 a 448/2008 v znení neskorších predpisov. Poskytovali sme informácie a poradenstvo o spôsobe vybavovania peňažných príspevkov na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia, informácie v zmysle zákona o službách zamestnanosti a niektorých ďalších zákonov.

• Činnosť v skratke

Aktivity a podujatia v roku 2013 v rámci plánu organizácie boli zamerané hlavne na to, aby telesne postihnutí občania mohli využiť svoj voľný čas a svoje schopnosti. Vytvoril priestor, aby sa zbavili izolácie domáceho prostredia a aktívne sa zúčastňovali rekondično-rehabilitačných pobytov, kultúrno-spoločenských podujatí, športových aktivít.

Dovolím si Vás ešte oboznámiť, s najdôležitejšími akciami, ktoré sme v minulom roku zorganizovali:

Naša činnosť na sekretariáte bola tento rok narušená prácami na prestavbe budovy na škôlku. Nemohli sme využívať ani zasadačku. V minulom roku v júni sa opakované konalo Zasadnutie členov Rady organizácie a jej aktivistov v Nitre a takisto sa Zasadnutie konalo aj koncom minulého roka v hoteli Máj v Piešťanoch.

Pre organizáciu je veľmi dobrá správa o tom, že sme získali akreditáciu na sociálne špecializované poradenstvo, na tri roky. Zaregistrovali sme sa na VÚC Nitra a požiadali o dotácie. Poslanci VÚC Nitra nám dotácie odhlasovali.

Preverili sme ďalšiu možnosť na prevádzkovanie chráneného pracoviska a po zrelom uvážení sme chránené pracovisko zrušili.



František Salay, z fy ARES Bratislava

Ako viete organizácia vydala 2 čísla časopisu Vozičkár.

Jedna z vhodných foriem pomoci osobám telesne a ťažko telesne postihnutým, vrátane vozičkárov je program sociálnej rehabilitácie.

Organizácia pripravila sociálnu rehabilitáciu počas leta pre 41 členov v hoteli Máj v Piešťanoch, pre 13 členov v Park hoteli v Hoko-

ciach a pre 23 členov hlavne pre deti v Relax Štúrovo. Zmyslom kurzov je seba výchova, seba vzdelávanie a seba obsluha. Tieto aspekty sa počas týždenných rekondičných pobytov naplnili procedúrami, cvičením, rehabilitáciou, prechádzkami prírodou, športovými súťažami, kde si vozičkári zasúťažili v slalome na vozíkoch a nechýbali ani večery pri hudbe. Tiež sa konali odborné prednášky s tematikou sociálnou, pracovno-právnou a zdravotníckou.

Najdôležitejšou aktivitou bola Výročná členská konferencia v Nitre, kde okrem okolo 100 delegátov z celého Slovenska sa zúčastnili naši stáli hostia a ďalší ktorí prezentovali svoje firmy s ponukou zdravotných pomôcok pre ťažko telesne postihnutých.

Po búrlivej diskusii, na záver VČK bol prednesený návrh uznesenia VČK

Po VČK sa uskutočnil v poradí už 22. Celoslovenský seminár v Nitre za účasti Mgr. Michala Krivošíka, riaditeľa sekcie IOZP MPSVaR a zástupcov ÚPSVaR v Nitre. **mo**

Žiadame dotáciu na časopis Vozičkár

Mnohí z členov pre architektonické bariéry vôbec nevychádzajú zo svojich domovov. Na základe týchto faktov organizácia vydáva časopis Vozičkár, kde je v kocke zhrnutá naša činnosť, informujeme a radíme.

Žiaľ minulý rok a tiež tento rok nám MPSVaR a jeho Grantová komisia neposkytlo žiadne dotácie na Vozičkára. Pritom, jedno vydanie aj s expedíciou organizáciu stojí viac ako 3 tisíc €.

Žiadame MPSVaR a jeho grantovú komisiu, aby na základe výzvy a predloženého projektu v roku 2015 poskytli

na časopis Vozičkár dotácie.

Pre mnohých čitateľov je tento časopis jediným možným pravidelným kontaktom medzi členskou základňou a Radou organizácie. Treba sa nad tým zamyslieť. Jednoznačne je to voči vozičkárom nekorektné.

Zo správy predsedu organizácie Viliama Franka

Vystúpenie hostí

Ing. Ivan Sýkora, prezident SHR

Vážený pán predseda, milé dámy, páni a priatelia! Všetkým si dovoľm zaželať krásny, príjemný deň vášho rokovania. a veľa úspechov od predsedníctva Slovenskej humanitnej rady i odo mňa samotného.



Ing. Ivan Sýkora, prezident SHR

Som nesmierne šťastný, odkedy sa s vami stretávam. Dá sa nám viackrát do roka stretnúť. Od osemdesiatich rokov minulého storočia, sa veľmi dobre poznám s vašim predsedom, pánom Vilkom Frankom. Môžem povedať, že i napriek našim konzultáciám aj treniciam v bývalej Rade vlády, sme zostali priatelia. Toto si všímam aj medzi vami.

Vaše úprimné slová žiadne hádky, podrážky, znepríjemňovania a snahu pomáhať druhým ľuďom. Keď od vás odchádzam na inú aktivitu, v aute rozmýšľam o tom, že i napriek nepriazni osudu života, nikdy neukazujete svoju nevraživosť a nikdy neukazujete to čo vás skutočne bolí. Držím sa slov vášho predsedu, ktorý má množstvo problémov, ale nikdy som ho nepočul sťažovať sa na ťažké situácie, ktoré správajú jeho život. Myslím si, že všetkých nás občas osud pritlačí k múru a preto, ak by sme si mali ešte aj navzájom ubližovať, tak to už nie je o ľuďoch.

Veľmi, ale veľmi ťažko sa nám všetkým dýcha v organizáciách, ktoré zameriavajú svoju činnosť pre zdravotne a sociálne handicapovaných spoluobčanov. Za posledných pár rokov vzniklo veľa rôznych občianskych združení alebo tzv. občianskych spoločností, ktoré sa venujú aj iným aktivitám ako pomoci zdravotne postihnutým. Poviem úprimne nikto sa neurazte na mňa, ale hovorím to zo srdca, že my sme istým spôsobom ešte handicapovanejší ako handicapovaní pretože sa snažíme pomáhať druhému. Dnes to nie je to absolútne v móde. Aj tie rôzne organizácie, ktoré vznikli a sú dotované zo zdrojov, ja neviem akých sa stráňa pomoci, ktorú od nich požadujeme. Keď vám dali, tak chvála Pánu Bohu, nech vám dajú, aby ste mohli realizovať svoje milé a dobré plány. Pozerám sa takto na vás, ste naozaj oddaní tomu čo uskutočňujete to nie je robota, za robotu sa platí. Vy

to nerobíte, vy to vykonávate dobrovoľne a u nás dobrovoľnosť znamená obetovanie vlastného času vlastnej psychiky, fyzickej námahy. Málo kto to vie oceniť. Žiaľ Bohu sám sa rátam ako pán predseda, aj mnohí tu prisediaci za starších. Takže sa rátam aj ja medzi starších, ktorí sme prežili éru v minulom storočí socializmus, teraz prežívame ranný trhový kapitalizmus a možná sa nám podarí ešte zažiť niečo čo nám sľubovali, čo má pomôcť ľuďom. Možno. Ja to želim, určite to želim mladým.

Mladým môžem povedať jedno. Po roku 1989 som pocítil, a možno aj vy ochabnutie aktivít mladších, ochabnutie úcty k staršiemu, k chorému, nemocnému alebo odkázanému človeku so strany mladých ľudí. Po nejakých pätnástich rokoch bolo cítiť oživenie úcty k starším. Dnes sa to zase vracia a neúcta k starším rastie, mladí sú zlí, nie sú veľmi ochotní. Sú zlí na seba na svoje okolie. Napríklad na prechode prechádzala handicapovaná pani a mladá dievčina pristúpila k nej, že jej pomôže. Tá pani na ňu nie skríkla, ale zhúkla, že čo si to dovoľuje, že ona sama a toto... No nedalo mi to, lebo tá mladá zostala nešťastná z toho. Ale som sa opýtal tej pani: prečo ste ju tak odbila. Čo vás je do toho. Ja som tiež handicapovaný, aj keď to na mne nevidno. Ona hovorí – viete to bolo tak mala som taštičku a v nej peňaženku asi so 180 € a nákup. Predtým som raz tiež prechádzala cez cestu a prikróčili ku mne farebnejší dvaja mládenci, ktorí ma oslovili – pomôžeme vám, pomôžeme a šikovali ju na druhú stranu cesty, nedali jej ani hovoriť len drkotali a drkotali potom ju nechali tam a odišli preč. Hovorí, že akí milí ľudia ale si pozrela zároveň tašku, ktorá bola, ale už bez peňaženky. Hovorí, že teraz je už opatrná. Takáto pomoc je podmienená tým, aby ju zase opäť niekto neokradol. To je k tým mladým a starším. Na záver.

Ľudia moji, veľmi pekne vás prosím vážite si svojho predsedu, je to môj kamarát môžem to potvrdiť a aj bude môj kamarát, lebo to čo on robí, si ja viem oceniť a veľmi si to vážim.

MUDr. Mária Orgonášová, čestná prezidentka AOZPO SR

Vážení účastníci VČK tu v Nitre. Vášho rokovania sa zúčastňujem roky a roky, ale napriek tomu, chcem vám znovu a znovu povedať, že vaše problémy sú aj mojou dlhoročnou desiatky rokov srdcovou záležitosťou. Aj keď v súčasnosti fungujem v postavení ako



čestný prezident AOZPO, som vo výkone cez vysoké školy a rôzne pracovné skupiny. Či už na ministerstve zdravotníctva, na ministerstve práce a sociálnych vecí sa snažím veci riešiť problémy, ktoré sa nám už roky nedarí presadzovať.

Ja by som povedala na margo tohto, prečo sa nám to nedarí. Preto lebo sa každé štyri roky tu vymieňa garnitúra. Ak sa nám podarí niekoho presvedčiť o tom čo je naozaj pre handicapovaných potrebné, aby neboli z vás chudáci, ale aby ste mohli žiť dôstojným životom. Ďalšia garnitúra to zmetie zo stola a zase sa opakujú chyby, ktoré tu boli predtým, alebo zadržávajú na dne šuplika materiály, ktoré už dávno mali byť prerokované legislatívou. Veľmi pozorne som si vypočula výročnú správu ako bola elegantne spravená pánom predsedom a teším sa z toho, že napriek obrovským problémom stále žijete a stále idete dopredu a stále robíte veľké aktivity a pomáhate na všetky strany ľuďom, aby mohli svoju životnú situáciu zvládnuť a prekonať. Vypočula som si aj správu o hospodárení pani Stražancovej. Mám veľké obavy, že organizácia ako je vaša, pôjde bez príjmu za chvíľu stále dole. Je to nepriaznivá situácia. Pretože ak nie je takáto organizácia ako je vaša, profesionalizovaná, že nemá priestory, nemá ľudí, ktorí robia prácu, tak je naozaj veľmi ťažké len na dobrovoľnej báze udržať sa nad vodou. Ale aj tak klobúk dole pred vašou prácou. Opäť vám chcem povedať, že vaše problémy sú aj mojimi problémami.

Mgr. Viera Škablová, riaditeľka Správy zariadení sociálnych služieb v Nitre



Pani Mgr. Viera Škablová pre iné pracovné povinnosti sa zahájenia VČK nemohla zúčastniť. Dovolili sme si aspoň takto zverejniť jej niekoľko myšlienok.

Od minulého roka som riaditeľkou organizácie Správa zariadení sociálnych služieb po pani Janke Moravčíkovej. Niekoľko týždňov dozadu, keď ma pán predseda V. Franko prišiel pozvať na toto vaše sedenie, som si pozrela vašu internetovú stránku a dočítala som sa, že vaša organizácia nie je žiadny nováčik, keďže v roku 1989 pár nadšencov založilo takúto organizáciu na pomoc všetkým postihnutým a vozičkárom a od roku 1990 oficiálne fungujete. Je to veľmi záslužná činnosť a chcem povedať hlavne to, že toľko rokov ste vydržali a snažíte sa jednak pomáhať si navzájom, ale aj spríjemňovať si váš život formou rôznych voľnočasových aktivít, športov, kultúrnych podujatí atď. Ja svojim profesionálnym zameraním, než som prišla pracovať do sociálnych služieb, som celý život pracovala v zdravotníctve. Profesionálne som psychológ, venovala som sa onkologickým pacientom. Keď prišla ponuka, ísť pracovať do tohto typu služieb, nepripadalo mi to až tak veľmi vzdialené, hoci samozrejme támtá problematika bola značne iná ako táto tu.

Poskytovanie a pomoc v rámci sociálnych služieb má svoje špecifiká. Prišla som sem pracovať ešte v roku 2010, keď sa otváralo Zariadenie pre seniorov- pobytová služba na Zobore. Vzniklo to ako mestská príspevková organizácia,

tiež riadená mestom a vedenie mesta o 2 roky neskôr, teda od tohto roku od januára pristúpilo k zlúčeniu organizácií, teda zariadenie pre seniorov Zobor a Správa zariadení sociálnych služieb. V súčasnosti poskytujeme 12 typov sociálnych služieb: pobytovú, terénnu opatrovateľskú službu a ambulantnú formou stacionáru pre ťažko telesne postihnutých a seniorov. Zámer je to široký, organizácia sme veľká, máme vyše 200 zamestnancov, naše sídlo - riaditeľstvo je tu na Baničovej ulici a pobytová služba zostala na Zobori v priestoroch tomu určených. Máme tam 160 lôžok a z toho 50 lôžok je pre imobilných klientov. Budeme sa snažiť, aby táto vaša tradícia ďalej pokračovala, aby ste sa tu dobre cítili, našou snahou bude vám vyhovieť vo vašich požiadavkách, byť nápomocní, čo sa týka vašich ďalších aktivít a stretnutí. Myslím, že spolupráca bude dobrá, z našej strany určite bude.

Z archívu redakcie



Pozdravný list

Miroslav Mikolášik, poslanec Európskeho parlamentu

Vážení priatelia,

je mi čťou môcť sa vám prihovoriť a pozdraviť vás, hoci oveľa radšej by som to urobil osobne, no iné pracovné povinnosti mi to, bohužiaľ, nedovolili. Ďakujem však organizátorom za možnosť osloviť vás aspoň takto prostredníctvom niekoľkých myšlienok.

Minulý režim zdravotne postihnutých skrýval a snažil sa im nahovoriť, že sú hodní len ľútosť, a tak mnohých zahnal do pozície tých, čo len prijímajú a nemajú, čo ponúknuť. Švajčiarsky literát Gottfried Keller, ktorý sám trpel postihnutím, však svojho času skonštatoval, že hendikepovaný človek spozná svoju silu až vtedy, keď sa s ním jedná ako so zdravým. Uvedomujem si, že naša spoločnosť, ktorá na vás v minulosti nemyslela a stavala si svoj zabariérovaný svet, vás tým síce chcela skôr odradiť, ale vy ste ukázali presne už spomínanú silu. Hlboko sa za to pred vami skláňam a vyjadrujem svoj obdiv každému, kto si nedal nahovoriť svoju menejcennosť a nenechal sa strčiť do kúta. V tomto prípade totiž nie revolúcia a zmena režimu, ale len táto vaša odvaha menila a mení myslenie a chod spoločnosti. A tak dnes môžem s radosťou povedať, že Európska komisia už podporila niekoľko pilotných projektov a výskum v oblasti bezbariérovosti zastavaného prostredia uvedomujúc si, že život s postihnutím je už aj tak dostatočne náročnou výzvou,



preto by sa nemal ešte viac komplikovať so strany zdravej spoločnosti. Práve naopak. K výsledkom tak patrí napríklad sprievodca verejnej správy pre zohľadnenie bezbariérovosti pri udeľovaní verejných zákaziek na budovy, ako aj vytvorenie Európskej siete bezbariérového cestovného ruchu.

Momentálne je aj v našom parlamente návrh novely stavebného zákona, a ja, tak ako som dôsledne bojoval za práva handicapovaných na európskej pôde, chcem aj svojim kolegom v Národnej rade poskytnúť svoje pripomienky a návrhy, aby sa to, čo je už vybojované na medzinárodnej úrovni, dostalo až priamo k vám. Chcem priniesť svoju skúsenosť ako na papieri zdanlivo malé a neviditeľné veci, v reálnom živote znamenajú veľké. Z nedávnej spolupráce na európskej zdravotníckej legislatíve si totiž nesiem zásadné poznanie ako dostupnosť liečby, o ktorej sa možno veľa nehovorí, lebo sa netýka nás, výrazne mení životné podmienky ľudí postihnutých hemofiliou. Kým s liekmi prežívajú viac menej plnohodnotný život až do staroby, bez nich končia nepohybliví na vozíčkoch a predčasne umierajú.

Beriem teda ako svoju dennodennú povinnosť zas o znova na každý legislatívny návrh, ktorý smeruje do života, hľadiť aj vašimi očami a dôsledne do neho vnášať vaše potreby a pripomínať vaše práva. Na vás je však nikdy sa ich nevzdať, nenechať si nahovoriť, že váš život, vaše sny a plány majú menšiu hodnotu ako kohokoľvek iného. Len tak totiž môžu zákony zmeniť váš život, keď nezapadnete, že choroba, duševné alebo telesné postihnutie neznižuje hodnotu života človeka. Tak ako legendárnym husliam ju neznižujú odlomená kobyľka či uvoľnené struny. Stále majú hodnotu 100 000 dolárov, stále je to totiž značka Stradivarius. Som šťastný, že množstvo ľudí s postihnutím si to uvedomuje. Jedným z nich je nemecký minister financií Wolfgang Schäuble, ktorý pokladnicu tejto veľkej európskej krajiny spravuje tiež z invalidného vozíka.

Veľkosť človeka a cena jeho života totiž nie je v tom, ako vyzerá, ale KTO a AKÝ JE. Naozaj vás povzbudzujem, nikdy na to nezabúdať. Moja podpora je vám v každej chvíli k dispozícii.

**S úctou Váš Miroslav Mikolášik
poslanec Európskeho parlamentu**



Celoslovenský seminár



Dr. Ján Gabura
- MPSVaR

Účasť JUDr. Jána Gaburu

z hlavného kontaktného miesta pre problematiku vykonávania Dohovoru o právach osôb so zdravotným postihnutím z MPSVaR:

Po VČK dňa 23. 8. 2014, za účasti JUDr. Jána Gaburu sa uskutočnil v poradí už 23. Celoslovenský seminár v Nitre. Tento rok bol rokom zmeny. Pán. Mgr. Michal Krivošík, riaditeľ OIZP MPSVaR sa ospravedlnil a pozvanie prijal JUDr. Ján Gabura z hlavného kontaktného miesta pre problematiku vykonávania Dohovoru o právach osôb so zdravotným postihnutím z MPSVaR.

Je zvlášť potrebné, aby problematika vykonávania Dohovoru o právach osôb so zdravotným postihnutím neustále pertraktovala. Je nutné, aby občianske združenia v pôsobnosti s ľuďmi so zdravotným postihnutím i jednotlivé osoby či už zdraví alebo s ťažkým zdravotným postihnutím, najmä čo sa týka Dohovoru, veľmi aktívne a fundovane na sekretariát RŠO SZTP Nitra predkladali podnetné návrhy na zlepšenie kvality života týchto ľudí. Návrhy budú postúpené kompetentným.

Organizácia na základe uvedeného, na seminár v starobylej Nitre, pozvala najpovolanejšieho, čo sa tohto týka.

JUDr. Ján Gabura

Dohovor OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím

Ochrana ľudských práv je dôležitá pre každého človeka, osobitne pre takého, ktorý z rôznych dôvodov potrebuje pomoc a ochranu pri ich uplatňovaní. Podpora, ochrana a uplatňovanie práv osôb so zdravotným postihnutím si vyžaduje špecifický prístup zodpovedajúci potrebám, možnostiam, schopnostiam a postojom spoločnosti k osobám so zdravotným postihnutím.

Dohovor OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím je prvým právne záväzným medzinárodným nástrojom v oblasti ľudských práv, ktorého zmluvnou stranou je aj Slovenská republika. Tento medzinárodný dokument vychádza z presvedčenia zúčastnených štátov, že komplexný a ucelený

medzinárodný dohovor významne prispeje ku kompenzovaniu sociálneho znevýhodnenia osôb so zdravotným postihnutím a k presadeniu ich účasti v občianskych, politických, hospodárskych, sociálnych a kultúrnych sférach na princípe rovnakých príležitostí, a to ako v rozvojových, tak aj vo vyspelých krajinách.



Za predsedníckym stolom v strede JUDr. J. Gabura, po ľavej strane Dr. J. Kováčová, V. Franko a po pravej strane MUDr. M. Orgonášová

Dohovor predstavuje základný východiskový dokument pre všetky ostatné medzinárodné dokumenty, ktoré sa prijímajú či už na európskom alebo širšom medzinárodnom fóre a ktoré sa týkajú ochrany práv osôb so zdravotným postihnutím.



Cieľom tohto Dohovoru je presadzovať, ochraňovať a zabezpečiť plnohodnotný a rovný výkon ľudských práv a základných slobôd pre všetky osoby so zdravotným postihnutím a podporovať úctu k ich dôstojnosti bez akejkoľvek diskriminácie na základe zdravotného postihnutia.

Dohovor OSN o právach ľudí so zdravotným postihnutím definuje osoby so zdravotným postihnutím ako osoby s dlhodobými telesnými, mentálnymi, intelektuálnymi alebo

zmyslovými postihnutiami, ktoré v súčinnosti s rôznymi prekážkami môžu brániť ich plnému a účinnému zapojeniu do spoločnosti na rovnakom základe s ostatnými.

Dohovor zaväzuje zmluvné strany, aby zabezpečili, že osoby so zdravotným postihnutím budú môcť plne využívať svoje práva na rovnakom základe ako všetci ostatní občania a ustanovuje minimálne normy ochrany a zabezpečenia celého rozsahu práv osôb so zdravotným postihnutím.

Pre Slovenskú republiku nadobudol Dohovor OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím platnosť 25. júna 2010 a podľa čl. 7 ods. 5 Ústavy SR má prednosť pred vnútroštátnymi zákonmi. Súčasne pristúpila Slovenská republika k Opčennému protokolu k Dohovoru o právach osôb so zdravotným postihnutím, ktorého cieľom je umožniť jednotlivcom a skupinám, k porušeniu práv ktorých došlo, obrátiť sa v predmetnej veci na výbor OSN prostredníctvom zaslania sťažnosti.

Východisková správa SR k Dohovoru bola v máji 2012 spracovaná na základe usmernenia Výboru pre práva osôb so zdravotným postihnutím. Pozostávala z 5 častí (Úvod, Všeobecné ustanovenia Dohovoru, Špecifické práva Dohovoru, Špecifické práva Dohovoru týkajúce sa chlapcov, dievčat a žien so zdravotným postihnutím, Špecifické povinnosti podľa Dohovoru) a prílohy. Prostredníctvom Ministerstva zahraničných vecí a európskych záležitostí SR bola dňa 22. júna 2012 predložená Stálej misii v Ženeve a následne Výboru OSN pre práva osôb so zdravotným postihnutím. Do dnešného dňa Výbor OSN pre práva osôb so zdravotným postihnutím nepožiadala SR o žiadne doplňujúce informácie.

K 31.7. 2014 nie je známy časový horizont prerokovania Východiskovej správy SR k Dohovoru.

Hlavné kontaktné miesto

Dohovor pre Slovenskú republiku nadobudol platnosť 25. júna 2010, avšak až v roku 2013 sa podarilo doriešiť otázku vykonávania Dohovoru v súlade s jeho článkom 33 ods. 1, kedy uznesením vlády SR č. 103 z 20. februára 2013 bol schválený návrh na zriadenie hlavného kontaktného miesta pre problematiku vykonávania Dohovoru na Ministerstve práce, sociálnych vecí a rodiny SR. Článok 33 ods. 1 zaväzuje zmluvné strany v súlade so svojou vlastnou sústavou riadenia v rámci štátnej správy ustanoviť jedno alebo viac kontaktných miest pre problematiku vykonávania tohto dohovoru a venovať náležitú pozornosť určení koordinačného mechanizmu v rámci štátnej správy s cieľom uľahčiť realizáciu s tým súvisiacich činností v jednotlivých oblastiach a na rôznych úrovniach.

Uvedený časový posun bol spôsobený rôznorodosťou návrhov možného riešenia. Diskutované boli najmä 2 návrhy:



Sestrička, pani Luleiova, prednáša a účastníkom seminára, predvádza cviky

- zriadenie hlavného kontaktného miesta v kompetencii podpredsedu vlády pre ľudské práva a národnostné menšiny, s podporou využitia personálnych a odborných kapacít Rady vlády pre ľudské práva, národnostné menšiny a rodovú rovnosť, alebo
- zriadenie hlavného kontaktného miesta v kompetencii Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky, s podporou špecializovaných (sekundárnych) kontaktných miest (ústredné orgány štátnej správy a iné kompetentné orgány).

Obidva návrhy však boli v tom čase z dôvodu nedostatku personálnych, materiálnych a finančných zdrojov niekoľkokrát odmietnuté, v dôsledku čoho až do roku 2013 nebolo vytvorené žiadne kontaktné miesto.

K určení inštitucionálneho zabezpečenia vykonávania dohovoru vyplývajúceho zo záväzku štátu formulovaného v čl. 33 ods. 1 Dohovoru sa zaviazala aj súčasná vláda Slovenskej republiky vo svojom Programovom vyhlásení 2012-2016.

Činnosti hlavného kontaktného miesta v rámci MPSVR SR zabezpečuje odbor integrácie osôb so zdravotným postihnutím (ďalej len „Hlavné kontaktné miesto“), konkrétne Mgr. Lucia Záhoráková a JUDr. Ján Gabura. MPSVR SR zverejnilo základné informácie o zriadení hlavného kontaktného miesta pre občiansku spoločnosť na webovom sídle¹.

Národný program rozvoja životných podmienok osôb so zdravotným postihnutím na roky 2014 - 2020

Národný program rozvoja životných podmienok osôb so zdravotným postihnutím na roky 2014-2020 je strategickým dokumentom pre implementáciu Dohovoru v Slovenskej republike. Tvorba Národného programu rozvoja životných podmienok osôb so zdravotným postihnutím na roky 2014-2020 vychádzala z Plánu práce vlády SR na rok 2013, ktorý bol schválený uznesením vlády SR č. 708/2012 z 19. decembra 2012.

Dokument bol tvorený podľa čl. 4 ods. 3 Dohovoru, t.j. už v samotnom štádiu prípravy sa na jeho tvorbe podieľali reprezentatívne organizácie osôb so zdravotným postihnutím ako aj zo zástupcov sekundárnych kontaktných miest, ako aj zo zástupcov samosprávy. Otvorený prístup ako aj dodržanie zásady „Nič o nás bez nás“ považujú reprezentatívne organizácie osôb so zdravotným postihnutím ako pozi-

tívny krok zo strany MPSVR SR, vďaka ktorému sa do tohto dokumentu zapracovali aj ich požiadavky a návrhy.

Poslaním Národného programu je prostredníctvom definovaných úloh a opatrení zabezpečiť dosahovanie pokroku v oblasti ochrany práv osôb so zdravotným postihnutím uznaných Dohovorom a pokroku pri ich používaní.

Národný program rozvoja životných podmienok osôb so zdravotným postihnutím na roky 2014-2020 bol schválený uznesením vlády SR č. 25/2014 z 15. januára 2014 a je zverejnený na webovom sídle² MPSVR SR.

Záver

Za jednu z najdôležitejších úloh na nasledovné obdobie považujeme zefektívnenie fungovania koordinačného mechanizmu v rámci štátnej správy, ktorého cieľom je uľahčiť realizáciu vykonávania Dohovoru a s tým súvisiacich činností v jednotlivých oblastiach a na rôznych úrovniach. Koordinačný mechanizmus v rámci štátnej správy tvorí Hlavné kontaktné miesto a sekundárne kontaktné miesta. V rámci koordinačného mechanizmu bude hlavné kontaktné miesto zabezpečovať priebežné vzdelávanie sekundárnych kontaktných miest a ich informovanie o problematike osôb

so zdravotným postihnutím na pravidelných polročných stretnutiach.

Nakoľko je Národný program rozvoja životných podmienok osôb so zdravotným postihnutím na roky 2014 – 2020 strategickým dokumentom pre implementáciu Dohovoru v Slovenskej republike hlavné kontaktné miesto bude participovať na plnení úloh a opatrení z neho vyplývajúcich a zároveň bude priebežne sledovať jeho napĺňanie. Národný program bude prvý krát vyhodnocovaný v roku 2016.

Kontaktná adresa:

Hlavné kontaktné miesto pre problematiku vykonávania Dohovoru o právach osôb so zdravotným postihnutím:

Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR

JUDr. Ján Gabura

Špitálska 4,6,8 816 43 Bratislava

Tel.č.: 02/20462104

Email: jan.gabura@employment.gov.sk

² <http://www.employment.gov.sk/files/slovensky/rodina-socialna-pomoc/tazke-zdravotne-postihnutie/narodny-program-rozvoja-zivotnych-podmienok-osob-so-zdravotnym-postihnutim-roky-2014-2020.pdf>

Slovenský Zväz Telesne Postihnutých

Ševčenkova 19, 851 01 Bratislava, Tel./fax: 02/63814478, e-mail: sztp@sztp.sk <http://www.sztp.sk/>



Informácia zo zasadnutia Republikovej rady SZTP

Dňa 26.6.2014 sa uskutočnilo v priestoroch rekreačného zariadenia Kunovskej priehrady v Senici zasadnutie Republikovej rady SZTP za prítomnosti členov RR SZTP, Republikovej kontrolnej komisie a pracovníkov SZTP.

Kontrola uznesení

Po odsúhlasení programu zasadnutia sa uskutočnila kontrola plnenia prijatých uznesení RR SZTP od posledného zasadnutia. Materiál členovia Republikovej rady SZTP dostali písomne. Program bol jednodhlasne odsúhlasený.

Pred oficiálnym otvorením zasadnutia predsedníčka SZTP oboznámila prí-



tomných s petíciou, ktorú rozbehla Republiková špecifická organizácia Asociácia POLIO. Išlo o petičnú akciu zameranú na zbieranie občianskej podpory pre zmenu existujúcej právnej úpravy týkajúcej sa kúpeľnej starostlivosti o ľudí, ktorí v rannom det-



Predsedníčka SZTP Ing. Monika Vráblová

chorobu Postpoliomyelitický syndróm do zoznamu prioritných chorôb v prílohe č. 3 zákona č. 577/2004 Z.z., tzn. v indikačnom zozname pre kúpeľnú starostlivosť zmeniť kategóriu „B“ úhrady z verejného zdravotného poistenia na kategóriu „A“. Petícia bola zo strany prítomných podporená a hneď aj podpísaná. Prítomní podali návrh, aby petičné hárky boli pripravené počas konania MDOZP a hlavne pred začatím galaprogramu MDOZP. Ďalej bol podaný návrh zo strany RR SZTP, aby Asociácia POLIO zaslala na RC SZTP e-poštou petičný hárok s textovou časťou, ktorú pracovníci rozošli na všetky nižšie OJ v rámci SZTP so žiadosťou o podporu tejto petície.

