



BIVIO

BIVIO

**BIVIO NIE JE OBYČAJNÝ HOTEL
S REŠTAURÁCIOU A PRÁČOVŇOU.**

Sme unikátny sociálny podnik s rehabilitačno-
vzdelávacím centrom, v ktorom sa ľudia
s mentálnym postihnutím zaúčajú
v jednotlivých prevádzkach na profesie ako
čaišník, chyžná, pomocná sila v kuchyni či
pracovník práčovne.

Podporiť nás môžete aj formou finančného daru
na náš transparentný účet:
SK45 0900 0000 0051 6583 0902
Zo srdca ďakujeme!

NAŠA PONUKA

HOTEL

Ubytujte u nás svojich blízkych či obchodných
partnerov. K dispozícii máme 10 dvojlôžkových izieb
a bezplatné parkovanie. Ponúkame aj denné
prenájmy formou „hotel office“.

REŠTAURÁCIA

Varíme chutné a kvalitné jedlá z čerstvých surovín.
Denné menu a à la carte či sezónne alebo individuálne
ponuky, aj na dovoz až k vám domov.

PRÁČOVŇA

Radi operieme a vyžehlíme vašu veľkorozmernú
bielizeň.

Recepcia: 02 2085 0710
Reštaurácia: 0917 694 297
www.bivio.sk

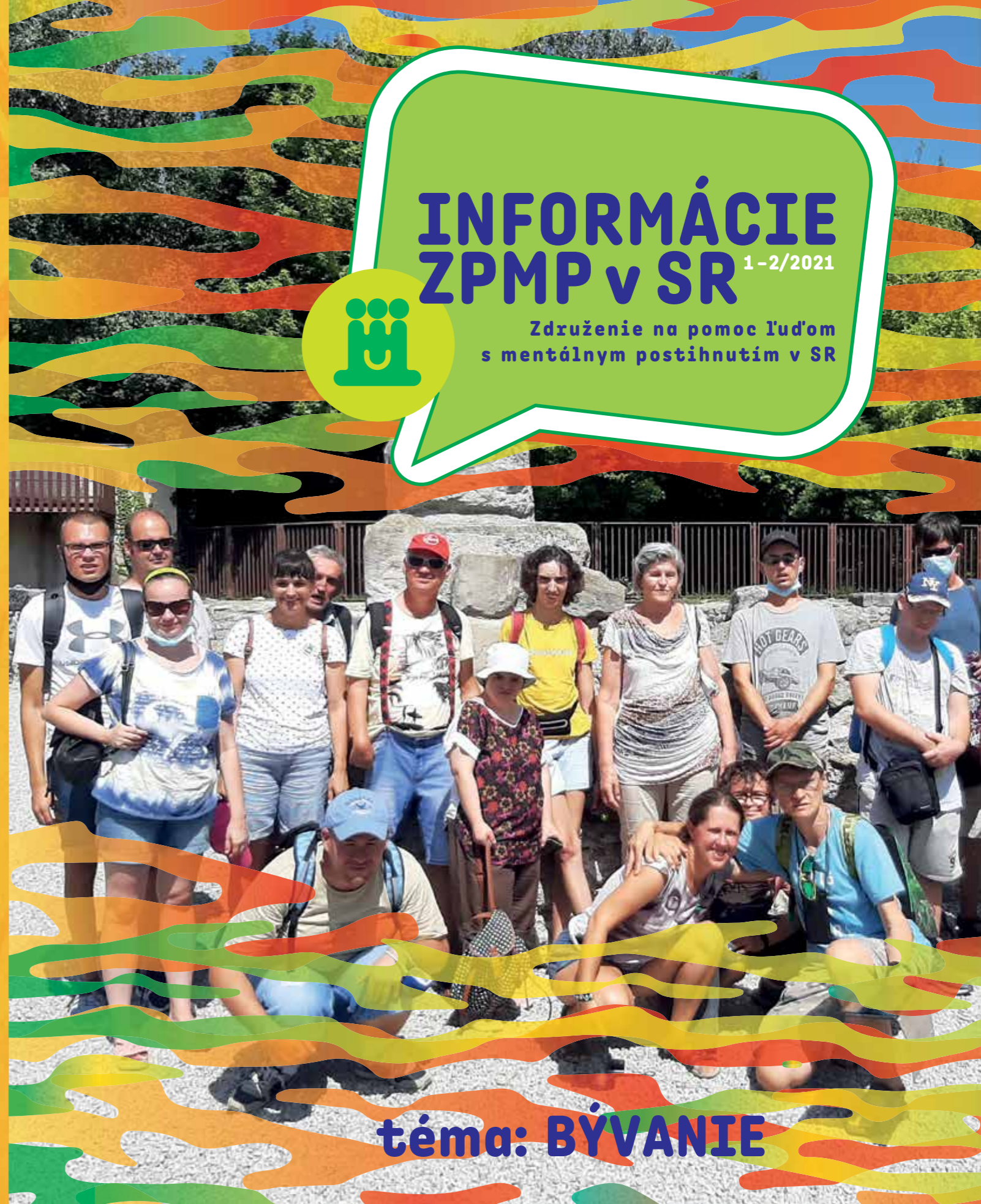
Združenie na pomoc ľuďom
s mentálnym postihnutím
v Slovenskej republike,
občianske združenie, r., s. p.
Alstrova 153, 831 06 Bratislava,
IČO: 00683191
IČ DPH: SK2020804621



PAY by square

INFORMÁCIE ZPMP v SR 1-2/2021

Združenie na pomoc ľuďom
s mentálnym postihnutím v SR



téma: **BÝVANIE**

SLOVENKA ROKA kategória CHARITA

Ďakujem za vaše hlasy

- sms: **SR 25**
- na číslo: **7504**
- online: **www.slovenkaroka.sk/hlasovanie**
- do **25. augusta 2021 – 12:00**



Dlhé roky je riaditeľkou združenia, ktorého cieľom je pomôcť ľuďom s mentálnym postihnutím zaradiť sa v rámci svojich možností do bežného života. Je spoluautorkou unikátneho projektu BIVIO. V Bratislave Rači združenie zriadilo hotel, reštauráciu, práčovňu, ktoré fungujú ako sociálny podnik a rehabilitačné stredisko, kde zamestnávajú a zaúčajú 16 ľudí s mentálnym postihnutím. V súčasnom období koronakrízy vyvíja veľké úsilie, aby projekt BIVIO prežil. **Riaditeľka Republikovej centrály ZPMP v SR Iveta Mišová**, nominovaná na Slovenku roka 2021 v kategórii Charita.

Podporte ju, prosím, svojím hlasom! Hlasovať môžete do 25. augusta 2021 – 12:00 prostredníctvom SMS na číslo 7504 v tvare SR 25, kupónmi z týždenníka Slovenka alebo online na www.slovenkaroka.sk/hlasovanie, po registrácii a prihlásení sa.

BONUS: Vyhrať môžete exkluzívny dovolenkový pobyt pre 2 osoby v Ománe od CK Hydrotour (vycestovať bude možné do 2 rokov od získania výhry).

Objednávka INFORMÁCIÍ ZPMP na rok 2021

Milí čitatelia,
aj v roku 2021 si môžete objednať časopis **Informácie ZPMP v SR**. Ak máte záujem, vyplňte túto objednávku a zašlite nám ju na adresu: **Republiková centrála ZPMP v SR, Alstrova 153, 831 06 Bratislava. Dobrovoľný príspevok je 12 €. Ďakujeme!**



Závazne si objednávam časopis Informácie ZPMP v SR na rok 2021

Meno, priezvisko:

Adresa (telefónne číslo):

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

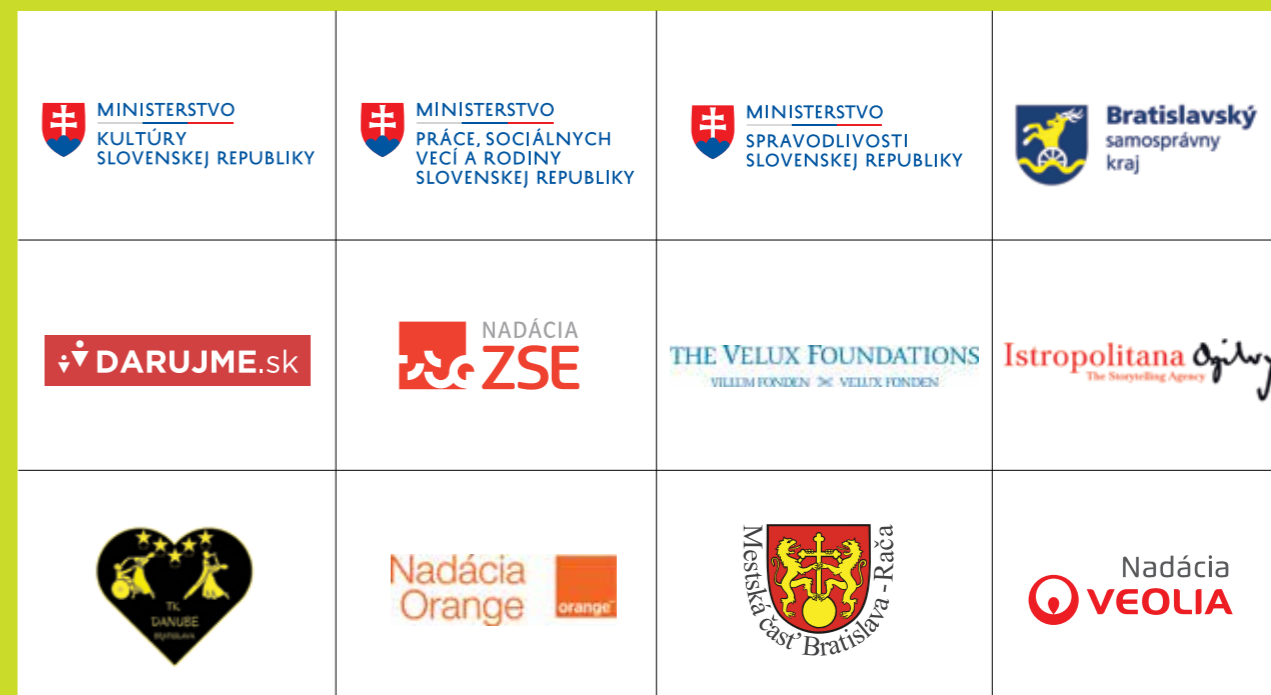
Objednávam si viac výtlačkov (napíšte počet)

Dátum a podpis objednávateľa

Dobrovoľný príspevok možno uhradiť: prevodom na účet

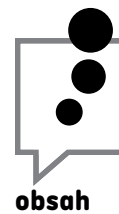
poukážkou typu U na pošte

Číslo účtu: SK550200000000140534012 / Variabilný symbol: 60421



ĎAKUJEME SPOLUPRACOVNÍKOM A PARTNEROM NAŠICH PROJEKTOV

Obsah



- 2 **Úvodník**
// PhDr. Iveta Mišová
- 3 **Téma: Bývanie**
Úvod // Mgr. Marián Horanič
- 4 **Žijeme ako veľká rodina** // Vstúpte, n. o. Malacky
- 7 **Aké to je, bývať samostatne?** // rozhovor v Gerulate Rusovce
- 10 **Ako sa to stalo** // Žaneta Kučerová
- 10 **Na ceste k samostatnosti** // Ing. Martin Vatra, Mgr. Viera Mišková
- 12 **Zariadenie podporovaného bývania DSS Méta** // Mgr. Adriana Bohušová
Rozhovor
- 16 **Chcel som im plniť sny** // rozhovor s Ferom Jokeom
- 17 **Farby života**
- 21 **Deň krivých zrkadiel v Dolnom Kubíne** // Mgr. Martina Gogoláková
Rozhovor
- 22 **10 otázok pre...** // rozhovor s PhDr. Maricou Šikovou
- 24 **Správy z centrály**
Mgr. Marián Horanič // PhDr. Iveta Mišová // Mgr. Ľubica Vyberalová
- 26 **Koronavírus, COVID-19, kríza, pandémie, opatrenia, testy, očkovanie, ROR...**

prosím doplniť dátum
vydania

Informácie ZPMP v SR 1 – 2/2021 // Občasník // Vydalo: ZPMP v SR • Alstrova 153 • 831 06 Bratislava // IČO 00683191

tel: 0905 709 557, 0917 641 595 // e-mail: zpmpvsr@zpmpvsr.sk

Dátum vydania: **x. 8. 2021** // Ročník vydania: 28 // **Redakčne spracovali:** PhDr. Iveta Mišová • Mgr. Martina Jarolíňová

• Mgr. Mária Baláž Gyuranová • Mgr. Zuzana Kolláriková • Mgr. Marián Horanič // **Redakčná rada:** • Elena Kopalová • PhDr. Iveta Mišová

• Mgr. Magda Papánková • Mgr. Ľubica Vyberalová • Mgr. Zuzana Kolláriková • Mgr. Martina Jarolíňová • Mgr. Marián Horanič

Jazyková korektúra: Redigovanie, s. r. o. // **foto:** archív ZPMP v SR • archív ZPB Gerulata Rusovce • ZPB DSS Slatinka Lučenec

• ZPB Vstúpte, n. o. Malacky • ŠZŠ Dolný Kubín • ZPB pri Domko DSS Košice Čaňa • ZPB pri DSS Méta Lipovec • František Košarištan

• Marica Šiková // **Grafický dizajn:** 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 MPSVR SR // Objednávky zasielajte na adresu: ZPMP v SR • Alstrova 136 • 831 06 Bratislava

Registované MK SR č. ev 629/08. Podávanie novinových zásielok povolené RP Bratislava, č. j. 1591/96-P z 10. 04. 1996.

