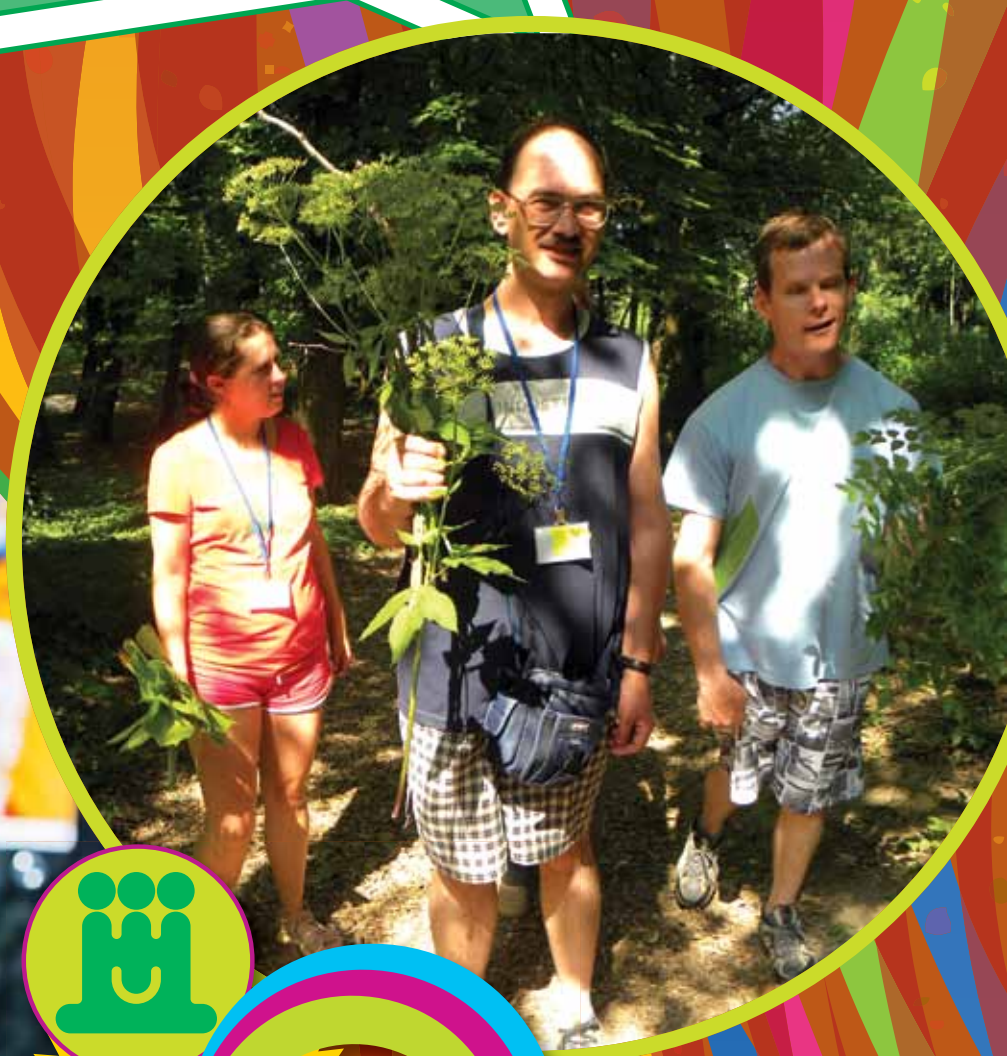


INFORMÁCIE ZPMP v SR

3-4 / 2013

Združenie na pomoc ľuďom
s mentálnym postihnutím v SR



20. ročník
časopisu

ZPMP v SR, Heydukova 25
811 08 Bratislava
tel.: 02/6381 4968
e-mail: zpmpvsr@zpmpvsr.sk
www.zpmpvsr.sk



VÝTVARNÝ SALÓN ZPMP 2013

slávnostné otvorenie v piatok 18. októbra 2013 o 14:00
v Žitnoostrovnom múzeu, Žltý kaštieľ, Múzejná 2, Dunajská Streda

Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v SR v spolupráci so Združením na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím Dunajská Streda a Žitnoostrovnom múzeom v Dunajskej Strede
POD ZÁŠTITOU MINISTRA KULTÚRY MAREKA MAĐARIČA

Vás pozývajú na otvorenie 18. ročníka súťažnej prehliadky prác ľudí s mentálnym postihnutím. Hlavná téma „Planéta Zem je pre všetkých“.

Výtvarný salón ZPMP 2013

je spolufinancovaný z dotácie MINISTERSTVA KULTÚRY SR a s finančným príspevkom mesta Dunajská Streda

Slávnostné otvorenie **v piatok 18. októbra 2013 o 14:00**
V Žitnoostrovnom múzeu Žltý kaštieľ, Múzejná 2, Dunajská Streda

Tel.: +421 31 552 24 02, Fax: +421 31 552 65 32, E-mail: zmpv@zupa-tt.sk

Otváracie hodiny: Ut-Pi 9.00 – 17.00, So 10.00 – 16.00

Možnosti vstupu, vstupné: Základné vstupné: 1 €

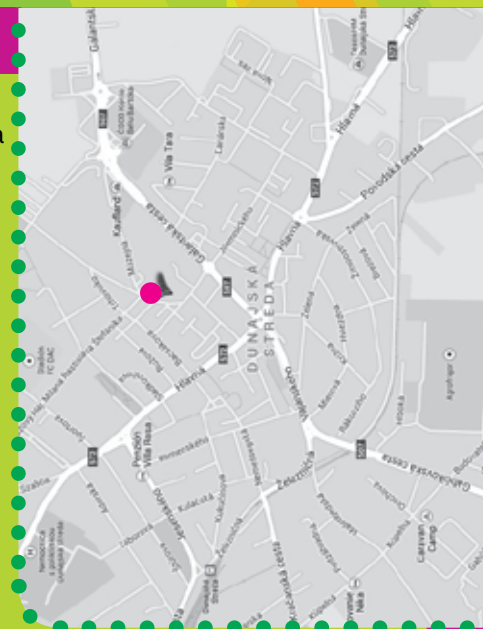
Deti, študenti, dôchodcovia: 0,50 €, Škôlka: 0,33 €, Foto, kamera: 2 €

Vstupné do galérie, kde sa koná Výtvarný salón ZPMP 2013, je pre ľudí so ŽTP, klientov a zamestnancov DSS, chránených dielní a špeciálnych škôl: bezplatne. Špeciálny vstup pre vodičárov: nie je

ZPMP v SR, Heydukova 25, 811 08 Bratislava, Tel. 02/6381 4968

ZPMP Dunajská Streda, Komenského 33, 929 01 Dunajská Streda

Žitnoostrovne múzeum Dunajská Streda, Múzejná 2, 929 01 Dunajská Streda
Mesto Dunajská Streda



Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v SR

Heydukova 25, 811 08 Bratislava, tel./fax: 02/63814968, zmpv@zmpvsk.sk, www.zmpvsk.sk, IČO 00683191

vyhlasuje verejnú zbierku na všeobecne prospešný účel SKVALITNENIE ŽIVOTA ĽUDÍ S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM

Verejnú zbierku povolilo Ministerstvo vnútra SR rozhodnutím č. SVS-OVVS3-2013/013377 zo dňa 30. apríla 2013. Výnos zbierky bude použitý na vzdelávanie, sociálnu rehabilitáciu a podporu voľnočasových aktivít pre ľudí s mentálnym postihnutím. Termín a miesto: **1. júna – 31. decembra 2013** územie Slovenskej republiky.

Spôsob vykonávania:

a) dobrovoľným **zasielaním finančných príspevkov** darcov prostredníctvom poštových a bankových poukážok alebo prevodom z účtu darcu,

b) vyberaním finančných prostriedkov **do uzavretých prenosných pokladničiek** dňa 12.06.2013 vo verejných priestranstvách v Bratislave

a v mesiacoch september – október vo verejnosti prístupnom priestore Atómovej elektrárne v Jaslovských Bohuniciach,

c) zasielaním **SMS (DMS) správ** na krátko číslo **877** v sieťach telekomunikačných operátorov; cena jednej SMS správy bude 2 €.

Číslo osobitného účtu: 2044883553/0200 VÚB, a.s. Bratislava.

Vyúčtovanie verejnej zbierky predloží ZPMP v SR ministerstvu vnútra do 30. januára 2014.

Chcete podporiť realizáciu aktivít pre ľudí s mentálnym postihnutím? Zašlite **SMS** s textom **DMS ZRKADLO** (DMSmedzeraZRKADLO) na číslo **877**.



Ďakujeme!

ĎAKUJEME SPOLUPRACOVNÍKOM A PARTNEROM NAŠICH PROJEKTOV		Projekt podporili 		NADÁCIA OTVORENEJ SPOLOČNOSTI OPEN SOCIETY FOUNDATION 	
			NADÁCIA PRE SLOVENSKA CHILDREN OF SLOVAKIA FOUNDATION		

Informácie ZPMP v SR 3-4/2013. Občasník. Vydalo: ZPMP v SR • Heydukova 25 • 811 08 Bratislava, IČO 00683191 • tel: 02/6381 4968, e-mail: zmpv@zmpvsk.sk

Dátum vydania: 14. 10. 2013 **Ročník vydania:** 20. **Redakčné spracovali:** PhDr. Iveta Mišová • Mgr. Adriena Pekárová • Mgr. Martina Jarolíňová • Mgr. Jana Zámečníková,

Mgr. Lucia Takáčová **Redakčná rada:** Elena Kopalová • PhDr. Iveta Mišová • Mgr. Magda Papánková • Mgr. Adriena Pekárová • Mgr. Ľubica Vyberalová

Grafická úprava: Zuzana Chmelová **Tlač:** POLYGRAFICKÉ CENTRUM, www.polygrafcentrum.sk

Akékoľvek rozmnožovanie textu a fotografií len s výhradným a predchádzajúcim písomným súhlasom vydavateľa. Vychádza s finančnou podporou MPSVaR SR.

Objednávky zasielajte na adresu: ZPMP v SR • Heydukova 25, • 811 08 Bratislava

Registované MK SR č. EV 629/08. Podávanie novinových zásielok povolené RP Bratislava č. j. 1591/96 – P zo dňa 10. 4. 1996. Cena ročného predplatného je 10,- €.

ISSN 1335-8197

1

Obsah

2-4

Stanovisko ZPMP v SR k petícii obyvateľov mesta Zlaté Moravce

Téma Číslo Kreatívne a umelecké aktivity

5-8

- Svet taký, aký má byť / rozhovor s tanečným majstrom Andrejom Mičunkom

9-10

- Sme iní, nie horší / ZPMP Krtkovčatá

11-14

- Výtvarné aktivity I. - ako to robia v DSS prof. Karola Matulaya / Adriana Pekárová

Farby života

15-19

- Výtvarné aktivity I. - ako to robia v DSS prof. Karola Matulaya (obrazová príloha)

19-21

- Deň krivých zrkadiel

Celoživotné vzdelávanie – projekt pokračuje

22-26

- Lektori pre celoživotné vzdelávanie / Edit Lanstyák, Patrícia Garajová Jarjabková, Agnes Cséfalvay, Janka Malatincová, Lucia Takáčová, Mária Gibalová

Deň krivých zrkadiel

27

- Deň krivých zrkadiel v Bratislave / Jana Zámečníková

27-28

- Zrkadlenie / Peter Demek, Katarína Boronová ZPMP v SNV

28

- Japonské bojové umenie v Košiciach / Katarína Juricová, Danka Bozogánová

Projekty ZPMP v SR

29

- Dôstojný život – právo, nie privilegium / Iveta Mišová

30-31

- Cesty k samostatnosti na medzinárodnej konferencii / Jana Zámečníková, Marián Horanič

31

- Aj my chceme žiť samostatne / Lucia Takáčová

Terapie

32-34

- Bazálna stimulácia v Domove sociálnych služieb pre deti a dospelých Sibírka / Marta Guldánová, Dana Konečná

Radíme

35

- Výmena preukazov občana s ŽPZ / Milan Mechura

Podakovanie

36

- Podakovanie dobrovoľníkom
- Podakovanie – Projekt rekultivácie záhrady

Stanovisko ZPMP v SR k petícii obyvateľov mesta Zlaté Moravce

Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v SR je znepokojené nad vyhláseniami časti obyvateľov Zlatých Moraviec, lokality Ďatelinisko, vyjadrujúcich odmietavý postoj k vybudovaniu nového pobytového zariadenia pre 12 klientov s mentálnym postihnutím, ktoré chce postaviť Nitriansky samosprávny kraj. Je poburujúce, že obyvatelia tak konajú za podpory prednosti radnice Romana Šíra a primátora mesta Petra Lednára. Signatári petície aj primátor Zlatých Moraviec svojimi vyhláseniami ignorujú práva ľudí s mentálnym postihnutím, ktorí sa majú stať obyvateľmi uvedeného pobytového zariadenia, pričom je treba zdôrazniť dopad týchto vyhlásení ako zásah do práva na dôstojný život tejto skupiny ľudí. Je normálne a bežné, že by si ktokoľvek vyberal suseda, ktorý má vedľa neho žiť? Čo vedie obyvateľov Zlatých Moraviec k takémuto netolerantnému a tvrdému postoju?

Ľudia s mentálnym postihnutím často vyzerajú inak. To však neznamená, že sú horší ako my, bez postihnutia. Väčšina ľudí ani netuší, kto sú títo ľudia, akú majú povahu, ako cítia... Pocity neistoty a strachu z neznámeho sú často dôvodom na ich diskrimináciu a odmietanie. Sú to jednoduchí ľudia, ktorí chcú byť našimi partnermi a žiť s nami. Nie sú to vrahovia, zlodeji a násilníci, ale o tom sa môže každý presvedčiť len vlastnou skúsenosťou. „Viem spievať, viem tancovať. Viem sa učiť i pracovať. Cítim radosť i bolesť, lásku i žiaľ. Som človek a chcem žiť s tebou...“ Tieto slová svojim obsahom vyjadrujú pocity ich prežívania. Aj ľudia s mentálnym postihnutím majú svoje názory a predstavy. Majú svoje vlastné sny... Chceme ich podporovať na ceste k samostatnosti a plnohodnotnému životu.

Mnohé riešenia, ktoré spoločnosť vo všeobecnosti považuje za dobré pre ľudí s mentálnym postihnutím, nie sú tie najvhodnejšie a v mnohých prípadoch ide o riešenia najjednoduchšie pre spoločnosť, prípadne pre zodpovedné orgány a inštitúcie. Štandardné umiestňovanie dospelých ľudí s mentálnym postihnutím do celoročných zariadení mimo komunity je vo väčšine prípadov definitívnym riešením, klienti takýchto zariadení majú obmedzený kontakt s vonkajším svetom, nemajú možnosť rozhodovania o tom, aký bude ich život, kde a s kým budú bývať, nemôžu slobodne rozhodovať o nakladaní so svojimi finančnými prostriedkami... Dostávajú sa do zariadení, v ktorých spravidla prežívajú zvyšok života.

Dohovor OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím, ktorý Slovenská republika ratifikovala, Ústava SR a ďalšie naše zákony obsahujú ustanovenia, podľa ktorých sú si všetci ľudia rovní vo svojej dôstojnosti a vo svojich právach a zakazujú diskrimináciu na základe rôznych dôvodov, akým je i zdravotné postihnutie.

