HUMANITA®

číslo 1/2011
ročník XX.

Morálne ocenenie najlepším z najlepších

Výcviková škola opäť zabodovala

Nové centrum pre rodičov po strate dieťaťa

Príloha:
Cena Dar roka 2010 v Európskom roku dobrovoľníctva

Farby v uliciach pre záchranu životov

Chodníky a námestia Bratislavy sa 12. apríla tohto roku zafarbili svetlými pruhmi s nápisom: „HIV a žltačka sa šíria ľahšie ako si myslíte". Postaralo sa o to najmä Občianske združenie Odyseus v spolupráci s Agentúrou Jandl. Výborný nápad: spolu s dobrovoľníkmi v uliciach upozornili na potrebu trvalej prevencie nielen HIV, ale súčasne aj žltačky, a to aj žltačky typu C a počas celého roka. Toto podujatie s názvom Farby v uliciach sa uskutočnilo Na Poštovej, pri hoteli Crown Plaza, na Grösslingovej, na Medenej... Všade tam dobrovoľník s originálnym strojom pochádzajúcim z kreatívnej dielne Pavla Fuksa, riaditeľa agentúry Jandl, odtlačkom z kolesa vytláčal na chodníky uvedený nápis. V súčasnosti totiž na Slovensku žije s vírusom HIV asi 343 ľudí. V skutočnosti však ich počet odborníci odhadujú na vyše tritisíc. Príklady zo zahraničia potvrdzujú, že na prepuknutie epidémie HIV medzi ľuďmi užívajúcimi drogy stačí jediný rok. Navyše až polovica z narkomanov Slovenska injekčne užívajúcich drogy žije s vírusom žltačky typu C. Preto OZ ODYSEUS uskutočňuje dlhodobo jeden z najúčinnejších programov prevencie oboch infekcií, dostupný najmä výmenou sterilných striekačiek a ihiel.

Na jedného účastníka preventívneho výmenného programu sú náklady 120 Eur na jeden celý rok, kým náklady na zdravotnú starostlivosť len pri chronickej žltačke typu C dosahujú od 700 do 6 000 Eur ročne. Tí, ktorí nosia v sebe aj vírus HIV, stoja zdravotníctvo oveľa viac. Prevencia je oveľa lacnejšia, zachraňuje životy! Držme sa jej! Zdôraznila to aj PhDr. Katarína Jirešová, riaditeľka OZ ODYSEUS.

(mš)

Snímky: autorka

O dobrovoľníctve trochu ináč

V každej spoločnosti platia určité zákonitosti a zákony. Ale zákon o dobrovoľníctve na Slovensku žiaľ, ešte chýba. Pripomienkové konanie k návrhu tohto zákona sa v máji tohto roka skončilo a aspoň návrh tohto dlho očakávaného zákona konečne uzrie svetlo sveta. Pripomeňme však, že rôzne dobrovoľné spolky vzájomnosti a pomoci, napríklad, aj prvé spolky Červeného kríža zapustili korene na našom území už v 19. storočí. Je známe, že vznik Červeného kríža na území Slovenska uznal Medzinárodný výbor Červeného kríža v Ženeve už v roku 1868 a jedným z prvých takýchto spolkov na Slovensku bol Miestny spolok Červeného kríža v Banskej Štiavnici. Už jeho členovia sa riadili princípmi: ľudskosti (humanity), nestrannosti, neutrality, nezávislosti, dobrovoľnosti, jednotnosti, svetovosti (univerzálnosti). Týmito princípmi sa aj dnes riadi nielen Slovenský Červený kríž, ale aj s ním spolupracujúce dobrovoľné organizácie. Je medzi nimi aj Slovenská humanitná rada ako partnerská organizácia. Napokon, uvedené princípy dnes oficiálne platia vo viac ako 186 štátoch sveta. Je prirodzené, že by sa o ne mal opierať aj pripravovaný zákon ako o piliere dobrovoľníctva. Či to tak aj bude, ukáže až čas.

Margita Škrabálková

Teraz je dôležité, že dobrovoľníci a nielen oni, konečne majú nádej, že na mnohé otázky dá zákon o dobrovoľníctve jednoznačné odpovede. Napríklad, odkiaľ a kam majú siahať medze , ktoré majú platiť pre činnosť a aktivity dobrovoľníkov. Odpovede na aktuálne otázky dobrovoľníctva naliehavo potrebujú nielen dobrovoľníci, ale aj tí, ktorí dobrovoľníkov potrebujú. Veď, je veľmi dôležité, aby bolo všetkým jasné, čo od dobrovoľníkov možno žiadať a čo nie. Čím skôr dobrý zákon o dobrovoľníctve bude Slovensko mať, tým skôr bude snáď môcť získať aj istotu, že dobrovoľníctvo nebude stagnovať, že sa bude rozvíjať ako treba a že sa nezopakujú také chyby ako napríklad tie, ktoré umožnili vznik neslýchaného škandálu spojeného so zneužitím a podvodom na nepočujúcich športovcoch, ktorí sa na Slovensko prišli zúčastniť na Medzinárodných Zimných deaflympiskych hrách 2010 v Tatrách. Nepočujúci a sluchovo postihnutí športovci, ktorí sú zväčša tiež združení v početných dobrovoľných organizáciách, nemohli súťažiť. Dnes na to trpko spomínajú. Je to o to horšie, že sa tak stalo v Európskom roku dobrovoľníctva a práve vo vyspelom demokratickom štáte, Slovenskej republike. Zákon o dobrovoľníctve sa však na Slovensku črtá v nádeji, že odborníci na legislatívu ho vypracujú čo najlepšie a nezabudnú pritom ani na medzinárodný dohovor o právach osôb so zdravotným postihnutím.

Morálne ocenenie najlepším z najlepších

Slovenská humanitná rada (SHR) 15. júna tohto roku v Primaciálnom paláci v Bratislave slávnostne odovzdala ceny Dar roka 2010. Toto morálne oceňovanie jednotlivcov a právnických osôb za významné humanitné skutky, uskutočňuje SHR každoročne, od roku 1995. Podujatie sa uskutočnilo pod záštitou primátora hl. mesta Bratislavy, Milana Ftáčnika. Magistrát hl. mesta Bratislavy poskytuje na toto podujatie Zrkadlovú sieň, už tradične, bezplatne. Veľkú vďaku za túto podporu vyslovil magistrátu po svojom príhovore prezident SHR, Ivan Sýkora.

Aby sa toto podujatie mohlo konať, nezávislá čestná komisia SHR už 29. marca tohto roku vyhodnotila a udelila body fyzickým a právnickým osobám navrhnutým na ocenenie na základe došlých návrhov. Rozhodla o udelení jedného titulu Hlavný laureát a ceny Dar roka v kategórii fyzických osôb **Petrovi Mikulášikovi** z Kežmarku, za poskytnutie humanitnej pomoci v život ohrozujúcej situácii ťažko zdravotne postihnutému slovenskému občanovi, ktorý sa nachádzal v Českej republike a ktorého prevezenie na Slovensko a umiestnenie v ústavnom zariadení P. Mikulášik zariadil, hoci postihnutého osobne nepoznal. Ďalej komisia rozhodla o udelení titulu Hlavný laureát a ceny Dar roka v kategórii právnických osôb spoločnosti **TESCO Stores, a.s. – Nadácii TESCO** za veľmi významnú mnohostrannú pomoc Slovenskej humanitnej rade, najmä pri organizovaní predvianočných finančných zbierok „Pomôžte spolu s nami", ale aj za ďalšiu podporu SHR týkajúcu sa sociálne zameraných projektov.

Čestná komisia SHR aj tentoraz udelila mimoriadnu cenu Dar života 2010, a to **kolektívu** Občianskeho združenia **Špeciálnej kynologickej záchrannej služby** pod vedením **Alexandra Bereka** z Nýroviec. A. Berek pomáhal spolu so svojím tímom a so svojimi psami po vlaňajškom zemetrasení aj na Haiti, kde hľadali a našli pod zrúcaninami mnoho mŕtvych, ale aj živých. Jeho tím bol medzi prvými, čo vlani odišli do maďarských obcí Kolontár a Devecser počas ekologickej katastrofy, aby tam zachraňoval ľudí a ich majetky.

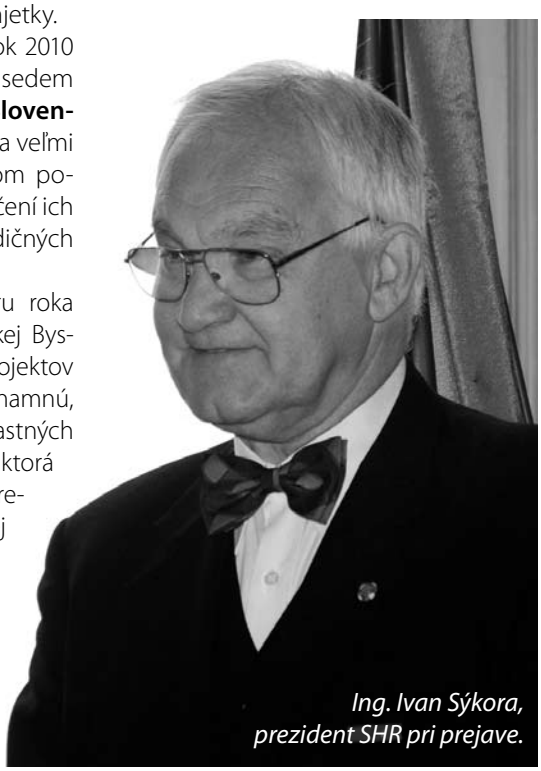
Titul Laureát **Daru roka** za rok 2010 získalo spolu osem osôb, z toho sedem fyzických a jedna právnická, a to: **Slovenské elektrárne, a.s., Bratislava**, za veľmi významnú finančnú pomoc deťom postihnutým cukrovkou pri zabezpečení ich liečebno-rehabilitačných a rekondičných pobytov.

Ďalej získal titul Laureát Daru roka 2010 aj **Pavel Cimerman** z Banskej Bystrice, koordinátor slovenských projektov spoločnosti ADRA, najmä za významnú, opakovanú materiálnu pomoc z vlastných zdrojov rodine so štyrmi deťmi, ktorá bez vlastného zavinenia prišla o strechu nad hlavou a ocitla sa v krajnej núdzi.

Ďalším laureátom Daru roka sa stal **MUDr. Jozef Šóth**, ktorý sa dlhodobo venuje deťom postihnutým autizmom. Bol jedným zo zakladateľov **Centra Andreas** v Bratislave pre autistické deti. V roku 2010 sa významne zaslúžil o otvorenie Komunitného centra pre mladých, dospievajúcich autistov.

Laureátmi Daru roka sa stali i manželia **Erich a Gertrúda Rosendofskí** z obce Klížska Nemá, ktorí ako dobrovoľníci opakovane a veľmi významne a nielen vlani pomáhali, ale aj v súčasnosti pomáhajú svojim spoluobčanom ako v Klížskej Nemej, tak aj okolitých obciach.

Titul Laureát Daru roka získala tiež **RNDr. Margita Klobušická**, ktorá, okrem svojej profesionálnej práce vo výskume rakoviny, už pätnásty rok



Ing. Ivan Sýkora, prezident SHR pri prejave.

