

**Každý pracovný deň
pre vás pripravujeme jedinečné
obedové menu formou bufetu**

- varíme z čerstvých potravín
- bohatý výber jedál
- menu si môžete vziať so sebou

K tomu navyše zdarma

- Parkovanie • WiFi • Káva/nápoj

... a k dispozícii je samozrejme aj
stála ponuka chutných jedál à la carte.

Podávame aj raňajky.

To všetko v novom, príjemne a moderne
zariadenom prostredí reštaurácie BIVIO
na Alstrovej 153.

Otváracie hodiny reštaurácie:

Pondelok: 7:00 – 15:00

Utorok – Sobota: 7:00 – 21:30

Nedeľa: 7:00 – 19:00

Raňajky: 7:00 – 10:00

Obedové menu: 11:00 – 14:00

Pondelok: 11:00 – 14:00

Utorok – Sobota:

11:00 – 20:00

À la carte:

Nedeľa: 11:00 – 18:00

NAVŠTÍVTE BIVIO!

**Ponúkame výborný
obed bez zdĺhavého
čakania na obsluhu**

BIVIO nie je len reštaurácia, ale aj...

HOTEL

Ubytujte u nás svojich obchodných partnerov!
K dispozícii 10 dvojlôžkových a 1 jednolôžková
izba. 2 izby sú bezbariérové.

KONFERENČNÁ MIESTNOSŤ

Semináre, rodinné oslavy, konferencie,
workshopy, teambuilding – s možnosťou
catering. Kapacita miestnosti
60 ľudí, reštaurácia 40 ľudí.

PRÁČOVŇA

Ponúkame pranie, sušenie, žehlenie
právnickým i fyzickým osobám.

SOCIÁLNY INTEGRAČNÝ PODNIK

Zamestnávame a v prevádzkach zaúčame
aj ľudí s mentálnym postihnutím.
Všetky zisky smerujú na chod vzdelávaco-
rehabilitačného strediska pre týchto ľudí
a rozvoj ZPMP v SR. Ako zamestnávateľ si
u nás môžete uplatniť náhradné plnenie.

Viac informácií o komplexe BIVIO:

www.bivio.sk / www.facebook.com/bivio.centrum

Zriaďovateľom komplexu BIVIO
je Združenie na pomoc ľuďom
s mentálnym postihnutím v SR.



Kontakt: Alstrova 153, 831 06 Bratislava

+421 2 2085 0710 / bivio@bivio.sk

GPS: 48.212426, 17.148253



BIVIO

INFORMÁCIE ZPMP v SR 5-6/2019

**Združenie na pomoc ľuďom
s mentálnym postihnutím v SR**



**téma:
MIMOVLÁDNE ORGANIZÁCIE,
ČINNOSŤ A PRÍNOS**

Vianočné pozdravy

Čitateľom časopisu Informácie ZPMP v SR, zamestnancom BIVIA, ľuďom s mentálnym postihnutím a ich rodinám by som chcela zaželať požehnané Vianoce. Aby si mohli vychutnať sviatky v kruhu svojich najbližších a aby im tento čas priniesol pokoj a radosť. Do nového roka zároveň želim veľa pevného zdravia, šťastia a nádeje, aby mali každý deň dôvod na úsmev.

Mgr. Jana Žitňanská



K Vianociam a do nového roka 2020 želim čitateľom časopisu Informácie ZPMP v SR, zamestnancom BIVIA, ľuďom s mentálnym postihnutím aj ich rodinám najmä zdravie, a keďže pracujem v banke, i veľa peňazí a rozumné finančné rozhodnutia. A špeciálne želanie mám pre BIVIO. Želim všetkým, ktorí za týmto projektom stojíte, aby ste vždy do svojho tímu nachádzali tých správnych ľudí. Takých, čo k vám nebudú chodiť iba do práce, ale budú chápať, aký je tento projekt dôležitý. Želim vám veľa spokojných zákazníkov, ktorí sa k vám budú radi vracieť. Želim vám, aby k vám ľudia chodili kvôli kvalitným službám, a nie iba preto, že máte charitatívny rozmer. Pociť, že podporili niečo dobré, nech je len akousi sladkou bodkou za návštevou u vás. Nech ste pre nich vždy prvou voľbou, hlavne preto, že u vás dostanú presne to, čo potrebujú. A keďže BIVIO je aj tréningové centrum, želim mu, aby pripravilo na prácu čo najviac ľudí s mentálnym postihnutím, ktorí si následne nájdu uplatnenie v mieste svojho bydliska – aby bolo pre nás ostatných bežné, vnímať ich ako šikovných potenciálnych kolegov, prípadne zamestnancov. Nech je rok 2020 pre vás rokom úspechov na všetkých poliach.

Mgr. Jana Vlašičová,
Slovenská sporiteľňa



Milí čitateľa, opäť k nám prichádzajú Vianoce. Na Vianoce sa teším každý rok ako malé dieťa. Verím na ich čarovnú moc, mám rada tú jedinečnú okúzľujúcu atmosféru, keď všade okolo nás rozvoníava ihličie, vanilka, škoricica a med s punčom. Vianoce sú však predovšetkým sviatkami rodiny, domova, pohody a harmónie. Verím, že sa všetci blízki stretnete pri štedrovečernom stole preplnenom voňavými koláčikmi, sviatočnými jedlami a vyzdobeným stromčeku.

Želim vám všetkým príjemné vianočné sviatky, plné lásky, radosť, porozumenia a spokojnosti. Prežite ich v zdraví a šťastí spolu so svojimi blízkymi. Do nového roka vám želim najmä vnútornú silu, veľa životnej iskry, zdravie a potešenie z najbližších. Nezabúdajte, že k atmosfére Vianoc patrí aj oddych a rodinná pohoda. Svoj čas môžete stráviť s dobrým spoločníkom – s časopisom Informácie ZPMP v SR. Redakcii časopisu želim úspešný rok 2020, veľa spokojných čitateľov a tvorivého elánu.

PhDr. Marica Šiková, riaditeľka
Odboru sociálnych vecí BSK



Keď som premýšľala, čo v tento čarovný čas vianočný popriať nášmu sociálnemu podniku BIVIO, hľadala som nejaký vinš a keďže nepoznám veľa ľudí s lepšou vôľou, akú má pani riaditeľka Mišová a pán Horanič, „Pokoj ľuďom dobrej vôle“ je vinšom presne pre nich. Lebo len človek s dobrou vôľou môže robiť dobré skutky tak nezištne a úprimne, ako to robia oni. Je mi preto ctou zaželať im a všetkým zamestnancom BIVIA pokojom a láskou naplnené vianočné sviatky v kruhu najbližších a do nového roka veľa síl, pozitívnej energie a úspechov v ich úžasnej práci...

Ing. Ingrid Ujváriová,
riaditeľka Odboru sociálnej
ekonomiky MPSVR SR



Čo by som zaželala čitateľom časopisu Informácie ZPMP v SR, zamestnancom BIVIA, ľuďom s mentálnym postihnutím a rodinám k Vianociam a do nového roka? ZDRAVIE samozrejme všetkým, je jedno z najdôležitejších. ŠTASTIE na ľudí, ktorí nás obklopujú, na rodinu, dobrých priateľov, kamarátov, kolegov... byť medzi pozitívnymi ľuďmi je naozaj šťastie. POHODU, POKORU a SPOKOJNOSŤ so sebou a so svojím životom. ŠTASTIE PRAJE PRIPRAVENÝM. Budme otvorení a pripravení na veľké či malé zmeny, ktoré sa v spoločnosti dejú a ktoré sa nás týkajú. Budme pripravení, keď to ŠTASTIE stretne, aby sme ho chytili pod pazuchu a zobrali so sebou. Zdá sa vám to málo? Tak pridám a želim všetkým väčšie platy, dôchodky, zvýšený opatrovateľský príspevok a koncoročné odmeny. Aj keď si za ne nekúpite ZDRAVIE, ŠTASTIE, POHODU, POKORU ANI SPOKOJNOSŤ... Teším sa s vami na rok 2020

PhDr. Stefi Nováková,
predsedníčka ZPMP v SR



Objednávka INFORMÁCIÍ ZPMP na rok 2020

Milí čitateľa,
aj v roku 2020 si môžete objednať časopis Informácie ZPMP v SR. Ak máte záujem, vyplňte túto objednávku a zašlite nám ju na adresu:
Republiková centrála ZPMP v SR, Alstrova 153, 831 06 Bratislava. Dobrovoľný príspevok je 12 €. Ďakujeme!

Závazne si objednávam časopis Informácie ZPMP v SR na rok 2020

Meno, priezvisko:

Adresa (telefónne číslo):

Číslo mi posielajte na adresu (iba ak sa líši):

Objednávam si viac výtlačkov (napíšte počet)

Dátum a podpis objednávateľa

Dobrovoľný príspevok možno uhradiť: prevodom na účet

poukážkou typu U na pošte

Číslo účtu: SK550200000000140534012 / Variabilný symbol: 60420

 MINISTERSTVO KULTÚRY SLOVENSKEJ REPUBLIKY	 MINISTERSTVO PRÁCE, SOCIÁLNYCH VECÍ A RODINY SLOVENSKEJ REPUBLIKY	 MINISTERSTVO SPRÁVODLIVOSTI SLOVENSKEJ REPUBLIKY	 Bratislavský samosprávny kraj	 THE VELUX FOUNDATIONS VILLUM FONDEN VEILUX FONDEN
 Európska únia	 Operačný program Efektívna verejná správa	 Úrad splnomocnenca vlády SR pre rozvoj občianskej spoločnosti	 AVON the company for women	 VEOLIA
 TA3 NADÁCIA	 DARUJME.sk	 PETRALKA	 Nadácia Orange	ĎAKUJEME SPOLUPRACOVNÍKOM A PARTNEROM NAŠICH PROJEKTOV

2 **Úvodník**

// Mgr. Michal Kralovič

3-14 **Téma — Mimovládne organizácie, činnosť a prínos**

- ZPMP Dunajská Streda // Andrea Szépvová, Ing. Edit Lanstyák
- ZPMP Trenčín // Ing. Dušan Fabian
- ZPMP Nové Zámky // Mgr. Anita Nagyová
- Naše Centrum Frézia, n. o., Partizánske // Mgr. Michaela Krošláková
- Ako spolu tvoríme a bariéry búrame, ZPMP Komárno // Mgr. Iveta Šoókiová
- Orbis Civitates

15-22 **Farby života**

23-31 **Ľudské práva**

- Celoslovenské stretnutie sebaobhajcov

// PhDr. Iveta Mišová, Martinka Hlavatá, Rišo Drahovský, Darinka Krihová,
Tomáš Grošmíd, Terka Ráchelová, Ján Pentka, Richard Neumann

32-34 **Rozhovor**

- Rozhovor s Andrejom Mičúňekom, TK Danube

35 **Predstavujeme vám**

- Aj banka sa môže snažiť o inklúziu // Mgr. Jana Vlašičová

36 **Ďakujeme**



Svetlo na nebi, svetlo v duši

„Všetci sme v priekope, ale niektorí sa pozeráme na hviezdy.“

Oscar Wilde



Nad nami, tam hore sa svieti. Nie, nemyslím na najvyššom poschodí banky, ale ešte vyššie. Oveľa vyššie ako na najvyššej, či najvýznamnejšej budove sveta. Tam úplne vysoko. Nad všetkými našimi starosťami, bolesťami, nad všetkými našimi túžbami.

Hviezdy. Milión hviezd. Niekedy niektorá z nich spadne. Ale ak zachytíte jej pád, uvedomíte si ho, môže vám priniesť šťastie.

Všetkým čitateľom nášho časopisu želim k nastávajúcemu vianočnému obdobiu a k blížiacemu sa novému roku 2020 veľa pohody a radosti.

Nech sa vám plnia priania, nech vás sprevádza šťastie. A nezabudnite sa dívať hore. Želám vám menej dní so sklonenou hlavou do zeme a viac dní s hlavou zdvihnutou k oblohe. Smerom k hviezdám.

Odložte strach ako starý kabát. Tak, ako pred mnohými rokmi zasvietila hviezda na Betlehemom a priniesla nádej, veríme, že bude lepšie aj v týchto časoch. Svetlo prináša nádej, poráža tmu. Nové veci prinášajú nádej. Nový rok vždy s víťazstvom s očakávaním, že bude lepší ako ten predchádzajúci. Nech sa vaše dobré očakávania naplnia a verím, že bude nový rok úspešný aj pre vás a vašich najbližších. V redakcii časopisu si želáme veľa síl do ďalšej tvorby a tešíme sa aj na vaše podnety, reakcie a postrehy. Ostaňte nám verní.

Mgr. Michal Kralovič

MIMOVLÁDNE ORGANIZÁCIE, ČINNOSŤ A PRÍNOS

V poslednom období sme (najmä v médiách) boli často svedkami spochybňovania organizácií tretieho sektora. Keďže patríme do veľkej rodiny, ktorá tvorí občiansku spoločnosť a je súčasťou spoločnosti ako takej, rozhodli sme sa, že témou dnešného časopisu budú mimovládne organizácie, ktoré robia veľmi záslužné činnosti. Organizácie združené v sieti ZPMP v SR sa snažia skvalitniť život zraniteľným a odkázaným ľuďom. Ponúkame vám možnosť nahliadnuť do ich sveta, pozrieť sa, čo robia a sami zhodnotíte, akým sú prínosom. V našej sieti máme 44 organizácií, nie je však našim cieľom podať správu o činnosti každej z nich. Dnes ponúkame zopár tých, ktorí boli ochotní podeliť sa s nami o svoju prácu, radosti i starosti.



Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Dunajskej Strede

Naša miestna organizácia ZPMP bola založená v roku 1998 v Dunajskej Strede ako občianske združenie. Cieľom bolo poskytnúť pomoc mentálne postihnutým a ich rodinám, integrovať členov združenia do spoločnosti, rozvíjať ich schopnosti formou celoživotného vzdelávania, zapájať ich do kultúrneho života, umožniť im zúčastňovať sa na rekreačno-rehabilitačných pobytoch i rôznych športových a kultúrnych podujatiach. Momentálne má naša organizácia 188 členov a spája okolo 50 rodín z Dunajskej Strede a jej okolia.

Naše združenie kladie veľký dôraz na to, aby sa ľudia s rôznymi hendikepmi mali naďalej možnosť vzdelávať a užitočne tráviť svoj voľný čas. Naším cieľom je uľahčiť mentálne postihnutým prístup ku kultúre aj vo forme krúžkov, preto od pondelka do štvrtka je zabezpečený plynulý chod krúžkov. Tieto krúžkové činnosti sa stali dôležitou súčasťou každodenného života detí, mládeže a dospelých s mentálnym a zdravotným postihnutím.

Sme presvedčení, že pre mentálne postihnutých je životne dôležité neustále sa vzdelávať, lebo ich poznatky bez opakovania rýchlo ubúdajú a hrozí im, že sa dostanú na perifériu spoločnosti. Naše združenie kladie veľký dôraz na to, aby aj tí, ktorí už opustili školské lavice, mali možnosť naďalej vzdelávať sa a užitočne tráviť svoj voľný čas. Veľkou radosťou je pre nás, že aj tí, ktorí ešte navštevujú školu, k nám poobede chodia do klubu a zapájajú sa do krúžkovej činnosti. Veľkou motiváciou je pre nich, že sú súčasťou jednej súdržnej skupiny, kde si jeden druhého vážia a navzájom si pomáhajú. Počas rôznych aktivít sme zaznamenali veľké

pokroky. Tieto záujmové krúžky vedú odborníci, lektori, učitelia a dobrovoľníci.