Dobrovoľný príspevok 12 €.



úvodník



Milí čitatelia,

v čase, keď píšem tento úvodník, je leto v plnom prúde. Tešíme sa zo slnečných lúčov, rozkvitnutých lúk, niektorí z nás zdolávajú horské masívy, iní sa kúpu v jazerách, či moriach. Alebo len doma v bazéne, či bazéniku. Dovolenky, prázdniny, zaslúžený oddych. Dozrieva úroda a poľnohospodári majú plné ruky práce. Nie každý má voľno. Aj u nás v BIVIO sa tešíme, keď prichádzajú zákazníci. Nie je tajomstvom, že ubytovacie a gastronomické služby pre pandémiu utrpeli. No snažíme sa zo všetkých síl, aby naše spoločné Centrum BIVIO naďalej žilo, aby sme mohli poskytovať kvalitné služby verejnosti a najmä, aby sa u nás mohli začať na budúce zamestnanie mladí ľudia s postihnutím. Sú veľmi šikovní, to mi verte, v kuchyni, pracovní, v hotelovej časti a na „pláci“ v reštaurácii sa obracajú jedna radosť. No bez vašej podpory by to šlo veľmi ťažko. Ďakujeme vám, že k nám chodíte, že zdieľate naše radosti i starosti. Je to pre nás veľmi dôležité.

Popri BIVIO sa venujeme ďalším činnostiam, ktoré majú pomáhať pri inklúzii, poskytujeme špecializované poradenstvo a ďalšie sociálne služby, pripravili sme rekondično-integračný pobyt pre sebaobhajcov a celoslovenský workshop sebaobhajcov s medzinárodnou účasťou, chystáme Deň krivých zrkadiel v záhrade BIVIO 31. augusta. O tom všetkom budeme písať v budúcom čísle. Pri príprave dnešného dvojčísla sme uvažovali, akú tému zvoliť a práve spomenutý workshop, ktorý má tému nezávislý život a bývanie, nás inšpiroval a témou časopisu je Bývanie. Na stránkach prinášame niekoľko príkladov dobrej praxe, ktoré môžu slúžiť ako inšpirácia pre iných. Okrem tradičných rubriek v tomto čísle nájdete anketu, ktorú sme robili začiatkom roka, keď vrcholila u nás korona kríza. So svojimi názormi a žitím v korone sa podelilo 18 zástupcov našich organizácií. Je z nich cítiť smútok, ale i nádej, odvahu a vieru v lepšie dni. Možno sa vám niektoré z odpovedí budú zdať rovnaké, čo potvrdzuje, že sme ťažké chvíle prežívali podobne a zároveň to ukazuje, že nie sme na to sami. Je príjemné podeliť sa s ostatnými o svojom prežívaní.

Želám vám pokojný zvyšok leta, nádherné babie leto a jeseň plnú zdravia a pohody.
Príjemné čítanie.

PhDr. Iveta Mišová

BÝVANIE



téma

Každý z nás potrebuje bývanie.

Bývanie – domov je miestom, kam sa môžeme vrátiť po práci, po celodennej aktivite, alebo si ho vychutnávať počas voľných dní. Poskytuje nám bezpečie, možnosť oddychu, naplnenia svojich základných potrieb. Bývanie a pocit domova je jednou z našich najdôležitejších potrieb.

Ak naše bývanie v dostatočnej miere nereflektuje naše predstavy a požiadavky, má to zásadné negatívne následky na kvalitu nášho života. Ak bývanie neposkytuje dostatok súkromia, voľnosti, pohodlia, stáva sa miestom, na ktorom žijeme iba preto, že nemáme na výber.

Aj ľudia s mentálnym postihnutím majú svoje sny a predstavy o bývaní. Predstavy však môžu byť mnohokrát odlišné od ich možností. Človek s mentálnym postihnutím má totiž sťažené podmienky, čo sa týka získania vlastného bývania a s tým súvisiacich okolností.

Bývanie v prípade ľudí s mentálnym postihnutím predstavuje špecifickú tému preto, že väčšina týchto ľudí v oblasti bývania nekopíruje trajektórie bežné pre ľudí bez postihnutia.

Napriek tomu sa téma bývania týka ľudí s mentálnym postihnutím rovnako, ako ostatných. No verejnosť málokedy uvažuje o samostatnom bývaní pre túto skupinu tak, ako je to u ľudí bez postihnutia. Pretrváva predstava, že ľudia s mentálnym postihnutím nie sú schopní bývať samostatne. Avšak schopnosť žiť samostatný a nezávislý život je iná u každého človeka. Inak povedané, charakter a typ bývania by sa mal odvíjať od miery potrebnej podpory konkrétneho človeka s mentálnym postihnutím.

Aj preto treba uvažovať o rôznych možnostiach a alternatívach bývania pre dospelých ľudí s mentálnym postihnutím s prihliadnutím na ich práva, predstavy a možnosti. Vybraná alternatíva bývania by mala podľa možnosti v maximálnej možnej miere zohľadňovať potrebu súkromia a mala by byť čím dôstojnejším riešením pre človeka s mentálnym postihnutím.

Téma bývania je zaujímavá najmä v skupine dospelých ľudí s mentálnym postihnutím. Všimajú si, že ostatní ľudia v ich veku sa osamostatňujú, bývajú v podnájdoch alebo vo vlastnom bývaní. S touto situáciou sú často priamo konfrontovaní aj v rodine – ich súrodenci si zakladajú rodiny a opúšťajú rodičov.

Preto sú prirodzene zvedaví, ako je to s nimi. Majú reálnu šancu žiť samostatne? Ak áno, čo všetko pre to musia urobiť? Čo v prípade, ak nie sú v plnej miere schopní postarať sa o domácnosť? Koľko to stojí? Sú s vlastným bývaním spojené aj riziká?

Na stránkach tohto čísla prinášame niektoré z možností bývania pre ľudí s mentálnym postihnutím v súčasných podmienkach.

Mgr. Marián Horanič



téma

ŽIJEME AKO VEĽKÁ RODINA

Informácie ZPMP v SR 1 – 2/2021 4

V júni 2011 nezisková organizácia Vstúpte otvorila v Malackách svoje prvé zariadenie podporovaného bývania v dvojizbovom byte pre troch mužských klientov. Dovtedy mala skúsenosti len s prevádzkou rehabilitačného strediska pre ľudí s mentálnym postihnutím. V roku 2014 k nemu pribudlo ďalšie zariadenie pre ženy. Najskôr v rodinnom dome v Závode, odkiaľ sa klientky presťahovali do trojizbového bytu v Malackách. Po desaťročných skúsenostiach možno bilancovať a dobre opísať cestu hľadania optimálneho nastavenia fungovania zariadenia podporovaného bývania, ktoré je dnes pre šiestich klientov skutočným domovom a umožňuje im žiť plnohodnotný život.

ŽIVOTNÉ SITUÁCIE KLIENTOV BOLI VŽDY IMPULZOM

„Keď zomreli nášmu klientovi z rehabilitačného strediska rodičia a brat býval ďalej od Malaciek, začali sme riešiť jeho situáciu. Impulz pre vznik prvého ZPB bol teda jasný. Michal s bratom zdedil byt po rodičoch a my sme sa dohodli, že ho vezmeme do dlhodobého prenájmu a zrekonštruujeme tak, aby v ňom mohli okrem neho bývať ďalší dvaja klienti,“ hovorí zastupujúca riaditeľka K. Martinová. Išlo o mladý pár, ktorý dnes býva samostatne v mestskom nájomnom byte. Zo začiatku bola miera asistencie vysoká. Asistentky tu mávali aj nočné služby, neskôr sa služby začali skracovať. Miera samostatnosti sa u klientov zvyšovala a v noci už stačí len „prísľužba“ na telefón. Po otvorení chránenej dielne, ktorú Vstúpte, n. o., prevádzkuje od roku 2012, vznikla ďalšia potreba. Zamestnankyne s mentálnym postihnutím

- V bytíkoch sa konajú pravidelné komunitné stretnutia. Bývajú spojené aj s oslavami. Na fotografii u dievčat počas oslavy Mirkinho jubilea.



5

BÝVANIE



téma

dochádzali za prácou. „Silvinka bola z detského domova. Bývala v ZPB v Bratislave, bolo pre ňu výhodnejšie byť v Malackách. Ďalšie tiež dochádzali zo vzdialenejších dedín s komplikovaným cestovaním.“ Prišla ponuka na prenájom domu v Závode. „Tam sme mali v úmysle otvoriť aj ďalšie rehabilitačné stredisko. Nevyšlo to podľa našich predstáv. Prevádzkovať zariadenie mimo nášho sídla v Malackách bolo komplikované. Opäť rolu zohrala náhoda. Naskytla sa možnosť prenajať podľa našej predstavy zrekonštruovaný trojizbový byt minútku od rehabilitačného strediska. Nezaváhali sme a dobre sme urobili.“ ZPB tu má kapacitu do štyroch miest, obsadené sú tri. Kapacita mužského bytu je plne obsadená. Tesne pred vypuknutím pandémie ju doplnil Peško, ktorý prišiel z Centra pre rodiny s deťmi (bývalý DD).

CHOD ZPB OČAMI KOORDINÁTORKY

Zuzana Švarcová, koordinátorka ZPB, opisuje život v bytí-koch takto: „Klienti sa starajú spoločne o chod domácnosti, delia si služby na upratovanie spoločných priestorov. Majú vypracovaný plán upratovania na nástenke, kde si každý

klient, ktorý má službu, zaznamenáva, aké práce v danom týždni už vykonal. Vedú si „bytíkový“ peňažný fond, do ktorého pravidelne prispievajú. Tento fond slúži na pokrytie bežných spoločných výdavkov určených na chod domácnosti. U dievčat sa o fond stará jedna klientka, ktorá sa sama iniciovala a ide jej to veľmi dobre. Dievčatá si ju zvolili samy. U chlapcov s fondom pomáha asistentka. Okrem toho si každý klient vedie aj svoj osobný peňažný denník, do ktorého si zaznamenávajú všetky príjmy a výdaje. Raz do mesiaca si s pomocou asistenta zhodnotia hospodárenie. Každý klient sa učí so svojimi peniazmi narábať sám. Majú svoj účet, sporenie a tiež si sami platia výdavky, nákupy. Asistent im podľa potreby pomáha. Niektorí klienti pomoc potrebujú, niektorí už nie. Je to individuálne. Väčšinou sú v ZPB ubytovaní klienti, ktorí sú zároveň zamestnancami chránenej dielne.“

INDIVIDUÁLNY PRÍSTUP JE SAMOZREJMOŠŤOU

„Každý náš klient je osobnosť, a preto vo Vstúpte aj v ZPB ku každému pristupujú s ohľadom na jeho znevýhodne-

- Väčšina klientov ZPB v Malackách je zamestnaná v chránenej dielni Vstúpte, n. o. Na fotografii Silvinka a Attila počas práce v keramickej dielni.



- Peško sa v zariadení podporovaného bývania veľmi zdokonaľil. Dokáže si sám pripravovať jednoduché jedlá.



nie, záujmy a potreby. Keďže klienti trávajú svoj čas počas dňa v práci alebo v dennom centre, asistentská služba sa začína až v poobedných hodinách," pokračuje v rozprávaní Z. Švarcová. Cez víkend si varia samostatne. Každý to, na čo má chuť. Dievčatá to zvládajú lepšie, asistenciu potrebujú najmä chlapi. Tí si berú obedy z mestského centra sociálnych služieb. Počas reštrikcií súvisiacich s pandemiou však túto možnosť nemali a tak boli nútení variť si a veľa sa toho vďaka tomu naučili," dodáva Z. Švarcová.

