HUMANITA

číslo 8-9/2008
ročník XVII

Bezpečne do školy aj zo školy

Deň zdravotne postihnutých v parlamente

Úlohy splnené v prospech každého občana

Príloha: č. 1 – Ako sa na euro chystajú zdravotne postihnutí a sociálne znevýhodnení

Príloha: č. 2 – Náhradná starostlivosť o deti na Slovensku

Videli, ako sa razí euro

Klienti Domova dôchodcov a DSS v Kremnici sa netradične zoznámili s eurom. S veľkým nadšením sa pripravovali na malú exkurziu do Mincovne, štátneho podniku v Kremnici, ktorý tento rok oslávi 680. výročie svojho založenia. Mnohí z nich sú aj bývalí minciari, ktorí budovu, ako aj staré stroje poznajú ešte z čias svojej mladosti, niektorí tu pracovali až do nástupu na dôchodok.

Hoci je prístup do priestorov Mincovne určených pre verejnosť dosť problematický, pretože sa ide po točitých schodoch, netrpezlivosť z pocitu vidieť razenie euromincí ju prekonala. Pomalšie, ale zato bez nehody, aj s pomocou paličiek, vzrušene sledovali ich výrobu. Na výrobnej linke videli raziť lesklé farebné mince až po baliacu linku, a tak boli aj oni pri ich zrode.

Po návšteve výrobnej linky boli zástupcovia Domova dôchodcov z Kremnice prijatí u riaditeľa Mincovne Vlastimila Kalinca, ktorému odovzdali euromešec zhotovený rukami 87-ročnej klientky tohto zariadenia. Zástupcovia domova veselo diskutovali o výrobe mincí kedysi, ale aj o súčasnej výrobe. Zaujímalo ich všeličo. Návšteva Mincovne a prijatie u jej riaditeľa boli veľkým darčekom k ich sviatku – Mesiacu úcty k starším.

Potešilo ich, že pri zoznamovaní sa s eurom sa nezabúda ani na nepočujúcich klientov, ktorí majú DVD o eure, a tiež nevidiacich, ktorí majú zasa zvukovú kartu, aby sa im zoznamovanie s euromincami uľahčilo.

Božena Schniererová

Dobrovoľník má mať jasno

Každý rok 5. decembra si svet a s ním aj dobrovoľnícke organizácie pri príležitosti v Medzinárodného dňa dobrovoľníkov pripomínajú viac ako inokedy hodnoty dobrovoľníckej práce a svojich dobrovoľníkov. Poznajú však všetci, ktorých dobrovoľná práca inšpiruje, odpovede na základné otázky ako napríklad: Čo je dobrovoľníctvo? Kto je dobrovoľník? Mnohí, najmä mladí ľudia vstupujúci do života by sa chceli stať dobrovoľníkmi, ale v otázkach dobrovoľníctva nemajú vždy jasno, a to ich neraz odrádza od úmyslu stať sa dobrovoľníkmi. Aby sa tak nestávalo, práve ich chceme osloviť s témou, o čom dobrovoľníctvo je. Je to jeden zo spôsobov činnosti a podpory napríklad nepolitických mimovládnych organizácií, občianskych združení, komunitných, mládežníckych či materských centier v prospech ľudí alebo skupín osôb, ktoré potrebujú podporu a pomoc. Musí však byť motivovaná slobodnou vôľou človeka naozaj pomôcť zraniteľným ľuďom, a nie túžbou po materiálnych statkoch či finančných ziskoch.

Margita Škrabálková
šéfredaktorka Humanity

Dobrovoľníkom (dobrovoľníčkou) je nestranná, humanitne založená osoba, ktorá sa pravidelne alebo aspoň príležitostne zúčastňuje bez nároku na finančnú odmenu na dobrovoľníckych aktivitách mimovládnej organizácie, občianskeho združenia s humanitným, vzdelávacím, osvetovým, kultúrnym, environmentálnym či so športovým zameraním. Má konkrétnu danú úlohu, z ktorej jej vyplývajú určité očakávania, ktoré sa snaží vo vlastnom, ale aj verejnoprospešnom záujme napĺňať.

Čo by mal mať dobrovoľník? Predovšetkým čas a chuť pracovať a pomáhať, kontakty v lokálnych komunitách, mal by vedieť, čo daná komunita potrebuje, mal by mať viaceré osobnostné predpoklady na vykonávanie určitých úloh aj osobné skúsenosti a pracovať aj bez nároku na mzdu, mal by mať možnosť výberu, či sa stane členom organizácie, ktorej pomáha. Aj organizácia, ktorej pomáha, má však čosi poskytnúť dobrovoľníkovi. Je to najmä priestor na sebarealizáciu, náplň voľného času, nové poznatky a vedomosti, nové životné úlohy a skúsenosti, možnosti stretnutia sa s novými ľuďmi, možnosť získať potrebný adekvátny tréning, právo na osobnostný rast, aby mohol splniť svoje úlohy, aj právo prijať alebo odmietnuť úlohu v súlade s uplatnením princípu dobrovoľnosti. Ak to všetko tak je, určite nájde zmysel a bude mať radosť z dobrovoľnej práce, ktorá sa mu potom môže stať aj životným poslaním.

Detský fond SR za zníženie počtu úrazov detí

Bezpečne do školy aj zo školy

Bezpečne do školy, bezpečne zo školy je názov jesenného projektu Detského fondu Slovenskej republiky (DF SR), ktorým tak ako v predchádzajúcich rokoch pokračuje v kampani Aby deti nezomierali. Hlavným partnerom je Československá obchodná banka (Finančná skupina ČSOB). Kampaň sa uskutočňuje v spolupráci s rezortmi školstva a vnútra a zameriava sa na zvýšenie bezpečnosti detí na ceste do školy a z nej. Cieľom však je aj zvýšenie viditeľnosti detí na cestách a ich informovanosti.

Martin Korch z Prezídia Policajného zboru SR a Alena Synková, riaditeľka Detského fondu SR.

Asi 90-tisíc žiakov základných škôl **3. novembra tohto roku** dostalo reflexné predmety spolu s letáčikom v podobe skladačky, ktorá im pomohla lepšie pochopiť zásady bezpečného správania na cestách. Obrázky situácií na cestách si v malej skladačke mohli aj vymaľovať. Učitelia v školách rozdali asi 54-tisíc prváčikom reflexný prívesok so smejkom – „smajlíkom“, ktorý si mohli pomocou malej skoby upevniť na oblečenie alebo na školskú tašku, aby sa pre vodičov na ceste stávali lepšie viditeľnými. „Aj pestrým oblečením a nosením reflexných pások možno pomáhať zlepšiť prevenciu úrazov v dôsledku dopravných nehôd. Ak má chodec na sebe reflexné predmety, možno ho na ceste zbadať zo vzdialenosti aj 140 metrov,“ tvrdí **Alena Synková**, **riaditeľka Detského fondu SR**. Je toho veľa, čo sa dá urobiť pre bezpečnosť detí na cestách, na ktorých podľa štatistiky každý týždeň zahynie pre dopravnú nehodu jedno dieťa. Podľa údajov Štatistického úradu SR v roku 2006 na cestách SR zomrelo 63 detí a mladých ľudí do veku 19 rokov. Ako ďalej uviedla: „Pri organizovaní kampane som sa inšpirovala Fínskom, kde reflexné predmety nosia zavesené na taškách nielen deti a tínedžeri, ale aj starší ľudia. Človek nikdy nevie, čo mu v hustej premávke počas zníženej viditeľnosti môže zachrániť život alebo zdravie. Bola by som rada, keby sa tento fenomén ujal aj na Slovensku.“

Rezorty dopravy, vnútra aj zdravotníctva robia štatistiky úrazovosti, ale ústredný národný register úrazov, ktorý by zachytil, kde všade a kedy dochádza najviac k úrazom, stále chýba. Na otázku Humanity, či sa register úrazov už pripravuje, **predseda DF SR Štefan Matula** uviedol, že sa na ňom pracuje na Úrade verejného zdravotníctva.

Aj **Martin Korch z Prezídia Policajného zboru** (PPZ SR) ocenil význam kampane DF SR. Ako uviedol: „Čím skôr vodič uvidí chodca, tým viac času má na zabrzdenie. Ale ak vodič zrazí chodca autom idúcim rýchlosťou 60 km za hodinu, ten má šancu na prežitie len 1 percento! Ak sa podarí pomocou uvedených opatrení zachrániť na ceste čo len jeden život, aj tak majú veľký význam.“ **Alexander Kliment z PPZ SR** informoval o projekte „Pomaly ďalej zájdeš“, pomocou ktorého sa chce rezort vnútra usilovať o zníženie nehodovosti na cestách tak, aby sa do roku 2010 znížil počet úrazov na cestách o polovicu.

Obsah:

Úvodník: Dobrovoľník má mať jasno ... 2
Fotostĺpec: Videli ako sa razí euro ... 2
Bezpečne do školy aj zo školy ... 3-4
Na Kolbišti so Slovenskou humanitnou radou ... 4
Deň zdravotne postihnutých v parlamente ... 5-6
Lekár radí: Schizofrénia – nová možnosť liečby ... 7-8
Depresia, jej príčiny, príznaky a liečba ... 9
Predstavujeme: Občianske združenie Slovak Crohn Club ... 10-11
Profesionálni hráči neziskového sektora ... 12
Viete, že: Potravinové obaly z PVC sú rizikové? ... 12
Čo si najviac cenia mladí dobrovoľníci ... 13
Práca dobrovoľníkov priniesla SR milióny ... 13
Všimli sme si: Ocenenie Bratislavskí dobrovoľníci roka 2008 ... 14
Ľuďom so sluchovým postihnutím pomôžu granty ... 14
O „slaných deťoch“ v „Soľnej bani ... 15
Zvolili si zástupcov a vytýčili ciele ... 16
Výsledky Cesty svetla ... 16
Aktuálne: Vplyv posunu termínu valorizácie dôchodkových dávok na príjmy dôchodcov ... 17
Tesco - Charita roku 2008 ... 17-18
Ďalší projekt pre Rómov ... 18
Domáce násilie ubližuje všetkým ... 18-19
Vianočná hviezda pre vodiacich psov ... 19
Dieťa v ohrození ... 19-22
Summary ... 23
Príloha 1: Ako sa na euro sa chystajú zdravotne postihnutí a sociálne znevýhodnení
Príloha 2: Náhradná starostlivosť o deti na Slovensku

Policajné hliadky v uvedený deň 3. novembra pri priechodoch pred školami slovenských miest a obcí žiakom rozdávali reflexné predmety. „Policajný zbor kladne hodnotí všetky aktivity smerujúce k eliminácii úrazovosti na našich cestách. O to viac, ak tieto zapadajú do rámca systémových opatrení realizovaných v podmienkach Policajného zboru v danej oblasti, ako je to aj v tomto prípade," uviedol na margo kampane **Ján Packa, prezident Policajného zboru SR.**

„V súčasnosti je na Slovensku 36 dopravných detských ihrísk", uviedol **Ján Palkovič z Ministerstva školstva SR,** ktorý spomenul aj potrebnú činnosť odbornej skupiny Rady vlády pre dopravnú výchovu a osvetu a hovoril aj o súčasnom rozvoji koncepcie dopravných ihrísk v rámci vyučovania dopravnej výchovy v základných školách. Kým v roku 2006 vyčlenil rezort školstva na dopravné ihriská 8 miliónov Sk, vlani

to bolo už 10 miliónov Sk. Podľa slov J. Palkoviča, v tomto roku sa na praktickom výcviku dopravnej výchovy zúčastnilo 114-tisíc školákov a asi polovica žiakov základných škôl absolvovala tento výcvik na dopravných ihriskách. Okrem toho sa pripravuje aj nová učebnica dopravnej výchovy pre základné školy.

Reflexné prívesky so smajlíkom i nálepky do auta upozorňujúce, že v aute sa vezú deti, bolo možné získať aj v pobočkách Československej obchodnej banky (ČSOB). „Až do vyčerpania zásob ich zadarmo získa každý klient, ktorý uzavrie zmluvu k povinnému zmluvnému poisteniu. Finančná skupina ČSOB už v minulosti podporila kampane, ktorých cieľom bolo zvýšiť bezpečnosť detí na cestách," informovala nás **Tereza Molnár-Copláková z ČSOB**. V októbri si mohli záujemcovia zadarmo vytvoriť aj vlastnú detskú nálepku na auto a jej nalepením upozorniť na prítomnosť dieťaťa v aute. Nedávno prišla Poisťovňa ČSOB s návrhom, že s povinným zmluvným poistením motorových vozidiel môžu klienti zadarmo získať aj úrazové poistenie všetkých svojich detí do 15 rokov, ktoré sú počas ciest v poistenom vozidle. Partnermi kampane sú tento rok aj spoločnosti AAA Auto, Rádio Expres, Slovenská tlačová agentúra ITA, Borgis advertising a ďalšie.

Margita Škrabálková
Snímky: autorka

Na Kolbišti so Slovenskou humanitnou radou

Prvý november bol vo Vysokých Tatrách, presnejšie v Tatranskej Lomnici, nielen dňom Všetkých svätých, ale aj Hubertovej jazdy, ktorá sa konala v areáli zvanom Kolbište.

Na Hubertovej jazde sa podieľalo do 65 jazdcov so svojimi koňmi. Dialo sa tak pri príležitosti ukončenia jazdeckej sezóny 2008 na Slovensku, nad ktorou bdelo aj Združenie pre zachovanie jazdeckého športu v Tatrách, členská organizácia Slovenskej humanitnej rady.

Hubertova jazda sa uskutočnila za účasti Slovenskej humanitnej rady, ktorú zastupoval prezident SHR Ivan Sýkora. Z Kolbišťa sa účastníci Hubertovej jazdy presunuli do známeho tatranského hotela Belevue, kde sa uskutočnil slávnostný večer. Rozlúčku s jazdeckou sezónou sprevádzalo ocenenie najlepších jazdcov, ktorí dosiahli významné úspechy v jazdeckom športe celoslovenského, ale aj európskeho významu, a to v kategóriách mládežníckych i pre dospelých.

Na podujatí sa okrem primátora mesta Vysoké Tatry pána Mokoša zúčastnil aj ochranca ľudských práv na Slovensku ombudsman SR Pavol Kandráč, podpredseda východoslovenského samosprávneho kraja pán

Prezident SHR Ivan Sýkora počas slávnostného večera pri príležitosti ukončenia jazdeckej sezóny 2008 odovzdáva ďakovný list Petrovi Mikulášikovi, predstaviteľovi Zvrchovaného rádu Maltézskych rytierov a zástupcovi Združenia pre zachovanie jazdeckého športu v Tatrách. Vpravo na obrázku primátor mesta Vysoké Tatry pán Mokoš a vľavo na kraji podpredseda východoslovenského združenia Slovenského zväzu jazdeckého športu Miroslav Cigáň.

Baran, generálny riaditeľ farmaceutickej spoločnosti Zentiva Alexander Černák a viacero popredných funkcionárov a osobností Slovenského zväzu jazdeckého športu. Hodnotili spoločne nielen súčasnú úroveň jazdeckého športu, ale aj spoluprácu v humanitnej oblasti týkajúcu sa pomoci hendikepovaným ľuďom a občanom, ktorí sa ocitli v krajnej núdzi. Pri tejto príležitosti odovzdal prezident SHR Petrovi Mikulášikovi, predstaviteľovi Zvrchovaného rádu Maltézskych rytierov na Slovensku a zástupcovi Memoriálu Ing. Ž. Bornemiszu a Združenia pre zachovanie jazdeckého športu v Tatrách, ďakovný list za veľmi dobrú spoluprácu so Slovenskou humanitnou radou v sociálnej oblasti.