V klube združenia prebiehajú pravidelne krúžkové aktivity podľa harmonogramu:

Pondelok: dramatický krúžok

Utorok: tanečný krúžok, športový krúžok

Streda: celoživotné vzdelávanie ľudí s mentálnym postihnutím

Štvrtok: výtvarný krúžok, krúžok varenia

DRAMATICKÝ KRÚŽOK

Cieľom dramatického krúžku je rozvíjať literárne povedomie ľudí s mentálnym postihnutím, naučiť ich interpretovať ľudovú a autorskú poéziu. Ďalej je cieľom nácvik pohybovej, rytmickej zdatnosti detí a mládeže, ako aj nácvik neverbálnej komunikácie (výstupy, gestá, mimika, pantomíma). Pravidelne sa učia nové básne a recitujú ich naspamäť. Osvojili si aj účinkovanie pred obecenstvom. Každý rok sa pripravujeme na recitačný festival poézie, vystupujeme na rôznych podujatiach, ako je Deň matiek, Deň kultúry, Radostný deň, Kultúra bez bariér, Vianočný betlehem.

ŠPORTOVÝ A TANEČNÝ KRÚŽOK

Tanečný krúžok funguje ako krúžok ľudového tanca. Cieľom krúžku je priblížiť mladým tradičnú ľudovú kultúru cez ľudové piesne a tance až po ľudové tradície, posilniť ich záujem o folklór, rozvíjať ich hlasový a pohybový potenciál. Počas tohto roka sme zaviedli popri tanečnom krúžku aj športový krúžok. V rámci športového krúžku prebieha





téma



dôkladná rozcvička celého tela na nasledujúci tanečný krúžok. Športový krúžok vedie diplomovaná učiteľka, s ktorou účastníci hravo precvičia celé telo, čím sa predchádza nežiaducim nehodám.

Ako prežíva mládež účasť na kurze? Naša Andrejka sa vyjadrila takto:

„Príde naša učiteľka ľudového tanca, prinesie svoje husle a skladby, a môže sa začať tanec. Na celom podujatí vládne neskutočne dobrá, priateľská atmosféra. Aj vo vzduchu cítiť lásku a radosť, hoci na konci už sme veľmi unavení. (Často na druhý deň máme aj svalovú horúčku. To však nevedí, lebo máme v sebe dobrý pocit, že aj dnes sme urobili veľa pre naše zdravie. A už vopred sa tešíme na budúci týždeň.)“ Vďaka ľudovým tancom sa účastníkom výrazne zlepšila koordinácia pohybov, rytmické cítenie a fyzická kondícia. Na hodinách sa okrem tancovania aj veľa spieva.

KURZ CELOŽIVOTNÉHO VZDELÁVANIA ĽUDÍ S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM

V rámci celoživotného vzdelávania organizujeme pre mentálne postihnutých vzdelávacie tréningy s profesionálnymi lektormi, prebiehajú kurzy na rôzne témy. Pri voľbe témy tréningu vychádzame z potrieb členov nášho združenia. Zistili sme potrebu takého tréningu, pri ktorom sa vytvorí priestor na vylepšenie komunikačných schopností našich členov, posilní sebaopoznávanie, bude možnosť precvičovať jednotlivé situácie, s akými sa stretávajú dospelí postihnutí ľudia v bežnom živote. Napr. ako sa správať u lekára, v obchode, na úrade atď. Členovia so slabým postihnutím by boli schopní vykonávať prácu aj na pracoviskách v chránených dielňach. U tých ľudí sa objavil záujem o prípravu na prácu. Kurz pod názvom „**Príprava na trh práce**“ mal štyri moduly.

1. modul: vytvorenie kolektívu
2. modul: komunikácia
3. modul: sebaopoznávanie
4. modul: príprava na prácu.

Kurz bol veľmi úspešný. Komunikácia a sebaopoznávanie sú veľmi dôležité oblasti aj pre mentálne postihnutých. Pozitívne posilnenie im pomohlo zbaviť sa strachu pri vystupovaní pred kolektívom. Účastníci na konci kurzu presne vedeli, akú prácu by chceli vykonávať. Ich plány boli aj reálne, iba momentálne u nás neexistuje žiadna chránená dielňa, ktorá by znamenala skutočnú možnosť nastúpiť do práce. Rodičia účastníkov kurzu nám porozprávali, že ich deti doma viac pomáhajú pri domácich prácach, lebo sú si toho vedomé, že dospelí ľudia majú za povinnosť pracovať a snažiť sa byť

samostatní. Je aktuálnou úlohou riešiť otázku chránených pracovísk v Dunajskej Strede, budeme na tom pracovať. Kurz pod názvom „**Poznaj prírodu so všetkými zmyslami**“ bol veľmi obľúbený. Časť vzdelávania sa uskutočnila v prírode. Preferujeme názorné učenie. V prírode pozorujeme rastliny, zvieratá, prírodné javy, ročné obdobia. Na hodinách premietame náučné filmy, púšťame si hudbu, pripravujeme prezentácie na aktuálnu tému, často si zahráme rôzne životné situácie.

Robili sme kurz aj na tému „**Práva a povinnosti ľudí**“. Kurz zodpovednosti sme začali na podnet bratislavského združenia. Účastníci kurzu sa naučili, aké majú práva a povinnosti, čo je to trestný čin a aké má následky, kto znáša zodpovednosť. Situačné hry nám pomohli lepšie pochopiť danú problematiku.

V rámci kurzu celoživotného vzdelávania pravidelne navštevujeme výstavy v Galérii súčasných umelcov a navštevujeme rôzne divadelné predstavenia. V rámci takejto formy vzdelávania účastníci hravo získavajú teoretické vedomosti a praktické skúsenosti. Na základe ich zážitkov vedieme debaty, kde každý dostane slovo, ostatní sa učia počúvať druhých. V ich rozmyšľaní pomocou vzdelávania sa pootvárajú zatvorené okienka.

VÝTVARNÝ KRÚŽOK

Výtvarný krúžok vedie výtvarná umelkyňa, mamička nášho postihnutého člena združenia.

Na výtvarnom krúžku si účastníci pomocou rôznych techník zobrazia a prezentujú svoje myšlienky a pocity. Každý rok sa zapájame do rôznych výtvarných súťaží, ako je napríklad „Výtvarný Salón“ a „Kultúrou proti prekážkam“.

KRÚŽOK VARENIA

Ide o pracovnú rehabilitáciu a rozvoj zručností pomocou návniku sebaobslužných činností.

Krúžok varenia má u nás už dlhoročnú tradíciu. Je súčasťou prípravy na podporované bývanie. Získané poznatky účastníci kurzu môžu uplatniť aj v rodine. Naučia sa postupy a pravidlá pri príprave jednotlivých pokrmov, zásady prípravy teplých a studených jedál, stolovanie. Každá úspešná činnosť ich motivuje, cítia sa byť užitoční, sebaističní, čím získavajú aj väčšiu samostatnosť.

Počas klubových stretnutí oslavujeme meniny a narodeniny našich členov, tým spestríme ich každodenný život. Predebátujeme aj naše problémy, spoločne si nájdeme riešenie, a čo je najdôležitejšie – podporujeme sa navzájom.



téma

ÚČASŤ ZPMP V DUNAJSKEJ STREDE AKO ASOCIOVANÝ PARTNER V PROJEKTE

Zúčastnili sme sa na projekte v spolupráci s občianskym združením „Spoluprácou pre lepšiu budúcnosť“ v rámci programu „Naša sila je v skúsenostiach“ vo februári 2019 vo Veľkom Mederi. Na tomto školení sa zúčastnili členovia nášho združenia so stredoškolským vzdelaním, rodičia postihnutých, zdravotne postihnutí ľudia, ktorí už mali vlastné pracovné skúsenosti, v celkovom počte 10. Cieľom vzdelávania bolo vyškoliť takých pomocníkov pre postihnutých ľudí, čo majú vlastné životné, pracovné skúsenosti, ktoré využijú v prospech iných ľudí zdravotne postihnutých. Naučili sme sa stanoviť naše ciele metódou SMART. Po skončení projektu naša organizácia aj prezentovala svoje skúsenosti na záverečnej konferencii pod názvom „Možnosti aplikácie EXPERIENCE tréningu v každodennej praxi – skúsenosti asociovaného partnera.“

Okrem krúžkovej činnosti umožňujeme našim členom aj spoznať niektoré kultúrne pamiatky Slovenska. Usporadujeme pre nich **jednoduché poznávacie zájazdy**. V rámci takýchto aktivít sme navštívili hrad Červený Kameň, kde sme navštívili aj Slovenské národné múzeum, Trenčiansky hrad, Nitriansky hrad, Devínsky hrad. Počas poznávacích zájazdov členovia nášho združenia robili aj fotografie zo svojich zážitkov, takou formou mali možnosť podeliť sa o svoje zážitky aj s inými.

REHABILITAČNO-REKREAČNÉ POBYTY

Každoročne umožňujeme členom nášho združenia zúčastniť sa na rekreačno-rehabilitačnom pobyte. Postihnutí ľudia so svojimi rodinnými príslušníkmi trávia celý týždeň. Veľmi úspešný bol pobyt v Duchonke, v Šoporni, v Jasnej a v Piešťanoch.

DEŇ TVORIVEJ DIELNE

Deň tvorivej dielne usporadujeme každoročne. Cieľom je naučiť našich členov rôzne remeslá. Odborníci v priestoroch nášho združenia učia mladých postihnutých a ich mamičky napr. pliesť košíky, ručne robiť sviečky, variť mydlá. To sú veľmi obľúbené a užitočné aktivity. Ručne vyrobené práce zvykneme darovať našim sponzorom a pomocníkom.

Radostný deň je usporiadaný pravidelne na jeseň v októbri, alebo v novembri vo forme veľkej zábavy. Vždy na inom mieste, tam kde nás pozvú a zabezpečia nám vhodný priestor na zábavu. Pravidelne nás pozýva iná obec. Na zábave je veľká radosť. Mládež nášho združenia vystupuje

s recitáciou, pesničkami, s ľudovým tancom – tak sa odvdáči za účasť prítomným. Po programe je dobrá večera a po večeri je zábava až do rána. Na tomto podujatí sa zúčastňujú naši známi, kamaráti a každý, kto sa cíti medzi nami dobre a členov nášho združenia vie prijať s láskou.

PREZENTÁCIA VLASTNÝCH VÝROBKOV

Vlastné výrobky nášho združenia prezentujeme na jarmoku v Bratislave a v Dunajskej Strede v decembri, v Stánku dobrej nádeje. Členovia nášho združenia, mamičky postihnutých s veľkou radosťou a láskou pripravujú dekoračné predmety, ručne varia mydlá, robia vianočné ozdoby, pletené košíky, pečú vianočné koláče. Na týchto podujatiach je veľká radosť. Každý je hrdý na svoj výrobok.

TESCO ZBIERKA

Formou tejto zbierky získavame financie na rekreačno-rehabilitačné pobyty. Táto aktivita je aj administratívne veľmi náročná. Robí sa to koncom novembra a v decembri. Na tejto zbierke sa zúčastňujú študenti zo stredných škôl mesta spolu s členmi nášho združenia. Už aj mesiac pred zbierkou mamičky postihnutých v klube ručne vyrábajú pekné darčeky, ktoré sa rozdávať našim sponzorom počas zbierky. Táto zbierka je vždy veľmi úspešná.

KNIHA – BROŽŮRKA

Naše združenie vydalo pôvodné dielo v roku 2016 o životných príbehoch mentálne postihnutých v našom združení. V tomto roku sa realizuje preklad pôvodného diela do slovenčiny. Súčasťou brožúrky je aj bohatá fotodokumentácia zo života a z aktivít mentálne postihnutej mládeže nášho združenia.

ÚSPECHY

V minulom roku naše združenie dostalo veľké uznanie, boli sme pozvaní do Maďarska na akciu „Aj s nami je svet lepším“, ktorá sa konala 3. decembra pri príležitosti Svetového dňa postihnutých v Národnom divadle v Budapešti. Náš Balázs Petőcz najprv zarecitoval jednu báseň, potom spolu s Tiborom Fehérom, ktorý má Jászayho ocenenie, zahráli úryvky z divadelnej scény „Malý princ“. Predstavenie bolo skutočne dojímavé. Po vystúpení dostali veľký potlesk. Boli sme nesmierne hrdí, že náš mladík dosiahol taký úspech a uznanie. Na podujatí „Výtvarný salón 2019“ Ákos Fábik získal od poroty vystavených prác ocenenie.

Vivien Gálffyová sa zúčastnila na plaveckých pretekoch prvýkrát 12. októbra 2019 v Trenčíne. Na štart sa postavilo 93 pretekov zo Slovenska, Čiech, Rakúska a Nemecka. Boli to preteky útvaru talentovanej mládeže, pre plavcov s Downovým syndrómom. Vivien získala 3. miesto v kategórii M-SR Downov syndróm ženy 50 m voľný spôsob. Mali sme veľkú radosť.

Pestrá činnosť nášho združenia svedčí o tom, že len vzájomnou spoluprácou sa dá obohatiť a priblížiť život ľudí s mentálnym postihnutím k životu bežnej populácie.

Andrea Szépvová, Ing. Edít Lanstyák



Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Trenčíne

Z HISTÓRIE ZDRUŽENIA

Po roku 1989, v období zmien, nádejí a očakávaní začali po celom Slovensku vznikať miestne ZPMP. V tomto čase začalo písať svoju históriu aj Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Trenčíne. Začiatky boli ťažké asi ako všade, no potreba stretávania sa rodín s podobnými starosťami bola silná.

Jedným z najdôležitejších medzníkov nášho združenia, ktorý niektorí ľudia v mojom okolí dodnes celkom nedocenili, bol prvotný projekt rekonštrukcie bývalých detských jaslí patriacich podniku TOS v Trenčíne z roku 1992. Jeho cieľom bolo objekt zrekonštruovať tak, aby mohol byť využitý na účely rehabilitačného oddelenia Nemocnice s poliklinikou v Trenčíne a na zariadenie chránených dielní pre mentálne postihnutých ľudí. Išlo o podnet vedúcej referátu Obvodného úradu v Trenčíne v spolupráci so Zväzom diabetikov Slovenska a Združením na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím. Financie na kúpu a rekonštrukciu boli poskytnuté Ministerstvom práce, sociálnych vecí a rodiny SR Združeniu zväzov zdravotne postihnutých so sídlom v Bratislave.

Následne sa Združenie zväzov zdravotne postihnutých rozčlenilo na špecifické organizácie podľa druhov zdravotného postihnutia – Zväz diabetikov Slovenska (ďalej len „ZDS“), Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím (ďalej len „ZPMP“), Slovenský zväz telesne postihnutých (ďalej len „SZTP“) a Slovenský zväz sluchovo postihnutých (ďalej len „SZSP“).