KAŽDÝ MÁ MOŽNOSŤ TRÁVIŤ ČAS PODĽA SVOJICH PREDSTÁV

Počas víkendov si klienti v ZPB plánujú a absolvujú s asistentmi rôzne spoločné aktivity, výlety. „Pomáhame im organizovať si voľný čas. Tí samostatnejší to zvládajú sami. Podobne je to aj s dovolenkou. Máme klientku, ktorá chodí každý rok na poznávací zájazd do zahraničia. Miluje cestovanie a poznávanie historických pamiatok. Celý rok si šetrí peniaze práve na takúto dovolenku. Ako samouk sa učí španielčinu už dlhé roky. Cestuje sama, pomocou cestovnej kancelárie. Pomáhame jej len s výberom zájazdu, prípadne odvozom na letisko. Navštívila už niekoľko krajín, a keďže aj rada fotografuje, ako spomienku má doma albumy z ciest. Táto klientka má ľahšiu MR, ale silný zdravotný hendikep. Vidí len na jedno oko. Nosí silné dioptrie. Napriek tomu jej túžba žiť samostatný život a zažiť v živote, čo najviac pekného je veľmi silná. Má veľmi dobrú pamäť, hlavne na čísla, dátumy a schopnosť učiť sa jazyky. No hlavne má veľa záujmov, chuť do života a stále na sebe pracuje, zdokonaľuje sa. V tomto jej vo veľkej miere pomohlo aj naše Vstúpte a podmienky v ZPB.“

TREBA IM DÔVEROVAŤ, ŽE VŠETKO ZVLÁDNU. A IDE TO...

„Naši chlapi na PB sú rovnako šikovní ako dievčatá. Dokážu spoločne viesť celú domácnosť a taktiež sa vie každý sám o seba postarať. Peťko k nám prišiel z Centra pre deti a rodinu. U neho bola možnosť ísť do domova sociálnych služieb alebo ísť k nám na PB. Už sme ho poznali, keďže

chodil k nám do denného centra a usúdili sme, že sa na PB hodí a že to skúsime. Klient je zbavený svojprávnosti, hendikepovaný mentálne aj fyzicky. Býva v bytiku rok a naučil sa hneď orientovať v priestore, chodiť sám do centra, zamykať a odomykať dvere bytu, vchodu a prebral na seba zodpovednosť, že to všetko zvládne. Základné samoobslužné činnosti ovládal, no naučil sa aj postarať o svoj žalúdok, keď je hladný. Vie si sám pripraviť základné jedlá, dokonca ohriať párky, spraviť praženicu. Dokáže zostať sám v byte, ak sú spolubývatelia so svojou rodinou. V prípade potreby má asistenciu aj na telefóne, v podstate tá je na PB stále. Naučil sa ovládať tablet, facebook. Už si vie aj sám nakúpiť základné potraviny. Miluje výzvy. Najnovšie cestoval prvý raz sám prímestským autobusom. S našou pomocou to vyskúšal a už vie, kde má nastúpiť, kde vystúpiť a ako má dať šoferovi vedieť, kam cestuje, či kúpiť si lístok. Každý nový úspech klienta nás nesmierne teší a najväčšou odmenou je pre nás ich radosť, hrdosť a sebavedomie, ktoré získavajú. Hlavne na seba preberajú zodpovednosť za seba, čo je veľmi dôležité. Pre našich klientov sme tu stále. Ak potrebujú poradiť, pomôcť, vypočuť, utíšiť, ubezpečiť. Žijeme ako veľká rodina. Služba našim klientom je naším poslaním, sme ich sprievodcami v bežnom živote.“

ČO PONÚKA ZPB?

Pomoc prijímateľom sociálnej služby podporovaného bývania v zariadeniach Vstúpte, n. o. je zameraná najmä na oblasť starostlivosti o domácnosť (varenie, pranie, žehlenie), hospodárenie s financiami (spravovanie osobného účtu, hospodárne nakladanie s financiami), organizovanie voľného času, športové aktivity, komunikáciu s priateľmi, s rodinou, okolím, tvorenie individuálneho rozvojového plánu, tvorba podporných skupín pre individuálne plány a pod. Zariadenie podporovaného bývania v Malackách je vhodné pre klientov s ľahším mentálnym postihnutím, s nižšou mierou asistencie, ktorí sa chcú zdokonaľovať. Chcú žiť bežný život. Majú túžbu začleniť sa.

Text, foto: **Vstúpte, n. o.**

AKÉ TO JE, BÝVAŤ SAMOSTATNE?

Podte sa s nami pozrieť do Zariadenia podporovaného bývania Gerulata v bratislavskej mestskej časti Rusovce, v ktorom nás privítala sympatická vedúca Ingrid Iványová a prezradila niečo viac z ich každodenného života.

Zariadenie podporovaného bývania nesie názov podľa historického rímskeho vojenského tábora Gerulata. Od roku 1990 sídli v budove, ktorú má v prenájme od mestskej časti. „Budova bola v dezolátnom stave. Celý objekt zrekonštruoval Dr. Škott. Uviedol do života DSS, následne chránené bývanie a neskôr terajšie zariadenie podporovaného bývania,“ zaspomínala si Ingrid na viac ako 30 rokov existencie i na Dr. Škotta, ktorý už nie je medzi nami. Gerulata má kapacitu 7 miest a momentálne je plne obsadené. „Bývajú u nás 3 muži a 4 ženy. Všetci primárne s mentálnym postihnutím,“ ozrejmjuje.

URČITE JE VEĽKÝ ZÁJEM...

Záujemca o umiestnenie v rusovskom zariadení podporovaného bývania musí podať žiadosť na Bratislavský samosprávny kraj. Poradovník má kraj a taktiež samotné zariadenie. Každé zariadenie štvrtročne nahlasuje obsadenosť kraja a keď sa náhodou uvoľní miesto, tak informuje okamžite. I keď by sa mohlo zdať, že o tento druh služieb je veľký záujem, sympatická plavovláska nás vyvádza z omylu. „Nechakajte u nás štôs žiadostí, nemáme momentálne ani jednu,“ hovorí. A prečo? „Domnievam sa, že je to spôsobené aj tým, že rodičia, ktorí majú záujem umiestniť sem svojho takmer dospelého alebo dospelého potomka majú často predstavu,

že v zariadení podporovaného bývania mu splníme všetko a o všetko má postarané. Ale nie je to tak. V bývaní by mal byť umiestnený človek, ktorý dokáže do určitej miery, pod istým dohľadom samostatne fungovať. A toto rodičom nestačí, oni toto nechcú. Chcú zabezpečiť plný servis,“ zamyslela sa nad možnou príčinou.

INDIVIDUÁLNY PRÍSTUP KU KLIENTOVI

A tu sa vynára otázka, čo by mal budúci obyvateľ zariadenia podporovaného bývania ovládať. Prvé tri mesiace až pol roka prechádza každý nový klient adaptačným procesom, počas ktorého pracovníci „podporka“ zisťujú jeho zručnosti, obvyčajne i to, s čím bude potrebovať intenzívnejšie pomôcť. „Často sú to veci, ktoré sú pre zdravého človeka automatické. No my prídeme na to, že úroveň klienta v oblasti sebaobsluhy, hygieny a starostlivosti o svoj zovňajšok je na veľmi nízkej úrovni,“ zhodnotila Ingrid. Človek, ktorý sem prichádza, by mal byť samostatný do najvyššej možnej miery, ktorú mu jeho schopnosti umožňujú. Mal by sa vedieť sám umyť, najesť, byť mobilný, no ak má zariadenie vytvorené podmienky, môže byť aj na vozíčku. Práve počas adaptácie Ingrid s kolegami zistí, do akej miery je klient samostatný v bežných životných situáciách a pomoc a podporu prispôbia jeho schopnostiam a potrebám. A to, že ku svojim obyvateľom pristupujú skutočne zodpovedne, o tom svedčí aj skúsenosť z minulosti. „Pobyt sme dávnejšie ukončili len raz, klientovi, ktorý mal okrem mentálneho postihnutia aj vážne psychiatrické problémy a ohrozoval ostatných. Istý čas sme navýšili pracovný čas zamestnancov, to bolo obdobie,





keď Janko Škott dotoval bývanie z vlastných finančných zdrojov a doteraz ten dlh tlačíme pred sebou, pretože sme ho zatiaľ neboli schopní splatiť. Nakoniec sme sa však museli s týmto klientom rozlúčiť, pretože sa to nedalo dlhodobo zvládnuť,“ priznáva. Ľudia, ktorí u nich našli svoj domov, sú tu naozaj dlhodobo. Posledné voľné miesto obsadili v roku 2016 a majú tu i klientku, ktorá už dovŕšila 65 rokov. „Zariadenie podporovaného bývania je do 65. roku veku, ale pokiaľ klient tento vek dovŕši v bývaní, pokračuje ďalej. A dúfam, že tu s nami zostane a jej zdravotný stav jej dovolí tu byť čo najdlhšie,“ nádeja sa Ingrid. Aj preto momentálne uvažujú nad tým, že zrenovujú a upravujú dve miestnosti, v ktorých bola kedysi chránená dielňa na výrobu sviečok a výrobkov z keramiky, a budú tak môcť prijať 2 až 4 nových klientov.

KAŽDODENNÝ ŽIVOT

Podporované bývanie nie je internát s večierkou či zamknutými izbami. Každý klient má svoje súkromie, vlastnú izbu, kľúč od nej, ako aj od brány celého areálu. „Život ľudí tu v bývaní by sa mal čo najviac približovať životu každého z nás,“ dodáva Ingrid. Kto má záujem a dovoľujú mu to jeho finančné možnosti, môže dokonca využiť aj možnosť obedovať v neďalekej reštaurácii za zvýhodnenú cenu. Ingrid sa socializácii svojich „zverencov“ teší. „Chlapci nevedia čítať, no ja im každý deň poviem, čo je v menu a podľa ich výberu im napíšem na lístok číslo. A to či chcú alebo nechcú polievku už vedieť povedať,“ približuje. Okrem obedov si raňajky a večere zabezpečuje každý sám. „Chodia na nákupy a ak chcú, napíšeme si s nimi vopred jedálny lístok,“ dodáva Ingrid. Majú však aj dohodu o spoločnom varení, v rámci ktorej sa skladajú s ostatnými na spoločné raňajky a večere. Kuchyňa v zariadení majú síce plne vybavenú, no len jednu, a teda nie je prakticky možné, aby si v nej denne varilo všetkých 7 klientov. Spoločne pre všetkých sú aj toalety a kúpeľne – mužské a ženské. Obyvatelia Gerulaty aj svoj voľný čas trávia ako každý iný. Chodievajú do denných centier, maľujú, pozerajú seriály, komunikujú cez sociálne siete, hrajú stolný tenis a najnovšie aj bicyklujú na špeciálnej trojkolke, ktorá sa teší veľkej obľube. Šesť klientov má aj osobných asistentov, ktorí s nimi trávajú voľný čas, či pomôžu s nákupom.

„Pred koronou často naši obyvatelia navštevovali kino a radi chodili aj na jedno či dvojdnové poznávacie autobusové zájazdy,“ povzdychla si Ingrid, keďže momentálna situácia im to nedovoľuje.

VZŤAHY A TOLERANCIA

Socializácia je veľmi dôležitou súčasťou života ľudí s postihnutím, aj keď to nie je vždy jednoduché. Momentálne má v podporovanom bývaní Gerulata každý svoju televíziu i keď pôvodne bola jedna spoločná v obývačke, pri ktorej sa každý večer stretávali. „Z pohľadu komunitného života to bolo omnoho lepšie, no keďže bol problém sa zhodnúť na jednom programe, zvolili sme túto formu,“ ozrejmila vedúca zariadenia. „Nedávno sme tu mali opekačku, na ktorú prišli aj ľudia z okolia. A z veľkej akcie sa klienti veľmi tešili,“ zhodnotila a dodala: „I keď sú osobnostne veľmi rôznorodí, učíme ich vzájomnej tolerancii a aby nevyhľadávali klientov, s ktorými si nerozumejú.“ Korona priniesla do života obyvateľov zmeny, s ktorými sa nevyrovnávali ľahko. „Bolo ťažké docieľiť, aby klient akceptoval, že nesmie ísť nikde ani len si kúpiť cigarety, na poštu či do obchodu,“ povzdychla si a zhodnotila, že toto obdobie nebolo ani také ťažké z hľadiska prevádzky ako skôr psychicky.