To, čo považuje pán primátor za „blbosť“, pričom sa odvoláva na pána Boha, ktorý je nad ním, a ktorého si privola ako svedka svojho vyhlásenia, že „*nikdy ne-podpíše a nedá súhlas, aby sa toto urobilo*“, je starostlivo pripravovaný inovatívny pilotný projekt, v súlade so schválenou **Stratégiou deinštitucionalizácie systému sociálnych služieb a náhradnej starostlivosti v SR** (schválenou v roku 2011 a podporovanou predošlou i terajšou vládou). Slovensko sa touto stratégiou hlási k celosvetovému trendu systematického odstraňovania dôsledkov dlhodobo uplatňovaného modelu inštitucionálnej starostlivosti a prechodu na služby komunitného charakteru. Jej hlavným cieľom je vytvorenie a zabezpečenie podmienok pre nezávislý a slobodný život všetkých ľudí, odkázaných na pomoc spoločnosti, v prirodzenom sociálnom prostredí komunity.

ZPMP v SR odmieta akékoľvek prejavy diskriminácie a vyzýva obyvateľov Zlatých Moraviec k prehodnoteniu svojho postoja. Zároveň vyzýva kompetentné orgány a inštitúcie – MPSVR SR, Nitriansky samosprávny kraj, mesto Zlaté Moravce – k riešeniu tejto situácie a k verejným diskusiám, z ktorých bude verejnosti zrejmé, čo začatý proces znamená. Obracia sa na zodpovedné inštitúcie, aby obyvateľom dotknutej ulice objasnili, že postavením pobytového zariadenia pre ľudí s mentálnym postihnutím „nestratí hodnotu ich nehnuteľnosť“, neznižá sa „kvalita ich života“, nebude „nebezpečenstvom pre ich deti“ a nebude „z neprijemňovať ich život“, práve naopak, môže im ukázať cestu ako nájsť nový pohľad na život človeka, jeho hodnoty a správanie.

Bratislava, 8. 8. 2013
PhDr. Iveta Mišová
riaditeľka Republikovej centrály ZPMP v SR

Za Predsedníctvo ZPMP v SR:

PhDr. Stefi Nováková, predsedníčka
JUDr. Zuzana Stavrovská, podpredsedníčka
Mgr. Ľubica Vyberalová, podpredsedníčka
Mgr. Patrícia Garajová – Jarjabková
PhDr. Eva Števková
PhDr. Alena Repiščáková
Mgr. Agnes Zelená
Mgr. Ladislav Krajčovič
Richard Drahovský



Branislav Ondruš

štatný tajomník

Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky

Bratislava 20. augusta 2013
Číslo: 17202/2013-M_OSS

Vážená pani riaditeľka,

dňa 9. augusta 2012 bolo na MPSVR SR doručené stanovisko Združenia na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v SR k petícii obyvateľov mesta Zlaté Moravce, lokality Ďatelinisko a vyjadreniam verejných predstaviteľov mesta Zlaté Moravce vyjadrujúce odmietavý postoj k vybudovaniu nového pobytového zariadenia pre 12 prijímateľov sociálnych služieb so zdravotným postihnutím, ktoré chce vybudovať Nitriansky samosprávny kraj. Vyjadrenia signatárov petície a verejných predstaviteľov mesta Zlaté Moravce nie sú v súlade s právmi osôb so zdravotným postihnutím. Práva osôb so zdravotným postihnutím tvoria súčasť ľudských práv. Ochrana ľudských práv je dôležitá pre každého človeka, osobitne pre takého, ktorý z akýchkoľvek dôvodov potrebuje pomoc a ochranu pri ich uplatňovaní. Potreba zabezpečiť osobám so zdravotným postihnutím osobitnú starostlivosť je zakotvená a zvýraznená v rôznych významných medzinárodných dokumentoch, osobitne v najzávažnejšom dokumente na zabezpečovanie ochrany práv osôb so zdravotným postihnutím Dohovore OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím („ďalej len Dohovor“) a jeho Opčnom protokole. Národná rada Slovenskej republiky s Dohovorom vyslovila súhlas a rozhodla, že ide o medzinárodnú zmluvu, ktorá má podľa čl. 7 ods. 5 Ústavy SR prednosť pred zákonmi. Prezident Slovenskej republiky Dohovor ratifikoval 28. apríla 2010 a ratifikačná listina bola 26. mája 2010 uložená u depozitára, generálneho tajomníka Organizácie Spojených národov. Pre Slovenskú republiku Dohovor nadobudol platnosť 25. júna 2010 v súlade s jeho článkom 45 ods. 2. Po uložení ratifikačnej listiny Slovenská republika uplatnila výhradu k ustanoveniu čl. 27 ods. 1 písm. a) Dohovoru v súlade s jeho článkom 46. Slovenská republika v roku 2012 podľa čl. 35 Dohovoru predložila Výboru OSN pre práva osôb so zdravotným postihnutím komplexnú správu o opatreniach prijatých na účel plnenia záväzkov vyplývajúcich z Dohovoru a o pokroku, ktorý v tomto smere dosiahla, a to do dvoch rokov po nadobudnutí právoplatnosti Dohovoru pre Slovenskú republiku. Správa bola vypracovaná v súlade s usmerneniami Výboru OSN pre práva osôb so zdravotným postihnutím, upravené v osobitnom dokumente k Dohovoru. Po ratifikácii v roku 2010, sa EÚ stala 97. zmluvnou stranou historicky prvého zmluvného nástroja týkajúceho sa ľudských práv (Dohovoru). Práve Dohovor vyjadruje širší záväzok EÚ

vybudovať „Európu bez bariér“ pre približne 80 miliónov osôb so zdravotným postihnutím do roku 2020. Tak ako to určuje aj Stratégia Európskej únie pre oblasť zdravotného postihnutia 2010 – 2020.

Vládou schválená Stratégia deinštitucionalizácie systému sociálnych služieb a náhradnej starostlivosti a pripravovaná novela zákona 448/2008 Z. z. o sociálnych službách podporujú prechod z inštitucionálnej na komunitnú starostlivosť, ktorého súčasťou je budovanie aj takých komunitných služieb ako je pobytové zariadenie pre 12 prijímateľov sociálnych služieb v Zlatých Moravciach.

Petícia občanov mesta Zlaté Moravce je prirodzená reakcia na nedostatočnú informovanosť v komunite a preto je nevyhnutné z pozície kompetentných úradov ako je Nitriansky samosprávny kraj a mesto Zlaté Moravce s ňou pracovať a riešiť ju, tak aby neboli porušované ľudské práva.

Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR odmieta akékoľvek prejavy diskriminácie a porušovanie práv občanov so zdravotným postihnutím zo strany verejných orgánov a verejnosti. Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR súhlasí so stanoviskom Združenia na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v SR a podporuje jeho iniciatívu a vyzýva predstaviteľov mesta Zlaté Moravce a Nitrianskeho samosprávneho kraja na prehodnotenie svojich postojov a stanovisk, tak aby boli v súlade s dodržiavaním ľudských práv.

S pozdravom

Vážená pani
PhDr. Iveta Mišová
riaditeľka Republikovej centrály
ZPMP v SR
Bratislava

Na vedomie:
Doc. Ing. Milan Belica, PhD.
predseda Nitrianskeho samosprávneho kraja

Dipl. Ing. Peter Lednár, CSc.
primátor mesta Zlaté Moravce



PREDSEDA NITRIANSKEHO SAMOSPRÁVNEHO KRAJA

doc. Ing. Milan Belica, PhD.

Nitra - 2. 09. 2013

Vážený pán štátny tajomník,

na základe Vami zaslaného listu zo dňa 20. augusta 2013 adresovanom riaditeľke republikovej centrály ZPMP SR a ktorý nám bol daný na vedomie, Vás môžeme ubezpečiť, že Nitriansky samosprávny kraj si plne uvedomuje ochranu ľudských práv s ohľadom na ochranu ľudských práv osôb so zdravotným postihnutím.

V súlade s Dohovorom OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím Nitriansky samosprávny kraj odmieta akékoľvek prejavy diskriminácie a porušovania práv občanov so zdravotným postihnutím. Sme toho názoru, že nami pripravovaný projekt k vybudovaniu nového pobytového zariadenia pre prijmateľov sociálnych služieb so zdravotným postihnutím na území Mesta Zlaté Moravce, lokalita Datelinisko, nemôže viesť k žiadnym formám segregácie medzi jednotlivými obyvateľmi dotknutého územia, nakoľko by malo ísť o proces prechodu klientov z tradičných zariadení sociálnych služieb, kde sú fyzicky izolovaní od bežného života, do komunitných služieb, kde spolu utvárajú podmienky pre život zodpovedajúci väčšinovej spoločnosti a podmienky rovnoprávného občianstva.

Petícia obyvateľov Mesta Zlaté Moravce, ktorá bola na Nitriansky samosprávny kraj doručená, pravdepodobne pramenila z nedostatočnej informovanosti o pripravovanom zámere, a z nedostatočnej komunikácie, ako ste to správne podotkli vo Vašom liste. A preto budeme hľadať najvhodnejšie riešenie pre všetkých, ktorých sa to dotýka.

Nitriansky samosprávny kraj pripraví na zasadnutie Zastupiteľstva Nitrianskeho samosprávneho kraja informatívnu správu k predmetnému projektu ako aj k petícii obyvateľov a následne budeme postupovať podľa rozhodnutia Zastupiteľstva Nitrianskeho samosprávneho kraja.

S úctou



Vážený pán štátny tajomník
Mgr. Branislav Ondruš
 Ministerstvo práce, sociálnych vecí
 a rodiny Slovenskej republiky
 Bratislava

Rázusova 2A, 949 01 Nitra
 Tel: 037 / 6922 911 Fax: 037 / 6580 262 e-mail: info@unsk.sk



Svet taký, aký má byť

ROZHOVOR S TANEČNÝM MAJSTROM ANDREJOM MIČUNKOM

Andrej Mičunek pracuje už 21 rokov tanečný tréner, z toho vyše 17 rokov učí spoločenské tance (štandardné, latinskoamerické) ľudí s rôznym druhom zdravotného postihnutia, mentálne nevynímajúc. Pôsobí v TK Danube na Batkovej ulici v Bratislave Dúbravke.

Pán Mičunek, ako ste začínali s tancom?

V roku 1985, keď som bol siedmak, prišli nás do školy pozvať na spoločenské tancovanie a ja som sa prihlásil. Odvtedy som v tejto brandži. Tancovanie má výhodu, že postupy ani vyššie kategórie sa nedajú kúpiť, ale všetko si musíte oddrieť a vytancovať. Ak ste šikovní, tak sa môžete dostať až do medzinárodnej triedy. Mne sa to podarilo, podobne ako niektorým mojim kolegom, s ktorými sme začínali. Tancoval som štandardné i latinskoamerické tance, v nich som získal svoju prvú najvyššiu triedu A. Postupne som sa však zamerlal na štandardné tance, zrejme to bolo aj zásluhou učiteľov a trénerov, ktorí ma ovplyvňovali v tom pozitívnom zmysle slova.

Ako sa stalo to, že z tanečníka sa stal učiteľ?

Veľa ľudí má ambíciu trénovať po skončení kariéry iných. Ja som s tým začal už skôr. Po siedmich rokoch tancovania som si v roku 1992 založil klub a súčasne som robil trénera aj som súťažne tancoval. V roku 2000 som skončil kariéru ako medzinárodný tanečník v štandardných tancoch. Dnes už len trénujem. Napriek tomu, že na prvý pohľad vyzerám ako nekontaktný človek, úplný opak je pravdou. Keď je treba, viem presne ako a kde zatlačiť, aby človek, ktorého trénujem, mal sám zo seba dobrý pocit. Bola to najdôležitejšia výzva, potiahnuť ľudí ďalej, keď som videl ich potenciál, čo môžu dosiahnuť... A bolo to tiež veľmi kontaktné, príjemné. A vôbec, „robiť“ s ľudským telom v tanci je čarovné, lebo vy ho vlastne môžete meniť. Telo je nástroj, ktorý vyludzuje kroky a pohyb presne podľa hudby. A je veľmi pekné! Aj u ľudí s hendikepom, ktorí majú priamo alebo sekundárne obmedzený pohyb. Je to úžasné pozorovať, ako sa „roztápajú“. Keď sa tanec stane životným osudom alebo láskou, ako sa to stalo mne, tak to sú motory vytvárajúce energiu. Keď som unavený, nahnevaný, sklamaný, tak tanec iných vnímam, akoby bol môj, a tanečníci mi dávajú silu.



Tanec prepája ľudí veľmi prirodzene. To je aj dôvod, prečo som začal robiť aj s ľuďmi, ktorí na prvý pohľad možno inak vyzerajú, majú mentálne postihnutie, alebo nepočujú, nevidia či sú na vozíku, majú telesné postihnutie... Začal som ich učiť, lebo som ich chcel potiahnuť ďalej. Ukázať im, čo dokážu – to sú oni, je to ich práca, ktorá svedčí o ich kvalite.

Ako ste sa teda dostali k práci s ľuďmi so zdravotným postihnutím?

Po skončení vysokej školy som mal možnosť absolvovať vojenskú civilnú službu v zariadení, kde sú hendikepovaní ľudia s kombinovaným postihnutím. To ma oslovilo. V roku 1996 sa pripravoval galakonzert Od srdca k srdcu a organizátori ma oslovili, aby som upravil choreografiu Hviezda vianočná na pieseň Paľa Haberu. Bolo to pre zmiešanú skupinu vozičkárov, ľudí, ktorí sa o nich starali, vychovávatelov, pedagógov a pod. Tak sme si sadli a začali pripravovať

program. Videl som, ako vozičkári pekne reagovali, počúvali... A vtedy mi svitlo, že toto je tá skupina ľudí, s ktorými by som mohol tanec robiť. To bol ten spúšťač. Už na jar 1997 sme vzali na tréningový pobyt aj vozičkárov. Potom to už išlo prirodzene. Ozvala sa škola na Mokrohájskej ulici, špeciálna škola na Dolinského ulici, škola pre nepočujúcich na Drotárskej ulici, s ktorou som dlhé roky spolupracoval. Chodil som do tých škôl, tam prebiehala výučba, kým som nemal vlastné priestory. Pripravovali sme rôzne kultúrne vystúpenia, prezentácie pre rodičov či delegácie. To bol taký môj začiatok. Najskôr som to zväčša robil dobrovoľnícky, ako misiú, neskôr sa to už nedalo robiť zadarmo. Aktivít pribúdalo a blokovalo mi to môj pracovný program, tancovanie so zdravými pármami, za čo som bol platený.

Ako sa vám podarilo rozvinúť tanečné kurzy pre ľudí s hendikepom?