Podľa zmluvy medzi Združením zväzov zdravotne postihnutých a týmito organizáciami mala kompetencie súvisiace

s dokončením rekonštrukcie stavby a odkúpenia budovy od pôvodného vlastníka, TOS Trenčín, riešiť správna rada Edukačno-rekondičného centra zdravotne postihnutých, zložená zo zástupcov ich miestnych združení.

V novembri 1994 založili ZDS, ZPMP, SZTP a SZSP Asociáciu zväzov zdravotne postihnutých, ako združenie právnických osôb, ktorej cieľom bolo vybudovať a sprevádzkovať Edukačno-rehabilitačné centrum zdravotne postihnutých na Bezručovej ulici 1012 v Trenčíne (ďalej len „ERC ZP“). V decembri 1994 bola podpísaná kúpna zmluva medzi predávajúcim TOS, a. s., Trenčín a kupujúcimi ZDS, ZPMP, SZTP a SZSP so splátkovým kalendárom v piatich splátkach do septembra 1996. To bola vec. Po stretávaní sa po parkoch a cukrárnach sme mali vlastnú budovu. Teda nie celú, iba z jednej štvrtiny, ale naozajstnú, s múrmi a so strechou. Vyzeralo to úžasne. K prevádzkovaní nehnuteľnosti sme však boli stále iba na polceste.

V roku 1995 získalo miestne ZPMP právnu subjektivitu. V tomto roku bola vypracovaná aj dohoda medzi Asociáciou zväzov zdravotne postihnutých a Nemocnicou s poliklinikou v Trenčíne o užívaní priestorov ERC ZP na prevádzkovanie fyziatricko-rehabilitačného oddelenia.

V decembri 1996 Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR poskytlo občianskym združeniam ZDS, ZPMP, SZTP a SZSP prostredníctvom ich ústredných orgánov v Bratislave dotáciu zo štátneho rozpočtu na odkúpenie ich častí v ERC ZP od TOS, a. s., Trenčín. Zmluva o poskytnutí dotácie obsahovala podmienky: neprevoditeľnosť vlastníckeho

práva k ERC ZP na iné osoby s výnimkou spoluvlastníkov, nepoužiteľnosť budovy ERC ZP ako vkladu do obchodných spoločností a iných podnikateľských zmlúv a iné podmienky, ktoré neboli v súlade s dohodou s Nemocnicou s poliklinikou v Trenčíne.

Keďže rekonštrukčné práce na nehnuteľnosti nepokračovali podľa harmonogramu, v Asociácii zväzov zdravotne postihnutých začali panovať nezhody. Navyše, ústredné bratislavské orgány mali na sprevádzkovanie nehnuteľnosti trocha iné predstavy ako ich miestne organizácie. A keď v roku 1998 z veľkej časti nahradili miestnych zástupcov vlastníkov ERC ZP noví aktivisti, nezaťažení minulosťou, začali pracovať na návrhu vzniku nového občianskeho združenia.

V máji 1999 zástupcovia troch miestnych organizácií – Združenia na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Trenčíne, Slovenského zväzu telesne postihnutých v Trenčíne a Slovenského zväzu sluchovo postihnutých v Trenčíne po podpísaní zmluvy o súčinnosti požiadali Ministerstvo vnútra SR o zápis do registra občianskych združení. V júni 1999 bola registrácia novej Asociácie zväzov zdravotne postihnutých v Trenčíne (ďalej len „AZPP v Trenčíne“), vykonaná a jej zástupcovia vypracovali projekt prevádzkovania ERC ZP Poradnému zboru asociácie Spolupracujúce holandské nadácie pre strednú a východnú Európu.

Celý proces od prvotného projektu, cez vyjasnenie vlastníckych vzťahov, odkúpenie budovy, rozdelenia pavilónov medzi jednotlivých vlastníkov a neochotu ku kompromisom až po založenie občianskeho združenia AZPP v Trenčíne v roku 1999 je natoľko zložitý, že ho nie je možné v krátkosti presne opísať. Dúfam, že sa mi to vymenovaním uvedených faktov sčasti podarilo. Dosť podstatným faktom bolo, že do iniciatívy sprevádzkovať ERC ZP sa zapojili dobrovoľní aktivisti, ktorí si uvedomili, že len tvrdou prácou a nie „plačom nad rozliatym mliekom“ sa im podarí sprofesionalizovať svoju prácu, uviesť ERC ZP do prevádzky a riešiť potreby ľudí so zdravotným znevýhodnením.

Na základe Darovacej zmluvy z novembra 2014 sa uskutočnil bezplatný prevod spoluvlastníckeho práva Združenia na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v SR k nehnuteľnosti vo veľkosti spoluvlastníckeho podielu ideálnej štvrtiny z celku nehnuteľnosti ERC ZP v prospech Združenia na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Trenčíne.

SÚČASNOSŤ ZDRUŽENIA

AZPP v Trenčíne už dvadsiaty rok pokračuje v plnení svojho základného poslania a cieľa.

Plnenie poslania sa uskutočňuje prostredníctvom činností v oblastiach:

- sociálne služby
- relaxačno-rehabilitačné a športové aktivity
- kultúrno-spoločenské a vzdelávacie aktivity.

Cieľom je zabezpečenie starostlivosti predovšetkým o občanov s akýmkoľvek zdravotným postihnutím a o ich rodinných príslušníkov, ale i poskytovanie týchto činností ostatnej širokej verejnosti, pomáhať občanom so zdravotným postihnutím aj iným vhodným spôsobom, pokiaľ na to prostriedky AZPP v Trenčíne stačia.

Okrem úzkej spolupráce s Trenčianskym samosprávnym krajom spolupracujeme s mestom Trenčín, Úradom práce, sociálnych vecí a rodiny Trenčín, Ministerstvom práce, sociálnych vecí a rodiny SR, Slovenskou sporiteľňou Trenčín, Všeobecnou zdravotnou poisťovňou Trenčín a cezhraničným partnerom Vzdelávacím a komunitným centrom Integra Vsetín, o. p. s.

SOCIÁLNE SLUŽBY

Práve v novembri 2019 sme oslávili osemnásť rokov od začiatku poskytovania sociálnych služieb v Domove sociálnych služieb (ďalej len „DSS“) pre ľudí s mentálnym a kombinovaným zdravotným postihnutím.

DSS funguje ako zariadenie sociálnych služieb s ambulatnou formou starostlivosti. V evidencii máme 27 prijímateľov sociálnej služby (ďalej len „PSS“). Z tohto počtu je 15 PSS na plný úväzok (päť dní v týždni), 11 PSS je na dva až tri dni a 1 klientka navštevuje DSS občas.

Cieľom poskytovanej sociálnej služby je adaptácia jednotlivca na spoločenské prostredie, vytváranie bežných životných situácií spojených s pracovnou a výchovnou činnosťou, posilňovanie zdravého sebavedomia u PSS a súčasne adekvátne sebahodnotenie.

Prevádzka v DSS je v pracovných dňoch od 6.30 do 15.30, v prípade potreby i dlhšie. PSS poskytujeme stravovanie, zaopatrenie, rehabilitáciu, podporu pracovných zručností, záujmovú činnosť a základné sociálne poradenstvo. Ku každému PSS sa pristupuje individuálne, podľa jeho zdravotného postihnutia, dennej dispozície a záujmu. Plán týždennej/dennej činnosti je zostavovaný na základe vypracovaného

tematického/rámcového plánu, podľa jednotlivých oblastí: výchovná, vzdelávacia, pracovná, osobnostná a záujmová. V spisovej agende PSS vedieme príslušnú dokumentáciu. Každý PSS má vypracovaný individuálny plán, ktorý je aktuálne doplňovaný a dvakrát ročne vyhodnocovaný. Všetci PSS v DSS, na ktorých je poskytovaný finančný príspevok z Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny SR a Trenčianskeho samosprávneho kraja majú vydané rozhodnutie o odkázanosti fyzickej osoby na pomoc inej fyzickej osoby pri úkonoch sebaobsluhy v zmysle § 76 zákona č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách a o zmene a doplnení zákona č. 455/1991 Zb. o živnostenskom podnikaní v znení neskorších predpisov. 26 klientov je zaradených do 6. stupňa odkázanosti a 1 klient má 5. stupeň odkázanosti. Spolupracujeme a udržiavame priateľské kontakty aj s inými špeciálnymi zariadeniami v meste Trenčín a jeho okolí – DSS Adamovské Kochanovce, ŠZŠI V. Predmerského Trenčín, SŠI Trenčianska Teplá, Centrum sociálnych služieb – Juh, Trenčín. V priamej práci s PSS pracujú na plný úväzok tri zamestnankyne s vysokoškolským vzdelaním druhého stupňa so zameraním na sociálnu pedagogiku a sociálnu prácu. Zaradené sú ako sociálni terapeuti a sociálny pracovník v zariadení sociálnych služieb. Opatrovateľský a ošetrovací proces v DSS vykonáva zdravotná asistentka.

RELAXAČNO-REHABILITAČNÉ AKTIVITY

Rehabilitačný pavilón slúži nielen klientom DSS a občanom s ťažkým zdravotným postihnutím ale i ostatnej verejnosti. Z ponuky procedúr si možno vybrať klasickú a reflexnú masáž, reflexnú masáž chodidiel, masáž lávovými kameňmi, podvodnú masáž a hydromasážny kúpeľ, rašelinový zábal, fínsku saunu, infrakabínu a BIOPTRON – terapiu svetlom. AZZP v Trenčíne dlhodobo zamestnáva občanov s ťažkým zdravotným postihnutím a udržiava si štatút chránenej dielne v zmysle zákona č. 5/2004 Z. z. o službách zamestnanosti a o zmene a doplnení niektorých zákonov. Na stredisku chránenej dielne bolo 7 zamestnancov, z toho 5 s ťažkým zdravotným postihnutím. Viac o činnosti AZZP v Trenčíne je možné nájsť na webovej stránke www.azzptrencin.sk. Prevádzkovanie ERC ZP je nosnou činnosťou Združenia na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Trenčíne. Predsedom predstavenstva a štatutárnym zástupcom AZZP v Trenčíne od jej vzniku (jún 1999) po súčasnosť je s krátkou prestávkou predseda Združenia na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Trenčíne.

Členská základňa Združenia na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Trenčíne má aktuálne 93 členov. Z toho je 47 členov s mentálnym postihnutím a 46 členov sú rodičia a sympatizanti. Časť členov s mentálnym postihnutím sú klienti v DSS. Ostatní členovia sa podľa vlastného uváženia zúčastňujú na klubových neformálnych stretnutiach, odborných prednáškach a voľnočasových aktivitách. Medzi najobľúbenejšie aktivity patrí tradičné Mikulášske popoludnie – posedenie pri jedličke s kultúrnym programom a diskotékou, na ktorej sa pravidelne zúčastňuje takmer celá členská základňa.

Medzi vydarené voľnočasové akcie patria jednodňové prázdninové výlety. Za niekoľko rokov ich organizovania sme navštívili veľa miest nielen na Slovensku, ale i v Česku, Maďarsku a Rakúsku. Tieto výlety sú najčastejšie spojené s návštevou ZOO, hradov a zámkov, prípadne splavovaním rieky Váh či Hron.

V nedávnej minulosti sme počas prázdnin organizovali aj viacdňové pobyty na termálnych kúpaliskách v Štúrove, v Podhájskej a vo Vrbove.

V júni v rámci MDD býva zvykom usporadúvať v areáli ERC ZP spoločnú opekačku, ktorú v ostatných rokoch doplnilo organizovanie Dňa krivých zrkadiel. Túto akciu podporujeme buď vlastnou prezentáciou v našom meste alebo sa zapájame do bratislavského programu, organizovaného ZPMP v SR. V lete sa veľa našich členov zúčastňuje na rekondično-integračných pobytoch pre dospelých ľudí s mentálnym postihnutím, ktoré rovnako organizuje ZPMP v SR. Ďalšou dôležitou aktivitou časti členskej základne, fanúšikov hokeja, sú pravidelné stretnutia v priestoroch Zimného štadióna Pavla Demitru v Trenčíne na domácich zápasoch HK Dukla Trenčín.

Činnosť Združenia na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Trenčíne sa od svojho vzniku po dnešok veľmi posunula, najmä v poskytovaní sociálnych služieb v DSS. Rovnako sa posunula a zmenila celá naša spoločnosť. Dnes mladé rodiny s narodeným dieťaťom s mentálnym postihnutím nemajú až takú potrebu a záujem registrovať sa v nejakých občianskych združeniach. Jednoducho si potrebné veci dohľadajú na internete. Napriek tomu si myslím, že organizácie ako je naša sú v každej civilizovanej spoločnosti potrebné a užitočné.

Ing. Dušan Fabian
predseda ZPMP v Trenčíne

Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Nových Zámkoch



(ďalej „Združenie“), bolo založené 25. septembra 1992 ako občianske združenie, na podnet rodičov a iných obetavých ľudí. Bolo pobočkou Združenia na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím so sídlom v Bratislave. V roku 1994 získalo právnu subjektivitu, a odvtedy vyvíja rôzne činnosti smerujúce k napĺňaniu svojho poslania, ktorým je skvalitňovať život ľudí so zdravotným znevýhodnením a vyvíjať činnosti smerujúce k ich plnohodnotnému začleneniu do spoločnosti. V roku 1999 sa stalo zriaďovateľom Domova sociálnych služieb (ďalej „DSS“) pre deti a dospelých, ktorý zabezpečuje záujmovú a výchovnú činnosť, sociálne poradenstvo, rôzne terapie, bazálnu stimuláciu, návštevy kultúrnych, spoločenských podujatí a výletov. Poskytuje sociálne služby ambulantnou formou deťom od 3. roku veku, pričom horná veková hranica nie je obmedzená.

Život človeka so zdravotným znevýhodnením prináša mnohé úskalia. Nám sa v roku 2011 podarilo zmeniť sídlo našej organizácie a zabezpečiť komfort a kvalitu našim súčasným i budúcim členom. Spolu s neziskovými organizáciami, Súkromnou spojenou školou s organizačnými zložkami Súkromná špeciálna základná škola, Základná škola pre žiakov s autizmom a Súkromným centrom špeciálnopedagogického poradenstva sme vytvorili Regionálne edukačno-sociálne centrum (ďalej RESC). Centrum má ľuďom s mentálnym, kombinovaným postihnutím a autizmom priniesť komplexné služby od diagnostiky, cez vzdelávanie po sociálne služby v Domove sociálnych služieb... všetko pod jednou strechou... Významný krok spojenia rezortov a organizácií pozitívne ovplyvnil viaceré ľudské osudy a potešil nejedného rodiča, ktorý sa dostal do neľahkej situácie.

V rámci regiónu Nové Zámky tak prispievame k systému starostlivosti o ľudí so zdravotným znevýhodnením. Umožňujeme svojim členom vzdelávať sa primeraným spôsobom, dospelým zmysluplne žiť a pracovať v podmienkach rešpektujúcich ich potreby, pomáhamo zabezpečiť plnohodnotný život ich rodinám. Našou víziou je spoločnosť, v ktorej ľudia s ťažkým zdravotným postihnutím budú súčasťou nielen Združenia, ale i našich životov, kde im ponúkne kvalitné a rôznorodé služby vychádzajúce z ich zdravotného stavu, schopností a momentálneho cítenia.