ZAMESTNANCI A DOBROVOLNÍCI

V podporovanom bývaní Gerulata sa strieda 5 zamestnancov – inštruktor sociálnej rehabilitácie, sociálny pracovník a pomocný pracovný personál, ktorých náplňou práce je dohľad a pomoc pri bežnom živote obyvateľov. „Keď potrebujú prať, ožehliť, zašít, ísť na obed, na obchodu, do bankomatu,“ vymenúva bežné životné situácie, s ktorými pomáhajú, Ingrid. Vo večerných hodinách zariadenie opustí posledný zamestnanec a obyvatelia zostávajú sami, keďže nočné služby zatiaľ, vzhľadom na ich samostatnosť, nie sú potrebné. Areál, v ktorom „podporko“ sídli je veľký a vyžaduje aj patričnú, časovo náročnú starostlivosť. Obyvatelia i zamestnanci by sa veľmi potešili, ak by sa našli dobrovoľníci, ktorí by im pomohli s manuálnymi prácami, ako je umývanie množstva okien, či kosenie trávy alebo orezávanie stromov. V Rusovciach majú všetci dobrí ľudia dvere otvorené...

Anketa:

Čo zaujíma potenciálnych klientov?

PLATÍ SA ZA ELEKTROSPOTREBIČE?

V niektorých zariadeniach sa za vlastné spotrebiče dopláca, v Gerulate nie. Každý klient má v izbe svoj televízor a satelit. Momentálne by si dokonca noví klienti nemuseli televízor zakúpiť, máme k dispozícii dva voľné. Na náklady OZ zabezpečíme aj satelit. Uhradí si budú musieť len ročný poplatok za satelitnú televíziu. V prípade záujmu môžu mať v izbe aj vlastnú chladničku.

POMÔŽE MI NIEKTO S VYBAVOVANÍM ÚRADNÝCH ZÁLEŽITOSTÍ?

Určite áno, to je samozrejme.

MÔŽEM SPIEVAŤ, POČÚVAŤ, HUDBU A MAĽOVAŤ ČI ROBIŤ S DREVOM?

Samozrejme, sme veľmi radi, ak majú klienti záľuby a vedia plnohodnotne tráviť svoj voľný čas. Čo sa týka práce s drevom, záleží to od činnosti, aby nedošlo k úrazu.

AKÝ JE KOLEKTÍV?

Každý človek má svoje individuálne charakterové črty. Obyvateľov učíme vzájomnej tolerancii a pokiaľ im niekto nevyhovuje, zámerne nevyhľadávať jeho prítomnosť a spoločnosť.

JE V ZARIADENÍ INTERNET?

Áno, no nie v celej budove. Máme na chodbe jeden PC s internetom, ku ktorému majú klienti voľný prístup.

KOLKO STOJÍ IZBA?

Cena závisí od troch aspektov: výšky dôchodku, veľkosti izby a stupňa odkázanosti. V Gerulate klienti platia od 114 € do 166 €. Každé zariadenie sociálnych služieb má na svojej stránke zverejnený cenník a podľa neho si každý záujemca vie individuálne vypočítať prípadnú úhradu. Niektoré zariadenia majú aj jednotný – paušálny poplatok.

AKO SA TO STALO

Je večer, možno pol desiatej a po ulici sa pomaly vracia domov Peťo. Ide z brigády. Ráno a večer chodí vykladať stoly a stoličky na terasy pri baroch. Pozdraví susedu, ktorá je so psíkom na prechádzke, a z vrečka vyťahuje zväzok kľúčov, na ktorom má pripnutý jeden „džip“ ako to volá Peťo. Už nepotrebuje kľúč, domovníčka mu poslala čip na otvorenie vchodových dverí. Býva na prízemí, otvorí a vchádza do bytu. Pozdraví svoju priateľku Jarku a porozpráva jej, čo všetko zažil v priebehu dňa. Medzitým si zapne telku a nahlas rozmýšľa, čo si pripraví na oblečenie, aby ráno nezaspal do práce. Peťo totiž okrem spomínanej brigády pracuje na pracovnú zmluvu v agrodrevinovom sociálnom podniku v Rovňanoch. Práca ho baví, je veľmi spokojný. V priebehu dňa nezabudne zavolať zamestnancom TSS PSB a povedať im, že je všetko v poriadku, že sa bol testovať, že výplata bude už šiesteho a že poobede sa zastaví na pivko a cez víkend pôjde na futbal... Úplne v skratke, je to príbeh jedného, duchom mladého muža, ktorý väčšinu svojho života prežil v inštitúcii. A takto môžeme prerozprávať príbeh Angeliky, Moniky, Maťa, Bohuša či Rózky. Sú to ľudia so

zdravotným znevýhodnením, ktorí väčšinu svojho života žili v inštitúcii. Vďaka svojim túžbam, predstavám, snom, ktoré mali a vďaka podpore zamestnancov, 10 prijímatelia sociálnej služby Domova sociálnych služieb Slatinka dostali šancu „žiť bežný život“, kde im je poskytovaná terénna sociálna služba „Podpora samostatného bývania.“

Domov sociálnych služieb Slatinka, ako prvý na Slovensku začal poskytovať terénnu sociálnu službu Podpora samostatného bývania pre cieľovú skupinu ľudí s mentálnym znevýhodnením. Spomínaná služba bola registrovaná 1. septembra 2015. Momentálne poskytujeme terénnu sociálnu službu PSB 15 prijímateľom s nižšou a vyššou mierou podpory, ktorí žijú v šiestich prenajatých bytoch. Jeden byt s osobitným určením určením nám poskytlo Mesto Lučenec a jeden prijímateľ žije vo svojom vlastnom byte. Služba Podpora samostatného bývania je zabezpečovaná dvomi sociálnymi pracovníkmi. Rozsah poskytovanej podpory bol na začiatku v priemere 76 hodín na mesiac na jedného prijímateľa. V súčasnosti je to rôzne, od 3 hodín do 38 hodín



na mesiac. V oblasti potrebnej miery podpory im na základe dohody poskytujeme potrebnú podporu, napr. v oblasti hospodárenia s financiami, v komunikácii, v zdravotnej oblasti, pri vytváraní a udržiavaní priateľských, partnerských, pracovných vzťahov, pri organizovaní voľnočasových aktivít, pri získavaní pracovných zručností, tiež v oblasti zamestnávania, aj pri riešení rizikových situácií. S prijímateľmi pracujeme na základe individuálneho prístupu, každý má vypracovaný individuálny plán, ktorý pravidelne prehodnocujeme a dopĺňame podľa potrieb a preferencií prijímateľa. Pracujeme metódou PCP – prístupu zameraného na človeka, ktorý vychádza z toho, že každý človek je najlepším odborníkom na svoj život, najlepšie rozumie svojim potrebám, sám si vyberá ľudí do podpornej skupiny a sám si stanovuje ciele, na ktorých chce pracovať, preberá určitú mieru zodpovednosti za svoje rozhodnutia. Okrem individuálnych plánov má každý prijímateľ vypracovaný plán rizikových situácií a plán aktivizácie a zamestnávania. Prijímateľov podporujeme, aby svoj život žili podľa vlastných predstáv, čo najviac samostatne. Využívame bežné zdroje komunity, udržiavame kontakty so svojimi príbuznými, stretávame sa so susedmi, pracujeme s dobrovoľníkmi, snažíme sa o rozširovanie sociálnej siete. Vďaka možnostiam a príležitostiam, ktoré im boli poskytnuté, rozvíjajú sa a rastú v samostatnosti a nezávislosti a rastú aj ich očakávania – zažívanie každodenných aktivít ich učí a posúva stále ďalej. A popri nich sa rozvíjajú aj zamestnanci, sprostredkujú nové možnosti, nové stretnutia, vzdelávajú sa, stávajú sa flexibilnejší. Stávajú sa partnermi, ktorých úlohou nie je „ starať sa a ochraňovať „ ale podporovať a viesť. Väčšina súčasných prijímateľov, ktorí žijú

v podpore samostatného bývania začínali – bývali v zariadení podporovaného bývania, kde sa ukázal ich potenciál. Tu sa naučili určitým sociálnym zručnostiam potrebným pre samostatný život, ako starostlivosť o domácnosť, nákupy, varenie, pranie, cestovanie, orientácia v širšom prostredí, komunikačné zručnosti. Aj na začiatku tejto cesty mali prijímateľa zmiešané pocity, strach a obavy. Postupným učením získavali nové zručnosti, skúsenosti, stávali sa samostatnejšími, odvážnejšími a sebedomejšími. Pár rokov už máme za sebou. Stretli sme sa s rôznymi situáciami, úspechmi aj neúspechmi, vzostupmi aj pádmi, ale ak sa niekoho z nich opýtame, či sa chce vrátiť a žiť ako predtým, jednohlasne odpovedajú, že nie.

Na záver by som spomenula krátke zhodnotenie svojho života jednej našej prijímateľky: „Do podporovaného bývania som prešla už dávno. Bývam v jednoizbovom byte a mám nového priateľa. V tomto byte sa mi býva dobre. Spolu s priateľom chodíme na nákupy. Máme dobrých susedov, pomáhajú nám, doniesli nám aj klobásy a kapustu. Chodím do práce. S mojou prácou sú kolegyně spokojné. Najradšej umývam podlahy, kúpeľne a rada utieram prach. Do práce cestujem autobusom, ak je pekné počasie idem pešo, nemám to až tak ďaleko. Prechodom do PSB nastala v mojom živote veľká zmena, na začiatku boli obavy, ale teraz som za túto príležitosť a novú šancu žiť podľa vlastných predstáv veľmi vďačná.“
Čo viac dodať?

Žaneta Kučerová

NA CESTE K SAMOSTATNOSTI

Domovy sociálnych služieb nie sú jedinou možnosťou dôstojného života pre ľudí s mentálnym postihnutím. Ich alternatívou, ktorá sa usiluje o čo najväčšie začlenenie klientov do spoločnosti, sú zariadenia podporovaného bývania. Je jeden z horúcich letných dní, skoré ráno. O 6:42 hod. sa do autobusu smerujúceho do Košíc, plného pracujúcich ľudí hrnú 3 klienti zariadenia podporovaného bývania. „Domko mi ponúklo prácu v chránenej dielni na vrátnici,“ vysvetľuje Daniel. „Ja som si prácu našiel cez o. z. Usmej sa na mňa. Ponúkli mi dve práce a vybral som si kaviareň „Od srdca“, v ktorej pracujem ako čašník. Som šťastný, že tam pracujem,“ vraví Vladko. Do „domčeka“, ako o zariadení podporovaného bývania jeho obyvatelia hovoria, prichádzajú späť až popoludní. Unavení, ale šťastní. Práca ich baví, prináša im radosť a posúva ich ďalej.

„Nie všetci siedmi obyvatelia domu pracujú. Viktor si dopĺňa vzdelanie v Praktickej škole. Ostatní sa pripravujú na prácu, ale chýbajú nám pracovné príležitosti,“ hovorí Viera Mišková, vedúca sociálneho úseku. Klienti veľa športujú, rozvíjajú svoje koníčky a vzájomne si pomáhajú.

Sú u nás po celý rok. Zariadenie podporovaného bývania v Čani funguje pri DOMKO – Domove sociálnych služieb – už takmer rok a nachádza sa vo väčšom rodinnom dome pri železničnej trati. Pre piatich mužov a dve ženy s mentálnym postihnutím je krokom k väčšej nezávislosti. Prijemné prostredie a priateľská atmosféra pomáha celému procesu osamostatnenia. „Domček“ je poschodový. V prízemí kraľujú ženy. Na dverách ich izby nápis „mužom vstup zakázaný“, ktorý si samy označili, vtipne okomentovala jedna z jej

obyvateliek Maruška. „Chlapi nemajú čo chodiť do izieb žien, stretávame sa s nimi, smeje sa, varíme i tancujeme v našich spoločných priestoroch.“ V prízemí je jedáleň a kuchyňa, v ktorej si pripravujú vďaka pokrmu. Príprava raňajok a večere je ďalší zo spoločne strávených okamžikov a každý štvrtý deň ich pripravuje niekto iný. V nedeľu si pripravujú spoločne aj obed. Dnes tvorí menu zeleninová polievka a maďarský guláš s knedľou. Popoludní si upečú aj čerešňovú bublaninu, ktorou ponúknu aj svojich blízkych, lebo prídu na návštevu. V blízkosti jedálne je návštevná miestnosť, v ktorej sa stretávajú všetci na rannej komunite. Pri jednej z otázok na komunite: „Máš nejaké sny, alebo plány, čo by si chcel robiť ďalej, v čom by si sa chcel rozvíjať?“ ostanú chvíľu všetci ticho, po ktorom Tomáš odpovie: „Chcel by som sa oženiť, keby som mal ženu a postarať sa o dieťa.“ „Chcem mať bazén a kúpať sa v ňom, chcem ďalej pokračovať v práci a chcem byť viac samostatný,“ vraví Daniel. Na poschodí majú svoje izby muži a veľa spoločných aktivít sa odohráva vo veľkej spoločenskej miestnosti, pri ktorých sa smejú, no občas i hašteria. Veď taký je život. Jednotlivé miestnosti dobre ilustrujú záujmy ľudí, ktorí v nich žijú. Po večeri všetci ešte chvíľu diskutujú. Niektorí sa postarajú o záhradu, v ktorej si pestujú zeleninu, alebo idú popolievať bylinkovú záhradu, prípadne si oddýchnu pri novovzniknutom jazierku. Iní sa presunú na pohovku pred televízor, alebo idú do kúpeľne. Okolo desiatej hodiny večer už sú všetci obyvatelia „domčeka“ vo svojich izbách a chystajú sa k spánku. Zajtra ich čaká ďalší náročný deň. Sedem klientov je zatiaľ pod stálym dohľadom skvelých pracovníkov. Štyria inštruktori sociálnej rehabilitácie a jedna opatrovatelka pripravujú pre nich každodenný program.





téma

Ľudia s mentálnym postihnutím sú tak zapojení do normálneho života a zároveň majú potrebnú starostlivosť, ktorú potrebujú a ktorú im prináša toto komunitné bývanie. A čo im prináša zariadenie podporovaného bývania do života? „Pripravujú sa byť samostatnými a sebestačnými. Učia sa novým veciam, ktoré sú potrebné pre samostatný život. Pracujúci cestujú do práce bez sprievodu. Vedia, ktorý spoj je pre nich ten správny. Niektorí už dokážu robiť malé nákupy bez pomoci iných. Naučili sa, že je potrebné udržiavať poriadok, či už v „domčeku“, alebo vo svojich osobných veciach. Dokážu byť nápomocní v kuchyni, v záhrade, pri triedení odpadu,“ vysvetľuje Marianna Sokolovičová, inštruktorka sociálnej rehabilitácie.