Obsah:

Fotostĺpec: Farby v uliciach pre záchranu životov 2
Úvodník: O dobrovoľníctve trochu ináč 2
Morálne ocenenie najlepším z najlepších 3-4
Prezident SHR na stretnutí s ministrom 4
Bezplatná linka pre záujemcov o dobrovoľné aktivity 4-5
Zakladajú novú tradíciu 5-6
Cesta k samostatnosti po liečbe v nemocnici 6-7
Výcviková škola opäť zabodovala 7
Lekár radí: Čo robiť, keď soľ nie je nad zlato 8
Aktuálne: Nový člen Európskeho pacientského fóra 9
Pomôžu odstraňovať bariéry 9
Predstavujeme: Občianske združenie La Sophia a medzinárodný projekt Talent La Sophia 10-11
Dôstojne zomrieť by nemal byť luxus 11-12
„Pomôžte spolu s nami" 12
Z knižného pultu: Tri nové publikácie pre nepočujúcich 13
Napísali nám: A vraj pokojná staroba 13
Riport: Nové centrum pre rodičov po strate dieťaťa 14
Rozhovor: O rozvoji komunikačných schopnosti nehovoriacich detí 14-15

Príloha: Cena Dar roka 2010 v Európskom roku dobrovoľníctva

Slávnostné odovzdávanie ocenení spestrila interprétka francúzskych šansónov Edita Moravská

úspešne vedie Nadáciu Výskum rakoviny ako jej prezidentka. Najmä svoj voľný čas venuje dobrovoľnej práci v tejto nadácii.

Laureátkou Daru roka sa stala aj svetoznáma operná speváčka **Lívia Ághová**, ktorá každoročne prichádza až z Prahy, kde žije, do Šale a už 17. raz podporila klientov Domova sociálnych služieb v Šoporni – Štrkovci prostredníctvom svojho nádherného spevu na benefičných koncertoch.

Čestná komisia SHR udelila titul Laureát Daru roka aj **Rudolfovi Podobovi,** primátorovi mesta Handlová, za jeho ohromné osobné nasadenie a významnú pomoc (aj z vlastných zdrojov) občanom Handlovej počas minuloročných povodní. Je príkladom statočného človeka, ktorý aktívne dokázal čeliť najhorším udalostiam spôsobeným dvoma tragédiami, ktoré postihli banícke mesto Handlovú v ostatných rokoch.

Ôsmou Laureátkou Daru roka 2010 sa stala **Jana Černáková – Dobšovičová**. Patrí k zakladajúcim členom Sekcie mladých reumatikov pri Lige proti reumatizmu a Klubu KÍbik. Jej prínos je nesmierny. V roku 2010 iniciovala a scenáristicky pripravila natočenie dvoch DVD s cvičebnými zostavami pre deti postihnuté reumatizmom a zaslúžila sa aj o založenie novinárskej súťaže Krok – Novinárska pocta, v ktorej sa už 2 roky oceňujú najlepšie zverejnené príspevky približujúce život reumatikov.

Okrem uvedených cien udelila Čestná komisia SHR ešte **50 nominácií Dar roka 2010**. Ich nositelia sú rovnako fyzické i právnické osoby. Zoznam mien nominovaných sa nachádza na stránkach prílohy.

Na slávnostnom odovzdaní Ceny Dar roka 2010 a súvisiacich morálnych ocenení sa zúčastnilo vyše stopäťdesiat ľudí. S ocenenými prišli aj ich navrhovatelia a početní hostia, medzi nimi aj novinári. Oceneným, ako aj všetkým tým, ktorí sa podieľali na príprave Ceny Dar roka 2010, napríklad aj speváčke **Edite Moravskej**, známej interpretke francúzskych šansónov, ale aj mladým dobrovoľníčkam a dobrovoľníkom, ktorí pomáhali v deň odovzdávania morálnych ocenení, **Ivan Sýkora**, prezident SHR úprimne poďakoval a na záver podujatia vyhlásil ďalší, **17. ročník Ceny dar roka**. Znamená to, že už teraz môžu občania Slovenska, ktorí dovŕšili vek 18 rokov a viac, uvažovať o tom, koho by navrhli na morálne ocenenie Dar roka 2011 a svoje návrhy môžu už aj posielať na adresu SHR. Tlačivá návrhov na cenu Dar roka 2011 budú v krátkom čase zverejnené aj na **www.shr.sk**.

Margita Škrabálková
Snímky: Valéria Zacharová

Prezident SHR na stretnutí s ministrom

Ako zlepšiť situáciu zdravotne postihnutých občanov, to bolo hlavnou témou stretnutia ministra práce, sociálnych vecí a rodiny Jozefa Mihála s prezidentom Slovenskej humanitnej rady, Ivanom Sýkorom a riaditeľkou úradu SHR, Evou Lysičanovou, 20. januára tohto roku. Na rokovaní sa zúčastnil aj poradca ministra Peter Bódy.

Minister **Jozef Mihál** ocenil prácu dobrovoľníkov v mimovládnych organizáciách a informoval hostí o príprave zákona o dobrovoľníctve a zákona o sociálnych službách. **Peter Bódy** hovoril o snahe ministerstva práce a vlády Slovenskej republiky odstraňovať bariéry z verejných, aj súkromných budov. Odstraňovaniu bariér vo verejných aj súkromných budovách má pomôcť aj nový štatút Rady vlády pre zdravotne postihnutých občanov, ktorý posilní kompetencie Rady. Ak totiž budú úlohy súvisiace s odstraňovaním bariér vychádzať z Úradu vlády, budú sa realizovať naprieč všetkými rezortmi, nielen v rezorte práce.

Zdroj: MPSVR SR
Snímka: archív

Prezident SHR Ivan Sýkora a riaditeľka Úradu SHR Eva Lysičanová na rokovaní s ministrom Jozefom Mihálom, za účasti jeho poradcu, Petra Bódyho.

Bezplatná linka pre záujemcov o dobrovoľné aktivity

Rok 2011 bol vyhlásený za Európsky rok dobrovoľníctva. Jedným z jeho cieľov je poukázať na milióny Európanov, ktorí vykonávajú dobrovoľnícku činnosť v prospech iných, bez nároku na odmenu. Zároveň je aj inšpiráciou pre ľudí, ktorí sa chcú stať dobrovoľníkmi, ale s dobrovoľníctvom sa zatiaľ nestretli. Z týchto dôvodov ponúka Euro Info Centrum Úradu vlády SR v spolupráci s občianskym združením C.A.R.D.O. bezplatnú telefónnu linku, na ktorej sa záujemcovia o dobrovoľníctvo môžu dozvedieť viac o možnostiach zapojenia sa do dobrovoľníckych aktivít.

„Linku sme sa rozhodli poskytnúť preto, aby sa ľudia z rôznych oblastí Slovenska, ktorí nemajú prístup k internetu, mohli dozvedieť o dobrovoľníckych možnostiach vo svojom regióne a pridať sa tak k tým, ktorí už ako dobrovoľníci pracujú", uviedla **Ingrid Šrámková**, vedúca Euro Info Centra. Vyškolení operátori na uvedenom telefónnom čísle **0800 103 104** radia záujemcom, kde sa môžu stať dobrovoľníkmi, pričom zohľadnia záujem, množstvo času, ktorý majú záujemcovia k dispozícii a región, v ktorom žijú. Dobrovoľným organizáciám poradia, kde môžu nájsť aktuálne informácie na témy manažmentu a starostlivosti o dobrovoľníkov. „Bezplatná linka je výborným doplnením internetovej stránky **www.dobrovolnictvo.sk**. Tešíme sa, že vďaka linke sa najmä seniori a ľudia bez prístupu k internetu dozvedia viac o dobrovoľníctve", dodala **Alžbeta Mračková**, výkonná riaditeľka Občianskeho združenia C.A.R.D.O, ktoré pôsobí na Slovensku od roku 2004. Viac informácií možno nájsť na **www.cardo-eu.net; www.dobrovolnictvo.sk**.

Európsky rok dobrovoľníctva 2011 znamená pre Slovensko niekoľko nových výzev a dlho očakávaných aktivít. Podľa A. Mračkovej ide aj o výskum, v ktorom sa získajú údaje o počte dobrovoľníkov, aj o motívoch a bariérach verejnosti voči zapájaniu sa do dobrovoľníckych aktivít. Ďalej ide o kampaň zameranú na širšie zapojenie sa ľudí do dobrovoľníctva a prípravu dobrovoľníckych organizácií na dobrú starostlivosť o dobrovoľníkov. Jednou z najvýznamnejších aktivít v tomto roku je práca na zákone o dobrovoľníctve, ktorý pripravuje Ministerstvo vnútra SR v spolupráci s dobrovoľnými organizáciami. O projektoch Európskeho roka dobrovoľníctva 2011 sa dočítate viac na internetovej stránke **http://erd.dobrovolnictvo.sk/**. Euro Info Centrum Úradu vlády SR pôsobí od januára 2004 a poskytuje osobnou, telefonickou a elektronickou formou informácie obyvateľom Slovenskej republiky súvisiace s členstvom v EÚ. Taktiež sa podieľa na kampaniach a komunikovaní európskych tém. Európske Info Centrum sídli na Hlavnom námestí č. 8 v Miestodržiteľskom paláci v Bratislave. E-mailový kontakt: **euroinfo@euroinfo.gov.sk a webová adresa: www.euroinfo.gov.sk**.

(re)

Chystá sa systematické vzdelávanie vychovávateľov v detských domovoch

Zakladajú novú tradíciu

V detských domovoch pribúdajú ťažko zvládnuteľné detí. Od vychovávateľov v týchto zariadeniach sa veľa očakáva, čo si vyžaduje aj ich vzdelávanie. Potrebujú aj psychohygienu vo väčšej miere. Vyplynulo to z dvojdňovej konferencie, ktorá sa na tému „Vzťahová väzba a jej význam pre deti v náhradnej starostlivosti" konala nedávno v Rajeckých Tepliciach. Bola určená pracovníkom v detských domovoch, krízových centrách, redukačných centrách i zamestnancom, ktorí sa zaoberajú sociálno-právnou ochranou detí.

Profesor MUDr. Jozef Mikloško, predseda Spoločnosti Úsmev ako dar, víta na konferencii v Rajeckých Tepliciach vzácneho hosťa, profesora Petra Fedora Freybergha.

Podujatie zorganizovala **Spoločnosť priateľov detí z detských domovov (SPDDD) Úsmev ako dar, Fórum riaditeľov detských domovov, Vysoká škola zdravotníctva a sociálnej práce sv. Alžbety, Ústav prenatálnej a perinatálnej medicíny, psychológie a sociálnych vied SR a Katedra prenatálnej a perinatálnej medicíny, psychológie a sociálnych vied**. S viac, než sto účastníkmi hovorili odborníci a zástupcovia z detských domovov o vytváraní vzťahovej väzby detí v ranom veku a jej poruchách a dôsledkoch porúch vzťahovej väzby na deti mimo rodiny. **Prof. MUDr. Mária Huttová** – popredná odborníčka v oblasti slovenskej neonatológie na prednáške upriamila pozornosť prítomných na negatívne účinky alkoholu na plod a dieťa, na dôsledky, ktorými sú neplodnosť, vrodené chyby, aj fetálny alkoholový syndróm. Upozornila, že deti poškodené alkoholom rodičov sa často správajú konfliktne.