Združenie zabezpečuje komplexnú a dlhodobú starostlivosť, rozvíja a skvalitňuje sociálne služby v meste Nové Zámky a prispieva k vytváraniu tolerantnejšej spoločnosti. DSS je prevádzkovaný v priestoroch dvojpodlažnej budovy, ktorá je majetkom mesta Nové Zámky. K budove prislúcha aj veľký vonkajší areál. Súčasťou DSS je aj Pracovisko pracovnej terapie, ktoré prevádzkujeme v priestoroch františkánskeho kláštora v Nových Zámkoch.

V Združení realizujeme rôzne druhy terapií: arteterapiu, muzikoterapiu, canisterapiu, hipoterapiu, hydroterapiu, biblioterapiu, ergoterapiu, bazálnu stimuláciu a veľmi obľúbenú terapiu v multisenzorickej miestnosti Snoezelen. Snoezelen je multifunkčná metóda, ktorá sa realizuje v obzvlášť príjemnom a upravenom prostredí pomocou svetelných a zvukových prvkov, vôní a hudby, pričom jej cieľom je vyvolanie zmyslových pocitov. Naším členom poskytujeme masérské služby. Okrem činností poskytovaných, zabezpečovaných a tých, na ktoré DSS utvára podmienky v zmysle zákona o sociálnych službách, sú prijímateľom sociálnych služieb zabezpečované a vytvárané podmienky na činnosti zvyšujúce kvalitu poskytovaných služieb, tzv. nadštandardné služby – saunovanie, vírivá vaňa, duchovná opora. Disponujeme nielen cvičnou kuchynkou, ale aj práčovňou so sušiarňou. Máme k dispozícii malú telocvičňu, relaxačnú a rehabilitačnú miestnosť, malú posilňovňu. Zriadili sme knižnicu, ktorú postupne dopĺňame. Pre žiakov a prijímateľov sociálnej služby sú zakúpené počítače s dotykovými obrazovkami a špeciálnym príslušenstvom a k nim edukačné počítačové programy, ktoré v značnej miere ovplyvňujú kvalitu výchovno-vzdelávacieho procesu. Máme k dispozícii veľký zatravnovaný dvor s detským ihriskom a v letnom období aj s bazénom a trampolínou. V našom zariadení poskytujeme sociálne služby deťom a dospelým aj s poruchou autistického spektra. Pracujeme metódou TEACCH a tomu je prispôbený aj interiér, ktorý obsahuje rôzne didaktické pomôcky. Pri práci používame IPAD a interaktívne tabule.

V rámci Združenia na pracovisku pracovnej terapie sa prostredníctvom ergoterapeutických činností realizujú dospelí prijímatelia sociálnych služieb. Záleží nám na získavaní



pracovných zručností mladých ľudí so zdravotným znevýhodnením. Aj vďaka PPT podporujeme ich začlenenie sa na trhu práce. Veríme, že sa nám podarí neustále vytvárať nové atraktívne a žiaduce produkty, o ktoré bude na trhu záujem, čím vzrastie pocit potreby a užitočnosti ľudí so zdravotným znevýhodnením. Základnými cieľmi terapeutického postupu sú zlepšenie správania sa, aktivizovanie prijímateľa sociálnych služieb, odbúranie prebytočnej energie, vytváranie bežných životných situácií spojených s pracovnou činnosťou, zvýšenie sebavedomia a sebahodnotenia. V našom zariadení sa ergoterapia vykonáva prácou s hlinou, prácou na hrnčiarskom kruhu, tkacom stroji, šitím, výrobou výrobkov s ľudovou tematikou, prírodnou tematikou, patchworkom, starostlivosťou o záhradu, areál zariadenia aj bylinkárku. Združenie aktívne využíva programy zamerané na získavanie pracovných návykov uchádzačov o zamestnanie z Úradu práce, sociálnych vecí a rodiny. Štyria pracovníci pracujú ako zamestnanci chráneného pracoviska. Združenie umožňuje vykonávanie praxe študentom stredných a vysokých škôl po dohovore s vedením zariadenia.

Pokladáme za nevyhnutnosť potrebu neustálej otvorenosti voči externému prostrediu, čím sa podporí prienik informácií do širšej spoločnosti. Neustálym zapájaním sa do spoločenského života v rámci regiónu prispievame

k zvýšeniu povedomia spoločnosti o právach a potrebách ľudí so zdravotným znevýhodnením, ale i deťom a mladým ľuďom s postihnutím to napomôže k začleneniu sa do spoločnosti a búraniu bariér. Navštevujeme spoločenské, kultúrne, športové podujatia nielen v meste Nové Zámky ale aj v širšom okolí. Zo Združenia sa pravidelne chodievame s deťmi a mládežou korčuľovať, hráme tenis, navštevujeme fitness centrum, plaváreň, cvičíme jogu, zúčastnili sme sa na súťaži vo varení guláša. Každoročne organizujeme 4-dňový výlet do prírody, ktorý spoločne so zamestnancami absolvujú aj deti a mládež. Sme hrdí na to, že sa nám v roku 2018 podarilo vybudovať vlastnú kuchyňu, vďaka ktorej máme možnosť si všetci vychutnávať zdravú stravu. V uplynulých dňoch sa 24. októbra prvýkrát konal v našom Združení Deň otvorených dverí. Bol to neobyčajný deň plný zážitkov nielen pre nás, ale aj pre širokú laickú aj odbornú verejnosť, pre všetkých, ktorí nás poctili svojou návštevou a prejavili záujem bližšie sa s nami zoznámiť.

Byť súčasťou celej spoločnosti je veľmi dôležitý prvok pre každého človeka. Aj preto je cieľom Združenia poskytovanie kvalitných služieb a vytváranie podmienok pre dôstojný a spokojný život všetkých našich členov.

Mgr. Aníta Nagyová

Naše Centrum Frézia

Denné Centrum Frézia Partizánske, n. o., naše zariadenie, ktoré existuje už takmer 15 rokov, sústreďuje svoju činnosť prevažne v rámci regiónu Partizánske a Horná Nitra. Prostredníctvom svojej činnosti, poskytovaných služieb, aktivít, či terapií pomáha deťom a v aktuálnom období prevažne dospelým ľuďom s mentálnym, viacnásobným zdravotným postihnutím, či autizmom žiť v čo najväčšej miere individuálny plnohodnotný život, v súlade s očakávaniami a možnosťami súčasnosti. Svoju činnosť orientuje prevažne na sociovýchove a sociostimulačné pôsobenie, na voľnočasové aktivity a najmä cielenú a pravidelnú podpornú, či terapeutickú činnosť.



Cieľom aktivít zariadenia je vytvárať priestor pre najširšie možné spektrum pozitívne pôsobiacich vplyvov na klienta s mentálnym postihnutím – reflektujúc individuálnu potrebu človeka, jeho schopnosti, očakávania, či ciele v maximálnych intenciách zdravotného znevýhodnenia každého konkrétneho človeka.

Snahou zariadenia je komplexná podpora telesného, sociálneho a duševného rastu v maximálnych intenciách reálneho postihnutia, prostredníctvom celkového podporovaného rozvoja osobnosti, stimulácie zvyšovania miery samostatnosti, upevňovania a rozvoja sebaobslužných a hygienických návykov, stravovacích a stolovacích návykov, či produktívneho začlenenia sa do života spoločnosti. Súčasťou je i poskytovanie podpory a pomoci pri zabezpečovaní nevyhnutných životných úkonov pri nepriaznivom zdravotnom stave klienta.

Našou snahou je i záujmová a výchovno-vzdelávacia činnosť, kultúrna a rekreačno-rehabilitačná činnosť, voľnočasové aktivity v rámci miery adaptability klienta, podpora a tréning pri udržiavaní úrovne dosiahnutých zručností a schopností základného trivía (čítanie, písanie, počítanie), ktoré môže klient efektívnejšie využívať vo svojom živote. Je pre nás dôležitý rozvoj individuálnych, ako aj spoločných skupinových záujmov. Podpora koníčkov a všeobecnorozhodovej komplexnej percepcie sveta v intenciách možností konkrétneho zdravotného znevýhodnenia každého nášho klienta.

Sústreďujeme sa i na podporu a najmä maximálny možný rozvoj jemnej a hrubej motoriky. Rozvoj fyzickej kondície a osobnostného individuálneho, či komunitného skupinového potenciálu. Návčik aktívnej a účinnej sociálnej komunikácie a osvojenie si primárnych i sekundárnych sociálnych zručností. Naším veľmi dôležitým cieľom je i podpora pozitívneho emocionálneho ladenia. Aktivity zariadenia sú nepriamo zamerané aj na maximálnu možnú mieru eliminovania vplyvov a nepríjemných patologických účinkov sociálnej izolácie na život klienta.

Cieľom je stabilizácia a následný rozvoj daností, nových zručností a schopností. Podpora a rozvoj komplexného ľudského potenciálu a životného sebauplatnenia individua. Uplatňované postupy a terapie sú selektované a reflektujú v čase na

aktuálnu potrebu klienta respektíve skupiny klientov. Naše aktivity sa sústreďujú na sociálnu rehabilitáciu, ako aj podporu telesného a duševného rozvoja, prostredníctvom cielených činností a vhodných terapií. Individuálny a sociálny skupinový rozvoj sa orientuje prevažne na návčik sebaobsluhy, samostatnosti a sociálnej gramotnosti každého jedného klienta, podporu myšlienok sebaobhajoby, návčik účinnej formy sociálnej komunikácie, podpornú sexuálnu výchovu pre ľudí s mentálnym postihnutím, návčik, upevňovanie a najmä možný rozvoj trivía a rozvoj všeobecnorozhodových vedomostí, či zvládanie základnej finančnej gramotnosti, kde volíme andragogický, či pedagogický prístup podľa preferencie klienta.

Trénujeme spolu používanie mobilného telefónu, prácu s počítačom, či s internetom. K ďalším aktivitám patrí i návčik geografickej orientácie, či návčik cudzieho jazyka – u nás aktuálne je to angličtina. K našim zvykom patria i komunitné sedenia. Nezabúdame ani na cvičenie. Napríklad na fitloptách, box, posilňovacie, individuálne aj skupinové kondičné a relaxačné cvičenie, masáže a celkovú rehabilitáciu. Naši klienti sa radi zúčastňujú aj na spoločných výletoch, kultúrnych podujatiach, bowlingu, turistických vychádzkach do prírody. Tí zdatnejší vyhľadávajú i spoločné pešie túry, ale aj výlety na bicykloch. Zapájame sa do aktivít v rámci regiónu. Snažíme sa rozvíjať ekologické cítenie a podporovať myšlienky ochrany životného prostredia. Súčasťou našej činnosti je i hydroterapia, muzikoterapia, dramaterapia, či terapie so zvieratkami v rámci našich aktivít.

Dôležitou je pre nás i psychosociálna motivácia. Neodmysliteľnou pre nás a našich klientov je i arteterapia, záhradná terapia, hrnčiarsstvo, či aktivity spojené s prvkami pracovnej terapie – košíkovanie, ručné práce, práca s voskom, mydlovou hmotou, či ďalšími materiálmi.

U nás v centre, alebo ako hovoria naši klienti, „vo Frézii“, sa snažíme o to, aby sa každý jednotlivý klient, či už je to dospelý človek, či zatiaľ nedospelý človeček naučil byť sám sebou, zapojil sa do života a snažil sa svoj život prežiť čo najviac dôstojne, zmysluplne, aktívne, aby mu do života pribudlo čo najviac tých žiarivých a šťastných dní.

Mgr. Michaela Krošláková

Ako spolu tvoríme bariéry búrame

Ľudia s mentálnym postihnutím patria medzi najzraniteľnejšie a najstigmatizovanejšie skupiny. V porovnaní s inými ľuďmi častejšie trpia sociálnym vylúčením, je menej pravdepodobné, že sa im podarí zamestnať sa, a že budú žiť samostatne. Aj kvôli týmto faktom je také dôležité vytvárať čo najviac príležitostí, prostredníctvom ktorých sa môžu zapájať do komunity, aby sa aj oni mohli cítiť jej rovnocennými a rešpektovanými členmi.

Už je to päť rokov, čo naše Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Komárne dostalo ponuku na spoluprácu od Regionálneho osvetového strediska. Regionálne osvetové stredisko svojou činnosťou podporuje rozvoj kultúrnych, osvetových a umeleckých aktivít a pri plnení svojich úloh spolupracuje s ďalšími kultúrnymi inštitúciami, inštitúciami verejnej správy, samosprávami, tretím sektorom, i širokou verejnosťou.

Myšlienka spoločného projektu nás veľmi nadchla, pustili sme sa teda do realizácie nápadov. Ako prvý vznikol v roku 2015 projekt Kreatívne bez bariér, s finančným príspevom Mesta Komárno. Cieľom tohto projektu bolo prostredníctvom umeleckých tvorivých dielní spojiť verejnosť s obyvateľmi Domova sociálnych služieb, a tiež vzájomná výmena skúseností, zručností v oblasti ľudových remesiel aj aktuálnych trendov v hobby – kreatívnej tvorbe. Tento rok sme oslávili prvú päťročnicu, symbolicky piatimi tvorivými dielničkami. Počas týchto rokov sme sa venovali nasledujúcim tematikám: výroba keramiky, batika na textil, falošná modrotlač, vypaľovanie do dreva, makramé, pedig, plstenie, pletenie z papiera, maľovanie na hodváb, maľovanie na sklo, výroba šperkov zo živice, korálikovanie, smaltovanie, fimo, scrapbooking, fotografia a kamera.

Po úspešnom projekte Kreatívne bez bariér a kladnej odozve verejnosti, pre nás Regionálne osvetové stredisko pripravilo v roku 2016 ďalší projekt s názvom Týždeň kultúry – Na ceste s nami..., ktorý finančne podporilo Ministerstvo kultúry SR. Od toho roka sa realizovali oba projekty súbežne, boli určené tvorivej verejnosti bez vekového obmedzenia a samozrejme obyvateľom nášho domova. Počas kultúrnych týždňov sme im spoločne ponúkli zmysluplné a tvorivé využitie času. Všetky aktivity prebiehali pod vedením odborných lektorov so zameraním na výtvarníctvo, fotografiu, divadelníctvo,

tanec a filmovú tvorbu a rôzne workshopy. Čerešničkou na torte boli zakaždým jedinečné kultúrne programy: dvojjazyčné divadelné predstavenie – rozprávka Ako si Jano po princeznu šiel z režisérkej stoličky riaditeľa Matice slovenskej v Komárne Jožka Černeka; tanečné vystúpenie pod vedením úžasného Jara Bekra a minulý rok výnimočný tieňový tanec pod vedením choreografky Andy Hodekovej a študentkami z Univerzity Selyeho v Komárne.