Podpredseda SZTP pán Franko s poľutovaním konštatoval, že časopis Vozičkář nebol podporený zo strany MPSVR SR. RŠO ŤTP a vozičkárov sa bude snažiť i napriek tomu vydať aspoň jedno číslo časopisu Vozičkář i keď si uvedomujú, že aby registrácia časopisu Vozičkářa na MK SR nezanikla, je potrebné vydať 2 čísla.

I. kolo výstavy „Svet, ako ho vidíme my“ zhodnotila predsedníčka SZTP a prítomných informovala, že výstava v Chorvátskom múzeu mala veľký úspech. V súčasnej dobe sa pripravuje II. kolo výstavy, ktoré bolo otvorené 16.9.2014 v Regionálnom osvetovom stredisku v Nových Zámkoch taktiež v bezbariérových priestoroch.

Kremnická barlička 2014 sa konala v termíne 5. – 7.9.2014 v priestoroch RZ Toliar Kremnica. Bol to jubilejný 10. ročník celoslovenskej súťaže v prednese poézie, prózy a v speve aj v jazykoch národnostných menšín. V diskusii sa navrhla výška účastníckeho príspevku na osobu a to vo výške 30,- €/osoba. Vzhľadom na jubilejnú Kremnickú barličku boli prítomným z rúk pána B. Wolnera odovzdané malé upomienkové predmety, napr. mince. Podpredseda SZTP pán Franko sa podujal odovzdať žiadosť o sponzorský dar do Mincovne Kremnica. RR SZTP uložila spracovať žiadosť o sponzorský dar pre Mincovňu Kremnica a postúpiť ju podpredsedovi SZTP pánovi Frankovi.

Následne riaditeľka SZTP oboznámila prítomných s prípravou XVIII. ročníka nášho Benefičného koncertu, ktorý sa konal dňa 5.10.2014 vo veľkej sále Istropolisu v Bratislave..

Slovenská sporiteľňa upozornila SZTP, že dňom 31.12.2013 prestanú platiť zvýhodnenia k štandardnému účtu Sporo business. Odporúčali nám prejsť na špeciálne vytvorený bežný účet pre neziskový sektor. Na základe uvedeného SZTP vstúpilo do rokovania s SLSP. Nepodarilo sa nám vyjednať bezplatné vedenie účtov tak, ako to bolo doteraz. Danú informáciu sme postúpili dňa 14.2.2014 na všetky KC a RŠO SZTP. Naďalej trváme na tom, že sa nesmú uzatvárať vkladné knižky a držať na

nich finančné prostriedky. Podľa Smerníc o hospodárení SZTP denný pokladničný limit je stanovený nasledovne: RC SZTP 2 000,- €, KC, OC a RŠO SZTP 1 500,- €, ZO SZTP 1 000,- €, pobytové zariadenie RELAX Štúrovo 2 000,- €.

Na základe upozornenia ekonóma SZTP tie OJ, ktoré využívajú internetbanking, by mali platiť príkazmi v banke. Bude sa novelizovať v tomto smere Smernica o hospodárení SZTP, kde bude uvedený presný postup, napr. na faktúru dať pečiatku a podpis predsedu OJ, že súhlasí s úhradou cez internetbanking a pod.

Predsedníčka SZTP Ing. M. Vráblová oboznámila prítomných, že firma PERI darovala používané osobné motorové vozidlo prerobené na ručné riadenie fyzickej osobe, ktorou bol pán Bohuš Čabák.

Predsedníčka SZTP vydala príkaz č. 1/2014 týkajúci sa podávania žiadosti o vydanie výpisu osobnej identifikácie. Upozorňuje členov RR SZTP, že žiadosti sa nevybavujú na Štatistickom úrade na počkanie, platnosť takéhoto výpisu je max. 3 mesiace a môže ho vybavovať iba materská organizácia. Príkaz s prílohami bol zaslaný členom RR SZTP a RŠO SZTP dňa 2.5.2014.

Ďalej bola podaná informácia, že v 39 železničných staniciach pribudnú mobilné zdvíhacie plošiny, celkom ich má byť 45.

RR SZTP ukladá informovať nižšie OJ o zmene kontaktu v našom zariadení a to na mobil 0940814501, telefón 036/2861799, e-mail: sturovo@src-relax.sk alebo dušan484@azet.sk, web: www.src-relax.sk, správca: Dušan Matiašovský. **mo**



54. výročie banského nešťastia

Obrovská tragédia ľudského utrpenia po banskom nešťastí, ktoré sa udialo v roku 1960 v Belgicku sa stala dôvodom, že Rada OSN tento deň vy-

ako spomienku na obete banského nešťastia.

A tak v dňoch 25. – 27. 6. 2014 hosťujúca organizácia privítala 120 členov



MDZP v Senici na priehrade Kunov otvorila Oľília Vizváryová, OC SZTP Senica

SZTP zo všetkých kútov nášho krásneho Slovenska, v malebnom a historicky významnom kraji – regióne Záhorie.

Oslavy sa konali v rekreačnom zariadení mesta Senice, na Kunovskej priehrade, v čistej, pokojnej prírode,

ktorú ocenili

hlásila za Medzinárodný deň osôb so zdravotným postihnutím.

Slovenský zväz telesne postihnutých si tiež túto tragédiu pripomína,

mnohí účastníci ako relax, ako pohladenie po tele aj duši po dlhom a únavnom cestovaní.

Účastníci, ktorí aspoň čiastočne



zvládali chôdzu, boli ubytovaní vo dvoch chatách priamo na priehrade. Vozíčkari boli ubytovaní v novom, bezbariérovom Sanatóriu Dr. H.Déer v Senici, ktorá je od Kunova vzdialená asi 5 km. Mali k dispozícii perfektne zariadené izby, samozrejme bezbariérové. Ako vždy, ani tu sa proces ubytovania nezaobišiel bez stresujúcich momentov, ktoré boli vyvolané neopodstatnenými požiadavkami niektorých hostí. Nakoniec sa ale všetko vyriešilo k spokojnosti všetkých hostí.

Pred obedom predsedníčka OC SZTP p. Vizváryová privítala hostí, oboznámila ich s programom a po



Odvzdávanie zväzových vyznamenaní

slávnostnom obede a po krátkom odpočinku sa všetci účastníci presunuli k bezbariérovému športovisku, kde už na hostí čakali tí, ktorí prevzali záštitu nad celým podujatím - primátor Mesta Senica. p. RNDr. Ľubomír Parížek, zástupca primátora p. Mgr. Peter Huta, riaditeľ UPSaR v Senici p. Ing. Ján Kovár a primátor mesta Šaštín Stráže pán Ing. Radoslav Prstek.

Po oficiálnych vzájomných pozdravoch a priateľských privítaniach, predstavitelia Mesta Senica sa už s p. predsedníčkou Ing. Monikou Vrábl'ovou a p. Mgr. Oľgou Bohuslavovou poznajú s predchádzajúcich akcií, ktoré OC Senica zabezpečovalo – MDOZP v roku 2001 a výstavu „Svet ako ho

vidíme my“ z roku 2011), o slovo požiadal primátor mesta Senica, ktorí medzi iným ocenil odvahu a snahu telesne postihnutých, dokázať viac, prekonať sám seba a v neposlednom rade vysoko vyzdvihol aj dobrovoľnícku prácu zdravotne

postihnutých, ktorú nezištne mnohí vykonávajú. Zaželal prítomným v následnom športovaní veľa úspechov a vynikajúcich výsledkov.

Riaditeľ športových hier, pán Leo Mokošák oboznámil hostí s podmienkami športových hier a oficiálne zahájil



ŠH TP 2014. Aj keď počasie príliš nevyzeralo ako letné, nálada a zápal s akým sa hostia pustili do zdolávania disciplín, vytvorilo nádhernú skoro až olympijskú atmosféru. Športový komisári mali plné ruky práce, aby stihli všetko zaznamenať, zapísať a následne body spočítať a vykonať vyhodnotenie a teda určiť víťazov jednotlivých disciplín.

Súťažilo sa v 7 discipl.: v hode granátom, v hode na bask. kôš, v šípkach, v ruských kolkoch, v hode do bránky frolb. hokejkou, v hode krúžkami na tyč a v slalome na inv. vozíčku.

Športová nálada a radosť z pohybu, nepokazil ani vietor, ktorý trocha rušil letné počasie, trvala aj po ukončení športovania.

Počas celého popoludnia f. Velkon vykonávala prezentáciu a poradenstvo kompenzačných pomôcok a úpravu motorových vozidiel.

Po chutnej večeri a malom oddychu predsedníčka OC a riaditeľ ŠH zahájili malý spoločenský večierok na ktorom boli vyhodnotené športové hry, boli odovzdané medaily a diplomy najlepším športovcom. Víťazom boli



odovzdané aj sponzorské dary v podobe nákupných poukážok na nákup drogistického tovaru, ktoré venovala f. 101 Drogerie Senica.

Predsedníčka OC odovzdala pozdrav od riaditeľa spoločnosti p. Emila Krajčíka, ktorého spoločnosť je veľkým podporovateľom športovania a rôznych nadácií podporujúcich zdravotne postihnutých.

Odmeny boli odovzdané, radosť v očiach víťazov bola úžasná a toto všetko dotváralo náladu, ktorú ešte znásobila príjemná hra na harmonike od Janka Petráša. Veselé záhorácke, moravské, liptovské aj východniarske pesničky sa niesli Kunovskou priehradou do neskorých nočných hodín.

Ďalší deň začal výdatnými raňajkami a dobrou kávičkou. Organizátori dali priestor hostom na to, aby doobedňajší čas využili na prehliadku rekreačnej oblasti, resp. na návštevu mesta Senice, resp. blízkeho a historicky významného Sobotišt'a.

Členovia RR a RKK využili príležitosť na mimoriadne zasadnutie,



Pracovníčka UPSVaR Senica, prednáša na sociálnu tému

ktoré viedla predsedníčka SZTP p. Ing. Monika Vrábľová. V úvode rokovania vyslovila organizátorom a mestu Senica veľké poďakovanie za prevzatie záštity nad celým projektom, vyslovila spokojnosť s ubytovaním a celým priebehom športových hier.

Oslavy MDOZP pokračovali v poobedňajších hodinách v Dome kultúry v Senici odborným seminárom, na ktorý boli všetci hostia prevezení autobusom.

Odborný seminár mal témy: Starostlivosť obcí a miest o seniorov a znevýhodnené skupiny občanov a peňažné príspevky a kompenzácie pre zdravotne postihnutých.

Odborný seminár zahájila a viedla predsedníčka SZTP p. Monika Vrábľová, odborným témam sa venovali p. RNDr. Katarína Poláková, vedúca odboru soc. vecí a rodiny mesta Senica, ktorá je spoluautorkou Komoditnej starostlivosti o občanov Senice a Mgr. Vierka Petrášová, vedúca odboru sociálnych vecí a rodiny z UPSVaR Senica. Obidve dámy veľmi podrobne rozobrali dané témy, pani Poláková oboznámila účastníkov s plánom starostlivosti o občanov v meste Senica v zmysle zákona 447/2008 a odpovedala aj na všetky otázky, ktoré zazneli z pléna.

Pani Petrášová sa dotkla mnohých háklivých tém z oblasti sociálnej pomoci a tiež sa snažila odborne odpovedať na mnohé dá sa povedať aj emotívne podané otázky.

Seminár bol vysoko odborný a čas vyhradený pre tieto témy bol o hodne prekročený.

Účastníci ocenili prednášajúce dlhým potleskom a naopak prednášajúce vyslovili poďakovanie za disciplinovanosť účastníkov po celú dobu seminára.

Predsedníčka SZTP p. Ing. Monika Vrábľová poďakovala obidvom dámam za ich excelentný výklad daných tém.

Po ukončení seminára už neostalo veľa času na večernú prípravu, teda hlavne dámam, pretože čas vyhradený na večeru, ktorú síce organizátori zabezpečili priamo v DK, bol vyčerpaný otázkami a odpoveďami na OS.

Po naozaj veľmi krátkej prestávke už zazneli tóny senických pesničiek, ktoré zazneli z nástrojov a hrdiel Senických he-

ligonkárov, ktorí pod vedením Mgr. Pavla Grima prišli pozdraviť vzácných hostí.

A nie len Grimovci, ako ich nazývajú Seničania, sa chceli pochváliť svojimi skladbami, ale aj novo vytvorená spevacka skupina senických senioriek a členiek senickej ZO SZTP „SENIORKA“ sa chcela pochváliť nacvičenými skladbami pod odborným vedením našej Aničky Celléryovej, učiteľky na dôchodku, ktorá skupinu doprevádzala hrou na heligónku.

No a ešte nedoznali piesne týchto dvoch „telies“, už sa na pódiu objavilo DUO YAMAHA- malá skupina otca a syna Kotvánovcov z blízkeho Letníčia a pozývala hostí rezkou záhoráckou pesničkou na tanečný parket, aby po dlhom sedení zvládli trávenie senickej „šnicle s erteplovým sauátem“, ktorú pripravili šikovné ruky kuchárov z Kunova.

Zlatým klincom a vyvrcholením celej oslavy 54. výročia MDOZP bolo odovzdávanie rezortných – zväzových ocenení.

A to d'akovné listy, strieborné a zlaté medaily a plakety SZTP. Ocenenia zaslúžilým členom SZTP odovzdávali pani predsedníčka Ing. Monika Vrábľová spolu s primátorom mesta Senice pánom RNDr. Ľubomírom Parížkom.



Podpredsedovi SZTP pánovi Viliamovi Frankovi zablahoželali k jeho významnému životnému jubileu

Bolo to veľmi dojímavé, nechýbali ani slzičky dojatia a šťastia v očiach ocenených.

Organizátori nezabudli ani na jubilanta SZTP a podpredsedovi SZTP pánovi Viliamovi Frankovi zablahoželali k jeho významnému životnému jubileu malou pozornosťou v podobe darčkového koša. Zaželali mu veľa síl a vyslovili želanie, aby sa ešte dlhý čas mohli na takýchto akciách spolu stretávať.

Bodku za večerom radosti, spevu aj rezkého tanca položila pracovníčka SZTP pani Bc. Julka Vrzalová, za KC SZTP

Nitra, aby prevzali pomyselnú štafetu osláv a pozvala všetkých na budúci rok v dňoch 1.-6.júla 2015 do hotela PAKR v Hokovciach.

Ďalší večer bol ukončený a ranné lúčenie a odchody milých hostí vniesli smútok a nostalgiu do myslí organizátorov.

Odišli priatelia známi aj menej známi, ale už priatelia, a to je vždy smutné.

Nekonečná spleť otázok, či bolo všetko tak ako malo byť, prečo nebolo toto takto a toto zase inak.

Ak ste milí naši priatelia boli s niečím nespokojní prosím prepáčte nám, Verte, že sme robili všetko s najlepším úmyslom.

Poďakovanie patrí predovšetkým všetkým členom, ktorí prijali pozvanie a prišli do nášho regiónu, šľahaného pieskami, ktoré vietor rozviera po kraji, ale aj chráneného vysokými borovicami, ktoré dávajú silu a vôňu Záhoriu.



Ing. Monika Vrábľová, predsedníčka SZTP, Mgr. Olga Bohuslavová, riaditeľka RC SZTP

Poďakovanie patrí: Mestu Senica, 101 Drogerie Senica, Jednote COOP SD Senica, PD Senica, Pekárňam Senica, Oreským koláčikom, Mestu Šaštín Stráže, Mestu Skalica, Obecnému úradu Kúty, koordinátorovi tretieho sektoru p. Mgr. P. Ondrejovi Krajčímu,

Okresnej organizácii Smer v Senici p. Škodáčkovi z RSMS Senica, ktorí zabezpečili ubytovanie a stravovanie hostí a všetkým, ktorí podporili tombolu.

Veľká vďaka za prácu patrí aj všetkým dobrovoľníkom zo ZO a OC SZTP Senica, ktorí tento projekt organizačne zabezpečovali.

Chcem ešte vysloviť veľké poďakovanie predsedníčke SZTP pani Monike Vrábľovej a pani Mgr. Olge Bohuslavovej za odbornú pomoc aj za morálnu podporu.

Otília Vizváryová
OC SZTP Senica

Výstava „Svet, ako ho vidíme my“

Trošku z histórie Písal sa rok 2009, kedy po prvýkrát RC SZTP sa rozhodlo vypracovať a podať projekt na Ministerstvo kultúry SR v programe Kultúra znevýhodnených skupín obyvateľstva na realizáciu výstavy výtvarných prác ľudí s telesným a ťažkým telesným postihnutím s názvom „Svet, ako ho vidíme my“. Mali sme veľkú radosť, že sme boli úspešní a tešíme sa, že odvtedy každý rok môžeme túto výstavu organizovať s finančnou podporou MK SR vždy v inom regióne Slovenska. Na veľký záujem našej členskej základne v roku 2012 výstavu sme rozšírili o ručné práce, drevorezbu, tokárstvo a návštevníci môžu obdivovať aj figúrky zo šúpolia, nádherne ozdobené medovníčky, kraslice a pod.

Pripomeňme si, v ktorých regiónoch Slovenska sme pošli návštevníkov s výstavou Svet, ako ho vidíme my:



- 2009 – Vihorlatské osvetové stredisko Humenné
Kultúrno – spoločenské centrum Fontána, Piešťany
- 2010 – Tekovské múzeum Levice
Krajská knižnica Žilina
- 2011 – Hornošarišské osvetové centrum Bardejov
Denné centrum pre seniorov Senica
- 2012 – Galéria Limes Komárno
Liptovské múzeum „Čierny orol“
- 2013 – Magistrát Košice
OC Galéria Košice
Zemplínske múzeum Michalovce
- 2014 – Chorvátske múzeum BA – DNV
Regionálne osvetové stredisko Nové Zámky

Dňa 16.9.2014 bolo slávnostne otvorené II. kolo výstavy „Svet, ako ho vidíme my“ v Regionálnom osvetovom stredisku Nové Zámky. Návštevníci mohli vystavené diela obdivovať do 15.10.2014.

RC SZTP

Zostal v nás krásny umelecký zážitok ...

Verím tomu, že tými slovami odchádzali diváci, ktorí prišli dňa 5.10.2014 do veľkej sály Istropolisu v Bratislave, aby sa zúčastnili na XVIII. ročníku benefičného koncertu Slovenského zväzu telesne postihnutých s názvom „Umelci srdcom“.

Už pri čítaní zoznamu účinkujúcich sa dalo predpokladať, že program bude – tak ako každý rok – viac než zaujímavý. Každá veková skupina si našla niečo pre seba. Vidieť osobne a z blízka známe tváre z televíznej obrazovky urobilo svoje. Nálada bola super! Mená, ako sú Martin Harich, Thomas Puskailer, Jolana Fogašová, Juraj Zaujec, Barbora Švidraňová, Gitana, Miro Švába – predpovedali vynikajúci umelecký zážitok. Nesmieme zabudnúť ani na tanečné štúdio ASSOS Nelux Bratislava

a na folklórny súbor Macejko. Moderátorská dvojica – Andy Timková a Matej „Sajfa“ Cifra, svojim humorom rozžiarili oči nie len výhercom rekondičných pobytov, ale všetkým prítomným.

Koncert bol realizovaný s finančnou podporou Ministerstva kultúry SR. Partnermi podujatia boli Otto Bock, KIA, Stannah, Velcon, Prvá stavebná sporiteľňa, CS Profi – Public a Škoda



Handy ZŤP. Sponzormi XVIII. ročníka benefičného koncertu SZTP boli: Dobré jablká Dunajská Lužná, Víno Jano Limbach, Monikine torty Majcichov, Kvetinárstvo Orchidea Bratislava. Výhercovia rekondičných pobytov si budú užívať v nasledovných zariadeniach: Liečebné termálne kúpele Sklené Teplice, Park hotel Hokovce, Hotel Avena Liptovský Ján, Sanatórium Tatranská Kotlina, Kúpele Lúčky, Kúpele Horný Smokovec.

Organizátori vyslovujú veľké ĎAKUJEME účinkujúcim a moderátorom, ktorí venovali svoj voľný čas bez nároku na honorár a potešili nielen členov Slovenského zväzu telesne postihnutých, ale aj ich rodinných príslušníkov, priateľov, priaznivcov a všetkých prítomných. Za spoluprácu ďakujeme aj sponzorom a partnerom.

RC SZTP



REPUBLIKOVÁ ŠPECIFICKÁ ORGANIZÁCIA SZTP
ŤAŽKO TELESNE POSTIHNUTÝCH A VOZIČKÁROV

A. Hlinku 55, 949 01 NITRA

TEL/FAX: 037/7335100, 0905 898943, E-mail:
franko.viliam@gmail.com web:www.vozickari.com



Sociálna rehabilitácia v Piešťanoch

Dni, mesiace, rok ubehol ako voda a prišiel termín nástupu na sociálnu rehabilitáciu, ktorú každoročne organizuje naše občianske združenie pre členov v rámci programu, činnosti. Zabezpečiť vhodné kúpeľné či rekreačné, bezbariérové prostre-

stretlo spolu 41 členov a v druhom turnuse 18 členov – vozičkárov.

Sociálna rehabilitácia je aktivita, služba zameraná dosiahnuť čo najvyšší stupeň samostatnosti osoby s telesným a ťažkým telesným postihnutím. Je jednou z ciest pri-

spieť k nezávislejšiemu a samostatnému životu.

V deň príchodu sme sa spoločne stretli a oboznámili sme sa s týždenným programom. Počas pobytu účastníci absolvovali procedúry, masáže, parafínové zábaly, perličkový kúpeľ, parafango, oxygenote-

rapiu, plávanie s celodenným prístupom do bazéna. Nechýbali ranné rozcvičky, spoločné vychádzky a športový deň, kde si účastníci zmerali svoje sily či už hod loptičkou, šípkami do terču, slalom na vozičku. V rámci sprievodnej akcie nechýbala prezentácia kompenzačných pomôcok firmy OTTO BOCK, vozíky, chodítka, antidekubitné sedáčky, ktoré firma dodáva.

Tento pekný týždeň neu-

veriteľne rýchlo prebehol a nám zostalo sa rozlúčiť na spoločnom posezení s odkazom o rok znovu v MÁJI v Piešťanoch.

Dôležitou súčasťou pobytu bola pestrá strava s možnosťou výberu zo 6 druhov jedál a šalátovým bufetom, raňajkami formou bufetových stolov.

Oceňujeme aj popoludňajšie programy, ktoré zariadenie ponúka či už v útulnej kaviarni s dobrou a príjemnou obsluhou alebo mimo hotela v bowlingovom centre.

Poplatok za pobyt sčasti prispela organizácia a Mesto Nitra zo schválenej dotácie za podaný projekt. Zároveň si dovoľujeme popriať riadiacemu personálu pod vedením p. riaditeľa PhDr. Branislava Širillu, p. Jurajovi Lulovičovi vedúcemu obchodu a marketingu, príjemnému a ústretovému kolektívu recepcie a ostatnému personálu veľa zdravia, pracovných úspechov a spokojných klientov s poskytovanými službami zariadenia.

A. Homolová



die pre vozičkára, aby sa v rámci sociálno-rehabilitačných pobytov závery pobytu naplnili nie je ľahkou úlohou organizátora. Možností nie je na výber z hľadiska architektonických bariér. Optimálne podmienky nám momentálne ponúka prostredie hotela MÁJ v Piešťanoch a PARK HOTEL Hovkovce, ktorý je menej optimálny z hľadiska prístupu do bazéna. Plne bezbariérové zariadenie hotela MÁJ sa vďaka personálu tohto zariadenia stalo oázou pohody týždenného pobytu 2 turnusov členov organizácie vozičkárov. V prvom turnuse sa





VÝBOR PRE OSOBY SO ZDRAVOTNÝM POSTIHNUTÍM

Informácie o činnosti Výboru pre osoby so zdravotným postihnutím.



Čas letí a ďalší rok je za nami, prinášam Vám preto pár informácií o činnosti Výboru pre osoby so zdravotným postihnutím.

Výbor zasadal v roku 2014 dvakrát a to 28. januára a 29. septembra. Predmetom týchto rokovaní boli napríklad:

- Informácia o priebehu a záveroch dvanásteho zasadnutia Rady vlády SR pre ľudské práva, národnostné menšiny a rodovú rovnosť zo dňa 18. decembra 2013 a o príprave Celoštátnej stratégie ochrany a podpory ľudských práv v SR
- Východiskový materiál za oblasť práv osôb so zdravotným postihnutím k Celoštátnej stratégii ochrany a podpory ľudských práv v SR
- Informácia k Národnému programu rozvoja životných podmienok osôb so zdravotným postihnutím na roky 2014 – 2020
- Informácia o stave prípravy nového stavebného zákona
- Informácia k procesu deinštitucionalizácie v SR
- Informácia o uplatnení princípov prístupnosti a rovnakého zaobchádzania v pripravovaných operačných programoch
- Informácia o stave prípravy návrhu zákona o verejnej ochrane práv osôb so zdravotným postihnutím a verejnej ochrane práv dieťaťa
- Informácia o aktuálnom stave prípravných prác návrhu zákona o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia
- Informácia o aktuálnom stave prípravných prác návrhu zákona o sociálnej práci
- Informácie o stave implementácie národných projektov, ako napríklad „Podpora procesu deinštitucionalizácie a transformácie systému sociálnych služieb“, Pilotná podpora zvyšovania efektivity poskytovania dávok a výkonu opatrení sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately v rodinnom prostredí“.

Nebolo by efektívne, aby som tu uvádzal komentár ku každej jednej téme, keďže zápisnice zo zasadnutí Výboru sú uverejnené na internetovej stránke MPSVaR. Zoznam pre-rokovaných tém uvádzam iba pre prehľad a preto, aby ste si mohli vybrať, čo Vás zaujalo a čo konkrétne môžete hľadať v archíve MPSVaR. Chcel by som skôr upriamiť Vašu pozornosť na ďalšie aktivity a informácie, ktoré bezprostrednejšie ovplyvňujú náš bežný život, ale ešte pred pokračovaním predsa pár myšlienok k informáciám o aktuálnom stave

prípravných prác návrhu zákona o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia.

Aktuálny stav prípravných prác návrhu zákona o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia

K tejto téme vystúpil pán Michal Krivošík, riaditeľ odboru integrácie osôb so zdravotným postihnutím, Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR. Parafrázujem zo zápisnice: Prítomných informoval, že v súčasnosti sa MPSVaR SR zaoberá analýzou pripomienok k zákonu, ktoré má zbierané zo strany Ústredia práce sociálnych vecí a rodiny, ako aj zo všetkých Úradov práce sociálnych vecí a rodiny. Predpokladá, že do konca februára 2014 zriadi pracovnú skupinu zo zástupcov reprezentatívnych organizácií osôb so zdravotným postihnutím tak, aby rešpektovali aj čl. 4 ods. 3 Dohovoru o právach osôb so zdravotným postihnutím, podľa ktorého už pri samotnej tvorbe návrhu opatrení, ktoré sa týkajú osôb so zdravotným postihnutím, majú povinnosť spolupracovať s reprezentatívnymi organizáciami týchto osôb. Poznamenal, že nevie presne odhadnúť termín, nakoľko materiály pripravované takýmto transparentným spôsobom si vyžadujú oveľa dlhší čas na prípravu.

Účastníci stretnutia položili niekoľko otázok, ako napríklad: Čoho by sa mala týkať novela zákona o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia.

Michal Krivošík informoval, že majú zámer vstúpiť do oblasti osobnej asistencie, peňažného príspevku na opatrovanie, majú zámer zamedziť zneužívaniu niektorých pomôcok, precizovať aj oblasť osobnej asistencie a v rámci nej poskytovanie služieb pre osoby so sluchovým postihnutím.

Anna Šmehilová, zástupkyňa skupiny organizácií osôb so sluchovým postihnutím - v súvislosti s problematikou osôb so sluchovým postihnutím zdôraznila, že by privítala, keby Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR otvorilo verejnú diskusiu k tlmočnickej službe a osobnej asistencii na úkon tlmočenia.

Kvetoslava Repková, Inštitút pre výskum práce a rodiny – upozornila, že téma opatrovania a téma riešenia odkázanosti na pomoc inej osoby je horizontálna agenda, ako pre oblasť sociálnych služieb, tak pre oblasť peňažných príspevkov, konkrétne peňažného príspevku za opatrovanie a z toho dôvodu by bolo vhodné zosúladiť procedúry.

V uplynulom období bol venovaný priestor aj na riešenie služieb zamestnanosti:

V rámci problematiky zamestnávania osôb so ZP bol riešený najmä príspevok na činnosť pracovného asistenta,

keďže sú tu najmenej dve silne problémové oblasti – výška príspevku a oprávnené náklady zamestnávateľa na činnosť pracovného asistenta.

Výška príspevku na pracovného asistenta podľa zákona č. 5/2004 Z.z. o službách zamestnanosti v znení neskorších predpisov. Súčasne platný metodický pokyn nie je v súlade so znením zákona, keďže podľa použitého výpočtu nevychádza maximálna možná výška príspevku ani u jedného žiadateľa. Zástupcovia Ústredia práce, sociálnych vecí a rodiny sľúbili nápravu, ale ani do dnešného dňa nie je mi známy prípad, kedy by príspevok na činnosť pracovného asistenta schválil ÚPSVaR v maximálnej možnej výške, čo je 70 % celkovej ceny práce pracovného asistenta.

Na podnet Národnej rady občanov so zdravotným postihnutím malo dôjsť k zmene v zákone o službách zamestnanosti pri preplácaní dovolenky pracovných asistentov. Doteraz tieto náklady znášal zamestnávateľ. Na rozporovom konaní k návrhu novely tohto zákona došlo k zhode a osobne pán štátny tajomník MPSVaR SR, Branislav Ondruš prisľúbil nápravu a podľa jeho sľubu by mal byť v tomto období tento problém minulosťou.

Dlhodobu nás trápi aj poskytovanie pomôcok z verejného zdravotného poistenia. Pár informácií o krokoch vykonaných na riešenie tejto záležitosti:

Koniec s problémami pri zapožičiavaní pomôcok zo zdravotných poisťovní?

(Informácie z rokovania na Ministerstve zdravotníctva SR)

Keď zdravotné hľadisko dostatočným dôvodom nie je.

Roky pretrvávajúce problémy s úhradou pomôcok z verejného zdravotného poistenia má ďalšie pokračovanie.

Organizácia muskulárnych dystrofií v SR opakovane oslovovala Ministerstvo zdravotníctva SR, konkrétne Kategorizačnú komisiu a žiadala o odstránenie prekážok v opatrení, podľa ktorého sú uhrádzané a zapožičiavané pomôcky poistencom. Nepomáhalo to a nedochádzalo k zlepšeniu stavu. Naposledy práve preto bola oslovená samotná ministerka - v marci 2014. Ani tento podnet nebol vecne riešený a nedošlo k žiadnej náprave neutešeného stavu.