„Radi by sme odporučili ostatným, ktorí plánujú zriadiť takýto druh služby, aby takého zariadenia bližšie situovali k mestu, čím sa otvára širšia ponuka aktivít pre klientov.

ZARIADENIE PODPOROVANÉHO BÝVANIA DSS MÉTA

Radi by sme vás oboznámili s jednou z našich prevádzok – Zariadením podporovaného bývania (ZPB) na Lipovci, ktoré vzniklo 01. 12. 2013. ZPB poskytuje sociálne služby celoročnou pobytovou formou. Toto zariadenie je piatou prevádzkou DSS Méta. Hlavným cieľom tohto zariadenia je vytvoriť také podmienky pre prijímateľov sociálnych služieb, ktoré by sa čo najviac priblížili bežnému životu a každodenným potrebám „obyčajných ľudí“. Cieľovou skupinou zariadenia sú osoby so zdravotným a mentálnym postihnutím.

Zariadenie podporovaného bývania sa nachádza neďaleko mesta Vrútky v obci Lipovec a je umiestnené v spoločnom areáli s DSS. Obe zariadenia sú obklopené krásnou prírodou a pohorím Malej Fatry. V blízkosti zariadenia sa nachádzajú štyri jazerá, ktoré umožňujú jedinečný relax nielen telu, ale i duši a sú pomerne častým cieľom našich prechádzok. Zariadenie vytvára ideálne podmienky na nerušený život v lone prírody. Samotný areál je obklopený množstvom veľkých listnatých a ihličnatých stromov, ktoré nám v období letných horúčav zabezpečujú vytúžený tieň. Zariadenie je rýchlo a ľahko dostupné napriek tomu, že je na okraji indivi-

Starostlivo pristupovať k výberu klientov, aby tam boli ozaj klienti, ktorí tam patria a majú určitý predpoklad dosiahnuť samostatnosť a od začiatku nastaviť harmonogram činností, aby si osvojili denný režim a naučili sa tam bez časového stresu zvládnuť základné veci v starostlivosti o seba a o domácnosť a popritom i prácu,“ vysvetľuje Martina Šimková, inštruktorka.

„Našou víziou je rozšíriť zariadenie o dve bytové jednotky pre ďalších štyroch ľudí. Máme spracovaný projekt. Pevne dúfam, že prístavbu uskutočníme v budúcom roku s finančnou podporou Košického samosprávneho kraja, nášho zriaďovateľa,“ uzatvára riaditeľ Martin Vatra.

Kontakt: Ing. Martin Vatra, riaditeľ, Mgr. Viera Mišková, ved. soc. úseku, Zariadenie podporovaného bývania, Osloboditeľov 174/124, Čaňa

duálnej bytovej výstavby v obci. Premáva tu MHD, ktorú naši klienti využívajú najmä na dopravu do zamestnania.

ZPB sa nachádza v dvojposchodovej budove, ktorá je riešená ako bariérová s dvojramenným dreveným schodiskom. Svojím dispozičným riešením zodpovedá rodinnému domu. ZPB v porovnaní so susediacim DSS zabezpečuje PSS väčšie pohodlie a vyššiu životnú úroveň. Na kvalitu života pozitívne vplýva najmä to, že v ZPB je ubytovaný menší počet osôb. Zariadenie vytvára podmienky na sociálnu rehabilitáciu a naši inštruktori sociálnej rehabilitácie vedú klientov k svojpomoci. V ZPB je ubytovaných osem osôb. Budova svojím architektonickým riešením spĺňa predpoklady na jej zachovanie aj po realizácii deinštitucionalizácie DSS. V prízemí objektu sa nachádza vstupná chodba a dielňa, ktorá slúži pre klientov ZPB a DSS. PSS v nej majú možnosť rozvíjať svoje schopnosti a pracovné zručnosti vo forme zhotovovania rôznych predmetov do domácnosti. Vyrábajú parfumované mydlá, dekoračnú keramiku a sošky, tkajú ručné koberčeky atď. Pracovné činnosti pozitívne vplyvajú na psychický aj fyzický stav klientov. Prinášajú im radosť



téma

v podobe zhotovených výrobkov, ktoré je možné predávať. Táto činnosť niektorým klientom nahrádza zamestnanie, ktoré najmä z dôvodu COVID opatrení nebolo možné zabezpečiť, no máme aj klientov, čo sa na trhu práce uplatnili. Na prvom poschodí sa nachádza izba klientov, kúpeľňa, WC, kuchyňa s jedálenským stolom a obývací izba s TV. Kuchyňa obsahuje všetko potrebné vybavenie tak, ako v bežnej domácnosti. V kuchynskej linke je umiestnená aj zabudovaná práčka, ktorú PSS sami obsluhujú. Starostlivosť o spoločnú domácnosť sa stala ich každodennou pracovnou činnosťou. Klienti si prostredníctvom nej osvojujú potrebné návyky smerujúce k samostatnosti a sebestačnosti. Druhé poschodie pozostáva z troch izieb klientov, chodby, kúpeľne a WC. Izby sú riešené ako podkrovné a nepriechodné so vstupom z chodby. Všetky izby sú zariadené nábytkom zhotoveným na mieru a prispôbeným potrebám PSS. Izby sú priestranné, s pekným výhľadom na okolie. Zabezpečujú im potrebný komfort. Klienti sú ubytovaní po dvoch v 4 izbách.

SOCIÁLNA REHABILITÁCIA KLIENTOV V ZPB

PSS prešli nácvikom samostatného pohybu a nácvikom cestovania MHD. Učia sa pracovať s peniazmi, podieľajú sa na plánovaní svojho jedálneho lístka. Sami si nakupujú stravu. Učia sa pripravovať si jednoduchú stravu a niektorí zvlád-

nu navariť aj nedeľný obed. Každý dostáva podporu podľa svojich potrieb. Niektorí chodia do obchodu sami a niektorých sprevádza pracovník. Využívame pri tom pomôcky v podobe vizualizácií.

Život v ZPB prináša viac slobody. Čas stravovania je voľnejší. Väčšie súkromie. Individuálnejší prístup ku klientovi. Nie je stanovená hodina na hygienu...

Niektoré veci sú obťažnejšie, ale život prináša aj ťažkosti. Ísť na nákup, keď je vonku 30 stupňov, alebo keď leje ako z krhly, je pre klientov náročné. Individuálna príprava stravy viacerých PSS je umením, skoro až nadľudským. Ale tá sloboda, keď si PSS môže dať na raňajky to, čo si sám vybral a čo má rád, to stojí za námahu...

Klienti si trénujú pracovné zručnosti: práčovňa, umývanie podláh, sezónne práce vonku. Viacerí PSS zo ZPB už majú za sebou aj drobné pracovné skúsenosti formou práce na dohodu o pracovnej činnosti, na základe ktorej vykonávajú činnosti, ako napríklad upratovanie vchodov v paneláku, pomocné práce v kuchyni, roznášanie letákov, upratovanie penziónu. Práca mimo DSS je tiež náročná, ale prináša mnohé výhody: zárobok, zmenu prostredia, nové kontakty, iné plynutie času.





téma

NA PRIBLIŽENIE ŽIVOTA V ZPB SME OSLOVILI AJ SAMOTNÝCH PSS A POLOŽILI SME IM NIEKOĽKO OTÁZOK:

Ako dlho žiješ v zariadení?

Pavol: Bývam tu 28 rokov.

Karol: 25 rokov.

Ján: Žijem tu 12 rokov.

Jozef: Približne 20 rokov. Najprv som bol na Severe. Potom som bol doma, potom v novom domčeku.

Koľko rokov bývaš v ZPB?

Pavol: 5 rokov.

Karol: 7 rokov.

Ján: 7 rokov.

Jozef: 7 rokov.

Ako sa ti páčil pobyt v pôvodnej budove DSS?

Pavol: Páčilo sa mi, ale nebolo tam súkromie. Bol tam hluk, klienti kričali. Nedokázal som si oddýchnuť. Nepáčili sa mi niektorí vychovávatelia. Bol som nervózny. Príliš pod dozorom.

Karol: Vyhovoval mi.

Ján: Nebolo tam bohvie ako dobre. Ťažko sa mi nažívalo s ostatnými klientmi, lebo robili hluk. Klienti do mňa útočili a nadávali mi. Boli tam hádky.

Jozef: V zariadení sa mi páčilo. Vykonávali sme rôzne aktivity a mali sme aj bufet. Nepáčilo sa mi to, že sa k nám vychovávatelia a zdravotné sestry správali ako k malým deťom.

S koľkými spolubývajúcimi si bol ubytovaný v DSS?

Pavol: Na začiatku sme boli štyria. Neskôr sa zariadenie prerobilo.

Karol: Boli sme štyria.

Ján: Boli sme traja.

Jozef: Na izbe sme boli štyria.

Ako si prijal zmenu v podobe bývania v ZPB?

Pavol: Veľmi som sa tešil.

Karol: Tešil som sa. Chcel som tam bývať.

Ján: Bol som rád, v domčeku bývam odkedy ho otvorili.

Jozef: Tešil som sa.

Aké činnosti vykonávaš v ZPB?

Pavol: Umývam riady, izbu, kúpeľňu aj schody. Pracujem aj mimo zariadenia – umývam schody v paneláku 1x do týždňa. Pomáham v jedálni DSS.

Karol: Rád varím, upratujem, komunikujem s ľuďmi a vykonávam všetky domáce práce. Nevyhýbam sa žiadnej práci.

Ján: Umývam chodbu, WC, kúpeľňu, periem, skúšam variť, nerád umývam riad, nakupujem si.

Jozef: Viem si navariť raňajky, obed, večeru. Viem si opraviť veci a zavesiť bielizeň. Upratujem, umývam schody, prezliekam si posteľ. Pomáham v jedálni.

Ako prebieha tvoj deň v zariadení?

Pavol: Ráno vstanem, umyjem sa, raňajkujem. Potom pracujem. Obedujem. Poobede oddychujem, rád si posedím, pozerám TV, hrám na harmonike alebo čítam knihu. Večere varím spolu s Renátkou. Spať chodím okolo 22:00 hodiny.

Karol: Ráno vstanem o 05:00 hod., umyjem sa, posteliem si posteľ a urobím si kávu. Potom idem do roboty. Z práce prídem okolo 13:00 hod. Naobedujem sa. Poobede oddychujem, chodím na prechádzku alebo hrávam karty. Potom si nachystám si večeru. Po večeri si chodím posedieť na dvor. Spať chodím okolo polnoci.

Ján: Ráno vstanem a urobím si raňajky, umyjem sa, umyjem kúpeľňu, aby nebola mokrá, umývam podlahu. Nakupujem si. Mimo zariadenia nepracujem. Chcel by som robiť v knižnici. Poobede sa zabávam na notebooku, niekedy sa bicyklujem, hrám karty, hráme sa hru Hrady a zámky. Pripravujem si večeru. Spať chodím okolo polnoci.

Jozef: Ráno vstanem a oblečiem sa. Pripravím si raňajky a kávu, upracem si po sebe, upratujem v zariadení, obed máme navarený, poobede oddychujem. Vo voľnom čase rád pozerám časopisy, kreslím, hráme karty, človeče, pingpong, spoločenské hry atď. Spať chodím okolo 22:00 hod.