V čase písania tohto článku sa pomaly blížim k záveru 4. ročníka projektu Týždeň kultúry – Na ceste s nami... Náš tvorivý týždeň sa začal v pondelok 11. novembra, keď sme chytili do rúk voňavú mydlovú hmotu a odliali sme nádherné snehové vločky. Utorok sa niesol v duchu špinavých rúk a hlíny. Tento deň si pod patronát zobral lektor Pali Sedliak, ktorý mladých učil techniku práce na hrnčiarskom kruhu. Vznikli krásne úžitkové a dekoračné predmety. V stredu sme pracovali s pedigom a vyrobili sme šikovné držiaky na servítky. Vo štvrtok sme dali priestor práci s kamerou. Pod pozorným okom režiséra Stana Kráľika vznikol krátky film, v ktorom herci, klienti nášho zariadenia, stvárnil hrdinov zo svojich obľúbených filmov, rozprávok a seriálov. Bolo však potrebné urobiť posledné úpravy zvuku a zostrihať niektoré zábery. Vznikol malý, unikátny poklad. Z hotových diel a fotografií bude 15. 11. 2019 slávnostne otvorená výstava v Dome Matice slovenskej v Komárne. Premietanie filmu a emotívne tanečné vystúpenie, za ktoré opäť vďačíme choreografke Andy Hodekovej, budú vyvrcholením krásneho týždňa. Malým koncertom podporí naše podujatie aj Robo Opatovský, ktorý svojím spoločným vystúpením s klientmi zo Združenia na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím nádherné akciu spestrí a zároveň uzavrie večer.

Viacročná spolupráca s Regionálnym osvetovým strediskom Komárno a jedinečné projekty Kreatívne bez bariér a Týždeň kultúry – Na ceste s nami..., podporujú pozitívny aktivizmus, dobré nápady, tvorivý potenciál prijímateľov sociálnych služieb. Prispievajú aj k odstraňovaniu sociálnych a medzigeneračných bariér a vytvárajú priestor na tvorbu komunitných partnerstiev, bližšieho spoznávania našich národných tradícií a ďalšej možnosti integrácie zdravotne znevýhodnených ľudí. Sme veľmi šťastní a vďační za dlhoročnú spoluprácu, ktorá sa stala už tradíciou.

Mgr. Iveta Šoókiiová, ZPMP Komárno



Orbis Civitates

V Novej Cvernovke v Bratislave sa 17. – 18. októbra 2019 konala konferencia Orbis Civitates. Nadviazala na tradíciu stupavských konferencií, ktoré zásadným spôsobom formovali dianie v mimovládnom sektore.

Úvodný prejav predniesol riaditeľ Nadácie otvorenej spoločnosti Ján Orlovský. Následne sa prítomným účastníkom prihovorila prezidentka Slovenskej republiky Zuzana Čaputová, ktorá vo svojom prejave zdôrazňovala význam občianskej spoločnosti na Slovensku a jej zásluhy na posilňovaní občianskych slobôd a hodnôt občianskej slobody. V reflexii na svoje skúsenosti zo zahraničných ciest poznamenala, že práve vyzretosť občianskej spoločnosti na Slovensku je hodnotená ako vzácnosť aj v očiach našich medzinárodných partnerov.

Na záver sa prítomným prihovorila ministerka vnútra Slovenskej republiky Denisa Saková. Ocenila prínos občianskej spoločnosti na Slovensku a prítomným vyjadrila podporu v ich ďalšom prínose pre Slovensko.

VYHLÁSENIE Z CELOŠTÁTNEJ KONFERENCIE OBČIANSKÝCH ORGANIZÁCIÍ – ORBIS CIVITATES

Za uplynulých 30 rokov sme na Slovensku prekonali cestu z totalitného systému do demokracie, úspešne vedieme zápas o demokratický charakter štátu, stali sme sa rešpektovanou európskou krajinou, hospodársky a občiansky sme rástli. V týchto zmenách zohral svoju významnú úlohu aj občiansky sektor – vďaka svojej rozmanitosti a angažovanosti aktívnych občanov. Tisíciky organizácií spolu s desiatkami tisícok dobrovoľníkov pomohli státisícim ľuďom na Slovensku zlepšiť kvalitu ich života. Na základe týchto skúseností veríme v silu dialógu.



Po rokoch rozvoja zažívame éru neistoty, kde sa mieša veľká nádej s veľkou frustráciou. Žijeme v zranenej krajine s ľuďmi odsunutými na okraj spoločnosti. Zažívame vážne problémy vo vzťahoch medzi verejnosťou, štátom a občianskymi organizáciami. Niektorí spochybňujú legitimitu štátnej moci a mimovládnych organizácií. V dôsledku klientelistických praktík a porušovania princípov právneho štátu klesá dôvera občanov v demokratické inštitúcie. Zároveň sme konfrontovaní s globálnymi výzvami. Klimatická kríza predstavuje existenčné ohrozenie našej civilizácie a priamu hrozbu pre životné šance našich detí. Technologický pokrok vytvára nové príležitosti pre riešenia, ale zároveň otvára aj nové Pandorine skrinky. Slovensko bude lepšie pripravené čeliť súčasným aj novým globálnym výzvam, keď bude mať rozvinutú, súdržnú a zároveň navzájom prepojenú občiansku spoločnosť.

Aby sme tomu pomohli, identifikovali sme v štyroch oblastiach princípy a priority, ktoré sa týkajú vylepšení prostredia pre občiansku spoločnosť. Potrebujeme nielen dobré pravidlá, zákony či postupy, ale predovšetkým dobrú vôľu aktérov na ich dôsledné uplatňovanie. Vychádzajúc z Ústavy SR, ktorá hovorí, že moc pochádza od občanov, žiadame od správcov a správkyň vecí verejných, aby prehľbovali spoluprácu s občianskym sektorom a približovali verejnú správu občanom a občiankam.

PARTNERSTVO

- Zachovať a zlepšovať možnosti účasti verejnosti na rozhodovaní.
- Nachádzať a využívať postupy na praktické uplatnenie občianskych práv.
- Posilniť pozíciu Rady vlády SR pre mimovládne neziskové organizácie ako poradného orgánu vlády SR.
- Rozšíriť kapacitu Úradu splnomocnenca vlády SR pre rozvoj občianskej spoločnosti ako úradu verejnej správy, ktorý sa odborne venuje občianskej spoločnosti vrátane mimovládnych neziskových organizácií.
- Partnerstvo medzi verejným a občianskym sektorom presadzovať aj na úrovni rezortov a samosprávy.

LEGISLATÍVA

- Zachovať súčasnú legislatívu upravujúcu vznik, fungovanie a zánik mimovládnych organizácií.

- Akékoľvek ďalšie zmeny v oblasti zakladania a fungovania mimovládnych organizácií prijímať v participatívnom procese za účasti ich relevantných zástupcov a v diskusií s nimi.
- Novoprijaté zákony posudzovať aj z hľadiska dopadov na občiansku spoločnosť.

DOBROVOLNÍCTVO

- Aktualizovať legislatívu v oblasti dobrovoľníctva na základe potrieb praxe tak, aby boli v jednotlivých právnych predpisoch zachované základné princípy dobrovoľníctva. Dobrovoľníctvo chápeme ako činnosť vykonávanú
- vo voľnom čase bez nároku na finančnú odmenu, na základe slobodného rozhodnutia a v prospech iných osôb alebo pre verejný prospech).
- Vytvoriť a implementovať mechanizmus priamej štátnej podpory dlhodobých dobrovoľníckych programov v rôznych oblastiach.

FINANCOVANIE

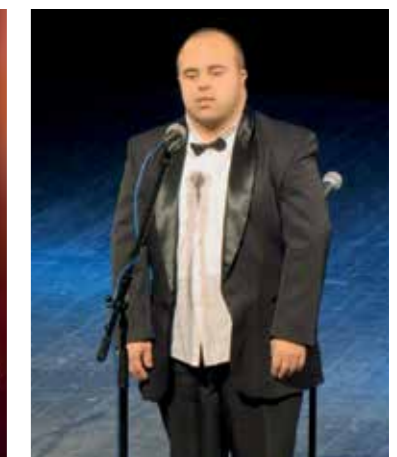
- Zachovať mechanizmus asignácie podielu dane z príjmu fyzických aj právnických osôb v súčasnej podobe.
- Vyhodnotiť a prípadne posilniť mechanizmus charitatívnej reklamy.
- Podporiť rozbehnutie charitatívnej lotérie.
- Zmeniť rozpočtové pravidlá verejnej správy tak, aby umožňovali viacročné financovanie mimovládnych neziskových organizácií.
- Na základe princípov EHP fondov (verejné prostriedky prerozdeľuje rešpektovaná nezávislá MNO alebo konzorcium MNO), vytvoriť nový mechanizmus nadrezortnej finančnej podpory pre mimovládne neziskové organizácie z verejných zdrojov.
- Zrovnoprávniť verejných a neverejných poskytovateľov verejnoprospešných služieb.
- Prispôbiť pravidlá pre poskytovanie financií z európskych štrukturálnych a investičných fondov tak, aby sa zvýšili možnosti financovania aktivít občianskej spoločnosti.
- Akékoľvek zmeny v oblasti financovania mimovládnych organizácií prijímať v participatívnom procese za účasti ich relevantných zástupcov a v diskusií s nimi.

**Bratislava, Nová Cezernovka,
18. októbra 2019**

ZPMP Dunajská Streda



farby života





farby života



ZPMP Trenčín



farby života



ZPMP Nové Zámky





ZPMP Partizánske

farby života



ZPMP Komárno





farby života



Celoslovenské stretnutie sebaobhajcov, ľudí s mentálnym postihnutím, s medzinárodnou účasťou



21



TK Danube





farby života



TK Danube



Ľudské práva

Celoslovenské stretnutie sebaobhajcov, ľudí s mentálnym postihnutím, s medzinárodnou účasťou

Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Slovenskej republike zorganizovalo 13. – 15. novembra 2019 celoslovenské stretnutie s účasťou partnerov z Českej republiky – sebaobhajcov a asistentov zo SPMP Česko. Na stretnutí sa ako hostia zúčastnili zástupcovia Ministerstva spravodlivosti Slovenskej republiky Mgr. Marián Filčík, riaditeľ Odboru ľudských práv, jeho kolegyňa Mgr. Katarína Biela a komisárka pre osoby so zdravotným postihnutím JUDr. Zuzana Stavrovská. Cieľom stretnutia bolo posilniť integráciu a schopnosti presadzovať ľudské práva samotnými ľuďmi s mentálnym postihnutím, podporiť tzv. opatrovnícku reformu a vymeniť si informácie a skúsenosti v rámci medzinárodnej spolupráce. Na stretnutí sa zišlo 54 sebaobhajcov s asistentmi a odborníkmi.

Prakticky na celom Slovensku čelia ľudia s mentálnym postihnutím viacerým problémom pri svojej snahe o plnohodnotný život. Musia zápasiť s obmedzenými šancami a možnosťami na vzdelanie či zamestnanie. Mnohí žijú za bránami veľkých celoročných zariadení, čo zvyšuje mieru ich segregácie. Byť akceptovanou súčasťou spoločnosti stojí ľudí s mentálnym postihnutím veľa síl, a preto sú radi, ak môžu zdieľať svoje problémy a potreby. Výmena skúseností znamená nové podnety a motiváciu k aktívnejšiemu prístupu k životu a presadzovaniu vlastných práv. Tohtoročné stretnutie reflektovalo potrebu nezávislého života, osobného rozhodovania i asistencie.

Mgr. Filčík vo svojom vystúpení informoval o vzniku pracovnej skupiny (2017) s cieľom pripraviť návrh vecného zámeru opatrovníctva dospelých a ochrany seniorov v SR. Vecný zámer má slúžiť ako základný hodnotový a myšlienkový dokument (materiál) vlády SR. Pracovná verzia je v súčasnosti stále v štádiu diskusií medzi odborníkmi a zaoberá sa ňou vedenie.

PhDr. Mišová upozornila na fakt, že v Národnom programe rozvoja životných podmienok osôb so zdravotným postihnutím si MS SR stanovilo rok 2018 ako termín na prípravu návrhu nového občianskeho zákonníka, ktorého súčasťou

bude nová koncepcia spôsobilosti na právne úkony a možnosti jej obmedzenia, ako aj inštitúty opatrovníctva a porúčnictva. Úloha nebola zatiaľ splnená.

Účastníci stretnutia, sebaobhajcovia i odborníci zdôraznili potrebu reformy. Veľmi jasne formulovali i potrebu podporovaného rozhodovania. Ocenili, že už nie je možné v plnom rozsahu pozbrať nikoho spôsobilosti na právne úkony, ale zároveň o to viac treba mať legislatívne ukotvené nové inštitúty ochrany so zachovaním ľudských práv.

JUDr. Stavrovská na stretnutí podrobnejšie informovala o práci pracovnej skupiny, i problémoch a úskaliach, ktoré musia vyriešiť. Deklarovala svoj postoj, v ktorom považuje za nevyhnutné zaviesť inštitút podporovaného rozhodovania, ako aj nový koncept zákonného zastúpenia.

Počas dvoch dní účastníci diskutovali o nezávislom živote, o potrebe osobnej asistencie. Prax na Slovensku je taká, že sa ľudia s mentálnym postihnutím stretávajú so zamietnutím žiadosti o príspevok na osobnú asistenciu, pričom často im je povedané, že dôvodom je ich mentálne postihnutie. Na Slovensku máme dosť príkladov dobrej praxe, keď osobná asistencia pomohla začleniť sa ľuďom s mentálnym postihnutím do spoločnosti, zamestnať sa, žiť aktívnym spoločenským životom. Za problém považujú i to, že prekážkou mať osobného asistenta je umiestnenie v pobytovom, celoročnom zariadení sociálnych služieb (DSS), pričom samotné zariadenia kapacitne nemôžu pokryť potreby prijímateľov sociálnych služieb, ak chcú žiť aktívnejší spoločenský život mimo zariadenia a potrebujú napr. sprievodcu.

V súvislosti s celoročnými zariadeniami sa veľmi živo diskutovalo o tom, že mnoho klientov, ktorí potrebujú vysokú mieru podpory vzhľadom na ťažké zdravotné postihnutie (viacnásobné kombinované postihnutia) je zatvorených za bránami zariadení, v izbách, bez možnosti integrácie a kvalitného života. Je to v rozpore s Dohovorom OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím. Jedným z nástrojov na pozitívnu zmenu je deinštitucionalizácia



zariadení sociálnych služieb, ktorá by mala ísť ruka v ruke so vznikom rôznych komunitných služieb a rozvojom služieb zamestnanosti. Účastníci konštatovali, že je potrebné posilniť zo strany štátu tie opatrenia, ktoré napomáhajú zamestnávaniu ľudí s mentálnym postihnutím. Zhodli sa na tom, že je potrebná oveľa širšia diskusia aj na úrovni obcí, ktoré by mali vytvárať podmienky v komunite pre všetky skupiny obyvateľov vrátane ľudí s mentálnym postihnutím. Účastníci konferencie sa zhodli na nasledujúcich záveroch:

Ľudia s mentálnym postihnutím žiadajú:

- **Vládu SR** o zabezpečenie implementácie Dohovoru OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím vo všetkých oblastiach života,
- o aktívnejší proces deinštitucionalizácie zariadení sociálnych služieb.
- Úrady **práce sociálnych vecí a rodiny**, aby podporovali nezávislý život ľudí s mentálnym postihnutím prostredníctvom osobnej asistencie.

Vyzývajú:

- **Ministerstvo spravodlivosti SR** k realizácii reformy opatrovníctva dospelých a ochrany seniorov v Slovenskej republike, k zavedeniu podporovaného rozhodovania do legislatívy,
- **Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR** k podpore opatrení smerujúcich k rozšíreniu možností na ich zamestnanie.