Štát aj samospráva nám veľmi pomáhali prostredníctvom dotácií zo svojich zdrojov tak, aby ľudia s hendikepom nemuseli za tancovanie platiť. Koncom 90. rokov, keď sa našou čestnou prezidentkou stala pani Čarnogurská, sme diskutovali, prečo by tancovanie stále malo byť také „telocvičné“, na okraji záujmu. Nemyslím si, že niekto môže niekomu s postihnutím nalinkovať jeho kvalitu života (to sa týka zdravých aj postihnutých). To neznášam, a keď sa to deje, som zúrivý. Prišiel som s nápadom, že by bolo skvelé mať priestor, ktorý by bol k dispozícii sedem dní v týždni, 365 dní v roku, a to nielen na tanec, ale aj na sociálnu a zdravotnú rehabilitáciu. Chcel som tam mať napr. jacuzzi, masáž, aromaterapiu, arteterapiu, ale aj kreatívnu prácu na počítači, videoklipy, fotokoláže... Jednoducho som chcel takto ľudí posúvať, aby neboli natrvalo zasunutí v nejakých kolónkach, nech nie sú len konzumenti, ale naopak, aby sa stali producenti. Začali sme to robiť a myslím si, že aj rodiny potom videli a cítili pozitívne zmeny. To je výzva, ktorá trvá dodnes, má však už inú podobu, pretože už mám pokračovateľov tejto myšlienky, a je to veľmi príjemné. Keď vidím, ako sa tanečníci hlásia ku mne, ku klubu, k tomu, čo robíme, ako sa dobre cítia, keď vidím tie rodiny na parketoch, to mi dáva energiu. Lebo verte, to nie je päť hodín denne na parketoch, to je päť dní na sále, potom cestujeme, cez víkend stojíme aj 12 hodín nepohnute pri rozhodovaní súťaží... Znamená to sedem dní v kuse v permanencii, a to je naozaj vyčerpávajúce. Prídu aj myšlienky, načo to robíme... Ale keď potom vidím ľudí s postihnutím, ktorí sú obrazne povedané tzv. „spolumajitelia klubu“ – Lucka, Maťo, tak keď sme traja, lepšie sa mi do klubu chodí a hneď je svet krajší.

Ako reagujú na tanečníkov s postihnutím ostatní návštevníci klubu?

Stáva sa, že niektorých zdravých odrádza prítomnosť ľudí s akýmkoľvek hendikepom, ale tak už sú niektorí nastavení, s tým nevieme pohnúť. Jediné, čo preto robíme je, že popularizujeme klub cez zľavové portály, získavame veľké množstvo dospelých, ktorí radi chodia na tanečné kurzy a ja ich zábavnou formou vyučujem. Nie je dôležité, koľko percent tanečníkov zostane, ale je dôležité, aby ľudia vedeli, že existuje zariadenie, kde vozičkári obsluhujú v internej kaviarni, kde sa striedajú zdraví tanečníci s tanečníkmi s mentálnym postihnutím a je to prirodzené, nikto to „nerieši“.

Stane sa, že niektorým návštevníkom tanečných kurzov prekáža, keď vidia napr. 11 zaparkovaných vozičiek, keď si chcú po ťažkom stresovom dni tancom oddýchnuť; táto rozmanitá spoločnosť je pre niektorých priveľa. Máme prirodzený „odpad“ 66 %, to sú takí, čo si zaplatia, ale nedochodia kurz. Oni chcú mať svoj pokoj. Najprv som im to zazlieval, no dnes ma to už menej rozčuľuje, ako predtým, beriem to ako fakt.

Aká je atmosféra vo vašom ľudsky „pestrom“ klube?

Som hrdý nie na to, že máme súťaž v Redute alebo hoteli Sheraton (i keď to je príjemné a darí sa nám to), ale teší ma, že v našom klube je zmenšenina sveta, kde všetci normálne fungujú, všetci sa radi vidia, poznajú sa, majú sa radi, kto chce s tým sa kamoši, s kým nechce nekamoši. Je to svet, ktorý funguje tak, ako má. Nikto nič zbytočné nerieši, prehnané sa nikto o nikoho nestará.

Ved' predsa aj my, ktorí nemáme hendikep, sa tiež nekamarátame s každým, jediné, čo môžeme a mali by sme robiť



všetci, je byť voči sebe slušní a empaticí. Toto u nás funguje. A je to práve to, prečo sa mi môj „motor“ i druhýkrát nashartoval (už sa totiž vypínal, najmä fyzicky) a znovu som sa nabil energiou.

Teraz sme robili tzv. „redizajn“ klubu s akcentom na ľudí, ktorí tam trávajú svoj čas. Tiež sme naplánovali pobyt, ktorý je síce drahý, ale každému človeku s postihnutím naň priplácame 100 – 130 %, aby sa mohol zúčastniť. Myslím, že raz za čas si tí ľudia zaslúžia zažiť takýto špecifický pobyt a užiť si ho.

Pristavila by som sa pri vozičkároch. Aký je záujem o tanec na vozíku? Nie je ťažké nájsť integrované dvojice?

Nie je to celkom ľahké a typické. Snažím sa vyzývať bývalých členov klubu, ktorí skončili tancovanie, aby prišli robiť tento druh tanca, snažím sa im to aj finančne kompenzovať, aby sme mali čo najviac integrovaných párov. Vozičkárske tancovanie je ako krajina neobmedzených možností, paradoxne je niekedy väčší záujem o tento druh tanca zo strany zdravých. Tanec na vozíku sa na Slovensku realizuje na skvelej úrovni, my sme špička. So svojimi tanečníkmi som zakladal tanec na vozíku v Kanade, Veľkej Británii, v Rakúsku, teraz to budeme robiť v Gruzínsku. Takže pokračujeme ďalej i v tejto misii. Musím konštatovať, že záujem o kultúrno-športové aktivity zo strany štátu je malý. Štát nemá záujem riešiť situáciu ani vtedy, keď vzniká akákoľvek nová platforma, ktorá má jediný účel, len získať peniaze a nerobiť nič kvalitné. Štát si povie, že vyčlenil na tento typ aktivít pre hendikepovaných toľko a toľko eur, nech sa kluby podelia.

Je nesmierne dôležité podporovať ľudí, ktorí niečo vybudovali pre ľudí s postihnutím (a teraz nehovorím len o nás), takých ľudí, ktorí majú výsledky a kontinuitu, ide im práca od ruky a vyvíja sa. O kreativite a „biznisovom“ rozmyšľaní toho vedia tí, ktorí vedú spoločnosť, málo, bez ohľadu na to, kto je pri moci. Sme radi, že môžeme chodiť po ulici a že dostaneme nejaké peniaze na nejaké aktivity.

Máte roky skúseností s tanečníčkami/tanečníkmi na vozíku. Aké je podľa vás ich prežívanie hudby a pohybu?

Väčšina si myslí, či už ide o štandardné alebo latinskoamerické tance, že to je u vozičkára bez nadväznosti na hudbu, že vozičkár v tej rýchlosti kontroluje chodiaceho. Vôbec to tak nie je, vozičkár musí vedieť, ako ovládať pohyb vozíka pri každom takte presne, samostatne. Musí vedieť všetky figúry a rozumieť hudbe. Na terapiách, kde sa zúčastňujú vozičkári sami bez partnerov, kultivujeme celú vrchnú časť tela ako u zdravých a dolnú časť tela tak, že jeho šlapami je jeho zadok. Je to celý systém, musí to byť v symbióze.

Sú ľudia s mentálnym postihnutím náročnejšia skupina? Ako ste sa k nim dostali? Akí sú?

Ani nie náročnejšia, ale tempo, ktorým pracujeme, musí byť pomalšie. Nevieť presne, kedy sme začali, no minimálne od roku 2000 robíme tanec s ľuďmi s mentálnym postihnutím. Oslovili ma rodičia dospelých detí s mentálnym postihnutím, či by som neskúsil robiť tance i pre túto skupinu ľudí. Povedal som si, prečo nie, pokiaľ primerane a bežne reagujú.

Všetci sa ma pýtajú, čo ma baví na tanci s nimi a musím povedať, že totálne relaxujem. Vôbec mi nevedí, že to dlho opakujeme, raz sa to podarí. A akí sú? Prídu vás objasť, prinesú vám kvetinku, gaštan, povedia, aké je krásne počasie, donesú obrázky, je to skvelé, časť zo seba mi odovzdajú. Mám rád priamu komunikáciu a oni sú veľmi priami. Táto skupina je tzv. misijná skupina. Určite to majú ťažké rodičia, ktorí ich majú doma 24 hodín, musia byť obrnení trpezlivosťou na množstvo opakujúcich sa otázok, aj okolie občas reaguje negatívne. Na druhej strane mali by sme byť ako oni. To je taký recept, nájsť návod, ako to prežiť. Boj o prežitie s ľuďmi s mentálnym postihnutím by nebol boj, pretože oni by sa so všetkým podelili. Možno by sme sa všetci menej najedli, ale prežili by sme. To sú ľudia, pri ktorých sa nedá nič utajiť, komunikácia je priama, a to je veľmi dôležité.

Ale musím povedať, že niekedy je rodič väčší problém ako jeho dieťa s mentálnym postihnutím. Dnes po tých rokoch viem po chvíli zistiť, či to, že dieťa je nesústredené a vyrušuje, je vecou výchovy.

V klube mám napríklad chlapca, ktorý po slovách opakuje poslednú slabiku alebo slovo. Robí to všade, ale v tanečnom klube nie. Sme jediné zariadenie, kde to nerobí, má rešpekt, ale nebojí sa a pritom na tanec veľmi rád ide. Znamená to, že raz za týždeň 60 minút to vôbec nerobí a uvedomuje si to. To znamená, že to dokáže ovplyvniť. Ak sa rodič stotožní s tým, že je to diagnóza a nič s tým nedá robiť, môže to spôsobiť mnoho zbytočných problémov.

Viem, že máte celoročné tanečné aktivity a tzv. trojmesačný tanečný seminár...

Na trojmesačný seminár chodí cca 30 tanečníkov. Keď niekto absolvuje tento seminár, môže si vybrať, koľko času u nás strávi. Napr. člen klubu môže chodiť na vedené hodiny zadarmo v pondelok a v stredu od 18.45 do 20.15 hod. Niektorí chodia aj na individuálnu tanečnú terapiu, napr. 2x, čiže niekto chodí 4x týždenne (2x individuálne a 4x vedené hodiny). Každý tanečník s mentálnym postihnutím si to sám rozhodne.

V minulom roku sa nám podarilo posunúť skupinu šiestich tanečníkov s mentálnym postihnutím, ktorí prejavili záujem, na takú úroveň, že môžeme tento tanec predstavovať v zahraničí. Pozrite si na internete, akú kvalitu má tanec týchto tanečníkov v iných krajinách – okrem našich párov, žiaľostný.

A ako prežívajú tanec a hudbu ľudia s mentálnym postihnutím?

Sú veľmi zodpovední, neverbalizujú svoje pocity z hudby. Napr. Maťo, kým sa začal slobodne hýbať, jeho predstava o tanci bola jedna rovná palica, s hlavou dohora. Dnes

už sme ďalej. Treba síce pevné rovné postavenie, ale už sa hýbeme.

Ak niekto, kto s nimi tancuje, ich nevie naučiť zložitejšiu zostavu, tancujem s nimi ja. Napojím sa na ich rýchlosť a vodím ich, zrýchľujem, spomaľujem, podľa potreby toho ktorého tanca. Nedá sa to laicky slovne vysvetliť.

A k otázke emócií – mne stačí, že tam často chodia, dobre sa cítia a nemusia sa vôbec prehnane usmievať. Vieme, prečo tam prišli, čo sledujú a prečo to robia. Jediné, čo mi je ľúto, že títo ľudia, ktorí budujú/rozvíjajú svoju osobnosť, nie sú podporovaní samosprávou a musia si platiť vysoké poplatky. Ak chceme klub užiť, treba platiť. Som zásadne proti tomu, lebo si myslím, že hendikepovaný človek už raz zaplatil tým, že je iný a druhýkrát by mal doplatiť on alebo jeho rodina len nejakú symbolickú čiastku. O ostatné by sa mala postarať samospráva. Jeden taký rok sme zažili, keď nám vyšší územný celok poskytol významnú dotáciu na klienta s postihnutím a ten tam mohol byť 5x v týždni za 10 eur, mohol brať všetky terapie a rozvíjať svoju osobnosť, lebo sme to vedeli vykompenzovať. Žiaľbohu, ceny narástli päťnásobne a musíme hradiť reálne náklady na energie, učiteľov, pritom nemáme žiadnu podporu zo samosprávy.

Je hľadanie zdravých partnerov pre tanečníkov s mentálnym postihnutím ťažšie?

Nie je to ťažké, možno trochu sťažené, možno niektorí ešte nedovršíli vek, aby to celkom pochopili a dali sa na to. Ale nechcem, aby niekto v mojom klube niečo robil nasilu. To by bolo zlé a kontraproduktívne.

Aké ste dosiahli úspechy a aké máte plány do budúcnosti?

Urobili sme pre túto skupinu ľudí pilotný projekt, v decembri minulého roka bola súťaž Intercontinental Integra Cup v NTC. Bola to medzinárodná premiéra, súťaž integrovaných párov s mentálnym postihnutím. Veľmi dobre to vyzeralo, diváci to prijali pozitívne. Pokračujeme druhým ročníkom v hoteli Sheraton. Tešíme sa na to, decká ukážu, kam sa posunuli. A na to je zamerané aj tréningové sústredenie v auguste. Posledná prehliadka tanečných párov ľudí s mentálnym postihnutím bude na Mikuláša 6. decembra 2013 na našom Galakonzerte.

Ďakujem vám za rozhovor a prajem veľa, veľa tanečných úspechov!

Zhovárala sa PhDr. Iveta Mišová

Ponuka a spektrum aktivít je široké, viac informácií o konkrétnych ponukách je na www.tkdanube.sk



Sme iní, nie horší



V roku 1997 v DSS Podskalka napadla pedagogickým a zdravotníckym pracovníkom myšlienka založiť „mimovládku“. Všetci sme tým boli nadšení. Prípravy prebiehali dosť trnistou cestou. Nášmu združeniu sme dali názov Krtkovčatá a naším symbolom sa stal krtko. Hoci to nie je veľmi obľúbené zvieratko a žije v čiernej zemi, vyhrabáva sa na svetlo božie, aby videl slniečko, svet, ktorý v zemi nevidí.

Členmi ZPMP Krtkovčatá sú prevažne deti, výchovní a zdravotnícki pracovníci a ich rodinní príslušníci z CSS Garden (bývalý DSS Podskalka), deti a rodičia z CSS Garden – rehabilitačné zariadenie, deti zo ŠZŠ na Třebičskej ulici, rodičia, deti a sympatizanti združenia.

V prenesenom význame sa krtkova snaha „vidieť slnko a svet“ vzťahuje na naše postihnuté deti. Venujeme sa im v oblasti záujmovej činnosti a zmysluplného využívania voľného času, organizujeme benefičné koncerty, vydávame kalendáre, pripravujeme výtvarné výstavy, nahrávame CD nosiče, organizujeme rekondično-rehabilitačné pobyty. Zároveň im dávame možnosť objaviť v sebe niečo, čo dosiaľ nepoznali a mohli prežívať kvalitnejší život, o čosi radostnejší a perspektívnejší v duchu nášho motta *Sme iní nie horší*.

Myslím si, že naše motto je aj po šiestnástich rokoch našej existencie stále aktuálne a dostalo sa do povedomia majoritného obyvateľstva na Slovensku, ale aj v zahraničí. To isté platí aj o názve, ktorý sme dali nášmu združeniu ZPMP Krtkovčatá.

Ustanovujúca schôdza nášho združenia sa konala 26. 8. 1992 a predsedom sa stal Mgr. Vasil Goc, ktorý je dodnes na čele nášho združenia. V roku 2012 sme si pripomenuli už 15. výročie založenia nášho združenia medzinárodným seminárom a vydaním česko-slovenskej publikácie Jsou jiní, ne horší aneb hledání šance – Sú iní, nie horší, alebo hľadanie šance. Jej autormi sú Mgr. Petr Šulista a PhDr. Ladislav Bohuš.