(mš)
Snímka: archív

Dohovor OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím, jeho ratifikácia a implementácia

Deň zdravotne postihnutých v parlamente

Pri príležitosti Svetového dňa občanov so zdravotným postihnutím, ktorý si svet pripomína každoročne 3. decembra, sa v Európskom parlamente v Bruseli každý rok stretávajú zástupcovia občanov so zdravotným postihnutím z celej EÚ s európskymi politikmi a spoločne hľadajú riešenia závažných problémov, ktoré spôsobuje najmä nepochopenie potrieb a nerešpektovanie práv zdravotne postihnutých ľudí. Podnet na takéto stretnutia dalo Európske fórum zdravotného postihnutia (EDF), ktorého členom od roku 2004 je aj Národná rada občanov so zdravotným postihnutím (NROZP) v SR. Zástupcovia NROZP SR sa na týchto stretnutiach tiež zúčastňujú. Práve NROZP dala podnet na Deň občanov so zdravotným postihnutím v Národnej rade SR, ktorý sa bude konať každoročne.

Myšlienku tohto podujatia ako prvý podporil predseda NR SR **Pavol Paška,** a tak sa 25. novembra tohto roku v NR SR konal seminár na tému Dohovor OSN o právach ľudí so zdravotným postihnutím. Tento dohovor už prezident SR **Ivan Gašparovič** podpísal, Slovenská republika však dokument dohovoru ešte neratifikovala.

Na tomto podujatí s medzinárodnou účasťou, ktoré pripravila Národná rada občanov so zdravotným postihnutím (NROZP) v SR, s prezentáciami aktivít svojich členských organizácií sa zúčastnili aj partneri NROZP z Českej republiky, Francúzska i Slovinska. Európske fórum zdravotného postihnutia a zároveň maďarských partnerov zastupovala **Erzsebet Szölösi.**

V úvode podujatia vystúpil aj predseda NR SR **Pavol Paška**, ministerka práce, sociálnych vecí a rodiny SR **Viera Tomanová** a **Branislav Mamojka**, predseda NROZP v SR, ktorý bol zvolený aj do riadiaceho orgánu Európskeho fóra zdravotného postihnutia. Pozvanie na seminár prijali aj predsedovia výborov NR SR. Predseda Výboru NR SR pre sociálne veci a bývanie **Jozef Halecký** vo svojom príspevku o. i. uviedol, že Slovenská republika aj po prijatí meny euro bude sa musieť priblížiť k európskemu štandardu aj zo sociálnej stránky. Poukázal aj na potrebu vytvorenia základných

Ľuboslav Ferko, predseda Asociácie organizácií sluchovo postihnutých počas svojho vystúpenia v NR SR.

Pohľad na účastníkov Dňa občanov so zdravotným postihnutím v NR SR.

európskych štandardov starostlivosti o občanov so zdravotným postihnutím. Predseda Výboru NR SR pre ľudské práva **László Nagy** vo svojom príspevku vyzdvihol význam Dohovoru OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím, ktorý Organizácia spojených národov schválila 13. decembra 2006. Hovoril aj o vytvorení pracovnej skupiny, ktorá bude pôsobiť za ratifikáciu a implementáciu tohto dohovoru v SR.

Phillipe Miet, expert pre európske záležitosti Francúzskej rady osôb so zdravotným postihnutím, hovoril na seminári o spolupráci francúzskych organizácií osôb so zdravotným postihnutím na príprave ratifikácie a implementácie Dohovoru OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím. **Boris Šuštaršič,** prezident organizácie Nacionalni svet invalidskih organizacij (NSIO) a člen predsedníctva EDF, predniesol na seminári príspevok na tému: Právne postavenie a financovanie organizácií osôb so zdravotným postihnutím v Slovinsku. O hlavných cieľoch českého predsedníctva Európskej únie v oblasti problematiky osôb so zdravotným postihnutím hovoril **Jan Hutař**, riaditeľ legislatívneho odboru NROZP v Českej republike.

Seminár bol zameraný najmä na význam a stav príprav uvedeného dohovoru, jeho ratifikácie a implementácie, ako aj účasť organizácií občanov so zdravotným postihnutím na tomto procese.

Predstavitelia členských organizácií NROZP SR vo svojich vystúpeniach hovorili o súčasnej situácii ľudí s rôznymi druhmi zdravotného postihnutia: s duševnými poruchami, chronickými ochoreniami, mentálnym postihnutím, ale aj so sluchovým, zrakovým i telesným postihnutím. **Monika Vrábľová,** predstaviteľka Slovenského zväzu telesne postihnutých, poukázala na prieskum bariérovosti na Slovensku, na ktorom sa podieľali dobrovoľníci. Prieskum potvrdil alarmujúce množstvá existujúcich bariér, ktoré sa nachádzajú nielen v úradných budovách, školách, ale aj v nemocniciach, poliklinikách, lekárňach i v podnikoch na Slovensku. Výsledky prieskumu viedli k zamysleniu a návrhu, že sa bude opakovať aj po piatich rokoch. O možnom postupe pri ratifikácii dohovoru hovorila **JUDr. Zuzana Stavrovská** zo Združenia na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím. Pozastavila sa pri článku 12 uvedeného dohovoru, ktorý sa týka rovnosti pred zákonom a ktorý v bode 1 hovorí, že zmluvné strany opätovne potvrdzujú, že osoby so zdravotným postihnutím majú kdekoľvek právo na uznanie svojej osoby ako subjektu práva. V bode 2 článku 12 dohovoru sa uvádza, že zmluvné strany uznávajú, že osoby so zdravotným postihnutím majú právnu spôsobilosť vo všetkých oblastiach života na rovnakom základe s ostatnými. K týmto bodom Z. Stavrovská uviedla, že podľa článku 12 uvedeného dohovoru je právo na sebaurčenie osôb so zdravotným postihnutím chránené vo väčšine krajín EÚ a znamená, že mentálne postihnutí nemôžu byť vylúčení z rozhodovania. Zdôraznila, že na Slovensku by sa mala urobiť reforma Občianskeho zákonníka s cieľom vylúčiť náhradné rozhodovanie a namiesto neho zaviesť pojem podporované rozhodovanie. Po jeho zavedení by aj mentálne postihnutí ľudia dostali príležitosť domôcť sa rozhodovania o dôležitých veciach vo svojom živote za predpokladu, že sa budú učiť sebaobhajovaniu od detstva. Vo svojom príspevku podrobne vysvetlila, čo to je podporované rozhodovanie a ako

Monika Vrábľová, zo Slovenského zväzu telesne postihnutých a Mária Orgonášová, čestná prezidentka Asociácie organizácií zdravotne postihnutých občanov SR.

Jolana Javorková, riaditeľka spoločného Sekretariátu Rady vlády SR pre seniorov a osoby so zdravotným postihnutím v príhovore v NR SR.

JUDr. Zuzana Stavrovská, Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím.

môže pomôcť mentálne postihnutým osobám, aby sa mohli vzdelávať, nadobudnúť zručnosti potrebné na získanie zamestnania a možnosti doškoľovania.

Mnohé z členských organizácií NROZP v SR na prízemí NR SR pripravili aj informačné panely a stoly s prezentáciami svojej činnosti a aktivít v praxi, s ktorými sa mohli oboznámiť poslanci NR SR aj novinári.

Pri príležitosti seminára vydala NROZP aj bulletin s titulkom **Legislatíva a prax v oblasti zdravotného postihnutia.** Deň zdravotného postihnutia sa uskutočnil s finančnou pomocou NR SR a Úradu vlády SR v rámci Akčného plánu predchádzania všetkým formám diskriminácie, rasizmu, xenofóbie, antisemitizmu a ostatným prejavom intolerancie.

Na seminári boli prijaté aj závery, ktoré predniesl a **Anna Reháková,** riaditeľka NROZP v SR. Viac informácií možno nájsť na internetových stránkach:
www.nrozp.sk
www.mosty-nrozp.sk
www.bariery-nrozp.sk

Margita Škrabálková
Snímky: autorka

Lekár radí

Schizofrénia – nová možnosť liečby

Čo si pomyslíte o človeku, ktorý trpí schizofréniou? Že má rozdvojenú osobnosť? Že je šialený, nevyspytateľný, že môže byť násilný a nebezpečný? Žiaľ, toto sú typické predstavy o ľuďoch so schizofréniou, preto je nutné povedať, že tieto predstavy sú mylné.

Schizofrénia je vážne duševné ochorenie, spôsobené poruchou mozgu. Trpí ním asi jedno percento populácie, na Slovensku je to približne 50 000 ľudí. Ide o ochorenie, ktoré sa najčastejšie začína na prahu dospelosti, v čase, ktorý je pre človeka kritický, ale aj nádejný pre jeho budúcnosť.

Schizofrénia spôsobuje stav, odborne označený ako psychóza, v ktorom chorý prežíva chaos, stiesnenosť, stratu kontroly nad okolitým dianím a sám nad sebou. Udalosti každodenného života získavajú pre neho iný, často zlovestný význam. Okolitý svet sa mu stáva cudzím, nedokáže sa v ňom zorientovať. Má zvláštne pocity, vníma, rozmýšľa a robí závery neobvykle, neobjektívne a pre okolie nepochopiteľne.

Priebeh schizofrénie býva rôzny. Niekedy sa začína pomaly, nenápadne a ochorenie je dlhšie nerozpoznané, inokedy na seba upozorní vážnymi zmenami v správaní chorého. Priebeh je často chronický, aj celoživotný, alebo ochorenie má tendencie častejšie sa vracať. Schizofrénia nie je úplne vyliečiteľná, ale je rovnako liečiteľná ako porovnateľné telesné, napr. srdcovocievne ochorenia alebo cukrovka. Liečba schizofrénie v posledných desaťročiach dosiahla výrazné pokroky. Ak sa v polovici minulého storočia lekári usilovali zlepšiť starostlivosť chorého o seba a zredukovať poruchy správania, myslenia a vnímania, ciele súčasnej liečby sú náročnejšie – zameriavajú sa na obnovu pôvodného fungovania pacienta v spoločnosti. Vďaka moderným liekom je možné dosiahnuť u chorého normalizáciu porúch, a tým vytvoriť predpoklady na postupný plnohodnotný návrat do spoločnosti. Tento dnes už reálny cieľ liečby sa nazýva remisia.

Doc. MUDr. Ján Pečeňák, CSc. Prvá psychiatrická klinika, FNsP a Lekárska fakulta UK, Bratislava.

MUDr. Igor Vico, Agentúra ROWEX, Bratislava.

Prof. MUDr. V. Novotný počas prednášky o liečbe schizofrénie. Vpravo od neho psychiatri Doc. MUDr. Ján Pečeňák, CSc., prim. MUDr. P. Korcsog a MUDr. I. Vico.

Pri liečbe schizofrénie je veľmi dôležitá spolupráca medzi lekárom, chorým a jeho rodinou, ako aj informovanosť o tom, ako sa môže chorý a jeho rodina podieľať na liečbe a znížení rizika návratu ochorenia.

Najúčinnejšia je komplexná liečba, keď je možné podľa štádia ochorenia, príznakov a potrieb konkrétneho pacienta farmakoterapiu vhodne kombinovať so psychoedukáciou a psychosociálnymi metódami. Základom liečby schizofrénie je liečba liekmi, ktoré sa odborne nazývajú antipsychotiká.

Novinkou v liečbe schizofrénie je prvé antipsychotikum, ktoré využíva OROS – osmotický aktívny systém, ktorý umožňuje postupné 24-hodinové uvoľňovanie aktívnej látky s minimálnym kolísaním jeho hladiny v krvnej plazme. Kombinácia účinnej látky a jej neinvazívneho kontinuálneho uvoľňovania zabezpečuje výhodné farmakokinetické a farmakodynamické vlastnosti.

Antipsychotická liečba zároveň vytvára podmienky na psychosociálnu liečbu a psychoedukáciu, s ktorou je možné priaznivo ovplyvniť aj liekmi málo ovplyvniteľné ťažkosti. Psychoterapia a socioterapia pomáhajú pacientom lepšie sa vyrovnávať s problémami, prekonávať následky ochorenia, nadobudnúť pôvodné sociálne a pracovné zručnosti, zlepšiť sebavedomie, zvýšiť odolnosť proti záťaži.

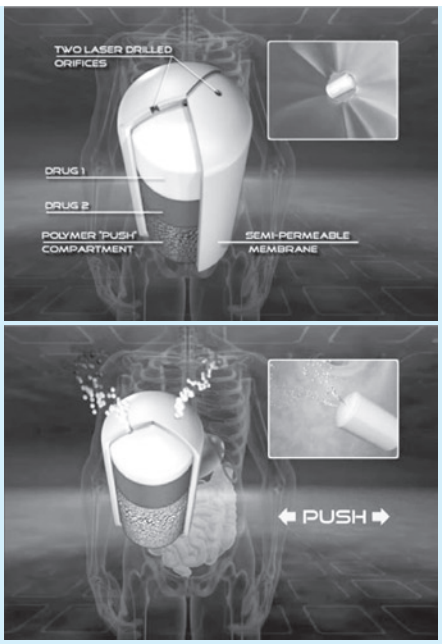
V rámci komplexnej liečby sú pripravované rôzne aktivity a projekty. Tieto sú opakovane organizované a podporované Ligou za duševné zdravie i farmaceutickou spoločnosťou Janssen-Cilag. Jednou z takýchto aktivít bolo organizačné a finančné zabezpečenie nedávnej prezentácie simulátora symptómov schizofrénie – **Cesta dláždená strachom,** keď v spolupráci s Ligou za duševné zdravie v rámci jej kampane **„Dni duševného zdravia"** sa mohla aj široká verejnosť bližšie oboznámiť s tým, čo prežívajú ľudia trpiaci týmto ochorením.

Zaujímavou aktivitou je čerstvé vydanie a distribúcia psychoedukačnej knihy s názvom **Tajomstvo mozgového čipu,** ktorá vtipným a súčasne vysoko informatívnym spôsobom ponúka svojpomocný návod pre ľudí trpiacich schizofréniou.

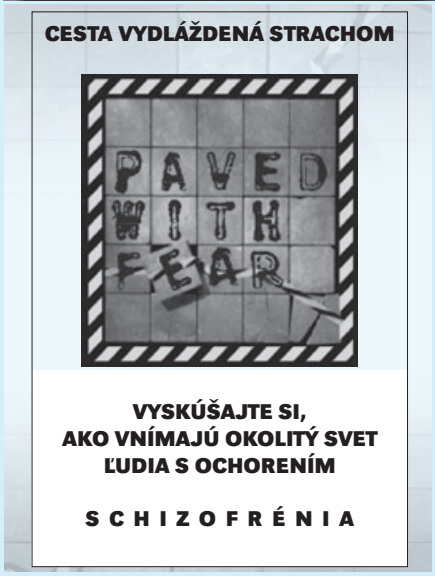
Aktuálne pripravovanou aktivitou v spolupráci s odborníkmi je predstavenie psychoedukačného projektu CoOPERA a jeho uvedenie do praxe. Tento projekt predstavuje súbor informačných brožúr a iných pomôcok, ktoré sú určené pre odborníkov v zdravotníctve, aby pomocou nich optimálne viedli pacientov so schizofréniou pri rozhodovaní v liečebnom procese a stanovili, aký druh liečby je pre nich najvhodnejší.

Doc. MUDr. Ján Pečeňák, CSc.
Prvá psychiatrická klinika, Fakutná nemocnica s poliklinikou NsP a Lekárska fakulta Univerzity Komenského, Bratislava
MUDr. Igor Vico, Agentúra ROWEX, Bratislava

Snímky: mš a archív



Na obrázkoch vidieť proces postupného uvoľňovania sa účinnej látky z moderného lieku z tabletky vyrobenej systémom OROS.



Brožúrky o schizofrénii pre pacientov a ich rodinných príslušníkov a blízkych, ale aj zdravotníkov.

Slovník

Psychóza
Závažné psychické ochorenie, pri ktorom sa u jedinca znižuje schopnosť správneho vyhodnocovania reality. Je to spôsobené hlavne prítomnosťou halucinácií a bludov. Typickým predstaviteľom psychotického ochorenia je schizofrénia.