Z príspevkov a vystúpení sebaobhajcov, o ich potrebách, snoch, ale i živote, ako ho vidia oni:



O ROZHODOVANÍ

Napísať článok o rozhodovaní je pre mňa ťažké, aspoň tak, ako rozhodovať sa. Preto som zašla za mamou, aby mi vysvetlila a poradila ako na to. Rozprávali sme sa o tom, aké rozhodnutia robím a aby som si ich rozdelila do viacerých skupín.

Napríklad:

1. Úplne ľahké samostatné rozhodnutia. Napríklad: kedy budem pozeráť televízor, či budem lúštiť osemšmerovky, čo si dám na raňajky.
2. Ľahké rozhodnutia s dôsledkom. Napríklad: neplatenie nájomného, nechať tiecť prúdom vodu.
3. Rozhodnutia s poradením sa. Napríklad: výber oblečenia, kúpa darčeka, dopyt na cenu.
4. Rozhodnutia s podporou rodičov. Napríklad vo finančných záležitostiach, na úradoch.
5. Rozhodnutia s ohľadom na druhých. Napríklad: výber dovolenky, pomôcť rodičom, keď sú chorí, kam ísť na kultúrne podujatie.
6. Vážne rozhodnutia. Napríklad: kde budem bývať, kde budem pracovať, založiť si účet v banke.

Keď som si o tom pozrela tento zoznam, zistila som, že najčastejšie robím rozhodnutia v prvej a druhej skupine, do ktorých mi nikto nehovorí, v ktorých sa rozhodujem úplne samostatne. Najťažším každodenným rozhodnutím je pre mňa výber oblečenia.

Rozhodnutia v ďalších skupinách robím zriedkavejšie a vážnych rozhodnutí, s podporou rodičov, som urobila zatiaľ len niekoľko. Takým najdôležitejším bolo, za čo sa vyučím. Z ponúknutých možností som si vybrala knihovníctvo. Už som si založila aj účet v banke, a tiež som sa rozhodla, kde budem pracovať.

Urobila som viac vážnych rozhodnutí, s podporou rodičov, ktorí mi vysvetlili, a pomohli pri rozhodnutí, ale konečné rozhodnutie som urobila sama. V brožúre som sa dozvedela, že sa to volá **podporované rozhodovanie**. Zatiaľ sú mojimi podpornými osobami rodičia.

Viem, že im môžem veriť, ale musím porozmýšľať, kto ešte by mohol byť mojou podpornou osobou. Takou, ktorej by som mohla vo všetkom dôverovať. Aj keď je veľa vecí, o ktorých viem rozhodnúť sama, je tu ešte veľká skupina ďalších,

v ktorých potrebujem pomôcť. Rozhodovanie je vážna vec, vždy si ho treba rozmyslieť, lebo každé rozhodnutie má dôsledok.

Napríklad, napísať tento článok o rozhodovaní bolo úplne ľahké samostatné rozhodnutie, ale v skutočnosti napísať ho naozaj bolo podporované rozhodnutie, pretože som sa musela poradiť s mamou.

Martinka Hlavatá, sebaobhajkyňa



PODPOROVANÉ ROZHODOVANIE

Každý z nás musí vo svojom živote neustále robiť rôzne rozhodnutia. O koľkej ráno vstanem z postele? A vstanem z nej vôbec? Čo si dám na raňajky? Čo si oblečiem? Kam pôjdem? Čo budem robiť? Niektoré rozhodnutia sú malé, každodenné. A niektoré rozhodnutia sú naopak veľké. A robíme ich napríklad len raz za svoj život.

Mnoho ľudí robí všetky rozhodnutia samostatne. Aj tie malé, aj veľké. A nikto im v tom nebráni. No sú aj ľudia, za ktorých rozhodujú druhí. Napríklad rodičia, opatrovatelia, asistenti. A ani sa pritom nezaujímajú o ich názor. Je to správne? Podľa mňa určite nie. Každý občas potrebuje pomôcť pri rozhodovaní. Dôležité však je, aby sa nakoniec vždy rozhodol sám.

Mnoho krajín na svete hovorí o **podporovanom rozhodovaní**. Je to o tom, že máme nablízku niekoho, kto nám poradí. V prípade, že by sme to potrebovali. Všetci majú právo rozhodnúť sami za seba. Doteraz sa ľahko mohlo stať, že za nás rozhodli iní ľudia. Bez opýtania sa, čo si o tom myslíme. Bez nášho súhlasu. Nie je to správne a chce to zmenu! **Podporované rozhodovanie je naša šanca na nezávislejší život.**

Pri podporovanom rozhodovaní máme zabezpečené všetky svoje práva. Hovorí sa tomu aj plná spôsobilosť na právne úkony. Môžeme napríklad sami podpísať zmluvu, založiť si účet, voliť...

Niekedy môžeme mať problém rozhodnúť sa. Lebo podpisovanie zmlúv, či zakladanie účtov sú veľké rozhodnutia. Preto máme aj poradcov, ktorí nám pomôžu. Voláme ich podporné osoby. Podporné osoby nám pomáhajú pri rozhodovaní. A chránia pred podvodníkmi. Pretože stať sa môže čokoľvek.

V decembri 2006 vydala OSN významný dokument. Volá sa Dohovor OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím. Cieľom Dohovoru je chrániť práva ľudí so zdravotným postihnutím. Pretože práve oni sú často vystavení diskriminácii. Dohovor má presne 50 **článkov**. Teraz je pre nás dôležitý **Článok 12**, pretože úzko súvisí s podporovaným rozhodovaním.



Článok 12 sa volá **Rovnosť pred zákonom** a podporuje podporované rozhodovanie. Hovorí, že každý z nás sa dokáže rozhodnúť sám. Hoci občas môžeme potrebovať pomoc. Ale naše práva nám preto nesmú byť odopreté. To sa často stáva pri náhradnom rozhodovaní.

Náhradné rozhodovanie znamená, že opatrovník má právo rozhodnúť za teba. Táto moc sa dá veľmi ľahko zneužiť. A to nie je správne.

Článok 12, a tiež ostatné články Dohovoru to chcú zmeniť. Aj na Slovensku chceme zmeniť náhradné rozhodovanie za podporované rozhodovanie. *Tento článok napríklad hovorí o tom, že ľuďom s postihnutím nebude nik úplne odoberať spôsobilosť na právne úkony.* Naopak – treba takým ľuďom poskytnúť potrebnú pomoc tak, *aby mohli využívať všetky svoje práva!*

Ak chceme byť samostatní, musíme sa naučiť veľa vecí. Napríklad sa učíme vyplňať tlačivá na pošte. Alebo v banke. Keď ideme podpísať zmluvu, musíme si ju dobre preštudovať. Nie vždy však musíme všetkému rozumieť. Určite sa už aj vám stalo, že ste niečomu nerozumeli. Bolo to napísané alebo povedané príliš zložito. Nakoniec ste informácie nemohli využiť, lebo ste ich nepochopili. Nie je to fér. Máme právo na informácie, ktorým budeme rozumieť. Lebo kým informáciám nebudeme dobre rozumieť, nemôžeme sa správne rozhodnúť! Aj preto je tu podporované rozhodovanie.



V žiadnej krajine na svete nežije úplne samostatný a nezávislý človek. My ľudia sa navzájom potrebujeme. Napríklad aj preto, aby nám mal kto vysvetliť nejasné veci. Zmluvu s bankou, tlačivo na pošte... Mnoho ľudí cíti potrebu dostať pomoc pri rozhodovaní. Rovnako ako my. Najmä keď ide o veľké rozhodnutia. Podporované rozhodovanie znamená, že rozhodujeme za seba, nerozhoduje za nás opatrovník ani nik iný. Nestrácame spôsobilosť na právne úkony. A ak máme problém s rozhodovaním, máme svoj okruh poradcov, ktorí nám všetko vysvetlia a poradia. Na Slovensku zákon doteraz ponúka len **náhradné rozhodovanie**. Náhradné rozhodovanie však nebráni naše práva. Z Dohovoru preto pre Slovensko vyplýva dôležitá povinnosť. Musí vytvoriť vhodný systém podpory. Napríklad systém poradcov – podporovateľov. Podporované rozhodovanie raz úplne nahradí náhradné rozhodovanie. Ešte to však chvíľu potrvá.

Aj vy ako sebaobhajcovia môžete pomôcť! Rozprávajte o podporovanom rozhodovaní všetkým, ktorí o ňom ešte nepočuli. Je to veľmi dôležité. Čím viac ľudí bude o podporovanom rozhodovaní vedieť, tým skôr sa dostane do praxe aj u nás na Slovensku.

Rišo Drahovský,
predseda sebaobhajcov na Slovensku

ROZHODOVANIE

Rada by som aj ja povedala niečo k téme rozhodovanie. Ja nemám rada, keď za mňa iní rozhodujú, lebo sa môžem nahnevať. Viem sa veľmi nahnevať, keď sa ku mne správajú ako k malému dieťaťu. Podľa nálady. Som rada, keď sa dokážem rozhodnúť sama. Napríklad som rada, keď sa viem rozhodnúť pri obliekaní. Keď sa neviem rozhodnúť, opýtam sa rodičov alebo terapeutov v pracovnej skupine. Obliekam sa podľa počasia. Som naozaj rada, že sa môžem rozhodnúť sama. Som dospelá. Keď sa neviem rozhodnúť, som rada, keď mi pomôžu iní. Viem sa rozhodnúť, či mám upratať posteľ, akú hudbu si môžem pustiť. S väčšími rozhodnutiami mi pomôžu iní. Nechám si poradiť.

Dazinka Krihová, sebaobhajkyňa



ČO VŠETKO TREBA PRE TO, ABY DRUHÍ NEROZHODOVALI ZA MŇA, ALE ABY SOM SA JA ROZHODOVAL SÁM ZA SEBA

Ako prvú vec, o ktorej chcem hovoriť, je to, že ja sa už viem rozhodovať za seba. Rozhodnem sa, čo budem robiť vo voľnom čase, čo si oblečiem, keď idem niekam preč. Rozhodnem sa, kam pôjdem na výlet, alebo sa rozhodnem, čo si na raňajky obed, olovrant či večeru dám na jedenie. Tieto rozhodnutia sú síce dobré, ale niektoré ktoré som napísal asi niekedy nie sú dôležité k životu. Sú aj dôležitejšie veci k životu potrebné.

Napríklad, kde človek bude pracovať, konkrétne, akú prácu si nájde a musí sa zamyslieť aj nad tým, či zarobí dostatok veľa peňazí, aby mal z čoho žiť, no ale niektoré rozhodnutia sú také trochu na zamyslenie.

Viacero ľudí sa musí dobre, ale naozaj dobre rozhodnúť, dajme tomu, že či si chce muž nájsť ženu alebo žena nájsť muža, či sa potom neskôr chcú na svadbe zosobášiť, alebo či taký človek plánuje mať aj svoje deti. Človek sa môže napriek tomu rozhodnúť aj presný opak, že nepotrebuje takéto starosti na krk, a že si vystačí aj on sám. Jednoducho tých rozhodnutí človeka, je veľmi veľa.

No a ako je to s človekom s mentálnym postihnutím? Keď sa takíto ľudia alebo lepšie povedané niektorí ľudia nevedia za seba rozhodovať, musia za nich rozhodovať rodičia lebo niekto druhí. **Vždy by to tak nemalo byť.** Dokáže sa to človek s mentálnym postihnutým niekedy neskôr naučiť aj on sám. Ja si myslím, že je to rôzne. Takýto človek, ktorý má ľahké mentálne postihnutie, sa vie rozhodnúť aj sám.

A takí ľudia, čo majú ťažké mentálne postihnutie, sa rozhodnúť nedokážu, alebo nevedia, čo je to, skrátka nerozumejú tomu. Potrebujú pri tom pomoc.

Poviem vám, čo sa niekedy stáva. Stáva sa to, že človeka s mentálnym postihnutím nechcú nikde zamestnať, aj keď má ľahké postihnutie, a verí si, že niečo v živote naozaj



Ľudské práva

dokáže a chce si zarobiť peniaze. Ľudia sú rôzni a nevyspytateľní. Myslia si o takýchto ľuďoch, že ten je postihnutý, ten nechápe, že čo je to práca a zamestnanie.

Títo ľudia, čo si takéto veci o človeku pomyslia, si ani neuvedomujú, že môžu takého človeka s mentálnym postihnutím uraziť, ale aj mu tým ublížiť. Nemalo by to tak byť.

Človek si musí uvedomiť, že aj ľudí s mentálnym postihnutím možno zamestnať tak, ako aj zdravého. Áno, tak je to rozumné a správne. Ja len dúfam a verím, že v budúcnosti sa takáto situácia hádam zmení k lepšiemu.

Že aj ľudí s mentálnym postihnutím budú brať ako ľudí, ktorí toho veľa dokážu. Že nebudú s nimi narábať ako s neschopnými.

Tomáš Grošmid, sebaobhajca



OSOBNÁ ASISTENCIA

Rada by som vám teraz porozprávala o službe, ktorá nám môže veľmi pomôcť, aby sme boli samostatnejší. Aby sme mohli robiť to, po čom túžime. Táto služba sa volá osobná asistencia.

Osobná asistencia je jedna z foriem pomoci ľuďom so zdravotným postihnutím. Človek s postihnutím má osobného asistenta. Ten mu pomáha viesť nezávislejší a samostatnejší život. Či už doma, v škole, v práci, alebo aj vo voľnom čase. Osobný asistent má s človekom s postihnutím podpísanú zmluvu o výkone osobnej asistencie. V nej je napísané, s čím bude osobný asistent pomáhať. Osobný asistent zvyčajne nie je člen rodiny. Ale v niektorých prípadoch to tak môže byť. Vtedy, ak napríklad človek s postihnutím ochorie. Alebo mu môže pomáhať s hygienou. Osobný asistent by mal byť citlivý a zodpovedný. Mal by mať záujem o túto prácu.

Osobná asistencia podporuje nezávislosť a samostatnosť človeka s postihnutím. Dáva mu možnosť rozhodovať o svojom živote. O osobnej asistencii sa píše v zákone č. 447/2008 Z. z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu zdravotného postihnutia. Existuje príspevok na osobnú asistenciu. Je to peňažný príspevok. Znamená to, že osobný asistent dostáva za svoju prácu odmenu. Odmena za 1 hodinu osobnej asistencie je teraz 4,18 €.