Na zasadnutí Výboru pre osoby so zdravotným postihnutím Rady vlády SR pre ľudské práva, národnostné menšiny a rodovú rovnosť, konaného dňa 29.9.2014, požiadal som o zaradenie do programu rokovania túto problematiku a následne, po mesiacoch čakania (7.10.2014), MZ SR zorganizovalo stretnutie. Na stretnutí sa zúčastnili zástupcovia MZ SR a členovia kategorizačnej komisie, vrátane zástupcov zdravotných poisťovní. Na rokovaní sa zúčastnili aj zástupcovia Hlavného kontaktného miesta pre problematiku vykonávania Dohovoru OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím, pán Ján Gabura a Michal Krivošík – riaditeľ odboru integrácie osôb so zdravotným postihnutím. Z organizácií občanov s telesným postihnutím za OMD v SR Andrea Madunová a za SZTP pani Monika Vrábľová a na-

pokon aj ja (Tibor Kőböl), zástupca organizácií osôb s telesným postihnutím vo vyššie spomínanom výbore.

Priebeh stretnutia

Podkladom pre rokovanie slúžil list, zaslaný ministerke zdravotníctva, v ktorom boli uvedené niektoré problémové oblasti pri zapožičiavaní pomôcok, napríklad:

Téma: „Došlo k rozdeleniu mechanických invalidných vozíkov do rôznych kategórií. Kľúčovým kritériom je ich váha a cena, čo zo zdravotného hľadiska je irelevantný údaj. Kým vo vyspelých krajinách je bežnou praxou skúmať individuálne potreby poistenca, členovia Kategorizačnej komisie považujú za prioritné hľadiť na cenu a váhu vozíka. Vytvorené pravidlá, na vznik nároku na jednotlivé typy mechanických a elektrických invalidných vozíkov, nesledujú zdravotné hľadisko, napr. stabilizáciu zdravotného stavu alebo zamedzenie zhoršenia zdravotného stavu.“

Štandardy pre vozíky a kočíky

Z rokovania: Existujúca tabuľka štandardov pre vozíky a kočíky rozdeľuje tieto pomôcky do celkovo 10 podskupín. Zástupcovia kategorizačnej komisie tvrdia, že toto rozdelenie má slúžiť na ochranu poistenca, aby sme vedeli, čo v danej skupine daný vozík musí mať. Pozrime sa teda na jednu zo skupín detailne. Napríklad skupina L2.3 – Vozík mechanický, špeciálne upravený, aktívny, ultraľahký vyzerať nasledovne:

L2.3 Vozík mechanický, špeciálne upravený, aktívny, ultraľahký

Názov kritéria	Parametre
Hmotnosť	pod 10 kg
Nosnosť	minimálne 80 kg dospelí, u detí nižšia nosnosť
Sedačka	Nastaviteľná
Opierka chrbta	Znížená
Stupačky	delené alebo v celosti
Ťažisko	nastaviteľné vertikálne aj Horizontálne
Kolesá veľké	kovové, uhlovo nastaviteľné
Pneumatiky	Plné
Kolesá malé	kovové alebo plastové
Brzdy	Áno
Koliesko proti preklopeniu	Áno

Do tejto skupiny patria vozíky ako napríklad:

- Voyager
- Sopur Neon
- Sopur QUICKIE ARGON
- Simba
- Panthera Bambino
- Panthera S2
- Voyager Light
- X3
- Progeo Yoga
- Quickie Helium

Keď hovoríme o tom, čo v danej skupine daný vozík musí mať, tvrdíme, že čo je uvedené v tabuľke, to musí byť v základnej výbave vozíka a bez príplatku. Chcete napríklad delené stupačky a v štandarde je vám ponúkané niečo iné, tak máte nárok na delené aj bez príplatku. Vozík nemá koliesko proti preklopeniu? Nemali by ste priplácať za jeho dodanie, má byť v cene - takto sú vyšpecifikované všetky skupiny vozíkov.

V prípade, že distribútor žiada priplatiť za v tabuľke uvedené súčasti vozíka, máme to nahlásiť do našej poisťovne – takéto je odporúčanie členov kategorizačnej komisie.

Namietali sme, že takéto rozdelenie je už zastaralé a minimálne táto skupina to aj dokazuje. Kým pred pár rokmi boli tieto vozíky skôr výnimkou a slúžili najmä mimoriadne aktívnym ľuďom na vozíku, dnes sú v tejto skupine už aj vozíky, ktoré spĺňajú všetky kritériá pre používanie osobami s najťažším zdravotným postihnutím. Zvláštnu skupinu tvoria záujemcovia o takéto vozíky, ktorí potrebujú ľahké a mimoriadne ľahko ovládateľné vozíky, aby si mohli zachovať akú takú nezávislosť v pohybe, keďže postihnutie horných končatín znemožňuje u nich pohyb na ťažkom vozíku – quadrop légia, svalová dystrofia, sclerosis multiplex a pod. Odpoveď a možné riešenie tejto otázky uvádzam na konci článku, keďže ponúka riešenie na mnohé ďalšie témy.

Téma: „Mechanické vozíky L2.1.2. V Zozname kategorizovaných zdravotníckych pomôcok v časti „Limitové tabuľky, preskripčné obmedzenia a indikačné obmedzenia“ sa uvádza: „Vozík mechanický špeciálne upravený, polohovateľný v celosti sa indikuje pri chorobnom stave a pri závažnom postihnutí dolných končatín, ktoré znemožňuje poistencovi samostatnú lokomóciu, pri súčasnom postihnutí horných končatín, ktorými nie je schopný ovládať mechanický vozík, ani vozík elektrický, keď nie je poistenec schopný fyziologického sedu a je potrebný častý transport, ktorý vyžaduje ovládanie vozíka inou osobou.“ Týmto dochádza k zamedzeniu prístupu k tejto pomôcke, keď už niekto má elektrický vozík.“

Z rokovania: Ide o vozík ako napríklad Breezy RelaX, Breezy RubiX Comfort.

Rozvinula sa diskusia o opodstatnenosti poskytovania vozíkov z verejného zdravotného poistenia a z prostriedkov MPSVaR, cez peňažný príspevok na kúpu pomôcky. Zástupcovia občanov so ZP obhajovali tento systém, ale podľa niektorých názorov je táto situácia už zrelá na riešenie. Vecné riešenie tejto témy je možné podľa odporúčania zúčastnených žiadosťou o výnimku v zmysle postupu uvedeného na konci tohto článku.

Téma: „Opatrenie Ministerstva zdravotníctva SR z 25. novembra 2011 č. S11219-OL-2011, ktorým sa vydáva Zoznam zdravotníckych pomôcok na mieru, upravuje úpravu pomôcok skupiny L, ktorá je možná len pri zmene zdravotného stavu. Finančný limit je do 50 % ÚZP zdravotníckych pomôcok podskupiny L.2 (úprava pomôcok skupiny L), z čoho vyplýva, že nie je možné uhradiť úpravu



mechanických vozíkov inej podskupiny a pri elektrických vozíkoch nie je možná úhrada úpravy vôbec, napriek tomu, že v niektorých prípadoch bez tejto úpravy poistenci pomôcky nemôžu používať.“

Z rokovania: Figurovali medzi našimi argumentmi prípady diskriminácie na základe zdravotného stavu, keď jednej skupine poistencov štandardne poskytovaná pomôcka vyhovuje v plnom rozsahu, kým pre osoby s veľmi ťažkým zdravotným postihnutím používanie mechanického alebo elektrického vozíka bez špeciálnej úpravy (elektricky polohovateľné stupačky, - chrbtová opierka, - náklon sedadla, špeciálna opierka chrbta a pod.) je nemožná a teda danú pomôcku nijako nemôžu používať. Dostali sem prísľub na zapracovanie týchto položiek do Opatrenia MZ SR a tak dúfame, že sa tak naozaj stane.

Téma: Poskytovanie elektrickej polohovateľnej postele z verejného zdravotného poistenia. Pravidlá poskytovania sa riadia indikačným obmedzením: „Posteľ polohovacia elektrická sa indikuje pri závažnom zdravotnom postihnutí, u pacientov ktorí sú odkázaní na trvalé používanie lôžka pri imobilite, nesebestačnosti a stave vyžadujúcom ošetrovateľskú starostlivosť. Detská polohovacia posteľ sa indikuje od troch rokov veku dieťaťa.“

Z rokovania: Ide o dlhodobý pretrvávajúci problém, najmä pri kombinácii vozíkov s touto pomôckou, kedy je poistenec doslovne tlačенý do situácie, kedy si má vybrať medzi mobilitou a imobilitou – buď vozík alebo posteľ. Zástupcovia zdravotných poisťovní riešenie vidia jedine v žiadaní výnimky z indikačného obmedzenia. Vo schvaľovaní výnimky až taký problém zas nevidia. Tento postoj nás síce teší, ale naše doterajšie skúsenosti hovoria o inom a preto vás žiadam, aby ste dali vedieť na kobol@omdvsr.sk alebo 0948 046 672, keď vám bol a bude zamietnutý poukaz na polohovateľnú posteľ aj pri dodržaní nižšie uvedeného postupu.

Téma: Namietali sme ešte voči zamedzeniu vzájomnej kombinácii aktívneho mechanického vozíka a elektrického vozíka a opačne. Poznáme nespočetné množstvo prípadov, kedy po schválení elektrického vozíka sme nemali možnosť sa dopracovať k aktívnemu alebo poloaktívnemu mechanickému vozíku. Mali sme možnosť akurát tak súhlasiť s poskytnutím mechanického vozíka s veľmi ťažkou konštrukciou.

Čo robiť, ako postupovať?

Po výdatnej diskusii a výmene názorov sme dospeli k odporúčaniu postupovať v zmysle § 88 zákona č. 363/2011 Z. z. o rozsahu a podmienkach úhrady liekov, zdravotníckych pomôcok a dietetických potravín na základe verejného zdra-

votného poistenia a o zmene a doplnení niektorých zákonov, konkrétne podľa § 88, ods. 7 písm. j), podľa ktorého zdravotná poisťovňa môže po vopred udelenom súhlase poistencovi plne alebo čiastočne uhradiť zdravotnícku pomocku zaradenú v zozname kategorizovaných zdravotníckych pomôcok, ktorá nespĺňa preskripčné obmedzenie alebo indikačné obmedzenie alebo je predpísaná nad rámec množstvomého limitu alebo finančného limitu“.

Čo to v praxi znamená?

Pokiaľ poistenec potrebuje mechanický vozík, elektrický vozík, prípadne polohovateľnú posteľ alebo akúkoľvek inú pomocku, na ktorú za bežných podmienok, stanovených opatrením MZ SR nárok nemá, vybaví si riadny lekársky poukaz a popritom bude potrebovať vyplnené tlačivo od ošetrojúceho lekára pod názvom „Žiadosť o súhlas zdravotnej poisťovne s úhradou zdravotníckej pomôcky uvedenej v zozname zdravotníckych pomôcok – nadlimitného množstva, pri nesplnení preskripčného obmedzenia, indikačného obmedzenia“ (tlačivo si nájdete na stránke svojej poisťovne).

Takúto žiadosť schvaľuje ústredie zdravotnej poisťovne a pri schvaľovaní zohľadňuje individuálne hľadisko, preto pre úspešné posúdenie žiadosti je treba venovať zvýšenú pozornosť pri opise diagnózy a potrebnosti danej pomôcky, aby bolo zjavné, že bežne hradená pomôcka nevyhovuje potrebám poistenca. Vyplnením tohto tlačiva sa dostáva žiadosť o úhradu do iného svetla, respektíve do iného režimu schvaľovania.

Postupujte týmto spôsobom v prípadoch, kedy sa dá predpokladať, že bežný spôsob vybavovania nebude úspešný pre rozpor so znením Opatrenia MZ SR. Rozpor môže spočívať v tom, že schváleniu pomôcky zabráňuje indikačné alebo preskripčné obmedzenie, prípadne je potrebné schváliť nadlimitné množstvo.

Príslušné tlačivá na stránke ZP:

Dôvera: <http://www.dovera.sk/lekar/tema-tlaciva-a-ziadosti/a85/vsetky-tlaciva-pre-poskytovatelov>

Union: <http://www.union.sk/poskytovatelia-ostatne-tlaciva>

VŠZP: <http://www.vszp.sk/poskytovatelia/tlaciva/>

Tolko z diania počas uplynulého obdobia. V prípade otázok ma môžete s dôverou kontaktovať.

Tibor Köböl

Zástupca skupiny organizácií osôb s telesným postihnutím vo Výbore pre osoby so zdravotným postihnutím

Fungujú Vám v domácnosti životne dôležité prístroje na elektrickú energiu? Nezabudnite o tejto skutočnosti informovať Vášho prevádzkovateľa distribučnej sústavy

Vedeli ste, že podľa zákona č. 251/2012 Z. z. (zákon o energetike) § 31 sú zakotvené práva a povinnosti prevádzkovateľa distribučnej sústavy a práve v odseku 3, písm. o) uvedeného paragrafu je uvedené, že:

„Prevádzkovateľ distribučnej sústavy je ďalej povinný

o) viesť evidenciu zraniteľných odberateľov elektriny v domácnosti, ktorých odberné miesta sú pripojené do jeho sústavy a písomne informovať o tejto skutočnosti prevádzkovateľa nadradenej distribučnej sústavy, písomne informovať týchto odberateľov elektriny o každom plánovanom obmedzení alebo prerušení distribúcie elektriny do ich odberných miest, plánované prerušenie distribúcie elektriny vykonať až po tom, čo zraniteľný odberateľ elektriny potvrdil prijatie informácie o prerušení distribúcie elektriny a umožniť komunikáciu týchto odberateľov elektriny priamo s prevádzkovateľom distribučnej sústavy na účel nahlasovania porúch; podrobnosti o postupe pri vedení evidencie zraniteľných odberateľov elektriny v domácnosti a komunikácii so zraniteľnými odberateľmi elektriny ustanovujú pravidlá trhu; evidencia zraniteľných odberateľov elektriny v domácnosti obsahuje 1. meno, priezvisko, 2. adresu trvalého pobytu, 3. kontaktné telefónne číslo, faxové číslo, adresu elektronickej pošty, ak ich má, 4. dátum narodenia, 5. adresu odberného miesta, 6. číslo odberného miesta zraniteľného odberateľa elektriny,“



List, adresovaný ministerke zdravotníctva v plnom znení:

Ministerka zdravotníctva
JUDr. Zuzana Zvolenská
Ministerstvo zdravotníctva SR
Limbová 2
P. O. Box 52
837 52 Bratislava 37
V Bratislave, dňa 26.3.2014

Vážená pani ministerka, Zuzana Zvolenská.

oslovujem Vás ako zástupcu organizácií občanov s ťažkým telesným postihnutím vo Výbore pre osoby so zdravotným postihnutím Rady vlády SR pre ľudské práva, národnostné menšiny a rodovú rovnosť.

Po niekoľkoročnej márnej snahe dosiahnuť zmeny v pravidlách poskytovania zdravotníckych pomôcok na základe verejného zdravotného poistenia (prostredníctvom pripomienok), obraciam sa na Vás so žiadosťou o osobné stretnutie k týmto závažným problémom:

- problematika uhrádzania zdravotníckych pomôcok na základe verejného zdravotného poistenia,
- zlepšenie spolupráce medzi zástupcami osôb s ŤZP a MZ SR.

Dostupnosť skupiny pomôcok L, pre osoby s ťažkým zdravotným postihnutím cez verejné zdravotné poistenie je stále horšia, až nemožná.

Poistenci s veľmi ťažkým



zdravotným postihnutím, ktorí majú postihnuté nielen dolné, ale aj horné končatiny sú rukojeťmi indikačných obmedzení zdravotníckych pomôcok skupiny L (vozíky, postele), napriek tomu, že organizácie osôb s ťažkým zdravotným postihnutím opakovane upozorňovali na oprávnené potreby týchto poistencov. Komisia na tieto pripomienky neprihliadala, čím došlo k mimoriadne zlému stavu v praxi v poskytovaní pomôcok spomínanej skupine poistencov.

Uvádzam konkrétne prípady nezmyselnosti pravidiel, ktoré Komisia zaviedla do praxe, pričom sa opieram o aktuálne platný Zoznam kategorizovaných zdravotníckych pomôcok a o dopady tohto predpisu na poistencov.

Došlo k rozdeleniu mechanických invalidných vozíkov do rôznych kategórií. Kľúčovým kritériom je ich váha a cena, čo zo zdravotného hľadiska je irelevantný údaj. Kým vo vyspelých krajinách je bežnou praxou skúmať individuálne potreby poistenca, členovia Kategorizačnej komisie považujú za prioritné hľadiť na cenu a váhu vozíka. Vytvorené pravidlá, na vznik nároku na jednotlivé typy mechanických a elektrických invalidných vozíkov, nesledujú zdravotné hľadisko, napr. stabilizáciu zdravotného stavu alebo zamedzenie zhoršenia zdravotného stavu, svedčia o tom nižšie uvedené skutočnosti:

- Mechanické vozíky L2.3. V Zozname kategorizovaných zdravotníckych pomôcok, v časti „Limitové tabuľky, preskripčné obmedzenia a indikačné obmedzenia“ sa uvádza: „Vozík mechanický špeciálne upravený na mieru aktívny, ultraľahký sa indikuje aktívnemu poistencovi pri chorobnom stave, alebo postihnutí dolných končatín, ktoré znemožňuje poistencovi samostatnú lokomóciu, bez postihnutia horných končatín, ktorými je schopný ovládať aktívne mechanický vozík v interiéri aj exteriéri (opierka chrbta minimálna).“ Uvedená kategória vozíkov je vyrábaná na mieru, a preto svojim vyhotovením dokázu zmierniť dopady postihnutia (napríklad pri svalových dystrofiách, kvadruplégií, sklerosis multiplex a pod.) až tak, že poistenec, ktorý už nie je schopný samostatného pohybu na štandardnom mechanickom vozíku (z dôvodu obmedzenia funkčnosti horných končatín), si zachová aspoň čiastočne svoju samostatnosť na odľahčenej a ľahko ovládateľnej verzii takejto pomôcky.

Pri uvedených, ale aj iných ochoreniach to môže mať aj pridanú hodnotu v oddialení úplnej straty mobility (na špeciálne upravenom ultraľahkom vozíku sa poistenci aspoň v interiérovom prostredí dokázu pohybovať bez pomoci inej osoby, čo prispieva k zachovaniu čiastočnej hybnosti).

Dopady tohto pravidla sú vážne.

- poistenec je predčasne nútený do imobility, pretože mu systém nepreplatí pomôcku, ktorá by podporovala zachovanie jeho zostatkových schopností pohybu

- sú ignorované základné potreby poistencov, ktorí potrebujú mať súčasne vhodný mechanický vozík (špeciálne upravený, odľahčený) a súčasne aj vhodný elektrický vozík (keďže indikačné obmedzenie vylučuje, aby bol poistencovi uhradený elektrický vozík, ak už mu bol uhradený vozík mechanický, aktívny)

- Mechanické vozíky L2.1.2. V Zozname kategorizovaných zdravotníckych pomôcok v časti „Limitové tabuľky, preskripčné obmedzenia a indikačné obmedzenia“ sa uvádza: „Vozík mechanický špeciálne upravený, polohovateľný v celosti sa indikuje pri chorobnom stave a pri závažnom postihnutí dolných končatín, ktoré znemožňuje poistencovi samostatnú lokomóciu, pri súčasnom postihnutí horných končatín, ktorými nie je schopný ovládať mechanický vozík, ani vozík elektrický, keď nie je poistenec schopný fyziologického sedu a je potrebný častý transport, ktorý vyžaduje ovládanie vozíka inou osobou.“

Dopady tohto pravidla sú vážne.

- sú ignorované základné potreby poistencov, ktorí potrebujú mať súčasne vhodný mechanický vozík (mechanický, špeciálne upravený, polohovateľný v celosti a súčasne aj vhodný, špeciálne upravený elektrický vozík)

- existuje skupina poistencov, ktorí v určitom prostredí (napr. bariérovom) alebo z určitých dôvodov (zdravotné hľadisko, preprava autom) potrebujú používať mechanický vozík, špeciálne upravený, polohovateľný v celosti, na inom type vozíka nie sú schopní usadiť

- nie je jasné, prečo sú títo poistenci vylúčení z možnosti úhrady elektrického vozíka, ktorý by im umožnil samostatný pohyb na takej úrovni, ako je umožnené poistencom s nižšou mierou postihnutia

- táto skupina poistencov je schopná pohybovať sa samostatne na špeciálne upravenom elektrickom vozíku (v tomto prípade sa považuje za špeciálnu úpravu vozíka napr. riadenie bradou, polohovanie chrbtovej opierky, polohovanie stupačiek, náklon sedadla a pod.)

Dochádza tu k nerovnakému prístupu

na základe miery zdravotného postihnutia

- Opatrenie Ministerstva zdravotníctva SR z 25. novembra 2011 č. S11219-OL-2011, ktorým sa vydáva Zoznam zdravotníckych pomôcok na mieru, upravuje úpravu pomôcok skupiny L, ktorá je možná len pri zmene zdravotného stavu. Finančný limit je do 50 % ÚZP zdravotníckych pomôcok podskupiny L.2 (úprava pomôcok skupiny L), z čoho vyplýva, že nie je možné uhradiť úpravu mechanických vozíkov inej podskupiny a pri elektrických vozíkoch nie je možná úhrada úpravy vôbec, napriek tomu, že v niektorých prípadoch bez tejto úpravy poistenci pomôcky nemôžu používať.

Dopady tohto pravidla sú vážne.

Osoby s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorým postačuje základný funkčný typ elektrického (ale aj mechanického vozíka) sú vhodne zabezpečené.

- ale existuje skupina poistencov, ktorá takéto úpravy potrebuje, ide o osoby s rozsiahlymi telesnými postihnutiami



tiami, ktorým nepostačuje štandardný typ EV. Medzi takéto úpravy patrí napr. potreba polohovania rôznych častí vozíka (opierka chrbta, stupačiek, náklon sedadla), potreba úpravy ovládania vozíka bradou alebo iným spôsobom, alebo iné rôzne úpravy. Technický pokrok v tejto oblasti umožňuje riešiť dôsledky postihnutia rôznymi možnosťami úprav elektrických vozíkov.

- potreby tejto skupiny poistencov nemajú oporu v legislatíve. Dochádza tu k diskriminácii na základe zdravotného postihnutia, keď skupine poistencov s menej závažnými dôsledkami postihnutia je dostupná vhodná pomôcka, ale inej, s vážnejšími dôsledkami zdravotného postihnutia nie je vhodná pomôcka poskytovaná.

Obdobná situácia je riešená v zahraničí, ako ľudskoprávny problém, kedy neposkytnutie vhodnej pomôcky len na základe vyššej miery postihnutia je považované za porušenie ľudskoprávnych predpisov, ale aj Dohovoru OSN o právach ľudí so zdravotným postihnutím – tento dokument ratifikovala aj Slovenská republika.

V spojitosti s predpisovaním elektrických a mechanických vozíkov by sme chceli poukázať na problematiku platnosti Lekárskeho poukazu na zdravotnícku pomôcku, ktorý má platnosť jeden mesiac. Prax ukazuje, že v mnohých prípadoch jeden mesiac vôbec nestačí na dodanie týchto pomôcok, nakoľko sú objednávané zo zahraničia a ich dodacia lehota býva od 4 do 6 týždňov a často aj dlhšia. Navrhujem zaoberať sa návrhom na predĺženie platnosti poukazu na dlhšie obdobie.

Zdravotnícke pomôcky skupiny L9 sú polohovateľné postele. „Posteľ polohovacia elektrická sa indikuje pri závažnom zdravotnom postihnutí, u pacientov ktorí sú odkázaní na trvalé používanie lôžka pri imobilite, nesebestačnosti a stave vyžadujúcom ošetrovateľskú starostlivosť. Detská polohovacia posteľ sa indikuje od troch rokov veku dieťaťa.“

Dopady tohto pravidla sú vážne.

- Odborná literatúra vyzdvihuje potrebu polohovania u pacientov, ktorí sami nevedia zmeniť polohu na lôžku

- Polohovanie je jednou z najdôležitejších prevenčných činností pri predchádzaní preležanín

- Polohovať potrebujú aj poistenci, ktorí používajú na svoju mobilitu zdravotnícke pomôcky, napr. mechanické alebo elektrické vozíky a netrávia čas len ležaním na lôžku, napriek tomu, že nie sú schopní sami zmeniť polohu na lôžku (napr. počas nočného spánku)

- elektricky ovládané polohovateľné postele umožnia týmto poistencom samostatne zmeniť polohu (napr. pokrčiť si nohy v kolenách), pomocou zvýšenia chrbtovej opierky sa posadiť a zase si ľahnúť,

- takto úzko nastavené indikačné obmedzenie núti poistencu, aby si „vybral“ medzi polohovateľnou posteľou alebo mobilitou (potrebou vozíka), pričom potrebuje používať obidve pomôcky súčasne

- evidujeme viaceré prípady, keď zdravotné poisťovne žiadali o vrátenie vozíka, keď si poistenec požiadal o polo-

hovateľnú posteľ, alebo o vrátenie polohovateľnej postele, ak si požiadal o vozík

- dochádza k takým situáciám, keď napríklad poistenkyni, ktorá má elektricky polohovateľnú posteľ, zdravotná poisťovňa trikrát za sebou zamietla žiadosť o úhradu elektrického vozíka. Uvedená poistenkynia je preto už 4 roky odsúdená na „odňatie slobody domácim väzením“. Štyri roky nebola von z domu a okolitý svet pozná len z pohľadu cez okno, keď ju mama zdvihne z postele stropným zdvíhačom do výšky, aby z okna videla, pričom ak by mala vhodný elektrický vozík, mohla by byť v priamom kontakte s okolitým svetom.

V dôsledku vyššie vymenovaných príkladov dochádza k porušovaniu ľudských práv osôb s ťažkým zdravotným postihnutím na základe nerovnakého prístupu podľa miery zdravotného postihnutia.

Prístup Ministerstva zdravotníctva SR je v rozpore s Dohovorom OSN o právach ľudí so zdravotným postihnutím:

- s článkom 2 Dohovoru, kde je zadefinovaná „diskriminácia na základe zdravotného postihnutia“.

- nie je v súlade so zásadami Dohovoru, uvedenými v článku 3 - a), b), d), e), f).

- s článkom 5, odsek 2 Dohovoru: „Zmluvné strany zakazujú všetku diskrimináciu na základe zdravotného postihnutia a zaručujú osobám so zdravotným postihnutím rovnakú a účinnú právnu ochranu pred diskrimináciou z akýchkoľvek dôvodov.“

- s článkom 20, písmeno b) Dohovoru

Vážená pani ministerka, vyššie opísaný stav je výsledkom dlhodobého pôsobenia Kategorizačnej komisie, keď jej členovia negujú potreby skupiny poistencov s veľmi ťažkým zdravotným postihnutím. Zloženie Kategorizačnej komisie, pozostáva z troch členov samosprávnych stavovských organizácií, piatich zástupcov zdravotných poisťovní, troch členov navrhuje Ministerstvo zdravotníctva SR. V Kategorizačnej komisii nie je zastúpený hlas zástupcov osôb so zdravotným postihnutím, napriek opakovaným žiadosťiam o to, aby sa členmi stali. Z toho vyplýva, že Komisia rozhoduje bez informácií z praktického života dotknutej skupiny poistencov. Komisia ani neberie do úvahy pripomienky zástupcov osôb so zdravotným postihnutím, keďže dlhodobo neguje ich aktivity smerované k zlepšeniu situácie s poskytovaním zdravotníckych pomôcok.

Vážená pani ministerka, žiadame Vás, aby ste sa vašou svojej osobnosti zasadili o zmenu pravidiel poskytovania zdravotníckych pomôcok z verejného zdravotného postihnutia tak, aby aj poistenci s rozsiahlymi zdravotnými ťažkosťami mali nárok na kvalitnú zdravotnú pomôcku, ktorá vhodne kompenzuje dôsledky zdravotného postihnutia.

Žiadame Vás tiež, aby ste sa zaoberali možnosťou doplnenia členov Kategorizačnej komisie o zástupcu osôb s ťažkým zdravotným postihnutím.

S úctou

Mgr. Tibor Köböl



Sociálna rehabilitácia v hoteli PARK v Hokovciach

Sociálna rehabilitácia v hoteli Park v Hokovciach

Rok ubehol a v hoteli Park v Hokovciach sa znova uskutočnila sociálna rehabilitácia pre 14 členov RŠO ŤTP a vozičkárov. Týždenný pobyt sme strávili v príjemnom a slnečnom prostredí. Program sociálnej rehabilitácie bol bohatý. Cez deň sme sa chodili kúpať do vonkajšieho aj vnútorného bazéna, do obeda sme sa sústredili na rehabilitačnú liečbu predpísanú lekárom, po obede sme využili čas na prechádzky do blízkeho okolia, alebo sme si podiskutovali o problémoch, sociálnych dávkach, rôznych príspevkoch z oblasti starostlivosti o ZŤP. V stredu medzi nás prišiel predseda organizácie pán Viliam Franko, ktorý prednášal na sociálnu tému. V programe nechýbala ani firma OTTO BOCK, ktorá prezentovala inv. vozíky – vylepšené, antidekubitné sedačky, lyže na invalidný vozík a ďalšie pomôcky.

Potešilo nás aj pozvanie p. Píriovej

na dobrý zákusok a kávu.

Večer sme mali zábavu so živou hudbou v hoteli Park.

Tak ako vlani aj tento rok sme navštívili renovovaný kaštieľ a vďaka výkladu p. Píriho ml. sme sa dozvedeli o histórii kaštieľa.

Do kaštieľa je vybudovaný nájazd a dnu je moderný výťah, tak ani vozičkári nemali problém popozerať si

obrazy, kongresovú sálu, alebo historické motorky, rádiá, televízory, písacie stroje, ale aj ručné práce a veci, ktoré sa používali pred niekoľkými rokmi, ako napr. tkáčsky stroj, stroj na lisovanie a pod. Nechýbala ani ochutnávka vína, pečená kačacina s kapustou a lokšami. Ochutnávka sa tento rok konala v reštaurácii hotela Park. Prišiel aj harmonikár, s ktorým sme si zaspievali známe ľudové piesne.

Zorganizovali sme aj športové hry – petangue, streľba z kuše, hod loptičkou



Viliam Franko, predseda organizácie prednášal na tému Dohovor o právach osôb so zdravotným postihnutím

do terča, hod loptou do kolesa a slalom na invalidných vozíkoch. Nasledovalo vyhodnotenie, kde účastníci za 1. až 3. miesto dostali športové ocenenie a ďalší účastníci dostali upomienkový darček, ktoré im daroval a odovzdal vedúci rekondičného pobytu Bohuš Čabák. Vo štvrtok prišli do hotela Park motorkári na zraz 5. ročníka ROUTTE 66. Po večeri sme si šli popozerať motorky a pozreli si filmy ROUTTE 66, ktoré premietali z cesty z Ameriky a na Slovensku. Na koniec pobytu sa niektorí účastníci zúčastnili motorkárskej zábavy pri živej hudbe, ktorá končila ohňostrojom.

Týždenný pobyt prebehol v priateľskej pohode a spokojnosti, o ktorú sa postaral aj personál hotela Park. Ďakujeme aj manželom Píriovcom za ochotu a pomoc. Vďaka patrí aj predsedovi RŠO ŤTP a vozičkárov v Nitre, ktorý nám umožnil zúčastniť sa rekondičného pobytu.