Vyhovuje ti podpora zo strany inštruktora sociálnej rehabilitácie?

Pavol: Áno.

Karol: Áno.

Ján: Áno. Som rád, keď mi povie, čo mám urobiť, napríklad upratať si izbu.

Jozef: Áno.

Pri akých činnostiach potrebuješ pomoc?

Pavol: Nepotrebujem. Prať viem, viem pozametať a pri varení mi pomáha Renátka.

Karol: Nepotrebujem pomoc, som samostatný.

Ján: Pomoc potrebujem pri varení.

Jozef: Pomoc potrebujem pri ťažších prácach, napr. odsúvanie nábytku...

Zapájaš sa do pracovných činností v dielni ZPB?

Pavol: Áno. Vyrábam mydielka. Tkám koberčeky s Renátkou.

Karol: Áno, vyrábam keramické dekoratívne predmety do domácnosti. Vianočné, veľkonočné.

Ján: Áno, vyrábam mydielka.



téma

Jozef: Áno, vyrábam som napríklad anjelikov a sviečky s vychovateľkou Petrou.

Čo považuješ na ZPB za pozitívne?

Pavol: Mám tu súkromie a pokoj. Je mi tu dobre. V domčeku sú lepší vychovávatelia.

Karol: Mám voľnosť, je to tu také otvorené, nie ako v starom zariadení, kde sa zamyká.

Ján: Nie je tu veľa ľudí.

Jozef: Máme dobrých vychovateľov. Sami si upratujeme.

Čo považuješ v za najvýraznejšiu zmenu v porovnaní s pôvodným DSS?

Pavol: Sloboda. Je to môj domov, bývam tu na izbe spolu s mojou priateľkou Renátkou.

Karol: Mám súkromie, nik ma neruší. Mám voľnejší režim. Som samostatný. Je to tu akoby som bol doma.

Ján: Je tu tichšie, mám pokoj. Dobro sa tu žije.

Jozef: V domčeku mám väčší pokoj.

Spíňa ZPB tvoje predstavy o bývaní?

Pavol: Áno. Som šťastný.

Karol: Áno, som spokojný. Považujem ho za svoj domov.

Ján: Áno. Je tu super, aj keď mám s niektorými klientmi menšie nezhody, nakoniec si odpustíme.

Jozef: Áno. Som rád, že bývam v domčeku. Mám tu kamarátov a priateľku Janku. Cítim sa tu ako doma.

Chcel by si na ZPB niečo zmeniť?

Pavol: Už by som nešpekuloval. Vyhovuje mi a je aj pekný.

Karol: Chcel by som nový byt. Chcel by som byť sám na izbe.

Ján: Nie, netreba.

Jozef: Chcel by som mať svoj byt a žiť s Jankou.

Počul si už o deinštitucionalizácii DSS?

Pavol: Počul.

Karol: Áno, ale veľmi tomu neverím. Nevie, či je isté, že to bude.

Ján: Áno.

Jozef: Áno.

Chcel by si sa presťahovať do nového domčeka?

Pavol: Áno, ale len s Renátkou a ona nechce. Keby sme mali dobrú podporu, tak by som sa aj presťahoval.

Karol: Áno.

Ján: Áno, chcel by som bývať s piatimi ľuďmi, aby sme mali niečo vlastné. Nejaký byt alebo dom.

Jozef: Áno, chcel by som sa presťahovať do nového domčeka s Jankou.

Odporučil by si bývanie v ZPB aj ostatným klientom z DSS?

Pavol: Tým schopnejším by som odporučil.

Karol: Áno, odporučil by som, keby som z domčeka odišiel.

Ján: Áno, odporučil by som, ale musia byť samostatní.

Jozef: Áno, odporúčam.

Vieš, čo je to deinštitucionalizácia?

Pavol: To je DI, to je veľký projekt o postihnutých, ako budú bývať, dakedy. Čo nám chystajú tie bývanie, aby sme mohli bývať. Je to aj niečo finančné.

Karol: To znamená, že je to bývanie. A, že sa chceme osamostatniť.

Ján: Je to nejaký systém ako začleniť klientov do práce.

Je to pomoc k práci, aby klienti mohli robiť pracovné činnosti, napríklad sviečky. To je tá deinštitucionalizácia. To je pomoc do života.

Jozef: Tam sa hovorí o bytoch, že sa budú stavať byty, a že tam budú bývať ľudia. Budú tam bývať asi traja.

Ako si predstavuješ svoju budúcnosť?

Pavol: Chcel by som mať taký menší domček spolu s Renátkou. Alebo bývať niekde v jednoizbovom byte. V tomto zariadení je dobre pre jej zdravie. Keby sa dalo, býval by som s Renátkou aj sám, ale má zdravotné problémy.

Karol: Chodiť do roboty. Mať kamarátku za ženu. Ísť spolu na kávu a užívať si spoločnosť. Bývať spolu mimo zariadenia.

Ján: Ak vám mám pravdu povedať, to je pre mňa to najťažšie do budúcnosti. Mať svoj byt je dosť drahé. Mať tak byt od štátu alebo žilinskej župy. Mať malinký bytík alebo domček.

Alebo bývať v činžiaku a mať štvorizbový byt, ja, Zuzka, mamina a ešte s dvomi klientami by sme mohli bývať. Peniaze by sme mali spoločné. Z nich by sme kupovali stravu, drogériu, lieky a oblečenie. Poplatili by sme poplatky za bývanie, elektriku a kúrenie. Proste inkaso. Niečo by nám ostalo aj na voľný čas. Chodiť na bowling, trénovať bocciu? Chodiť na turnaje, na cyklistiku atď.

Jozef: Chcel by som bývať s Jankou, chodil by som do roboty. Aj Janka by so mnou chodila do roboty. Navaríme si, upraceme si. Budeme chodiť spolu von, poprechádzame sa.

Janka je moja milá, mám ju rád. Chceli by sme bývať sami, nie v zariadení.

Jozef: Chcel by som bývať s Jankou, chodil by som do roboty. Aj Janka by so mnou chodila do roboty. Navaríme si, upraceme si. Budeme chodiť spolu von, poprechádzame sa.

Janka je moja milá, mám ju rád. Chceli by sme bývať sami, nie v zariadení.

Jozef: Chcel by som bývať s Jankou, chodil by som do roboty. Aj Janka by so mnou chodila do roboty. Navaríme si, upraceme si. Budeme chodiť spolu von, poprechádzame sa.

Janka je moja milá, mám ju rád. Chceli by sme bývať sami, nie v zariadení.

Mgr. Adriana Bohušová



CHCEL SOM IM PLNIŤ SNY

rozhovor



„Osobná asistenciu nie je práca, je to poslanie, ktoré treba robiť s láskou,“ hovorí František Košarišťan, ktorého mnohí poznáte ako komika Fera Jokea. Viac ako 10 rokov robil osobného asistenta a je vďačný za priateľov, ktorých si vďaka tomu našiel. Pomoc je stále neoddeliteľnou súčasťou jeho života.

Istá časť tvojho života je spojená s osobnou asistenciou. Ako dlho si bol asistentom?

Áno, je to značná časť môjho života, vykonával som asistenciu cez 10 rokov a snažím sa ju vykonávať aj ďalej, no už nie ako platený asistent. Klientka, o ktorú som sa staral, už nemôže poberať túto službu, keďže je v celoročnom zariadení a ani ja už nemám toľko času.

Ako si sa tejto práci dozvedel?

Keď som prišiel do Bratislavy býval som v zdravotníckej ubytovni. Vedľa mňa bývala zdravotná sestra z jednej DSS. Mal som ťažšie obdobie, chcel som pomáhať a opýtal som sa jej na prácu dobrovoľníka. Po roku to vyšlo a stal som sa v DSS, kde pracovala, dobrovoľníkom. Po čase otvárali podporované bývanie a ponúkli mi, či im nepomôžem aj platenou formou. Pracoval som v nemocnici, a tie platy sú, žiaľ, mizerné. Áno, chcem aby ste to takto napísali, v nemocnici aj školstve a aj samotná asistenciu je žalostne málo zaplatená. Som však veľmi rád, že som tú prácu mohol vykonávať a nielen kvôli financiám...

Komu si pomáhal a čo bolo tvojou úlohou?

Pomáhal som klientovi a klientke s Downovým syndrómom s hygienou, nakupovaním, chodili sme na výlety – to ma bavilo najviac. Nie preto, že ja som na výlete, veď na ten som mohol ísť sám alebo s priateľom kedykoľvek, ale preto,

že som im mohol urobiť radosť. Keď už som zarábala lepšie, tak tie peniažky, ktoré som dostal za asistenciu, sme na tom výlete minuli a zaplatili sme si ubytovanie, cestovné alebo sme išli na nákup do sekáča, to sme milovali (úsmev).

Témy pomoci sú ti stále mimoriadne blízke. Ako táto skúsenosť ovplyvnila tvoj ďalší život?

Tieto témy sú u mňa stále veľmi rezonujúce. Myslím si, že ma k tomu viedla moja mama a stále ma v tom podporuje. Dáva mi to pocit satisfakcie. Nechcem nikoho uraziť, ale je iné, keď robíš niekde v závode a vytváraš materiálne veci, asistenciu mi dávala veľmi dobrý vnútorný pocit. Bol som spokojný, že moja klientka má nakúpené, boli sme sa prejsť a že sa cíti lepšie. A keď už to bolo viac zaplatené, veľmi mi to pomohlo aj čo sa týka financií – nasporil som si na dovolenku, opravu auta, ale v prvom rade ma bavilo a aj stále baví za nimi chodiť a plniť im sny.

Čo by si poradil/odkázal budúcim osobným asistentom?

Určite by som im odkázal aby svoju prácu robili s láskou, pretože to sa inak ani nedá robiť. To nie je práca, je to poslanie a je dobré aby mali z toho radosť a nie obavy a strach. Ak treba, nech sa poradia so skúsenejšími asistentmi alebo organizáciou, nech to nerobia nasilu lebo to inak nemá význam. A ak by som ich mohol podporiť touto cestou, chcem povedať, že to puto, ktoré vznikne medzi asistentom a klientom, je niekedy až rodinné a je na nezaplatenie, keď sa z vás stanú kamaráti. A ak sa náhodou stane, že to nefunguje, je to život. Dajte si od seba pauzu, porozprávajte sa. Je to normálne a sme len ľudia, môžeme si ísť na nervy, dôležité je si to vydiskutovať. Nevzdávajte to, stačí si niekedy dať len odstup a vždy sa nájde cesta.

Rozhovor viedla: Mgr. Mária Baláž Gyuranová



Zariadenie podporovaného bývania v Lipovci





farby života

Domov sociálnych služieb Slatinka



Vstúpte, n. o. Malacky



farby života

Zariadenie podporovaného bývania v Čani



DEŇ KRIVÝCH ZRKADIEL V DOLNOM KUBÍNE

Pohľad do krivého zrkadla nás môže zabaviť, na chvíľu zneistiť, či vyviest z miery. Vidíme v ňom svoju tvár pokrútenú, väčšiu či menšiu, širšiu či užšiu. Jednoducho inú než v skutočnosti je. No pohľad do bežného zrkadla nás ubezpečí, že je všetko v poriadku, na svojom mieste, ukáže reálny obraz našej tváre. Naše oči sú našimi zrkadlami. Aj my tak môžeme na chvíľočku vidieť seba samých ako iných alebo vidieť iných v inom/rôznom svetle. Len od nás záleží, aký obraz uvidíme. Záleží od uhla pohľadu a druhu zrkadla, ktoré použijeme. Ľudská tvár – objekt umenia, symbol krásy, či múdrosti, prostriedok komunikácie, zdroj informácií o jej nositeľovi, prirodzený terč záujmu každého človeka. Objekt práce vizážistov a chirurgov, neoddeliteľná súčasť identity človeka, tajomné zrkadlo duše, ktoré reflektuje vnútorný svet človeka. Vypovedá o jeho vlastnostiach, spája ho s príbuzenstvom, ale prezrádza i neduhy či choroby. Ľudská tvár je cestou k druhému človeku, ktorá môže byť jasná a otvorená alebo neistá, nepochopená, môže rovnako vraviť pravdu ako i klamať.

Každá tvár, ktorá je súčasťou tejto výstavy, prešla procesom. Na začiatku bolo fotenie, či už plánované alebo náhodné. Na fotkách sú ľudia z rôznych miest, rôzneho veku, pohlavia, farby pleti... no objektom je vždy človek – jeho tvár – symbol jeho vnútorného sveta.