Halucinácia
Vnem bez podnetu. Typický príznak pre psychotické ochorenia.

Ilúzia
Skreslené vnímanie reálne existujúceho podnetu. Na skreslené vnímanie nadväzuje aj nesprávna interpretácia.

Blud
Chorobne podmienené narušenie myslenia – úsudky. Nedá sa vyvrátiť argumentmi a zvyčajne ovplyvňuje konanie jedinca. Najčastejším bludom je paranoidný blud (blud prenasledovania).

Pozitívne príznaky pri schizofrénii
Príznaky, ktoré sú akoby „navyše" oproti normálnym psychickým funkciám. Patria sem halucinácie, bludy, myslenie narušené v štruktúre a dezorganizované či bizarné konanie.

Negatívne príznaky pri schizofrénii
Príznaky, ktoré zodpovedajú úbytku normálnych psychických funkcií. Patrí sem hlavne neschopnosť plastického emocionálneho prežívania, znížená rečová produkcia, nezáujem, znížená aktivita a znížená potreba sociálnych kontaktov.

Antipsychotiká
Označenie skupiny liekov, ktoré zlepšujú integráciu psychických funkcií (opakom sú drogy nazývané halucinogény – LSD alebo látky, ktoré obsahujú niektoré huby). Starší, ale ešte často používaný názov sú neuroleptiká. Sú základom liečby schizofrénie, ale využívajú sa aj pri liečbe iných psychických porúch. Základným mechanizmom účinku je blokáda dopamínu.

- **typické antipsychotiká –** staršie antipsychotiká, ktoré majú užšiu účinnosť a viac nežiaducich účinkov;

- atypické antipsychotiká (označované aj ako antipsychotiká druhej generácie) – širšie pôsobenie, menej nežiaducich účinkov.

Dopamín
Jedna z chemických látok, ktoré prenášajú signály medzi nervovými bunkami (neurotransmitér). Všetky antipsychotiká ovplyvňujú práve tento prenos.

OROS
Skratka zo spojenia „osmotic-controlled release oral delivery system".

Nový moderný system uvoľňovania účinnej látky z tabliet.

Európsky deň depresie – 10.október

Depresia, jej príčiny, príznaky a liečba

V krajinách Európskej únie zomrie v dôsledku samovraždy (približne každých 48 hodín) jedno dieťa. Každý deň spácha v krajinách EÚ samovraždu 20 mladých ľudí vo veku 15 až 29 rokov. Spolu zomrie denne v krajinách EÚ v dôsledku samovraždy až 87 ľudí. V krajinách EÚ asi 10-krát viac ľudí zomrie v dôsledku samovraždy než na AIDS. Aj preto treba tomuto tragickému javu venovať oveľa viac pozornosti.

Smútok pozná každý z nás, či vzniká po nepríjemnom zážitku alebo strate niečoho, alebo niekoho dôležitého, alebo blízkeho. Vtedy je psychologicky zrozumiteľný a odôvodniteľný. Jeho intenzita a trvanie sú úmerné vyvolávajúcej príčine. Depresia je však patologický stav – porucha, ktorá môže vzniknúť bez zjavného dôvodu. Okrem smutnej nálady ju môžu sprevádzať ďalšie duševné a telesné príznaky. Depresia je vážny stav, ktorý si vyžaduje odbornú liečbu.

Stresujúce zážitky – každý človek reaguje na vonkajšie podnety svojím vlastným spôsobom. Epizódy depresie môžu nasledovať bezprostredne po dramatickej príhode (napríklad úmrtí v rodine), ale často aj bez jednoznačnej príčiny.

Psychologické a sociálne faktory – odpoveď na stresujúci zážitok bude vždy závisieť od psychologického typu, výchovy a vzdelania konkrétnej osoby aj od rôznych iných okolností, v ktorých sa nachádza. Ľudia, ktorí sami seba hodnotia negatívne, majú pravdepodobne určitý stereotyp správania, ktorého súčasťou je, že často vidia v živote len záporné stránky. Obviňujú sa z toho, čo sa im nedarí a nedokážu oceniť samých seba ani vtedy, keď je zjavné, že si to zaslúžia.

Príznaky poruchy – depresívnu náladu so stratou záujmu, energie a radosti niekedy sprevádza úzkosť, nedostatok elánu a motivácie spôsobuje, že i jednoduché úlohy sa zdajú namáhavé až nezvládnuteľné, celková únava a nedostatočná sústredenosť, agitovanosť a nepokoj, podráždenosť, zmeny chuti do jedla (buď je znížená, alebo zvýšená neúmerne potrebám), zmeny spánku – nespavosť alebo zvýšená spavosť, strata sebadôvery, vyhýbanie sa kontaktom s ostatnými, pocity nepríjemnosti, bezmocnosti a beznádeje až samovraždené myšlienky, zápcha, u žien a dievčat aj menštruačné poruchy, psychosomatické ťažkosti, svrbenie a bolesti, zhoršenie nálady vždy v určitý denný čas, napríklad vždy po prebudení. Depresia sa častejšie vyskytuje u žien ako u mužov. Mnoho žien trpí depresiou v súvislosti s menštruáciou a takisto počas ťarchavosti. Príčina môže byť dedičná alebo hormonálna. Muži omnoho ťažšie priznávajú, že trpia depresiou, preto u nich môže dlhšie zostať nerozpoznaná. Genetická predispozícia je pravdepodobná pri všetkých formách depresie, ale odlíšiť vplyv rodinného prostredia od genetickej predispozície býva niekedy veľmi ťažké. V zimnom období trpia niektorí ľudia pre nedostatočný slnečný svit depresiou, ktorá je známa ako sezónna porucha alebo „zimná depresia“, ktorú možno liečiť intenzívnym svetlom.

„Biochémia“ mozgu – depresia súvisí so zmenami chemických látok, tzv. neurotransmiterov, ktoré sa uvoľňujú v nervových zakončeniach buniek a porucha v ich rovnováhe sa podieľa na vzniku depresie. Medikamentózna liečba upravuje nerovnováhu v hladinách neurotransmiterov, a tým situáciu normalizuje.

Aká liečba je k dispozícii – hovoriť o svojich pocitoch je vždy prospešné, pri určitom počte depresívnych jedincov môže pomôcť vyriešiť nepriaznivú situáciu niekoľko psychoterapeutických sedení, pričom niekedy býva prínosom aj výmena skúseností v prostredí terapeutickej skupiny.

Psychoterapia – kognitívno-behaviorálna terapia – princípom tejto metódy je tvrdenie, že depresia sa môže dať vyliečiť, ak sa pacienti s depresiou vysporiadajú s negatívnymi myšlienkami, ktoré u nich prevládajú. Liečba sa pokúša zasiahnuť do myslenia depresívnej osoby tak, že jej neustále zachmúrený pohľad na život, ktorý je len pokrivením pravdivého obrazu, zmení na reálny. Pacienti sa tiež učia, ako zdolávať nečinnosť, únavu, spoločenskú neprimeranosť pomocou jednoduchých techník sebaovládania.

Liečba antidepresívami – medikamentózna liečba – za určitých okolností sa lekár môže rozhodnúť pre liečbu antidepresívami. Antidepresíva ovplyvňujú hladiny neurotransmiterov v mozgu, a to tých, ktoré zodpovedajú za náladu, spánok, koncentráciu, schopnosť učiť sa, mať chuť do jedla a sexuálnu túžbu. Po úprave ich nerovnováhy vedú u chorého k zlepšeniu a vymiznutiu väčšiny príznakov depresie. Mnohí pacienti, u ktorých sa depresia spája s úzkostnými stavmi, pociťujú v dôsledku liečby antidepresívami aj značný ústup úzkosti. Účinok antidepresív sa obvykle plne rozvinie po niekoľkých týždňoch liečby (zvyčajne po 1. alebo 2. týždni), a tak stojí za to pokračovať v liečbe i v prípade, že nedošlo k okamžitému zlepšeniu depresívnych príznakov.

Čo môže pacient s depresiou sám pre seba urobiť – nečakať, kým „pohár pretečie“ a zveriť sa niekomu so svojimi zlými pocitmi, cvičiť – je známe, že to často pomôže zmierniť depresiu, zamyslieť sa nad tým, či má stravu vyváženú, vyhnúť sa veľkým dávkam alkoholu, ktoré môžu vyvolať depresiu, keď pominie uvoľnenie, netrápiť sa pre nespavosť – niekedy môže pomôcť čítanie knihy alebo počúvanie rádia a uvedomiť si, že depresia nie je prejavom slabej povahy či vôle, ale že ide o poruchu, z ktorej sa dá uzdraviť.

Ako môžu pomôcť príbuzní a priatelia – ak sú dobrými, trpezlivými poslucháčmi chorého, ak povzbudzujú pacienta s depresiou počas rozhovoru, podnecujúc ho, aby pokračoval v rozprávaní. Ak ubezpečia pacienta, že všetko bude zasa v poriadku, že ide len o prechodnú fázu, v ktorej sa momentálne nachádza, ak sa presvedčia, či sa chorý dostatočne najedol a pomôžu mu vyhnúť sa alkoholu, ak akúkoľvek zmienku chorého o samovražde chápu vážne a presvedčia sa, či o tom vie lekár pacienta s depresiou.

Zdroje:
Združenie prof. Matulaya pri 1. psychiatrickej klinike Lekárskej fakulty Univerzity P. J. Šafárika v Košiciach a Liga za duševné zdravie

Predstavujeme

Občianske združenie Slovak Crohn Club

Nebuď sám so svojimi problémami – príď medzi nás! Také je heslo Občianskeho združenia Slovak Crohn Club s celoslovenskou pôsobnosťou. Zakladajúce zhromaždenie Crohn Clubu bolo 25. marca 1993 v Bratislave, keď sa aj registrovalo na Ministerstve vnútra SR. Jeho vznik iniciovala MUDr. M. Príkazská, PhD., z Výskumného ústavu výživy v Bratislave so skupinou odborníkov so snahou komplexnej pomoci pacientom. O štvrť roka nato sa združenie stalo riadnym členom Slovenskej humanitnej rady. Je to dobrovoľné združenie pacientov s nešpecifickým zápalovým ochorením tráviaceho traktu – Crohnovej choroby a ulceróznej kolitídy. Výskyt týchto ochorení výrazne narastá. Sú dlhotrvajúce, s komplikáciami a postihujú prevažne ľudí mladého veku. Aj preto venujeme pozornosť tomuto združeniu v rozhovore s jeho predsedníčkou Violou Števurkovou.

Vaše združenie tento rok oslávilo už svoje 15. narodeniny. Kto a ako sa môže stať jeho členom a aký je záber jeho pôsobnosti dnes?

Slovak Chron Club je dobrovoľné združenie pacientov, ktorých incidencia na Slovensku je približne 6 000 diagnostikovaných na toto ochorenie. Sme dobrovoľným občianskym združením pre všetkých pacientov s týmito ochoreniami žijúcich na celom území Slovenska. Členom sa môže stať každý pacient po vyplnení a poslaní prihlášky s uhradením členského ročného príspevku vo výške 300 Sk, ktorú nájdu na našej webovej stránke alebo na požiadanie ju zašleme na adresu. Klub má dobré meno i povesť medzi lekármi a pacientmi. Najdôležitejšie však je pomáhať našim členom, ktorým diagnostikovali chorobu, aby ľahšie prekonali prvé kontakty s chorobou. Aby medzi nami zistili, že aj s Crohnovou chorobou alebo ulceróznou kolitídou sa dá dobre žiť.

Ako ste sa dostali vy k práci v Slovak Crohn Clube?

Po operácii som prvýkrát počas diagnostiky počula o tomto ochorení. V krátkom čase ma hospitalizovali znova, ale už vo Výskumnom ústave výživy ľudu. Bolo to špecializované pracovisko zaoberajúce sa pacientmi s Morbus Crohn (MC) a Ulceróznou kolitídou (UC). Chcela som sa dozvedieť viac o svojom ochorení, preto som zavolala na telefónne číslo Slovak Crohn klubu (SCC) a stala som sa tak jeho členkou. V roku 2000 som sa zúčastnila na prvom víkendovom stretnutí. Tu som sa stretla s priateľskými, príjemnými ľuďmi s rovnakými problémami a našla som veľa odpovedí na pre mňa dovtedy nezodpovedané otázky. Odvtedy som sa rada zúčastňovala na stretnutiach, ktoré SCC usporadúval. Môžem povedať, že v klube medzi členmi som našla psychickú podporu, čo mi pomohlo zlepšiť kvalitu života. Mám sociálne cítenie, rada pomáham ľuďom podľa svojich možností. Pracovala som vo výbore predsedníctva a na poslednom valnom zhromaždení ma zvolili za predsedníčku Slovak Crohn Clubu. Je to pre mňa veľká česť a zodpovednosť.

Čo je Crohnova choroba a ulcerózna kolitída a aký je medzi nimi rozdiel?

Crohnova choroba a Ulcerózna kolitída patria medzi nešpecifické chronické zápalové ochorenia čreva. Crohnova choroba (Morbus Crohn – MC) nesie názov po jednom zo svojich objaviteľov, americkom lekárovi – gastroenterológovi B. B. Crohnovi. Tieto ochorenia sú označované ako nešpecifické črevné zápaly (Inflammatory Bowel Disease – IBD). Kým MC je zápalové ochorenie častejšie tenkého, ale niekedy aj hrubého čreva a jeho typickým znakom je „segmentálny" zápal určitej časti (úseku) čreva, pre ulceróznu kolitídu (UC) je charakteristická tvorba vredov (ulcerácií). Napriek výskumu a pátraniu počas posledných desaťročí sa dodnes nepodarilo nájsť jednoduché vysvetlenie príčiny vzniku IBD. Pravdepodobne ide o vzájomné pôsobenie medzi vrodenými činiteľmi, vonkajšími a vnútornými spúšťačmi choroby, výsledkom ktorého je samovoľne sa opakujúci zápalový proces, v ktorom je poškodenie tkaniva sprostredkované imunitným systémom. Treba pripomenúť, že chronický zápal pri IBD nie je infekčný, a preto sa nikto nemôže od pacienta s MC alebo UC nakaziť. Na rozdiel od UC môže MC postihnúť ktorúkoľvek časť tráviaceho ústrojenstva, pričom najčastejšie je postihnutá oblasť prechodu tenkého do hrubého čreva (tzv. ileocekálna oblasť). Medzi črevné chronické príznaky patria hlavne hnačky, prítomnosť krvi v stolici, bolestivé

Predsedníčka Občianskeho združenia Slovak Crohn Club Viola Števurková.

nutkanie na stolicu, kŕče v bruchu. Zvláštnosťou MC je tvorba tzv. fistúl („chodbičiek" vznikajúcich v dôsledku toho, že zápal môže postihnúť nielen všetky vrstvy steny tráviaceho traktu, ale aj „prestúpiť" stenu čreva, pričom dochádza k tvorbe spomínaných „chodbičiek"). Pre IBD je charakteristické striedanie období zhoršenia (vzplanutia aktivity choroby, ktoré sa označujú ako relaps ochorenia) s obdobiami pokoja (označované ako remisia). Ucerózna kolitída na rozdiel od Crohnovej choroby sa šíri kontinuálne na rôzne dlhom úseku alebo aj na celom hrubom čreve. Priebeh obidvoch ochorení býva väčšinou rozdielny. Zatiaľ čo Crohnova choroba má skôr pomalší nástup aj ústup príznakov počas liečby, ulcerózna kolitída sa prejavuje prudkým vzplanutím, často spojeným s krvácaním, ale aj rýchlejším ústupom príznakov po užívaní liekov.

V čom v súčasnosti najviac spočíva práca Slovak Crohn Clubu?