Týždeň ubehol a my sme sa rozišli so želaním, aby sme sa o rok stretli znova.

Bohuš Čabák, Foto: Ján Kőböl



Po športovom dni, spoločná fotografia

BARIÉRY

Prínos auditov bezbariérovej prístupnosti stavieb

Doc. Ing. arch. Lea Rollová, PhD.

Výskumné a školiace centrum bezbariérového navrhovania – CEDA

Fakulta architektúry STU v Bratislave



Celosvetové hnutie súvisiace s inklúziou osôb so zdravotným postihnutím do života spoločnosti je veľkou výzvou pre všetky profesie vstupujúce do stavebného procesu. Architekti, urbanisti aj dizajnéri musia meniť zaužívané postupy, klásť väčší dôraz na zvýšenie užívateľskej kvality stavebného prostredia a produktov tak, aby sa žiadny užívateľ necítil diskriminovaný. Napriek prijatým legislatívnym opatreniam sa v stavebnej praxi často vyskytujú nesprávne riešenia, ktoré sú mnohokrát spôsobené nedostatočnou znalosťou nárokov jednotlivých skupín zdravotného postihnutia, slabou kontrolou plnenia legislatívnych ustanovení, prípadne súvisia s nedostatočnou osvetou odporúčaných metód projektovania stavieb – “Univerzálne navrhovanie” resp. “Navrhovanie pre všetkých”.



Bezbariérový vchod na Mestský úrad v Nitre

Univerzálne navrhovanie (z angl. Universal Design) sa v Dohovore OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím odporúča aplikovať preto, lebo je považované za humánnu metódu tvorby prostredia, ktorá zohľadňuje rôznorodé nároky širokého spektra užívateľov, vrátane nárokov osôb so zdravotným postihnutím. Stavba navrhnutá metódou Univerzálne navrhovanie nevykazuje žiadne architektonické bariéry. Túto metódu možno jednoduchšie aplikovať pri návrhu novej stavby, pri rekonštrukcii stavby nie je vždy možné dosiahnuť optimálne – univerzálne riešenia, lebo úpravy sú limitované existujúcim konštrukčnými a technickými da-

nostami, alebo je stavba chránenou kultúrnou pamiatkou, v ktorej je nutné zachovať historickú hodnotu a vzhľad bez radikálnych stavebných zásahov. Častejšie používaný pojem „bezbariérovosť“ súvisí s navrhovaním stavieb pre osoby s telesným postihnutím, zväčša len pre osoby na vozíku, naproti tomu univerzálne navrhovanie sa snaží pri navrhovaní stavieb zohľadňovať nároky všetkých užívateľov, vrátane osôb s telesným, zrakovým, sluchovým alebo mentálnym postihnutím, seniorov, rodičov s malými deťmi, cestujúcich s kufami, prevádzkovateľov pri zásobovaní a pod.

Aby bolo možné komplexne sprístupniť stavebné prostredie, je nutné rozlišovať, či sa jedná o novú stavbu, alebo o rekonštrukciu stavby (adaptáciu). Z hľadiska prístupnosti to má podstatný význam, lebo architekt alebo projektant musí postupovať odlišne pri tvorbe novej stavby a odlišne pri návrhu rekonštrukcie. Pri novostavbe napríklad nemôže navrhnúť žiadne schody pred vstupom alebo schody na chodbách, vo viacpodlažnej budove musí okrem schodiska navrhnúť aj výtah a pod., mal by teda pri návrhu novej stavby použiť metódu Univerzálne navrhovanie. Pri rekonštrukcii sa musí vysporiadať s existujúcimi bariérami pomocou doplnkových prostriedkov, navrhne napríklad rampy, zvislé alebo schodiskové zdvíhacie plošiny a pod. Je to prirodzene zjednodušený pohľad, pretože nutných opatrení, ktoré musí architekt/ projektant aplikovať na dosiahnutie úplnej prístupnosti a užívateľnosti stavieb je veľmi veľa. V súčasnosti je potrebné debariérizovať mnoho existujúcich objektov, ale na to, aby bolo možné k debariérizácii prikočiť, je nutné najskôr odhaliť všetky architektonické bariéry (v budovách aj vo vonkajšom prostredí). Identifikácia existujúcich bariér vo verejne prístupných stavbách nie je tak jednoduchý proces, ako sa na prvý pohľad zdá. V prvom rade



je potrebná dobrá znalosť nárokov telesne, zrakovoj aj sluchovo postihnutých osôb, ale aj dobrá znalosť platnej stavebnej legislatívy. Na odhaľovanie existujúcich architektonických bariér slúžia audity bezbariérovej prístupnosti.

Vykonávanie auditov prístupnosti stavieb nie je v zahraničnej stavebnej praxi ničím novým. Je však potrebné rozlišovať kvalitu existujúcich systémov. Mnohé systémy auditingu bezbariérovej prístupnosti sú často len informatívne a poskytujú základný prehľad o tom, či požadované bezbariérové priestory alebo prvky v budove existujú, ale neposkytujú podrobné informácie o detailoch jednotlivých riešení. Na to, aby boli priestory skutočne vyhovujúce pre osoby so zdravotným postihnutím, musí sa klásť dôraz na každý detail. Napríklad, nestačí ak sa pri audite prístupnosti konštatuje, že bezbariérová toaleta existuje, potrebné je tiež preskúmať, či je aj správne navrhnutá. Ak je napríklad v priestore nesprávne umiestnená záchodová misa, alebo ak nie je toaleta vybavená požadovanými doplnkami v dosahovej výške sediacej osoby, je to nedokonalé riešenie a v konečnom dôsledku môže byť užívateľ odkázaný na asistenciu. Pri tvorbe prostredia metódou univerzálne navrhovanie ide hlavne o to, aby mohli osoby so zdravotným postihnutím užívať všetky priestory a prvky stavieb v čo najväčšej možnej miere samostatne.

Centrum CEDA na Fakulte architektúry STU sa už dlhšiu dobu zaoberá vytvorením vhodných nástrojov na vykonávanie auditov bezbariérovej prístupnosti. Členovia centra riešili napríklad výskumný projekt Ministerstva školstva SR - Audit bezbariérovosti vybraných druhov budov (2007 – 2010), ktorého výstupom bola publikácia „Audit bezbariérovosti prostredia“ (ISBN 978-80-970177-6-7). Najnovším projektom tohto centra je rozvojový projekt MŠVVaŠ SR - Vytvorenie podmienok na štúdium pre študentov so špecifickými potrebami na Slovenskej technickej univerzite v Bratislave (2013 -2014), kde bolo cieľom vytvoriť systém hodnotenia prístupnosti a následne vykonať audity bezbariérovej prístupnosti všetkých fakúlt a študentských domovov patriacich do správy Slovenskej technickej univerzity v Bratislave. Po vykonaných auditoch boli sformulované odporúčania na odstránenie existujúcich architektonických bariér. Cieľom vytvorenia nového systému auditu prístupnosti preto bolo, aby sa pri hodnotení priestorov zohľadnili všetky ustanovenia, ktoré vyplývajú zo stavebnej legislatívy a zo stavebných noriem a tiež, aby sa využili výsledky predchádzajúcich výskumov riešiteľov projektu, ktoré sú nové a nad rámec v súčasnosti platnej legislatívy.

V rámci pilotného projektu bol vytvorený systém vykonávania auditov prístupnosti tak, aby bolo možné objektívne posúdiť kvalitu prístupnosti vysokoškolského prostredia a vypracovať odporúčania na odstránenie zistených nedostatkov. Ďalšou podmienkou bolo, aby mohla audity vykonávať aj laická verejnosť bez stavebného vzdelania, teda fakultní koordinátori študentov so špecifickými potrebami, manažéri investičného rozvoja vysokých škôl a samotní užívatelia, teda aj študenti so zdravotným znevýhodnením. V ďalšej etape projektu by mali podľa tohto modelu prebiehať audity prístupnosti na všetkých slovenských vysokých školách.

Audity prístupnosti by mali vykonávať hodnotiace komisie, napríklad pri posudzovaní prístupnosti vysokoškolského prostredia by bolo zloženie členov hodnotiacej komisie nasledovné:

- fakultný koordinátor študentov so špecifickými potrebami,
- zástupcovia študentov so špecifickými potrebami (optimálne študenti s telesným, zrakovým aj sluchovým postihnutím),
- manažér investičného rozvoja fakulty,
- odborník na tvorbu bezbariérového prostredia.

Domnievame sa, že pri hodnotení prístupnosti má nezastupiteľnú úlohu aj odborník na tvorbu bezbariérového prostredia, pretože má stavebné vzdelanie a dokáže posúdiť súlad s platnou stavebnou legislatívou, pozná nároky osôb s rôznymi druhmi a stupňami zdravotného postihnutia a dokáže tiež navrhnúť primerané riešenia na odstránenie zistených nedostatkov.

V žiadnom prípade nechceme pri hodnotení prístupnosti spochybňovať úlohu užívateľov. Osoby so zdravotným postihnutím môžu čerpať z osobnej skúsenosti a dokážu odhaliť mnohé detaily a nedostatky.

Pri vykonávaní auditov prístupnosti sú účinnou pomôckou vytvorené hodnotiace hárky, do ktorých komisia zapisuje všetky zistené nedostatky. Do hárkov bolo potrebné prehľadne a jasne vložiť množstvo ustanovení, týkajúcich sa nielen nárokov na bezbariérové úpravy fyzického prostredia, ale aj nárokov na vytvorenie orientačných a informačných systémov v prostredí z hľadiska nárokov osôb so zrakovým postihnutím, opatrení na zlepšenie komunikácie pre osoby so sluchovým postihnutím, ako aj ustanovenia súvisiace s bezpečnosťou a evakuáciou užívateľov v prípade núdze. Vyplnené hárky následne slúžia ako podklad pre napísanie záverečnej hodnotiacej správy a pre formulovanie odporúčaní na odstránenie zistených bariér. Výstupom projektu bude učebnica „Identifikácia architektonických bariér v prostredí - objekty vysokých škôl a študentských domov“, v ktorej budú podrobne popísané postupy pri vykonávaní hodnotenia prístupnosti vysokoškolského prostredia, budú v nej zverejnené hodnotiace hárky, ako aj manuál, ako postupovať pri vyplňaní hárkov. Učebnica by mala byť vydaná koncom roka 2014.

Vykonávanie auditov prístupnosti stavieb nie je v súčasnosti povinné, neexistuje žiadne ustanovenie, ktoré by prevádzkovateľov alebo majiteľov budov zavazovalo audity prístupnosti vykonávať. V platnej stavebnej legislatíve neexistujú účinné nástroje na aplikovanie požiadaviek bezbariérovej prístupnosti v praxi.

Nedostatky súčasnej stavebnej legislatívy

Stavebný zákon je jedným z kľúčových dokumentov pre plnenie Dohovoru OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím (Ohlásenie MZV č. 317/2010 Z. z.) v oblasti tvorby fyzického prostredia. V článku 9 - Prístupnosť sa požaduje sprístupniť prostredie osobám so zdravotným postihnutím vo všetkých oblastiach života na rovnakom základe s ostatnými, čo je súčasne jednou z hlavných podmienok pre úspešnú implementáciu tohto dohovoru do praxe. V rámci novelizácií stavebného zákona sa prijali rôzne ustanovenia súvisiace s bezbariérovosťou napr. vo viacerých častiach zákona je uvedené, že stavba určená na užívanie verejnosťou musí byť bezbariérová,

ale nie sú prijaté kontrolné mechanizmy, aby sa tieto ustanovenia skutočne aplikovali v praxi. Ustanovenia o bezbariérovosti stavieb sú v stavebnej legislatíve už od roku 1996 (vyhláška č. 192 z 1996, neskôr vyhláška č. 532 z 2002), ale do praxe sa premietli len vo veľmi obmedzenej miere. Od roku 1996 sa postavilo množstvo bariérových stavieb a aj tie, ktoré sú deklarované ako bezbariérové, vykazujú mnoho chybných riešení.

Zásadným nedostatkom je, že z formulácií stavebného zákona nie je dostatočne jasné, že bezbariérovo prístupné a užívateľné musia byť všetky nové stavby – teda všetky verejné priestory v exteriéri aj v interiéri, lebo osoby so zdravotným postihnutím majú legitímne právo užívať celé stavebné prostredie tak, ako ostatní užívatelia – teda bývať, vzdelávať sa, pracovať a rekreovať sa. Formulácie zákona skôr vyvolávajú dojem, že bezbariérovosť sa vzťahuje len na „stavby určené na užívanie osobami s obmedzenou schopnosťou pohybu a orientácie“, nie je však uvedené, ktoré sú tie „určené“ stavby, takéto stavby nie sú nikde pomenované, odhliadnuc od toho, že je diskriminačné určovať, ktoré stavby môžu osoby so zdravotným postihnutím používať a ktoré nie. V niektorých ustanoveniach vyhlášky sa hovorí o bezbariérovom vstupe do budovy. Zabúda sa pritom, že aj okolie budovy, teda celý pozemok a pešie prístupové trasy, musia byť rovnako prístupné a užívateľné všetky prevádzkové časti vo vnútri budovy. Kto by bol spokojný, keby sa dostal do vstupnej haly budovy, ale nemohol si kúpiť kávu v bufete, lebo sú pred ním schody? V praxi sa pri rekonštrukciách stavieb často stáva, že sa sprístupní len niektorá časť budovy a ostatné priestory ostanú bariérové, čo je tiež dôsledok nejasných formulácií v stavebnej legislatíve.

Ďalším zásadným nedostatkom je, tak ako som už uviedla, že v stavebnom zákone nie sú prijaté žiadne kontrolné mechanizmy, teda v zákone nie je poverená osoba (s certifikátom), ktorá by kontrolovala súlad stavby s platnou stavebnou legislatívou tak, ako napr. odborník na požiaru bezpečnosť, elektriku, vodu, kúrenie, alebo najnovšie boli do novely stavebného zákona „vsunutí“ odborníci, ktorí vystavujú energetické certifikáty budov. Stavební odborníci sa vyjadrujú ku stavbám vo viacerých fázach – pri predkladaní projektov stavieb pre stavebné povolenie, alebo pri kolaudácii stavieb. Áno, v niektorých mestách je dobrou praxou, že sú ku kolaudácii prizývaní aj zástupcovia organizácii osôb so zdravotným postihnutím, ale nefunguje to v každom meste rovnako. V niektorých mestách sa vyjadrujú napríklad len zástupcovia z Únie nevidiacich a slabozrakých Slovenska, lebo osoby s telesným postihnutím sa nedostavili, alebo neboli prizvaní. Ide skôr o dobrú vôľu zo strany mesta, alebo zo strany osôb so zdravotným postihnutím,

ale nie o zákonnú povinnosť. Preto tento postup nepovažujem za systémové riešenie. Tiež je chybou, že nikto nekontroluje bezbariérovosť v projektovej dokumentácii stavieb pri vydávaní stavebného povolenia, lebo účinné by bolo, keby sa nedostatky odhalili ešte „na papieri“ pred začatím výstavby. Keď sa zistí

nedostatok až pri kolaudácii stavby, je často neskoro, lebo už nie je možné dosiahnuť optimálne bezbariérové riešenie a odstraňovanie nedostatkov si vyžaduje dodatočné finančné náklady.

V súčasnosti sa pripravuje nový stavebný zákon, zatiaľ sa však ani v jednej z predkladaných verzií zákona neuvažovalo s odborným posudzovaním projektovej dokumentácie stavieb resp. s auditom prístupnosti vo fáze kolaudácie stavieb. Spolupracovala som s viacerými organizáciami osôb

so zdravotným postihnutím pri pripomienkovaní stavebného zákona, tak sa necháme prevapíť, či bude vôľa prijať účinné kontrolné mechanizmy v tejto oblasti. Na základe doterajších skúseností z praxe považujem za dôležité, aby boli v stavebnom zákone prijaté opatrenia, ktoré by zaväzovali projektantov aplikovať pri tvorbe projektovej dokumentácie princípy Univerzálneho navrhovania tak, ako sa odporúča v Dohovore OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím. Domnievam sa, že zákonom stanovená úloha odborníka na tvorbu bezbariérového prostredia by bola v praxi tiež prínosom, lebo by mohol odhaľovať chybné riešenia už vo fáze schvaľovania projektovej dokumentácie. Následne, pri kolaudácii, by mohla posudzovať stavbu komisia, v ktorej by boli zastúpení aj užívatelia, teda aj zástupcovia osôb so zdravotným postihnutím.

Pre začiatok by pomohlo, keby sa profesionálnejšie vykonávali audity prístupnosti v procese kolaudácie stavieb. Organizácie osôb so zdravotným postihnutím majú na tento proces priamy a zásadný vplyv a preto odporúčam, aby si pri

obhliadke prezreli celú stavbu a presadzovali, aby sa sprístupnili všetky jej časti, mali by si všímať každý detail a upozorňovať naň. Tiež by pomohlo, keby sa na obhliadke zúčastnili osoby s rôznymi druhmi zdravotného postihnutia, aby bolo posudzovanie komplexnejšie. Tieto moje odporúčania vyplývajú z praxe, lebo keď my z centra CEDA upozorňujeme na

nedostatky v bezbariérovosti stavieb, väčšinou nám prevádzkovatelia alebo majitelia odpovedia, že to netreba prerobiť, lebo im stavbu už schválili organizácie osôb so zdravotným postihnutím. Ako som písala, naše pracovisko a naše pôsobenie nemá oprávnenie vstupovať do schvaľovacieho procesu, pretože nemá oporu v stavebnom zákone. Uvidíme teda, či sa situácia prijatím nového stavebného zákona posunie trochu dopredu a podarí sa presadiť, aby sa bezbariérovosť posudzovala už vo fáze povoľovania stavieb.



Veľmi pekná duchaplná akcia

Republiková špecifická organizácia ťažko telesne postihnutých v spolupráci s Nitrianskym samosprávnym krajom, štátnou ochranou prírody Slovenskej republiky, chránenou krajinnou oblasťou Ponitrie a občianskym združením



stráž prírody Ponitrie už po tretíkrát organizovali podujatie, ktoré bolo určené telesne postihnutým ľuďom. Záštitu nad touto akciou prevzala **predsedníčka komisie sociálnej pomoci Nitrianskeho samosprávneho kraja Renáta Kolenčíková – poslankyňa NSK, ktorá povedala:**

Myslím si, že je potrebné takéto aktivity pre občanov s takýmto handicapom robiť. Vidia v tomto prostredí, že sa tu od minulého času veľa zmenilo. Sú tu nainštalované tabule, nový altánok taktiež d'alekohľad, na ktoré finančnou čiastkou prispelo mesto Nitra. Chcela by som povedať pri tej príležitosti ešte, že mesto Nitra sa snaží podporovať týchto telesne handicapovaných občanov. V meste Nitra keď sa budujú, či už chodníky alebo vozovky alebo nové prístupy do budov, tak ich robíme bezbariérové.

Pani Livia Šumichrastová členka VMČ Staré Mesto vo svojom príhovore povedala:

Táto akcia je veľmi pekná duchaplná, ktorá umožnila vozičkárom a ťažko zdravotne postihnutým ľuďom naše krásne prekrásne mesto vidieť aj z vtácej perspektívy. Títo ľudia v podstate so svojím handicapom nemajú možnosť vidieť svoje mesto z výšok. Jednoducho nemajú ani možnosť sami prejsť a vyjsť na náš krásny



V pozadi predsedníčka komisie sociálnej pomoci Nitrianskeho samosprávneho kraja Renáta Kolenčíková – poslankyňa NSK a pán Viktor Mlynek z SKCHO

Zobor. Tak, že im to umožnili ľudia, ktorí pracujú a pomáhajú takto postihnutým ľuďom.

Vozičkári boli na Zoborskú Pyramídu vyvezení niekoľkými terénnymi autami, čo im umožnilo navštíviť miesto, na ktoré by sa bez pomoci druhých nikdy nedostali.

Anton Kušš – OZ Stráž Prírody Ponitrie povedal:

- Sme radi, že ako občianske združenie Stráže prírody Ponitrie, sme mohli prispieť aj my svojou troškou k tomu, že môžu si vychutnať jednak výhľad a scenériu, ktorú by bežným spôsobom nemali možnosť vidieť.

Imobilní občania sa výstupu zúčastnili so svojimi rodinnými príslušníkmi a hoci išlo o tretí ročník podujatia, objavilo sa tu i mnoho takých, ktorí vrchol Zobora navštívili po prvýkrát. Návštevníkov sme sa spýtali na ich bezprostredné pocity.

Veronika Tóthová – Cítim sa výborne, ja som tu po prvýkrát, ale išla by som aj na ďalšíkrát.

Janičová Janka - Je tu krásny výhľad, lebo človek takto sám sa sem nedostane.

Ing. Tóthová sprievodkyňa - sme tu prvýkrát aj keď tu už roky bývame chceli sme sa ísť sem pozrieť, ale doteraz sme nemali možnosť.

Ak sa nám podarí, tak určite na budúci rok by sme to zopakovali. Je tu neskutočný krásny zážitok. Dcéra by sa



sem ináč nedostala tak som vďačná aj organizácii a všetkým, ktorí na to prispeli, že nás sem dostali a že máme všetci taký krásny zážitok.

Okrem samotného výstupu bolo podujatie obohatené sprievodným programom. Bolo pre nich pripravené malé občerstvenie a taktiež mali takú malú prednášku o histórii Zoborských vrchov a ešte sa boli pozrieť pri románskom kostolíku v Dražovciach.

Predseda Republikovej špecifickej organizácie SZTP ťažko telesne postihnutých a vozičkárov Viliam Franko uviedol pekné prirovnanie.

- Povieť Vám taký príklad; zrakovo postihnutý - nevidiaci počuje, ale nevidí a keď sa ten človek môže dotknúť niečoho, povedzme brajlového písma alebo nejakej inej veci, ohmatá ju, vtedy si vie predstaviť ako to vyzerá. To isté platí aj pre nás vozičkárov. My sa z Nitry dívame sem na Zobor, na Pyramídu, ale len sa môžeme podívať, ale dostať sa sem do tej výšky, tak to už je veľmi ťažká záležitosť. Ale vďaka

všetkým týmto našim priateľom, ktorí nám to zabezpečili „klobúk dole“ a pozerat' sa na Nitrú z takejto výšky, to už je zážitok na celý život.

- V rámci podujatia od pani **Renáty Kolenčíkovej – poslankyni NSK** bola organizácii odovzdaná finančná čiastka. Pani poslankyňa povedala: Pomoc pre takýchto ľudí je pre organizátorov samozrejmosťou.

Ja už dlhodobo spolupracujem s touto organizáciou hlavne s pánom V. Frankom a s pani A.

Homolovou. Aj tento rok sme im prispeli cez Samosprávny kraj dotáciou na špeciálne poradenstvo pre pracovníka, ktorý v tejto organizácii pracuje. Ja robím už dvanásť rokov, pracujem v sociálnej oblasti a myslím, že táto oblasť je veľmi dôležitá i keď hlavne vozičkári a takíto handicapovaní občania veľmi úzko spolupracujú s Úradom práce sociálnych vecí a rodiny, lebo cez ne získavajú kompenzačné prostriedky pre svoj kvalitnejší život a preto aby sa im lepšie žilo.

Usporiadatelia plánujú v tejto tradícii pokračovať aj v budúcnosti. Pán **Viktor Mlynek**, zamestnanec SCHKO

povedal: V priebehu tohto roku sa nám podarilo nadviazať spoluprácu s riaditeľstvom kynológie a hypológie prezidia policajného zboru v Bratislave, na deň renera, ktorý sa konal pred necelým mesiacom. Tiež na pôde Pyramídy sme mali dvoch príslušníkov polície aj s ich koňmi a dohodli sme sa, že v budúcom roku, by sme dovezli štyroch koníkov aj s policajtmi, ktorí by nám predviedli na pôde Pyramídy taký výcvik a ukážku ako sa kone správajú pri nejakých po-vedzme pri masových nepokojoch, čo by bolo zaujímavé pre ľudí. Proste ukážka toho, čo tento koník v teréne dokáže. Na tejto akcii by sme radi privítali našich vozičkárov. Podujatiu prišlo i počasie a tak si návštevníci mohli vychutnať za sprievodu slnečných lúčov vôňu guláša a úsmevov na tvárach ľudí.

Z vysielania CETV Nitra spracoval V.Franko



PROJEKT HELPS ZMOS



EUROPEAN UNION
EUROPEAN REGIONAL
DEVELOPMENT FUND

Aktuálne informácie o implementácii projektu HELPS Združením miest a obcí Slovenska

Projekt HELPS: Bývanie a domáca starostlivosť o seniorov a stratégie miestnych partnerstiev v mestách strednej Európy



Mgr. Roman Staník

Na stránkach časopisu Vozičkár sme vás už informovali o realizácii projektu s HELPS, ktorého cieľom je reagovať na prebiehajúce demografické zmeny v Európe, najmä starnutie populácie a prinášať návrhy na dlhodobu udržateľné sociálne nástroje a politiky aplikovateľné v podmienkach slovenských

samospráv.

Úlohou Združenia miest a obcí Slovenska v projekte, do ktorého je zapojených celkovo dvanásť inštitúcií z ôsmich stredoeurópskych krajín, bolo realizovať dve pilotné aktivity zamerané na podporu zotrvania ohrozených skupín obyvateľstva v prirodzenom domacom prostredí za pomoci moderných informačno-komunikačných technológií a na podporu neformálnej starostlivosti v komunitách prostredníctvom školení určených pre odborných zamestnancov miestnej samosprávy.

Od augusta do decembra minulého



roku ZMOS realizoval v meste Nitra v spolupráci s Odborom sociálnych služieb MsÚ a Asociáciou samaritánov Slovenskej republiky testovanie systému tzv. elektronických strážcov, ktoré prebiehalo najmä vo forme porovnávania systémov pre domáce a mobilné tiesňové volanie a zahŕňalo monitoring pre 50 užívateľov. Osemnásť z týchto užívateľov bolo pôvodnými klientmi systému prevádzkovaného mestom Nitra a slúžili ako vzorka pre porovna-

nie fungovania pôvodného a nového systému, šesťnásť užívateľov bolo pripojených prostredníctvom mobilných a šesťnásť prostredníctvom domácich systémov tiesňových volaní.

Pod pojmom „domáce tiesňové volanie“ sa skrýva systém, ktorý užívateľovi umožňuje v prípade núdze jednoduchým spôsobom privolať pomoc priamo z miesta v domácnosti, na ktorom sa práve nachádza. Zariadenie sa skladá z dvoch častí – základne, pripojenej na pevnú telefónnu linku, ktorá zabezpečuje nepretržitú komunikáciu s dispečingom, a náramku, bezdrôtového vysielača komunikujúceho so základňou. Náramok je navrhnutý tak, aby mohol klient bez obmedzení a obáv vykonávať v domácnosti každodenné činnosti a spojenie so základňou zabezpečuje v okruhu niekoľkých desiatok metrov.

Naopak systém mobilného tiesňového volania umožňuje privolať pomoc v núdzi z akéhokoľvek miesta a jeho fungovanie nie je obmedzené



maximálne 5 Eur, 29 percent by službu využívalo iba pokiaľ by bola zadarmo).

Význam systému tiesňových volaní pre samosprávy spočíva v podpore zotrvania ohrozených skupín v prirodzenom domacom prostredí. Tým sa nielen prispieva k zvyšovaniu kvality poskytovanej starostlivosti z pohľadu jej príjemcov, ale aj k znižovaniu verejných výdavkov na jej poskytovanie. Práve znižovanie výdavkov a celkové zefektívňovanie poskytovania starostlivosti – a to nielen z pohľadu financií – je v súvislosti s prehlbujúcou sa demografickou krízou mimoriadne významné najmä pre samosprávy.

Druhá pilotná aktivita realizovaná na Slovensku sa zamerala na podporu dobrovoľníctva v poskytovaní sociálnych služieb a na zvyšovanie kvalifikácie zamestnancov nitrianskej a petržalskej samosprávy prostredníctvom školení zameraných na rozvoj sociálnych služieb, presadzovanie inovatívnych prístupov a podporu zotrvania seniorov a iných zraniteľných skupín obyvateľov v prirodzenom domacom prostredí. Súčasťou školení bola aj študijná návšteva zariadenia v rakúskej obci Lackenbach, ktorého zriaďovateľom sú Samaritáni spolkovej krajiny Burgenland, jeden z partnerov projektu HELPS. Zariadenie sa orientuje na poskytovanie pobytovej starostlivosti seniorom trpiacim demenciou, ktorým poskytuje kompletnú starostlivosť a účastníci si mohli prezrieť jednotlivé priestory zariadenia a zoznámiť sa nielen s jeho fungovaním a financovaním, ale aj systémom sociálnych služieb v krajine. Exkurzia mala slúžiť na zdroj inšpirácií pre zamestnancov miestnych úradov pôsobiacich v oblasti poskytovania sociálnej starost-

livosti, najmä v oblasti využívania dobrovoľníkov v poskytovaní sociálnych služieb.

V rámci implementácie pilotných aktivít bola slovenskými projektovými partnermi vytvorená aj tzv. Miestna podporná skupina, ktorej úlohou bolo monitorovať priebeh pilotnej aktivity, tlmočiť názory a pohľady zástupcov cieľových skupín projektu a vyhodnocovať výstupy realizácie pilotných aktivít. Boli v nej reprezentatívne zastúpené nielen

cieľové skupiny projektu, najmä seniori a ľudia so zdravotným postihnutím, ale aj poskytovatelia starostlivosti v meste Nitra (napr. MsÚ Nitra, denné centrum, diecézna charita atď.).

Členovia skupiny sa na svojom treťom a zároveň poslednom zasadnutí začiatkom februára vyjadrovali k výsledkom testovania e-strážcov v Nitre a vyzdvihli v tejto súvislosti tri kľúčové aspekty: komunikáciu s potenciálnymi



klientmi, na ktorej nedostatky poukázal aj realizovaný dotazníkový prieskum, finančnú stránku služby v súvislosti s kúpyschopnosťou cieľových skupín a koordináciu systému s ostatnými poskytovanými službami. Najmä koordinácia sociálnych služieb sa ukázala počas testovania ako kľúčová, nakoľko bol z veľkej väčšiny systém využívaný iným spôsobom, ako bolo pôvodne zamýšľané – mnoho príjemcov totiž využívalo systém ako „linku dôvery“ a nie z dôvodu potreby urgentnej pomoci. Tým ale poukazovali na existenciu iných potenciálne nebezpečných javov. Javov, na ktoré je treba reagovať adekvátnymi službami, pre ktoré môže byť systém elektronických strážcov vhodným spúšťačím impulzom.

Na realizáciu pilotných aktivít a výstupy Miestnej podpornej skupiny budú úzko nadväzovať ďalšie projektové aktivity. Najbližšou úlohou projektových



na domácnosť klienta. Klient nemusí v prípade núdze vytáčať žiadne číslo; po stlačení núdzového tlačidla sa systém automaticky spojí s dispečerským strediskom, ktoré je prostredníctvom GPS signálu schopné lokalizovať klienta a privolať adekvátnu pomoc. Nakoľko je zariadenie použiteľné aj mimo domov, napr. pri prechádzkach alebo v záhradkách, je určené primárne pre aktívnejších užívateľov.