Nie každý má nárok na osobnú asistenciu. Treba si najprv o ňu požiadať. Treba vypočítať, koľko hodín asistencie potrebuje človek počas celého roka. Osobnú asistenciu môžeme získať na rôzne činnosti. Niektorí napríklad potrebujú pomoc pri pohybe, presúvaní sa z miesta na miesto. Alebo pri presune z mesta do mesta, pri cestovaní. Iný zasa potrebuje pomoc so starostlivosťou o domácnosť, pri nákupoch, starostlivosti o seba. Práve tu mu môže asistent pomôcť. Osobný asistent je skvelé riešenie, ako byť samostatnejší. Mňa napríklad trápi, že mám priateľa a nemôže za mnou prísť do Bratislavy. Býva ďaleko v inom meste. Nemá službu osobnej asistencie. Keby mal asistenta, mohol by za mnou prísť. Mohol by pravidelne chodiť na takéto konferencie a zostať na nich až do konca. Osobný asistent by podľa mňa mal pomáhať pri niektorých veciach, ktoré človek s postihnutím nedokáže urobiť sám. Napríklad mu pomôže vyplniť peňažnú poukážku na pošte. Naučí ho variť, prať a tak ďalej,



Ľudské práva

keď to nevie. Môžu spolu chodiť do kina, divadla, na veľtrhy, navštíviť priateľov, frajerku, ísť na konferenciu a koncerty. Človek sa nemusí riadiť iba zariadením, do ktorého chodí. Nemusí mať iba taký program, ako je vymyslený v zariadení. Môže si vymyslieť svoj vlastný program. Môže žiť svoj vlastný život, aj keď nie všetko zvládne robiť sám. A **kto vlastne dokáže urobiť všetko sám?**

Tak nejako si predstavujem budúcnosť pre všetkých, ktorí majú nejaké postihnutie a niektoré veci im robia ťažkosti. Neznamená to, že kvôli tomu strácajú právo rozhodovať o svojom živote a o tom, čo chcú robiť. Znamená to len, že potrebujú, aby im niekto pomohol. A osobná asistencia je služba, ktorá môže pomôcť. Problém je to, že osobných asistentov je málo. Máme aj veľmi málo agentúr osobnej asistencie, ktoré asistentov hľadajú.

Ako si nájsť asistenta?

Často treba, aby ich človek mal dokonca viacero. Prečo tak málo ľudí chce robiť osobného asistenta? Ako to urobiť, aby osobná asistencia bola pre ľudí zaujímavá?

Čo by pomohlo, aby túto službu mohli využívať všetci, ktorí ju naozaj potrebujú?

Bola by som veľmi rada, keby sme o tom mohli spolu diskutovať.

Terka Ráchelová, sebaobhajkyňa



AKO SOM SA DOSTAL DO DSS, A POTOM NESKORŠIE DO ZARIADENIA PODPOROVANÉHO BÝVANIA, AJ NIEČO O MOJEJ CESTE ŽIVOTOM, O MOJICH KONÍČKOCH, ČO MA BAVÍ, V ČOM SOM DOBRÝ, V ČOM VYNIKÁM A ČO RÁD ROBÍM

Moja babka Mária Pentková mala postavený dom v Košťanoch nad Turcom. Tam som býval 24 pekných rokov. Mal som tam mnoho dobrých susedov, kamarátov a aj mnoho spolužiakov. Keď som mal tri roky, nastúpil som do škôlky. V šiestich rokoch som začal navštevovať základnú školu v Košťanoch nad Turcom. V pätnástich rokoch som pokračoval v štúdiu na dopravnej škole vo Vrútkach-Priekope. Tam sa mi pošťastilo vychodiť len dva ročníky, lebo ma šikanovali spolužiaci, no viete, čo vám budem hovoriť, prsto ma vytáčali až do nepríčetnosti a do nervozity, že hrozilo, že im telesne môžem ublížiť a to by som nechcel a nerád urobil, lebo by som sa mohol dostať aj do väzenia, čo by starkej srdiečko od žiaľu puklo a mame tiež. Tak som tú školu po dvoch ťažkých rokoch musel ukončiť a skúsiť šťastie na inej škole. Tak som nastúpil na Združenú strednú školu obchodu a služieb v Neografii v Martine. Tam som musel najprv urobiť rozdielové skúšky a až potom som mohol nastúpiť do druhého ročníka. Aj na tejto škole to bolo tiež také isté ako predtým – spolužiaci ma tiež bili, slovné šikanovali, nadávali mi a robili si zo mňa posmech, no jednoducho bolo pre mňa ťažké to s nimi vydržať. Tak som po dohode so školským psychológom a psychiatrom musel aj z tohto zlého kolektívu zlých spolužiakov odísť a nechtiac som musel aj túto školu ukončiť.

Po niekoľkých rokoch som sa dostal do DSS Méta, prevádzka Lipovec a býval som v ňom päť krásnych rokov. Robil som tu, čo ma bavilo, napr. som umýval schody, podlahy, potom som aj umýval riady v kuchyni v umývačke riadov, chodili sme na výlety a rôzne spoločenské akcie. Takto som strávil celých 5 rokov.

Potom sa mi naskytla príležitosť presťahovať sa do zariadenia podporovaného bývania, a tým sa posunúť ďalej v mojom osamostatňovaní sa. Tu bývame ôsmi chalani. Ja som sa tam dostal ako prvý v poradovníku. Bývame tu spolu s Karolom, Miškom, Duškom, Paľkom, Rastom, Dušanom



a Jozefom. Sme dobrí kamaráti a dobre spolu vychádzame. Ďalej by vás asi zaujímalo, v čom som dobrý, v čom vynikám a aké sú moje koníčky.

Čo mám rád? Určite by to bola vaša prvá otázka. Tak vám to poviem – mám rád dobré jedlo, teda zjem všetko, čo nezje mňa, rád si dobre a dlho pospím, keď mám voľno.

Druhá otázka možno bude, aké mám záľuby. Sú to: boccia, koly, stolný tenis, v čom som aj dobrý v menších turnajoch, potom ma baví cyklistika, turistika, plávanie, bowling, internetové vyhľadávanie si informácií, futbal. Chodievam sám s MHD, do obchodu na nákupy. A ďalej som dobrý v umývaní okien, umýval som ich aj brigádnicke a trochu som si zarobil nejaké tie peniaze. Potom sa mi naskytla možnosť zárobku – roznášanie letákov z Kauflandu.

Čo by som chcel dosiahnuť do budúcnosti? Ale neviem, či sa mi to splní. A bolo by to toto – mať nejaký 4-izbový byt, ale nebývať v ňom len sám, ale s asistentom, ktorý by ku mne dochádzal na pár hodín a pomohol mi s financiami, ich rozdelením na celý mesiac a podľa toho žiť! Zdokonalil by som sa v platení inkasa na pošte, vedieť si kúpiť nejaké dobré a lacné jedlo, oblečenie, chodil by som na manikúru, pekne sa dať ostrihať do kaderníctva. V ZPB sa učíme aj dobre vychádzať medzi sebou v kolektíve, máme aj sedenia, napr. Job klub, kde sa učíme rôznym technikám o práci. A možno do budúcnosti až sa mi pošťastí nájsť si pekný byt a byť samostatnejší, rád by som si našiel pekné dievča, ktoré by ma chcelo a malo rado takého, aký som, aj s mojimi chybami. Musel by som mať k nej nežné city, nežný byť k nej a mať ju rád telesne a psychicky. Netýrať ju a byť k nej ohľaduplný a milý. A ak by ona chcela deti, neviem, či by som ja chcel, to by sme museli chcieť obidvaja a obidvaja sa o ne aj poriadne starať. Neviem, či by som sa o deti dokázal postarať a uživiť ich z môjho malého dôchodku. A to by boli zhruba o mne všetky informácie.

Ján Pentka, ZPB Lipovec



AKO SI ŽIJEM V MÉTE

Volám sa Richard Neumann, mám 49 rokov. Nastúpil som do zariadenia DSS Méta Lipovec 1. októbra 1999. Chodievam tam veľmi rád, som spokojný. V našej DSS máme viaceré krúžky, napríklad atletiku, stolný tenis, turistiku, cyklistiku, bocciu a aj fotografický krúžok. Chodíme na plaváreň trénovať na plavecké preteky. V zime sme sa zúčastnili aj na lyžiarskych pretekoch v Ždiari. V rámci Job klubu preberáme možnosti zamestnania klientov aspoň na čiastočný úväzok.

Vedeniu DSS sa podarilo dohodnúť so súkromnou firmou pre dvoch klientov roznášanie letákov každú stredu. Ja osobne chodím do DSS Méta Lipovec už 20 rokov, mám tam dobrých kamarátov, kamarátky, dobrých vychovávateľov a dobrú pani riaditeľku.

Richard Neumann, DSS Méta Lipovec, denný pobyt



KONFERENCIA SEBAOBHAJCOV OČAMI TOMÁŠA

14. novembra 2019 bol naozaj pestrý, zábavný, ale aj zaujímavý program. Všetci sme sa spolu zišli a porozprávali sme sa aj o tom, čo je vlastne to sebaobhajovanie. Aj sme sa bavili o tom, že prečo to sebaobhajovanie vlastne robíme. Sebaobhajcovia z Bratislavy všetkým prečítali svoje prezentácie, ktoré si pripravili oni sami. Bolo to naozaj veľmi zaujímavé a poučné. Bolo aj veľa zábavy a smiechu. Budeme mať na toto všetci veselú spomienku.

Ako poslednú zaujímavosť nám prezradili naši spoloční susedia z Česka, ako to je u nich. Vypočuli sme si, ako vyzerá u nich sebaobhajovanie v hlavnom meste Prahe. Zazneli tu rôzne otázky a najzábavnejšia téma bola tá, že v Prahe majú organizáciu s názvom Rytmus. Táto vec ma naozaj zaujala, pretože oni majú organizáciu Rytmus a my máme rapera Rytmusa a aj časopis Rytmus života. Druhý deň sme mali s pani komisárkou pre ľudí so zdravotným postihnutím. Pani komisárka má na starosti práva a rôzne veci pre ľudí so zdravotným postihnutím, aj s mentálnym postihnutím. Porozprávala nám veľa vecí, aj také, o ktorých sme možno ani nevedeli. Bolo to veľmi zaujímavé a poučné. Padli aj nejaké otázky od ľudí, na ktoré nám pani komisárka odpovedala.

Tomáš Grošmid, sebaobhajca



Na celoslovenskom stretnutí sebaobhajcov s medzinárodnou účasťou sa diskutovalo o mnohých vážnych témach. Napriek tomu bola atmosféra uvoľnená, sebaobhajcovia hľadali riešenia a navrhovali kroky, čo by sme mohli urobiť. a naozaj sme sa občas aj zasmiali. Za seba dodávam, že mne osobne vliali opäť energiu a ukázali, že práca, ktorú robíme, má veľký zmysel. Mnohé zmeny sa dejú pomaly, pomaličky. A iste by sa dalo urobiť viac. Viac komunikovať, počúvať sa navzájom, tolerovať a pomáhať. To je cesta, po ktorej chceme ísť. Pridajte sa k nám!

Spracovala: PhDr. Iveta Mišová

Realizované s finančnou podporou Ministerstva spravodlivosti SR v rámci dotačného programu na presadzovanie, podporu a ochranu ľudských práv a slobôd a na predchádzanie všetkým formám diskriminácie, rasizmu, xenofóbie, antisemitizmu a ostatným prejavom intolerancie. Za obsah tohto dokumentu je výlučne zodpovedné Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v SR.

MINISTERSTVO KULTÚRY SLOVENSKEJ REPUBLIKY





rozhovor

25 ROKOV TANCA

Tanečný klub Danube oslavuje 25. výročie od svojho vzniku. 25 rokov je štvrtstoročie, v živote človeka to znamená, že je dospelý, mal by vedieť čo a ako chce robiť. Zároveň je dosť mladý na to, aby mal smelé plány a energiu plány realizovať. Prostredníctvom rozhovoru so zakladateľom klubu a zároveň jeho prezidentom Andrejom Mičunekom vám sprostredkujeme zaujímavé informácie z jeho histórie, významné mílniky, úspechy a plány do budúcnosti.

Ako vznikla myšlienka založiť Tanečný klub Danube a kto stál pri jeho zrode?

Myšlienka založiť klub vznikla nastavením nepekných podmienok pre mňa i mojich tanečníkov v bývalom klube spoločenských tancov Junior IUVENTA. Keď sa som sa opýtal rodičov mojich 30 členov krúžku v bývalom klube, či pôjdu so mnou, všetci nadšene súhlasili. Písal sa september 1994. Následne sme právne založili náš klub a stanov boli zaregistrované 4. novembra 1994.

Aké tance vyučujete, aké kurzy poskytujete a pre akú klientelu? Kto sú vaši členovia a v akom veku sa k vám môžu záujemcovia o výučbu tanca prihlásiť?

Sme svetovo jedinečný klub, ktorý sa venuje spoločenskému tancu i argentínskemu tangu, pre všetky vekové skupiny, ľudí bez zdravotného postihnutia, ako aj ľudí so zdravotným postihnutím formou celoročnej aktivity, resp. i krátkodobou kurzovou formou. Našími členmi sú nepostihnutí ľudia vo veku od 4 rokov do 70 rokov, ako aj tanečníci s rôznymi typmi zdravotného postihnutia (vozičkári, mentálne, zrakovo a viacnásobne postihnutí). Záujemcovia o tanec nás môžu kontaktovať emailom na posta@tkdanube.sk, ako i na telefónnom čísle 0903348500.

TK Danube je výnimočný tím, že sa v oblasti spoločenského tanca venuje výučbe tanca ľuď s rôznym druhom postihnutia. Môžete našim čitateľom bližšie priblížiť túto oblasť vašej práce? Ľudia s akým druhom zdravotného postihnutia u vás trénujú?

Naším hlavným cieľom je prostredníctvom kultivovaného spoločenského tanca (Francúzi ho volajú salónny tanec), zlepšiť kvalitu života zdravotne postihnutých ľudí a vytvoriť prirodzenú komunitu s nepostihnutými ľuďmi. Mnohí nepostihnutí ľudia sa jú empatickejšími, ako aj dobrovoľníkmi, a zdravotne postihnutí sa kultivujú v komunikácii, spoločenskom správaní, úprave a v neposlednom rade rastú



rozhovor



i tanečne, zažívajú úspech i spoločenské a profesionálne uznanie... Máme súťažné i nesúťažné integrované i neintegrovane tanečné páry v sekcii tanec na vozíčku, i spoločenský tanec pre ľudí s mentálnym, zrakovým a viacnásobným postihnutím.

Pristavme sa trochu pri tancoch na vozíku. Je verejne známe, že vaši absolventi dosahujú medailové pozície nielen na Slovensku, ale aj v zahraničí na svetových súťažiach. Predtým, než tanečný pár na vozíku dosiahne takúto metú, musí zrejme prejsť dlhú cestu. Ako prebiehajú tréningy? Môže sa venovať tancu na vozíku ktokoľvek?

V zásade sa tancu vo všeobecnosti môže venovať každý, len musí vedieť, čo od toho očakáva on sám. Tréningy sú viackrát v týždni formou individuálnych hodín, ako aj spoločných lekcí. Venujeme sa tréningu vozičkárov samotných, i v pároch s chodiacim partnerom, resp. s vozičkárskym partnerom, ako aj v sólovej kategórii. Samotný tanec na vozíčku má 3 fázy: tancovanie vo vozíčku, tancovanie s vozíčkom, tancovanie s partnerom.

Nie každý vie, že ste zakladali tancovanie na vozíku v mnohých krajinách na svete. Ako k tomu prišlo a v ktorých krajinách to bolo?