Poznatky z rôznych svetových centier pribúdajú, diagnostické a liečebné možnosti sa rozširujú, nie vždy sa dostatočne rýchlo dostávajú do praxe, preto sa snažíme, aby informovanosť pacientov bola dostatočná, aby sa zlepšoval priebeh choroby a kvalita života chorých. Poslaním klubu je pomáhať prekonávať úskalia ochorenia MC a UC, získavať informácie o týchto chorobách a spôsoboch ich liečenia a následne šírenie medzi členmi klubu, zúčastňovať sa na konferenciách organizovaných Slovenskou gastroenterologickou spoločnosťou, organizovať spoluprácu všetkých tých, ktorí môžu prispieť k zlepšeniu zdravotnej a sociálnej úrovne pacientov, zabezpečovať pacientom v akútnych prípadoch odbornú poradenskú službu, organizovať stretnutia pacientov, na ktorých si môžu starí aj noví členovia vymieňať skúsenosti o chorobe, poradiť, ako premôcť strach z choroby, vy-

meniť si vyskúšané recepty a najmä čerpať optimizmus, spolupracovať s lekármi a získať odpovede na otázky cestou internetu, usporadúvať rekondičné pobyty zamerané na rehabilitačno-relaxačné cvičenia spojené s autogénnym nácvikom pod vedením odborného cvičiteľa jogy, ktoré slúžia na zlepšenie fyzickej a psychickej kondície pacientov. Okrem Bulletinu vydávame aj propagačné materiály (kalendáriky, diétne príručky a podobne).

Dozvedeli sme sa, že ste sa stali členmi Európskej federácie Crohnovej choroby a ulceróznej kolitídy. Čo táto spolupráca prináša?

Od roku 1995 sme členmi zastrešujúcej Európskej federácie Crohnovej choroby a Ulceróznej kolitídy, ktorá predstavuje organizáciu združujúcu národné asociácie členských krajín EFCCA. Náš klub zastupujú ako delegáti Mgr. Charvatová a Ing. Gertler. Veľkým prínosom pre nás je výmena skúseností, konzultovanie nových myšlienok významných pre rozvoj Slovak Crohn klubu. Zaujala nás myšlienka, že členmi klubu sú nielen pacienti, ale aj rodinní príslušníci, ktorí sa s pochopením a porozumením problematiky IBD snažia uľahčiť život i priebeh choroby svojim blízkym. Od roku 2000 všetky kluby EF CCA oslavujú druhú májovú sobotu Medzinárodný deň MC a UC.

Ako hodnotíte súčasnú multidisciplinárnu starostlivosť o pacientov s Crohnovou chorobou a ulceróznou kolitídou na Slovensku a vo svete?

Sme velmi radi, že sa spolupráca so Slovenskou gastroenterologickou spoločnosťou rozvíja. Pripojili sme sa a podieľali na podpore rozšírenia pracovísk so zavedením biologickej liečby prostredníctvom podporných listov do zdravotných poisťovní. Išlo o pracoviská v Bratislave – Thalion, Bratislave-Ružinove, Martine, Nitre, Trenčíne, Trnave a Prešove. Darí sa nám prehlbovať spoluprácu s lekármi, ktorí veľmi aktívne pristupujú k spolupráci s klubom. „Patrónmi klubu" sú lekári: profesor MUDr. Pechan a MUDr. Kaščák. Nedávno vznikla aj pracovná skupina IBD pri Slovenskej gastroenterologickej spoločnosti a jej úlohou je spolupráca s modernou gastroenterologickou Európou.

Ako hodnotíte tento rok vo vašom združení? Ktoré aktivity vášho klubu boli najúspešnejšie?

Úspech mala tlačová konferencia 15. mája 2008 a na veľmi dobrej úrovni bola konferencia, ktorá sa konala 17. mája 2008 pri príležitosti osláv 15. výročia založenia Slovak Crohn Clubu. Vydarila sa organizačne i programovo. Medzi najlepšie podujatia patril aj rekondičný pobyt, ktorý sa konal na konci septembra tohto roku v Smižanoch. Každodenné cvičenie jogy v prírode, turistika v lone Slovenského raja posilnila všetkých účastníkov. Úspech mal aj stánok SCC na Výstave Non-handicap 2008 so sprievodnými prednáškami a televízna relácia „Cesty nádeje", ktorú odvysielali dňa 15. novembra tohto roku na STV 2.

Spoločná fotografia členov Občianskeho združenia Slovak Crohn Club.

Občianske združenie Slovak Crohn Club počas osláv 15. výročia svojho založenia.

Čo by ste v združení chceli zlepšiť? Aké sú plány Slovak Crohn Clubu na rok 2009?

Medzi prioritami zostane organizovanie rekondičných pobytov a víkendových stretnutí.

Budeme naďalej rozvíjať spoluprácu so Slovenskou gastroenterologickou spoločnosťou a v spolupráci s ňou chceme vypracovať model spolupráce nášho klubu s niektorými špecializovanými klinikami. Naďalej budeme nadväzovať na veľmi dobré vybudované vzťahy s lekármi na riešení problémov našich členov klubu. Budeme sa ďalej podieľať na medzinárodnej spolupráci v rámci EFCCA a rozvíjať ju. Na neposlednom mieste si chceme držať dobré vzťahy s farmaceutickými firmami. Naším cieľom je naďalej rozvíjať publikovanie článkov v médiách, aktualizovať webovú stránku, vydávať klubový Bulletin, ako aj zúčastňovať sa na konferenciách a propagovať prácu klubu medzi lekármi, aby čo najviac pacientov vedelo o našom klube a aby sme sa dostali do povedomia širšej verejnosti. V novom roku nás čaká príprava a stretnutie na valnom zhromaždení. Želám si, aby sa klub dožil veľa ďalších výročí svojho založenia.

Zhovárala sa: Margita Škrabálková
Snímky: archív

Kontakt:
Viola Števurková
Slovak Crohn Club
Jurigovo nám. 1
841 04 Bratislava
Telefón: 02/59 327 317
Mobil: 0907/550 987, 0903/849384
E-mail: vstevurkova@yahoo.com
Web stránka: www.crohnclub.sk
Číslo účtu: 158638012/0200
Bankové spojenie: VÚB Bratislava
IČO: 30844908

Na výročnej konferencii slovenských nadácií 2008

Profesionálni hráči neziskového sektora

„Nadácie – profesionálni hráči neziskového sektora" bol názov 6. výročnej konferencie slovenských nadácií, ktorá konala 25. novembra tohto roku v Bratislave. Program konferencie bol zostavovaný podľa aktuálnych potrieb slovenských nadácií a postavený tak, aby prispel k budovaniu kapacít nadácií v oblasti komunikácie, získavania zdrojov, investovania majetku a personálneho manažmentu. Program pokrýval najdôležitejšie oblasti, s ktorými sa nadácie vo svojej každodennej činnosti stretávajú, a to bez rozdielu, či sú operačné, alebo grantové.

Fórum donorov pripravuje výročné konferencie nadácií od roku 2002. Ide o jedinečné podujatie určené pre predstaviteľov nadácií a členov ich správnych rád, ako aj zástupcov servisných a iných organizácií, s ktorými nadácie spolupracujú. Konferencia vytvára priestor na výmenu poznatkov a skúseností každodennej praxe a zároveň predstaviteľom nadácií umožňuje oboznámiť sa s aktuálnymi projektmi, aktivitami a iniciatívami na Slovensku i v okolitých krajinách.

Na Slovensku plnia nadácie dve funkcie. Hlavnou je podpora iných mimovládnych neziskových organizácií z oblastí vzdelávania, kultúry, zdravotníctva, sociálnych vecí, športu, životného prostredia, humanitárnej a charitatívnej pomoci. Zároveň však musia vyvíjať aj vlastné aktivity, aby boli schopné získať si dôveru spoločnosti a partnerov.

Fórum donorov je združenie popredných organizácií, ktoré udeľujú finančné prostriedky tretím osobám a ktoré sa chcú aktívnejšie podieľať na rozvoji slovenského mimovládneho neziskového sektora, posilnení postavenia donorov, ako aj na podpore a presadzovaní myšlienky zodpovedného darcovstva a filantropie v Slovenskej republike. V roku 2006 sa k tomuto poslaniu pridali aj firemní darcovia, ktorí pri Fóre donorov vytvorili Klub firemných darcov.

Katarína Podracká

Viete, že...

Potravinové obaly z PVC sú rizikové?

V slovenských obchodoch sa často stretávame so skutočnosťou, že potraviny sú zabalené vo (fóliách) z polyvinylchloridu (PVC), ktoré obsahujú pre zdravie človeka nebezpečné látky (ftaláty). Najčastejšie sú takto balené rôzne druhy mäsa, mliečne výrobky, pekárske a cukrárske výrobky, polotovary a zmrzlinové torty a iné lahôdky. Ohrozenie sa vzťahuje predovšetkým na potraviny s vyšším obsahom tuku.

V tomto roku sa v médiách objavili informácie o výskume zdravotných rizík v obaloch z PVC aj v Českej republike. Tam sa výskumami o obsahu ftalátov v obaloch zaoberá viacero vedcov, medzi nimi aj doc. Ing. Alžbeta Jarošová, PhD. (Mendelova zemědělská a lesnická univerzita v Brně). Už jej predchádzajúce analýzy potvrdili prítomnosť ftalátov vo vybraných druhoch obalov, ktoré sú v priamom kontakte s potravinou. V jednom z posledných výskumov sa dokázala premenlivosť výskytu a koncentrácie ftalátov vo vybraných potravinárskych obaloch v maloobchodnej sieti. Rozšírila tak sériu štúdií, ktoré sa už roky zaoberajú rizikami, ktoré sa vzťahujú na obaly z PVC využívané na balenie potravín obsahujúcich vodu a tuky.

Názov PVC neoznačuje všetky druhy plastov, ale je iba jedným z nich. Napriek tomu, že nepatrí k najpoužívanejším, predstavujú obaly potravín z PVC riziko zo zdravotnej stránky, ale aj z ekologickej. Je to spôsobené skutočnosťou, že PVC obsahuje mnoho prísad, predovšetkým zmäkčovadlá, ktoré sa môžu z obalového materiálu uvoľňovať. To pri styku s potravinami môže predstavovať problém.

Najdiskutovanejšími sú v súčasnosti najmä mäkčené obaly z PVC. „Množstvo uvoľnených zdraviu škodlivých zmäkčovadiel závisí aj od dĺžky času a teploty skladovania. Čím je potravina v takomto obale dlhšie, tým je aj riziko väčšie. Riziko sa zvyšuje aj pri mechanickom stláčaní či krčení obalu, pretože tieto látky v obale nie sú pevne viazané a uvoľňujú sa do potravín, uviedla Mgr. Katarína Vrábľová z mimovládnej organizácie Priatelia Zeme – SPZ. Podľa prieskumu uskutočneného Priateľmi Zeme – SPZ sa v obaloch z PVC nachádzajú predovšetkým niektoré druhy mliečnych výrobkov (napr. termixy či nanukové torty), vybrané druhy majonézových šalátov a treska, niektoré nátierky v kelímkoch, Nugeta, väčšina balených syrov „na váhu", vybrané druhy balenej hydiny, med porciovaný v stolovom balení, balené čajové pečivo na tácke, medové pláty, balená zelenina, dusená knedľa, vlákninové tyčinky v plastovej miske. Obal z PVC je spoznateľný podľa označenia číslicou 3 v trojuholníku, nápisom PVC alebo vinyl, ako aj písmenom V.

Priame riziko pre zdravie človeka predstavujú už spomínané ftaláty. Tie „plávajú" v PVC a môžu sa ľahko uvoľniť do prostredia alebo priamo do organizmu. Vyvolávajú zmeny na štítnej žľaze, obmedzenú tvorbu spermií, zníženú plodnosť, poškodenie plodu vrátane retardácie, poškodenie centrálnej nervovej sústavy...

Životný cyklus PVC od jeho výroby až po konečné odstránenie prináša okrem zdravotných predovšetkým environmentálne problémy. Z celkového množstva 3,6 milióna ton PVC odpadov vznikajúcich po použití spotrebiteľmi v EÚ za jediný rok je recyklované len minimálne množstvo – okolo 100 000 ton, čo predstavuje iba tri percentá. Až 600 000 ton je spaľovaných a až 2,9 milióna ton je skládkovaných. V skládkach dochádza k uvoľňovaniu škodlivých prísad z PVC. Tieto látky sa môžu dostať do pôdy a kontaminovať podzemné zdroje pitnej vody. Pri náhodných požiaroch v skládkach zasa môže dôjsť k nekontrolovateľnej produkcii toxických dioxínov. No najhorším spôsobom zbavenia sa PVC je jeho spaľovanie. Uvoľňuje sa pri ňom kyselina chlorovodíková, ťažké kovy a rôzne, už spomínané dioxíny. Spálením 1 kg PVC v EÚ vzniká priemerne 0,8 – 1,4 kg nebezpečných odpadov.

„Výroba, používanie i konečné zneškodnenie PVC sú teda spojené s rizikami, ktoré majú značné dosahy na životné prostredie aj na ľudské zdravie. Preto je dôležité upozorniť na negatíva, ktoré musia byť pri používaní PVC uvážené, obzvlášť v prípade potravinových obalov a v kontexte súčasnosti, keď už existujú bezpečnejšie alternatívy obalových materiálov," uzatvára Mgr. Katarína Vrábľová.

(mp)

Čo si najviac cenia mladí dobrovoľníci

Osemdesiat dobrovoľníkov sa stretlo v novembri tohto roka, aby zhodnotili svoju prospešnosť a vykonané aktivity na Slovensku i v zahraničí v roku 2008. Zhodli sa na tom, že dobrovoľníctvo prináša neoceniteľné skúsenosti, a preto chcú motivovať aj ďalších mladých ľudí na dobrovoľnícku prácu. Najviac si na svojej dobrovoľnej práci cenia nové kontakty, zdokonalenie sa v cudzom jazyku a alternatívnu turistiku.

Možnosť spoznania nových ľudí a ich kultúr, zlepšiť sa v cudzom jazyku a vnímať špecifiká cudzej krajiny inak ako bežný turista – to boli najoceňovanejšie skúsenosti dobrovoľníkov, ktorí sa v roku 2008 zúčastnili na niektorom z medzinárodných táborov dobrovoľníckej práce (MTDP). Počas dvoch dní nedávneho víkendu hodnotili mladí ľudia na stretnutí v Častej neďaleko Bratislavy svoj prínos a zrealizované aktivity. Prostredníctvom hraných scén, prezentácií fotografií a rozprávania zážitkov predstavili ostatným krajinu, v ktorej ako dobrovoľníci pôsobili.

Pozitívne reakcie a skúsenosti s letnými tábormi sa prejavujú v záujme dobrovoľníkov pomáhať opakovane. Z toho vyplynula aj diskusia účastníkov víkendového stretnutia na tému „lokálne dobrovoľníctvo“. Zhodli sa na tom, že pomoc je potrebná v každom meste či obci, v ktorých aj oni sami žijú, a to nielen v lete, ale počas celého roka. Aby povzbudili aj ďalších mladých ľudí na podobné aktivity, natočili sériu videí, ktoré odzrkadľujú ich motiváciu pomáhať.

„Ja tam chodím, samozrejme, kvôli dobrovoľníckej práci, ale perfektné je na tom to, že človek má možnosť na jednom mieste spoznať tak veľa rôznych ľudí skoro z celého sveta, že sa mu to

nikde inde nepodarí.“ Jakub (20 rokov), medzinárodný tábor dobrovoľníckej práce v Srbsku.

Hodnotiace stretnutia sú pre občianske združenie INEX Slovakia, ktoré už 15 rokov vysiela dobrovoľníkov na tábory do zahraničia, kľúčové. Spätnú väzbu a skúsenosti využíva pri príprave aktivít v ďalšom roku, ako aj na zlepšenie ďalšej spolupráce so zahraničnými partnermi.

Zuzana Dorčíková
Snímky: archív

Práca dobrovoľníkov priniesla SR milióny

Koniec septembra priniesol aj ukončenie pätnástej sezóny medzinárodnej dobrovoľníckej práce. Od júna do septembra sa na Slovensku uskutočnilo 15 táborov, na ktorých sa zúčastnilo 120 mladých ľudí z celého sveta.