Mgr. Petr Šulista je zakladateľom, dramaturgom a dušou medzinárodného festivalu zdravotne postihnutých hudobníkov *Salve caritas – salve vita* v českých Strakoniciach. Od roku 1999 je aj naše ZPMP Krtkovčatá účastníkom tohto festivalu, kde úspešne reprezentuje nielen združenie, mesto Humenné, ale aj Slovenskú republiku.

Tohto roku v novembri zrealizujeme už XVI. ročník nášho medzinárodného benefičného koncertu *Sme iní nie horší*. Na týchto koncertoch účinkujú naši dlhoroční priatelia z DSS z Čiech, Bulharska, Rakúska, s ktorými sme nadviazali kontakty práve v Strakoniciach. Našími ďalšími zahraničnými partnermi sú DSS z Rymanova, DSS Sanok z Poľska, Internátna škola pre



deti s dýchacími problémami z mesta Vinníky – Lvov z Ukrajiny, SZŠ Ferenca Móra Mátészalka z Maďarska, DSS Bitola z Macedónska. Nadviazali sme spoluprácu aj s Gymnáziom v Lešne v Poľsku, ktorého riaditeľ je koordinátorom spoločného projektu s Internátnou školou vo Vinníkoch – Lvove a so špeciálnymi školami v Holandsku. So všetkými spomínanými zariadeniami spolupracujeme na rôznych aktivitách (pracovné semináre, workshopy, vystúpenia, oslavy MDD a pod.). Na našich medzinárodných benefičných koncertoch vystupuje 120 – 130 účinkujúcich zo spomínaných sociálnych zariadení a špeciálnych škôl. ZPMP Krtkovčatá sa predstavujú minimuzikálmi (Vianočná pohoda, Viktória, Kráľ rytmu, Salve Vita, Sny). Na tohtoročnom benefičnom koncerte, ktorý sa uskutoční 24. 11. 2013, sa predstavíme minimuzikálom *Curriculum vitae*, ktorý bude spomienkou na vydanie našej prvej CD platne *U nás na Podskálke*. Táto CD platňa vyšla pred pätnástimi rokmi v roku 1998 v spolupráci so speváckym zborom Prešovčatá. Potom nasledovali ďalšie (Sny, Kytica, Karneval). Uvedenie našej najnovšej CD platne bude aj vyvrcholením minimuzikálu *Curriculum vitae*. Vo všetkých minimuzikáloch sú piesne šité na mieru od Sláva Štempáka, Berciho Herstecka, textárov Mgr. Petra Šulistu zo Strakoníc a PhDr. Štefana Baláža. Odmenou pre nás všetkých účinkujúcich je roztleskaná preplnená sála kultúrneho domu, kde je 500 miest, potlesk, slzy v očiach účinkujúcich aj divákov a slová uznania.

PhDr. Ladislav Bohuš
Podpredseda ZPMP Krtkovčatá, Humenné

Teší ma a povzbudzuje spolupráca s ľuďmi v ZPMP Krtkovčatá. Ich práca je od začiatku nezištná a úprimná. To cítia deti a ich rodiny, ktorým sa celé roky venujú. Nechce sa mi ani hovoriť im postihnuté deti, pretože ony sú schopné nám dávať toľko, že by sme im mali byť vďační za to, že sú.

Jozefína Obšitníková
zriaďovateľka Nadácie Pro Futura

Občianske združenie Krtkovčatá je jedným z mimovládnych organizácií v regióne, ktoré poskytuje nezištnú pomoc ľuďom s telesným a mentálnym postihnutím počas celého života. Združenie je súčasťou Grémia tretieho sektora, ktoré vysoko oceňuje činnosť a aktivity, ktoré sa uskutočňujú na rôznych podujatiach. Ako štatutárny zástupca ÚŽS a NFRaŽ, ale aj ako poslankyňa MsZ v Humennom si vysoko vážim prácu výkonného výboru Mgr. Vasiľa Goca a PhDr. Ladislava Bohuša a želám im, aby mali dostatok síl, trpezlivosti a dobré zdravie do ďalšej krásnej, aj keď veľmi náročnej práce.

Anna Capová
Poslankyňa mestského zastupiteľstva Humenné

Ako to robia v DSS prof. Karola Matulaya Bratislava

Kreatívnym aktivitám venujeme v našom časopise veľa pozornosti, pretože sú významné v živote každého človeka, či už s postihnutím alebo bez neho. Pomáhajú formovať našu osobnosť od detstva, dávajú nám šancu precítiť pestrú škálu emócií, prejať svoju individualitu, spoznať svoje možnosti, schopnosti, nadanie... Môžeme sa prejať takí, akí sme.

Radi informujeme o výstavách výtvarných diel, tanečných alebo divadelných predstaveniach, ktoré udivujú výsledkami a priťahujú pozornosť. V poslednom čase pribudlo aktivít divadelných a tanečných, ale nepoľavuje ani činnosť vo výtvarnej tvorbe, ktorá má azda najdlhšiu tradíciu. V časopise sme už predstavili mnohé z vynikajúcich prác, ktoré sa sústreďujú na každoročných výtvarných salónoch ZPMP a očarujú nás tým zvláštnym mixom zručnosti a spontaneity, farieb a tvarov...

Za krásnymi maľbami, kresbami či kolážami však nie je len sám autor, ale aj osobnosť učiteľa, inštruktora či terapeuta, ktorý pomáha s výtvarnými technikami a ich uchopením.

Výber tohto zariadenia, v ktorom začíname mapovanie tvorivých aktivít, nie je náhodný. Minulý rok oslávilo už 30. výročie založenia. Za ten čas sme mali možnosť spoznať pri rôznych príležitostiach mnoho zaujímavých výtvarných prác klientov a zapamätať si niekoľko mien, s ktorými sú spojené výnimočné maľby a kresby. V posledných rokoch sa čoraz viac zviditeľňuje aj divadlo Kamko so svojimi autorskými hrami. Svedčí to o koncepčnom prístupe k budovaniu programu tvorivých aktivít, ale aj osobnom vklade profesionálov pri jeho naplňaní. V podmienkach DSS prekračujú arteterapie hranice „liečenia“ a vďaka umeleckým činnostiam dostávajú pozornosť mimoriadne talenty.



• PhDr. Edita Kruzslíková otvára aukciu Geniálny Amedeo, jún 2013

O KREATIVITE, MOTIVÁCII A DÔVERE
- hovoríme s Editou Kruzslíkovou, riaditeľkou DSS prof. K. Matulaya

Tvorivé aktivity rozbehol na pôde zariadenia prvý riaditeľ PhDr. Slavomír Krupa začiatkom 90. rokov. Mal poruke skvelých spolupracovníkov, ako boli akademická sochárka Jaroslava Šicková alebo umelecký keramikár Jaroslav Beliš. Najmä J. Šicková, dnes už špičková odborníčka na arteterapiu, bola iniciátorkou na vytvorenie keramickej dielne, ktorá sa rozvíja dodnes.

Dielne sa medzičasom rozšírili – okrem keramickej tu dnes fungujú dielne textilná a drevárska, a tiež dva výtvarné ateliéry, v ktorých sa uplatňuje odlišný prístup. Pani riaditeľka vysvetľuje: „Arteterapeutický ateliér vedie Michal Kralovič, ktorý rád pracuje aj s klientmi s ťažkým zdravotným postihnutím. Dokáže ich správne motivovať a klienti radi chodia na jeho hodiny. Ďalší ateliér, v ktorom pracujú mimoriadne výtvarne nadaní klienti, vedie inštruktorka Renáta Frešová. Pre úspech práce je dôležitý vzťah dôvery medzi klientom a inštruktorom. V dielnach pracovali najskôr inštruktori bez odborného vzdelania, ale so vzťahom k tejto tvorivej práci a ku klientom, čo bolo podstatné. Ako napr. rodič jedného nášho klienta, ktorý bol umelecký rezbár, pomáhal budovať drevársku dielňu a do jej vzniku a prevádzky vložil dušu. Bol veľmi tvorivý a mal krásny vzťah ku klientom a práci

s nimi. V súčasnosti prichádzajú mladší terapeuti s odborným vzdelaním a vlastnou predstavou o konkrétnej činnosti. Víťame ľudí „zvonku“, aj keď tu pobudnú len kratší čas, lebo prichádzajú s rôznymi novými nápadmi a prístupmi, čo obohacuje náš program. Nemajú fixné predstavy o klientovi, čo od neho môžu očakávať, nie sú zaťaženi minulosťou, a to je prospešné pre obe strany.“

Okrem primárneho cieľa výtvarných aktivít, ktorým je rozvoj osobnosti klienta, je však nezanedbateľnou výhodou aj možnosť predaja prác klientov. Zisk z predaja sa vracia do dielni a pomáha im, aby si mohli nakúpiť materiál na ďalšiu činnosť. Výrobky od „Matulayovcov“, ako sa im zvykne familiárne hovoriť, vždy zaujmú svojou originalitou a novými nápadmi najmä na Radničkiniých trhoch. DSS má však aj iné možnosti, napr. sú to interné trhy, ktoré sa konajú v rámci zariadenia, predaje na gymnáziách a vo firmách pri príležitosti veľkonočných sviatkov a Vianoc, alebo Keramické trhy v Pezinku. Osobitnou udalosťou býva aukcia diel Geniálny Amedeo, ktorá sa tento rok konala už štvrtýkrát. „S touto myšlienkou prišla prevádzkarka vinotéky Regius vo Vajnorochoch, keď videla u nás po stenách krásne diela našich nadaných klientov. Priestor vinárne sa mi zapáčil, a tak sme sa rozhodli to skúsiť. K názvu nás inšpirovala skutočnosť, že v tom čase klienti maľovali podľa diel majstrov a Modiglianiho obrazy boli obľúbenou predlohou. Na prvej aukcii sme teda ponúkli interpretácie podľa známych obrazov, ale neskôr to boli aj originálne práce klientov. Okrem aukcie sa vo vinotéke koná súčasne aj vernisáž výstavy diel arteterapeutickej dielne. Podobne ako vyhodnocujeme všetky naše väčšie akcie, zhodnotili sme aj tento posledný ročník Amedea a chystáme nejaké zmeny do budúcnosti. Záujem o diela je veľký, tak chceme zvýšiť počet diel, ktoré pôjdu do aukcie. Uvažujeme aj o tom, že časť z vydraženej sumy by dostal autor ako odmenu a motiváciu. Chceli by sme, aby sprievodnú výstavu videlo čo najviac ľudí, budeme teda hľadať priestor, kde bude prístup pre verejnosť aj mimo času konania aukcie.“ Pani riaditeľka sa pochovala aj zákazkou, ktorú si u nich objednala poliklinika na Strečnianskej ulici v Petržalke. Veľkoformátové obrazy vytvárali klienti s inštruktorkou Miškou Paštrnákovou a dnes sú ozdobou priestorov pre verejnosť. Obrazmi klientov plánujú vyzdobiť aj miestnosti svojho podporovaného bývania na Hontianskej ul. č.12. Okrem výtvarných aktivít treba spomenúť aj divadlo Kamko, ktoré vzniklo v roku 1999 ako dramatický krúžok. V roku

2005 dostalo meno inšpirované slovami „kamarátsky kolektív“, čo vystihuje charakter tejto skupiny. Divadlo dosiahlo najväčší úspech so svojou zatiaľ poslednou autorskou hrou hĽADÁM ŤA EVA – získalo 1. miesto na tohtoročnej celoštátnej postupovej súťaži a prehliadke amatérského divadla EXIT v Levoči a bolo pozvané na Scénickú žatvu do Martina. Ako hodnotí tento úspech pani riaditeľka? „Je to úžasné ocenenie práce celého tímu – Ivany Kubincovej, Erika Forgáča, Zuzany Fazekašovej (t.č. si plní mamičkovské povinnosti) a Silvie a klientov, ktorí hru našťudovali. Predstavenie v Levoči hodnotila odborná porota, ktorá ďakovala, že divadlo vychováva diváka a učí ho vnímať človeka s postihnutím. Toto úspešné predstavenie o láske a vzťahoch malo premiéru minulý rok pri príležitosti osláv výročia DSS. Skúšalo sa v rehabilitačnej sále DSS, potom v sále s javiskom, aby si herci zvykli na špecifickú atmosféru divadla. Konečnú podobu hry „dotiahli“ na trojdňovom sústreďení v Devíne. V súčasnosti sa chystáme osloviť divadlá, či by nám neposkytli priestor, aby sme sa mohli predstaviť verejnosti na profesionálnej scéne.“

Dnes už nie je samozrejmosťou dostať sa do hereckého tímu. Hoci spočiatku mala skupina do 15 členov, dnes je ich menej. Pre hercov to znamená zodpovednosť a povinnosť, za ktorými príde „odmena“, vo forme predstavení, úspechov a nových zážitkov.

Cieľom všetkých tvorivých aktivít je predovšetkým podpora a rozvoj kreativity klientov. Výsledky činnosti sa vyhodnocujú a sú podkladom pre spracovanie individuálnych plánov rozvoja každého klienta. Vplyv kreatívnych aktivít je jednoznačne pozitívny, či už ide o výtvarnú tvorbu, alebo o dramaterapiu. Divadlo ich posunulo skutočne dopredu, napr. dve členky z dramatickej skupiny sa v súčasnosti pripravujú na život v podporovanom bývaní.

NADANÍ KLIENTI V ATELIÉRI RENÁTY FREŠOVEJ

Spomínam si na skupinu prác na jednom z dávnejších Výtvarných salónov ZPMP, keď ma očarili veľké temperové maľby, ktoré mi boli čímsi povedomé. Potom som si uvedomila, že sa dívam na interpretácie pastelov Janka Alexyho a iných klasikov slovenskej maľby. Ich čaro bolo v istej naitvite a priamosti, s akou autori dešifrovali majstrov a vytvorili prítiažlivý obraz po svojom. Toto bol možno začiatok postupu, ktorý uplatňuje dnes pri vedení klientov inštruktorka sociálnej rehabilitácie a výtvarníčka Renáta Frešová.

Tejto práci sa venuje 13 rokov. Vo svojom ateliéri má klientov, ktorí prejavili výrazný výtvarný talent a snažia sa rozvíjať ho a hľadať hranice zlepšenia. Každý z klientov je iný a Renáta pozná ich silné stránky. Adriánovu zdatnosť



• Renáta Frešová s Patriciou Garajovou Jariabkovou pri otvorení 4. ročníka aukcie Geniálny Amedeo

v kompozícii a schopnosť odhadnúť mierku, Evin zmysel pred detail a presnosť, Marošov vzťah k architektonickému vyjadreniu aj Michalovu zručnosť narábať s linkou. Pozná však aj prejavy ich vnútra a to, čo ich podnecuje k maľbe a kresbe. Vie o Alenkinej uzavretosti, ale aj schopnosti dať svoju „dušu“ do obrázka. Vzťah, ktorý si s klientmi vytvorili, jej umožňuje byť im nablízku s radami, odporúčaniami, ponukami námetov. „Nie je to však poslušné prijímanie učiteľských názorov, klient má svoju hlavu a nie je nič výnimočné, ak trvá na svojom odlišnom názore,“ hovorí Renáta Frešová. Osobitosťou práce v tomto ateliéri je výber predlôh, ktoré ponúka klientom ako inšpiráciu, a potom spolupráca na výslednom obraze. Okrem reprodukcii diel známych majstrov výtvarného umenia, ako napr. Picasso, Modigliani a iní, ako predloha dobre „zafungujú“ aj rôzne kompozičné alebo farebne zaujímavé módne fotky či reklamné obrázky. Je to príležitosť aj niečo si povedať o umelcovi, ktorého obraz idú parafrázovať. Rovnaká predloha však neznamená rovnaký výsledok. „Je ľahšie pre nich maľovať, keď si vyberú obrázok, ale každý ho vníma po svojom, a to dá aj na papier. Alebo urobí niečo celkom iné, predloha je len popud k maľovaniu. V prácach sa odráža ich charakter,“ hovorí Renáta. Jej špecialitou je aj priama spolupráca na obrazoch. Ak treba, tak – po citlivom zvážení – vstúpi do obrazu štetcom, aby zdôraznila to, čo sa klientovi podarilo už naznačiť a tieto posledné zásahy vyzdvihnú výtvarnú hodnotu diela. Je to však vždy len so súhlasom klienta a s podpisom oboch autorov obrazu. Najlepšie práce z ateliéru Renáty Frešovej mohli naposledy obdivovať účastníci letnej júnovej aukcie vo vinotéke Regius vo Vajnorochoch. Každý z desiatich obrazov, ktoré sa v aukcii ponúkli, rýchlo našiel svojho majiteľa. Tí, ktorí si nestihli nič kúpiť, ľutovali, že ponuka nebola širšia.