Pre vyhodnocovanie pilotného testovania systému elektronických strážcov bolo kľúčové vypracovanie dotazníkového prieskumu, do ktorého sa zapojili všetci jeho účastníci. Z výsledkov prieskumu vyplynula relatívne nízka informovanosť potenciálnych príjemcov o poskytovaní porovnateľných služieb (menej ako polovica respondentov uviedla, že o podobnom systéme mali informáciu už pred začiatkom testovania), vysoká podpora používania systému zo strany príbuzných príjemcov (až 71 percent) či ochota platiť za službu maximálne 5 Eur mesačne (47 percent

partnerov bude vytvorenie odborných pracovných skupín, ktoré v prípade Slovenska vzniknú v Nitre a v bratislavskej Petržalke, t.j. v mieste realizácie pilotných aktivít. Ich členmi budú okrem zástupcov slovenských projektových partnerov aj odborníci z oblasti sociálnych služieb, ľudia s podrobnými informáciami o jednotlivých lokalitách. Významnými členmi oboch skupín budú aj vedúce odborov sociálnych služieb z oboch samospráv.

Odborná pracovná skupina v meste Nitra nadviaže najmä na výstupy testovania a vyššie uvedené pripomienky Miestnej podpornej skupiny. Jej úlohou bude vypracovanie návrhu miestnych politík v oblasti poskytovania sociálnych služieb, ktoré by na základe poznatkov zozbieraných počas realizácie projektu vytvorili podmienky pre zotrvanie ohrozených skupín obyvateľstva v prirodzenom domácom prostredí, znižovali závislosť na rezidenčnej

starostlivosti a podporovali využívanie dobrovoľníkov. Z pohľadu členskej základne ZMOS je azda najdôležitejším cieľ zvyšovania efektívnosti vynakladaných financií a dlhodobá udržateľnosť poskytovaných služieb.

Mgr. Roman Staník, komunikačný manažér projektu HELPS

Združenie miest a obcí Slovenska
This project is implemented through the CENTRAL EUROPE Programme co-financed by the ERDF

Verím, že sa vodičkári v EU dožijú aj lepších časov

Som už starší vodičkár, tri desaťročia uleteli akoby spolu s vetrom. Keďže som zažil aj časy totality, kde sa ťažko bolo nádejať, že by sme mohli slobodne cestovať za hranice vtedajšej československej socialistickej republiky, tak takáto nádej prišla v roku 1989. po nežnej revolúcii. Po našom vstupe do EU a NATO som bol presvedčený, že ak budem mať dostatok financií, tak si občas zájdem do susedného Česka, Maďarska, či Rakúska. Keďže všetky európske štáty začali s modernizáciou svojich infraštruktúr, tak diaľnice, či rýchlostné cesty začali hrať v tomto smere prím najmä v štátoch postkomunistického zriadenia. Moja dcéra ako mnoho iných mohla vycestovať za prácou do niektorej z krajín EU. Tak prišla moja príležitosť ísť po ňu na letisko Swechatu, do Viedne v susednom Rakúsku. Na letisku ma milo prekvapil vyriešený systém parkovania pre vodičkarov a ŤTP. Priamo oproti budove letiska, samozrejme zdarma. Cestou domov som akosi zle odbočil a zrazu som sa ocitol na rakúskej diaľnici. Dcére som síce nič nepovedal, ale bol som v strese ako nikdy predtým. Čo ak ma pristavia rakúski policajti a tí veru nie sú dvakrát príjemní. A oni skutočne sledovali na diaľnici s ďalekohľadom diaľničné známky, na moje veľké šťastie ale v protismere. Och, či som si z hlboka vydýchol a mojím najzbožnejším želaním bolo, čo najrýchlejšie sa dostať z tejto diaľnice. Veľký kameň mi spadol zo srdca až na hraničnom priechode.

Odvtedy ma stále napáda myšlienka, prečo nedokáže EU a jej parlament zariadiť, aby sme mohli slobodne bez akéhokoľvek stresu cestovať po všetkých diaľniciach EU. Viem, možno by mi rakúsky dôchodca, alebo aj švédsky, fínsky, alebo anglický, zrejme aj francúzsky povedal, jáááj priateľko, ak nemáš na diaľničnú a na benzín, tak sed' doma. No, tak nemám priateľa, z môjho invalidného dôchodku, ak si poplatím všetky povinné mesačné poplatky a nakúpim potraviny a benzín, tak koncom mesiaca pred dôchodkom musím špekulovať ako to dotiahnuť bez čo najväčšej ujmy do toho ďalšieho. Avšak, aj keď som oproti nim obyčajný chudák, tak si myslím, že by sa dalo v EU parlamente navrhnuť a dohodnúť jedno, aby som vo všetkých 28 štátoch ako invalid ŤTP mohol cestovať bez platenia diaľničných poplatkov. Nezruinuje to ani jeden štát a ak jestvuje aj nejaká solidarita tých bohatších s nami chudobnejšími, tak sa to dá ľahko pochopiť a bez problémov urobiť. Viem, že sa nikdy nedostanem do EU parlamentu, nemám na to jednoducho financie, ale máme tam zástupcov nášho národa, ktorých aj touto cestou úprimne prosím, ak nám chcete pomôcť, navrhните aj niečo také ako bezplatné jazdenie invalidov a vodičkarov po všetkých diaľniciach 28. štátov EU bezplatne. Možno sa to nepodarí, ale za pokus to stojí.

S pozdravom a úctou Laco Kollár
v invalidnom vozíku uväznený 33. rok.



SOCIÁLNO - PRÁVNÁ PORADŇA



Asociácia organizácií zdravotne postihnutých občanov SR
(Alliance of Organizations of Disabled People in Slovakia)

811 05 Bratislava, Benediktiho 5, Slovakia, tel./fax: 00421 2 52444119 E-mail: aozpo@stonline.sk
www.aozpo.sk

V Bratislave dňa 30.10.2014

Vec: Článok do časopisu Vodičkár

Osobní asistenti

- niektoré otázky zdaňovania

Príjem z osobnej asistencie je tak ako v minulosti aj naďalej zdaňovaný podľa § 6 ods. 2, písm. b) zákona o da-

ni z príjmu. Podľa platného § 32 ods. 1 zákona o dani z príjmu daňové priznanie za zdaňovacie obdobie roka 2014 bude do konca marca 2015 povinný podať daňovník, ak za zdaňovacie obdobie roka 2014 dosiahne zdaniteľné príjmy presahujúce 1901,67 Eur. Jedná

sa o sumu zo všetkých zdaniteľných príjmov, teda nielen príjmu osobného asistenta z osobnej asistencie, ale napr. aj zo zamestnania alebo živnosti, resp. ďalších zdaniteľných príjmov.

Toto je dôležité najmä pre osobných asistentov, ktorí sú poberateľmi

starobných dôchodkov, predčasných starobných dôchodkov alebo výsluhových dôchodkov, pretože títo ak by prekročili uvedenú sumu a vznikla by im tým povinnosť podať daňové priznanie, nemôžu si vôbec alebo len čiastočne (v závislosti od výšky ich starobného, predčasného alebo výsluhového dôchodku) uplatniť zníženie o nezdaniteľnú časť základu dane na daňovníka, ktorá je na rok 2014 stanovená sumou 3803,33 Eur.

Ak osobný asistent bude mať celkové zdaniteľné príjmy za rok 2014 menej ako 1901,67 Eur, daňové priznanie podávať nemusí.

Ak osobný asistent dosiahne celkovo v roku 2014 zdaniteľný príjem vyšší ako 1901,67 Eur, musí podať daňové priznanie. V daňovom priznaní si môže uplatniť zníženie základu dane o nezdaniteľnú časť základu dane na daňovníka vo výške 3803,33 Eur.

Tu ale existuje výnimka týkajúca sa poberateľov starobných dôchodkov, predčasných starobných dôchodkov a výsluhových dôchodkov. Podľa § 11 ods. 6 Zákona o dani z príjmu títo si nemôžu znížiť základ dane o uvedenú sumu ak ich dôchodok je v úhrne (za rok) vyšší ako spomínaných 3803,33 Eur. Ak suma tohto dôchodku je v úhrne (za rok) nižšia ako 3803,33 Eur, môžu si poberatelia spomínaných dôchodkov znížiť základ dane len o rozdiel medzi sumou 3803,33 Eur a vyplatenou sumou dôchodku.

Pri podaní daňového priznania si podľa § 6 ods. 10 Zákona o dani z príjmu osobní asistenti budú môcť uplatniť aj paušálne výdavky vo výške 40% z príjmov z osobnej asistencie, najviac však do výšky 5040 Eur ročne. Ak začal osobný asistent vykonávať činnosť osobného asistenta v priebehu zdaňovacieho obdobia (počas roka), môže si uplatniť paušálne výdavky vo výške 420 Eur mesačne počnúc mesiacom kedy túto činnosť začal vykonávať. Pri skončení vykonávania osobnej asistencie v priebehu roka si môže paušálne výdavky 420 Eur mesačne uplatniť až do ukončenia mesiaca v ktorom skončil vykonávanie činnosti osobného asistenta.

Upozorňujem na to, že problematika zdaňovania je veľmi široká a existujú rôzne situácie a varianty, ktoré závisia tak na statuse daňovníka, jeho manželky (napr. možnosť zníženia základu dane na manželku ak nemá vlast-

ný príjem) ako aj druhu jeho príjmov, preto uvedená informácia nevyčerpáva všetky možné varianty, ktoré môžu pri podávaní daňového priznania vzniknúť.

JUDr. I. Javorský
AOZPO SR

Maximálne výšky jednorazových peňažných príspevkov na kompenzáciu

Druhy jednorazových peňažných príspevkov na kompenzáciu	Maximálna výška v €
Peňažný príspevok na kúpu pomôcky	8 630,42
- na kúpu druhého mechanického vozíka	1 659,70
- na kúpu druhého elektrického vozíka je	4 979,09
- na kúpu druhého načúvacieho aparátu je	331,94
Peňažný príspevok na výcvik používania pomôcky	8 630,42
Peňažný príspevok na úpravu pomôcky	8 630,42
Peňažný príspevok na kúpu zdvíhacieho zariadenia	11 617,88
Peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla	6 638,79
- na kúpu osobného motorového vozidla s automatickou prevodovkou	8 298,48
Peňažný príspevok na úpravu osobného motorového vozidla	6 638,79
Úhrn peňažných príspevkov na úpravu bytu a peňažných príspevkov na úpravu rodinného domu v období siedmich rokov	6 638,79
Úhrn peňažných príspevkov na úpravu garáže v období siedmich rokov	1 659,70

Pevná suma zvýšenia dôchodkovej dávky

Opatrenie č. 295/2014 Z. z.

Opatrenie Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky, ktorým sa ustanovuje pevná suma zvýšenia dôchodkovej dávky a percento zvýšenia úrazovej renty v roku 2015

Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky podľa § 82 ods. 12 písm. a) a § 89 ods. 10 zákona č. 461/2003 Z. z. o sociálnom poistení v znení neskorších predpisov (ďalej len „zákon“) ustanovuje:

§ 1 • Pevná suma zvýšenia dôchodkovej dávky v roku 2015 sa ustanovuje takto:

- 5,20 eura, ak ide o starobný dôchodok,
- 1,60 eura, ak ide o starobný dôchodok vyplácaný v sume jednej polovice,
- 5,30 eura, ak ide o predčasný starobný dôchodok,
- 1,90 eura, ak ide o predčasný starobný dôchodok vyplácaný v sume jednej polovice,
- 4,60 eura, ak ide o invalidný dôchodok priznaný z dôvodu poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť o viac ako 70 %, invalidný dôchodok podľa § 266 zákona a sociálny dôchodok,

f) 1,70 eura, ak ide o invalidný dôchodok priznaný z dôvodu poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť o viac ako 70 % vyplácaný v sume jednej polovice a invalidný dôchodok podľa § 266 zákona vyplácaný v sume jednej polovice,

g) 2,70 eura, ak ide o invalidný dôchodok priznaný z dôvodu poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť najviac o 70 %

h) 1,10 eura, ak ide o invalidný dôchodok priznaný z dôvodu poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť najviac o 70 % vyplácaný v sume jednej polovice,

i) 3,40 eura, ak ide o vdovský dôchodok a vdovecký dôchodok,

j) 1,50 eura, ak ide o vdovský dôchodok vyplácaný v sume jednej polovice a vdovecký dôchodok vyplácaný v sume jednej polovice,

k) 1,80 eura, ak ide o sirotsky dôchodok,

l) 0,90 eura, ak ide o sirotsky dôchodok vyplácaný v sume jednej polovice.

§ 2 • Percento zvýšenia úrazovej renty v roku 2015 je 1,32 %.

§ 3 • Toto opatrenie nadobúda účinnosť 1. januára 2015.

Ján Richter v. r.

Odmena športového reprezentanta Slovenskej republiky

Zákon č. 263/2014 Z. z.

ktorým sa dopĺňa zákon č. 447/2008 Z. z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov

Národná rada Slovenskej republiky sa uzniesla na tomto zákone:

Čl. I

Zákon č. 447/2008 Z. z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení zákona č. 551/2010 Z. z., zákona č. 180/2011 Z. z., zákona č. 468/2011 Z. z., zákona č. 136/2013 Z. z. a zákona č. 219/2014 Z. z. sa dopĺňa takto:

V § 18 sa odsek 3 dopĺňa písmenom r), ktoré znie:

„r) odmena športového reprezentanta Slovenskej republiky^{28a)} za dosiahnuté výsledky na paralympijských hrách a deaflympijských hrách.“

Tento zákon nadobúda účinnosť 1. januára 2015.

Andrej Kiska v. r.

Pavol Paška v. r.

Róbert Fico v. r.

Poskytovanie vianočného príspevku

Zákon č. 240/2014 Z. z.

ktorým sa mení a dopĺňa zákon č. 592/2006 Z. z. o poskytovaní vianočného príspevku niektorým poberateľom dôchodku a o doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov a ktorým sa mení a dopĺňa zákon č. 461/2003 Z. z. o sociálnom poistení v znení neskorších predpisov

Národná rada Slovenskej republiky sa uzniesla na tomto zákone:

Čl. I

Zákon č. 592/2006 Z. z. o poskytovaní vianočného príspevku niektorým poberateľom dôchodku a o doplnení niektorých zákonov v znení zákona č. 555/2007 Z. z., zákona č. 463/2008 Z. z., zákona č. 242/2011 Z. z. a zákona č. 338/2013 Z. z. sa mení a dopĺňa takto:

3. V § 1 ods. 8 písm. a) sa suma „75 eur“ nahrádza sumou „87,26 eura“.

4. V § 1 odsek 10 znie:

„(10) Na účely poskytovania vianočného príspevku poberateľovi dôchodku uvedenému v odsekoch 1, 2 a 5 sa prihlíada aj na

a) dôchodok vyplácaný z cudziny, ktorý je obdobný dôchodku uvedenému v písmene b) alebo v odseku 1,

b) dôchodok vyplácaný podľa osobitného predpisu,²⁾ ktorý nie je uvedený v odseku 2,

c) dôchodok vyplácaný podľa osobitného predpisu.⁵⁾“

Prechodné ustanovenie účinné k 1. októbru 2014

Suma vianočného príspevku poskytnutého za rok 2014 sa poberateľovi dôchodku podľa § 1 ods. 1 a 2, ktorého úhrn súm dôchodkov podľa § 1 ods. 1, 2 a 10 nepresiahne dvojnásobok sumy životného minima pre jednu plnoletú fyzickú osobu podľa osobitného predpisu,⁴⁾ jednorázovo zvýši o 12,74 eura.“

7. V prílohe sa číslo „75“ nahrádza číslom „87,26“ a číslo „0,10“ sa nahrádza číslom „0,18“.

Účinnosť

Tento zákon nadobúda účinnosť dňom vyhlásenia okrem čl. I prvého bodu až tretieho bodu, šiesteho bodu a siedmeho bodu a čl. II, ktoré nadobúdajú účinnosť 1. októbra 2014.

Výška náhrady za bolesť a výška náhrady za sťaženie spoločenského uplatnenia na rok 2014

Oznámenie č. 133/2014 Z. z.

Oznámenie Ministerstva zdravotníctva Slovenskej republiky o vydaní opatrenia o ustanovení výšky náhrady za bolesť a výšky náhrady za sťaženie spoločenského uplatnenia na rok 2014

Ministerstvo zdravotníctva Slovenskej republiky vydalo na základe

§ 5 ods. 4 zákona č. 437/2004 Z. z. o náhrade za bolesť a o náhrade za sťaženie spoločenského uplatnenia a o zmene a doplnení zákona Národnej rady Slovenskej republiky č. 273/1994 Z. z. o zdravotnom poistení, financovaní zdravotného poistenia, o zriadení Všeobecnej zdravotnej poisťovne a o zriaďovaní rezortných, odvetvových, podnikových a občianskych zdravotných poisťovní v znení neskorších predpisov

opatrenie zo 14. mája 2014 č. S03594-OL-2014 o ustanovení výšky náhrady za bolesť a výšky náhrady za sťaženie spoločenského uplatnenia na rok 2014.

Cieľom navrhovaného opatrenia je ustanoviť výšku náhrady za bolesť a výšku náhrady za sťaženie spoločenského uplatnenia na rok 2014 z priemernej mesačnej mzdy zamestnanca v hospodárstve Slovenskej republiky zistenej Štatistickým úradom Slovenskej republiky.

Opatrenie nadobúda účinnosť 31. mája 2014.

Opatrenie je uverejnené v číastke č. 24/2014 Vestníka Ministerstva zdravotníctva Slovenskej republiky a možno doň nazrieť na Ministerstve zdravotníctva Slovenskej republiky.

Suma všeobecného vymeriavacieho základu za kalendárny rok 2013

Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky podľa § 11 ods. 4 zákona č. 461/2003 Z. z. o sociálnom poistení v znení neskorších predpisov ustanovuje:

§ 1 • Suma všeobecného vymeriavacieho základu za kalendárny rok 2013 je 9 888 eur.

§ 2 • Toto opatrenie nadobúda účinnosť 30. apríla 2014.

Ján Richter v. r.

Návšteva pyramídy a kostolíka Sv. Michala Archanjela v Dražovciach 3. ročník prechodu Zoborských vrchov

Milí čitatelia, dovoľte mi pár riadkami opísať stretnutie imobilných občanov - vozičkárov na pyramíde a návštevu historického kostolíka Sv. Michala v Dražovciach, ktoré sa uskutočnilo 16. septembra 2014. Už po druhý krát sa naskytla skupinke handicapovaných ľudí uskutočniť podujatie v prírode na vrchole pyramídy a návšteva kostolíka. Tieto dve známe, často navštevované miesta sú využívané na turistiku či spoznanie našej histórie. Preto je úžasné, keď sa dobrá myšlienka spojí s dobrými ľuďmi a umožní ťažko telesne postihnutým



prekonať bariéry na ceste za poznáním. Za spolupráce predsedníčky komisie sociálnej pomoci Nitrianskeho samosprávneho kraja Renáty Kolenčíkovej – poslankyni NSK s predsedom RŠO Nitra Viliamom Frankom a členmi neziskovej organizácie „STRÁŽCI PRÍRODY“ a pánom V. Mlynekom, nám zabezpečili vyskúšať si jazdu v terénnom aute, ktoré je stvorené pre ťažko prístupné miesta. Dobrovoľníci nás odviezli na Zobor, odkiaľ sa pokračovalo lesnou cestou priamo k Pyramíde. Uchvátení adrenalínovou jazdou nás privítalo ticho prírody a krásny výhľad na Nitru a jej okolie pri priaznivom počasí.

Keď sa naša skupinka pokochala výhľadom, nasledoval príhovor Renáty Kolenčíkovej poslankyni NSK, predsedu Viliama Franka z RŠO ŤTP a vodičkárov, pána Pušša a V. Mlyneka z SCHKO. Keďže sa toto podujatie uskutočnilo už predtým, bolo v príhovore vyslovené poďakovanie našim dobrovoľníkom. Potom nasledovalo úvodné privítanie a pár slovami predstavili svoju dobrovoľnú činnosť ako aj plány do budúcnosti organizácie. V neposlednom rade sa prihovorila pani R. Kolenčíková, poslankyňa NSK Nitra, ktorá pri tejto príležitosti odovzdala finančnú čiastku RŠO ŤTP a vodičkárov na podporu ďalších aktivít organizácie. Potom sme boli srdečne pozvaní na guláš pripravený našimi dobrovoľníkmi. Po výdatnom občerstvení sa rozprúdili



priateľské rozhovory a pohľad cez ďalekohľad pred odchodom.

Ďalšou častou podujatia bola prehliadka historického kostolíka Sv. Michala Archanjela v obci Dražovce pri Nitre. Pochádza z 12. storočia a predstavuje typ románskeho emporového kostola s jednolodovým priestorom ukončeným polkruhovou apsidou. Ku kostolíku sa viaže aj legenda, ktorá sa rozprávala medzi ľuďmi z Dražoviec. Vraj v jeden deň, keď kostolník upratoval kostol, zrazu ho osvetlila veľká žiara. Keď sa pozrel na miesto oltára, uvidel tam Pannu Máriu držiacu dieťaťko. Túto legendu nám vyrozprával aj pán farár, ktorý nám umožnil vstup do kostolíka. V súčasnosti sa tu slúži svätá omša každoročne 29.

septembra v deň sviatku Sv. Michala Archanjela. Okrem týchto legiend o kostolíku sme sa dozvedeli veľa zaujímavostí pomocou otázok položených účastníkmi podujatia.

Verím, že hovorím v mene všetkých organizátorov a účastníkov výletu, že podujatie splnilo svoj účel a malo veľký úspech na oboch stranách.

Na záver môjho článku by som sa chcela poďakovať v mene všetkých zúčastnených týmto ľuďom s dobrým srdcom: pani predsedníčke komisie sociálnej pomoci Mgr. Kolenčíkovej Renáte, pánovi Frankovi, pani Homolovej, pánovi V. Mlynekovi a ďalším sponzorom.

Bc. Zetochová Erika

NON HANDICAP 2014



Z histórie

Výstavná tradícia bola v Bratislave obnovená v roku 1967 počas 1. ročníka Výstavy chemických výrobkov „Incheba“, čím sa nadviazalo na Bratislavské trhy, ktoré sa konali v 18. a 19. storočí (v období od roku 1921 do roku 1942 sa zmenili na Dunajské veľtrhy). Výsledky v zahraničnom obchode a kontakty, ktoré sa získavali na výstavách chemických výrobkov spôsobili, že sa výstavnému podujatiu začala venovať zvýšená pozornosť. Názov sa zmenil na MEDZINÁRODNÝ CHEMICKÝ VEĽTRH INCHEBA a z anglickej skratky označenia výstavy vznikol názov spoločnosti **IN**ternational **CHE**mical Bratislava.

V roku 1970 bol založený podnik zahraničného obchodu PZO INCHEBA, ktorého predmetom činnosti bolo organizovanie výstav a veľtrhov (INTERCAMPING, FLORA, POLYMARKET) a propagačných služieb. V roku 1989



INCHEBA

bola založená spoločnosť Incheba Bratislava, a.s. Úspešne sa rozvíjala, rástol počet veľtržných a výstavných podujatí, budovali sa nové súčasti areálu a v roku 1993 bola založená spoločnosť Incheba Praha sídliaca v areáli pražského výstavniska, ktoré je dlhodobo prenajaté od Pražského magistrátu.

Význam zdravia si najlepšie uvedomíme až vo chvíli, keď ho stratíme my, alebo naši blízki. Výstavy **Slovmedica** a **Non-Handicap** každoročne prinášajú komplexný prehľad nových zdravotníckych technológií, prístrojov a pomôcok s cieľom poskytovať tú najlepšiu starostlivosť - najnovšie



Asociácia TP motoristov v Martine je jedným z vystavovateľov bezbariérovej prepravy



Kamaráti...

vybavenie nemocníc, nástroje na ošetrovanie pacientov a špecializované predmety dennej potreby pre telesne postihnutých.

Duo medicckých výstav s obľubou navštevujú nielen odborníci pracujúci v tejto oblasti, ktorí sa zaujímajú o novinky na trhu a vymieňajú si poznatky a skúsenosti, ale aj bežní návštevníci získavajúci rady, ako sa o svoje zdravie starať – a to aj vďaka projektu **Dom Zdravia**. Ten je zameraný na prevenciu civilizačných ochorení po-



Firma Ottobock každoročne vystavuje komplexný prehľad nových technológií, čo sa týka vozíčkov

skytovaním bezplatných vyšetrení a konzultácií. Návštevníci si od odborníkov môžu nechať zmerať hodnoty tlaku a cholesterolu, zistiť stav zubov a kĺbov a dozvedieť sa, ako získať ideálnu hmotnosť. Dom zdravia je súčasťou zdravotníckych výstav od roku 2012. Odvtedy si pravidelne získava priazeň množstva ľudí, čo sa pozitívne prejavuje na celkovom zviditeľnení podujatia. Vysoký kredit zdravotníckych podujatí potvrdzujú aj odborné podujatia pre profesionálov i laickú verejnosť.

Tento rok bola zvýšená návštevnosť vďaka veľtrhu nábytku MODDOM, ktorý sa začínal v rovnakom termíne. Spoločným profilom oboch podujatí je diskutovaná problematika bezbariérového bývania, ktorá ponúka ďalšie možnosti Vašej prezentácie.

Vďaka novému termínu podujatia už navyše nehrozí kolízia s najväčším európskym veľtrhom pomôcok a zariadení pre postihnutých ľudí Rehacare International Düsseldorf.

Viliam Franko, náš dlhoročný predseda a líder

Do Republikovej špecifickej organizácie SZTP ťažko telesne postihnutých a vozíčkárov sme vstúpili s manželkou a stali sme sa jej členmi hneď po jej vzniku, v roku 1989.

Pri prvom stretnutí s jej členmi sme našli spriaznené duše, ktoré prežívali rovnaké problémy ako my, borili sa životom svojim telesným obmedzením, sociálnou diskrimináciou, s ťažkým prístupom na trh práce a sociálnymi i fyzickými bariérami v našom štáte. Najviac nás oslovila filozofia vzniku a fungovania organizácie, a to že pri riešení problémov ťažko telesne postihnutých za účelom skvalitnenia života sa budú zúčastňovať aj samotní vozíčkári.

Predsedom špecifickej organizácie sa stal jej iniciátor Viliam Franko, kto-



rý túto organizáciu vlastne postavil na nohy, vytýčil jej cieľ a vypracoval jej program. Organizácia sídli v Nitre, ale členov združuje z celého Slovenska. Od začiatku sa snaží pomáhať ťažko telesne postihnutým a vozíčkárom hlavne svojim poradenstvom, lebo svoje stavebárske vzdelanie ako „inžinier“ vymenil za prax „právnika“ a neustále sleduje

legislatívu v oblasti sociálnych a zdravotníckych zákonov, podrobne ich analyzuje a svoje postrehy a upozornenia prináša na stránkach časopisu - „Vozíčkář“, ktorý sám založil ešte v deväťdesiatich rokoch a články prvých vydaní klepal na písacom stroji a rozmnožoval na blánach. Postupne prešiel s výrobou časopisu na osobné počítače s modernizujúcim sa softvérom a prídavnými

zariadeniami. Tvorbu časopisu sa snaží deliť medzi svojich spolupracovníkov z radov organizácie, no hlavnú prácu na ňom vykonáva neustále on, za výdatnej pomoci jeho manželky Emílie. Vytvára grafiku časopisu, určuje obsah časopisu, prináša nové a časté novely zákonov, ktoré ovplyvňujú bezprostredne život všetkých zdravotne znevýhodnených občanov. Donedávna dlhé roky zastupoval všetkých telesne postihnutých aj v Rade vlády pre osoby so zdravotným postihnutím SR, kde mohol podávať konštruktívne návrhy pri novelizáciách sociálnych zákonov. Veď za mnohé vymoženosti v sociálnej sfére, ktoré sa stali už samozrejmi, presadili poslanci v parlamente vďaka jeho neúnavnej iniciatíve presadzovať správne a potrebné riešenia v sociálnych otázkach.

Hľadá záujemcov o inzerciu v časo-

pise, aby tak získal finančné prostriedky na jeho vydávanie. Vybavuje granty na jeho vydávanie, lebo príjem z inzercie nepokrýva náklady na uverejnenie dvoch čísiel časopisu do roka. Snaží sa získať čo najviac prostriedkov z 2% daní na začiatku kalendárneho roka, tak isto z VUC Nitra a z mestského rozpočtu Nitra.

S odretými ušami, ale doteraz vždy svojou húževnatosťou dosiahol, aby časopis – „Vozičkář“ dvakrát do roka uzrel svetlo sveta a priniesol novosti, ktoré sa nás bytostne dotýkajú a ovplyvňujú náš život. Zo stránok časopisu sa máme možnosť najlepšie a najkompetentnejšie dozvedieť o presnom postupe pri vybavovaní kompenzačných pomôcok, príspevku na opotrebovanie šatstva, sociálnej rehabilitácie, o liečení v kúpeľnom zariadení, o možnosti zamestnať sa, o vytvorení chránenej dielne/pracoviska, o príspevku na prevádzku chránenej dielne/pracoviska, o príspevku na individuálnu dopravu, o kúpe osobného motorového vozidla a o príspevku na jeho prevádzku a atď.

Každý rok koncom augusta, v čase konania medzinárodného veľtrhu – „Agrokomplex“ v Nitre sa schádzame na výročnej členskej schôdzi. Dlhé roky nám priestory poskytovalo Stavebné učilište. Keď zaniklo predseda Viliam našiel pre nás prístrešie v zariadení pre seniorov na sídlisku Klokočina. Stretávame sa tam už piaty rok. Priestory sú tam oproti Stavebnému učilištiu približne polovičné, žiaľ pravda je taká, že sa nás schádza čoraz menej a nikdy sa netlačíme. Mnohí naši členovia skončili pozemskú púť a u mladších generácií klesá záujem organizovať sa. Tieto naše mítingy boli a sú vždy zaujímavé svojim obsahom. V doobedňajšej časti rokovania sa vždy preberajú interné záležitosti nášho zväzu. Pán predseda Franko prednesie úvodný príhovor, v ktorom zhrnie činnosť našej organizácie za uplynulý rok, vyzdvihne úspechy, ale aj pranie ruje nedostatky. Následne prednesie program činnosti na rok nastávajúci. Program dáva schváliť všetkými prítomnými členmi. Nasleduje voľba jednotlivých komisií a potom diskusia k páľčivým problémom organizácie. Po obede sa začne seminár zameraný na sociálnu pomoc pre zdravotne znevýhodnených občanov v našom štátnom zariadení, ale aj

v rámci Európskej únie. Vďaka dlhoročným skúsenostiam, ale i kontaktom na kompetentných miestach sa nášmu predsedovi Vilkoovi vždy podarí pozvať hostí z Ministerstva práce sociálnych vecí a rodiny. Za tie roky k nám zavítal napríklad vtedajší pán minister Zlocha, riaditeľka úradu pani Brichtová, ktorá bola viac ráz medzi nami, Mgr. Michal Krivošík, JUDr. Ján Gabura, tak isto Ing. Ivan Sýkora, prezident SHR, Monika Vrábl'ová, predsedníčka SZTP spolu s riaditeľkou RC SZTP Mgr. Oľgou Bohuslavovou a MUDr. Mária Orgonášová, čestná prezidentka AOZPO SR. JUDr. I. Javorský, Dr. J. Kováčova z Upsvar Nitra. Skúsení ľudia, ktorí vedia priniesť vždy nové poznatky v oblasti sociálneho a zdravotníckeho sektora. Tak povediac informácie z prvej ruky.