Účastníci dobrovoľníckych táborov pomohli v tomto roku k obnove a záchrane takých pamiatok, akými sú Bojnický zámok, zrúcaniny Veľký Šariš a Čierny hrad či bratislavská a banskoštiavnická kalvária. Dobrovoľníci prispeli aj k skrášleniu našej prírody alebo sa venovali znevýhodneným ľuďom. Na táboroch sa zúčastňujú najmä mladí ľudia vo veku od 18 do 30 rokov. Rok 2008 bol výnimočný, pretože sa podarilo zrealizovať aj dva mimoriadne tábory: jeden s účasťou tínedžerov vo veku od 15 do 18 rokov a druhý s účasťou celých rodín zo zahraničia. Tínedžeri mali možnosť prežiť časť svojich prázdnin na opustenom ostrove neďaleko Bratislavy a pomáhať udržiavať ho pre hniezdenie vtáctva. Rodiny spolu s deťmi navštívili obec Motyčky neďaleko Banskej Bystrice, kde pomáhali pri obnove značenia turistických chodníkov a cyklotrás.

„Ak by sme chceli za 15 rokov existencie nášho združenia vyčísliť prínos zahraničných účastníkov na dobrovoľníckych táboroch na Slovensku, suma za ich prácu by presiahla hodnotu 7,5 milióna slovenských korún,“ uviedla Barbara Briedová z INEX-u Slovakia. Zároveň dodala, že napriek nedocenenému významu dobrovoľníctva na Slovensku zahraničný záujem zúčastniť sa na takýchto táboroch neklesá. Najviac dobrovoľníkov prichádza na Slovensko najmä z Európy, hoci v uplynulých rokoch narástol záujem u mladých dobrovoľníkov z Ázie, najmä z Južnej Kórey a Japonska.

Počas 15 rokov sa na Slovensku vystriedalo viac ako 3 000 dobrovoľníkov z celého sveta. Spoločnými silami pracovali na 236 medzinárodných táboroch dobrovoľníckej práce, ktoré zorganizovalo občianske združenie INEX Slovakia. Hlavnou myšlienkou táborov je ponúknuť za poskytnutú pomoc nefinančnú odmenu v podobe skúseností. Mladí ľudia sa počas 2 až 3 týždňov pohybujú v medzikultúrnom prostredí a komunikujú v anglickom jazyku. Navyše sa sami musia postarať o fungovanie tábora od upratovania a varenia až po spoločné koordinovanie života skupiny ľudí. Medzinárodné tábory dobrovoľníckej práce podporili: Ministerstvo školstva SR a Nadačný fond Slovak Telekom. Tradičné hody kultúr, ktoré boli súčasťou MTDP 08, boli podporené Kontom Orange, neziskovým fondom.

Zuzana Dorčíková
Snímky: archív

Všimli sme si

Ocenenie Bratislavskí dobrovoľníci roka 2008

Občianske združenie C.A.R.D.O., ktoré pôsobí na Slovensku od roku 2004, venuje rozvoju dobrovoľníctva na Slovensku veľkú pozornosť. Spolupracuje s dobrovoľníckymi a dobrovoľníckymi centrami na Slovensku, medzi iným aj so Slovenskou humanitnou radou a dobrvoľníckymi organizáciami v zahraničí. Pri príležitosti Medzinárodného dňa dobrovoľníkov, ktorý svet oslavuje od roku 1985 vždy 5. decembra, sa C.A.R.D.O. rozhodlo prostredníctvom usporiadania prvého ročníka ocenenia „Bratislavskí dobrovoľníci roka 2008" upozorniť verejnosť na hodnotu dobrovoľníctva a dobrovoľníkov, ktorí poskytujú neuveriteľné množstvo času a energie v prospech neziskových organizácií v Bratislavskom regióne.

V pondelok, 1. decembra 2008 v Zrkadlovej sieni Primaciálneho paláca v Bratislave pod záštitou Primátora Hlavného mesta SR - Bratislavy, **Andreja Ďurkovského** uskutočnilo slávnostné udelenie cien „Bratislavskí dobrovoľníci roka 2008". Toto ocenenie nadväzuje na ocenenie Srdce na dlani, ktoré sa v minulosti udeľovalo na celoslovenskej úrovni. V súčasnosti sa udeľuje v Prešovskom regióne a minulý rok toto ocenenie začalo realizovať aj Centrum dobrovoľníctva v Banskej Bystrici. **„Chceme takto preukázať obdiv a úctu všetkým ľuďom, ktorí chcú náš svet urobiť krajším",** povedala počas podujatia projektová manažérka C.A.R.D.O. **Alžbeta Mračková**. Atmosféra počas podujatia bola naplnená dojatím a vďačnosťou. **„Je pre mňa cťou byť s Vami dnes večer a odovzdávať ceny tým, ktorí bez nároku na odmenu venujú svoj čas a energiu tým, čo to potrebujú"** , začala svoj príhovor ministerka práce sociálnych vecí a rodiny, **Viera Tomanová**, ktorá spolu s Andrejom Ďurkovským a **Milanom Andrejkovičom** odovzdala ceny Dobrovoľníkom roka.

Na ocenenie mali mimovládne neziskové organizácie možnosť nominovať svojich dobrovoľníkov, verejné organizácie a skupiny občanov. Túto možnosť využilo 21 mimovládnych organizácii. Všetky nominácie hodnotila nezávislá hodnotiaca komisia v zložení: **Milan Andrejkovič** (1.SNSC), **Lenka Iľanovská** (Donors Fórum), **Viera Karovičová** (Magistrát Hl. mesta SR Bratislavy), **Alena Pániková** (NOS/OSF) a **Boris Strečanský** (Centrum pre filantropiu). V kategórii **Dobrovoľník/čka v sociálnych a zdravotníckych službách** získala ocenenie **Ľubica Grebečiová** (Dobrovoľnícka skupina Vŕba). V kategória **Dobrovoľník/čka v oblasti vzdelávania** získal ocenenie **Vladimír Skokňa** (regióny.sk). V kategórii **Dobrovoľník/čka pracujúci s deťmi a mládežou** ocenenie získala **Jana Horváthová** (Klub detskej nádeje). V kategórii **Dobrovoľník v oblasti administratívy a manažmentu** získal ocenenie **Milan Baluch** (Spolok sv. Vincenta de Paul). V kategórii **Dobrovoľník/čka pre životné prostredie** získal ocenenie **Pavol Škoda** (OZ Jablonka). V kategórii **Dlhodobá dobrovoľnícka pomoc organizácii** získala cenu **Zuzana Bábovková** (Domka). V kategórii **Špeciálne ocenenie za dobrovoľnícku pomoc** získal cenu **Jaroslav Filo** (Úsmev ako dar).

(re)

Ľuďom so sluchovým postihnutím pomôžu granty

Hľadáme ďalší zmysel – Pre podnikanie je názov grantového programu. Cieľom druhého kola tohto grantového programu je zvýšiť šancu ľudí so sluchovým postihnutím stať sa samostatne zárobkovo činnými osobami.

Na tento účel T-Mobile Slovensko v spolupráci s Nadáciou Pontis, Nadáciou Integra a Asociáciou nepočujúcich Slovenska v marci 2009 rozdelia minimálne 1 500 000 Sk. Ďalšie finančné prostriedky sú naplánované na podporu vzdelávania, poradenstva, rekvalifikácie atď. O finančnú podporu do výšky 100 000 Sk sa môžu do 12. decembra 2008 uchádzať len jednotlivci – nepočujúci, ktorí majú silnú motiváciu začať podnikať, resp. založiť si živnosť.

Grantový program Hľadáme ďalší zmysel – Pre podnikanie je určený pre ľudí so sluchovým postihnutím vo veku od 18 do 55 rokov, ktorí ovládajú posunkovú reč a majú silnú motiváciu začať podnikať, resp. založiť si živnosť. Finančné prostriedky z nadačného fondu sú určené na podporu vzdelávania, poradenstvo, ale najmä finančnú podporu na rozbeh podnikania konkrétnych osôb so sluchovým postihnutím.

Písomnú žiadosť o finančnú podporu môžu predložiť len fyzické osoby – ľudia so sluchovým postihnutím. Maximálna výška priamej finančnej podpory pre jednotlivca je 100 000 Sk. Finančnú podporu môžu získať len tí jednotlivci, ktorí absolvujú týždenný kurz s názvom **Ako začať podnikať**, ktorý sa pripravuje v spolupráci s Nadáciou Integra v termíne od 1. do 7. februára 2009 v Bešeňovej. Ďalšou podmienkou na získanie finančnej podpory je predloženie podnikateľského zámeru najneskôr do troch týždňov po absolvovaní kurzu a jeho úspešná obhajoba v polovici marca pred komisiou zloženou zo školiteľov a zástupcov spoločnosti T-Mobile Slovensko a Nadácie Pontis.

Kompletný text grantovej výzvy je k dispozícii na **www.nadacia-pontis.sk/granty**. Výsledky hodnotenia budú zverejnené 16. marca 2009, jednotliví predkladatelia žiadostí o finančnú podporu budú zároveň informovaní individuálne. Uzávierka pre prijímanie žiadostí o udelenie finančnej podpory je 12. decembra 2008. Obdobie použitia finančných prostriedkov na rozbeh podnikania je naplánované od 1. apríla 2009 do 31. augusta 2009.

Zdroj: Nadácia Pontis

Európsky deň cystickej fibrózy – 21. november

O „slaných deťoch“ v „Soľnej bani“

V poľskom Krakove-Wieliczke sa v dňoch 20. – 22. novembra tohto roku uskutočnila konferencia o cystickej fibróze, na ktorej sa zúčastnila aj prezidentka Európskej organizácie cystickej fibrózy Karleen de Rijcke. Konala sa pod záštitou poľských poslancov a europoslancov ako súčasť európskeho projektu EuroCare CF.

Na konferencii vyhlásili 21. november 2008 za 3. Európsky deň cystickej fibrózy a stal jednou z hlavných aktivít CF Europe. CF Europe (CFE) je organizácia, ktorá združuje mimovládne CF organizácie zo všetkých krajín Európy a obhajuje záujmy všetkých jedincov s CF v Európe s mottom **„Smerujeme k rovnakým možnostiam primeranej liečby pacientov s cystickou fibrózou v Európe“**. V júni 2008 bola Slovenská Asociácia CF prijatá za člena CFE. Slovenská Asociácia CF pri príležitosti tohto dňa zorganizovala v spolupráci s poľskou „Nadáciou na pomoc deťom s CF a ich rodinám MATIO“ V4 CF túto konferenciu, ktorej hlavným motívom je implementácia dokumentu „Európsky konsenzus: Štandardy starostlivosti o pacientov s CF“ v krajinách V-4.

Partnermi podujatia boli: Klub chorých na cystickú fibrózu, ČR, Maďarská Asociácia cystickej fibrózy, EuroCareCF a Európska organizácia cystickej fibrózy (CF Europe). Hlavnými témami konferencie boli Štandardy starostlivosti o pacientov s CF: Európsky konsenzus – porovnanie v krajinách V-4, Liečba a starostlivosť o pacientov s cystickou fibrózou a Neonatálny screening. Na konferencii sa zúčastnilo asi sto zástupcov a prednášajúcich z 12 krajín: Poľska, zo Slovenska, z Česka, Maďarska, Ruska, Ukrajiny, Lotyšska, Bieloruska a pozvaní hostia z Kanady, Talianska, Francúzska a Belgicka.

Cystická fibróza (CF) je dedičné multiorgánové ochorenie, ktoré skracuje dĺžku života a ovplyvňuje jeho kvalitu. Vyžaduje celoživotnú, každodennú liečbu a starostlivosť, vďaka ktorej je možné predĺžiť život pacientov s cystickou fibrózou a zlepšiť jeho kvalitu. Je to multisystémové ochorenie a podľa odporučení Európskej spoločnosti cystickej fibrózy a Spoločnosti ECFS majú byť pacienti s CF i liečení v Centrách CF, tímami odborníkov v oblasti liečby cystickej fibrózy, ktorí majú mať potrebné znalosti o tomto ešte stále nevyliečiteľnom dedičnom ochorení. Toto ochorenie je vďaka kvalitnej liečbe liečiteľné, vyžaduje však dobrú spoluprácu mnohých odborníkov – lekárov špecialistov aj lekárov v primárnej starostlivosti, fyzioterapeutov, zdravotných sestier, sociálnych pracovníkov a rodičov detí s cystickou fibrózou.

V marci 2004 Európska spoločnosť cystickej fibrózy (European Cystic Fibrosis Society – ECFS) pod vedením profesora Gerda Doringa zorganizovala 2-dňové stretnutie v talianskom Artemini, na ktorom sa zúčastnilo 34 odborníkov z oblasti CF z 18 krajín Európy. Výsledkom stretnutia bol dokument, ktorý bol publikovaný v časopise **Journal of Cystic Fibrosis 4/2005 s titulkom** „Standards of care for patients with cystic fibrosis: a European consensus“, ktorého autormi sú: Eitan Kerem, Steven Conway, Stuart Elborn, Harry Heijerman.

Počet pacientov s cystickou fibrózou na Slovensku je asi 416, z toho je 216 dospelých.

V Európe ich je cca 30-tisíc a v krajinách V-4 ich je asi 3-tisíc. Vo všetkých krajinách V-4 je snaha o implementáciu tohto dokumentu. Na Slovensku pôjde o to, aby zdravotnícke systémy vytvorili a zabezpečili fungovanie multidisciplinárnych spolupracujúcich tímov odborníkov v Centrách CF podľa odporúčaní Európskeho konsenzu.

Vytvorenie viacerých Centier CF by viedlo k zlepšeniu kvality, úrovne a lepšej dostupnosti liečby a starostlivosti pre pacientov, ako aj k vyššej akčnosti pri akútnych situáciách pri takom závažnom ochorení, ako je CF. Skupina slovenských odborníkov, profesionálov a dobrovoľníkov pod vedením MUDr. Kataríny Štěpánkovej, zakladateľky a dlhoročnej prezidentky Klubu CF a súčasnej predsedníčky Slovenskej Asociácie Cystickej Fibrózy, preložila tento dokument. Na základe jeho princípov spracovala podrobný materiál adaptovaný systému a podmienkam na Slovensku a predložila ho MZ SR 29. marca 2006. Materiál prešiel rezortným pripomienkovacím konaním, pripomienkovaním hlavných odborníkov všetkých zúčastnených odborov, ktorí však, bohužiaľ, nedospeli ku konsenzu, a tak MZ SR navrhlo, aby hlavný odborník pre klinickú genetiku vypracoval nový dokument o CF.

Plány Slovenskej Asociácie CF

Slovenská Asociácia Cystickej Fibrózy chce podporovať implementáciu Európskeho konsenzu o štandardoch starostlivosti o CF pacientov na Slovensku, šíriť povedomie o CF doma aj v zahraničí, v krajinách, kde je starostlivosť o CF na nízkej úrovni, pracovať na výskumnom projekte: **„Monitoring kvality života jedincov s CF na Slovensku“**, bojovať proti diskriminácii ľudí s touto dedičnou chorobou a proti diskriminácii rodičov, ktorí sa rozhodli namiesto budovania svojej kariéry starať sa o svoje ťažko choré deti. Vďaka ich nezištnej láske a dennodennej celoživotnej starostlivosti môžu ich deti s CF žiť a prežiť možno kratší, ale plnohodnotný život. Naša spoločnosť im môže pomôcť aj tým, že im poskytne dôstojné spoločenské postavenie. Slovenská Asociácia CF zároveň prosí MZ SR, MPSVaR SR, vládu SR, parlament, ako aj všetky kompetentné inštitúcie a organizácie o spoluprácu na vytváraní primeraných podmienok na liečbu a starostlivosť o deti a dospelých s cystickou fibrózou. Pokúsme sa spoločne nájsť spôsob, ako implementovať odporučenia menovaného dokumentu v slovenských podmienkach.