Následne bola každá fotografia zničená pretrhnutím na dve časti, čím bola pripravená na proces tvorenia. Chýbajúce časti tváre dotvorili umelci zo Špeciálnej základnej školy v Dolnom Kubíne a CSS Prameň a deti zo Základnej umeleckej školy P. M. Bohúňa. A tak sa každá tvár stala spoločne reálnou a spoločne dotvorenou, dosnenou. Obe časti tvoria celok, ktorý dokopy dáva zmysel.

Každá tvár je originál. Je ako karta, ktorú dostaneme na začiatku života. Je len na nás ako sa dokážeme popasovať hoci aj s nepriaznivou kartou, lebo ani ruka plná tromfov nemusí znamenať výhru. Buďme vnímaví ku každému hráčovi a hrajme v duchu fair play.

12. jún – Deň krivých zrkadiel je veľmi dôležitý deň pre všetkých, ktorí cítia, že ľudia sú vo svojej podstate rovnakí. Vnímajme ho ako príležitosť na nastavenie svojich zrkadiel... lebo to hlavné vidíme iba srdcom.

Mgr. Martina Gogoláková



**Zariadenia
podporovaného
bývania
Gerulata
Rusovce**

**Deň
krivých
zrkadiel
v Dolnom
Kubíne**

NASTAVENÉ ZRKADLO 

12. JÚN – DEŇ KRIVÝCH ZRKADIEL JE VEĽMI DÔLEŽITÝ DEŇ PRE VŠETKÝCH, KTORÉ CÍTI, ŽE ĽUDIA SÚ VO SVOJEJ PODSTATE ROVNAKÍ. VNÍMAJME HO AKO PRÍLEŽITOSŤ NA NASTAVENIE SVOJICH ZRKADIEL... LEBO TO HLAVNÉ VIDÍME IBA SRDCOM.

GALÉRIA ZA OKNOM MŠKS OD 9. JÚNA 2021





10 OTÁZOK PRE...

rozhovor

Neplánovala to, no osud ju zavial do sociálnej oblasti, a pomoc druhým ju nadchla natolko, že jej zasvätila celý svoj doterajší profesijný život. Riaditeľka odboru sociálnych vecí Bratislavského samosprávneho kraja PhDr. Marica Šiková nám prezradila ako vyzerá jej pracovný deň, čo ju v práci poháňa vpred a čo ju najviac teší...

Celý váš profesijný život je spojený s pomocou druhým. Vždy ste túžili pracovať v sociálnej oblasti?

Po skončení štúdia na strednej zdravotníckej škole som chcela byť profesorkou a učiť odborné predmety na zdravotníckej škole. Osud to však zariadil inak. Mojm prvým zamestnaním bola práca na Národnom výbore hlavného mesta SSR Bratislavy (Magistrát hlavného mesta SR Bratislava) na odbore sociálnych vecí. Metodicky sme usmerňovali, riadili a kontrolovali činnosť v zariadeniach sociálnych služieb na území mesta. Boli to skvelé začiatky, mala som výborných kolegov, veľa ma naučili a nadchli ma pre prácu v sociálnej oblasti. A tak v nej pracujem dodnes.

Akú víziu sa snažíte momentálne na odbore sociálnych vecí BSK naplniť?

Naším prvoradým cieľom je, aby sociálne služby poskytované v regióne boli kvalitné, efektívne, poskytované v súlade s individuálnymi potrebami prijímateľov sociálnych služieb a hlavne, aby boli pre všetkých dostupné. Prioritou sú sociálne služby poskytované terénnou a ambulantnou formou. Pokiaľ je nevyhnutná starostlivosť v zariadení sociálnych služieb, dôraz kladieme na zariadenia rodinného typu. Aktuálne na odbore žijeme procesom deinštitucionalizácie zariadení sociálnych služieb, ktoré má župa vo svojej zriaďovateľskej pôsobnosti. Je to proces prechodu z veľkokapacitných zariadení sociálnych služieb na zariadenia komunitné, ktoré budú rešpektovať individuálne potreby prijímateľov sociálnych služieb. V praxi to pre prijímateľov sociálnej služby znamená nielen komfortnejšie bývanie v prirodzenom prostredí komunity, ale aj poskytovanie kvalitnejších sociálnych služieb.

Ako vyzerá váš pracovný deň?

Môj pracovný deň začína okolo 7. hod. ráno. Práca v sociálnych službách je práca s ľuďmi a o ľuďoch. Výhodou je, že nemá podobu rutiny ani stereotypu, čo mi vyhovuje. Každý deň sa vyskytne niečo nové, čo treba bezodkladne riešiť. Počas dňa mám rôzne pracovné stretnutia, robím ľahšie i ťažšie rozhodnutia, navštevujem zariadenia sociálnych služieb. Nie vždy však všetko ide podľa plánov, občas sa vyskytnú veci, ktoré celý plán zmenia. Domov prichádzam zväčša medzi 18. – 19. hodinou. Tým sa však môj pracovný deň nekončí. Treba ešte vybaviť pracovné emaily, neprijaté telefónne hovory, preštudovať materiály, spracovať stanoviská...

Čo vám robí v práci najväčšiu radosť?

Práca v sociálnej oblasti vyžaduje empatiu, ľudský prístup, ale aj osobné nasadenie, presvedčenie a ochotu pomáhať druhým. Najväčšiu radosť mám, keď sa nám podarí niekomu pomôcť. Niekomu, kto v pomoc nedúfal, neveril... Teší ma tiež, keď na odbore



rozhovor

vládnú dobré medziľudské vzťahy, rešpektovanie sa a ochota pomáhať nielen druhým, ale aj sebe navzájom. V práci trávime väčšinu časť dňa, je preto pre mňa dôležité, v akom prostredí a s kým ten čas trávime.

Korona mimoriadne zasiahla do životov všetkých. Ako sa dotkla poskytovania sociálnych služieb?

Bratislavský samosprávny kraj bol prvý z krajov, kde Covid-19 v zariadení sociálnych služieb zaútočil. Bolo to obdobie veľmi náročné, denne sme objavovali nepoznané, stretávali sme sa s podporou, ale aj s odporom a nepriazňou. Pandémia priniesla do zariadení sociálnych služieb veľa strachu, sociálnu izoláciu, odlúčenie od rodiny, zmeny v medziľudských vzťahoch, ale aj rešpekt, solidaritu a iný pohľad na sociálne služby. Počas krízovej situácie spôsobenej ochorením Covid-19 sme si viac ako inokedy uvedomovali, ako veľmi sú zamestnanci zariadení sociálnych služieb, a to bez ohľadu na profesiu, pre život a chod zariadenia nenahraditeľní. Aj touto cestou im vyslovujem veľké ĎAKUJEM.

Ste aj porotkyňou ocenenia Dobré srdce v kategórii Novinár v sociálnych službách. Ako dokáže medializácia pomôcť sociálnym službám?

Médiá majú v každej oblasti kľúčovú úlohu, poukazujú na daný stav, objavujú nové skutočnosti, informujú, vychovávajú, pomáhajú... Môžu však aj ublížiť. Ocenila by som, keby sa prostredníctvom médií zatriktívnila a zviditeľnila práca zamestnancov v zariadeniach sociálnych služieb v tom pozitívnom zmysle. Na župe si uvedomujeme, akú náročnú prácu títo ľudia vykonávajú. Zaslúžia si preto nielen poďakovanie, ale aj spoločenské ocenenie, uznanie a tiež adekvátnejšie finančné ocenenie.

Čo vo vašom živote ovplyvnila/zmenila vaša práca?

Moja práca, každodenný kontakt s ľuďmi so zdravotným postihnutím ako i s ľuďmi, ktorí stratili svoj domov, ma naučila pokore a zmenila môj postoj k životu. Nadovšetko si vážim život, zdravie, rodinu, priateľov a veci, ktoré mám. Aj keď ráno prší, treba vykročiť s úsmevom.

Iste nie je jednoduché sa dennodenne stretávať s neľahkými osudmi. Ako naberáte novú, pozitívnu energiu do svojej práce?

Keď mám možnosť, leto trávim pri mori. More ma nabíja novou energiou, dodáva mi silu. Keď mi je najťažšie, počúvam hudbu, pozriem si Sváka Ragana, snívam... Energiju tiež čerpám v záhrade. Byť pozitívnym znamená pre mňa byť v pohode, a to je pre moju prácu veľmi dôležité.

Ak by ste s ohľadnutím do minulosti mohli niečo zmeniť, čo by to bolo?

Prijala by som sa na štúdium na Karlovej univerzite v Prahe. Bol to môj študentský sen a dodnes mi je ľúto, že mi nevyšiel.

Ako najradšej trávite voľné chvíle? Vieme, že výborne pečiete... :)

Áno, rada pečiem a je to na mne aj vidieť (smiech) Dnes však už pečiem pomenej. Voľný čas rada trávim s rodinou, plávam, bicyklujem, pracujem v záhrade. Som veľkým fanúšikom cestovania, rada objavujem nové miesta, spoznávam novú kultúru a svet ľudí.

Rozhovor viedla: **Mgr. Mária Baláž Gyuranová**

**INFORMAČNÝ SEMINÁR PRÍRUČKA ĽUDSKÝCH PRÁV – HUMAN RIGHTS GUIDE SLOVAKIA.**

18. júna 2021 sa konal v priestoroch Slovenského národného strediska pre ľudské práva v Bratislave informačný seminár, na ktorom boli prezentovaná online Príručka ľudských práv – Human Rights Guide Slovakia. Podujatie zorganizoval a viedol predseda Helsinského výboru pre ľudské práva **Kálmán Petőcz**. Human Rights Guide je projekt iniciovaný organizáciou Baltic Human Rights Institute v Rige. Ide o praktickú online vzdelávaciu príručku ľudských práv s inovatívnou štruktúrou a formou. Pôvodná verzia vyvinutá v Lotyšsku je spolupracujúcimi partnermi v ostatných krajinách EÚ prispôbena reáliám daného štátu. Ideou Príručky je naučiť používateľov spoznávať ľudské práva prostredníctvom tém a konkrétnych životných situácií, skúmaním právnych zdrojov a iných ľudskoprávnych dokumentov, spoznávaním práce inštitúcií a organizácií činných v oblasti ochrany a podpory ľudských práv a poskytnúť prvý návod, ako sa domáhať svojich práv v prípade ich namietaného porušenia. V prvej fáze projektu so zapojením Slovenska sme sa sústredili na 7 tém z celkového počtu tém obsiahnutých Príručkou – sú to témy: Spravodlivý súdny proces, Zadržanie a väzba, Sloboda prejavu, Diskriminácia a nenávisťné prejavy, Čo sú ľudské práva, Ľudskoprávne inštitúcie a mechanizmy, Pomáhajúce organizácie. V ďalšej fáze projektu (jeseň 2021 – 2022) sa Príručka bude rozširovať o ďalšie témy.

Link na slovenskú verziu:

<https://www.humanrightsguide.sk/sk/oblasti/>

Link na pôvodnú verziu príručky, prístupnú v lotyšskom, anglickom a ruskom jazyku:

<https://www.cilvektiesibugids.lv/en/themes/>

**NEZÁVISLÝ ŽIVOT**

Nadácia SOCIA spolu s partnermi **Radou pre poradenstvo v sociálnej práci** a **Národnou radou občanov so zdravotným postihnutím v SR** usporiadali 4. ročník konferencie Nezávislý život.

Hlavnou témou po ťažkom roku pandémie sú plány. **Plán obnovy a odolnosti, plán čerpania eurofondov**, plán reforiem, plán oživenia ekonomiky, plány na predchádzanie krízových situácií.

Slovensko má pred sebou roky, počas ktorých môže vyčerpať viac ako 18 miliárd eur na reformy, obnovu a posilnenie ekonomiky, prechod k zelenej a digitálnej ekonomike. Stále sa hovorí aj o podpore tzv. sociálnejšej Európy. Pomôžu tieto plány zlepšiť nezávislý život ľudí so zdravotným postihnutím? Na tieto témy diskutovali 16. júna účastníci online konferencie.

**ZASADNUTIE VÝBORU PRE OSOBY SO ZDRAVOTNÝM POSTIHNUTÍM**

27. apríla 2021 sa konalo zasadnutie, na ktorom bolo prerokovaných niekoľko tém a podnetov, ako napr. reforma stavebného zákona. Niekoľko rokov pripravovaný stavebný zákon zatiaľ nebol prijatý. Predpokladá sa, že sa tak stane v tomto roku. Prerokoval sa podnet vo veci nedostupnosti kvalitných a moderných digitálnych načúvacích prístrojov v kategorizačnom zozname ministerstva zdravotníctva. Najväčšiu časť zasadnutia tvorili informácie poskytnuté z rôznych oblastí: spôsob a postup implementácie Stratégie EÚ pre oblasť práv osôb so zdravotným postihnutím, aktualizácia strategických dokumentov v jednotlivých oblastiach sociálnych služieb, záväzky z programového vyhlásenia vlády SR na r. 2020 – 2024 v oblasti sociálnych služieb, Covid a sociálne služby.