V priebehu zasadania VČK a počas seminára sa vo vedľajšej miestnosti vždy prezentovali ortopedické pomôcky z distribútorskej firmy KURY SLOVAKIA, firmy Coloplast B. Bystrica, Otto Bock, Velcon, ARES, SPIG atď. Výročné schôdze sú naozaj dobre pripravené a ich obsah je konštruktívny, zaujímavý a poučný.



Manželia Frankovci

V rámci organizácie vytvoril náš predseda – „Bezbariérovú komisiu“, členovia, ktorej monitorujú bariérovosť v regióne, kde žijú, podnecuje ich tieto bariéry za pomoci legislatívy odstraňovať a spätne prinášať správy o úspechoch v tejto činnosti.

Organizuje šachové turnaje, ktorých sa aj zúčastňuje. Zapája tak mnohých

našich členov do športového zápolenia, podnecuje ich vyjsť zo svojich domovov medzi ľuďmi, do spoločnosti a prezentovať svoje schopnosti.

V rámci ŠK TPav Nitra a našej organizácie fungujú aj lukostrelci, ktorí dosahujú výborné výsledky v celoštátnej i medzinárodnej úrovni.

V čase zavádzania osobných počítačov do praxe v spolupráci s UKF v Nitre sa mu podarilo zorganizovať niekoľkokrát kurzy pre členov organizácie, na ktorých si osvojili znalosti informatiky a prácu s počítačmi. Podujal sa zorganizovať aj kurz jednoduchého a podvojného účtovníctva, tak isto v spolupráci s univerzitou UKF Nitra, v rekreačnom zariadení SZTP Toliar pri Kremnici.

V spolupráci s docentom Polákom vytvoril projekt na vysokoškolské štúdium na PF UKF, kde niektorí záujemcovia z našej členskej základne úspešne ukončili trojročné bakalárske štúdium v odbore – „Technológia vo vzdelávaní“. Týmto kurzami i univerzitným vzdelávaním sledoval rozšírenie možností pre členov organizácie získať zamestnanie v súčasnom trhovom hospodárstve.

V rámci každoročného programu špecifickej organizácie nezanedbateľné miesto majú letné rekondičné pobyty, v rôznych zariadeniach na Slovensku, kde nám mohli poskytnúť bezbariérové ubytovanie, čo je pre našich ťažko telesne postihnutých a vozičkárov podstatná podmienka na plnohodnotnú rekreáciu. V deväťdesiatich rokoch sme navštevovali rekreačné zariadenie v Stupave, kde sme sa v rámci novovzniknutej organizácie vlastne bližšie medzi sebou spoznávali. Nezabudnuteľné sú spoločné výlety do Viedne, v tom čase pre nás nedostupný západný svet za železnou oponou. Večere pri táborovom ohni, kde sme pri opekaní slaniny a špekáčikov spievali ľudové piesne a pritom nám hral náš predseda Vilko na harmonike. Keď sa konečne po rôznych peripetiách a prieťahoch dokončil v Piešťanoch na Slnave dlho očakávaný bezbariérový hotel Máj, naše letné pobyty sa presunuli tam. SZTP svoj pôvodný projekt síce rôznymi machináciami a zmenou spoločenského zriadenia stratil, ale Vilkoovi sa podarilo pomocou grantov a sponzoringu vybaviť ubytovanie pre dva turnusy ročne. Hotel Máj je šitý na

naše potreby, ale tým, že nepatrí SZTP, je pre nás pridrahý. Preto sme sa pár rokov rekreovali v Sklených Tepliciach a v Hokovciach pri Dudinciach.

Nezabudnuteľné rekreácie sa usku- točňovali aj v zariadeniach SZTP, v Liptovskom Svätom Jáne spojené s rybačkou v krásnom prostredí, v rekreačnom zariadení Relax v Štúrove, s príjemným kúpaním na termálnom kúpalisku, organizovaním plaveckých pretekov pre našich členov a výletmi do neďalekého Ostrihomu po moste Márie Valérie cez náš veľtok Dunaj.

Napriek ťažkým zdravotným prob- lémom, vyplývajúcich z primárneho postihnutia a následných akútnych ochorení, náš predseda Vilko je veľmi aktívny a činnorodý človek. Vyznačuje sa veľkým altruizmom, lebo svoju námahu vynakladá pre všetkých zdra- votne znevýhodnených a to nielen pre členov organizácie.

Okrem toho, že dlhé roky úspešne

zastáva funkciu predsedu našej špeci- fickej organizácie, zastáva aj podpred- sedu v SZTP a bol volený aj do Výkon- ného výboru NROZP a pracuje aj ako podpredseda Správnej rady v ATPM v Martine.

Za svoju dobrovoľnícku činnosť bol vyznamenaný zlatou medailou a pla-



ketou SZTP, ďalšie ocenenia boli zo SZTPŠ. Za dobrovoľnícku prácu do- stal od pána prezidenta vysoké štátne vyznamenanie Pribinov kríž. V roku 2010 obdržal prestížne ocenenie „Seni- or roka“ Z mesta Nitra mu bola udelená „Cena primátora“ mesta Nitra.“

Milý Viliam, na záver tohto krátke- ho sumáru, ktorý zachycuje iba časť tvojej tvorivej činnosti

z každodenných úsekov tvojho ži- tia, v mene všetkých členov organizá- cie, ktorí sú zároveň tvojimi kamarátmi a priateľmi, chceme z úprimného srdca popriať k tvojmu životnému jubileu vieru v Najvyššieho, nech ťa požehná- va dobrým zdravím tela i duše a láskou svojich blízkych.

Klasicky: *Ad multos annos*

Novodobým eseparntom:

Happy Birthday to you

A po našom: *Veľ'a št'astia zdravia, veľ'a št'astia zdravia*



Šaneca

KMEŇOVÉ BUNKY SÚ BUDÚCNOSŤOU MEDICÍNY

Liečebné využitie dospelých kmeňových buniek – realita a nádej

MUDr. Mária Orgonášová, CSc.



V posledných dňoch prebehla našimi mé- diami správa, že poľskému neurochirurgovi Pawelovi Tabakowovi z Vroclavu a britskému vedcovi Geoffrey-ovi Raismanovi z Univer- sity College London's Institute of Neurology sa podarilo úspešne implantovať bunky z

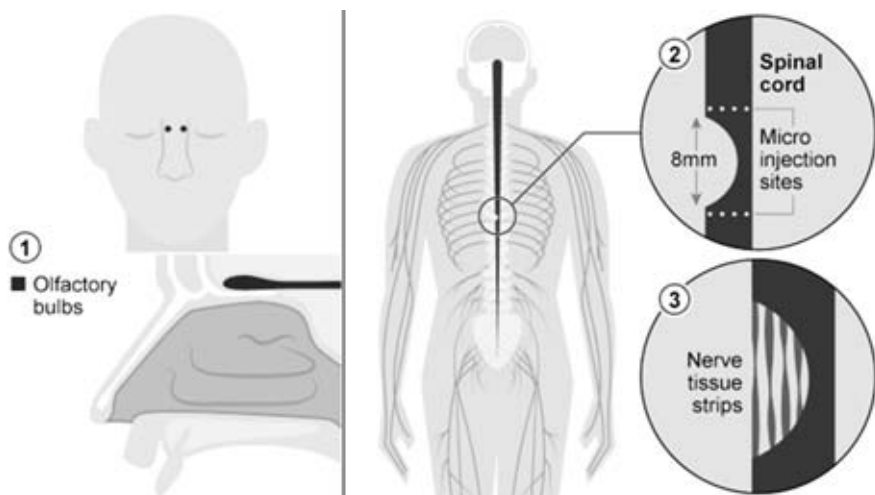
čuchového tkaniva (dospelé kmeňové bunky) do chrbticovej miechy a tým podstatne zlepšiť pohyblivosť a postaviť na nohy 40 ročného pacienta po ťažkom poranení miechy v oblasti hrudnej chrbtice, ktorého dolné končatiny boli už 2 roky paralyzované.

Schéma odberu a implantácie dospelých kmeňových buniek

- 1 – odber buniek z nosovej dutiny;
- 2 – miesto mikroinjekcie do miechy;
- 3 – prúžky nervového tkaniva

Zdroj: http://news.bbcimg.co.uk/media/images/78392000/gif/_78392534_spinal_cord_624.gif

Presne pred rokom sme na stránkach „Vo- zičkára“ (č. 1/2013 na str. 22) hovorili o tom, čo sú to kmeňové bunky, aké sú zdroje kmeňových buniek a o pokrokoch medicíny v oblasti ich získavania a liečebného využívania. Pre istotu si tu znova zhrnieme aspoň niekoľko základných informácií.



Po oplodnení vajíčka, čiže po počatí, sa embryo skladá z unikátnych, nediferencovaných embryonálnych buniek, z ktorých sa môžu vyvinúť akákoľvek bunky ktoréhokoľvek ľudského orgánu. Tieto bunky sa označujú tiež za totipotentné bunky. Po pätnástom dni vývoja sa tieto bunky začínajú diferencovať (špecializujú sa) a vytvárajú sa z nich špecializované nervové, svalové, kostné, kožné a iné tkanivové bunky. Označujeme ich ako pluripotentné a multipotentné bunky, resp. **dospelé kmeňové bunky**.

Je dôležité vedieť, že v malom množstve sa takéto, „na všetko schopné“, **dospelé kmeňové bunky** uchovávajú v tele počas celého života. Dospelé kmeňové bunky vznikajú v kostnej dreni, vyplávajú sa do krvného obehu, v kapilárach prenikajú do tkanív a tam plnia základné funkcie regenerácie našich orgánov. Čím viac kmeňových buniek cirkuluje v krvi, tým lepšie pre organizmus. Organizmus sa tak sám obnovuje, udržuje a dostáva seba samého do optimálneho zdravotného stavu. Delením kmeňové bunky dokážu obnovovať nielen sami seba, ale meniť sa aj na bunky rôznych poškodených tkanív. Táto schopnosť umožňuje organizmu vytvárať nové špecializované bunky a nahradiť tak poškodené špecializované tkanivá, ktorých bunky sa už deliť nedokážu. Dospelé kmeňové bunky, ktoré sa v malom množstve nachádzajú roztrúsené v rôznych tkanivách živého organizmu, je možné získavať a po ich získaní, úprave a rozmnožení sú vhodné na implantáciu priamo do miest, kde je potrebné obnoviť poškodené tkanivo.

Najjednoduchšie je možné získať dospelé kmeňové bunky z púčikovovej krvi, resp. z plodového koláča (placenty). Získavanie kmeňových buniek z kostnej drene, z rôznych tkanív (napr. aj z orgánov čuchu, z tukového tkaniva, zo slizníc, z očnej rohovky a pod.), ich rozmnožovanie v laboratórnych podmienkach a následne ich implantácia do chorého tkaniva je zložitý a aj finančne veľmi náročný proces. Môže ísť o liečenie vlastnými kmeňovými bunkami (autológna liečba), alebo liečime bunkami od inej osoby (alogénna liečba). Je dobré si tiež uvedomiť, že úspechom takejto liečby nemusí byť vždy len úplné vyliečenie, ale mnohokrát ide o výrazné zlepšenie kvality života.

Znova je potrebné zdôrazniť, že pri liečbe pacienta jeho vlastnými kmeňovými bunkami nehrozí, že by ich telo odmietlo, ako sa to môže stať pri implantácii cudzích buniek, alebo transplantácii cudzích orgánov. Pokiaľ by sa na tento účel využívali dospelé kmeňové bunky, mohol by sa vyriešiť aj eticky sporný problém získavania kmeňových buniek, pretože zdrojom buniek by boli tkanivá dospelého človeka a nie embryonálne tkanivo, čo predpokladá usmrtenie veľkého počtu embryí.

Na Medzinárodnej vedeckej konferencii na tému: „Budúcnosť regeneratívnej medicíny – dospelé kmeňové bunky a kmeňové bunky z púčikovovej krvi“, ktorá sa konala v máji 2012 v Bratislave, vyslovil náš europoslanec, MUDr. Miroslav Mikolášik presvedčenie, že v programe Horizont 2020 (program financovania vedeckého výskumu v EU) budú zohľadnené pozitívne konkrétne výsledky výskumu s dospelými kmeňovými bunkami a „...pomer medzi financovaním laboratórií a výskumných pracovísk, ktoré robia s embryonálnymi bunkami a nemajú výsledky, oproti tým, ktoré robia s dospelými a púčikovými kmeňovými bunkami, sa bude postupne meniť.“

Program Horizont 2014 - 2020 už bol schválený a zameriava sa na financovanie excelentného výskumu naprieč Európou. „Je veľkou výzvou aj pre slovenských výskumníkov, slovenské pracoviská, lekárov a biológov, aby napli sily tam, kde sú výsledky a verím, že budú aj úspešní pri žiadaní o prostriedky

z prostredia Európskej únie“, dodáva europoslanec, MUDr. Mikolášik.

Znova zdôrazňujeme, že aj ľudia na Slovensku právom očakávajú, že pokrokové liečebné metódy, medzi ktoré určite patrí génová a bunková liečba, ako aj tkanivové inžinierstvo, ktorých cieľom je pomôcť pri liečbe závažných ochorení, si nájdu čo najskôr cestu aj v našich domácich podmienkach.

Brzdou by nemali byť ani nedorozumenia medzi niektorými výskumníkmi a aktivistami, ktorí oprávnené bojujú proti zneužitiu výskumu formou likvidácie embryí, čiže ľudských plodov v ranom štádiu vývoja. Preto je dôležité jasne rozlišovať embryonálne kmeňové bunky, ktoré sa vyskytujú v mikroskopicky malom, ranom štádiu embrya a dospelé kmeňové bunky, ktoré sa nachádzajú v rôznych tkanivách aj po narodení jedinca, sú roztrúsené medzi špecializovanými bunkami a slúžia na ich bežnú obnovu. Dospelé kmeňové bunky sú pomerne dobre dostupné a sú bez akýchkoľvek etických problémov použiteľné v rámci regeneratívnej medicíny, čo znamená významný posun v poskytovaní efektívnej zdravotnej starostlivosti v mnohých, v minulosti neliečiteľných zdravotných situáciách.

Odvolať sa na nedostatok finančných prostriedkov dnes už málokto akceptuje, pretože sme denne svedkami plytvania financiami a často aj ich nesprávneho rozdeľovania. Žiaľ, ani filantropia nemá u nás ešte hlboké korene. Je len málo jedincov, ktorí by boli ochotní zo svojich vysokých príjmov podporovať vedu, vzdelávanie a zdravotnú starostlivosť, pokiaľ sa ich to osobne netýka. Viac pozornosti venujú osobným pôžitkom a luxusnému životu.

Napriek všetkému, ako sme už v predchádzajúcom článku spomínali, viaceré zdravotnícke pracoviská už aj na Slovensku (v Bratislave a v Košiciach) klinicky využívajú liečbu dospelými kmeňovými bunkami a je len otázkou času a dobrých politických rozhodnutí, či táto výskumná a klinická oblasť bude v centre pozornosti a možnosti úspešnej liečebnej aplikácie dospelých kmeňových buniek sa budú stále viac podporovať a rozširovať.

**Príspevok do časopisu „Vozíčkár“
Bratislava, 7. nov. 2014**

Kto by už chcel rozprávať o úniku moču?

My chceme. Sme občianske združenie InkoFórum. Sme dobrovoľnou, nezávislou patientskou organizáciou zameranou na pomoc osobám trpiacim inkontinenciou. Naším cieľom je, aby sa každý cítil prirodzene, keď o úniku moču bude rozprávať. Únik moču = inkontinencia. Mnohí ľudia si mylne myslia, že inkontinencia „sa stane“, keď človek dosiahne určitý vek.

Bude nás veľmi tešiť, keď sa na nás obrátite s akoukoľvek otázkou, žiadosťou o pomoc, prosbou. Vďaka rozprávaniu sa o inkontinencii získate množstvo informácií o možnostiach riešenia tejto problematiky, ako aj informácií, ako sa aj naďalej môžete bez starostí tešiť zo svojho života.

V roku 2015 bude opäť organizovať semináre pre pacientov, ktoré sa stretávajú s obrovskou pozitívnou odozvou. Počas aktivity Týždeň kontinencie /posledný júnový týždeň/ nás môžete nájsť vo vybraných nemocniciach po celom Slovensku.

Ako nás kontaktujete?

Najlepšie emailom na info@inkoforum.sk. Zaujímavé informácie nájdete na www.inkoforum.sk.

Budem sa tešiť na akýkoľvek Váš dotaz.

So srdečným pozdravom,

**Marica Laščeková, predsedá OZ InkoFórum
Asociácia na ochranu práv pacientov SR
Prezident, Prešovská 39**



Národný kontaktný bod systému Euroklúč

V akom stave je Euroklúč...

Prístupnosť k základným potrebám zdravotne postihnutého občana je jedným z indikátorov aj stavu spoločnosti a jej výrazu humanity a solidarity. Euroklúč ako taký je malá, ale veľmi dôležitá pomôcka pre telesne a chronicky postihnutých, ako sa zhodli účastníci pracovných stretnutí zo strany zdravotných poisťovní, Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny SR, zástupcovia pacientov a iných subjektov a inštitúcií vrátane verejných samospráv.

Systém Euroklúč je možno rozdeliť na dve časti, pričom prvou časťou je kľúčik samotný a druhou časťou je zámková vložka. V prvom prípade, t.j. kľúčika, AOPP hľadá všetky možné varianty pre zahrnutie tejto malej pomôcky, ktorá otvára nielen dvere k WC pre zdravotne postihnutých, ale aj výtahy a zdvíhacie plošiny pre tieto skupiny pacientov nielen na Slovensku, ale aj v krajinách EÚ, do zoznamu kompenzačných pomôcok v zmysle legislatívy o kompenzáciách za poškodenia zdravia. Cieľom je nielen poskytnutie tejto pomôcky, ale hlavne vytvorenie pravidiel pre opodstatnenosť vydania tohto malého nástroja, ktorý zachováva ľudskú dôstojnosť a intimitu, ale aj môže zvyšovať mobilitu tak, aby zdravotne postihnutý nemusel čakať na obsluhu takýchto zariadení ako v súčasnosti. Cieľovou skupinou sú nielen telesne postihnutí, ale aj chronicky postihnutí pacienti, ktorým ich ochorenie vytvára problémy s trávením, vylučovaním a podobne. Do tejto skupiny môžeme zahrnúť aj pacientov s Crohnovou chorobou a IBD syndrómom, nefrologických pacientov, stomikov, onkologických, urologických a inkontinentných pacientov a tak ďalej. Je samozrejmé, že pacient, ktorý je chorý a zároveň nemá zdravotné pomôcky na prvý pohľad viditeľné (voziček, barličky...), je tiež pacientom a jeho zdravotný stav môže byť horší než zdravotný stav vodičára, pri všetkej úcte k všetkým druhom a stupňom ochorenia a postihnutia, a že na tieto skupiny nemôžeme ani zabudnúť, ani ich vyčleniť.

V súčasnej dobe prebiehajú rokovania medzi strešnými patientskymi organizáciami, s MPSVaR SR a VŠZP (výber diagnóz) tak, aby boli vytvorené jednoznačné pravidlá pre poskytnutie tejto pomôcky skvalitňujúcej život zdravotne postihnutého s ohľadom na všetky potenciálne faktory, ktoré ovplyvňujú výber a oprávnenosť nielen v rámci kategorizácie, ale aj so zavedením pravidiel tak, aby opatrenie nebolo plošné a pritom nediskriminovalo žiadnu zo skupín pacientov, ktoré potrebujú takúto pomoc. AOPP paralelne s týmito opatreniami a rokovaniami oslovuje priebežne prostredníctvom svojho Národného kontaktného bodu systému Euroklúč, ktorý vytvorila v októbri 2014 potenciálnych majiteľov zariadení, kde zme- na zámkovej vložky je potenciálne prínosná pre pacienta tak, aby systém bol pripravený pre užívateľov Euroklúča z radov pacientov. Ide o verejné budovy, o budovy zdravotníckych zariadení, o miesta turistického, kultúrneho a športového charakteru a podobne. Tieto rokovania neustále pokračujú a ich význam pre pacienta považujeme za pozitívny a prínosný. Výsledky rokovaní sú postupne zverejňované na webových stránkach AOPP – www.aopp.webnode.sk.

AOPP trvá na tom, aby v zmysle vyjadrenia všetkých kompetentných, že tento nástroj je prínosom pre pacienta, táto malá, ale dôležitá pomôcka bola v systéme čím skôr. Návrhy na riešenia v rámci projektov vo vzťahu k Euroklúču považuje AOPP za čias-

točné, keďže tak nie je možné zabezpečiť zdravotne postihnutých do budúcnosti a preto preferuje systémové opatrenie.

Jedným z partnerov sa stala Všeobecná zdravotná poisťovňa, ktorá v súčasnej dobe prechádza v rámci svojich pobočiek v regiónoch SR na tento systém tak, aby zámkové vložky systému Euroklúč nevyžadovali otvorenie obsluhou pre tieto skupiny pacientov.

V prípade bližších informácií má zdravotne postihnutý rovnako ako záujemca o inštaláciu zámkovej vložky systému Euroklúč možnosť kontaktovať Národný kontaktný bod systému Euroklúč pre SR telefonicky na čísle **0903 711 177**, alebo elektronickou poštou na eurokluc@aopp.sk, prípadne poštou na adresu:

**Asociácia na ochranu práv pacientov SR
Národný kontaktný bod systému Euroklúč
Prešovská 39, 821 08 Bratislava**

Aktuálne informácie k systému Euroklúč je možné sledovať na www.eurokluc.sk

a www.aopp.webnode.sk.

Veríme, že systémové procesy nebudú dlho trvať a že systém Euroklúč bude prístupný pacientom v krátkej dobe.

Petr Kučera v. r., Prezident AOPP

Čo je to systém Euroklúč?

O čo ide?

Verejné toalety a iné zariadenia (zdvíhacie plošiny, výtahy, rampy atď.) umožňujú ľuďom s obmedzenou mobilitou bezbariérový prístup. Predstavujú vysokú investičnú hodnotu, a preto by mali byť chránené v prospech spoluobčanov, ktorí ich nevyhnutne potrebujú. Ich uzamknutie umožňuje prístup iba okruhu ľudí, ktorým sú určené. Na druhej strane je dôležité, aby sa zdravotne znevýhodnené osoby nemuseli zdĺhavo domáhať kľúča u obsluhujúceho, často zaneprázdneného personálu.

Aké je riešenie?

Kľúč, ktorý otvára všetky zariadenia určené ľuďom s obmedzenou mobilitou. Táto myšlienka sa stala skutočnosťou už v roku 1986, odkedy je možné odomykať tisíce takýchto dverí a zariadení v celej Európe. Dnes už je aj na Slovensku možné takýmto kľúčom otvárať dvere toaliet vyhradených pre invalidov. Kľúč je chránený proti ilegálnemu kopírovaniu, a tým aj všetky zariadenia proti zneužitiu, či vandalizmu. Toalety sú tak uzamknuté a zároveň ľahko dostupné tým, ktorým sú určené

Ciele projektu:

- bezbariérový/okamžitý prístup osobám s obmedzenou mobilitou
- užívateľ má svoj kľúč a nepotrebuje obsluhu
- zvýšená čistota a hygiena
- ochrana pred zneužitím
- ochrana pred zničením (vandalizmus)

Výhody:

- grafické označenie toaliet vyhradených pre zdravotne znevýhodnené osoby
- kľúčienka s adresou online databázy euro WC
- zoznam všetkých zariadení prístupný 24 hodín denne, 7 dní v týždni
- aplikácia pre mobilné telefóny - WC kompas



Čo je Národný kontaktný bod systému Euroklúč?

Národný kontaktný bod pre systém Euroklúč je jedna zo sekcií AOPP, ktorej hlavnou náplňou sú nasledovné činnosti a aktivity:

- Poskytovať informácie pre zdravotne postihnutých a ich rodinných príslušníkov o stave príprav
- Koordinovať aktivity a činnosti spojené s rozširovaním systému v rámci Slovenskej republiky
- Vytvárať prostredie pre implementáciu systému v rámci Slovenskej republiky
- Informovať o jednotlivých inštaláciách partnerov projektu tak, aby informácie o umiestnení a možnosti použitia boli aktuálne a dostupné pre cieľové skupiny projektu
- pre zdravotne postihnutých
- pre majiteľov verejných WC, výťahov a zdvíhacích plošín pre imobilných zdravotne postihnutých
- pre majiteľov a prevádzkovateľov miest, kde sú verejné toalety a kompenzátory mobility pre cieľovú skupinu z domácich občanov ako aj návštevníkov Slovenska
- Aktualizovať spolu s partnermi projektu databázu inštalácií a stav informovanosti pre verejnosť aj cieľové skupiny zdravotne postihnutých
- Spolupráca s centrálnymi orgánmi štátnej správy participujúcimi v rámci možností a kompetencií na implementácii projektu

Kde je Národný kontaktný bod systému Euroklúč?

Asociácia na ochranu práv pacientov SR ako jeden z hlavných nositeľov myšlienky implementácie a rozšírenia systému pre zdravotne postihnutých vytvára v súčasnej dobe tento inštitút ako jednu zo svojich častí v rámci poslania a činnosti AOPP.

Sídlo sa pripravuje na adrese:

Prešovská 39, 821 08 Bratislava Elektronický kontakt:

eurokluc@aopp.sk Telefonický kontakt: +421903 711 117

Už teraz, v súčasnej dobe je možné kontaktovať pracovníku Národného kontaktného bodu k systému Euroklúč tak, aby poskytla reálne a aktuálne informácie k tejto malej, ale veľmi dôležitej pomôcke pre zdravotne postihnutých s chronickými ochoreniami ako aj pre telesne postihnutých spoluobčanov.

Diverzifikácia systému Euroklúč

Systém ako taký je treba rozdeliť do dvoch rovín implementácie:

- Rovina pre zdravotne postihnutých - Euroklúč ako taký
- Rovina pre inštitúcie a subjekty - zámková vložka Euroklúč

V prvom prípade ide o kľúč ako taký v svojej podstate, ktorý by mal umožniť vstup zdravotne postihnutého na miestach, kde doposiaľ čakal na obsluhu zariadenia.

V prípade druhom ide o miesta, kde je implementovaný, je možné implementovať, alebo je žiadosť o implementáciu zámkovej vložky, prípadne vložky obsluhy výťahu, alebo zdvíhacej plošiny

Informovanosť je základom pre využitie tejto pomôcky, preto AOPP na tento projekt vyčleňuje samostatnú oblasť činnosti a práce spojené s informovanosťou pre verejnosť aj cieľovú skupinu.

Kontaktné osoby:

Na základe prípravy a postupnej implementácie projektu je možné kontaktovať nasledovné osoby pre informácie spojené so systémom Euroklúč:

Petr Kučera, prezident AOPP,

kontakt 0911117 117

Anna Zavadská, pracovníčka Národného kontaktného bodu systému Euroklúč,

kontakt 0903 711 117

Písomné dotazy je možné adresovať na:

Asociácia na ochranu práv pacientov SR

Národný kontaktný bod pre systém Euroklúč

Prešovská 39

821 08 Bratislava

Elektronické dotazy je možné odosielať na e-mailové adresy:
eurokluc@aopp.sk

Petr Kučera, prezident



Vrátna – povodeň

Vrátna patrí k najkrajším dolinám v rámci Slovenska. Majestátny Rozsutec patrí k najkrajším končiarom v našej krajinke. Aj napriek svojmu postihnutiu sa môžem pochváliť, že som vyšiel za výdajnej pomoci mojich kamarátov na jeho vrchol. Jánošíkov kraj pat-



rí určite k vyhľadávaným destináciám hlavne v zime, kvôli lyžiarskym podmienkam. V osade Štefanová vo Vrátnej vznikla aj neoficiálna hymna V Dolinách, ktorú fantasticky zaspieval Karol Duchoň. Na tomto mieste chcem spomenúť ešte jednu vec, kým začnem opi-

sovať pondelok 21. júla tohto roku. Nevieť to už presne, ale z našej organizácie bolo pár vozičkárov sedačkovou lanovkou na Chlebe, vtedy ešte nebola uskutočnená rekonštrukcia. Toto leto bolo mimoriadne bohaté na zrážky. Neustále pršalo. Aj v pondelok 21. júla v podvečerných hodinách pršalo, práve som prišiel domov, auto som zaparkoval v garáži a v byte som zavrel vetracie. Ľahol som si na posteľ, že si trochu oddýchnem, mohlo byť okolo 18.00 hod., som počul z vonku nejaký hluk, zapol som počítač, nešiel internet, nešiel ani televízor, skúšal som pevnú linku, ale aj tá bola hluchá. Vyšiel som teda vonku a vtedy som pochopil, čo sa vlastne deje. Popred obecný úrad sa valila obrovská voda, bola zaplavená dokonca aj cesta. Neskôr bolo známe, čo sa vlastne stalo. Na ploche štyri kilometre štvorco-

vé napadlo za hodinu a pol až 65 milimetrov zrážok, čo sa blíži k storočnej vode. Vo Vrátnej, v časti Hromové sa podmáčal svah na zhruba 50 hektároch a zosunul sa. Urobil umelé jazero, ktoré sa naplnilo vodou a jeho pretrhnutím vznikla prívalová vlna. V obci zasiahla Jánošíkovu ulicu, centrum a časť obce Mlynec, kde vznikli škody. V Krivánskej Rizni poškodilo vodovod, takže vznikli problémy so zásobovaním pitnou vodou v častiach obce na Bielom Potoku, kde vodárne začali zásobovať pitnou vodou v cisternách. Išlo približne o 1000 ľudí. V úseku asi 5 km od chaty Vrátna, kde je aj sedačková lanovka na Chlebe bola poškodená cesta na viacerých úsekoch, vytrhnutý asfalt, podmytie cesty v Tiesňavách vstupnej brány do Vrátnej. Podľa slov starostu obce bolo postihnutých 44 domov povodňou. Priame škody

pre obec boli cca 2,5 milióna €. Celkové škody spôsobené povodňou dosiahli cca 10 miliónov €. Enormné úsilie, ktoré bolo nasadené a pomoc vlády SR, zbierky na pomoc postihnutým občanom postupne navracalo krajinu po takmer 100 ročnej vode k stavu, ktorý bol pred povodňou. Zostáva len dúfať, že podobná živelná

pohroma sa nebude opakovať. Tak ako povedal starosta Terchovej Ing. Milan Laurenčík, v núdzi poznáš priateľa, tak si myslím, že Terhovci zvládli na jednotku. Som hrdý na svoju obec.