MUDr. Katarína Štěpánková,
predsedníčka Asociácie CF

Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska oslávila svoje 18. výročie

Zvolili si zástupcov a vytýčili ciele

Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska (ÚNSS), ktorá vznikla 7. apríla 1990, v tomto roku oslávila 18. výročie svojho založenia. Každé štyri roky organizuje ÚNSS zjazd. Nadišiel čas opäť zhodnotiť jej vývoj a situáciu ľudí so zrakovým postihnutím za ostatné obdobie. Na 6. zjazde, ktorý sa konal 24. až 26. októbra tohto roku v Prešove, sa zúčastnilo 70 delegátov zastupujúcich viac než päťtisíc členov združených v 69 základných organizáciách celého Slovenska.

Cieľom zjazdu bolo najmä vytýčiť hlavné úlohy na ďalšie štyri roky. V rámci zjazdu sa 25. októbra uskutočnila aj odborná konferencia s názvom **„Zmeny postavenia nevidiacich a slabozrakých ľudí v spoločnosti“**. Hlavnými témami konferencie boli najmä diskriminácia na základe zdravotného postihnutia, Dohovor OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím, sebaobhajoba zrakovo postihnutých, Braillovo písmo a 200. výročie narodenia jeho tvorcu Louisa Brailla, ďalej euro na Slovensku, ako aj najnovšie zmeny v sociálnej legislatíve. Hodnotenie posledného 4-ročného obdobia obsahuje Správa ÚNSS, ktorá sa týka jej všetkých kľúčových oblastí.

Počas zjazdu sa uskutočnili aj voľby najvyšších orgánov a predstaviteľov ÚNSS na nasledujúce 4-ročné obdobie. Vo voľbách najvyšších predstaviteľov boli zvolení títo zástupcovia ÚNSS: predseda ÚNSS (najvyšší predstaviteľ Ústrednej rady a ÚNSS ako takej a tiež štatutárny zástupca): RNDr. Branislav Mamojka, CSc., prvá podpredsedníčka: Mgr. Terézia Petiová, podpredsedovia: Ing. Milan Měchura a Josef Zbranek, ústredná rada (najvyšší orgán medzi konaniami zjazdu): Milan Antal, PaedDr. Imrich Bartalos, PhDr. Vladimír Cintula, Mgr. Erika Forgáčová, Mgr. Jozef Hlubovič, Václav Trnka a Alžbeta Vršková, ústredná kontrolná komisia: Margita Györgyová, Jozef Kopaj, Edita Križanová, Jana Pribulová a Mária Zubáková.

Výsledkom 6. Zjazdu ÚNSS bolo schválenie hlavných cieľov ÚNSS na nasledujúce štyri roky, ktorými sú: podieľať sa na vytváraní rovnakých príležitostí, na zabezpečení rovnakého zaobchádzania a na prevencii a odstraňovaní bariér všetkého druhu pre občanov so zdravotným postihnutím, zúčastňovať sa na formulácii a presadzovaní konkrétnej implementácie európskeho práva súvisiaceho s riešením problematiky zdravotného postihnutia, zvyšovať úroveň schopnosti sebaobhajoby ľudí so zrakovým postihnutím, rozvíjať aktivity motivujúce ľudí so zrakovým postihnutím na rozvoj vlastných schopností na prekonávanie sociálnych dôsledkov zrakového postihnutia, zvyšovať atraktívnosť organizácie prostredníctvom jej činnosti, všestranne rozvíjať spolkovú činnosť, rozvíjať aktivity na podporu zamestnávania zrakovo postihnutých osôb, venovať pozornosť zvyšovaniu počítačovej gramotnosti nevidiacich a slabozrakých ľudí, podporovať využívanie Braillovho písma a hľadať nové formy získavania finančných prostriedkov.

Zdroj: Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska

Otvorené dvere do sveta ľudí so zrakovým postihnutím cez fotografiu

Výsledky Cesty svetla

Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska s podporou Ministerstva kultúry SR uskutočnila v tomto roku jubilejný 5. ročník fotografickej súťaže pod názvom „Cesta svetla“. Jej ústredným motívom bol svet nevidiacich a slabozrakých ľudí.

Cesta svetla prostredníctvom fotografií odchýlila dvere do sveta ľudí so zrakovým postihnutím a podnietila širokú verejnosť pozastaviť sa a zamyslieť sa nad rozmanitosťou života.

Výstava fotografií

Výstava fotografií začala svoju púť v Bratislave. Výber najlepších prác súťaže Cesta svetla 2008, ale aj mnoho kvalitných fotografií z predchádzajúcich ročníkov si bolo možné pozrieť v priestoroch novej budovy Slovenského národného divadla od 6. novembra do 6. decembra. Ďalšie informácie, kde sa práve táto putovná výstava nachádza, nájdete na internetových stránkach www.unss.sk.

Fotografická súťaž

Fotografická súťaž Cesta svetla 2008 bola otvorená na jar tohto roku. Autori mali možnosť prihlasovať svoje práce do nej do konca septembra v dvoch kategóriách: čiernobiela a farebná fotografia, pričom do každej z nich bolo možné prihlásiť 4 fotografie. Na súťaži sa zúčastnilo celkom 14 autorov, ktorí zaslali dokopy 61 fotografií. Odborná komisia v zložení Miroslav Zaťko (profesionálny fotograf a predseda komisie), Leo Redlinger (profesionálny fotograf) a Marián Hornaič (zástupca organizátora súťaže), ktorá zasadala 17. októbra tohto roku, súťaž vyhodnotila. Prvé miesto v kategórii čiernobiela fotografia obsadil Štefan Lipták s Portrétom I., druhé miesto v uvedenej kategórii získal Ján Miškovič a tretie získal opäť Štefan Lipták. Čestné uznanie si vyslúžil Vladimír Veverka.

V kategórii farebná fotografia obsadila prvé miesto Blanka Mináriková v fotografiou nazvanou V slepých uličkách. Druhé miesto patrí OZ Zaostri a tretie miesto získal opäť Štefan Lipták aj s farebnou fotografiou nazvanou Dôverujem ti. Čestné uznania získali Veronika Uherčíková a Ján Miškovič.

Viac informácií možno získať v Únii nevidiacich a slabozrakých Slovenska na Sekulskej 1 v Bratislave alebo prostredníctvom e-mailovej adresy koordinátora súťaže: horanic@unss.sk.

(mš)

Zdroj: ÚNSS

Aktuálne

Vplyv posunu termínu valorizácie dôchodkových dávok na príjmy dôchodcov

Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky predložilo do legislatívneho procesu Návrh zákona, ktorým sa mení a dopĺňa zákon č. 461/2003 Z. z. o sociálnom poistení v znení neskorších predpisov a o zmene a doplnení niektorých zákonov, ktorý bol schválený.

Najviac diskutovanou zmenou v rámci uvedeného návrhu zákona sa stáva návrh na posun termínu valorizácie dôchodkových a úrazových dávok k 1. januáru namiesto k 1. júlu. Súbežne s posunom termínu sa navrhla aj zmena rozhodujúceho obdobia, ktoré je relevantné na výpočet percenta valorizácie na príslušný kalendárny rok. Navrhlo sa zohľadňovať priemerný medziročný rast inflácie za prvý polrok a priemerný medziročný rast priemernej mzdy v hospodárstve Slovenskej republiky taktiež za prvý polrok. Výhodou zvoleného rozhodujúceho obdobia je, že sa vychádza zo známych veličín za rovnaké časové obdobie, ktoré budú k dispozícii v dostatočnom časovom predstihu na to, aby sa valorizácia premietla v dôchodkových dávkach už v januárovom výplatnom termíne.

Posunom termínu valorizácie dôchodkových dávok v porovnaní so súčasne platným valorizačným mechanizmom dôjde každoročne k zvýšeniu celoročných príjmov dôchodcov. Napríklad v roku 2009 sa odhaduje, že príjmy dôchodcov kumulatívne za polrok môžu vzrásť približne o 4 000 Sk, ak vychádzame z priemernej mesačnej výšky starobného dôchodku. V rokoch 2010 až 2012 sa predpokladá kumulatívny rast príjmov poberateľov starobných dôchodkov za prvý polrok na úrovni 3 500 až 3 900 Sk. Rast celoročných príjmov dôchodcov bude diferencovaný a bude závisieť od výšky ich dôchodkových dávok.

V nadväznosti na uvedené neboli pravdivé tvrdenia, ktoré sa objavili v niektorých médiách, že vplyvom navrhnutého opatrenia sa zvýšia príjmy dôchodcov len v budúcom roku a v ďalších rokoch nie. Ak by nedošlo k posunu termínu valorizácie od 1. januára, dôchodcom by sa nezvýšili ich každoročné príjmy z dôvodu skoršej valorizácie za prvý polrok príslušného kalendárneho roka. Ide teda o opatrenie, ktoré má pozitívny vplyv na dôchodcov do budúcnosti z dôvodu zvýšenia ich celoročných príjmov, a tým aj zvýšenia ich celoročnej miery náhrady k celoročnej priemernej mzde v danom roku. Navrhnuté opatrenie je zamerané na všetkých dôchodcov bez ohľadu na výšku ich dôchodkovej dávky.

(re)

Milióny korún pre Linku detskej istoty

Tesco – Charita roku 2008

Najväčší tohtoročný filantropický projekt spoločnosti Tesco Stores SR, ktorého cieľom bolo podporiť vybranú neziskovú organizáciu s celoštátnou pôsobnosťou, sa skončil. Priniesol nové skúsenosti pre prácu s neziskovým sektorom – Partnerom projektu bola v roku 2008 Linka detskej istoty so zameraním na pomoc deťom a mladým ľuďom v zložitej životnej situácii. Vďaka novým aktivitám, ktoré Linka detskej istoty na svoje zviditeľnenie zvolila, sa podarilo získať prostredníctvom verejnej finančnej zbierky, ako aj marketingovými cestami sumu v celkovej výške 2 929 987 korún. Do propagácie jednotlivých aktivít sa v priebehu šiestich mesiacov zapojili známe tváre šoubiznisu, umelci a tiež firmy finančnými a nefinančnými darmi a sociálnym marketingom. Tesco podporilo projekt svojím know-how, priamym zapojením svojich zamestnancov po celom Slovensku a podpornou kampaňou vo výške trištvrte milióna korún. Pre Linku detskej istoty znamenal projekt zabezpečenie dostatku finančných prostriedkov na prevádzku telefónnych liniek s deťmi v núdzi na najbližšie roky a nezameniteľné skúsenosti v prezentácii naliehavého problému, aký vnútorný svet detí a mladých ľudí v súčasnosti predstavuje.

„Úprimne sa tešíme tomuto výsledku. Sme radi, že stále dokážeme s našimi neziskovými partnermi nachádzať nové možnosti, ako projekt obohatiť, ako zapojiť čo najviac známych tvárí, ale aj našich obchodných partnerov, dobrovoľných aktivistov i vlastných zamestnancov. No rozhodujúci aj v tomto roku bol prístup verejnosti, našich zákazníkov, ich ochota pomôcť tým, čo pomoc potrebujú, za čo im patrí naše úprimné poďakovanie," povedala pri príležitosti ukončenia Tesco charity roku 2008 Eva Williams, riaditeľka oddelenia vonkajších a právnych vzťahov spoločnosti Tesco Stores SR, a. s.

Čo hovoria výsledky

Veľkú finančnú sumu **1 358 037 korún** sa podarilo získať prostredníctvom dobrovoľníkov, ktorí sa pohybovali v 40 Tesco obchodoch po celom Slovensku v jeden rozšírený víkend počas šiestich mesiacov – od mája do novembra t. r. a ktorí sa priamo obracali na širokú verejnosť. Výrazné zvýšenie celkovej sumy predstavuje **tzv. sociálny marketing**, ako nazývame predaj výrobkov, z ktorého ide konkrétna suma za každý predaný kus neziskovej organizácii. Takto podporili projekt firmy Procter&Gamble (rada výrobkov Ariel Professional), Unilever (rada výrobok značky Dove), Craft Foods (výrobok I lowe Milka), Colgate Palmolive (výrobok Palmolive). Za predaj týchto výrobkov pribudlo na konto Linky detskej istoty **656 436 korún**. Vďaka ďalšej sociálno-marketingovej aktivite **Beauty festival**, do ktorej sa zapojilo 19 firiem, poskočila celková suma o ďalších **498 494 korún**. Sú to firmy: Colgate Palmolive, s.r.o., Henkel Slovensko,-spol. s r.o. Procter & Gamble, Loreal Slovensko, s.r.o., Unilever Slovensko, s.r.o., Coty, s.r.o., Johnson & Johnson, s.r.o., AB Cosmetics, s.r.o., To-

mil, spol. s.r.o., SSL Česká Republika, s.r.o., O.Z., Vitar Slovakia, s.r.o., Sara Lee Slovakia, s.r.o., Energizer Slovakia, s.r.o., Prestige Products SR, s.r.o., Sarantis Czech Republic, Dermacol, s.r.o., UC Trade SR, s.r.o, Marsil Khalaf Janette.

„Kto dá viac, berie!"

Pod týmto názvom treba rozumieť špecifický nákup s filantropickým posla-ním pre obyvateľov Košíc. Išlo o vzrušujúcu zábavu blízku aukcii. Počas nej sa rozhodovalo vo vybraných Tesco obchodoch v Košiciach, o tom, kto si odnesie domov drahú elektroniku ako televízory, DVD prehrávače či kuchynské roboty. Celkovo sa tak získalo **101 360 korún**.

Verejnosť mohla prispieť aj prostredníctvom prázdnej **SMS** v hodnote 30 korún na krátke číslo 850 v sieti Orange Slovensko. V priebehu pol roka sa tak získalo **15 660 korún**.

A napokon treba pripočítať rovných **300 000 korún**, ktoré sa rozhodla venovať spoločnosť **Nestlé** (partnerovi projektu) Linke detskej istoty.

Verejným čítaním v Tesco obchodoch až k zápisu do Guinessovej knihy rekordov sa volal projekt, do ktorého podpory sa aktívne zapojili aj známe tváre šoubiznisu. Herec Ján Króner mal patronát nad akciou o hľadaných deťoch v spolupráci s príslušníkmi policajného zboru v Bratislave, Banskej Bystrici a Prešove.

Herečka Andrea Kerestešová zasa podporila aktivitu propagujúcu bezpečný internet.

Moderátorka Iveta Malachovská odštartovala cyklistickú šnúru pod názvom **Venujte viac času svojim deťom.** Ďalší známy moderátor Matej Sajfa Cifra komunikoval s deťmi cez telefón Linky detskej istoty. Spevák a líder skupiny Vidiek Janko Kuric vyberal obrázky do kalendára na rok 2009, z ktorého predaja pribudnú na konto projektu ďalšie peniaze. A vďaka projektovej aktivite spisovateľky a humoristky Oľgy Feldekovej sa verejné čítanie v 27 Tesco obchodoch zapísalo do Guinessovej knihy rekordov. Išlo o najpočetnejší čitateľský maratón, do ktorého sa zapojilo 2 917 detí po celom Slovensku.

Celková vyzbieraná suma v projekte Tesco charita roku

Rok	**Vyzbieraná suma**
2002	750 000.- Sk
2005	2 231 261.- Sk
2006	3 280 094.- Sk
2007	2 701 996.- Sk
2008	2 929 987.- Sk
Spolu	**11 893 338.- Sk**

Spoločnosť Tesco Stores SR, a.s. vstúpila na slovenský trh v roku 1996, v súčasnosti prevádzkuje 70 obchodov - 5 obchodných domov, 45 hypermarketov, 15 supermarketov, 1 Expres, 16 čerpacích staníc a distribučné centrá v Beckove, v Senci a Gáni pri Galante. V záujme zlepšovania kvality služieb a servisu nielen zákazníkom, ale i bezprostrednému okoliu Tesco pred rokom v apríli 2007 vyhlásilo **Plán zodpovedného susedstva**, v rámci ktorého sa zaviazalo pomáhať zákazníkom viesť zdravší život, správať sa zodpovedne voči životnému prostrediu a pomáhať svojmu okoliu a tým, ktorí to najviac potrebujú cez pomoc tretiemu sektoru. Viac na

www.zodpovednysused.sk.