• Michal Kralovič

ARTETERAPIA S MICHALOM KRALOVIČOM

Práca Michala Kraloviča je v zariadení viditeľná vo výsledkoch výtvarnej práce jeho klientov, v ich sugestívnych maľbách a kresbách. Jej menej zjavnou, ale rovnako dôležitou časťou, je diagnostika. Jeho úlohou ako diagnosticko-terapeutického pracovníka je podieľať sa spolu s psychológom a logopédom na odbornom vyšetrení klienta a vypracovaní správy o jeho stave. Do svojej časti vyšetrenia vkladá aj terapeutický záujem a ten podporuje aj prostredníctvom výtvarných činností a snahou navodiť situácie, v ktorých sa dá uplatniť diagnostický prístup. Jeho súčasťou je rozpoznávanie príznakov určitého problému prostredníctvom pozorovania, napr. úrovne manuálnych zručností, jemnej, hrubej motoriky, priestorovej orientácie, sociálneho správania, komunikácie a podobne a hľadať najvhodnejšiu cestu individuálneho pôsobenia. Je zrejmé, že Michala práca s klientmi baví, či už diagnostická časť, aj arteterapeutická, teda kreatívne a výtvarné aktivity v liečebnom kontexte. Pri nich môže uplatniť svoje odborné znalosti i osobnostné predpoklady. Študoval liečebnú pedagogiku so zameraním na arteterapiu a praktické skúsenosti získaval popri škole v ateliéri arteterapeutky akad. soch. Jaroslavy Šickovej. Mal možnosť sledovať jej prácu s ľuďmi s rôznymi druhmi znevýhodnení



téma

a učiť sa, čo mu pomohlo nájsť vlastnú cestu v prístupe ku klientovi. Okrem výtvarných činností sa s niektorými klientmi venuje rôznym činnostiam v dielnach, muzikoterapii, práci s drevom aj hlinou, alebo aj písaniu na počítači.

Na svojich hodinách v ateliéri v DSS prof. Karola Matulaya pracuje s dvoma stabilnými skupinami klientov – všetci, ktorí to naozaj chcú, tu maľujú a tvoria raz týždenne. Najskôr ich učí základom, vyberať si farby, klásť ich na plochu, používať štetec... Dôležitým predpokladom pre úspešnú prácu je kreatívne prostredie ateliéru. Snaží sa vytvoriť ho aj pomocou vhodne zvolenej hudby, ktorá dokáže navodiť slobodnú a uvoľnenú atmosféru. Michal o práci v ateliéri hovorí: „*Pracujem s mnohými rôznymi klientmi, ale naraz v ateliéri najviac so štyrmi, a to 2 x 45 minút. Pracujeme niekedy na spoločnej téme, ale lepšie výsledky sú, ak každý má svoju tému. Najskôr sa spolu o tom rozprávame, prvý impulz k práci je ich vlastný, ja im len pomáham a podporujem ich. Pracujem s nimi individuálne, 'obiehám' ich, pozorujem a usmerňujem. Pre klientov je dôležité, aby sa mohli čo najviac realizovať, aj keď majú obmedzené manuálne zručnosti. Niekedy napr. pomáham aj tak, že klient drží ceruzku a ja posúvam papier, na ktorom vzniká kresba. Alebo hľadám v abstraktnej čmáranici niečo konkrétne, čo sa dá ukázať. Treba na to intuíciu aj fantáziu, tiež nadmieru trpezlivosti. Má to zmysel, ak klient vidí výsledok svojej práce a môže naň reagovať. Aj abstraktná kresba môže byť vizuálne príťažlivá a zmysluplná ako záznam momentálneho zaujatia – záznam dobrej chvíle klienta.*“

Aj klienti, ktorých vedie Michal, sa podieľali na poslednej udalosti vo vinotéke Regius. Ich práce sa neponúkali v aukcii, ale predstavili sa na samostatnej výstave. Malby, kresby a pastely neboli zaujímavé školenou maliarskou technikou, ale priťahovali spontánnosťou a emocionálnym nábojom. Michal klientov pripravoval na výstavu: „*Dbal som na kvalitu, ale netlačil som na nich. Hovoril som im o výstave a potom maľovali na pripravené plátno na rámoch. Je to trvácnejší materiál ako papier, uvedomujú si to a motivuje ich to, viac sa snažia. Vedel som, že budeme mať dobré práce na výstavu.*“ Po dvoch rokoch práce v DSS Michal pozná klientov a našiel cestu, ako objaviť ich skryté danosti, „iskru“, ktorú cítime v ich dielkach. Aké sú jeho ďalšie možnosti rozvíjať tvorivosť klientov? „*Chcel by som vyskúšať nové materiály, vyskúšať tvorbu mozaiky z nepotrebných vecí, napr. z rozbitej keramiky, ktorá sa dá znova použiť. Chcel by som osloviť aj*

nových klientov, ktorí ešte neboli na mojej hodine v ateliéri, niektorí sa už hlásia. Som rád, že aj rodičia majú možnosť vidieť, čo ich deti dokážu, často sú príjemne prekvapení prácou svojich detí.“

Michal má však nápadov ešte viac, možno sa vráti k myšlienke časopisu, ktorý by vytvárali sami klienti, ale určite bude pokračovať aj v práci mimo svojho pracoviska – venuje sa deťom zo sociálne slabého prostredia a Rómom, ale aj robí vlastnú tvorbu – ilustrácie pre časopisy, obaly na hudobné nosiče a skladá piesne pre kapelu.

TRADIČNÉ I NOVÉ V TEXTILNEJ DIEJNI

Jednou z najstarších dielní je textilná, vznikla pred 20 rokmi. Začínalo sa tu pracovať tradičnými overenými technikami, ako sú tkanie, kreslenie na textil, maľba na sklo aj hodváb či plstenie. Naposledy pribudla výšivka a šitie, ktorú priniesli do dielne nové inštruktorky. Klienti vyrábajú pozdravy, maľujú tričká, ktoré sú vyhľadávané na trhoch, hodvábne šatky a šály. Tradičné koberce tkajú už len na objednávku, kde si môže záujemca vybrať farebnosť pásikov aj šírku koberca 140 alebo 80 cm. K posledným zaujímavým produktom patria napríklad aj hodiny zo starých vinylových platní. Užitočným zdrojom nápadov na nové produkty je pre inštruktorky aj internet. Takto napr. obohatili škálu svojich techník o batikovanie štetcom, pomerne jednoduchú techniku, ale so širokou škálou farebných a dezénových možností. Textilná dielňa je určená pre rôznych klientov, väčšina z nich tu trávi 1-2 hodiny do dňa, je to určené na základe individuálnych plánov klientov. Klient si sám vyberá prácu v dielni, ktorú chce robiť, samozrejme, najskôr sa musí naučiť techniky, potom sa rozhoduje. Môžu pracovať podľa predlohy, ale robia aj sami, resp. sami si vyberú predlohu. Niektorí maľujú na textil, niektorí len strihajú, inú zručnosť vyžaduje práca s farbami na sklo, hodváb, na textil. Motiváciu pre prácu hľadajú na výstavách, ktoré navštevujú spoločne, napr. BIB, pozerajú si katalógy a rôzne obrázky. Prácu spoločne aj hodnotia, aby klient dostal spätnú väzbu o kvalite svojej práce či pozornosti, s akou ju robí.

Aj v tejto dielni sa veľa mení. Po dlhoročnom pôsobení opúšťa dielňu terapeutka pani Daniela Jankovičová a nahradí ju nová sila. Ako každý nový zamestnanec určite so sebou prinesie nové nápady, nové postrehy a nový pracovný náboj. Tešíme sa na to.

Adriana Pekárová

Ďakujem všetkým, ktorí mi v DSS prof. Karola Matulaya umožnili nahliadnuť do zákulisia a spoznať svoju zaujímavú prácu.



farby života



4. ROČNÍK AUKCIE OBRAZOV GENIÁLNY AMEDEO VO VINOTÉKE REGIUS, JÚN 2013.

Usporiadateľ DSS prof. Karola Matulaya, Lipského ul., Bratislava.





farby života

foto: Daša Šimeková



farby života



- Obrazy klientov z ateliéru Renáty Frešovej, ktoré boli ponúknuté a predané na aukcii Geniálny Amedeo.





farby života

KREATÍVNE A UMELECKÉ AKTIVITY

- Práce klientov z ateliéru Michala Kráľoviča.
DSS prof. Karola Matulaya, Lipského ul., Bratislava.



foto: Michal Kráľovič



foto: Erik Forgáč



farby života







farby života

Projekt
ZPMP
v SR

Cesty k samostatnosti – projekt pokračuje

LEKTORI PRE
CELOŽIVOTNÉ VZDELÁVANIE



V minulom čísle sme informovali o vyškolení 11 lektorov vzdelávania dospelých ľudí s mentálnym postihnutím prostredníctvom projektu *Cesty k samostatnosti* s finančnou podporou Programu švajčiarsko-slovenskej spolupráce a Nadácie Aktion Mensch. Teória je jedna vec a prax druhá. Začiatkom júla nastal ten správny čas, aby si vyškolení lektori na vlastnej koži vyskúšali to, čo sa naučili pod odbornou garanciou supervízorov z Lebenshilfe Nemecko. V Mojmirovciach sme počas integračného pobytu zrealizovali dva samostatné intenzívne kurzy pre 24 ľudí s mentálnym postihnutím. Lektorov sme sa spýkali, akým spôsobom sa zvýšenie kvalifikácie premietlo do ich pracovného života, či sa im darí aplikovať naučené do praxe a či sa zmenil ich vzdelávací prístup. Zaujímalo nás, ako vnímajú vzdelávanie dospelých ľudí s mentálnym postihnutím po absolvovaní pilotného kurzu *Čakám návštevu kamaráta/kamarátky* a *Zaži prírodu všetkými zmyslami* a v čom vidia jeho prínos. Chceli sme zistiť, aké je ich vnímanie kurzov z hľadiska efektivity pre ľudí s mentálnym postihnutím. Prinášame vám niektoré z názorov.

Človek by sa mal vzdelávať po celý život. Vždy som rada zbierala nové skúsenosti, zručnosti, a tak som veľmi ocenila možnosť vzdelávať sa ako budúca lektorka pre tvorbu a realizáciu vzdelávacích programov pre ľudí s mentálnym postihnutím. Kurz bol veľmi intenzívny a nabitý informáciami. Uvedomila som si veľmi hlboko, že vzdelávanie pre túto skupinu ľudí je naozaj iné ako bežné vzdelávanie pre dospelých. Stále si opakujem najdôležitejšiu myšlienku, že toto vzdelávanie nie je o „MUSÍŠ“, je to o vzťahu medzi študentmi alebo členmi kurzu a lektorom, o vzájomnom objavovaní nových pravd a informácií, a tiež to, že len od nich závisí, čo a koľko si z kurzu odnesú. Moja úloha je dať študentom čo najviac podnetov a informácií a takou formou, aby boli zaujímavé, zábavné a aby ich chceli ďalej používať. Je to dobrodružstvo, je to spoločná cesta. To je pre mňa asi najzaujímavejšie a najsilnejšie poslanstvo z kurzu.

Projekt
ZPMP
v SR



A potom prišla konkrétna skúsenosť – napätie na začiatku, či sa to podarí, či zaujmeme naším projektom, či ho zvládneme naplniť. Boli to tri náročné dni, keď vyvrcholila naša práca a ja som to vnímala ako spoločný koncert. Boli sme skvelý tím – tri lektorky, ktoré sa striedali a podávali si tému, posúvali ju tak, ako sme ju pripravili, a zrazu sa to všetko naozaj dialo, kurz šumel, pracoval, zabával sa, kreslil, hral sa... a oporou nám boli traja pozorovatelia, ktorí nám v pravej chvíli našepkali, upozornili na dôležité okamihy, situácie. Som presvedčená, že toto je skvelá cesta. Dôležité je pripraviť čo najpestrejšiu ponuku, čo najviac sa sústrediť na všetky potreby našich mladých ľudí s mentálnym postihnutím a ponúknuť im možnosť učiť sa, učiť sa, učiť sa...

Mgr. Patrícia Garajová Jarjabková

Na začiatku kurzu vzdelávania lektorov som si nevedela presne predstaviť, ako nám bude pomáhať takéto vzdelanie v našej práci s mentálne postihnutými dospelými. Mali sme veľmi skúsených a odborne vzdelaných škooliteľov z Nemecka z organizácie Lebenshilfe. Na týždňových sústreďeniach nám postupne odovzdali najprv teoretické vedomosti a potom k nim pridávali

aj praktické skúsenosti. Naučili nás, čo zaujíma ľudí s mentálnym postihnutím, ukázali nám formy, ktoré vedia upútať pozornosť týchto ľudí, ako aj praktické veci, ktoré robia tieto vzdelávania zaujímavými a dávajú účastníkom dobrý pocit a príjemný zážitok. Podstatné je ponúkať v rámci týchto kurzov také témy, ktoré sú jednak aktuálne, aby po ich absolvovaní účastníci naozaj získali potrebné poznatky. Potom je potrebné vytvoriť dobrý kolektív a príjemné prostredie, aby sa všetci cítili dobre a aby boli na kurze aktívni. Pri vzdelávaní a výučbe hrajú dôležitú úlohu aj dobre zvolené motivačné hry, ktoré zúčastnených zaujmú a osviežia ich. Naučili sme sa, že dané učivo pochopia títo ľudia rýchlejšie, ak formulujeme svoje vety veľmi jednoducho, pri vysvetľovaní používame obrázky a piktogramy a rôznymi úlohami im pomáhame, aby sa aktívne zapojili do nejakej činnosti. Bol pre nás všetkých veľký zážitok zúčastniť sa v Mojmirovciach na kurze, kde sme ako lektori mali možnosť prvýkrát aplikovať naše novozískané vedomosti aj v praxi.