Predseda SPDDD Úsmev ako dar, **profesor MUDr. Jozef Mikloško PhD.** pripomenul, že bezpečná vzťahová väzba tvorí základ osobnosti dieťaťa a vzťahová väzba detí s rodičmi sa buduje naplňaním potrieb dieťaťa. Podľa jeho slov najdôležitejšou podmienkou výchovy je dobre rozumieť svojmu dieťaťu a vedieť „čítať" svoje dieťa. Apeloval na rodičov, aby primerane reagovali na signály detí, pretože u detí, ktoré nedostávajú odpovede na svoje otázky, sa často rozvinie fenomén detskej depresie. Schopnosť budovať vzťahovú väzbu s dieťaťom v rodine pritom nesúvisí so vzdelaním.

MUDr. Róbert Košťan a **MUDr. Bohdana Bírešová** sa vo svojom vystúpení venovali problematike mentalizovania a jeho významu pre zdravý vývin. Upozornili, že mentalizovanie nie je nový fenomén v psychoterapii, znamená uvedomovanie si vlastných postojov vo vzťahu k správaniu, ale niekedy sa zamieňa s pojmom empatia. **PhDr. Katarína Výbochová** sa v prednáške zamerala na vzťahovú väzbu a potreby dieťaťa v náhradnej starostlivosti. Priznala, že v detských domovoch nevedia jeho zamestnanci zabezpečiť dostatočné naplnenie vzťahovej väzby a potrieb dieťaťa. Podľa nej, profesionálna rodina poskytuje deťom lepšiu možnosť uplatňovania vzťahovej väzby, než detský domov. Psychologička **Mgr. Andrea Hudeková** konštatovala na základe odborných skúseností, že dieťa si v detskom domove môže vytvoriť vzťahovú väzbu len výnimočne. Hovorila aj o dôležitej misii vychovávateľov. Podľa jej slov, každý vychovávateľ by mal pristupovať k dieťaťu v detskom domove v zmysle: **„Mám ťa rád, som tu pre teba"** a vedieť sa vcítiť do prežívania dieťaťa. Dôležitý je tiež jeho prejav bezpodmienečnej lásky a prijatia, pretože vychovávateľ by mal byť, podľa A. Hudekovej sťaby **„advokátom dieťaťa."**

MUDr. Janka Nosková hovorila o vplyve vzťahovej väzby na vývin mozgu,

poukázala na to, že deti alkoholikov vykazujú nižšie IQ, menej si veria, často klamú, sú agresívne a ťažko zvládnuteľné. Zdôraznila tiež, že dlhodobý stres detí často spôsobuje psychické ochorenia v dospelosti. Podľa nej nie všetky deti sú vhodné na umiestnenie do náhradnej rodiny, najmä tie, ktoré prežili veľké traumy. **MUDr. Ivan Juráš** z Ústredia práce, sociálnych vecí a rodiny v Bratislave venoval pozornosť **zhode (kongruencii)** a vnútornej konzistencii – základným prvkom budovania vzťahov.

PhDr. Ľudmila Matulníková PhD. sa zamerala na význam **bondingu** v skorom prenatálnom období. **PhDr. Emília Cibulová** sa podelila o skúsenosti z podpory a vytvárania vzťahovej väzby detí v profesionálnej rodine v detskom domove **Kolíňany**. Riaditeľka detského domova v Topoľčanoch, **Mgr. Viera Miklašová** hovorila o tom, ako sa v ich zariadení darí udržiavať dobré väzby s biologickými rodičmi detí a čo všetko na ich dosiahnutie robia. Prihovárala sa za to, aby sa ani zamestnanci a riaditelia týchto zariadení nebáli deťom v detských domovoch otvoriť dvere svojich domácností.

Na podujatí bol vzácnym hosťom profesor **MUDr. PhDr. Peter Fedor – Freybergh DrSc. Dr.h.c. mult**, ktorý pracoval ako psychiater i gynekológ. Žil vo Švédsku, v Londýne a New Yorku. Často ho pozývajú na mnohé odborné konferencie ako uznávanú kapacitu spájajúcu viacero vedných disciplín. Založil štyri vlastné vedecké odborné periodiká a do iných prispieva. Založil tiež prvý prenatálny ústav na svete. V odborných kruhoch priniesol znovuobjavenie témy detstva a materstva. V rámci svojej prednášky v Rajeckých Tepliciach poukázal na to, že nemožno od seba oddeliť jednotlivé etapy vývoja dieťaťa ani sociálne, emocionálne či psychické prežívanie. Vyvrcholením podujatia bola oslava 75. narodenín profesora P. Fedora – Freybergha a **prezentácia knihy Karla Heinza Brischa „Bezpečná vzťahová väzba“**. Účastníci podujatia mali k dispozícii aj knižku **profesora Petra Fedora Freybergha „Pohádka o ptáku štěstí“**. Na záver konferencie prítomní ocenili priaznivú atmosféru podujatia, množstvo podnetov, ktoré majú viesť k procesu systematického vzdelávania v detských domovoch a zdôraznili potrebu stretávania sa špeciálnych pedagógov a odborného tímu z detských domovov. Prof. J. Mikloško označil konferenciu za mimoriadne úspešnú a konštatoval, že zakladá novú tradíciu v systematickom vzdelávaní v detských domovoch. Profesor Fedor Freybergh dostal od organizácie Úsmev ako dar na pamiatku drevenú plastiku Madony s dieťaťom.

Mgr. Andrea Eliášová
Snímka: archív

Prvé podporované bývanie v Bratislavskom kraji

Cesta k samostatnosti po liečbe v nemocnici

Nezisková organizácia MOST - Dom sociálnych služieb - v Bratislave zistila, že v Bratislavskom kraji pôsobí 74 psychiatrických ambulancií z ich celkového počtu 386, na celom Slovensku. Podľa údajov zdravotníckej štatistickej ročenky Národného centra zdravotníckych informácií, bolo prvýkrát v roku 2008 na Slovensku hospitalizovaných až 5183 osôb nad 18 rokov veku s diagnózami F 20 a F 29 (čo je schizofrénia a schizotypová porucha, ako aj poruchy spojené s bludmi). V roku 2009 bolo asi 985 hospitalizovaných pacientov s duševnými poruchami prvýkrát. Je chvályhodné, že sa tohto roku podarilo pre liečených ľudí s uvedenými diagnózami vytvoriť prvé podporované bývanie v tomto kraji (vďaka podpore Bratislavského samosprávneho kraja a Nadácii VÚB).

Pohľad do obývacej izby v tzv. podporovanom bývaní v Bratislave.

Toto podporované bývanie, ktoré má kapacitu 4 miesta, slávnostne otvorili pracovníci **Neziskovej organizácie MOST**. Hoci predstavuje spočiatku jeden byt na Dlhých dieloch v Bratislave, pre klientov, ktorí po návrate z nemocničného liečenia v ňom bývajú, je to výhra. Podmienkou ubytovania sa v rámci podporovaného bývania je, aby mal klient príjem, čiže invalidný dôchodok alebo prácu, hoci len na dobu určitú. V Bratislavskom kraji je podporované bývanie „prvou lastovičkou“, ktorá pre klientov predstavuje skutočnú cestu návratu do samostatného života. Ako uviedla **Mgr. Daniela Adamková** z organizácie MOST, podporované bývanie dopĺňa doteraz prázdne miesto v sieti sociálnych služieb pre ľudí s duševnými poruchami a prirodzene, nadväzuje na už existujúce služby. Obidvaja klienti na svojej ceste k samostatnosti si v rámci podporovaného bývania stanovili hlavné ciele týkajúce sa starostlivosti o seba počas denného režimu, o domácnosť popri zvládnutí záťaže, ktorú táto starostlivosť so sebou prináša. Cieľom je vrátiť sa späť do svojho domáceho prostredia, k rodine a príbuzným. Na takýto návrat treba, aby sa klient naučil vybavovať bežné veci. V tom mu pomáha osobný asistent, ktorý klienta navštevoval už počas jeho hospitalizácie a po opustení nemocničného prostredia ho navštevuje ďalej, zasa v rámci podporovaného bývania. Pomáha mu prevziať postupne na seba každodenné povinnosti a starostlivosť o domácnosť. MOST ako nezisková organizácia však poskytuje svojim klientom aj terénne poradenstvo. Ako ďalej uviedla Mgr. D. Adamková, klientom sa poskytuje aj pomoc a podpora pri riešení každodenných problémov nielen v oblasti bývania, ale aj usporiadania si finančných a úradných záležitostí, ovládania sociálnych zručností a zmysluplného využívania voľného času.

Podľa slov **Juraja Marendiaka**, koordinátora projektu Most, na ceste k samostatnému životu je nevyhnutná spolupráca medzi klientom a osobným asistentom, aby nastala potrebná udržateľná zmena k lepšiemu v živote klienta, ktorý, aj po odchode z nemocnice, ďalej pravidelne užíva lieky, chodí na kontroly do ambulancie psychiatra a v prípade

potreby, aj psychológa. Osobný asistent s klientom spolupracuje celý čas, až kým sa klient vráti späť domov k svojej rodine. K dispozícii má aj rehabilitačné stredisko.

Rehabilitáciou klientov DSS MOST, n.o., sa zaoberá **Mgr. Lýdia Ondrejková**, ktorá potvrdila, že rehabilitačné stredisko ponúka pestrý a príťažlivý program, ktorý klientom pomáha vytvoriť si denný režim, určovať si svoj vlastný osobný plán a ciele, rozvíjať aj spoločenský život a záujem o okolité dianie. Podporuje tak základné predpoklady pre ich integráciu do komunity. Komunitný charakter tohto projektu poskytuje svojim klientom pocit spolupatričnosti, akceptovania ich osobnosti a zároveň upevňuje ich schopnosť sociálnej interakcie a samostatnosti. S rehabilitačným strediskom klienti môžu komunikovať prostredníctvom e-adresy: **rehabilitacne.stredisko@dss-most.sk**.

K programu rehabilitačného strediska patrí aj rehabilitačný pobyt. Podľa Mgr. L. Ondrejkovej, klient sa počas rehabilitačného pobytu dostáva aj do prírody, kde sú lepšie podmienky na dosahovanie rehabilitačných cieľov a možnosti jeho sociálneho začlenenia. Pobyt pomáha aj príbuzným klienta, lebo pre klienta sa rodina stáva motivujúcim a bezpečným prostredím v rozvoji jeho samostatnosti a potenciálu jeho schopností, čo mu pomôže vrátiť sa do normálneho života. Dodajme, že po odchode z nemocničnej starostlivosti má klient k dispozícii aj služby denných nemocničných, aj „mimonemocničných" stacionárov, ako aj rehabilitačných stredísk. Rehabilitačné stredisko DSS MOST, n.o., má kapacitu 9 miest. Ale ďalšie rehabilitačné strediská, napríklad, v **DSS Samária** má kapacitu 10 miest, v **OZ Krídla** až 22 miest a v **OZ Integra** v Michalovciach 20 miest. Okrem toho, podporované bývanie Integry v Michalovciach má kapacitu 23 miest.

Na ceste k samostatnosti a zaradeniu sa do života veľmi pomáhajú klientom s duševnými poruchami aj **ambulancie psychológov**. Ako hovorí psychologička **PhDr. Andrea Beňušková**, psychologická ambulancia klientovi zabezpečuje vstupnú psychologickú diagnostiku jeho aktuálneho psychického stavu (vrátane rozhovoru s jeho referenčnou osobou), cvičenie jeho poznávacích (kognitívnych) funkcií, pričom vedenie komunity mu poskytuje potrebné intervencie psychológa, podpornú psychoterapiu, nácvik relaxácie a ďalšie odborné intervencie podľa potreby. Zabezpečuje odbornosť všetkých projektov, suprevíziu nad nimi a odborné vedenie pracovníkov DSS MOST, n.o. a iných zariadení tohto druhu.