Vždy to bolo na ich pozvanie, na základe osobnej skúsenosti s našou kvalitou, resp. na základe doporučení. Zakladali sme tanec na vozíčku v Spojenom kráľovstve, Kanade, Španielsku, Rakúsku, a teraz v Čechách a Gruzínsku. Nesmiernu vďaka treba vyjadriť i touto formou pánovi

Petrovi Elliottovi zo Spojeného kráľovstva, vďaka ktorému sme s veľkou pompou i záujmom zakladali tanec na vozíčku v Kanade aj v Spojenom kráľovstve. Rád zdôrazňujem, že som doposiaľ historicky prvý Slovák, ktorý mal tú česť prednášať na Blackpoole, čo je mekka tanca vo svete.

Na stránkach nášho časopisu pravidelne informujeme o tanečníkoch s mentálnym postihnutím. Ste priekopníkom v tejto oblasti na Slovensku a takmer 20 rokov sa venujete výučbe tanca integrovaných párov a párov „duo“, čo znamená že tancujú spolu ľudia s postihnutím. Čo bolo podnetom na začiatku a ako sa vyvíjal tento proces počas rokov?

Ja mám rád ľudí priamych a láskavých. Takou je bez pochyb väčšina ľudí s mentálnym postihnutím. Hovoríme

**rozhovor**

im s mojou kolegyňou Elenkou Jágerskou „mentálne iní“. Na začiatku to bol ťažký pôrod. Musel som vyvinúť metódu, ako ich naučiť viac tancov a viac figúr. Dnes ma nespierne hreje na duši fakt, že mnohí z nich, napríklad Maťo Mišo, Zuzka Csontosová alebo Veronka Jarotová, sú dnes mojimi asistentmi na týchto kurzoch, keďže oni sami už súťažne tancujú. Na 1. otvorených majstrovstvách SR za účasti Poľska a Talianska už mali i vďaka pochopeniu a podpore Hnutia špeciálnych olympiád, konkrétne pani Evy Gažovej, protokolárne súťažné oblečenie (fraky a dlhé šaty), čo ma nespierne teší.

Prvé roky to teda boli tzv. tanečné semináre, ktoré končili buď venčekom alebo bálom. Niektorých semináre nadchli natolko, že sa rozhodli venovať tancu pravidelne a stali sa súčasťou klubu. Čo okrem tanca im klub ponúka, čo je tou pridanou hodnotou, ktorú vidno pri dlhodobej spolupráci?

No určite je pridanou hodnotou, že sme vytvorili jednu skutočnú ľudsky i spoločensky hodnotnú a obohacujúcu komunitu. Stretávame sa a priateľíme i v súkromí. Klub organizuje okrem tanca i bály, súťaže, pobyty a ďalšie krásne podujatia, ktoré nás vzájomne tešia a hľadajú na duši i srdci.

Ľudia s mentálnym postihnutím často potrebujú sprievodcu životom, ktorým môže byť asistent, súrodenec, kamarát... Spolupracujete i s rodinami vašich tanečníkov? Určite a veľmi rád. Keby naši tanečníci nemali láskavých, obetavých a aktívnych rodičov, bol by ich život monotónny a nepodnetný. Preto aj sme oceňovali ich rodičov medailou za statočné srdce počas nášho ostatného bálu, tento rok v hoteli Sheraton.

V našej spoločnosti stále pretrvávajú predsudky voči ľuďom s mentálnym postihnutím. Stretli ste sa vo svojej brandži s tým, že kolegovia nechápu, prečo sa nevenujete len klasickým párom bez akéhokolvek hendikepu, kde je vidieť výsledok práce oveľa rýchlejšie, exaktnejšie? Čo vás osobne vedie k tomu, že idete tou ťažšou, náročnejšou cestou? Čo vám táto práca dáva a čo berie?

Určite sú i kolegovia, ktorí s posmechom a dešpektom, či otvorene, resp. skryto komentujú integrované tancovanie a moju prácu. A to i napriek tomu, že ja sám som bol úspešným tanečníkom medzinárodnej triedy a vychoval som vo všetkých disciplínach národných, resp. svetových

šampiónov. Sú našťastie minoritou. Mám mnoho kolegov, ktorí ma otvorene aj skryto podporujú tu doma, resp. v celom svete. Čo mi dala táto práca s inými ľuďmi? Jednoznačne láskavejší a realistickejší pohľad na ľudí i svet. Akoby povedala naša „dvorná“ mediálna podporovateľka a láskavá dáma Veronika Homolová Tóthová: „Andrej má vo svojich okuliaroch už filter láskavosti.“ Ten mi tam nasadila práve ona a moji iní tanečníci.

Okrem výučby tanca organizujete každoročne významné podujatia na celoslovenskej i medzinárodnej úrovni. Môžete spomenúť niektoré z nich?

Organizujeme jednu národnú a jednu svetovú súťaž v integrovanom tanci, Bál mentálne postihnutých, národné a medzinárodné tanečno-kreatívne pobyty, klubové akcie... Prosto, tešíme sa zo života i napriek našim limitom...

V tomto roku sa konala nová akcia, Kopaničiarsky pohár na Myjave. O akú súťaž išlo, čo jej predchádzalo a akú rolu ste tam zohrali vy a váš klub?

Som nespierne, skoro až intergalakticky šťastný, že sme spolu s Elenkou Jágerskou našli ochotnú, empatickú a milú dámu Bibianu Michalovú z Myjavy, ktorá bola ochotná ísť do tanca mentálne postihnutých. Práve z tohto dôvodu na Slovensku pribudla okrem našich dvoch súťaží aj tretia súťaž na Myjave, ktorú sme kompletne spolu organizovali. A dopadla na výbornúúú.

Ste veľmi aktívnym a činorodým človekom. Určite máte v hlave kopu nových plánov. Môžete nám prezradiť niektoré z nich?

Budúci rok pripravujem choreografiu komplexnej integrácie, teda choreografiu za prítomnosti ľudí so všetkými typmi zdravotného postihnutia, Bál mentálne postihnutých so špeciálnym prekvapením a sériu súťaží Slovenský pohár v integrovanom tanci. A samozrejme Majstrovstvá sveta v integrovanom tanci pod gesciou World integrative dance federation, ktorej som prezidentom a má sídlo na Slovensku.

Rozhovor viedla **PhDr. Iveta Mišová**

Redakcia časopisu *Informácie ZPMP v SR* praje Tanečnému klubu Danube veľa ďalších úspešných rokov, veľa vytrvalých tanečníkov, mnoho sponzorov a ľudí s veľkým srdcom.

AJ BANKA SA MÔŽE SNAŽIŤ O INKLÚZIU

**predstavujeme**

Slovenská sporiteľňa je súčasťou skupiny Erste, ktorá je na trhu už 200 rokov. V Rakúsku bola bankou, ktorá od svojho vzniku umožňovala prístup k bankovým službám aj chudobnejším ľuďom. Keďže sa všetkým bankám v skupine v poslednom čase darilo, snaží sa svoju skúsenosť s inklúziou priniesť aj do nášho regiónu. Presne tak vznikol aj program sociálneho bankovníctva na Slovensku, v rámci ktorého sa Slovenská sporiteľňa systematicky venuje:

- začínajúcim podnikateľom a podnikateľkám,
- neziskovým organizáciám a subjektom sociálnej ekonomiky,
- zadlženým ľuďom v ťažkých životných situáciách.

Mohlo by sa zdať, že tieto skupiny už bankami obsluhované sú, nie je to však tak. Pokiaľ ide o začínajúcich podnikateľov, štandardne vedia banky úverovať až podnikateľov, ktorí majú uzatvorené jedno daňové obdobie a úver sa poskytuje na základe hospodárskych výsledkov. Program pre začínajúcich podnikateľov a podnikateľky pomáha rozbehnúť biznis aj ľuďom, ktorí ešte nepodnikali – posúdi a overí človeka, jeho kvality a podnikateľský plán a v prípade, že je realizovateľný, dokáže ho aj spolufinancovať formou úveru.

Neziskové organizácie a sociálne podniky na Slovensku sú bankami vo všeobecnosti nefinancovateľné – výnimkou sú prípady, kedy je neziskovka dlhodobo klientom konkrétnej banky a má vysoké obraty. Subjekty sociálnej ekonomiky má šťastie poľská banka TISE, tá však neposkytuje menšie splátkové úvery, ani preklenovacie úvery, ktoré môžu byť práve pre neziskovky veľkou pomocou. V Slovenskej sporiteľni sa tejto téme venujeme systematicky, okrem investičných im poskytujeme aj menšie a preklenovacie úvery, ktoré im umožnia prečkať náročné obdobia, kým im prídu dotácie alebo platby z rôznych európskych fondov. Našimi aktivitami vedíme neziskovky, aby sa nespoliehali iba na granty a dary, ale premýšľali, ako finančne zastabilizovať organizáciu tak, aby dokázala trvalo udržateľne naplňať svoje poslanie. Učíme ich rozmýšľať v ekonomických súvislostiach, a preto od nich vyžadujeme biznis plán – obzvlášť, ak rozbiehajú nejakú hospodársku činnosť alebo ziskovú aktivitu.

Pokiaľ ide o tretiu skupinu – ľudí, ktorí sa nepriazňou osudu alebo vlastnou nerozvážnosťou dostali do finančných ťažkostí, je dnes naozaj veľa. Jedným z riešení býva úprava splátkového kalendára, ten však nerieši situáciu ľudí, ktorí napríklad prišli o životného partnera, postihla ich ťažká choroba, zostali sami s maloletými deťmi. Preto sa v banke snažíme pre našich klientov nájsť dlhodobé funkčné riešenia.

Banke sa totiž darí iba do tej miery, ako sa darí ľuďom v krajine. A v Slovenskej sporiteľni veríme, že cez to, čo vieme robiť najlepšie – cez poskytovanie bankových služieb – dokážeme pomôcť dosiahnuť, aby sa na Slovensku malo dobre čo najviac ľudí.

Viac o našich aktivitách sa dozviete na www.krozkakrokom.sk

Mgr. Jana Vlašičová, Slovenská sporiteľňa

SLOVENSKÁ
sporiteľňa



ĎAKUJEME

Ďakujeme Vám!

Ďakujeme všetkým kolegom v BIVIO, členom združenia, kamarátom, partnerom a spolupracovníkom za pomoc, vďaka ktorej sa nám v roku 2019 podarilo urobiť veľa úžasných vecí! Ďakujeme všetkým médiám za propagáciu! Tešíme sa na Vás v roku 2020, vážime si Vás!

Jednotlivci:

Baláž Milan, Baláž Gyuránová Mária, Balogh Hedvig, Baloghová Ružena, Balogová Andrea, Balogová Veronika, Baričák Hírax Pavel, Bartalošová Katarína, Bartáková Jana, Blažeková Dagmar, Bokorová Zuzana, Brnková Katarína, Budinská Martina, Bukovská Adriana, Cangár Miroslav, Cangárová Lucia, Cséfalvay Agnes, Csontosová Mária, Čema Martin, Danková Andrea, Demeter Martin, Dömötörövä Milena, Ďurechová Silvia, Fabian Dušan, Farkas Veronika, Gajan David, Garaj Jozef, Garajová Jarjabková Patrícia, Gavalcová Alžbeta, Gindlová Barbara, Gyurász Ilda, Hajduková Miška, Hampl Ivan, Harachová Tatiana, Haydu Karin, Hlavenková Iveta, Hollá Laura, Hrivniaková Magdaléna, Hrubá Eva, Chmelová Zuzana, Jarolíňová Martina, Jurkovič Michal, Kalmár Beáta, Kopalová Elena, Kopcová Eňa, Krajčovič Ladislav, Kravjar Marek, Krihová Darina, Kručková Zuzana, Kudlík Marián, Kuhnová Daniela, Kulha Vladimír, Kuzmová Katarína, Kvokačka Lukáš, Labát Tomáš, Langová Jana, Látka Vladimír, Lowinski Jana, Maceková Gabriela, Macurová Zuzana, Maková Ivana, Malec Tomáš, Markechová Soňa, Matiaško Maroš, Melkovičová Simona, Mičunek Andrej, Mišo Miroslav, Mišo Miroslav Jr., Mlátilík Aleš, Neslušánová Katarína, Novák Vlado, Nováková Stefi, Nováková Nina, Ollé Mirka, Onděčková Rebeka, Ondrejčáková Skarlet, Orlovský Ján, Papánková Magda, Petr Frantisek, Peterecová Katka, Plavuchová Antalová Lenka, Poláčková Zuzana, Polák Forgács Ildikó, Pudišová Martina, Rachelová Tereza, Reháková Anna, Remžíková Lucia, Rendoš Miroslav, Roth Ján, Sobotová Lenka, Šalát Juraj, Šimášková Natália, Šranková Andrea, Števková Eva, Šulovská Monika, Šušková Tatiana, Tomaško Mária, Vaškanin Igor, Veselý Vladimír, Vyberalová Ľubica, Záhorcová Viera, Žitňanská Jana a ešte mnohí anonymní milí ľudia.

Donori, partneri, firmy:

4 sports media, s. r. o., AC +, Agentúra podporovaného zamestnávania Bratislava, Asociácia včasnej intervencie, Aupark – UnibailRodamcoGroup, Avon Cosmetics, s. r. o., Baoba, o. z., Bilanc Audit Slovakia, s. r. o., Bratislavské dobrovoľnícke centrum, Bratislavský samosprávny kraj, Campana Batucada, Centrum pre filantropiu, n.o., Centrum včasnej intervencie Bratislava, Cobra Sound, CORTEVA agriscience, Dakujeme.sk, Dedoles, Dobrovoľný hasičský zbor Bratislava, Eset, s. r. o., Exo Technologies, s. r. o., FUNKIEZ, Galéria Limes, HladoHlas Group, s. r. o., Igor Holka – umelecká agentúra Unisono, I can Academy, Inclusion Europe, Inclusion International, KL Team, s. r. o., Lampyris, Lenka Janeková – LARA BAGS, LK. Permanent, spol. s r. o., Ludialudom.sk, Magistrát hlavného mesta SR Bratislavy, McDonald's, Mestská časť Bratislava-Petržalka, Mestská časť Bratislava Rača, Mgr. Art. Boris Németh, M-H-J Prenájom & Predaj, Ministerstvo kultúry SR, Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR, Ministerstvo spravodlivosti SR, Nadácia Orange, Nadácia otvorenej spoločnosti, Nadácia pre deti Slovenska, Nadácia Veolia, Nadácie Velux, Napas, s. r. o., Národná rada občanov so zdravotným postihnutím v SR, Organizácia muskulárnych dystrofikov v SR, Oriflame, OZ Socioforum, Polygrafické centrum, s. r. o., Prima, n.o., Rada pre poradenstvo v sociálnej práci, Redigovanie, s. r. o., Saleziáni dona Bosca na Slovensku, SHELL Slovakia, s. r. o., SIA – Security Industry Authority, s. r. o., Slovak Spectator – The Rock, s. r. o., Slovenská sporiteľňa, a. s., Socia – nadácia na podporu sociálnych zmien, Spoločnosť Downovho syndrómu, Tanečný klub Danube, Tise – Grupa Banku Credit Cooperatif, Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska, Úrad komisára pre osoby so zdravotným postihnutím, Úrad práce, sociálnych vecí a rodiny Bratislava, Úrad splnomocnenca vlády SR pre rozvoj občianskej spoločnosti, Vstúpte, n.o., Výbor pre osoby so zdravotným postihnutím, Websupport, s. r. o., Wienerberger, s. r. o., Yves Rocher, Základná umelecká škola v Komárne, Zlavomat...