Z tém navrhnutých lektormi sme si vybrali zaujímavú tému *Zaži prírodu všetkými zmyslami*. Prvý deň sme zistili, že príroda každého naozaj veľmi zaujíma. My ako noví lektori sme veľmi starostlivo pripravili celý harmonogram danej témy a vypracovali prezentáciu o živé a neživej prírode, o rastlinách, zvieratách, horinách, mineráloch s množstvom pútavých obrázkov. Prvý deň sme začali s teóriou. Potom nasledoval krátky film o prírode. Tu sme ale zistili, že všetko je pekné a zaujímavé, ale pozornosť účastníkov upúta iba na krátky čas: nevedeli sa dočkať toho, aby už mohli ísť



do prírody. Náš program bolo treba neustále dopĺňať a meniť na základe požiadaviek účastníkov. V lese a v prírode chceli vidieť aj dopravné značky a označenia súvisiace s pobytom v prírode, aj keď tam práve neboli, a radi by boli počuli zvuky aj tých zvierat, ktoré neboli zapracované do prednášky. Počas prestávok sme teda dopĺňali naše prezentácie, aby sme vyhověli požiadavkám účastníkov až k ich úplnej spokojnosti. Na základe skúseností z prvého dňa sme ostatné dni trávil v prírode. Každý sa cítil veľmi dobre. Teóriu sme ihneď spájali s praktickými poznatkami. Každý sa naučil rozoznať živú a neživú prírodu, charakterizovať predmety nachádzajúce sa v prírode a vnímať ich všetkými zmyslami. Usporiadali sme piknik v prírode, po pikniku sme si osvojili a prakticky uskutočnili deľný zber odpadkov. Nechýbali ani motivačné hry, dobré spoločné prechádzky, pesničky a básne.

Nálada a atmosféra bola veľmi dobrá. O spokojnosti účastníkov sme sa mohli presvedčiť, keď k nám počas kurzu prišli a láskavo nás objali. Bolo zjavné, že sú nám vďační.

Naše skúsenosti ukazujú, že táto forma výučby dospelých ľudí s mentálnym postihnutím, ktorú sme si v Mojmirovciach vyskúšali, má svoje opodstatnenie, oplatí sa v tejto práci ďalej pokračovať a ponúknuť túto možnosť aj iným.

Ing. Edit Lanstyák



Snažím sa nové vedomosti a získané skúsenosti využívať v práci s mladými ľuďmi s mentálnym postihnutím v DSS. Vzdelávanie ma motivuje k zmene štýlu práce s mladými ľuďmi. V DSS realizujeme menšie vzdelávacie projekty, kde sa zameriavame aj na mladých ľudí, ktorí ukončili povinnú školskú dochádzku a ďalej sa nevzdelávajú. Naše zariadenie navštevujú denne a v projektoch sme sa zamerali hlavne na ich zmysluplné využívanie pobytu v DSS. Získavajú praktické zručnosti pre bežný život, napr. spoznávajú prácu informátora vo vstupnej hale, pomocné práce v kuchyni, recykláciu odpadu, žehlenie bielizne a pod. Samozrejme, že niektoré naučené činnosti robia aj v domácom prostredí a ich rodičia si to pochvaľujú. Mladí ľudia s mentálnym postihnutím mi dali pozitívnu spätnú väzbu. Kurz sa im páčil, získali nové informácie i zručnosti. Myslím si, že takáto forma vzdelávania je pre nich efektívna. Poskytuje im nové možnosti prejať samostatnosť. Ďakujem za príležitosť zúčastniť sa kurzu.

Mgr. Mária Gibaľová



Kurz v Mojmirovciach bol môj prvý kurz a celkovo prvé realizované vzdelávanie určené pre dospelých ľudí s mentálnym postihnutím vôbec. Nakoľko zameranie mojej práce nie je orientované na takéto vzdelávanie, jediná možnosť, ako môžem aplikovať získané vedomosti a skúsenosti v praxi, je robiť podobné kurzy v našom regióne pod záštitou vzdelávacieho centra ZPMP v SR. Teším sa na ďalšie kurzy, aj keď ich príprava a realizácia je oveľa náročnejšia, ako som si na začiatku myslela.

Dospelí ľudia s mentálnym postihnutím majú svoje potreby, ale bohužiaľ, nemajú rovnaké možnosti ako my ostatní. Podľa mňa je vzdelávanie dospelých ľudí výborná myšlienka a dobrý začiatok na ceste k osamostatneniu. Absolvovaním kurzov by mali dospelí ľudia s mentálnym postihnutím získať vedomosti a zručnosti potrebné pre samostatný život. Samozrejme, aby mali kurzy prínos a boli čo najefektívnejšie, je potrebné pristupovať k výberu tém citlivo a ponúkať kurzy, ktoré reflektujú ich potreby. A to je našou dôležitou úlohou.

Som rada, že som sa stala súčasťou projektu, aj keď mám trochu obavy z toho, či budem dobrá lektorka. Na druhej strane ma uisťuje fakt, že mám okolo seba ľudí, s ktorými sa môžem poradiť, ktorí mi vedľa pomôcť a pomôžu. Tak nám všetkým držím palce a nech sa nám to darí.

Mgr. Janka Malatincová



Vzdelávanie lektorov zamerané pre vzdelávacie programy vnímam veľmi pozitívne. Predovšetkým som si uvedomila rozdiely medzi vzdelávaním detí a dospelých ľudí, keďže doteraz som viac vo vzdelávacom procese pracovala s deťmi. Zmenila som pohľad na vzdelávanie ako také a uvedomila som si, že sa dá robiť oveľa jednoduchšou a účinnejšou formou, ako som doteraz zažila. Je dôležité brať dospelých účastníkov ako rovnocenných partnerov, vedieť, čo od vzdelávania očakávajú a snažiť sa vyhovieť ich požiadavkám, odovzdať im a naučiť ich čo najviac zručností, ktoré využijú vo svojom bežnom živote. Absolvovala som pilotný kurz v role lektorky. Nebolo to jednoduché. Počas kurzu som sa snažila všetky svoje vedomosti preniesť do praxe, avšak nedarilo sa mi to tak, ako som očakávala. Veľmi mi však pomohli postrehy od kolegov lektorov a tiež od supervízorky. Hoci je vzdelávanie dospelých ľudí s mentálnym postihnutím náročné, určite je potrebné. Keďže sme aj my lektori vystupovali ako rovnocenní partneri s účastníkmi, mala som pocit bezprostrednosti a pokojného prostredia, ktoré je výborné pre nadobúdanie nových vedomostí a zručností. Počas kurzu sa ukázala nielen snaha a chcenie účastníkov naučiť sa niečo nové, ale aj potreba vedomostí, ktoré môžu teraz zužitkovať vo svojom bežnom živote. Som rada, že sa náš kurz zameriaval nielen na teóriu, ale hlavne na prax, kde si účastníci mohli vyskúšať rôzne situácie a tým sa učili zábavnou a zaujímavou formou. Veľmi ma tešila ich spätná väzba, ktorá bola zväčša pozitívna, a tiež ich záujem o iné kurzy.

Mgr. Lucia Takáčová

Som nesmierne vďačná organizátorom, lektorom z Lebenshilfe aj „spolužiakom“ za možnosť zúčastniť sa projektu. Projekt je veľmi dobre naplánovaný. Napriek tomu, že som mala aj iné pracovné povinnosti, nerobilo mi problém pripraviť si materiály na vzdelávací seminár.

Povzbudila ma aj tímová práca všetkých lektorov. Keď som mala v rámci diaľkového štúdia otázku, vždy si niekto z tímu našiel čas na odpoveď. Telefonické aj osobné konzultácie boli časté a sú aj naďalej aktuálne. Učíme sa navzájom nielen s Editkou, ale s každým. Mariánovi ďakujem za koordináciu našej skupiny pri praktickej skúške. Anke, Ági a Mariánovi za vedenie kurzu. Verte mi, že úloha pozorovateľa je ťažká, lebo sa nechtiac môže svojimi postrehmi niekoho dotknúť. Bála som sa, že sa niekto urazí, lebo moje slová zoberie ako kritiku. Nestalo sa to. Navyše som mala možnosť poznať priania aj vedomosti iných ľudí s postihnutím. Potvrdilo sa mi, že aj pre našu skupinu v Našom klube v Dunajskej Strede platí, keď chce robiť niečo zmysluplné, s pomocou druhých to dokáže. Naše dospelé deti s mentálnym postihnutím dokážu žiť plnohodnotný život, ak im dáme šancu a príležitosti. Nerobme veci namiesto nich, radšej ich trpezlivo usmerňujeme

pri konkrétnych úlohách, hoci aj napríklad pri umývaní podlahy. Rozprávajme sa s nimi o bežných veciach ako s hocikým a presvedčme sa, či nám rozumejú. Učím sa od nich aj ja. Sú mojím rovnocenným partnerom. Čaká nás ťažká úloha – presvedčiť rodičov, že ich dospelé deti dokážu byť samostatnejšie, ak im dajú šancu. Zdá sa mi, že ako lektori začíname tam, kde ostatní končia.

Agnes Cséfalvay



PROGRAM ŠVAJČIARSKO-SLOVENSKEJ SPOLUPRÁCE SWISS-SLOVAK COOPERATION PROGRAMME



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra



Slovenská
republika

Na projekte sa finančne spolupodieľajú
Švajčiarska konfederácia a Slovenská republika.

BLOKOVÝ GRANT PRE MVO A PODPORU PARTNERSTIEV ŠVAJČIARSKO-SLOVENSKEJ SPOLUPRÁCE
REALIZUJE NADÁCIA EKOPOLIS
V SPOLUPRÁCI S PARTNERMI NADÁCIU SOCIA A KARPATSKOU NADÁCIU



nadácia
ekopolis

soc'za

Karpatská nadácia

WWW.BGSFM.SK

Deň krivých zrkadiel



DEŇ KRIVÝCH ZRKADIEL V BRATISLAVE

Ranné počasie 12. júna v Bratislave bolo síce slnečné, ale veľmi veterné. Preto prípravy na námestí pripomínali skôr olympiádu. Našťastie všetko dobre dopadlo. Všetko bolo na svojom mieste. Stánky pripravené pre prvých predajcov, stoličky na námestí pre prvých hostí.

Úderom druhej hodiny poobe obľúbená moderátorka Patrícia Garajová Jarjabková svojím vrúcnyim slovom privítala námestie plné úsmevov.

Pri pódiu už čakal sprievod vedený bubenickou show Campana Batucada. Tanečné rytmy tejto skvelej show zneli v celom starom meste. Ľudia sa pridávali. Na chvíľu zastavili, zatancovali si a potešili sa úsmevom. Mnohí sa k sprievodu pripojili.

Po návrate na Hviezdoslavovo námestie nás privítala príhovorom starostka Starého Mesta Tatiana Rosová a prvá námestníčka primátora hlavného mesta Bratislava Viera Kimerlingová. Nasledoval rozhovor s riaditeľkou republikovej centrály ZPMP v SR Ivetou Mišovou, v ktorom nám povedala nové informácie o kampani, vzdelávaní a projektoch, vďaka ktorým sa môžu akcie ako Deň krivých zrkadiel uskutočňovať. Po vážnych, ale dôležitých témach nasledovalo vystúpenie divadielka Pozrite sa!, ktoré bolo plné kostýmov, spevu aj tanca. Radosť účinkujúcich pri záverečnom potlesku bola až hmatateľná.

Prišiel aj folklórny súbor Harmatanec a roztancoval celé námestie. Nasledoval rozhovor s JUDr. Zuzanou Stavrovskou o Dohovore OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím, o tom, aké dôležité je o svojich právach vedieť a nebať sa na nich trvať a presadzovať ich. Vystúpenie divadla Stopy snov bolo krásne a veľmi pútavé. Nasledovali rozhovory so sebaobhajcami na tému Rozhodovanie, zodpovednosť, moje rozhodnutia.

Pred posledným vystúpením moderátorka podujatia Patrícia Garajová Jarjabková poďakovala všetkým účinkujúcim, predávajúcim, dobrovoľníkom a každému, kto sa prišiel potešiť na Deň krivých zrkadiel a odniesol si minimálne zrkadielko. Symbolické zrkadielko, ktoré vraví „sme iní, no nie horší“. Záverečné vystúpenie patrilo populárnej hudobnej

skupine La3no Cubano, ktorá zdvihla zo stoličiek asi každého. Tancovalo sa aj spievalo. Deň krivých zrkadiel v Bratislave bol plný úsmevov, radosti, a preto sa už teraz tešíme na ďalší ročník, ktorý bude určite jedinečný.

Mgr. Jana Zámečníková



Dalkia
NADÁCIA DALKIA SLOVENSKO

ZRKADLENIE

Stáť na okraji diania, záujmu, prežívania... nám naozaj nesvedčí. Možno práve takýto dojem, a veríme, že aj množstvo iných dojmov, nabitých kladnou energiou, si mohol odnieť ktokoľvek, kto zavítal na umelecké podujatie s názvom *Zrkadlenie – svet očami ľudí s mentálnym postihnutím*. Bol to už ôsmy ročník výtvarnej výstavy, ktorú každoročne pri príležitosti Dňa krivých zrkadiel organizuje Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Spišskej Novej Vsi. Tá tohoročná sa začala naozaj slávnostne – vernisážou v reprezentatívnych priestoroch banického spolku Barbora na nábreží Hornádu v Spišskej Novej Vsi za účasti zástupcov ôsmich zapojených subjektov, pozvaných hostí, rodičov a našich priateľov. Azda aj zámerne nám išlo o to, aby sme touto výstavou svet „zrkadlili“ taký, aký naozaj je, ako ľahko neusporiadané panoptikum pocitov, vôní, farieb, zážitkov, jemných čriepok smútku i šťastia. To všetko pretavené do koktailu farieb, ktoré sa na nás v odrazoch letného slnka trocha veselo a trocha vážne usmievali a naplňali naše tváre radosťou. To, že rozmer človečiny sa nedá vtesnať do formátu A4 či A2, pritom azda cítil každý. Žiara v očiach návštevníkov bola naozajstným zrkadlením nadšenia, očakávania, ale najmä veľkej radosti zo života. O tom, že radosť z ocenení, udelených odbornou umeleckou porotou, bola v prípade ohodnotených laureátov ešte väčšia, netreba azda ani písať. Aj keď tu, samozrejme, nešlo o to

JAPONSKÉ BOJOVÉ UMENIA V KOŠICIACH

13. júna 2013 sa v Košiciach konala akcia ZPMP a DSS DOMKO Košice, na ktorej sa zlúčili vlastne dve podujatia – Deň krivých zrkadiel, usporiadaný ZPMP, a Juniáles, ktorý je akciou DSS DOMKO. Obe tieto akcie majú dlhoročnú tradíciu. Tohtoročné spoločné podujatie sa konalo v priestoroch detašovaného pracoviska DSS DOMKO na Kmeťovej ulici 30 v Košiciach.

Zúčastnili sa ho klienti DSS DOMKO, ako aj členovia ZPMP a privítali medzi sebou rad zaujímavých hostí. Čestnými hosťami podujatia boli Ing. Zuzana Jusková, vedúca odboru sociálnych vecí a zdravotníctva KSK, a Ing. Ondrej Bernát, riaditeľ úradu KSK. Všetkých prítomných privítal Ing. Martin Vatra, riaditeľ DSS DOMKO v Košiciach a prihovorela sa im aj pani Dusová, zástupkyňa ZPMP. O ďalší program sa potom už postarali hostia, ktorí sa prišli s účastníkmi akcie podeliť o svoje umenie a zručnosti. Boli nimi zástupcovia Cassovia Kendo Clubu v Košiciach, členovia airsoftovej skupiny R.A.T.S, členovia Cassovia Ju-jutsu Clubu a profesionálna vizážistka pani Zuzana Pochybová.