Príklady dobrej praxe sa nájdu v ešte väčšej miere v Českej republike, napríklad **O.s. Práh** v Brne, ktoré malo v sociálnej rehabilitácii v roku 2009 až 76 klientov, v chránenom bývaní 34 klientov, v podporovanom samostatnom bývaní 25 klientov, v centre denných služieb 103 klientov a v sociálno-terapeutických dielňach 103 klientov.

V Bratislavskom kraji si zaslúži veľkú pochvalu aj chránená kaviareň **„Medzi nami"**, ktorá sídli v tej istej budove ako **Liga za duševné zdravie**, bratislavskej Petržalke na Ševčenkovej 21 a ktorá je miestom aj pracovného uplatnenia ľudí s duševnou poruchou. Poskytuje im také pracovné podmienky, ktoré sú primerané zdravotnému stavu jej pracovníkov, individuálny prístup a podporu pracovného asistenta. Slúži na tréning zvládnutia bežnej pracovnej záťaže, nácvik praktických zručností a adaptovania sa na pracovný kolektív. Zamestnancov vedie k samostatnosti, rozvíja schopnosť samostatného rozhodovania a zodpovednosti v pracovnom a bežnom živote.

DSS MOST poskytuje klientom aj možnosti užitočne a zmysluplne využívať voľný čas, napríklad, aj počas spoločných výletov na Bratislavský hrad alebo aj tematických stretnutí pracovníkov a klientov v zime či pred pred sviatkami, napríklad na Mikuláša, na vianočnej kapustnici, spoločnými návštevami divadelného predstavenia a na jar a v lete zasa na spoločnej rybačke, účasťou na Športovom dni a počas zlého počasia zasa výrobou tapisérií či exkurziou na zaujímavé miesta.

Margita Škrabálková
Snímka: archív

Výcviková škola pre vodiacich psov opäť zabodovala

Pri príležitosti Medzinárodného dňa vodiacich psov, ktorý pripadol na poslednú aprílovú stredu, odovzdávali vo Výcvikovej škole pre vodiacich psov Únie nevidiacich a slabozrakých Slovenska osemtýždňové šteniatka labradora do rodín vychovávateľov. V týchto rodinách žijú psíkovia: Goran, Goldi, Glen a Galan desať mesiacov a naučia sa tam poslúchať, základné povely a osvoja si aj hygienické návyky. Vďaka svojim vychovávateľom spoznajú okolitý svet, aj lásku človeka.

„Keď sme sa aj s manželom rozhodli zapojiť do projektu výchovy šteniatok, mali sme obavy, že nezvládneme úlohu vychovávateľov a zo smútku, ktorý príde s odchodom šteniatka", povedala **Žofia Teplická**, ktorá už odovzdala svoje prvé šteňa – desaťmesačnú **Egidu** a spolu s manželom vychováva ďalšie šteniatko z výcvikovej školy. „Obavy však prerástli v úžasný pocit hrdosti, radosti a lásky, ktorú nám Egi priniesla. Je to nesmierne krásna skúsenosť, a preto sme sa rozhodli vo výchove pokračovať. Preto, že je skvelé mať doma „štvornohé zlato" a tiež preto, že sme videli, ako vodiaci pes dokáže pomáhať - a to za to stojí", dodala Ž. Teplická.

Podporiť činnosť Výcvikovej školy pre vodiacich psov ÚNSS možno nielen vychovávateľsky. Výcviková škola pred vyše rokom začala uskutočňovať **projekt virtuálnej adopcie budúcich vodiacich psov**, ktorého patrónkou je moderátorka **Adela Banášová**. Prostredníctvom tohto projektu si môžete virtuálne adoptovať šteniatko vo výchove, mladého psa vo výcviku alebo chovnú sučku. O vami vybranom psíkovi vám bude výcviková škola posielať pravidelné informácie, ako aj aktuálne fotografie. „Za jeden rok sa do virtuálnej adopcie zapojilo takmer 300 adoptívnych „rodičov". Aj vďaka podpore týchto ľudí, za ktorú im veľmi pekne ďakujeme, môžeme prostredníctvom vycvičených vodiacich psov skvalitňovať život ľuďom so zrakovým postihnutím. Samostatný a bezpečný pohyb prostredníctvom vodiaceho psa dodáva človeku so zrakovým postihnutím pocit istoty, sebadôvery a poskytuje mu nezávislosť od vidiacich sprievodcov", povedala **Jarmila Virágová**, riaditeľka Výcvikovej školy pre vodiacich psov

Katarína Obuchová

Text k snímke na titulnej strane: Vychovávatelia so šteniatkami. Na obrázku vpredu vpravo je vedľa dieťaťa aj MUDr. Mária Jasenková, riaditeľka organizácie PLAMIENOK. (Snímka: archív)

Lekár radí:

Čo robiť, keď soľ nie je nad zlato

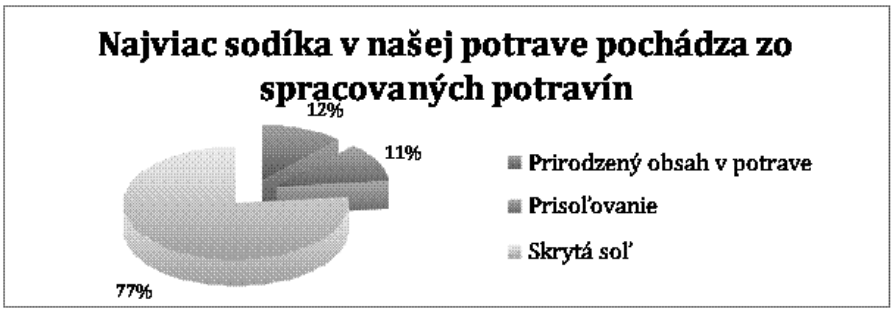
Slovenská liga proti hypertenzii, ako aj Slovenská Nadácia srdca opakovane zdôrazňuje mimoriadnu dôležitosť zníženia obsahu soli v potravinách, ktoré denne konzumujeme, uviedol pri príležitosti Svetového dňa hypertenzie (vysokého tlaku krvi), ktorý pripadá na 17. mája, Doc. MUDr. Gabriel Kamenský, FESC, predseda Slovenskej nadácie srdca a upozornil, že hypertenzia je ochorenie číslo 1 vo svete. Až 1,5 miliardy obyvateľov Zeme má hypertenziu a z toho len 30 percent pacientov-hypertonikov - sa správne lieči. Až 70 percent osôb liečených na hypertenziu však nedosahuje cieľové hodnoty tlaku krvi, aj keď, dnes hypertonici prežívajú, vďaka liečbe, dlhšie ako kedysi.

Doc. MUDr. Štefan Farský, FESC, predseda Slovenskej ligy proti hypertenzii uviedol, že hoci dospelý človek potrebuje denne prijať len 2 až 4 g soli v závislosti od stupňa fyzickej aktivity počas dňa, v súčasnosti prijíma až 10-15 g soli denne. Pritom **vzťah medzi príjmom sodíka (nachádzajúcom sa v kuchynskej soli) a výškou krvného tlaku je priamy a progresívny**. Vysoký príjem soli poškodzuje priamo cievnu stenu, ktorá sa stáva tuhšou s vyšším obsahom väziva. Až 75 percent konzumovanej soli pochádza z už spracovaných potravín, preto obmedzenie prisáľania pri konzumácii je potrebné, ale ešte dôležitejšia je potreba znižovať obsah soli a v nej najmä sodíka (Na) nachádzajúceho sa v kuchynskej soli už pri technologickej príprave potravín.

Odporúčania pre denný príjem sodíka v mg	
Vek	Odporúčaný príjem
19 – 50	1500
51 – 70	1300
71 a viac	1200

5,8 g soli (NaCl) čo sa rovná zarovnanej čajovej lyžičke soli, obsahuje 2300 mg sodíka (Na)

Hypertenzia (vysoký tlak krvi) patrí medzi **drahšie diagnózy** a pre zdravotné poisťovne je možno aj najdrahšia, keď sa zohľadnia všetky negatívne súvislosti a dôsledky. Veľmi citeľným nákladom sú prostriedky vynaložené na jej farmakoterapiu. Je až neuveriteľné, že naši „health policy makers" si ani v krízovej situácii nášho zdravotníctva neuvedomujú, ako **podstatne by klesli náklady na farmakoterapiu pri znížení obsahu sodíka v potrave.** Už malé poklesy priemerného krvného tlaku v populácii znamenajú veľké zmeny k lepšiemu v morbidite a mortalite na hypertenziu a s tým spojenú redukciu výdavkov na zdravotníctvo. Týka sa to najmä pacientov s tzv. **rezistentnou hypertenziou**, ktorí ani pri užívaní 3 a viac liekov nedosahujú cieľové hodnoty krvného tlaku. A práve u nich sa **po zásadnej redukcii príjmu sodíka** dosiahne pokles systolického („horného") tlaku krvi až o 20 mmHg a diastolického („dolného") o 10 mmHg (Pimenta, Hypertension 2009). Títo pacienti majú totiž sklon k zadržiavaniu tekutín v cievnom riečisku, pri tzv. objemovej hypertenzii (sodík je hygroskopický, čiže viaže vodu).



Vo Veľkej Británii vypočítali, že ak klesne v populácii príjem soli o 1 g za 24 hodín, zachráni sa každý rok v krajine 7 tisíc ľudských životov prostredníctvom zníženia krvného tlaku a jeho následných komplikácií (mozgovo-cievne a srdcové príhody). V Kanade uverejnili prepočty, podľa ktorých pri znížení priemerného obsahu sodíka v potrave z 3 500 mg na 1 500 mg, budú mať o 1 milión hypertonikov menej a ročné výdavky na zdravotnú starostlivosť o hypertonikov klesnú o 400 - 500 miliónov kanadských dolárov (CAD). Zároveň poklesne incidencia kardiovaskulárnych chorôb o 13 percent a celková ročná úspora nákladov bude až 1,3 miliardy CAD. Svetový deň hypertenzie, 17. máj, je v tomto roku preto zameraný na dosiahnutie cieľových hodnôt krvného tlaku a práve úsilie znížiť obsah soli v konzumovaných potravinách je najefektívnejším prostriedkom verejného zdravotníctva ako ich dosiahnuť. Na to treba: **v spolupráci s potravinárskym priemyslom stanoviť dobrovoľné ciele: znižovať obsah soli v jednotlivých komoditách (v pečive, chlebe, syroch, šunke...), ako aj monitorovať obsah soli v jednotlivých potravinách a jedlách podávaných vo verejných jedálňach a výsledky zverejňovať a tiež monitorovať obsah soli v moči pacientov užívajúcich lieky na vysoký tlak a srdcovocievne choroby s ekonomickými dôsledkami pre pacienta**.

Doc. MUDr. Štefan Farský sa zasadzuje aj za vznik **aliancie,** v ktorej budú zastúpené odborné spoločnosti, verejné zdravotníctvo, producenti potravín, zástupcovia reštaurácii, kuchárov, školských a závodných jedální atď. s konkrétnym plánom edukačných a implementačných aktivít.