Ján Miho
Ing. Milan Laurenčík
starosta obce Terchová
tel: 0903 941 044



Novinky z Non-Handicapu

Vo výstavných priestoroch bratislavskej Incheby sa aj tohto roku v hale A0 od 15. do 17. októbra prezentovalo širokej verejnosti tradičné výstavné duo Slovmedica a Non-Handicap, kde mala svoj výstavný priestor aj Slovenská humanitná rada, spoločne so svojimi členskými organizáciami Slovak Crohn Club a Slovenským zväzom sclerosis multiplex. Naproti nim zaujímavé novinky predstavila verejnosti aj Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska spolu so svojou partnerskou organizáciou Tyflocomp. Aj výstavu Non Handicap 2014 opäť sprevádzal aj pestrý odborný program, v ktorom zdravotne postihnutých návštevníkov istotne zaujalo napríklad, „Predstavenie tváří projektu ŠKODA Handy ZTP“, držiteľ Európskej ceny za podporu podnikania.

Na otázku, v čom sa tohtoročný Non-Handicap líši od vlaňajšieho, nám odpovedal Ing. Ivan Veselý, riaditeľ výstav Incheby:



Ing. Ivan Sýkora, prezident SHR a Ing. Ivan Veselý, riaditeľ výstav v Inchebe.

„Tohto roku sme priradili výstavy Non Handicap a Slovmedica k medzinárodnému veľtrhu Moddom, takže očakávame vysokú návštevnosť a aj tu, na Non Handicape je naozaj živšie. Je tu prítomné aj iné spektrum vystavovateľov ako po iné roky, ktoré je viac orientované na širokú verejnosť. Prvý raz na Non Handicap prišli vystavovať aj kúpele Luhačovice a Kúpele Sklené Teplice. Aj otváracie hodiny sú prispôbené veľkému veľtrhu Moddom, a to od 10. do 19. hodiny. Máme tentoraz aj kolektívnu účasť čínskych vystavovateľov, čo prinieslo oživenie výstavy s technikou, ktorú vystavujú v rámci výstavy Slovmedica, čo je tiež nový prínos. Na Non Handicape patrí k najväčším vystavovateľom Otto Bock s rôznymi typmi invalidných vozíkov, chodítok a protéz. Je tu tiež široká ponuka nielen slovenských, ale aj českých vystavovateľov vystavujúcich upravené motorové vozidlá pre telesne a zdravotne postihnutých.“

Slovo sme preto dali aj Ing. Ivanovi Gregorovi, z AMC Martin, ktorý úzko spolupracuje s Asociáciou telesne postihnutých motoristov. Spýtali sme sa, čomu sa v súčasnosti venuje. Jeho obšiahlu odpoveď prinášame v skrátenej podobe: „My robíme hromadnú homologizáciu motorových vozidiel so zvýšenou strechou určených pre telesne postihnutých tak, aby s nimi nemusel každý zákazník osobitne chodiť do skúšobne. V posledných dvoch ro-

koch sa totiž zmenila legislatíva, čo pre zákazníkov znamenalo aj určité predraženie. Takže, aspoň vystavovaný model upraveného auta značky FIAT pre potreby vozičkárov chceme ponúkať „na kľúč“ ako hotový. So zvýšenou

strechou sa totiž veľa áut nevyrába. Druhé vystavované auto značky Mercedes má už menšiu výšku, než vystavený upravený Fiat. Výška upraveného auta Mercedes pre vozičkárov nie je postačujúca, pretože je o 25 centimetrov menšia, než má vystavené upravené vozidlo FIAT. Máme tu vystavený aj systém so zníženým podvozkom, ktorý má ďalší, na tohtoročnom Non Handicape vystavený automobil značky Volkswagen. Toto vozidlo má znížený podvozok a je patentované v Európe. Platí, že čo je schválené v Európe, platí aj na Slovensku, ale každá krajina, a teda aj Slovenská republika, má svoje národné špecifiká a ministerstvo dopravy na Slovensku (MDPT SR) vyžaduje overovanie vozidiel, čiže, aby skúšobňa overila či upravené vozidlo spĺňa všetko to, čo je o ňom napísané na papieri“. Vystavené vozidlá majú aj nájazdné plošiny pre invalidný vozík. Ako sme sa dozvedeli, na vysunutie a sklápanie plošiny je stále ešte potrebná práca asistenta.



Ing. Ivan Gregor z Martina, zaoberajúci sa úpravou motorových vozidiel pre telesne postihnutých, ktorý už dlho aktívne spolupracuje s Asociáciou telesne postihnutých motoristov.

Nemožno však neuviesť, že sa našli návštevníci, ktorí si nielen prezreli vystavené exponáty a novinky, ale našli si čas popri tom aj na darovanie krvi. O toto podujatie sa pričínila bratislavská Národná transfúzna služba, presnejšie výjazdový tím zabezpečujúci každý deň výjazdy za darcami krvi. Pretože krvi stále nie je dosť, tím navštevuje aj firmy, vysoké školy, kasárne a prvý raz usporiadal na Non Handicape podujatie „Výstavná kvapka pomoci“.

Na Non Handicape 2014 zaujala aj prezentácia spoločnosti Škoda auto Slovensko, a to najmä projektom prinášajúcim riešenia pre rozvoj dopravnej mobility osôb so zdravotným postihnutím a ich integráciu pomocou projektu Škoda Handy ZTP. V súčasnosti Škoda Handy ZTP poskytuje služby už piatich centier, pričom tohto roku otvorili dve nové centrá. Dňa 16. októbra 2014 spoločnosť ohlásila aj začiatok spolupráce s Občianskym združením Paraspport 24, aby takto rozšírila aktivity hendikepovaných osôb. Nemožno nedodať, že od roku 2015 bude spoločnosť Škoda partnerom najväčšieho športovo-charitatívneho podujatia na Slovensku: „Cez Slovensko na bicykli za päť dní“. Viac sa o tejto téme možno dočítať na www.skoda-auto.sk/siet/handy-ztp a tiež na www.avmobilita.sk

Text a snímky:
Margita Škrabáľková, PhD., šéfredaktorka Humanity

System elektronickej dial'nickej znamky

Vážení kolegovia, na zasadnutí Výboru pre osoby so zdravotným postihnutím na MPSVR SR dňa 20.11.2014 sme získali materiál vyjadrenia Národnej dial'nickej spoločnosti, ako postupovať v prípade, že chceme mať výnimku a byť oslobodení od poplatku za dial'ničnú známku od 1.1.2015.

Prosím o dôsledné naštudovanie pokynov uvedených v prílohe. V prípade, že by ste mali ďalšie otázky, adresujte ich na RC SZTP a RC SZTP bude priamo komunikovať s komunikačným odborom Národnej dial'nickej spoločnosti. O výsledku vás budeme včas informovať.

Podotýkam, že registrácia môže byť iba na jedno vozidlo.

Prajem pekný deň, Vrábl'ová

Národná dial'ničná spoločnosť, a.s. vyvíja všetko úsilie, aby systém elektronickej dial'nickej znamky bol spustený do prevádzky už v roku 2015. Vo vzniknutej situácii, kedy nový systém ešte nie je implementovaný a od 1. januára 2015 nadobudne účinnosť zákon č. 488/2013 Z.z. o dial'nickej známke, bude príslušný vodič/žiadateľ postupovať pri žiadosti o oslobodenie motorového vozidla od úhrady dial'nickej znamky (ďalej len „DZ“) tak ako doteraz. To v praxi znamená, že žiadateľ musí osloviť Národnú dial'ničnú spoločnosť, a.s. (ďalej len „NDS“) a spolu s predložením príslušného parkovacieho preukazu požiadať o vydanie oslobodenia od úhrady DZ. Kópia preukazu pre NDS veľmi dôležitá, pretože preukazy môžu mať i vymedzenú časovú platnosť (napr. pol roka).



Kontrola úhrady DZ bude prebiehať taktiež rovnako ako v súčasnosti. Vodiči musia pre preukázanie oslobodenia od úhrady DZ predložiť potvrdenie od NDS.

To musia vodiči spolu s Parkovacím preukazom nosiť so sebou.

Podľa § 7 písm. h) zákona č. 488/2013 Z.z. o dial'nickej známke sú od úhrady oslobodené vozidlá zaregistrované osobou, ktorá je držiteľom parkovacieho preukazu a podľa §7 písm. i) sú od úhrady dial'nickej znamky oslobodené vozidlá, ktorých prevádzkovateľom je osoba, ktorá používa vozidlo na poskytovanie sociálnej služby podľa osobitného predpisu a neposkytuje sociálnu službu s cieľom dosiahnuť zisk a zároveň o tomto vozidle účtuje podľa osobitného predpisu. Pre fyzickú osobu s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorá je

podľa posudku odkázaná na individuálnu prepravu osobným motorovým vozidlom alebo má praktickú slepotu oboch očí, vyhotoví príslušný orgán parkovací preukaz na základe právoplatného rozhodnutia o parkovacom preukaze. Pri oboch prípadoch, pre fyzickú osobu s ťažkým zdravotným postihnutím i pre prevádzkovateľa sociálnych služieb, platí povinnosť sa zaregistrovať u správcu výberu úhrady DZ, v tomto prípade u NDS. Žiadatelia podľa §7 ods.3) zákona č. 488/2013 Z.z. o dial'nickej známke poskytujú najmä nasledujúce údaje: Obchodné meno, adresu miesta podnikania, príp. meno, priezvisko, dátum narodenia, adresu bydliska, štátnu príslušnosť, číslo OP alebo pasu, ECV, krajinu, kde je vozidlo registrované, kontaktné údaje, a tiež údaje potvrdzujúce nárok na oslobodenie od úhrady, t.j. kópiu rozhodnutia o žiadosti o vyhotovenie parkovacieho preukazu, kópiu parkovacieho preukazu, kópiu technického preukazu vozidla príp. vozidiel, kópiu zriaďovacej listiny,

Predložené údaje sa registrujú u správcu úhrady dial'nickej znamky, resp. u ním poverenej osoby a žiadateľ o oslobodenie od úhrady DZ dostane po registrácii potvrdenie od NDS, ktorým sa bude musieť preukázať pri kontrole PZ SR.

Žiadosti o oslobodenie od úhrady DZ je možné zaslať poštou na adresu NDS, príp. osobne doručiť, Národná dial'ničná spoločnosť, a.s., Mlynské Nivy 45, 821 09 Bratislava, kde je možné ich konzultovať priamo s pracovníkmi NDS.

Preukaz ZŤP, ZŤP/S a parkovací preukaz

Fyzická osoba s nepriaznivým zdravotným stavom má možnosť v zmysle zákona č. 447/2008 Z.z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ŤZP a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov požiadať na vecne a miestne príslušnom úrade práce, sociálnych vecí a rodiny podľa miesta svojho trvalého bydliska o vyhotovenie preukazu fyzickej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím, preukazu fyzickej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím so sprievodcom a parkovacieho preukazu.

Tlačivo žiadosti a lekárskeho nálezu pre účely posúdenia nepriaznivého zdravotného stavu sa vydáva na oddelení posudkových činností, kde zodpovední pracovníci podávajú relevantné informácie a poskytnú komplexné sociálne poradenstvo a sú nápomocní pri vyplnení žiadosti. Pred samotným posúdením zdravotného stavu posudkovým lekárom oddelenia posudkových činností, klient musí predložiť vyplnenú žiadosť s doložením aktuálnych odborných lekárskeho nálezu, nie starších ako šesť mesiacov.

Vydaniu preukazu predchádza lekárska posudková činnosť, pri ktorej sa hodnotí a posudzuje zdravotný stav podmieňujúci

zdravotné postihnutie fyzickej osoby. Lekár príslušného oddelenia posudkových činností určí mieru funkčnej poruchy, pričom vychádza z aktuálneho lekárskeho nálezu na účely kompenzácie, preukazu ŤZP, ŤZP/S a parkovacieho preukazu. Výsledkom lekárskej posudkovej činnosti je navrhnutie miery funkčnej poruchy, ktorá musí dosiahnuť najmenej 50 percent a ktorá podmieňuje uznanie za fyzickú osobu s ťažkým zdravotným postihnutím.

Na účely preukazu lekárskeho posudok obsahuje mieru funkčnej poruchy, vyjadrenie, že ide o fyzickú osobu s ŤZP, či fyzická osoba s ŤZP je odkázaná na sprievodcu a termín opätovného posúdenia zdravotného stavu.

Na účely parkovacieho preukazu lekárskeho posudok obsahuje mieru funkčnej poruchy, vyjadrenie, že ide o osobu s ŤZP, či fyzická osoba s ŤZP je odkázaná na individuálnu prepravu osobným motorovým vozidlom alebo či má praktickú alebo úplnú slepotu oboch očí a termín opätovného posúdenia zdravotného stavu.

Fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím príslušný úrad práce, sociálnych vecí a rodiny vyhotoví preukaz, ak z právo-

platného rozhodnutia o peňažnom príspevku na kompenzáciu alebo z právoplatného rozhodnutia o preukaze vyplýva, že ide o fyzickú osobu s ťažkým zdravotným postihnutím. Preukaz fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím so sprievodcom sa vyhotovuje fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím, ak je odkázaná na sprievodcu a odlišuje sa od preukazu fyzickej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím bez sprievodcu červenou čiarou. Fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím je odkázaná na sprievodcu, ak je odkázaná na pomoc inej fyzickej osoby alebo na pomoc psa so špeciálnym výcvikom pri zabezpečovaní pohybu, orientácie a komunikácie so spoločenským prostredím. Za odkázanú na sprievodcu možno považovať fyzickú osobu s ťažkým zdravotným postihnutím najskôr od dovŕšenia tretieho roku veku.

Výhody preukazu občana s ťažkým zdravotným postihnutím a preukazu občana s ťažkým zdravotným postihnutím so sprievodcom :

- uplatnenie zľavy v autobusovej doprave - v mestskej a prímestskej doprave
- uplatnenie zľavy na železničiaci - na celom území SR

- uplatnenie zľavy na rôzne kultúrne a spoločenské podujatia, pričom výška zľavy závisí od príslušnej inštitúcie

- možnosť uplatnenia oslobodenia od povinnosti platiť úhradu za služby verejnosti poskytované Rozhlasom a televíziou Slovenska v oblasti rozhlasového a televízneho vysielania v zmysle zákona 340/2012 o úhrade za služby verejnosti poskytované Rozhlasom a televíziou Slovenska a o zmene a doplnení niektorých zákonov, uplatnenie sa adresuje na RTVS Bratislava s doložením preukazu ŤZP, komplexného posudku alebo rozhodnutia, evidenčného čísla SIPO – na doklade o úhrade

- možnosť uplatnenia si úľavy na dani z nehnuteľnosti, ak na príslušných mestských a obecných úradoch majú túto zľavu zadefinovanú v príslušnom všeobecne – záväznom nariadení mesta a obce

- zľavu si môžu uplatniť aj pri platbe zá-

konného zmluvného poistenia motorových vozidiel

- výnimka na používanie diaľničných známok pre občanov s ŤZP – platí pre fyzické osoby s ŤZP, ktoré na základe zákona č. 447/2008 Z.z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ŤZP a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov sa preukážu rozhodnutím príslušného úradu práce, sociálnych vecí a rodiny o priznaní peňažného príspevku na kompenzáciu zvýšených výdavkov súvisiacich so zabezpečením prevádzky osobného motorového vozidla - zákon č. 135/1961 Zb. o pozemných komunikáciách / cestný zákon /.

Fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorá je odkázaná podľa posudku na individuálnu prepravu osobným motorovým vozidlom podľa § 14 ods. 6 zákona č. 447/2008 Z.z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postih-

nutia alebo má praktickú slepotu alebo úplnú slepotu oboch očí, vyhotoví príslušný úrad práce, sociálnych vecí a rodiny parkovací preukaz na základe právoplatného rozhodnutia o parkovacom preukaze. Parkovací preukaz je prenosný a pri parkovaní je potrebné jeho umiestnenie v prednej časti vozidla tak, aby bola predná časť parkovacieho preukazu jasne viditeľná na účely kontroly. Parkovací preukaz oprávňuje držiteľa k využívaniu vyhradených parkovacích miest a zariadení v členských štátoch Európskej únie. Doba platnosti preukazu je neobmedzená, ak fyzickej osobe s ŤZP nezanikne nárok na parkovací preukaz. Právne vzťahy pri vyhotovení parkovacieho preukazu upravuje § 17 zákona č. 447/2008 Z.z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia.

PaedDr. Jana Kováčová
PhDr. Bronislava Pekárová
ÚPSVR Nitra



ADELI Medical Centrum

Za zázrakmi sa skrýva tvrdá práca

5-6 hodín intenzívnej terapie s individuálnym prístupom k pacientovi 6 dni v týždni - to je tajomstvo „zázrakov“ ktoré sa dejú v ADELI. Profesionalita a zánietenosť 300-členného tímu, ktorý sa venuje pacientom, neustále hľadanie a zdokonaľovanie terapie a ich kombinácii prináša efekt aj u takých stavov a diagnóz, kde iné terapie nezaznamenali žiadne, alebo len minimálne zlepšenie.

Krok za k rokom k úspechu

Cvičenie v ADELI obleku trvá 2 hodiny denne. K tomu sa pridáva manuálna terapia oxygenoterapia, lo-



gopédia, masáže, bioteeoback, laseropunktúra, bahenné zábaly či manuálna terapia. Každý rok sa ADELI Medical Centrum snaží pacientom rozšíriť terapeutické možnosti.

V minulom roku bola do rehabilitačného programu zaradená spider terapia, mechanohippoterapia a hydroterapia.

APPA pomáha financovať terapiu

Od roku 2009 kedy v máji vznikla Asociácia pomoci postihnutým ADELI až doteraz pomohla táto organizácia sumou približne 2,7 milióna Eur. To znamená pomoc pre veľké množstvo pacientov, ktorí by si inak museli terapiu financovať z vlastných

prostriedkov. APPA získava financie hlavne z 2% z daní z projektov s významnými partnermi (Nadáciou SPP, Nadáciou VÚB, TTSK, Nadáciou Pontis), alebo z vlastných charitatívnych aktivít (aukčný salón, charitatívny kalendár, akcie pre pacientov v regiónoch a pod.)

Pomoc pre pacientov každom veku

Najmenší pacienti majú okolo 6 mesiacov a absolvujú rehabilitačný program ADELI BabyMed a tí najstarší majú dokonca po sedemdesiatke. Intenzívna neurorehabilitácia dokáže odvrátiť alebo zmierniť postihnutie u malého dieťaťa. Dospelému pacientovi úplne alebo z veľkej časti vrátiť stratené schopnosti a každému dať šancu na plnohodnotnejší život.

Hyperbarická komora

a neurologické ochorenia pohybu

Intenzívna a neurorehabilitácia je doplnená o možnosť hyperbarickej oxygenoterapie v OXYMED centre. 12-miestna moderná a bezpečná hyperbarická komora je nádejou pre pacientov po úrazoch, mozgových príhodách, ale mimoriadne zvyšuje terapeutický efekt aj pri postihnutí detskou mozgovou obrnou. Jedinečnú kombináciu terapie s vynikajúcim výsledkom už vyskúšali desiatky pacientov.

ADELI rodina

V tomto roku oslavuje ADELI Medical Centrum 10 rokov svojho pôsobenia. Najväčšími úspechmi centra sú úspechy pacientov. Napriek tomu, že centrum postupne výrazne zväčšilo svoje kapacity, sa tu stále podarilo zachovať rodinnú atmosféru a individuálny prístup k pacientovi a jeho potrebám. Za 10 rokov sa podarilo zlepšiť život tisíckam pacientom, priniesť radosť do ich rodín a mnohým doslova prinavrátiť stratené zdravie.

Kontakt: ADELI MEDICAL CENTER,

HLBOKÁ 47, PIEŠŤANY, SLOVAKIA

MOBIL: +421 905 409 570, TEL.: +421 33 79 15 900

E-MAIL: miriam@adeli-method.com, www.adelicenter.com

FAX: +421 33 77 18 108



Leto 2014 v Štúrove

Napriek upršanému letu si vozíčkári a ťažko telesne postihnutí aj tento rok koncom júla užívali bazény v Štúrove. Zamestnanci Relaxu sa starali o ich pohodlie a vedúci skupiny o rozmanitý program. S obľubou navštevovali aj „staré kúpalisko“, kde je rodinná atmosféra. Plávanie v krytej plavárni alebo diskotéky si užívali vo večerných hodinách. Veľký úspech mal aj výlet do Maďarska. Hlavným programom bola účasť na Non stop 24 hod. plávať v rámci ktorého plávali účastníci pobytu aj s rodinnými príslušníkmi, ako aj priatelia-vozíčkári zo Štúrova a okolia. Pre rybárov boli pripravené rybárske

preteky na starom ramene Hrona. Táto lokalita je bohatá na ryby, o čom svedčí aj úlovok z nočných pretekov v love sumcov kde miestny rybár ulovil 30 kilového sumca. Tento rok bola nižšia účasť našich členov, čo je na škodu veci, jedná sa o zariadenie patriace



SZTP, je bezbariérové a prispôbené ťažko telesne postihnutým. Je v prevádzke celý rok, môžete ho využívať aj na individuálne pobyty informácie získate na www.src-relax.sk. V Štúrove je bohatý kultúrny program na pešej zóne hlavne od mája do októbra. Centrum mesta, obchody, reštaurácie, kino, kostol, polikliniky sú bezbariérové pohodlne sa dostanete všade, máme dostatok vyhradených parkovacích miest ako aj toalety pre vozíčkárov. Na kúpalisku Vadaš sa každý rok vylepšujú podmienky pre návštevníkov, máme nové atrakcie, čo si ocenia Vaši zdraví rodinní príslušníci Srdečne Vás pozývame do Štúrova

Kollárovci

RODINA NEPOŠVRNENEJ VRÍCKO – SLOVENSKO

Tel.: 041 4933 741, e-mail: RN@slovanet.sk

TIE ŠAŠTÍNSKE ZVONY K SEBE NÁS VOLAJÚ...

Táto pieseň určite viac ako inokedy zaznieva z úst a srdc pútnikov, ktorí prichádzajú a putujú v roku Sedembolestnej Matke do Šaštína.



Rok 2014 katolícki biskupi vyhlásili za rok Sedembolestnej Panny Márie z príležitosti 450. výročia prvého zázraku Panny Márie v Šaštíne a 50. výročia potvrdenia Sedembolestnej Panny Márie za Patrónku Slovenska.

Katolícka cirkev na Slovensku si sviatok Sedembolestnej Panny Márie pripomína 15. septembra. Národnou svätynou sa stal chrám v Šaštíne.

Šaštín je starobylým pútnickým miestom. V roku 1564 dala Angelika Bakičová, manželka grófa Imricha Czobora, majiteľa šaštínskeho panstva zhotoviť sochu Sedembolestnej ako splnenie sľubu za vypočutie v rodinných trápeniach. Sochu uložili k verejnej účte do trojhrannej kaplnky, ktorá tam stojí dodnes. Počas tureckých vojen sochu preniesli do

blízkeho zámku a uschovali v kaplnke sv. Imricha. Tu bola do začiatku 18. storočia, keď ju v roku 1710 znova uložili do kaplnky. Ľud si ju veľmi uctieval a stalo sa pri nej mnoho zázračných uzdravení na tele i na duši. V roku 1732 preniesli sochu do loretánskej kaplnky pri šaštínskom kostole na námestí. Ostrihomský arcibiskup Imrich Esterházy ustanovil vyšetrovaciu komisiu, ktorá preskúmala 726 zázračných prípadov. Sochu vyhlásili za zázračnú a v roku 1733 vyšli s iniciatívou rehoľníci paulíni postaviť pútnický chrám a kláštor. Chrám bol slávnostne posvätený v roku 1764. Pápež Pavol VI. Svätyniu v roku 1964 povýšil na baziliku minor.

Na konci mája 2014 putovala do Národnej svätyně do Šaštína aj Rodina Nepoškvrnenej. Veľmi sme sa všetci tešili a pripravovali na stretnutie so Sedembolestnou Matkou a s členmi Rodiny Nepoškvrnenej, aby sme prijali milosti a dary, ktoré nám Sedembolestná Matka vyprosila u svojho Syna. Putovali sme do Šaštína, aby sme si prehľadali náš vzťah k Ježišovi. Mária nám dáva osobný príklad, čo má byť našim cieľom a zmyslom života, veď ona žila dôverný vzťah s Bohom. Púť v živote kresťana má stále miesto a veľký duchovný význam. Každá púť je obrazom našej životnej púte. Je obetou, je prejavom pokánia a túžbou po Bohu. Na mariánskych pútnických miestach sa cítime ako deti pri matke. Pri matke je vždy dobre. Pri nej čerpáme silu, aby sme mohli púťovať ďalej našim životom. Každý jeden z nás nesie svoj životný kríž a Mária je pre nás vzorom





ako trpieť a nieť svoje životné kríže spolu s Kristom.

Prežívajme tento rok pri Márii a s Máriou. Mnohí krížom choroby sú pripútaní na lôžko, obmedzení, chudobní a zabudnutí. Takí sú veľmi blízko pri srdci Matky, ktorú

penikol meč bolesti. Bolesť Máriiných detí treba spojiť s jej bolesťou a premeniť ju na veľkú duchovnú obeť za Cirkev a celý svet. Nezabúdajme vo svojich modlitbách a obetách na Svätého Otca, biskupov, kňazov, rehoľníkov a nové duchovné povolania. Obeťujeme sa za posvätenie a zachovanie viery v našich rodinách.

Každému z nás nech láska k Matke Sedembolestnej vnukne ako máme prežívať tento rok, aby neuplynul nadarmo. Slovenský národ oddávna prechovával osobitnú úctu a dôveru v utrpení k Sedembolestnej. Boh nám cez Máriu, dáva príležitosť, aby sa úcta k Ježišovi jej Synovi stála dokonalejšim a účinnejším prostriedkom poznávania Syna Božieho a aby ľudová zbožnosť viedla ľudí k pravým duchovným hodnotám.

Za Rodinu Nepoškvrnenej sr. M. Alica

Najčastejšie chyby pri užívaní liekov

- nerešpektovanie rady lekára a lekárniky, kedy treba liek užívať, teda či pred jedlom, po jedle, alebo počas jedla – pacienti potom majú tráviace ťažkosti, prípadne sa liek pomalšie dostáva do krvi.

- Neužívanie liekov v správnom čase, týka sa to hlavne antibiotík, ktoré sa zásadne užívajú v presných intervaloch predpísaných lekárom, niektoré lieky sa užívajú len v určitom dennom čase, napríklad len ráno alebo zásadne večer – lieky potom neúčinkujú, ako by mali

- Nerešpektovanie spôsobu užitia liekov – niektoré lieky sa zapíjajú tekutinami, niektoré nie, niektoré sa majú rozhrýzť alebo cmúľať, iné sa musia prehltnúť celé a zásadne sa užívajú nerozhryzené.

- Vysadenie lieku po prvotnom zlepšení zdravotného stavu – liek

treba dobrať presne tak, ako to predpíše lekár alebo je písané v príbalovom letáku

- Užívanie liekov po expirácii teda lehote použiteľnosti – môžu byť neúčinné

- Nesprávne skladovanie liekov – zásadne sa lieky neskladujú na teplých miestach, na miestach vystavených slnečnému žiareniu, prípadne blízko tepelných zdrojov ako radiátor alebo sporák, mali by sa udržiavať v suchom prostredí, niektoré sa musia skladovať v chladničke – pri zlom skladovaní strácajú účinnosť

- Požičiavanie a odporúčanie liekov iným je hriechom hlavne starších ľudí – často si poskytujú nielen rady, ale aj lieky susedia medzi sebou, s tým, „že mne to pomohlo, zober si to aj ty“ – nie každý liek účinkuje u každého rovnako, to, čo



pomáha jednému, druhému môže uškodiť

- Svojvoľné užívanie niekoľkých liekov naraz, často aj na tú istú diagnózu, ich účinky sa môžu negovať alebo, naopak, neprijemne znásobiť, v organizme nastáva zmätok.

- Vybratie lieku zo škatuľky, jej zahodenie a následná nevedomosť, kedy sa končí lehota použiteľnosti lieku, resp. o aký liek vlastne ide – to je problém predovšetkým starších ľudí

Odporúčania pri užívaní liekov

- kapsuly a tablety by sa mali užívať postojacky alebo vo vzpriamenom sede a zapiť dostatočným množstvom vody – ak ich pacient užije poležiačky alebo bez zapitia, môžu sa prilepiť na sliznicu, čo spomalí účinok lieku alebo dokonca môže poškodiť pažerák

- pred užitím tekutého lieku treba potriasť fľaškou, inak pacient neužije presnú dávku liečiva – účinná látka sa môže usadzovať na dne alebo na povrchu



Spoved': Žena sa pri spovedi pýta farára, čo má robiť, keď v kostole niečo vzala a teraz to ľutuje?

Kňaz jej odpovedal, že rozhrášenie dostane až potom, keď to, čo si v

kostole zobrala vráti a svoj čin úprimne oľutuje.

Na to "hriešnica" odpovedala, že si pred

rokmi v kostole zobrala manžela a teraz to úprimne ľutuje, len nevie kam ho má vrátiť, aby jej bolo odpustené!...??

Opilec sa potáca po ulici a vrazí do protiidúcej ženy. Ta mu hneď vrazí facku.

"Bože, to už som doma?"

Opilec zavolať na políciu, že mu vykradli auto:

"Človeče, ukradli mi prístrojovú dosku, volant, brzdu, plyn, dokonca i radiacu páku!" Než stihli policajti začať niečo robiť, zazvonil telefón znovu:

"Ech, kašlite na to, omylom som vliezol na zadné sedadlo."

Udýchaný mladý poštár príde s dôchodkom k Ďurovi a hovorí:

"Ďuro! Už ma nebaví chodiť každý mesiac za Vami na samotu 1 km od dediny."

Ďuro na to:

"Moc ma nehnevaj! Lebo si objednáš dennú tlač"

Rozprávkové VIANOCE

Keď je človek nejakým spôsobom hendikepovaný a ku tomu sa pridá ešte aj nejaká tá pridružená choroba, obyčajne sa stáva nepokojným, ba až nevrným a hľadá spôsob, ako sa v takejto prekérnej situácii zachovať a ako tak zabudnúť na svoje ťažkosti, bolesti a trápenia v chorobe.

Ako tak nemilobohu ležím a premýšľam, že čo by mi okrem liekov, sirupov, mastičiek a bohhovie čoho ešte všetkého, čo mi lekár, manželka a priatelia naordinovali, pomohlo, oči mi padli na policu, kde mám uložené knihy, časopisy a iné písomnosti a tam na pekne poukladaného Vozičkára. Chvíľu som sa len tak naň pozeral, no potom mi prišlo na rozum, že ma pred časom požiadal náš predseda, aby som do Vozičkára napísal článok o zime. Zavolať som na svoju vnučku Ivanku, aby mi z police podala všetky čísla

Večný kolobeh prírody, Spomienky na pani Zimu a mnoho ďalších, ktoré ste si mohli tam prečítať,

Pozeraúc sa na svoju už 11 ročnú vnučku, ako si aj ona so záujmom prezerá a listuje vo Vozičkárovi, spomenul som si ešte aj na ďalšie tri moje vnučky, najmladšia mala v septembri 5 rokov, ako sa aj oni tešili na Vianoce. Ani neviem ako, ale odrazu som mal pred sebou nielen moje 4 vnučky, moje 3 deti, ale aj ostatných 4 vnukov (dokopy 8 vnúčat) a to nie je všetko, pretože pred mojím zrakom maširovali aj ostatné deti zo škôl, kde sme pripravovali Vianoce. Ich usmiate tváričky a rozžiarené očka mi vnukli myšlienku, napísať niečo, ako rozprávku o Vianociach. Od myšlienky k činu u mňa nebýva ďaleko.