Oľga Hrnčiarová

Ďalší projekt pre Rómov

Občianske združenie Priatelia Zeme – CEPA začalo poradí už štvrtý projekt podporený z Fondu Hodina deťom. Projekt sa zameriava na najaktívnejšie deti vo veku 13 až 17 rokov z osady Lešť pri Ponickej Hute a z obce Hrochoť.

Novým aspektom práce s rómskou komunitou je v tomto školskom roku zameranie sa na skupinu 12 najaktívnejších detí, ktoré sa vyprofilovali ako lídri a líderky po 4-ročnej práci s väčšou skupinou detí a matiek. Darina Dioši-ová, koordinátorka rómskeho programu, hovorí: „V rámci štvrtého projektu, podporeného z Fondu Hodina deťom, sa mladí ľudia stretnú s úplne novými témami, ako je napríklad fungovanie samosprávy, komunitný rozvoj, rodová rovnosť a rovnosť príležitostí. Vďaka nim má mladá líderská skupina šancu získať nielen nové informácie a zručnosti, ale aj ďalšie možnosti pre prácu s ostatnými obyvateľmi svojich komunít."

Cieľom projektu je príprava mladých aktívnych Rómov na vidieku na osvetovú činnosť. Tento zámer úzko súvisí s projektom na rozvoj rómskeho dobrovoľníctva, ktorý Priatelia Zeme – CEPA realizujú v spolupráci s Centrom pre dobrovoľníctvo z Banskej Bystrice a Ústavom romologických štúdií pri Univerzite Konštantína Filozofa v Nitre.

Zdroj: Priatelia Zeme – CEPA

Svetový deň prevencie týrania a zneužívania detí – 19. november

Domáce násilie ubližuje všetkým

Nezisková organizácia Áno pre život 18. novembra tohto roku zorganizovala informačnú kampaň s názvom Domáce násilie ubližuje všetkým. Dobrovoľníci v snahe osloviť obyvateľov rajeckého regiónu usporiadali na verejných priestranstvách podujatia v Rajci a v Rajeckých Tepliciach. V infostánkoch hovorili s okoloidúcimi ľuďmi o formách pomoci obetiam domáceho násilia. Upozornili tak verejnosť pri príležitosti 19. novembra, ktorý OSN vyhlásila za Svetový deň prevencie týrania a zneužívania detí, na problém, ktorý sa týka mnohých rodín.

Detí sú ako obete domáceho násilia najzraniteľnejšie a najviac zneužívané. Ďalšími skupinami ľudí, na ktorých sa najviac pácha v domácnostiach násilie, sú ženy, starí a chorí ľudia a takisto aj zdravotne postihnutí. Problém domáceho násilia sa však na verejnosti stále často tabuizuje. Domáce násilie je alarmujúci problém na celom svete a vyžaduje si verejné odhaľovanie a pranierovanie. V neziskovej organizácii Áno pre život sa preto snažia od svojho vzniku poukazovať na tento problém.

Počas informačnej kampane povolil Obvodný úrad v Žiline verejnú zbierku s cieľom získania finančných prostriedkov pre osamelé tehotné ženy a matky s deť-

mi – obete domáceho násilia dočasne bývajúce v Domove Gianny B. Mollovej. Verejná zbierka sa konala 19. novembra 2008 v Rajci na Námestí SNP 2/2 a v Rajeckých Tepliciach na Námestí SNP 1/29. Informačná kampaň sa zasa konala v rámci projektu **„Každá zmysluplná činnosť je lepšia ako nečinnosť“**, ktorý podporil aj Žilinský samosprávny kraj.

Áno pre život ako nezisková organizácia pôsobí samostatne od 18. mája roku 2000. Je jednou z mála organizácií na Slovensku, ktorá poskytuje ubytovanie – v domove pre osamelých rodičov a v útulku – ženám nachádzajúcim sa v ťažkej životnej situácii. Od roku 1998 do roku 2007 pomohla s ubytovaním 327 ľuďom, z toho 141 ženám a ich 186 deťom.

Pomáha najmä osamelým tehotným dievčatám a ženám v núdzi, ktoré aj napriek zlyhaniu partnera či zlým rodinným pomerom chcú porodiť dieťa, ktoré čakajú, ako aj matkám s deťmi, obetiam domáceho násilia. Snaží sa aj osvetovou prácou preventívne odstraňovať predsudky o postavení ženy v spoločnosti a v rodine, ako aj benevolentné postoje spoločnosti k násiliu na ženách. Ženy, ktoré majú problém v partnerských vzťahoch, môžu požiadať o poradenské služby. Okrem pomoci interným klientom v domove poskytuje totiž bezplatné právne, sociálne a psychologické poradenstvo v **Centre poradenstva v Rajeckých Tepliciach** pre ľudí v núdzi z rajeckého regiónu. Zároveň pomáha materiálne, finančne a odborne mnohým rodinám v regióne, ktoré sa nachádzajú v hmotnej či sociálnej núdzi. V snahe urýchlene pomáhať sprevádzkovala v roku 2003 **bezplatnú telefonickú** Linku pomoci – **0800 12 00 24**, ktorá slúži nonstop ľuďom v núdzi z celého Slovenska.

Pripravila: mš
Zdroj: Nezisková organizácia Áno pre život

Vianočná hviezda pre vodiacich psov

Od 27. novembra 2008 bolo možné v obchodnom dome Tesco na Kamennom námestí v Bratislave stretnúť aj vodiace psy. Tie s hrdosťou ukazovali, čo všetko dokážu. Každý návštevník ich v neobchodných priestoroch obchodného domu Tesco mohol a ešte stále môže podporiť vďaka projektu „Pomôžte s nami“, ktorý organizuje sieť obchodov Tesco na celom Slovensku spolu so Slovenskou humanitnou radou.

Ako už mnohí iste vedia, projekt **„Pomôžte spolu s nami“**, ktorého cieľom je zlepšiť život detí z detských domovov, zo špeciálnych základných škôl, zdravotne postihnutých a starých občanov, sa začal už 1. novembra tohto roku. Do tohto projektu sa už po druhýkrát zapojila aj Výcviková škola pre vodiacich psov Únie nevidiacich a slabozrakých Slovenska.

Vodiacich psov a ich trénerov možno stretnúť **od 27. novembra do 21. decembra 2008 v obchode Tesco na Kamennom námestí** v Bratislave, v dňoch: štvrtok, piatok, sobotu a nedeľu. Pri stánku sa všetci môžu dozvedieť viac o tom, ako sa pes môže stať vodiacim psom a akú nenahraditeľnú úlohu má v živote nevidiaceho alebo zrakovo postihnutého človeka. Stretnutia s pracovníkmi Výcvikovej školy pre vodiacich psov, s trénermi, vychovávateľmi, ale aj so samotnými psami sú vždy nielen veľmi poučné, ale najmä vďaka štvornohým najlepším priateľom človeka aj veselé.

Podporiť ich potom môžete priamo pri stánku **prispením do pokladničky** verejnej zbierky alebo aj **kúpou čokoládového dukátu** v „zlatom“ obale za 19,90 Sk (0,66 €), pričom z každého dukátu pôjde na konto Výcvikovej školy vodiacich psov pri Únii nevidiacich a slabozrakých Slovenska suma bez DPH, teda 16,10 Sk (0,53 €). Verejnú zbierku podporila aj spoločnosť **Procter&Gamble** jednou korunou (0,03 €) z každého predaného balenia dámskych hygienických vložiek.

Vyzbierané prostriedky použije Výcviková škola pre vodiacich psov ÚNSS na nákup, výchovu a výcvik vodiacich psov, zaškolenie žiadateľov a držiteľov vodiacich psov, precvičovanie vodiacich psov vo výkone a tyflokynologický servis pre držiteľov vodiacich psov. Aj vďaka vám bude môcť viac ľudí so zrakovým postihnutím získať výnimočného pomocníka a priateľa – vodiaceho psa.

Občianske združenie **Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska** má viac ako 5 000 členov združených v 69 základných organizáciách na celom území Slovenska. Svoje služby, poradenstvo a aktivity poskytuje všetkým zrakovo postihnutým ľuďom, ktorí o ne majú záujem, bez ohľadu na členstvo v Únii nevidiacich a slabozrakých Slovenska.

(žf)

Svetový deň ľudských práv – 10. december a Deklarácia práv dieťaťa

Dieťa v ohrození

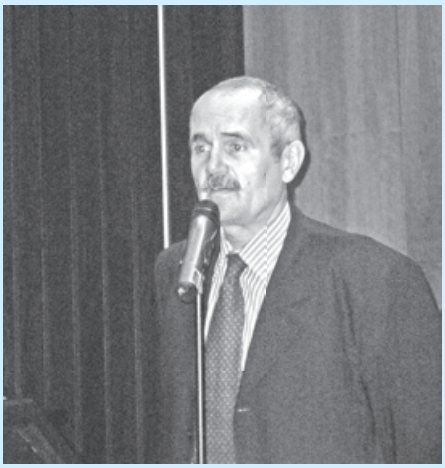
Detstvu patrí všetko to najlepšie, čo mu svet vie dať. Táto myšlienka odznela prvý raz pred 60 rokmi, keď Organizácia spojených národov (OSN) prijala Všeobecnú deklaráciu ľudských práv. O 11 rokov nato Valné zhromaždenie (VZ OSN) v New Yorku prijalo Deklaráciu práv dieťaťa. V nej sa uvádza, že svet dlhuje deťom a musí im venovať zvýšenú pozornosť. Na túto deklaráciu nadväzuje Dohovor o právach dieťaťa, ktorý prijalo VZ OSN a kde sa opäť zdôrazňuje, že svet musí urobiť všetko pre harmonický rozvoj detí tak, aby vyrastali v rodinnom prostredí, láske, šťastí, spokojnosti, v atmosfére, kde sa bude šíriť mier, šťastie a spokojnosť.

Takto privítal **Pavel Kandráč,** verejný ochranca práv Slovenskej republiky účastníkov **17. konferencie Dieťa v ohrození,** nad ktorou prevzal záštitu. Vyslovil aj otázku: „Aká bude naša budúcnosť?“ Odpoveď bola jednoduchá: „Taká, aké sú naše deti“. Kancelária verejného ochrancu práv SR bola spoluorganizátorom tohto podujatia, ktoré sa už tradične konalo v priestoroch Vysokej školy práva v Bratislave. Konferenciu zorganizoval 28. a 29. novembra tohto roku **Detský fond SR** pod vedením

svojho predsedu, známeho psychológa **Štefana Matulu.** Hlavnou témou podujatia boli **psychologické, legislatívne a sociálne problémy ochrany detí rozvedených rodičov**. Na tomto kvalifikovanom odbornom fóre, bohatom na hlboké myšlienky vystúpil medzi prvými **Ľubomír Páleník**, riaditeľ Výskumného ústavu detskej psychológie a patopsychológie. Uviedol, že zvolená téma konferencie so zameraním na ochranu detí rozvedených rodičov je veľmi naliehavá a mala sa konať už skôr, pretože počet rozvedených manželstiev rastie a súčasne s ním aj počet detí rozvedených rodičov. „Väčšina detí, ktoré prejavujú určité poruchy správania, učenia sa, pochádza z rodín rozvedených rodičov. Tieto deti potrebujú z viacerých dôvodov pomoc, predovšetkým preto, že za to nemôžu, kam sa dostali", povedal Ľ. Páleník. Konferenciu pozdravil aj zástupca Kancelárie Rady Európy, ktorá má na starosti v Európe aj ochranu ľudských práv a pripravila kampaň s názvom **„Budovanie Európy pre deti a s deťmi".** Deti sú budúcnosťou Európy a ak nerešpektujeme ich práva, robíme chybu. Cieľom tejto kampane je šíriť zákaz telesných trestov na deťoch v celej Európe, čo dokumentuje aj sada humorne ladených 15 farebných plagátov, ktoré pošlú aj do škôl. Osem z nich oživili steny chodby Vysokej školy práva.

Odborný program sa začal príspevkom **Henriety Antalovej**, vedúcej Kancelárie verejného ochrancu práv SR, ktorá sa zamerala na práva detí rozvádzajúcich sa rodičov. Veľmi zaujímavé boli praktické poznatky z Kancelárie verejného ochrancu práv v SR, ktoré JUDr. H. Antalová uviedla. Pripomenula, že 9. decembra si svet pripomína prijatie Všeobecnej deklarácie ľudských práv. Tento dokument neopomína ani deti a zaručuje im osobitnú starostlivosť. Nadväzuje na Dohovor o právach dieťaťa, ktorý vo svojej preambule zasa nadväzuje aj na ďalšie medzinárodne platné dokumenty. Už preambula tohto dohovoru zdôrazňuje význam rodiny, hovorí o právach, ale aj zodpovednosti rodičov za výchovu dieťaťa, aj o tom, že dieťa má právo na styk s obidvomi rodičmi, a to aj v tom prípade, ak je dieťa oddelené od jedného z nich a aj vtedy, ak rodičia žijú na území viacerých štátov. Dieťa môže byť od rodičov oddelené len v tom prípade, ak je to v jeho záujme a na základe súdneho rozhodnutia.

Pavel Kandráč, verejný ochranca práv SR víta účastníkov 17. konferencie Dieťa v ohrození.



Ľubomír Páleník, riaditeľ Výskumného ústavu detskej psychológie a patopsychológie v Bratislave.

Henrieta Antalová, vedúca kancelárie verejného ochrancu práv v SR.

Deti majú právo poznať svojich rodičov. Ako sa tieto práva v praxi uplatňujú, svedčia skúsenosti verejného ochrancu práv za viac ako 6 rokov jeho pôsobenia v Slovenskej republike. Zdôraznila, že verejný ochranca práv nemôže vstúpiť do vzťahu rodičov. Nemôže prikázať, čo má rodič urobiť.

Problém Slovenska

Najčastejšie sa vyskytujúce problémy, ktoré verejný ochranca práv rieši, sú prieťahy v konaní verejnej správy, najmä prieťahy v konaní súdov, ktoré rozhodujú o rozvode manželov a zverení dieťaťa jednému z nich. Skúsenosti dokazujú, že skutočne nie všetky práva, ktoré zaručuje Dohovor o právach dieťaťa, sú uplatnené v záujme dieťaťa. Aj Európsky súd pre ľudské práva, aj Ústavný súd SR zdôrazňuje, že súdne rozhodnutia týkajúce sa maloletých detí, sa majú urobiť rýchlo. Podľa Občianskeho súdneho poriadku SR by súdy mali rozhodnúť bez zbytočného odkladu, ak ide o deti rodičov po rozvodovom konaní, najneskôr v lehote do 6 mesiacov. „Je veľmi smutné, že v praxi sa stretávame s prípadmi, keď sa čaká na rozhodnutie súdu viac ako desať rokov", uviedla JUDr. H. Antalová. Spomenula aj prípad, keď išlo o 16-ročné vymáhanie výživného na dieťa. Žiadosť na súd bola v tomto prípade podaná v čase, keď malo dieťa 3 roky a až po zásahu verejného ochrancu práv súd o výživnom rozhodol. Stalo sa tak až keď mal chlapec vek 19 rokov. S podobnými smutnými prípadmi, keď sa rodič súdil vo veci vymáhania výživného 12, 13 rokov, sa verejný ochranca práv stretol v minulosti viac ráz.