Ako ďalej zdôraznil, dobrovoľnú samoreguláciu producentov potravín pri znižovaní obsahu soli v ich výrobkoch si verejnosť vo vyspelých krajinách vysoko cení. Napríklad, **vlani prišli českí pekári s vlastnou iniciatívou postupného znižovania obsahu soli v chlebe, pečive a ďalších výrobkoch, vo Veľkej Británii majú už plánované dobrovoľné limity obsahu soli pre jednotlivé komodity na najbližšie roky, v Chorvátsku už pod patronátom ministra zdravotníctva uskutočňujú „Národný program redukcie soli"**. Zrodí sa niečo podobné aj na Slovensku? Ako ďalej uviedol **Doc. MUDr. Gabriel Kamenský**, až tretina dospelých občanov na Slovensku má hypertenziu a ďalšia tretina má k tomuto doživotnému ochoreniu už len krôčik. Postupnými krokmi, pridávaním menšieho množstva soli do potravín, by sa dal každý rok dosiahnuť pokles tlaku krvi u mnohých hypertonikov na Slovensku. Ak sa by podarilo ich systolický tlak krvi znížiť len o 5 mm Hg (ortuťového stĺpca), bolo by na Slovensku o 14 percent menej mozgových príhod, o 7 percent menej srdcových ochorení.

Ako uviedla na stretnutí s novinármi **Ing. Eva Stanislavská** zastupujúca farmaceutickú spoločnosť Generica, už vznikla aj Stredoeurópska iniciatíva pre zníženie príjmu sodíka v soli v boji proti kardiovaskulárnym ochoreniam, ktorá pôsobí v Brne,

Piešťanoch a Budapešti. Zlepšiť zdravotný stav obyvateľstva sa rozhodla pomôcť aj uvedená slovenská farmaceutická spoločnosť, ktorá dodáva do lekární soľ v soľničkách s+. Je to vlastne zmes solí so zníženým obsahom sodíka (Na) až o 50 percent, pričom je v nej zachovaná typická slaná chuť. Lekári ju odporúčajú nielen pacientom s hypertenziou, ale aj so srdcovo-cievnymi ochoreniami, s obezitou, ochoreniami obličiek, diabetikom, ale aj zdravým ľuďom, ktorí sa chcú preventívne vyhnúť hypertenzii a ochoreniam srdca a ciev. Táto soľ predávaná v soľničkách neobsahuje žiadne alergény ani glutaman. Obsahuje však ióny draslíka, ktoré sú dôležité pre pacientov užívajúcich lieky na vysoký tlak krvi.

Pripravila: (mš)

Aktuálne: Z Asociácie na ochranu práv pacientov SR

Nový člen Európskeho pacientskeho fóra

Práva pacientov na Slovensku a v Európe a kompetencie Úradu pre dohľad nad zdravotnou starostlivosťou (ÚDZS) pri uplatňovaní práv pacienta patrili medzi hlavné témy tlačovky pri príležitosti Európskeho dňa práv pacientov (EDPP), ktorý pripadá na 18. apríla. Hovorilo sa aj o úlohách Asociácie na ochranu práv pacientov SR (AOPP) a jej prijatí za riadneho člena Európskeho pacientskeho fóra (EPF).

Predsedníčka AOPP, **Eva Madajová** vyzdvihla význam prijatia AOPP za riadneho člena Európskeho pacientskeho fóra v apríli tohto roku na Valnom zhromaždení v Bruseli a snáh o dosiahnutie rovnakej úrovne zdravotníckej starostlivosti o občanov v jednotlivých členských krajinách EÚ. **Zatiaľ však prevládajú rozdiely v rôznych oblastiach, napríklad aj v čakacej dobe na operácie.** Ako povedala, doteraz nie sú k dispozícii ani porovnávacie štúdie o stave v zdravotníckej starostlivosti v krajinách EÚ. Podľa prieskumu v 18 členských krajinách EÚ sa však ukazuje, že v pôvodných štátoch Európskej únie je situácia v zdravotníckej starostlivosti lepšia ako v SR. Eva Madajová informovala aj o komunikácii AOPP s Ministerstvom zdravotníctva SR so zámerom riešiť niektoré existujúce problémy v zdravotníckej starostlivosti a pripomenula tiež 10. výročie vzniku AOPP na Slovensku a **10. výročie schválenia dokumentu Charta práv pacientov v Slovenskej republike, ktorý bol schválený 11. apríla 2001.**

Pri príležitosti Európskeho dňa práv pacientov sa stretli s ministrom zdravotníctva SR, **Ivanom Uhliarikom** a štátnym tajomníkom MZ SR, **Jánom Porubským** zástupcovia niektorých členských pacientskych organizácií AOPP (medzi nimi aj členov SHR ako napríklad, **Slovak Crohn club, Liga proti reumatizmu, Združenie na pomoc diabetikom, Združenie sclerosis multiplex - Nádej**). Hovorili o potrebe aktívnej komunikácie medzi MZ SR a pacientskymi organizáciami, vzájomnej informovanosti a upozornili na niektoré konkrétne položky v kategorizácii liekov a v kategorizácii zdravotníckych pomôcok. Riaditeľka sekcie dohľadu nad poskytovaním zdravotnej starostlivosti, **Eva Vivodová z Úradu pre dohľad nad zdravotnou starostlivosťou (ÚDZS)**, vyzdvihla niektoré práva pacientov v SR. Napríklad, právo na rovnaký prístup k zdravotnej starostlivosti, právo na informácie a nahliadnutie do svojej zdravotnej dokumentácie, právo na súhlas s liečebným postupom, právo pacienta sťažovať sa na a ďalšie. V minulom roku dostal ÚDZS až 1 726 podaní. Z nich 70 percent sa týkalo prešetrenia správneho postupu pri liečbe či operácii. Asi 15 percent podaní bolo zameraných na poplatky v zdravotníctve či sťažnosti na neetický prístup zdravotníckeho personálu k pacientom, informovala E.. Vivodová.

Ako zdôraznil **Milan Lopašovský**, zástupca **Asociácie na ochranu práv pacientov SR**, v Európskom pacientskom fóre má pacient byť v strede záujmu zdravotníckej starostlivosti v štátoch EÚ. Asociácia sa chce, podľa jeho slov, venovať najmä pozitívnym príkladom zlepšenia zdravotníckej starostlivosti v SR, ale aj problémom, ktoré treba riešiť. **M. Lopašovský** upozornil na viaceré body Európskej charty práv pacientov, ako sú, napríklad, právo na prevenciu, právo na prístup k zdravotníckym službám, na informácie týkajúce sa jeho zdravotného stavu a zároveň právo na slobodný výber spomedzi rôznych liečebných metód, právo predchádzať zbytočnému utrpeniu a bolesti i právo na rešpektovanie pacientovho času.

Zdroj: TASR – ch pa

Pomôžu odstraňovať bariéry

Organizácie, ktoré sa venujú zdravotne postihnutým alebo sociálne znevýhodneným, majú príležitosť získať finančnú podporu až do výšky 5 000 eur z Nadačného fondu Slovak Telekom pri Nadácii Intenda. Organizácie, ktoré realizujú projekty pre cieľové skupiny programu, môžu posielať svoje žiadosti o grant do 1. augusta 2011.

Dlhodobým zámerom programu Podpory znevýhodnených skupín je zvýšiť šance na plnohodnotný život pre ľudí s telesným, mentálnym alebo zmyslovým znevýhodnením a pre ľudí žijúcich v sociálnej izolácii. Podporené budú tie projekty, ktorých aktivity smerujú k odstráneniu konkrétnych fyzických či sociálnych bariér pomocou informačných a komunikačných technológií. Podmienky grantového programu a formulár žiadosti o grant nájdu záujemcovia na webových stránkach **Nadačného fondu Slovak Telekom** a sú tiež k dispozícii v **Nadácii Intenda** (telefonický kontakt: 02/57 297 902, e-mail: fondst@intenda.sk). Maximálna výška grantu pre jednu žiadosť je 5 000 €. Prihlásené projekty vyhodnotí expertná komisia zložená z nezávislých odborníkov pôsobiacich v sociálnej oblasti, ktorá medzi tie najkvalitnejšie rozdelí celkovú sumu 60 000 €.

Výsledky hodnotenia projektov v 14. grantovom kole Nadačného fondu Slovak Telekom pri Nadácii Intenda budú známe koncom septembra. Viac informácií nájdete na: **http://www.changenet.sk/?section=spr&x=578704#ixzz1RKDjcs3c**

Nadácia Intenda

Predstavujeme:

Občianske združenie La Sophia a Medzinárodný projekt Talent La Sophia

Zástupcovia česko-slovenského občianskeho združenia La Sophia sa predstavili 23. mája tohto roku v Bratislave na stretnutí s novinármi, aby prezentovali Medzinárodný projekt Talent La Sophia. V tomto roku združenie pripravilo už 3. ročník tohto nekomerčného súťažného projektu s cieľom podporovať talentované deti z detských domovov a zo sociálne znevýhodneného prostredia, ako zdôraznila na úvod stretnutia zakladateľka, predsedníčka správnej rady a prezidentka uvedeného združenia, Yvetta Blanarovičová. V súčasnosti má toto občianske združenie svoju pobočku už aj na Slovensku. Riaditeľkou slovenskej pobočky združenia La Sophia a koordinátorkou projektu na Slovensku je Zuzana Lehocká. V Českej republike je riaditeľom a koordinátorom uvedeného projektu Jan Beneš.

Na obrázku prezidentka Občianskeho združenia La Sophia, Yvetta Blanarovičová, pri nej členovia súťažnej poroty: na ľavom kraji herec Marián Labuda, v strede herec Jozef Vajda a hudobní umelci Oskar Rózsa a Eugen Vizváry.

Prečo práve názov La Sophia?

La Sophia vo francúzskom jazyku znamená múdrosť, vzdelanie a um, uviedla **Yvetta Blanarovičová** a zdôraznila: „Chceme talentovaným, ale opusteným deťom umožniť systematický rozvoj ich hudobného nadania, poskytnúť im kvalitné vzdelanie v tomto odbore a pripraviť im čo najlepší štart do budúceho samostatného života. Primárnou cieľovou skupinou sú talentované deti vyrastajúce v detských domovoch a deti zo sociálne znevýhodnených rodín vo veku osem až osemnásť rokov z Českej republiky a Slovenskej republiky, ktoré môžu súťažiť v hre na hudobný nástroj alebo v speve. Náš cieľ je vyhľadať talentované deti, poskytnúť im individuálny prístup a pomoc predovšetkým v oblasti vzdelávania, sebarealizácie, podpory a rozvíjania talentu.“

Snímka po prezentácii medzinárodného česko-slovenského projektu Talent La Sophia v Bratislave: Vpredu v strede Yvetta Blanarovičová, vedľa nej v popredí Zuzana Lehocká, koordinátorka projektu Talent La Sophia na Slovensku, vpravo vpredu herec Marián Labuda. Vzadu za Y. Blanarovičovou Jan Beneš (s okuliarmi), riaditeľ festivalu Votvírák.

Ako vznikla myšlienka združenia a projektu Talent La Sophia?