Došťveral som sa k počítaču, otvoril ho a začal blúdiť po jeho stránkach, hľadáúc obrázky, ktoré by zodpovedali danej téme.

Žasol som, aké neuveriteľné množstvo obrázkov som k danej téme v počítači dosiaľ naprogramoval a veru nebolo ľahké zopár z nich vybrať. Pri každom z nich mi myslou znova prebehli tie udalosti, ktoré sme vtedy spolu prežívali. Boli to naozaj, rozprávkové Vianoce.

Začalo to tým, že sa blížili Vianoce a v našej lesoochranskej škole ma nielen pani učiteľky, ale aj páni učitelia a predovšetkým deti poprosili, či by som im, ako bývalý lesník a ich lesný pedagóg, nemohol priniesť vianočný stromček. Dobré, povedal som, ale aspoň z časti si ho musíte sami zaslúžiť. Viete, v zime zver v lese nemá dostatok potravy a tak by sme jej spestrili jedálniček tým, že nazbierame v lese žalude, gaštany a pred Vianocami im to zanesieme do lesa, aby v zime nehladovali. Všetci boli za a tak sme vyrazili do lesa. Čo sme nazbierali, všetko bolo uložené do krmidiel a spokojne nad dobre vykonaným činom, sme sa vrátili do školy. Potom som priniesol vianočný stromček, zahráli sme sa pri ňom, o deň neskôr sme pripravili veľkú vianočnú rozprávkovú slávnosť pod rozsvieteným stromčekom a tak sa skončilo naše, priam rozprávkové vianočné obdobie.

Že to boli naozaj rozprávkové Vianoce svedčí to, že ešte dlho po Vianociach, keď sme sa v škole stretli a spomenuli Vianoce, všetky detské očka

sa rozžiarili, vykúzlili na ich tvárach radostný úsmev a ich veselé džavotanie nemalo konca, pokiaľ som im nepri-slúbil, že to neboli posledné. A tak sa spolu tešíme, že aj toho roku budeme mať naše rozprávkové Vianoce.

Ludo Šurina.

P.S. Ak by sme si aj my, členovia našej špecifickej organizácie, chceli urobiť podobné rozprávkové Vianoce, alebo Mikuláša, som ochotný priniesť menší stromček na našu rozprávkovú slávnosť.

SRDCE LESNÍKA (úryvky z knihy L. Šurinu)

Už od pradávnych čias sa nielen povrávalo, ale priam verilo, že ľudia žijúci na lesných samotách, obklopený iba mlčiacimi, do seba uzatvorenými stromami, divými zvermi a vtáctvom nebeským, najmä však rôznymi čistými, či nečistými duchmi – to všetko im dodávalo istú nadprirodzenú, priam čarovnú moc....



Ludko Šurina s manželkou Ol'gou

....Avšak nebolo to celkom tak, ako si to ľudia vo svojej mysli predstavovali a ako sa im to v ich predstavách javilo, i keď určité okolnosti tomu tak nasvedčovali....

....Matúš Ratkoš, ktorého prezývali Mrak, si z tejto prezývky ináč nič nerobil a tobôž nie z toho, že mu pripisovali tie najrôznejšie, ba až čarodejnícke schopnosti....

....Keďže od malička vyrastal v lese, uprostred božej prírody a okrem svojho otca a matere, iba v spoločnosti domácich, či napolo skrotených, alebo celkom divokých zvierat, tak nečudo, že im nielen rozumel, ale že s nimi celkom zrástol. A to mu bolo v jeho ďalšom živote nielen na úžitok, ale aj na osoh....

....Veselšie tu nastalo vždy z jari, keď sa snehy pominuli, ľady popukali a mráz zašiel namiesto za nechty, kdesi za hory, za doly....



Ludvík Šurina . Záhorák

Vozičkára, čo sa tam nachádzajú. Bolo ich neúrekom a listujúc v nich, celkom som zabudol, že ma niečo bolí, že som chorý a že som hendikepovaný.

Bol som sám prevrpený, že koľko mojich článkov sa tam nachádza a to ešte aj z minulého storočia. Najviac ich bolo pravdaže o lese, o prírode a tiež o deťoch, ktoré témy sú môjmu srdcu najbližšie. Len tak úchytkom z nich niektoré spomeniem: Jarný deň v lese, Jarné prechádzky prírodou, Krásy zimnej krajiny, Vianoce v Božej prírode,

....Matúš, ako dieťa lesnej samoty, to nielen pociťoval celou svojou bytosťou, ale prežíval to ako zázrak, ktorý sa môže udiť iba v prírode a ktorý musí byť prežitý celým srdcom, celou dušou, celou myslou a zo všetkým tým, čo nový život prináša so sebou....

....A jarná príroda, jarný les a samotné J A R O ako také, ktoré zo všetkých kútov na Matúšovej ceste na neho priam dýchalo a sladko bôľne doliehalo, ako nevyčerpatelná studnica nového poznania rozvíjajúceho sa a naplno kolotajúceho života...

....Rozšírené očka Matúšove priam žiarili nad nevidanou krásou jarnej prírody. To nebol prelud, či fatamorgána čohosi abstraktného, neskutočného. To bol neskutočne skutočný svet božej prírody, ktorý mohol vnímať, pociťovať a prežívať iba ten, kto bol s lesom a s prírodou od malička v takom úzkom spojení, ako bol Matúš....

....Slová nestačia na opísanie tejto prenádhernej scenérie zo sna prebúdajúcej sa jarnej prírody. Táto, ako



by zázračným šibnutím čarovného prútika, sa pred ním menila zo svojho šedivého zimného rúcha, najskôr do zelenobieleho, potom do zlatožltého, ružovo – červeného, aby toto všetko najskôr splynulo s modro – fialovo – lilavými kvetmi v úžasnú, ako na oblohe sa rozprestierajúcu dúhu...

....Matúš sám nevedel, čo má skôr obdivovať, čomu sa má skôr venovať, či rozvíjajúcej sa jarnej prírode, alebo samému životu, ktorý sa v nej prebúdzal a ktorý ho sprevádzal na každom kroku....

....Toto všetko sa ako sen odohrávalo v Matúšovej mysli a do jeho duše, do jeho srdca a do celého jeho JA sa to nezmazateľne vrylo, aby ho toto poznanie sprevádzalo po celý jeho ďalší život....

....Či to bolo tak, alebo onak, meno Mrak sa začalo postupne z mysli ľudí vytrácať, až nakoniec sa naň celkom zabudlo. A prečo sa tak stalo ?....

....bolo to práve to dobrotivé a láskavé srdce Matúša, ktoré dokázalo svojou vrodenu podstatou dobroty, nežnosti a láskavosti, zmeniť ten ich neprívetivý prívlastok Mrak a nechať ho zapadnúť do zabudnutia...

....pokiaľ rodina Matúša Ratkoša žila tu, v starej horárni v Michalskom, vždy sa hovorilo iba o tom lesníkovi, ktorý mal nadovšetko dobrotivé srdce, ktoré nakoniec dokázalo aj to, že človek nielen môže žiť v súčinnosti s prírodou, ale že príroda sa mu za jeho dobrotu aj náležite odmení

Srdce na dlani
Ľudovít Šurina.

Smútime za Jankom Kršáčkom

Vážení čitatelia so smútkom Vám oznamujeme, že dňa 30. júla 2014 vo veku 56 rokov nás navždy opustil člen Organizácie vozičkárov v Nitre Ján Kršáčok člen Rady, predseda Klubu vozičkárov v Banskej Bystrici.

Pre organizáciu je to veľká strata a nie len nám, ale zaiste celej jeho rodine smrť spôsobila hlbokú bolesť a slová by len málo pomohli.

Nech Vám rodine je malou útechou, že Vaši priatelia a spolupripitelia z Organizácie vozičkárov v Nitre spolucítia s Vami úprimne a hlboko.

Svetlá spomienka na Janka Kršáčoka určite potrvá počas celý náš život ! Česť jeho pamiatke!
V tichej spomienke celej rodinke za organizáciu stíska ruku

Viliam Franko



Perfektné dvojice

Paradajky a avokádo

Toto je kulinárska i lekárska dvojica snov. Silný antioxidant lykopén chráni sietnicu oka, organizmus pred nádorovými ochoreniami a má priaznivý vplyv na srdce, krvný tlak, prostatu a pokožku. Alfa- a betakarotén z avokáda mimoriadne silno ochraňujú oči.

Klobáska a horčica

Éterické oleje horčice pomáhajú rýchlejšie odbúravať tuky z klobásy. Okrem toho sa táto kombinácia podieľa na znižovaní rizika artériosklerózy. Éterické oleje tiež pomáhajú zlikvidovať baktérie, teda prípadné infekcie zažívacieho traktu.

Zelený čaj a citrón

Lístky zeleného čaju pomáhajú potláčať riziko Alzheimerovej



choroby a výrazne povzbudzujú mentálne schopnosti. Stačí pár kvapiek citrónovej šťavy a pôsobenie čaju na funkcie mozgu sa zvýši až 13-násobne.

Extra tip: Uvarený čaj necháme najprv trochu vychladnúť a až potom pridáme na 1 šálku 1 ČL citrónovej šťavy. Tak sa vitamín C uvoľní úplne dokonale.

Grilované mäso a rozmarín

Pri grilovaní alebo pečení mäsa sa môžu na jeho povrchu tvoriť rakovinotvorné látky. Antioxidanty obsiahnuté v rozmarínových lístkoch toto riziko výrazne znižujú.

Podobne na mäso vplývajú aj antioxidanty z cesnaku a tymianu.

Jogurt a huby

Hubový šalát s jogurtovým dresingom je dokonalé combo na predchádzanie osteoporóze. Silnú väzbu tu totiž vytvára vitamín D z húb spolu s vápnikom z jogurtu, čím mi-

moriadne pomáhajú kostiam. Výborným zdrojom vápnika sú okrem húb aj ryby.

Rezeň a pomaranč

Toto spojenie je naozaj pevné – dodáva totiž telu riadnu dávku železa. To potom pomáha pri doprave kyslíka krvou a aj pri samotnej krvotvorbe, zároveň odstraňuje únavu a vyčerpanosť. Vitamín C z pomarančov pomáha telu absorbovať železo z mäsa až trikrát lepšie. Železo však možno doplniť aj zo zelenej zeleniny, šalátov a strukovín.

Čierne korenie a kurkuma

Kurkumín, ako hlavná zložka kurkumy dokáže v tele zablokovať enzým, ktorý podporuje rast nádorov. Podľa štúdií dokonca dokáže liečiť aj niektoré druhy rakoviny – vrátane prostaty, kože a hrubého čreva. V spojení s čiernym korením sa ničoho obávať nemusíte, piperín z korenia totiž dokáže zvýšiť vstrebávanie prospešných látok do organizmu až o neuveriteľných 2000 percent.

Prvou vecou, ktorú by ste mali urobiť, ak sa cítite, že na vás lezie nádcha, chrípka, prechladnutie alebo bolesť hrdla je vyhýbať sa cukru vo všetkých jeho formách, umelým sladidlám a spracovaným potravinám. Obzvlášť cukor je veľmi škodlivý pre imunitný systém, ktorý v čase blížiacej sa choroby musí byť posilnený a nie oslabovaný, ak sa chceme zbaviť choroby na obzore

Formy cukru zahŕňajú aj fruktózový cukor z ovocných štiav a všetky druhy obilovín (keďže tie sa v tele rozkladajú na jednoduchšie cukry).

V čase blížiacej sa choroby je ideálne sa zamerať na výživu, spánok, cvičenie a zvládanie stresu hneď od momentu, keď človek zaznamená prvé známky choroby

To je chvíľa, v ktorej stratégie zamerané na posilnenie imunitného systému budú najviac efektívne

V našom článku sa budeme venovať piatim základným stratégiám

- Jedlo, ktoré posilňuje imunitný systém

- Zelený čaj – nápoj vhodný počas chrípkovej sezóny

- Potravinové doplnky a vitamíny

- Zinok – záchrana pri prvých príznakoch prechladnutia

- Ostatné stratégie zdravého životného štýlu proti chrípke a prechladnutiu

(1) Jedlo, ktoré posilňuje imunitný systém

Medzi potraviny posilňujúce imunitný systém patria predovšetkým nasledovné

- surové, nepasterizované, organické (bio) mlieko od kráv alebo kôz kŕmených zelenou čerstvou trávou (Nepasterizované mlieko obsahuje na rozdiel



od pasterizovaného veľké množstvo tráviacich enzýmov a imunitných zložiek. Kým pasterizované mlieko sa neodporúča konzumovať, nepasterizované a hlavne kozie mlieko má pozitívne účinky na imunitu)

- fermentované potraviny ako napríklad surový kefír, mäso, nakladaná zelenina, kyslá kapusta

- organická zelenina

- surové, organické (bio) vajcia od sliepok z voľného chovu

- cesnak, ideálne konzumovaný surový a rozdrvený tesne pred zjedením (odporúčame začať s malými dávkami, keďže surový cesnak vyvoláva dočasné, pár minútové bolesti žalúdka nasledujúce hneď po zjedení, tie ale takmer vždy čoskoro odznejú)

- hovädzie mäso z voľno pasúcich sa kráv

- kurkumín, oregano, škoric a ďatelina

- kokosové orechy a kokosový olej

- huby, prevažne reiši, šitake a maitake, prípadne ich slovenská obdoba hľiva ustricová

- alej je dôležité piť dostatok tekutín, prevažne čistej vody. Voda je dôležitá pre optimálne fungovania takmer každého systému v ľudskom tele a taktiež pomôže s upchatým nosom a zbavovania sa sekrétov

Je potrebné piť toľko vody, aby moč bol svetlo žltej farby

Taktiež slepačia polievka pomôže zmierniť symptómy prechladnutia. Kuracie mäso obsahuje prírodnú aminokyselinu cystein, ktorá dokáže stenčiť povlak hlienu v pľúcach, urobiť ho menej lepčavým a tým umožniť jeho jednoduchšie vykašľanie

Spracovaná kuracia polievka z plechovky avšak nebude fungovať tak dobre ako jej domáca verzia. Pre najlepší výsledok si preto urobte čerstvú slepačiu polievku sami doma

Tiež sa odporúča do nej pridať trocha čierneho korenia a štiplavej papriky (nie je však nutné, závisí to od chuti každého človeka).

Štiplavá chuť totiž okamžite spustí výron slín a iných vodnatých tekutín v ústach, hrdle a pľúcach, čo napomôže k zbaveniu sa hlienov usadených v dýchacích cestách

(2) Zelený čaj – nápoj vhodný počas chrípkovej sezóny

Zelený čaj obsahuje protivírusové komponenty, ktoré sú taktiež užitočné proti chrípkovej infekcii

Nedávna štúdia odhalila spojitosť medzi konzumáciou zeleného čaju a výskytom chrípky medzi školopovinnými deťmi. Viac ako 2000 detí dostalo anonymné dotazníky pýtajúce sa na ich konzumáciu zeleného čaju a výskytu chorôb počas chrípkovej sezóny.

Výsledok ukázal, že pitie 1 až 5 šálok zeleného čaju denne bolo spojené s nižším výskytom infekcií

(3) Potravinové doplnky a vitamíny

Doplnky stravy sú dôležité pri prechladnutí, mali by ale byť využívané len ako dodatok k ostatným zdravým stravovacím zvyklostiam a k zdravému životnému štýlu

popísaným v tomto článku

K účinným preparátom (okrem už propagovaného dostatku slnka a vitamínu D) patria predovšetkým tieto

- Vitamín C, ktorý je veľmi silným antioxidantom. Používajte jeho prírodné formy, ako napríklad acerola, ktorá obsahuje aj ďalšie doplňujúce živiny. Je možné užívať niekoľko gramov každú hodinu, pokiaľ sa necítite lepšie. To za predpokladu, že sa nedostaví zriedkavý vedľajší účinok vo forme hnačky. Užívanie nekyslých foriem vitamínu C (askorbát sodný, vápenatý, horečnatý a podobne) by tomu však malo zabrániť.

- Oreganový olej. Čím vyššia koncentrácia carvacerolu, tým viac efektívnejší olej. Carvacerol je jeden z najúčinnějších antibakteriálnych zložiek v oreganovom oleji.

- Propolis. Je širokospektrálnym prírodným antibiotikom a taktiež je jedným z najbohatších zdrojov kyseliny kávovej a apigenínu, dvoch zložiek, ktoré napomáhajú imunitnej odozve.

- Čaj urobený z kombinácie bazy, rebríčka, lipy, pepermintu a zázvoru. Treba ho piť teplý a často pri chrípke a nachladení. Spôsobuje potenie, ktoré je prospešné pre zbavenie sa vírusov z tela.

- Extrakt z olivového listu. Starovekí Egypťania a stredomorské civilizácie ho používali pre širokú škálu zdravia podporujúcich kúr. Dnes je široko známy ako prírodný, netoxický posilňovač imunitného systému.

(4) Zinok – záchrana pri prvých príznakoch prechladnutia

Podľa prehľadu Cochranovej databázy medicínskych výskumov zinku sa

ukázalo, že ak sa podá zinok do jedného dňa od prvých príznakov, dokáže skrátiť priemernú dĺžku trvania choroby až o 24 hodín

Zinok taktiež výrazne prispieva k zmierneniu závažnosti symptómov a celkového priebehu choroby

Odporúčané dávkovanie je medzi 50 až 65 mg denne

Užívanie zinku sa neodporúča v prípade zdravotných komplikácií ako znížená funkcia imunitného systému, astmy alebo inej chronickej choroby.

Treba mať avšak na pamäti, že zvýšené prijímanie jedného minerálu môže viesť k nerovnováhe iných

minerálov. Preto nie je odporúčané užívať viac zinku ako už spomenuté dávkovanie a ideálne nie každý deň, pretože by to mohlo viesť k nerovnováhe medi.

(5) Ostatné stratégie zdravého životného štýlu proti chrípke a prechladnutiu

Pri snahe o predchádzanie ochorení a hlavne pri snahe o čo najskoršie zotavenie sa, ak už choroba prepukla, by ste nemali zabúdať ani na nasledujúce dôležité činnosti

a) Dostatok kvalitného spánku

Nedostatok riadneho a regenerujúceho spánku

môže viesť k zvýšenému riziku viróz.

Imunitný systém je najefektívnejší ak človek nie je unavený od nedostatku spánku. Preto čím ste viac oddýchnutý, tým rýchlejšie sa zotavíte

b) Pravidelné cvičenie

Pravidelné cvičenie je základná stratégia pre zvýšenie odolnosti voči chorobám

Existujú dôkazy o tom, že už aj mierne cvičenie dokáže znížiť riziko respiračných chorôb cez posilnený imunitný systém. Pravidelné cvičenie dokáže znížiť pravdepodobnosť prechladnutia až o 50%.

A v prípade, ak k pre-

chladnutiu aj tak dôjde, tak priebeh ochorenia je oveľa miernejší.

c) Zvládanie emócií a stresu

Faktory vyvolávajúce stres dokážu vytvoriť u ľudí predispozíciu k infekciám a zároveň zosilniť symptómy prechladnutia alebo chrípky

Nájdenie spôsobov ako zvládať denný stres a reakcie na okolnosti, ktoré sú mimo našej kontroly, vedie k silnému a odolnému imunitnému systému

Dr. Mercola.

<http://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2011/11/13/could-a-cu>.

Zdroj: www.badatel.net



Trnavskí študenti diskutovali s paralympionikmi



Zľava Ján Riapoš, viacnásobný paralympijský víťaz

Katedra sociálnych služieb a poradenstva Fakulty sociálnych vied Univerzity sv. Cyrila a Metoda v Trnave zorganizovala 23. októbra v nových priestoroch fakulty na Pekárskej ulici v centre Trnavy zaujímavé

podujatie – prednášku s diskusiou so štvornásobným zlatým medailistom z PH v stolnom tenise Jánom Riapošom a paralympijskou šampiónkou z Pekingu 2008 v športovej streľbe Veronikou Vadovičovou.

Po úvodnom privítaní úspešných paralympionikov, Ján Riapoš začal prednášku informáciami o živote, športe a jeho ponímaní od antiky až po súčasnosť. Následne spolu s Veronikou Vadovičovou účastníkom prednášky



Paralympijská šampiónka Veronika Vadovičová

priblížili Slovenský paralympijský výbor, jeho aktivity a úspechy.

Obaja hostia taktiež hovorili o motivácii dosahovať úspechy a o životných úskaliach, ktoré museli v živote prekonať. „Život človeka neovplyvňujú okolnosti, ale reakcie na ne,“ poznamenal Ján Riapoš. Tieto úskalia oboch vnútorne posilnili a motivovali natoľko, že dokázali

dosiahnuť svetový úspech na paralympiádach. Ako dodala Veronika Vadovičová: „Prekážky sú predsa na to, aby sa prekonávali.“

Hostia taktiež priniesli ukázať svoje cenné kovy - medaily z paralympiád. Zaujímavosť a pútavosť témy a príbeh hostí deklarovali i prítomní študenti a zamestnanci, ktorí zanietené počúvali ich výklad a životné príbehy.

PREDÁM SIMULÁTOR CHÔDZE PIO

Simulátor chôdze PIO - odblokováva chôdzu a cvičí pohyb vo vzpriamenej polohe

- pre pacientov s paraparézou alebo paraplegikov
- odblokováva chôdzu a cvičí pohyb vo vzpriamenej polohe
- odporúčaný pre nemocnice, rehabilitačné centrá, alebo domácnosti

Simulátor je vo veľmi dobrom stave, nepoškodený. Predám ho za polovičnú cenu.

Tiež máme na vozík nepoužitý zimný vak na nohy
Kontakt: telefónne číslo: 0903555929



Špeciálne pomôcky
www.specialnepomocky.sk

Trnavská paralympiáda

Trnavský samosprávny kraj zorganizoval už siedmy ročník župnej paralympiády s medzinárodnou účasťou. Športovci si prišli zmerať svoje sily v štyroch disciplínach a to vo futbale, v šachu, v boccia a v streľbe. Na športoviskách vládla vynikajúca kamarátska atmosféra. Každoročné motto tohto podujatia znie „Nikto nie je iný, všetci sme si rovní“. Tradičné podujatie TTSK, ktoré vlastne jeho tradíciu začal náš pán predseda p. Ing. Tibor Mikuš, ktorý je veľký športovec. Je to dlhá trať, než sa to všetko vybaví a zorganizuje, ale ten výsledok je úžasný a organizátori majú z toho obrovský pocit takej spolupatričnosti s týmito ľuďmi, ktorí to potrebujú, aby ukázali to čo ve-

dia, to čoho sú schopní v živote a oni sú schopní veľa. O župnú paralympiádu je každoročne veľký záujem čo dokazuje aj počet účastníkov. Každoročne je pozvaných 200 účastníkov z toho je 150 športovcov a 50 sprievodcov. Pretože niektorí sú veľmi ťažko zdravotne postihnutí a vozičkári. Trnavská TV najskôr navštívila šachistov. Turnaj sa konal v zimnej záhrade TTSK.

Riaditeľ turnaja povedal: Som šťastný, že sa môžem takéhoto podujatia zúčastniť a nielen ja, ale môžem to v mene všetkých telesne postihnutých zúčastnených hráčov povedať. Treba len poďakovať VÚC v Trnave za to, že to organizujú, tak ako to organizujú a to veľmi dobre.

Marcel Dirnbach povedal: Je to vynikajúce podujatie, ja osobne som sa ho zúčastnil už siedmy krát a môžem samé chvály povedať.

Marek Petko povedal: Teším sa na toto podujatie, pretože sa stretne všetci dobrí šachisti - priatelia.

Slávnostné vyhodnotenie bolo čerešničkou na torte. Netešili sa len víťazi jednotlivých kategórii, ale aj ich kamaráti, ktorí im to zo srdca priali.

Samuel Rožko povedal: Trnave a TSK a jeho županovi patrí naozaj veľká vďaka zo strany športovcov, že aj šport zdravotne znevýhodnených má



takúto paralympiádu, ktorá na Slovensku nemá obdoby, vlastne ju robí len Trnavská župa.

Všetci športovci si toto podujatie vychutnali a už teraz sa tešia na ďalší ročník.

Z TV príspevku Stanislavy Janogovej spracoval Viliam Franko,

Foto: Ivan Štefka



SOCIÁLNE PORADENSTVO PRE OBČANOV S ŤAŽKÝM TELESNÝM POSTIHNUTÍM

VYKONÁVAME V REPUBLIKOVEJ
ŠPECIFICKEJ ORGANIZÁCIE SZTP

A.Hlinku 55. NITRA

- PONDELOK AŽ PIATOK OD 9.00 DO 14.00 HOD.
- TELEFONICKY na čísle TEL/ FAX 037/7335100
- PÍ SOMNE
- OSOBNĚ, PO VZÁJOMNEJ DOHODE



Úspechy športovcov z majstrovstiev Slovenska 2014

V mestskej hale ŠKST Ružomberok sa uskutočnili majstrovstvá Slovenska v stolnom tenise telesne postihnutých športovcov. Celkovo súťažilo 41 športovcov – vozičkarov i stojacich.

V kategórii TT 4-5 vozičkarov získal bronzovú medailu Peter Staník.

V TT 6-7 stojacich vybojoval zlatú medailu Alexander Nagy, striebro si odnáša Gabriel Csémy. V TT 9 Vladimír Ballai získal bronz, rovnako tak Marián Černický v TT 10 (všetci hráčmi ŠKTPav Nitra).

Aj v súťaži družstiev nevyšlo nitrianske kvarteto naprázdno a získalo bronzovú medailu v zložení Ballai, Csémy, Nagy, Černický.

Zdroj : oficiálne výsledkové listiny + foto

<http://www.skst.sk/>

Vladimír Ballai

XVI. ročník Rapid o pohár predsedu RŠO SZTP Nitra

XVI. ročník Rapid o pohár predsedu RŠO SZTP Nitra telesne postihnutých šachistov sa uskutočnil dňa 22.10.2014 v Centre seniorov v Nitre



Účastníkov privítal riaditeľ Viliam Franko, vo svojom príhovore zhodnotil šachovú sezónu TPav šachistov, vyzdvihol Medzinárodnú trnavskú paralympiádu v Trnave, kde sa šachového zápolenia zúčastnilo 18 kvalitných hráčov z celého Slovenska.

Jeden deň prebiehajúci turnaj v Nitre bol rozdelený do troch skupín : Hráči s vyšším ELO bodmi a s nižším počtom ELO bodov. Opäť sa hralo podľa pravidiel FIDE v troch skupinách každý s každým.

I keď sa majster Slovenska Juro Zavarský nezúčastnil, kvalita po stránke kvantity, ale najmä kvality z roka na rok rastie. Turnaj bol veľmi bojovný, keď iba dve partie skončili remízou.



Garantom turnaja bolo mesto Nitra, za spoluúčasti Republikovej špecifickej organizácie vozičkárov. Rozhodoval Stanislav Kuchyňa,

Musí sa oceniť pohostinnosť organizácie. Nemohol chýbať už povestný vynikajúci srnčí guláš z kuchyne manželov Šurinovcov. Veľké poďakovanie za ústretovosť patrí mestu Nitra. **mo**

Skupina A

Por.	Meno	Rtg	1	2	3	4	5	Body	S-B
1	BELÁK Štefan	1998	*	1	0	1	1	3,0	5,00
2	MIKULEC Martina	1781	0	*	1	1	1	3,0	4,00
3	ZICHO Tony	1652	1	0	*	0	1	2,0	3,00
4	KUCHYŇA Stanislav	1933	0	0	1	*	1	2,0	2,00
5	PETKO Marek	1390	0	0	0	0	*	0,0	



Skupina B

Por.	Meno	Rtg	1	2	3	4	5	Body	S-B
1	FÁBRY František		*	1	1	0	½	2,5	5,25
2	ŠURINA Ľudovít		0	*	½	1	1	2,5	4,00
3	CHMELO Dominik	1000	0	½	*	1	½	2,0	
4	KALAPOŠ Karol	1116	1	0	0	*	½	1,5	3,50
5	WOLLNER Bohuš	1000	½	0	½	½	*	1,5	3,25

Skupina C

Por.	Meno	Rtg	1	2	3	4	Body
1	OPÁLKOVÁ Zuzana		*	1	1	1	3,0
2	FRANKO Viliam		0	*	1	1	2,0
3	FRANKOVÁ Emília		0	0	*	1	1,0
4	ŠTEFKA Ivan		0	0	0	*	0,0

VENUJTE PRE REPUBLIKOVÚ ŠPECIFICKÚ ORGANIZÁCIU SZTP 2 % Z VAŠEJ DANE

Vážení daňovníci - právnické osoby, fyzické osoby, aj osobní asistenti, za rok 2014 môžete opäť venovať 2 % zo svojej dane Republikovej špecifickej organizácii SZTP ťažko telesne postihnutých a vozičkárov so sídlom v Nitre. Venovanie časti dane neznamená jej zvýšenie, pretože sa odráta už zo zaplatenej dane.

Organizácia má poslanie - pomáhať ťažko telesne postihnutým ľuďom odkázaným na vozíček. Ubezpečujeme Vás, že financie budú použité na zlepšenie životných podmienok ľudí s ťažkým telesným postihnutím. Ako budú Vaše financie použité, o tom si od organizácie môžete vyžiadať správu.

Podakovanie

Všetkým, daňovníkom, mestu Nitra, sponzorom i členom našej organizácie za ich ušľachtilosť srdečne ďakujeme!

O nás na webe: www.vozickari.com

Občianske združenie:

Republiková špecifická organizácia SZŠTP ťažko telesne postihnutých a vozičkárov, so sídlom v Nitre

Číslo účtu: SSS Nitra 0031245852/0900

IČO 35606487

S úctou !

Viliam Franko, štatutár

Vážení priatelia,

Ani sme sa nenazdali a rok je nenápadne, ale rýchlo za nami.

Touto cestou Vám želáme v Novom roku pevné zdravie, veľa osobných a pracovných úspechov s poďakovaním za doterajšiu spoluprácu a finančnú podporu, ktorú pre občianske združenie ťažko telesne postihnutých a vozičkárov robíte.

Veľmi si vážime Vašu ústretovosť a finančnú podporu, ktorú prejavujete už viac rokov voči nášmu občianskemu združeniu, čo nám umožňuje ľahšie plnenie programu organizácie v prospech našej početnej členskej základne. Veríme, že i tento rok pri svojich národných pracovných povinnostiach nezabudnete a podporíte našu organizáciu, začo Vám vopred ďakujeme. S pozdravom

Rada organizácie

Milí naši čitatelia,

na sklonku roka 2014 jeden krátky vinš:

Keď udrie zvon zvestujúci príchod čarokrásnych Vianoc, zabudnite na starosti,

Vianoce nech rozmnožia našu vieru,

Vianoce nech posilnia našu nádej,

Vianoce nech rozniecujú našu lásku,

Nech Vianoce žijú v nás,

a j v nastávajúcom roku 2015.

Nový rok 2015 prežívajte v zdraví, v šťastí a v radosť.

Rada organizácie, Redakčná Rada