Členovia Cassovia Kendo Clubu predviedli prítomným ukážky tradičného japonského bojového umenia Kendo, zástupcovia Cassovia Ju-jutsu Clubu zas predviedli obranu proti útoku bez zbrane i so zbraňou. V krátkom príhovore, rovnako ako zástupcovia Kendo, oboznámili prítomných s históriou svojho bojového umenia. Po skončení týchto ukážok si všetci, ktorí o to mali záujem, mohli vyskúšať brnenie Kendo, ale i výzbroj a výstroj novodobého bojového odvetvia, taktiež pochádzajúceho z Japonska – airsoftu, pričom im ochotne pomáhali členovia airsoftového klubu R.A.T.S. Počas celého dňa pracovala i pani vizážistka Zuzka Pochybová, ktorá na tvárach záujemcov vytvárala kreácie podľa ich želania.

Celá akcia prebehla v znamení skvelej nálady, veľkého záujmu zo strany klientov, ale i zo strany hostí. Ohlasy a odozvy môžeme označiť ako maximálne kladné a veríme, že rovnaké to bude i pri všetkých ďalších takýchto akciách.

Katarína Juricová, Ing. Danko Bozogánová

Dôstojný život – právo, nie privilegium

Počas leta sme sa dozvedeli úžasnú správu, že náš nový projekt *Dôstojný život – právo, nie privilegium* bol podporený sumou 104 976,- eur z Fondu pre mimovládne organizácie, ktorý je financovaný z Finančného mechanizmu EHP 2009 – 2014. Správcom Fondu je Nadácia otvorenej spoločnosti – Open Society Foundation. Cieľom projektu zameraného na ľudské práva *Dôstojný život – právo, je zvýšenie zapojenia MVO do tvorby politik a rozhodovacích procesov na miestnej, regionálnej a národnej úrovni.*

NADÁCIA OTVORENEJ SPOLOČNOSTI
OPEN SOCIETY FOUNDATION



Zámerom projektu je nadviazať na našu prácu z minulého obdobia (iniciovanie reformy opatrovníctva v SR). V rámci projektu pripravíme odporúčania, ktoré napomôžu implementačnú fázu pripravovaných legislatívnych zmien: návrh procesných predpisov konania o spôsobilosti na právne úkony; návrh odporúčania právnej úpravy opatrovníctva (štandardy kvality, spôsoby kontroly, etické pravidlá...). Vypracujeme manuál o procese pozbavovania spôsobilosti, ktorý bude dôležitým nástrojom pre rodiny, ako aj manuál týkajúci sa zodpovednosti za svoje konanie. Ľudí s mentálnym postihnutím aktívne zapojíme cez vzdelávacie programy a naučíme ich preberať zodpovednosť za vlastný život. Spracujeme návrh modelu celoživotnej komplexnej komunitnej starostlivosti o ľudí s mentálnym postihnutím. Zmeny budeme presadzovať priamo s cieľovými skupinami, s cieľom pozitívneho ovplyvnenia dodržiavania a uplatňovania ich ľudských práv. Jednou z aktivít je aj realizácia kampane na podporu presadzovania a dodržiavania práv ľudí s mentálnym postihnutím. Práve od nej si sľubujeme výraznú zmenu v akceptovaní ľudí s mentálnym postihnutím majoritou.

Ide o veľký projekt čo do obsahu aj závažnosti témy, tím odborníkov z oblasti práva, sociálnej práce a špeciálnej pedagogiky je pripravený a teší sa na novú prácu. Na stránkach časopisu vás budeme pravidelne informovať, čo je nové a čo sa nám podarilo.

Prvou akciou pre verejnosť bude celoslovenský seminár na tému Ľudské práva a zodpovednosť za vlastné konanie, na ktorom sa zúčastnia samotní ľudia s mentálnym postihnutím, rodičia, príbuzní, opatrovníci a odborná i laická verejnosť. Samozrejme, pozveme i zástupcov médií. Na seminári budú predstavené výsledky analýzy a základné tézy účinnej ochrany/obrány, modelové ukážky zo životnej praxe a bude vytvorený priestor na diskusiu o tejto citlivej téme. Okrem rozmanitého spektra účastníkov seminára bude dôležitým prvkom i účasť občanov z rôznych regiónov Slovenska. Význam seminára bude spočívať nielen vo zvýšení informovanosti a zvýšení právneho povedomia, ale aj v snahe sieťovať relevantné inštitúcie a zástupcov skupín ľudí s mentálnym postihnutím, ktorí si vymenia svoje skúsenosti a názory. Príkladmi dobrej či zlej praxe chceme predchádzať porušovaniu ľudských práv či diskriminácii.

Kapacita seminára: prvý deň 120 osôb, druhý deň 40 osôb. Prvý deň bude seminár určený pre širokú verejnosť, druhý deň bude pre rodičov a členov občianskych združení zastupujúcich ľudí s mentálnym postihnutím a bude sa venovať možným spôsobom sieťovania a presadzovania idey zmeny v legislatívnych procesoch a obsahoch. Seminár sa bude konať v dňoch 28. – 29. novembra 2013 v Bratislave. Program s návratkou bude zverejnený na web stránke www.zpmpvsr.sk v októbri.

Spracovala: **PhDr. Iveta Mišová**



Cesty k samostatnosti na medzinárodnej konferencii

Europe in Action 2013 – Ageing People With Intellectual Disabilities and Their Families

Konferencia sa konala v dňoch 30. 5. – 1. 6. 2013 v slovinskej Ľublani. Organizátorom konferencie bola Inclusion Europe, ktorá obhajuje a presadzuje práva ľudí s mentálnym postihnutím na európskej úrovni.

Konferencia bola zameraná na problematiku starnutia populácie a rýchlo sa zvyšujúci počet ľudí s mentálnym postihnutím v seniorskom veku. V súvislosti s týmto faktom čelí Európa, ale v vlastne celý svet, zásadnej výzve – vytvoriť a etablovať sociálne, voľno-časové a vzdelávacie programy pre seniorov s mentálnym postihnutím.

Aj na Slovensku si uvedomujeme vážnosť situácie a v rámci projektu Cesty k samostatnosti sme sa ho rozhodli riešiť dvoma spôsobmi.

Prvým je vytvorenie rehabilitačného programu pre seniorov s mentálnym postihnutím a druhým je zriadenie centra, ktoré bude z dlhodobého hľadiska podporovať a rozvíjať celoživotné vzdelávanie ľudí s mentálnym postihnutím. Keďže ZPMP v SR dostalo ponuku aktívne sa zúčastniť konferencie, pripravili sme príspevok s informáciami o aktivitách, ktoré robíme práve v rámci projektu *Cesty k samostatnosti*.

Na základe porovnania ďalších prezentovaných príspevkov a na základe debát v prestávkach medzi

zúčastnenými jednotlivými pracovnými blokmi konferencie sme s pocitom zadosťučinenia skonštatovali, že naše aktivity z veľkej časti kopírujú aktuálne trendy vo vyspelých krajinách, čo nás utvrdilo v našich snahách a odhodlaní.

Viac informácií o konferencii v anglickom jazyku získate na webovej stránke: <http://www.europeinaction2013.com/>



Program
celoživotného
vzdelávania

Konferencie sa zúčastnili Mgr. Jana Zámečníková a Mgr. Marián Horanič. Ako to vnímali?

Osobne som mala veľkú radosť z toho, aký úspech mal náš príspevok. Odlišný bol najmä v tom, že jeho hlavnou časťou bol popis vecí, ktoré už reálne robíme. Praktické pohľady na problematiku starnúcej generácie ľudí s mentálnym postihnutím a na priamu prácu aj s rodinami.

Mnohé príspevky sa zameriavali na fakty, ktoré sú podľa mňa jasné a nemenné, a to že starnúca generácia je viac než aktuálnou témou.

Preto prezentácia, možno inšpirujúca, o praktických činnostiach, o reálnych ľuďoch je príjemným osviežením takej dôležitej témy. Naša návšteva Ľublany mala okrem účasti na konferencii ešte jednu dôležitú časť. Stretnutie účastníkov projektu *Pathways II.*, do ktorého je naše združenie zapojené. Bolo to posledné osobné stretnutie všetkých zapojených krajín, nakoľko sa projekt presunul do záverečnej časti. Bolo veľmi zaujímavé, keďže každá krajina zapojená v projekte dostala priestor rozprávať o tom, čo všetko sa jej vďaka projektu podarilo zrealizovať. Bolo veľmi inšpirujúce počuť kolegov, rozprávať o veciach, ktoré sa im podarili, či už prezentovať brožúrky o ľahko čitateľnom štýle vo svojej krajine alebo novozaložené skupiny sebaobhajcov v nových mestách a ich podporovanie. Najviac na mňa zapôsobili kolegovia zo Španielska z organizácie FEAPS. Prezentovali video o sebaobhajovaní. Hlavnou postavou bola Carolina Garcíá, sebaobhajkyňa, a tak trochu aj umelkyňa. Všetky animácie použité vo videu boli jej dielom a boli naozaj veľmi pekné. Vo videu rozprávala o sebaobhajovaní, o tom, aká je šťastná, že môže navštevovať mestá v Španielsku, kam ju volajú, aby rozprávala o tom, kto je sebaobhajca a čo vlastne je sebaobhajovanie. Rada rozpráva o tom, kam ju zažité veci posunuli, a delí sa o svoje zážitky, aby pomohla ľuďom s mentálnym postihnutím,

rodinám a organizáciám nabrať odvahy a nebáť sa povedať svoj názor. Nebáť sa povedať, keď niečomu nerozumieme, aby nám to povedali alebo napísali zrozumiteľnejšie. Mala veľkú radosť z toho, že jej ľudia načúvajú.

Z konferencie a aj zo stretnutia účastníkov projektu som odchádzala s dobrým pocitom. Veľmi ma teší, že práca ZPMP v SR je pozitívne hodnotená.

Mgr. Jana Zámečníková

V prvom rade, som presvedčený, že problematika starnutia populácie a rýchlo sa zvyšujúci počet ľudí s mentálnym postihnutím v seniorskom veku je problém, ktorý si zaslúži našu maximálnu pozornosť. Preto organizátorom za výber témy dávam desať hviezdíček z desiatich možných.

Je však namieste zhodnotiť aj úroveň prezentácií a celkového priebehu konferencie. Tu si nemôžem odpustiť miernu kritiku. Síce sme sa dozvedeli o tom, že zvyšovanie počtu ľudí s mentálnym postihnutím v seniorskom veku je problémom aj v Slovinsku, aj v Rakúsku, vo Veľkej Británii alebo na Slovensku. V menšej miere však boli vytvorené možnosti na organizované diskusie v skupinkách o tom, ako si s jednotlivými problémami vieme rady, ako sú do riešenia týchto problémov zapojení rodinní príslušníci, komunita či štátne orgány. Tu teda dávam organizátorom sedem hviezdíček z desiatich. Poslednou, ale vôbec nie najmenej

dôležitou oblasťou, ktorú chcem zhodnotiť, je problém dostupnosti konferencie pre ľudí zo Slovenska. Registračný poplatok bol príliš vysoký. Ľubľana nie je práve lacné mesto, najmä ak si máte uhradiť ubytovanie, stravu aj cestovné z vlastných prostriedkov. Poznáam iba veľmi málo kolegov a ešte menej sebaobhajcov, ktorí by si mohli z vlastného vrečka dovoliť účasť na tejto konferencii. Aj ja som sa jej zúčastnil iba vďaka projektu, na ktorom ZPMP v SR práve pracuje. Za dostupnosť konferencie pre profesionálov a sebaobhajcov teda dávam iba jednu hviezdíčku. Pokiaľ to celé zhrniem, musím povedať, že výber témy bol fantastický, spôsob realizácie primeraný a finančná dostupnosť zlá. Preto dúfam, že Inclusion Europe sa bude téme aj naďalej intenzívne venovať, ale bude sa snažiť, aby podobné podujatia boli prístupné každému, koho táto téma zaujíma.

Mgr. Marián Horanič

Projekt podporili

Aj my chceme žiť samostatne

ZPMP v SR poskytuje sociálne služby v Zariadení podporovaného bývania, kde žijú dospelí ľudia s mentálnym postihnutím.

Prostredníctvom projektu *Aj my chceme žiť samostatne*, ktorý podporili Slovenské elektrárne ENEL, zabezpečíme nevyhnutnú asistenčnú službu pre klientov s mentálnym postihnutím, ktorí bývajú v trojizbovom byte, starajú sa o chod domácnosti a aktívne trávia svoj voľný čas. Bytoví asistenti im pomáhajú pri zvyšovaní samostatnosti a sebestačnosti. Zabezpečíme školenia pre asistentov, ktorí budú lepšie zvládať prípadné krízové situácie s klientmi. Nadobudnú nové vedomosti v oblasti sociálno-právneho minima, ktoré využijú pri práci s klientmi. Predpokladáme, že realizáciou projektu sa nám podarí zvýšiť povedomie verejnosti o živote ľudí s mentálnym postihnutím. Oboznámime verejnosť s takouto možnosťou bývania prostredníctvom Dňa otvorených dverí. Veríme, že realizácia tohto projektu prispeje k skvalitneniu nami poskytovaných služieb v Zariadení podporovaného bývania a verejnosť využije možnosť nahliadnuť do života ľudí s mentálnym postihnutím. Najdôležitejší moment však bude zvýšenie kvality života ľudí s mentálnym postihnutím.

Mgr. Lucia Takáčová



Bazálna stimulácia v Domove sociálnych služieb pre deti a dospelých SIBÍRKA

TEORETICKÉ VÝCHODISKÁ KONCEPTU BAZÁLNEJ STIMULÁCIE

V DSS Sibírka poskytujeme sociálne služby pre klientov s viacnásobným postihnutím. Prevažne ide o ťažké až hlboké mentálne postihnutie v kombinácii s vážnym fyzickým hendikepom. Na zlepšenie kvality života našich klientov sa osvedčilo využitie konceptu bazálnej stimulácie. Bazálna stimulácia sprostredkováva vnemy z okoliť sveta a stimuluje vnímanie organizmu. Pomáha klientom pochopiť okolitý svet a následne s ním nadviazať komunikáciu. Za autora tohto konceptu je považovaný prof. Dr. Andreas Fröhlich, špeciálny pedagóg, ktorý sa venoval deťom s ťažkým mentálnym a viacnásobným postihnutím. V rámci svojho doktorského štúdia vypracoval koncept bazálnej stimulácie. Pri svojej práci v rehabilitačnom centre sa prof. Dr. Fröhlich zaoberal predovšetkým podporou senzorickej komunikácie. Vychádzal z toho, že možnosti neverbálnej komunikácie boli u detí s viacnásobným postihnutím veľmi obmedzené. Ponúkal im skúsenosti na báze somatickej, vestibulárnej a vibračnej komunikácie.

V 80. rokoch bazálnu stimuláciu preniesla zdravotná sestra Chriestel Bienstein do ošetrovateľskej praxe. Zaradila ju do starostlivosti o dlhodobo chorých a do intenzívnej medicíny. Vychádzala z poznatku prof. Dr. Fröhlicha, že prvky metódy majú význam pre ľudí všetkých vekových kategórií, a to nielen pre chorých, ale aj pre zdravých ľudí. Pri našej terapeutickej práci, podobne ako koncept bazálnej stimulácie, vychádzame z presvedčenia, že každý človek, aj človek s ťažkou poruchou vnímania, je schopný v každej situácii vnímať aspoň niečo niektorými zachovanými zmyslami.