„Na začiatku bola otázka: Čo robia cez sviatky deti z detských domovov, keď ich nikto nechce? V snahe im aspoň trochu pomôcť, usporiadali sme v divadle Milenium predvianočný koncert pre deti z detských domovov. Na 11 takýchto koncertoch so 150 účinkujúcimi sa zúčastnilo asi 17 tisíc detí najprv z detských domovov v Česku. Uvedomovala som si, že deti dostali síce darčeky, ale že je to málo. Tak ma neskôr napadlo, že by bolo dobré založiť združenie, ktorému sme dali názov La Sophia a projekt, známy pod názvom Talent La Sophia. Najdlhšie v tomto projekte so mnou pôsobí slovenský hudobník, skladateľ a producent **Oskar Rózsa**“, prezradila I. Blanarovičová

Prečo Oskar Rózsa vstúpil do tohto projektu?

„Uvedomil som si, že mladý talent je do veľkej miery „devalvovaný“ a môžu za to najmä komerčné médiá. Som veľmi rád, že vznikla alternatíva voči súťažiam, ktoré kupčia a manipulujú s pojmom talent. Súčasné komerčné médiá totiž spôsobili, že človek mimo „fachu“ nedokáže posúdiť, čo to talent vlastne je a to je pre skutočnú kultúru škodlivé. Preto som sa rozhodol pre tento projekt, s cieľom hľadať naozajstné talenty, usmerniť ich, sledovať ďalej, rozvíjať a podporovať. Pre **Talent La Sophia** sa hľadajú mladí hudobníci, ktorí majú naozaj hudobný potenciál, to znamená, že sú to ľudia, ktorí majú svoj vlastný zdroj hudby v sebe, čo je vlastne rovné talentu. Toto je hlavný

dôvod, prečo som súhlasil stať sa súčasťou tohto projektu. Minulý rok som bol v porote a bolo tam zopár veľmi zaujímavých detí, zaujímavých talentov“, potvrdil O. Rózsa.

Ten istý názor zdieľal aj hudobník **Eugen Vizváry**, ktorý dodal: „Beriem tento projekt ako pomoc ľuďom, ktorým málokto pomáha. Myslím si, že budeme prekvapení, keď zistíme, že sa máme čo učiť od skutočných talentov. To ma najviac na projekte zaujalo“. V združení a v porote Talent La Sophia pôsobí aj známy slovenský herec **Jozef Vajda**. Čo znamená projekt **Talent La Sophia** pre Jozefa **Vajdu?** Na túto otázku odpovedal tento známy slovenský umelec novinárom takto:

„Myslím si, že talent je posvätný, úžasný dar, ktorý treba rozvíjať. Niektorí ľudia žiaľ, nemajú šancu svoj talent rozvíjať. Projekt Talent La Sophia im to umožní. Je to úžasná myšlienka. Verím, že na Slovensku sa jej bude dariť rovnako ako v Českej republike. Držím tomuto projektu palce“.

Projekt Talent La Sophia podporuje aj najväčší česko-slovenský „multižánrový“ hudobný festival **Votvírák**. Na tomto trojdňovom festivale sa vlani denne zúčastnilo do 30 tisíc návštevníkov, uviedol **Jan Beneš**, riaditeľ tohto festivalu a zdôraznil:

„Zistili sme, že talenty sú, ale nie sú podporované. My ich však v tomto projekte podporujeme“. Jan Beneš odpovedal aj na ďalšiu otázku:

Prečo mladé talenty podporuje aj Votvírák?

„Je to jeden z najväčších hudobných festivalov Českej republike. Robí nám veľkú radosť, že sa nám darí naň pozvať deti, ktoré majú skutočný talent a pozvať zároveň aj významných umelcov. Našu podporu venujeme deťom, ktoré sa chcú učiť, chcú chodiť aj do školy a odvádzajú aj dobré výsledky a potom sa im dostane i našej podpory. Som veľmi rád, že tohto roku bude Talent La Sophia aj na Slovensku“.

Do konca júna sa na webovej stránke združenia **www.lasophia.cz** mohli prihlásiť talentované deti aj zo Slovenska. K výberu talentovaných detí sa vyjadria viaceré osobnosti slovenskej umeleckej scény, ako napríklad poprední slovenskí herci: **Marián Labuda, Jozef Vajda**, hudobníci **Oskar Rózsa, Eugen Vizváry**, aj členovia známeho orchestra **Cigánski diabli, Silvia a Ernest Šarköziovci**, **Štefan Banyák** a **Jozef Farkaš**. Na tento, 3. ročník súťaže už je vybraných 25 talentovaných detí z detských domovov v Českej republike, k nim pribudnú ešte deti zo sociálne znevýhodnených rodín a deti z detských domovov na Slovensku.

Minulý rok sa v druhom ročníku projektu **Talent La Sophia** zúčastnilo celkom 130 detí. Zo súťažných kôl porotcovia vybrali 16 finalistov, ktorí sa zúčastnili na štvordňovom sústredení, kde sa pod dohľadom profesionálnych hudobníkov pripravovali na finále. To sa uskutočnilo v kongresovej sále pražského hotela Ambassador. Podrobnosti poskytne čitateľom webová stránka: **www. lasophia.cz**

Margita Škrabálková
Snímky: autorka

Kontakty:
Občianske združenie La Sophia
Adresa v ČR: Ul. 28. pluku 25, 101 00 Praha 10
Telefón: +420 272 737 961
E-mail: Office@lasophia.cz
Adresa v SR: Zuzana Lehocká, koordinátorka pre SR
Sama Chalupku 37/2, 971 01 Prievidza
Telefón: +421 903 247048
E-mail: Zuzana.l@lasophia.cz
nadačné konto:
35-8416740287/0100

Čo chýba hospicom a paliatívnym zariadeniam

Dôstojne zomrieť by nemal byť luxus

Občianske združenie (OZ) C.A.R.D.O. pripravilo vzdelávací projekt pre personál hospicov, ktorý sa každodenne venuje ťažko chorým a zomierajúcim ľuďom. Projekt s názvom „Vzdelávanie zdravotníckych zamestnancov pracujúcich v oblasti paliatívnej starostlivosti“ vyvrcholil v dobe, keď účastníčky vzdelávania – všetko ženy - zdravotné sestry, ošetrovateľky a sociálne pracovníčky, pripravovali záverečné projekty pre hospicové a paliatívne zariadenia a domovy pre seniorov, v ktorých pracujú. Závery projektu naznačili, že starostlivosť o vzdelávanie hospicových a paliatívnych pracovníkov na Slovensku stagnuje.

Vlani OZ C.A.R.D.O. pripravilo aj sériu vzdelávacích tréningov pre 20 účastníkov z hospicov, paliatívnych oddelení a domovov pre seniorov zameraných na sprevádzanie ťažko chorých a zomierajúcich, smútiacich – pozostalých rodinných príslušníkov a na starostlivosť o dobrovoľníkov. Z mapovania situácie a zo skúseností účastníčok uvedených podujatí vyplynulo, že v súčasných hospicových a sociálnych zariadeniach. chýba odborná starostlivosť o profesionálny rast personálu.

„Niektoré z účastníčok po prvý raz, vďaka zážitkovým metódam objavili samé seba, svoje profesionálne hranice a potreby. Medzi nimi, napríklad, aj potrebu supervízie a podporu od psychológov, ako aj potrebu systematického riadenia dobrovoľníkov v zdravotníckych zariadeniach“, povedala **Alžbeta Mračková**, výkonná riaditeľka C.A.R.D.O. Potvrdili to aj slová účastníčky kurzu, **Ľubomíry Jagelkovej** z hospicu v Nitre: „Uvedomila som si, že niektoré veci v sebe obchádzame alebo popierame. Bojíme sa ich pomenovať alebo vysloviť. Spomínam si na vetu z prednášky „aby sme boli kvalitné, je potrebná starostlivosť o seba“. **Martina Pronéková** z hospicu v Bardejovskej Novej Vsi dodala: „Je veľmi dôležité, aby nám pri našej práci pomáhali psychológovia. Uvedomila som si to až počas kurzu“.

Účastníčky vzdelávacích tréningov, pracovníčky hospicov a paliatívnych zariadení

Pilotný projekt vzdelávania hospicových pracovníkov mal pozitívny ohlas a teda, organizátori sa rozhodli pripraviť akreditáciu pilotného kurzu vzdelávania na Ministerstve zdravotníctva SR

a rozšírenie kurzu o ďalšie oblasti. „Na školeniach sme často diskutovali aj o tom, že hospicové, paliatívne a sociálne zariadenia na Slovensku neustále bojujú s finančnými problémami. Je smutné, že v niektorých prípadoch neboli tieto zariadenia schopné uhradiť ani symbolický poplatok za školenie. Preto sú potrebné aj ďalšie školenia zamerané aj na iné témy, ako napríklad, na získavanie finančných zdrojov", dodala A. Mračková. Ďalšie informácie o projekte nájdete na stránke **www.cardo-eu.net**. Projekt sa uskutočnil s podporou spoločnosti Johnson & Johnson.

Starostlivosť o zomierajúcich si žiada myslieť a pracovať aj srdcom, aj preto účastníci školenia napokon vypustili do povetria balóny v tvare sŕdc.

Neželaný luxus

Radovan Gumulák, Generálny sekretár **Slovenskej katolíckej charity (SKCH)**, v rámci kampane **Aby človek nebol sám**, nedávno upozornil verejnosť aj na ďalší nedostatok týkajúci sa hospicov, a to, že hospicová starostlivosť, ktorá je určená nevyliečiteľne chorým ľuďom v terminálnom štádiu života, by mala byť dostupná všetkým, ktorí ju potrebujú a nie iba solventným pacientom. Preto pod heslom: **„Tam, kde štát pomáha málo, môžete pomôcť vy",** sa Slovenská katolícka charita snaží vyzbierať peniaze, aby zmiernila deficit, ktorý vznikol nedostatočnými platbami od zdravotných poisťovní, ktoré kryjú iba 50-60 percent nákladov za starostlivosť v hospicových zariadeniach. Zvyšok si, žiaľ, musia doplácať pacienti. „Mnoho ľudí si však nemôže dovoliť umiestniť príbuzného v hospici, pretože na to nemajú. Aby sme mohli prijať aj chudobných, snažíme sa na to vyzbierať peniaze od darcov", uviedol ďalej generálny sekretár SKCH, R. Gumulák. Slovenská katolícka charita spravuje na Slovensku 4 hospice. Dôležité je, aby v nich pacienti v poslednom štádiu ochorení netrpeli neznesiteľnými bolesťami a aby bola zachovaná ich ľudská dôstojnosť a najmä, aby v posledných chvíľach života neboli sami. „Zomrieť dôstojne by nemal byť luxus", zdôraznil napokon R. Gumulák.

(mš)

Snímky: archív

Úspech 9. zbierky SHR - TESCO

Pomôžte spolu s nami

Verejná finančná zbierka, ktorú organizovala Slovenská humanitná rada spolu so svojím tradičným partnerom - Neinvestičným Fondom (dnes Nadácia Tesco) 9. raz, sa skončila veľmi úspešne. Počas rozšírených štyroch adventných víkendov v roku 2010 celkove 29 neziskových organizácií v 40 obchodoch Tesco vyzbieralo 86 306 €.

Vynaložené náklady spojené s uskutočnením tejto zbierky predstavovali sumu **2 638 eur**, a teda čistý výnos zbierky dosiahol **83 668, 25 eura.** Táto suma bola urýchlene rozdelená a zaslaná zúčastneným mimovládnym organizáciám. Prostriedky zo zbierky sa využívajú na realizáciu schválených regionálnych projektov zúčastnených mimovládnych organizácií v súlade s uzavretými zmluvami medzi SHR a zúčastnenými organizáciami.