Problém bez hraníc

Veľmi časté sú aj prosby žiadateliek o pomoc pri vymáhaní výživného na dieťa, keď napríklad: manžel žiadateľky je Holanďan pracujúci v Taliansku, alebo ak sa rodičia dieťaťa zosobášili na Slovensku a teraz žijú v zahraničí. „Často to súvisí multikulturálnosťou našej spoločnosti, aj s voľným pohybom pracovných síl", pokračovala vo svojom

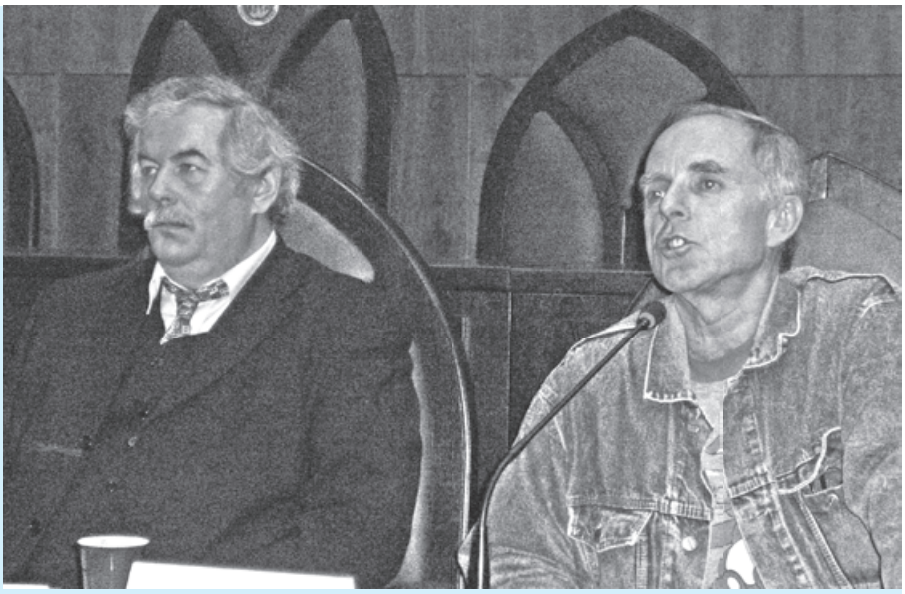
rozprávaní JUDr. H. Antalová a poukázala aj na mimoriadne zložité prípady. Napríklad, keď verejnému ochrancovi práv napísala list nastávajúca matka, ktorá je Slovenka pracujúca v Anglicku čakajúca dieťa s občanom afrického štátu. Pretože sa chce vrátiť na Slovensko, zaujíma sa o práva svojho dieťaťa a práva otca dieťaťa. „Je jednoduchšie riešiť takéto prípady, ak ide o zmluvné štáty Dohovoru o právach dieťaťa“, zdôraznila.

Nečinnosť škodí všetkým

Stáva sa, že rodičia, ktorí, aj keď už spolu nežijú, sa nerozvádzajú, ale žijú každý s iným partnerom. Ak má takáto matka s druhým partnerom dieťa, úradne je otcom novorodeného dieťaťa prvý partner, za ktorého je matka dieťaťa stále vydatá a nie jeho skutočný otec. V Kancelárii ochrancu práv SR sa stretli aj s prípadom, keď sa rozvedenej Ukrajinke, ktorá sa po príchode na Slovensko zoznámila a žila so Slovákom, narodilo dieťa, ale podľa jej dokladov by mal byť otcom Ukrajinec, s ktorým bola rozvedená a dokonca ho nemohli ani nájsť, aby mohlo dôjsť k oficiálnemu popretiu otcovstva. Veľmi častým problémom je, keď si ľudia neuvedomujú, že ak svoju právnu situáciu neriešia, skomplikujú život aj svojim deťom.

Za zmienku stojí aj prípad, keď o pomoc verejného ochrancu práv žiadala dcéra matky, ktorá sa až desať rokov márne snažila o vymáhanie výživného na svoju dcéru a syna. Verejný ochranca práv zistil, že úrad okresného veliteľstva policajného zboru až takmer po dvoch rokoch od podania podnetu vydal príkaz na zatknutie otca, ktorý na svoje dve deti dlho neplatil výživné. Nielen súdy, ale aj iné inštitúcie sa dopúšťajú prieťahov v konaní, čo tiež poškodzuje práva detí.

JUDr. H. Antalová spomenula aj prípad, keď matka žiadala o pomoc verejného ochrancu práv kvôli svojej dcére, ktorá bola sexuálne zneužitá. Prípad bol o to závažnejší, že verejný ochranca práv preukázal porušenia práv tohto dieťaťa, aj Dohovoru o ochrane práv dieťaťa, a to dokonca sociálnym kurátorom, ktorý, ako matka dievčaťa uviedla, sa o prípad jej dcéry vôbec nezaujímal, vzdal všetkých oprávnení konať a nezastupoval jej dcéru ani na súde tak, ako by mal. JUDr. H. Antalová potvrdila, že následne došlo k prijatiu príslušných opatrení, aby aspoň v budúcnosti k takýmto prípadom už nedochádzalo.



Vľavo Štefan Matula, predseda detského fondu SR s dobrovoľníkom Detského fondu SR, Jánom Svoreňom.

Účastníci 17. konferencie Dieťa v ohrození.

Jaroslav Malchárek z nadácie Športom proti drogám.

Plagát kampane Budovanie Európy pre deti a s deťmi zamerané na zákaz telesných trestov na deťoch.

Právne povedomie treba pestovať od detstva

Veľmi vážnym problémom tiež je, keď sa manželia aj po rozvode žijú naďalej v jednej spoločnej domácnosti. Vtedy často dochádza k domácemu násiliu, čo mimoriadne vážne zasahuje do práv ich detí. Kancelária verejného ochrancu práv v správe o svojej činnosti apelovala na potrebu právnej úpravy, ktorá by zabezpečila komplexnú starostlivosť o obete násilia podľa vzoru Rakúska, aj Českej republiky, kde sa prípady riešia nielen v intervenčných centrách pomoci obetiam domáceho násilia, ale aj prostredníctvom uplatnenia právomocí polície zakročiť na ochranu obete vykázaním násilníka na určitý čas z domu, kde obeť násilia žije.

„V každom prípade je nevyhnutné zvýšenie právneho povedomia obyvateľov, ktoré je často veľmi nízke“, ako zdôraznila JUDr. H. Antalová, „Veľa ráz sa o tom, aká právna úprava, aké zákony v jednotlivých prípadoch platia, dozvedajú príbuzní obetí a žiadatelia o pomoc až po čase, keď navštívia verejného ochrancu práv, alebo zamestnancov inštitúcie, ktorú žiadali o pomoc“.V tejto súvislosti na záver priblížila projekt spojený s možnosťou zvolenia detských ombudsmanov žiakmi na školách. Detský ombudsman sa následne stane spolupracovníkom verejného ochrancu práv. Prvá detská ombudsmanka pôsobí už na Gymnáziu na Tomášikovej ulici v Bratislave, kde žiaci písali esej „Prečo chcem byť ombudsmanom“.

Psychológ do každej školy

Téma ochrany práv detí je veľmi obsiahla, vyžaduje oveľa viac miesta, než máme k dispozícii v Humanite. Mnohé príspevky, ktoré na konferencii odzneli, aj diskusné vstupy, by si zaslúžili širší priestor v médiách. Napríklad aj príspevok **Bibiany Obrimčákovej**, štátnej tajomníčky Ministerstva školstva SR, ktorá vyzdvihla význam a perspektívy činnosti centier pedagogicko--psychologického poradenstva, aj v súvislosti s prevenciou v oblasti ochrany práv detí rozvedených rodičov, aj pre časté prejavy agresivity žiakov na školách. Nemožno nespomenúť ani príspevok **Štefana Matulu** o psychologických aspektoch výsluchu maloletého v občianskom súdnom konaní, ktorý súhlasil s názorom niektorých diskutujúcich, že psychológ patrí na každú školu a na plný úväzok. Pozornosť prítomných upútalo aj rozprávanie o 25-ročných skúsenostiach Jána Svoreňa, ktorý pracoval dobrovoľne v Lige na ochranu práv detí rozvedených rodičov v rámci Detského fondu SR.

Ži pravdivo, neklam sám seba

Mimoriadne zaujímavý bol však krátky film, ktorý predstavil na konferencii **Jaroslav Malchárek** z Nadácie **Športom proti drogám**. Film s názvom „**Play – true: ži pravdivo, neklam sám seba“** o ničivých následkoch užívania analobolík v kombinácii s alkoholom, poukazuje na veľké nebezpečenstvo, ktoré hrozí mladým športovcom užívajúcim uvedené prípravky. Film bude k dispozícii už koncom tohto roku školám, športovým klubom, aj poradniam. Ako uviedol Jaroslav Malchárek, pripravuje sa aj kniha na uvedenú tému. Desiatky podnetných príspevkov odborníkov, ktoré na konferencii odzneli, Detský fond SR pripravuje do tlače zborníka, ktorý vydá čo najskôr.

Margita Škrabálková
Snímky: autorka

Redakcia Humanity ďakuje svojim čitateľom a sympatizantom Slovenskej humanitnej rady za prejavenú priazeň v tomto roku.

Všetkým prajeme radostné vianočné a novoročné sviatky, aj veľa zdravia, šťastia a úspechov v roku 2009.

Inzercia

Summary

Safely to and from School

(page 3 – 4)

Safely to school, safely from school is the name of the Detský fond Slovenskej republiky (DF SR, the Slovak Children's Fund's) autumn project which, as in previous years, continues with the campaign *In order that no children would die*. The main partner is the Československá obchodná banka (ČSOB Group). The campaign is carried out in cooperation with the sphere of education and interior and is focused on the increase in children' s safety on their way to and from school. Another aim is the improvement in the visibility of children on the roads and better instruction of children. **On November 3, 2008** about 90 thousand elementary school pupils received reflective objects and a folding flyer which helped them learn and understand the rules of safe behaviour on the roads. They could colour in the flyer illustrations of scenes on the roads. School teachers handed out reflective tags with Smilie to 54 thousand first-graders. They could fasten the tags to their clothes or schoolbags and thus become better visible for drivers.

The Slovak Humanitarian Council at Kolbište

(page 4)

November 1 was in the High Tatras or rather at Tatranská Lomnica not only the All Saints' Day, but also the Day of St. Hubertus' ride which was held in the premises named Kolbište. 65 riders and their horses participated in the event. It was organized on the occasion of the 2008 horse racing season closure in Slovakia in collaboration with the Association for horse racing sport preservation in the Tatras, a member organization of the Slovak Humanitarian Council (SHR). They mutually analyzed not only the current standard of the horse riding sport, but also the cooperation in the humanitarian field pertaining to the aid to handicapped people and citizens in acute need. At this occasion president of the SHR handed Peter Mikuláš, a representative of the Sovereign Knights of Malt Order in Slovakia and a representative of the Association for horse racing sport preservation in the Tatras a thank letter for excellent cooperation with the Slovak Humanitarian Council in the social sphere.

Deputies Elected and Goals Set at the 6th Congress

(page 6)

The Slovak Union of the Blind and Weak-sighted (ÚNSS) founded on April 7, 1990 celebrated this year their 18th anniversary. Every fourth year a congress of the ÚNSS is held. It was time to assess the progress and the situation of sight handicapped people in the last period. At the 6th Congress, which was held on October 25 and 26, 2008 in Prešov, 70 delegates representing over five thousand members associated in 69 grassroot organizations in all parts of Slovakia arrived. The aim of the congress was to set the main tasks for the following three years. Within the congress on October 25 an expert conference with the title **Changes in the Position of the Blind and Weak-sighted in the Society** was held. The main themes of the conference were the discrimination against the health handicapped, the UN Convention on disability rights and the self advocacy of the sight handicapped. The representatives of the top bodies and the ÚNSS for the following 4-year term were elected at the congress. RNDr. Branislav Mamojka, CSc. was elected the top representative of the Central Council and the ÚNSS statutory representative. The outcome of the 6th Congress was the agreement on the ÚNNS' main tasks which include: to contribute to creation of equal opportunities, providing equal treatment, prevention and elimination of any barriers to handicapped people, participate in formulation and implementation of the European right pertaining to the solution of the heath handicapped issue, increase the self advocacy skill with sight handicapped people.

We introduce: The Civic Association the Slovak Crohn Club

(page 10 – 11)

Don't stay alone with your problems – join us! This is the credo of the civic association Slovak Crohn Club. It is a voluntary association of patients with a nonspecific inflammatory disease of the digestive system – Crohn disease and ulcerative colitis. The occurrence of this disorder is significantly growing. It is long-lasting, with complications and afflicts prevailingly young people. That is why we focus our attention on this association in the interview with their chairperson Viola Ševurková.

Your association celebrated this year the 15th birthday. How can one and who can become a member? What are the current competencies and activities?

The Slovak Crohn Club is a voluntary association of patients whose incidence in Slovakia is about 6,000 diagnosed cases. We are a voluntary civic association open to all patients with this disease living in the territory of Slovakia. Any patient can become a member after he or she fills in and posts an application form and pays the annual membership fee of 300 Sk. The form is on our web site or we can send it on request. The club has a good name and reputation among doctors and patients. But the most important thing is to help our members who were diagnosed this disease so that they could better overcome first experiences with the disorder. We want them to find out that the life with the Crohn disease or ulcerative colitis can be good.

We've learned that you became members of the European Federation of Crohn Disease and Ulcerative Colitis. What does this cooperation bring?

Since 1995 we have been members of the umbrella organization European Federation of Crohn Disease and Ulcerative Colitis which unites national associations from EF CCA member countries. Our club is represented by our delegates Mgr. Charvatová and Ing. Gertler. A significant contribution for us is the exchange of experience, consultation of new ideas valuable for the progress of the Slovak Crohn Club. An idea which engaged our curiosity is that the members are not only the patients but also their family members who through learning and understanding the inflammatory bowl disease do their best to make the life with the disease of their close ones better. Since 2000 all the EF CCA clubs celebrate the International Day of MC and UC on the second Saturday in May.

How do you feel about the current multidisciplinary care of Crohn disease and ulcerative colitis patients in Slovakia and in the world?

We are very happy for the successful cooperation with the Slovak gastroenterologic society. We joined and supported the effort to raise the number of places where biological treatment is carried out. We wrote lobbying letters to health insurances. The medical centres were in Bratislava - Thalion, Bratislava – Ružinov, Martin, Nitra, Trenčín, Trnava and Prešov. We have succeeded in deepening the cooperation with doctors who have a very active approach to the collaboration with the clubs.

An important Slovak conference Readiness of the work, social affairs and family sphere for Euro currency introduction (with the focus on citizens' risk groups) was held in Bratislava on October 20, 2008. Contributions of the NGO representatives supporting vulnerable groups - the deaf, mentally handicapped, elderly people, the blind and weak-sighted – were valuably beneficial. We have publicized some of them in the first supplement.

Another supplement of the double issue titled Family and Foster Care in Slovakia deals with and international event Bridges of Social and Legal Protection III organized by the society of children's home friends Smile as a Gift. They professionally analyzed the process of planning and cooperation in social and legal protection of children, endangered children and their families care, exchange of experience in the work with children in foster families and their biological families.

HUMANITA
Časopis dobrovoľníckeho sektora Slovenskej republiky.
Vydáva Slovenská humanitná rada s podporou grantu MPSVaR SR. Distribútor: Mediaprint--Kappa, Pressegrosso, a.s., Bratislava, expedícia Versus, a.s., Bratislava. Náklad 3500 kusov. Objednávky prijíma redakcia. Nevyžiadané rukopisy a fotografie nevraciame. Uverejnené príspevky nehonorujeme. Registrácia pod č. MK SR 710/92, ISSN 1336-2208, ev. č.: EV 384/08. Šéfredaktorka PhDr. Margita Škrabálková, jazyková úprava: PhDr. Katarína Vilhanová. Adresa redakcie: Páričkova 18, 821 08 Bratislava 2, telefón: 02-5020 0520, fax: 02-5020 0522, e-mail: tlacove.shr@changenet.sk. Grafická úprava: PHOTODESIGN, s. r. o., Bratislava, tlač: RAX, s. r. o., Bratislava. © SHR. Obálka: PHOTODESIGN, s.r.o., foto obálka M. Škrabálková.

markíza text

www.grafia.sk

Slovenská Grafia
Print & Finishing Services