TECHNIKY NAZÁLNEJ STIMULÁCIE

Bazálna stimulácia rešpektuje vývinové stupne vnímania, preto jej techniky sú rozdelené na:

1. Základné techniky

- **somatická stimulácia** – základným prvkom na nadviazanie komunikácie je dotyk. Podporuje vzťah, upokojuje a uľahčuje orientáciu. Prostredníctvom somatickej stimulácie dostáva klient informácie o svojom tele, o svojej telesnej schéme.

Sprostredkovanie podnetov „cez telo“ poskytuje vzájomné sprostredkovanie informácií o okolitom svete.

- **vestibulárna stimulácia** – je to hojkanie, natáčanie klienta. Cieľom je pripraviť organizmus na mobilizáciu, udržať pohyb endolymfy, sprostredkovať informácie o postavení tela v priestore. Snaží sa naučiť klientov nepocítovať svoje telo ako podložku, ale prostredníctvom nej spevniť svalový tonus.
- **vibračná stimulácia** – vibrácia, chvenie vibračným prístrojom, hlasom... Stimuluje kožné receptory pre vnímanie vibrácií, proprioreceptory vo svaloch a kĺbové proprioreceptory. Sprostredkováva klientovi intenzívne vnemy zo svojho tela, informuje o polohe končatiny a ovplyvňuje svalovú spasticitu. Ide hlavne o prípravu vnímania na pohyb a následne na vertikalizáciu a mobilizáciu klienta.

2. Nadstavbové techniky

optická stimulácia – stimuluje zrak

audatívna stimulácia – stimuluje sluch

orálna stimulácia – stimuluje chuť

olfaktorická stimulácia – stimuluje čuch

taktilno-haptická stimulácia – stimuluje hmat

Pohyb je základným prejavom života. Človek sa ním prejavuje už pri vnímaní, prijímaní potravy, vyprázdňovaní, dýchaní, neskôr pri chôdzi atď. Schopnosť pohybovať sa umožňuje človeku spoznať svoje telo, svoje okolie.

Ľudia s viacnásobným postihnutím majú značne obmedzený pohyb, preto je dôležité cielenou stimuláciou im sprostredkovať informácie o ich tele a o okolí. Naši klienti majú špecifickú komunikáciu. Odpovede prichádzajú spravidla oneskorene, sú menej výrazné a pre okolie často málo zrozumiteľné. Aj ostatné aktivity, ktorých je klient schopný, väčšinou sú veľmi nepatrné. Signály, ktoré vyjadrujú príjemné alebo nepríjemné prežívanie vnemov, sú preto pre nás veľmi dôležité. Vychádzame z poznatkov PhDr. Friedlovej (riaditeľka Inštitútu bazálnej stimulácie v Českej republike), ktorá tieto znaky uvádza nasledovne:

Znaky príjemného prežívania vnemov:

- žmurkanie očami,
- hlboký dych, vzdychanie, stonanie, bručanie,
- otváranie očí a úst,
- pousmianie sa, úsmev,
- uvoľnenie svalového tonusu, mimiky a pohybov,
- pokojné pohľady do okolia a na poskytované stimulačné elementy.

Znaky nepríjemného prežívania vnemov:

- zatváranie očí a úst, blednutie,
- nepokojné, nepravidelné dýchanie,
- plač, krik,
- zvýšenie svalového tonusu, krčovité držanie tela, krčovitá mimika a pohyby,
- reakcie signalizujúce obranu, odvracanie sa a gestá proti predmetom, osobám,
- všeobecný motorický nepokoj, stereotypné správanie,
- manipulácia s vlastným telom, sebapoškodzovanie.

VYUŽITIE KONCEPTU BAZÁLNEJ STIMULÁCIE V REHABILITÁCII

V DSS SIBÍRKA sa nachádzajú klienti s prevažne diagnózou DMO (detská mozgová obrna), ktorá má rôzne formy. Nachádzajú sa tu najzávažnejšie stavy, čo znamená, že poškodenie motorickej stránky úplne invalidizuje klienta a robí ho plne závislým od pomoci druhej osoby. Veľmi často býva pridružené poškodenie zraku, sluchu a citlivosti. V dôsledku toho je u klientov znížená schopnosť vnímania svojej telesnej stránky, pretrvávajú patologické reflexy, zvyšuje sa spasticita, sekundárne vznikajú kontraktúry a zhoršuje sa celkový zdravotný stav. Na to, aby sme spomalili regresné procesy, nám pomáha bazálna stimulácia (BS).

Na oddelení rehabilitácie (RHB) sa začala využívať BS v prvom rade pri *polohovaní* klientov počas odpočinku na lôžku (obr. č. 3-4) a neskôr sme začali využívať jednotlivé prvky a ich modifikácie aj počas cvičenia a využitia iných metód.

Pri prístupe ku klientovi je najdôležitejšie začať *iniciálnym dotykom*, ktorý môže byť u každého klienta iný. Najčastejšie sa aplikujú koreňové kĺby horných končatín, t.j. ramenný kĺb alebo ruka (dlaň), hlava, paža (obr. č. 1-2).

Akékoľvek prevedenie úkonu musí byť u klienta sprevádzané verbálnym opisom. Na RHB oddelení využívame polohovanie:

Hniezdo, ktoré sa indikuje:

- vo fáze odpočinku, (obr. č. 5)
- počas noci,

- po aplikácii vodoliečebnej procedúry alebo masáže,
- pri cvičení dýchacej gymnastiky,
- pri cvičení na prístroji Thera Vital na rozvoj trojflexie a zvyšovania svalovej, sily dolných končatín. (obr. č. 6)

Múmia, ktorá sa indikuje:

- pri nepokojných klientoch,
- neurózy, agresivita, zmätenosť,
- klienti dlhodobo imobilizovaní, ktorí stratili vnímanie hraníc svojho tela,
- klienti s výraznou spasticitou, dyskinézami, hypertonusom. (obr. č. 7)

Mikropolohovanie, kde dochádza k vypodloženiu len určitej časti tela, čím dôjde k zmene ťažiska, často sa aplikuje počas nočného polohovania.

Polohovanie môže byť modifikované aj do pozície v sede v polohovateľnom vaku (obr. č. 8) alebo v invalidnom vozíku (obr. č. 9), kde kopírujeme ľudské telo všetkými pomôckami BS.

Pomôcky potrebné na aplikáciu polohovania sú:

- hadíky (dlhé vaky naplnené antistresovými guľkami)
- deky,
- osušky, uteráky,
- vankúš v tvare podkovy,
- vankúše v rôznych veľkostiach,
- plachty, atď.

obr. č. 1 →
obr. č. 2 ↓
obr. č. 3 ↘
obr. č. 4 ↓ ↓
obr. č. 5 ↘ ↘



Vibračnú stimuláciu (VS) používame pri cvičení a pred aplikáciou ortézy a dlahy. Vibrácia nám intenzívne stimuluje receptory v koži, hlbokú citlivosť (polohocit, pohybecit), proprioreceptory vo svaloch, šlachách, väzivovom aparáte a kĺboch. Postupujeme z proximálnej časti (od koreňových kĺbov – ramenných, bedrových) k distálnej časti (zapästie, články prstov).

Pri dlhodobej aplikácii dochádza k znižovaniu spasticity a v spolupráci využitia aj iných facilitačných prvkov rehabilitačného cvičenia sa pokles spasticity umocňuje. Následne sa končatina dokáže ľahšie rozvíjať, zväčšiť rozsah pohybu a dostať končatinu do určitého postavenia. V tomto postavení aplikujeme ortézy a dlahy, podporné pomôcky na udržanie končatiny.

Na VS môžeme využiť:

- hlas,
- ruky,
- elektrické prístroje.

Vestibulárnu stimuláciu (VeS) využívame u klientov na rozvoj rovnováhy a vnímania o polohe a pohybe organizmu v priestore. Čím je klient viac imobilný, nedochádza k zmenám polohy tela, tým je vestibulárny aparát viac poškodený a stráca sa schopnosť reagovať na zmeny polohy. Klient pri náhlej zmene môže

začať reagovať nauzeou, kolapsom, zmenou svalového napätia, poruchou orientácie na vlastnom tele a aj v priestore.

VeS sa indikuje:

- u dlhodobo imobilných,
- pri rozvíjajúcej sa spasticite,
- pri poruche orientácie v priestore,
- vertigu.

VeS môžeme vykonávať rôznymi spôsobmi:

- s klientom v lone vykonávame vychyľovanie na rôzne strany,
- zmenou polohy tela pomocou zmeny pozície celého lôžka,
- pozícia v sede v hojdacom kresle,
- v závesnej hojdačke (obr. č. 10-11)
- na vodnej posteli. (obr. č. 12-14)

Na to, aby sa docielil terapeutický výsledok, je veľmi dôležité BS prepojiť na všetky oddelenia nášho zariadenia. Dôležitá je aplikácia u každého klienta, pre ktorého je nevyhnutná vzhľadom na závažnosť jeho zdravotného stavu.

Mgr. Marta Guldanová, fyzioterapeut

Mgr. Dana Konečná, vedúca terapeutického a diagnostického úseku

obr. č. 6 →
obr. č. 7 ↓
obr. č. 8 ↘
obr. č. 11 ↓ ↓
obr. č. 12 ↘ ↘



obr. č. 9 ↓
obr. č. 10 ↘
obr. č. 13 ↓ ↓
obr. č. 14 ↘ ↘



Výmena preukazu občana s ŤZP vydaného do 31. decembra 2008



Na základe prechodného ustanovenia zákona č. 447/2008 Z.z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia treba vymeniť preukaz občana s ťažkým zdravotným postihnutím a preukaz občana s ťažkým zdravotným postihnutím s potrebou sprievodcu (s červeným pásom) vydané do 31. decembra 2008 platia do 31. decembra 2013.

Starší preukaz občana s ŤZP poznáte podľa jeho formy vyhotovenia. Preukazy, ktoré je potrebné vymeniť, sú v papierovej forme.

Nové preukazy vydávané od roku 2009 sú zaliate do plastovej fólie a majú nové bezpečnostné prvky – vodotlač a hologram, ktoré majú predchádzať ich zneužívaniu a prispievajú k vyššej ochrane dokladov. Vymeniť sa musia aj preukazy, ktoré doteraz platili bez časového obmedzenia.

Nové preukazy fyzickej osoby s ŤZP vydávajú posudkové oddelenia úradov práce. Výmena sa robí na počkanie a nie je spoľatná. Na výmenu potrebujete predložiť platný preukaz občana s ŤZP, občiansky preukaz a fotografiu s rozmermi tri krát štyri centimetre.

Nevidiacich a prakticky nevidiacich držiteľov preukazu občana s ŤZP s červeným pásom upozorňujeme na možnosť dať si vyznačiť na zadnej strane preukazu druh zdravotného postihnutia „nevidiaci – blind“. Aj keď výmena preukazu nie je povinná, je potrebné tak do konca roku 2013 urobiť, pretože staré preukazy vtedy stratia svoju platnosť a tým ich držiteľ stratí nárok na výhody plynúce z držania takéhoto preukazu, najmä na možnosť uplatnenia zľavy pri cestovaní verejnou hromadnou dopravou.

Ing. Bc. Milan Měchura

hlavný metodik pre sociálno právne poradenstvo ÚNSS

OBJEDNÁVKA INFORMÁCIÍ ZPMP NA ROK 2013

Milí čitatelia, aj v roku 2013 si môžete objednať svoj obľúbený časopis **Informácie**, ako aj časopis **To sme my**. **Cena celoročného predplatného je 10 €.** V cene je započítané i poštovné a balné. Ak máte záujem o predplatné časopisu, prosím vyplňte túto objednávku a zašlite nám ju na adresu: Republiková centrála ZPMP v SR, Heydukova 25, 811 08 Bratislava. Ďakujeme!



Závazne si objednávam časopis Informácie ZPMP na rok 2013

Meno, priezvisko:

Adresa (tel. číslo):

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

Objednávam si počet výtlačkov (napíšte počet):

Dátum a podpis objednávateľa:

Predplatné 10 € zaplatím:

☐ prevodom na účet

☐ poukážkou typu U na pošte

Číslo účtu: 140534012/0200 VÚB Bratislava-mesto, variabilný symbol 60413



podakovanie

Projekt rekultivácie záhrady v zariadení podporovaného bývania DSS KAMPINO z nadácie SPP

Ďakujeme za podporu

Úprimne ďakujeme

dobrovoľníkom a brigádnikom za pomoc pri realizácii Dňa Krivých zrkadiel, pri akcii Ľudia ľuďom: Vianoce v lete, pri realizácii vzdelávacích kurzov a letného rekondično-integračného vzdelávacieho pobytu v Mojmírovciach.

Andrea Birová, Barbora Bauerová, Barbora Náhlíková, Branislav Ivančík, Daniela Matulová, Darina Alexyová, Edo Kruzslík, Ivo Hampl, Katarína Veľká, Ľubka Vyberalová, Ľudka Sabová, Magda Papánková, Marián Horanič, Martina Bird – Capková, Martin Mišo, Martina Krahulcová, Michaela Jariabková, Michal Spišák, Mima Bialková, Dano Sipos, Miroslav Rendoš, Miroslav Mišo jr., Miroslava Konvalinková, Monika Jakúbeková, Monika Opálová, Peter Kirchner, Petra Kiššová, Petra Mišáková, Radovan Jasenák, Richard Drahovský, Silvia Aziriová, Stanislava Megová, Stefi Nováková, Tomáš Lazík, Veronika Abrahámová, Veronika Vadovičová, Vladko Smaženka, Zuzana Homolová.

Žiť v prostredí, kde sa ľudia cítia dobre, v prostredí, ktoré pozitívne vplýva na medziľudské vzťahy i na rozvoj človeka samého – to je právom každého človeka v modernej spoločnosti. Sú medzi nami ľudia, ktorí si podobné prostredie nevedia vytvoriť sami. No neznamená to, že si ho nezaslúžia.

Vďaka podpore Nadácie SPP si šiesti mladí ľudia – **Rajmund, Barbora, Milan, Katarína, Marián a Vladimír**, ktorí žijú v zariadení podporovaného bývania, zrealizujú záhradu podľa svojich predstáv a plánov. Spolu s dobrovoľníkmi a priateľmi si ju naprojektujú tak, aby mohli v nej zmysluplne viesť voľnočasové aktivity či dopriať si v nej odpočinok a relax. Chcela by som poďakovať aj za Rajmunda, ktorý sa tak rád angažuje v domácich i záhradných prácach, Barboru, ktorá rada obslúži kávičkou, keď ju sama pripraví, či prinesením vody pre všetkých, ktorí pracujú na záhradke alebo prídu len tak na návštevu, za Katarínu a Milana, ktorí tvoria takmer nerozlučný pár, veľa si pomáhajú a milujú prácu na záhrade, Mariána, ktorý miluje prírodu a leňošenie v tráve, Vladimíra, ktorý rád sedáva na lavičke s knihou v ruke a v neposlednom rade i za náš projektový tím a personál zariadenia podporovaného bývania, pretože môžeme začať novú éru rozvoja našej komunity.

Soňa Krížová Porubčanská

koordinátorka zariadenia podporovaného bývania
projektová manažérka