„Výsledok zbierky hodnotíme ako veľký úspech. Neziskové organizácie sa na ňu veľmi dobre pripravili a ako sa ukazuje, aj napriek časom, keď sa šetrí každým eurom, ľudia sa prejavovali šľachetne a ochotne prispievali do pokladničiek, čo si veľmi ceníme a touto cestou by sme sa im chceli poďakovať", povedala pri tejto príležitosti **Ľubica Puchá**, manažérka Neziskového Fondu Tesco. Kým priebežné výsledky počas štyroch víkendov boli veľmi vyrovnané: 21 590 € + 21 169 € + 21 090 € + 21 329 €, vyzbieraná suma , ktorú si na svoj účet pripísali jednotlivé neziskové organizácie, bol značne rôznorodý. Najviac až 11 722 € sa podarilo získať **Nadácii Krajina harmónie v hypermarkete Tesco Žilina**. Druhú priečku obsadila **Výcviková škola vodiacich psov v Bratislave pri Únii nevidiacich a slabozrakých**, a to 7 254 €. Ďalej 5 794 € poputovalo na účet **Združenia na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Dunajskej Strede** a také isté združenie v Nových Zámkoch nazbieralo 5 143 €. Vysokú čiastku získalo aj Okresné centrum **Slovenského związu telesne postihnutých v Malackách**, ktoré organizovalo zbierku v jednom z najväčších obchodov TESCO na Slovensku, v Bratislave – Lamači. Naproti tomu, nazbieraná suma niektorých organizácií predstavovala len niekoľko sto eur. Ako povedala **Mgr. Eva Lysičanová**, riaditeľka Úradu Slovenskej humanitnej rady:

„Je zaujímavé, koľko peňazí dokázali niektoré neziskovky získať. Zvyčajne sú to tie, ktoré mali dobre vyškolených dobrovoľníkov, vedeli ako majú osloviť a prezentovať organizáciu a tiež boli úspešní tí, ktorí pripravili ľuďom v obchodoch aj nejaký benefit navyše – napríklad, malé divadelné predstavenie alebo, ako dobrovoľníci, boli netradične oblečení a namaľovaní". Dlhodobým cieľom spoločnosti Tesco aj Slovenskej humanitnej rady je pomáhať ľuďom v núdzi, a preto SHR spolu s Nadáciou Tesco hodlajú aj naďalej pokračovať v organizovaní zbierok počas tohto roka.

(re)

Z knižného pultu:

Tri nové publikácie pre nepočujúcich

V tomto roku vydalo občianske združenie Myslím – centrum kultúry Nepočujúcich tri publikácie: „Priezviská v slovenskom posunkovom jazyku“ , čo je kniha od autorky Veroniky Vojtechovskej, „Slovník slovenského jazyka – slovenského posunkového jazyka pre oblasť rodina“na DVD nosičoch a „Úvod do kultúry a sveta Nepočujúcich“, čo je aj kniha, aj DVD, od autora Romana Vojtechovského.

Kniha **Priezviská v slovenskom posunkovom jazyku** obsahuje tri hlavné kapitoly: priezviská ako súčasť vlastných mien v slovenskom posunkovom jazyku, menné posunky v posunkovom jazyku a menné posunky na Slovensku. Táto kniha môže vám pomôcť porozumieť, ako vznikajú menné posunky u členov komunity Nepočujúcich na Slovensku. Má 86 strán formátu A5.
Jej cena je **3,99 €** (bez poštovného).

DVD s názvom **Slovník slovenského jazyka – slovenského posunkového jazyka pre oblasť rodina** obsahuje posunkovú zásobu z oblasti rodina. Obsahuje posunky z určitých tematických celkov: predkovia, súrodenci, potomkovia, strýkovia a tety, bratranci a sesternice, synovci a netere, príbuzní vzniknutí sobášom, príbuzní krstom, nevlastní príbuzní a osoby nevzniknuté sobášom. Toto DVD môže vám pomôcť rozšíriť posunkovú zásobu z oblasti rodina.
Cena tohto DVD: **2,99 €** (bez poštovného).

Kniha **Úvod do kultúry a sveta Nepočujúcich** obsahuje zasa kapitoly: o komunite Nepočujúcich, kultúra Nepočujúcich, stručná história starostlivosti o osoby s poruchou sluchu, spolky - rozvoj činnosti, posunkový jazyk a iné komunikačné formy, metódy vzdelávania Nepočujúcich a práva Nepočujúcich. Táto kniha vám môže pomôcť poznať kultúru a svet Nepočujúcich. Má 274 strán formátu A5.
Jej cena je **9,99 €** (bez poštovného).

Ak máte záujem si kúpiť tieto publikácie, môžete si objednať emailom eshop@myslim.sk alebo SMS - 0903 029 317. (rv)

Napísali nám: O alkoholizme klientov v zariadeniach sociálnych služieb

A vraj pokojná staroba

Ťažké býva rozhodnutie, ktoré musí dcéra alebo syn urobiť, keď už nemá iné východisko, než umiestniť svojho rodiča do domova sociálnych služieb. Matka a otec, ktorí celý život poctivo pracovali, prispievali na rozvoj spoločnosti, starali sa o rodinu a vychovávali deti, by si mali užívať dôchodok a tešiť sa z pokojnej staroby. Lenže, ak má človek Alzheimerovu chorobu alebo senilnú demenciu, nedokáže samostatne a bez pomoci druhých existovať. V neskorších štádiách týchto chorôb takto chorí ľudia potrebujú neustály, 24-hodinový dohľad a pomoc. A hoci sa deti chcú postarať aj o takto chorých rodičov, po čase sú tak vyčerpaní, že sami začínajú mať zdravotné a psychické problémy. A vtedy prichádza čas, keď urobia ťažké rozhodnutie a svojho rodiča umiestnia do domova sociálnych služieb s predstavou, že bude o neho riadne postarané a svoju starobu dožije dôstojne a pokojne.

Veď takýto človek nevyžaduje žiadny nadštandard. Potrebuje však láskavé slovo, pokojné prostredie a trpezlivých opatrovateľov.

Do domovov sociálnych služieb sa však umiestňujú aj ľudia, pre ktorých alkohol bol a ešte stále je prednejší ako práca, rodina, deti. Celý život venovali viac času kamarátom v krčmách ako svojej rodine a deťom, často rodinu aj tyranizovali. A keď najbližším dôjde trpezlivosť a takýto človek zostane sám, väčšinou sa ešte viac upne na alkohol, žije ako tulák a nakoniec príde čas, keď sa nevie sám o seba postarať a tiež sa dostane do domova sociálnych služieb. A tak sa stáva, že vedľa seba žijú dvaja úplne rozdielni ľudia, s rozdielnymi životnými hodnotami, ktorí však dostávajú rovnakú starostlivosť a opateru.

Alkoholom opojení obyvatelia zariadenia neraz znepríjemňujú život všetkým naokolo. Niekedy sa opijú vonku, inokedy v izbe a stáva sa, že ich nájdu okoloidúci ležať na trávniku alebo zastávke autobusu a zamestnanci domova sociálnych služieb ich musia „vyzdvihnúť a dopraviť“ späť do zariadenia, kde boli umiestnení alebo ich tam privezú príslušníci polície.

Agresívne správanie neprispôsobivých klientov vyvolávajú v obyvateľoch a zamestnancoch domova sociálnych služieb neraz aj obavy o svoje zdravie a život. Často sú pošpinení močom, stolicou i zvratkami a alkoholový zápach sa nesie zariadením. Zamestnanci majú obmedzené možnosti ako riešiť takéto situácie. Musia dodržiavať zákon, aj ľudské práva a riešia opísanú nepríjemnú situáciu dohováraním spomínaným previnilcom holdujúcim alkoholu. Ale čo práva tých ostatných obyvateľov, ktorí chcú prežiť starobu v bezpečí, pokoji a v čistom prostredí? Kde sú napríklad, práva psychicky chorých ľudí, ktorí pri svojej liečbe potrebujú istotu, bezpečie a pokojný prístup? Neustále si kladiem otázku: Ako by sa dal tento problém riešiť?

Zriadiť osobitné zariadenia špecializujúce sa na pomoc alkoholikom? A kto by chcel v takom zariadení pracovať? Zaviesť sankcie za nedodržiavanie domáceho poriadku? Ale, čo ak nemajú dostatok peňazí ani na úhradu za pobyt v zariadení? A má vôbec zariadenie právo napríklad, obmedziť nespratníkom vychádzky, neposkytnúť im peňažné prostriedky, odoberať im alkohol zo skriniek? Či môžu poskytovať sociálnu službu a pomoc podľa toho, ako sa ľudia k sebe a k svojmu okoliu správajú a chrániť najmä tých bezbranných? To by istotne chcelo širokú odbornú a spoločenskú diskusiu či aj zmenu legislatívy.

Bc. Kollmanová Iveta
CSS- AVE
Dubnica nad Váhom

Riport: 10. výročie neziskovej organizácie PLAMIENOK

Nové centrum pre rodičov po strate dieťaťa

Pri príležitosti 10. výročia vzniku neziskovej organizácie PLAMIENOK otvorili 16. marca 2011 na Zadunajskej 6/A v Bratislave v prítomnosti Pavla Freša, predsedu Bratislavského samosprávneho kraja, Denné centrum, ktoré ako prvé na Slovensku začalo slúžiť rodinám po strate ich dieťaťa. Inšpiráciu na založenie centra dali sami rodičia počas stretnutí, ktoré od roku 2005 PLAMIENOK organizuje doteraz.

Už desať rokov odborníci z neziskovej organizácie PLAMIENOK pomáhajú nevyliečiteľne chorým deťom a ich rodinám. Lekár, zdravotná sestra, psychologička alebo sociálna pracovníčka navštevujú rodiny aj v ich domovoch, a to až do vzdialenosti dvoch hodín jazdy od Bratislavy. Plamienok poskytuje služby rodinám 24 hodín denne, 7 dní v týždni. Potrebné zdravotné prístroje, lieky a zdravotný materiál získavajú rodiny bezplatne. Okrem odbornej pomoci Plamienok pomáha rodinám i ľudsky. Spoločne hľadajú cesty, ako žiť naplno až do konca, ako prejsť bolesťou, ako sa radovať i smútiť. V uplynulých rokoch PLAMIENOK

ponúkol pomoc viac ako sto rodinám, ktoré stratili dieťa, uskutočnil viac ako 1 400

***Pavol Frešo**, predseda Bratislavského samosprávneho kraja slávnostne otvoril na Zadunajskej ulici – Petržalke 16. marca tohto roku v sprievode **MUDr. Márie Jasenkovej**, riaditeľky Neziskovej organizácie PLAMIENOK centrum pre rodičov po strate dieťaťa.*

návštev a vyškolil viac ako 250 odborníkov a študentov. V rokoch 2005-2010 zorganizoval 6 jednodňových a 2 víkendové stretnutia rodičov a detí po strate dieťaťa.

„Sme radi, že sme mohli zdieľať svoje príbehy a bolesť. Mala som možnosť vidieť, že nie sme sami, ktorí stratili dieťa a prežili veľké utrpenie. Páčili sa nám aj voľnočasové aktivity, aj spoločné hranie na hudobných nástrojoch bolo úžasné. Získali sme nové priateľstvá s ľuďmi, ktorí prežili podobnú tragédiu. Ďakujeme za všetko". (Rodina V.)

„Cítila som, že nie som sama na tejto Zemi, kto prežil smrť svojho dieťaťa. Veľmi mi pomohlo, keď som počúvala ostatných rodičov rozprávať sa o svojich pocitoch. Dali mi dobré rady, čo mi pomôže ísť ďalej v živote. Ďakujem!" (Bernadeta).

(mš)

Snímky: autorka

Na 3. obrázku na prednej strany - obálky je rodina počas návštevy Denného centra Neziskovej organizácie PLAMIENOK. (Snímka na obálke: archív)

Interiér novej relaxačnej miestnosti určenej rodičom po strate dieťaťa i rodičom s nevyliečiteľne chorými deťmi.

O rozvoji komunikačných schopností nehovoriacich detí

Mgr. Martina Kukumbergová – Mináriková, logopedička a riaditeľka Neziskovej organizácie s názvom Komunikujme spolu, priblíži v nasledujúcich riadkoch čitateľom možnosti rozvíjania komunikačných schopností nehovoriacich detí prostredníctvom AAK.

Čo je to AAK?

Skratka AAK znamená augmentatívnu a alternatívnu komunikáciu a označuje iné spôsoby komunikácie. Tie, ktoré reč podporujú (augmentatívne), a tie, ktoré reč nahrádzajú (alternatívne). Je to pojem opisujúci množstvo techník a stratégií, ktoré ľudia používajú na podporenie hovorenej reči. Sú to gestá, posunky, grafické znaky, písmená, komunikačné knihy a tabuľky a komunikačné pomôcky s hlasovým výstupom.

Komu je určená a aký je jej prospech?

Pre niektorých ľudí, deti i dospelých, predstavuje komunikácia problém, pretože sa u nich reč nerozvinula vôbec, alebo nie je pre okolie dostatočne zrozumiteľná. Takýto komunikačný problém sa objavuje u detí a dospelých s rôznymi vývinovými poruchami (napr. detská mozgová obrna, ťažké poruchy sluchu, vývinová dysfázia, autizmus, mentálna retardácia, viacnásobné postihnutie), získanými poruchami (napr. mozgovo-cievne príhody, úrazy, nádory mozgu), alebo degeneratívnymi poruchami či ochoreniami (skleróza multiplex, svalová dystrofia, amyotrofická laterálna skleróza a ďalšie).

Rozvoj reči u detí s detskou mozgovou obrnou (DMO) býva často obmedzený, v lepších prípadoch oneskorený. Deti s DMO začínajú hovoriť neskôr, ich slovná

zásoba je často malá, čo súvisí s ich obmedzenou motorickou schopnosťou a senzomotorickým učením. Rozvoj reči je výrazne narušený a má nepriaznivé následky na celkový psychický rozvoj dieťaťa. U niektorých detí je ťažké zhodnotiť, či príčinou narušeného vývinu reči je zaostávanie v psychickom vývine, alebo psychické zaostávanie vzniká ako dôsledok obmedzeného vývinu reči a celkovej komunikácie (Kraus,J. a kol. 2005)

Zavednie a používanie techník a stratégií AAK môže mať na ich život veľmi veľký vplyv. Napomáha im zrozumiteľnejšie vyjadriť svoje pocity, klásť otázky a vyjadriť čo potrebujú, budovať a prehlbovať vzájomné vzťahy, pocit sebaistoty a sebadôvery. Keď majú spôsob na vyjadrenie sa môžu sa aktívnejšie podieľať na aktivitách v škole, práci, hre, stať sa nezávislejšími v rozhodovaní, vyjadrovaní, čo výrazne prispieva k zlepšeniu kvality ich života a života ich okolia.

Takémuto úspechu však predchádza mnoho trpezlivosti, najmä v začiatkoch, a vytrvalosti komunikačných partnerov dieťaťa a tiež spolupráca viacerých odborníkov (špeciálny pedagóg, logopéd, fyziater, pedagóg) spolu s rodičmi a okolím dieťaťa.

Niektorí odborníci a rodičia sa využitia AAK obávajú. Prečo?

Existujú mýty o AAK, ale fakty svedčia o tom, že AAK má pozitívny vplyv. Narušená komunikačná schopnosť obmedzuje kognitívnemu, sociálnemu a emocionálnemu vývinu dieťaťa, no napriek tomu sa niektorí odborníci a rodičia zdráhajú siahnuť po AAK. Je to pochopiteľné, keďže je často vnímaná ako posledná možnosť logopedickej terapie, „odsudzujúca" dieťa na doživotnú netypickú a obmedzenú komunikáciu. Predstavením a zavedením AAK sa nekončia všetky nádeje na vznik hovorenej reči (Berry 1987; Mirenda & Schuler, 1988 in Pressman). Mnohé štúdie dokazujú, že využite AAK má pozitívny vplyv na reč. U detí, ktoré začali používať podpornú komunikáciu, sa začala reč rozvíjať rýchlejšie (Bodine & Beukelman, 1991; Van Tatenhove, 1987 in Pressman).

Kedy začať s AAK? Až keď sa vzdáme nádeje na vznik hovorenej reči?

Deti s ťažko narušenou komunikačnou schopnosťou, ktorým sa dostáva iba rečová logopedická terapia, ostávajú dlhé roky bez efektívneho spôsobu komunikácie. Dieťa, ktoré nemá možnosť efektívnej komunikácie je ohrozené z hľadiska vzniku kognitívnych, sociálnych, emocionálnych problémov a tiež problémov správania (Berry 1987; Silverman 1980 in Pressman). Neexistujú žiadne kognitívne ani iné predpoklady, nevyhnutné na to, aby dieťa mohlo začať využívať AAK (Kangas & Lloyd, 1988 in Pressman).

Znižuje AAK motiváciu k rozvíjaniu hovorenej reči?

Zavedenie AAK súvisí so zlepšením hovorenej reči – aj v takých prípadoch, kedy nebola poskytovaná terapia zameraná na hovorenú reč. (Pozrite: Berry, 1987; Daniels, 1994; Romski & Sevcik, 1993; Konstantareas, 1984; Silverman, 1980 in Pressman). Štúdie dokazujú, že aj normálne sa vyvíjajúce deti, s ktorými okolie komunikovalo v ranom veku prostredníctvom posunkov, gest a reči, začínajú komunikovať (najprv prostredníctvom znakov a gest) a neskôr rečou v omnoho mladšom veku ako by sa očakávalo (Holmes & Holmes, 1980 in Pressman).

Ako by ste charakterizovali projekt „Úvod do AAK u detí s DMO"?

Od polovice januára 2011 do konca apríla 2011 prebiehal v priestoroch špecializovanej rehabilitačnej nemocnice TETIS, s.r.o., v Dunajskej Lužnej, projekt s názvom „Úvod do AAK u detí s DMO". Projekt by neprebehol bez finančnej pomoci Nadácie VÚB. Projekt bol zameraný na deti s detskou mozgovou obrnou vo veku 6 mesiacov - 8 rokov a ich rodičov. Deti mali ťažko narušenú komunikačnú schopnosť - nezrozumiteľnú, alebo žiadnu reč. Cieľom bolo informovať rodičov o možnostiach a výhodách AAK, jej technikách a stratégiách, vysvetliť im ako byť ideálnym komunikačným partnerom svojmu dieťaťu a ako môžu podporiť rozvoj jeho komunikačných schopností. U detí sme sa snažili o zvýšenie účasti na každodennom živote a bežnej komunikácii podporením funkčného využitia komunikačných pomôcok, techník a stratégií. Cielene, ale prirodzene sme u nich vzbudzovali záujem o komunikáciu a spontánne použitie komunikačnej pomôcky. Tomu však predchádzal výber vhodnej komunikačnej pomôcky a modelovanie jej použtia v rámci komunikácie hravým, prirodzeným spôsobom. Naším kľúčovým prvkom pri budovaní komunikácie a komunikačných schopností bola hra. Dieťa si najľahšie osvojuje nové schopnosti, keď je motivované a zaujaté. Takto prirodzene získané schopnosti spontánne prenáša do ďalších situácií a kontextov. Zámerom bolo prirodzeným spôsobom naučiť dieťa podieľať sa na komunikácii, využívať na to jej rôzne spôsoby a techniky v rôznych situáciách a s rôznymi ľuďmi. Všetky aktivity projektu, ktoré sme realizovali s deťmi súviseli s hrou. Boli naplánované so zreteľom na aktuálne komunikačné schopnosti dieťaťa, vek, kognitívne, motorické a senzorické schopnosti.

Aký prínos mal projekt?

Približne polovica rodičov, ktorí sa spolu s deťmi zúčastnili projektu, prejavili o problematiku zvýšený záujem. Mali záujem o ďalšiu spoluprácu, no vyjadrili aj sklamanie nad tým, že sídlime v Bratislave. Väčšina z nich nebola z Bratislavy a jej okolia. Rozvoj komunikácie, nielen reči, si podobne ako rehabilitácia vyžadujú pravidelné a opakované stretnutia s odborníkom. Rodičom však pri každodenných povinnostiach, vyplývajúcich zo starostlivosti o dieťa s postihnutím, voľného času veľa nezostáva. Pokúsime sa preto nadviazať spoluprácu s odborníkmi v oblasti bydliska dieťaťa a spoločne sa tak podielať na jeho celkovom rozvoji. Zistili sme, že mnohí z rodičov sa chceli o AAK poradiť so svojim pediatrom či psychológom. Keďže však ani mnoho logopédov v praxi nepozná túto problematiku, je veľmi pravdepodobné, že ani odborníci zo súvisiacich oblastí nebudú mať veľa informácii. Je to úplne prirodzené, veď v každom obore sa neustále objavujú nové a nové prístupy, postupy a odporúčania. Našim ďalším cieľom je preto osveta nielen medzi rodičmi.

(re)

Použité zdroje:

Kraus; J. a kol.: Dětská mozková obrna, Grada, Avicenum, Praha, 2005, str. 243 – 255
Pressman; H.,: False Beliefs, Widely Held: The Myths That Professionals Perpetuate and the Harm They Do To Young Children With Disabilities (www.centralcoastchildrenfoundation.org)

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. 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: M. Škrabálková, foto predná strana obálky V. Zacharová a archív.

markíza text

Vzácne momenty zo Zrkadlovej siene Primaciálneho paláca

Z odovzdávania ceny Dar roka 2010

Pohľad do Zrkadlovej siene na nositeľov ceny Dar roka 2010 a hostí.

MUDr. Said Afzaly, dobrovoľník SČK v Senici pri prevzatí ocenenia.

Nositelia Nominácie Dar roka 2010, podporovatelia Domova sociálnych služieb AMALIA v Rožňave.

Mons. Dominik Kaľata, člen Spoločnosti Ježišovej, rehole jezuitov pri prevzatí nominácie Dar roka 2010

vľavo - Pohľad do hľadiska Zrkadlovej siene. V popredí sú nositelia mimoriadnej ceny Dar života 2010.

Jeden zo vzácnych okamihov odovzdávania nominácií Dar roka 2010.

ThDr. Marián Červený, člen čestnej komisie SHR v príhovore prítomným pred odovzdaním ocenení Dar roka 2010.

Mladí dobrovoľníci, nositelia Nominácie Dar roka 2010, žiaci 9. ročníka Základnej školy v Leviciach, Zoltán Sztojka a Rastislav Döme.

Snímky: Valéria Zacharová.