**PRACOVNÁ SKUPINA K NOVELE ZÁKONA O SOCIÁLNYCH SLUŽBÁCH**

Na MPSVR SR bola zriadená pracovná skupina na prípravu novely zákona o sociálnych službách. Skupina bola konštituovaná tak, že má 20 členov, po 6 zástupcov ľudí so zdravotným postihnutím, zástupcov samosprávy a štátnej správy. V záujme prerokovania obsahu jednotlivých pripravovaných zmien so všetkými zainteresovanými subjektmi, pred ich predložením do legislatívneho procesu sa skupina stretla na zasadnutí 4. mája. Novela má riešiť 4 oblasti: krízová intervencia, včasná intervencia, povinné financovanie prevádzkových nákladov neverejných poskytovateľov samosprávou a technické pripomienky.

**VÝŠKY PEŇAŽNÝCH PRÍSPEVKOV SÚ OD 1. JÚLA ZMENENÉ.**

S účinnosťou od 1. júla 2021 sa zmenila výška peňažného príspevku na osobnú asistenciu a peňažného príspevku na opatrovanie. Výška sadzby na jednu hodinu osobnej asistencie podľa § 22 ods. 9 zákona o kompenzáciách je 4,82 eura. Výška peňažného príspevku na opatrovanie podľa § 40 ods. 7 a 8 zákona je v tabuľke.

Výška peňažného príspevku na opatrovanie podľa § 40 ods. 7 a 8 zákona

Druh peňažného príspevku na opatrovanie	Výška peňažného príspevku na opatrovanie mesačne
Peňažný príspevok na opatrovanie podľa § 40 ods. 7 zákona pri opatrovaní jednej fyzickej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím	508,44 eura
Peňažný príspevok na opatrovanie podľa § 40 ods. 7 zákona pri opatrovaní dvoch alebo viacerých fyzických osôb s ťažkým zdravotným postihnutím	676,22 eura
Peňažný príspevok na opatrovanie podľa § 40 ods. 8 písm. a) zákona	254,22 eura
Peňažný príspevok na opatrovanie podľa § 40 ods. 8 písm. b) zákona	338,11 eura
Peňažný príspevok na opatrovanie podľa § 40 ods. 8 písm. c) zákona	223,71 eura
Peňažný príspevok na opatrovanie podľa § 40 ods. 8 písm. d) zákona	314,44 eura
Peňažný príspevok na opatrovanie podľa § 40 ods. 8 písm. e) zákona	327,97 eura

**Zahraničná spolupráca****STRETNUTIE SO SEBAOBHAJCAMI Z ČESKA**

Pri príležitosti Dňa nezávislého života, 5. mája 2021 sme spolu so zástupcami slovenských sebaobhajcov absolvovali online stretnutie s českými sebaobhajcami.

Stretnutie bolo venované prekážkam, ktoré neumožňujú ľuďom s mentálnym postihnutím viesť samostatný a nezávislý život. Sebaobhajcovia diskutovali o prekážkach na úradoch, o dostupnom bývaní a o službách, ktoré potrebujú, aby mohli žiť čím nezávislejší a kvalitnejší život.

Účastníci mali možnosť dozvedieť sa nielen o problémoch, ale aj o praktických príkladoch dobrej praxe, o tom, ako sa so svojimi problémami vyrovnali niektorí sebaobhajcovia, ktorí žijú samostatne, alebo v podporovanom bývaní.

EURÓPA V AKCII

V čase od siedmeho do jedenásteho júna 2021 sa konala už tradičná konferencia Europe in Action (Európa v akcii), ktorú organizuje strešná organizácia združujúca organizácie ľudí s mentálnym postihnutím v Európe Inclusion Europe. Napriek tomu, že konferencia bola organizovaná vo Fínsku, prakticky celá bola realizovaná v online podobe. To nám umožnilo zúčastniť sa na viacerých vybraných blokoch. Ako každý rok sa konferencia venovala mnohým otázkam súvisiacim s inklúziou ľudí s mentálnym postihnutím do bežného života. V rámci bloku, ktorý sa venoval pracovnej inklúzii a podpore zamestnávania ľudí s mentálnym postihnutím sme mali možnosť prezentovať naše skúsenosti zo Slovenska. Marián Horanič odprezentoval aktivity sociálneho podniku BIVIO, v rámci ktorého nielen zamestnávame ľudí s mentálnym postihnutím, ale najmä pripravujeme absolventov praktických škôl a odborných učilíšť na zamestnanie.



Prezentácia sa stretla so živým záujmom poslucháčov, ktorí sa zaujímali nielen o to, ako to v sociálnom podniku BIVIO vyzerá, ale aj o to, ako zabezpečujeme jeho fungovanie finančne. Veríme, že aj vďaka tejto prezentácii sa viacej ľudí dozvedelo o našich podnikateľských aktivitách, ktoré môžu podporiť pri svojej návšteve Bratislavy.

STRETNUTIE PARTNEROV

Napriek tomu (a možno práve preto), že stále platia viaceré obmedzenia pri cestovaní a stretávaní sa ľudí, 18. júna 2021 sme sa zúčastnili na ďalšom medzinárodnom stretnutí. Samozrejme, opäť v online podobe.

Na stretnutí sa zúčastnili tri partnerské organizácie zo Slovenska (ZPMP v SR), z Česka (Rytmus n.o.) a z Chorvátska (Samo-zastupanje). Cieľom stretnutia bolo zdieľať naše skúsenosti s riešením problémov našich cieľových skupín počas obdobia sprísnených opatrení súvisiacich s koronakrízou. Jednotliví účastníci prezentovali, aké nové aktivity vznikli počas týchto opatrení, aké nové výzvy sa objavili a ako im čelili. Všetci účastníci sa zhodli na tom, že kľúčovým vplyvom na ľudí s mentálnym postihnutím sú v období pandémie sociálna izolácia a nedostatok zrozumiteľných informácií. Práve prekonávanie týchto negatívnych účinkov bolo hlavnou témou diskusie účastníkov. Stretnutia v menších skupinách s kolegami z krajín, ktoré čelia podobným problémom ako my, sa javí ako výborný nástroj na prenos informácií a najmä na zdieľanie dobrej praxe. V budúcnosti chceme aj naďalej realizovať stretnutia v podobnom formáte a zložení. Sme presvedčení, že táto forma spolupráce môže viesť aj do tvorby a prípravy spoločných projektov, ale aj do presadzovania spoločných záujmov na európskej úrovni (ako členské organizácie Inclusion Europe).

Spracovali: **Mgr. Marián Horanič, PhDr. Iveta Mišová, Mgr. Ľubica Vyberalová**



koronavírus

KORONAVÍRUS, COVID-19, KRÍZA, PANDÉMIA, OPATRENIA, TESTY, OČKOVANIE, ROR...

Slová, ktoré sa už viac ako rok objavujú v denno-dennej komunikácii, v rodinách, na pracoviskách, v masmédiách. Keď sa koronavírus objavil, nik z nás netušil, aký bude nebezpečný a už vôbec nie, že tak hlboko zasiahne do životov na celom svete. Že spôsobí trápenie, strach, nastolí izoláciu. Človek sa však nezvykne len tak vzdávať, a preto sa hľadá cesty a riešenia, ako sa z tejto náročnej situácie dostať. Riešenia hľadajú vedci, odborníci, politici. No nielen oni, s každodennými situáciami sa musia vyrovnávať rodiny, zamestnávateľia, poskytovatelia služieb. Zaujímalo nás, ako situáciu zvládajú, čo robia ľudia v našich milých členských organizáciách. Začiatkom roka 2021 sme oslovili združenia, neziskové organizácie, členov predsedníctva i revíznej komisie. Potešilo nás, že zareagovalo 18 z nich a podelili sa s nami o (nielen) svoje prežívanie. V minulom čísle časopisu sme už nemali priestor, a preto odpovede prinášame až teraz, keď je situácia opäť iná. Medzitým sme však prežili ďalšiu vlnu pandémie. Oplatí sa zaspomínať a nezabudnúť.

1. Ako momentálne vaše združenie/nezisková organizácia funguje?

Rovnako ako v ročných správach o činnosti Združenia na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Trenčíne, aj teraz by som fungovanie nášho miestneho združenia rozdelil na dve časti. Prvou je štandardná činnosť združenia s aktivitami pre celú členskú základňu a druhou je poskytovanie sociálnej služby pre užšiu skupinu členov, resp. aj nečlenov združenia v domove sociálnych služieb, ktorého sme spoluprevádzkovateľom.

Aktivity pre celú členskú základňu sa v podstate od poslednej hromadnej akcie – mikulášskeho posedenia pri jedličke v decembri 2019 – úplne pozastavili. Poskytovanie sociálnej služby v dennom stacionári od marca minulého roka až po dnešok funguje, samozrejme v zmysle aktuálne platných uznesení vlády SR a vyhlášok Úradu verejného zdravotníctva SR.

Naše zariadenie bolo bohužiaľ už dvakrát zatvorené (v decembri aj v januári), keďže sme mali potvrdené pozitívne prípady klientov aj rodinných príslušníkov a polovica personálu tiež prešla kovidom. Okrem jednej kolegyne, mali našťastie ostatní, či už klienti a ich rodiny či zamestnanci, ľahký priebeh ochorenia. Avšak smutné je to, že v oboch prípadoch – klient + rodina, nedodrжали oznamovaciu povinnosť a keďže samotní klienti boli bezpríznakoví, my sme ani netušili, že sa to už medzi nami šíri. Vzhľadom na tieto skúsenosti, a tiež na to, že po vianočných sviatkoch bola v našom okrese veľmi zlá epidemiologická situácia, upravili sme denný režim v zariadení, aby sme čo najviac znížili riziko šírenia vírusu/nákazy. Od januára fungujeme teda v skrátrenom režime do 14:00 hod. a klienti sú rozdelení do dvoch skupín po 10 a skupiny sa každý druhý deň striedajú. Na „voľné“ dni klientom pripravujeme rôzne úlohy, zapožičiavame pomôcky. Napriek tomu, že sú skupiny malé, polovica rodičov od januára deti nepúšťa/nenosí. Ide o rodiny, kde sú už rodičia na dôchodku alebo kde má niektorý z rodičov vážnejšie zdravotné problémy, prípadne aj samotný klient má viacero vážnejších diagnóz a boja sa, aby sa deti nenakazili, prípadne nepreniesli vírus domov.



koronavírus

Vzhľadom na zhoršujúcu sa epidemiologickú situáciu Impulz funguje na „striedavý režim“, tzn., že klienti chodia do zariadenia každý druhý deň (majú tak dlhý a krátky týždeň). Zamestnanci chránenej dielne však pracujú 5 pracovných dní v týždni. Týmto opatreniami chceme zabezpečiť, aby v Impulze nebolo naraz viac ako 7 ľudí s mentálnym postihnutím + 3 odborní pracovníci. Okrem dôsledného dodržiavania hygienických opatrení v zariadení pravidelne (počas neprítomnosti klientov a zamestnancov) dezinfikujeme všetky miestnosti, v ktorých sa počas dňa zdržiavame, germicídnymi žiaričmi. Čo sa týka výchovno-vzdelávacích aktivít klientov, všetci odborní pracovníci sa snažíme, aby boli zachované aj keď v obmedzenom rozsahu. V dôsledku pretrvávajúcej situácie, ktorá môže negatívne ovplyvniť psychiku klientov, sme sa rozhodli venovať viac času práve terapiám – arteterapii, keramike a hudbe. Kresba, maľba, využívanie nových, zaujímavých výtvarných techník a modelovanie sú činnosti, ktorým sa väčšina našich klientov venuje s nadšením. Ostatných sa snažíme terapeutickými hrami s farbou alebo pomocou modelovacej hmoty vtiahnuť do procesu tvorby alebo im ponúknuť iné, pre nich pútavejšie činnosti.

Naša miestna organizácia (ZPMP v SNV) funguje (vzhľadom na okolnosti – celosvetovú pandémiu smrtiaceho vírusového ochorenia – pozn.) v „adaptívnom režime“, t. j. denne sa prispôbujeme meniacej sa situácii, avšak našťastie bez existenčných problémov. Prevádzka zariadenia DSS „Náš dom“ funguje plne v súlade s protiepidemickými predpismi; sociálne služby sú poskytované v zmysle zákona č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách v platnom znení.

Naša neziskovka momentálne funguje tak, že sme si klientov rozdelili na 2 skupiny a navštevujú zariadenie každý druhý deň. Striedajú sa jeden týždeň chodia 3x a druhý 2x a naopak, aby ich nebolo v zariadení veľa. Taktiež sme upravili čas, sú tu len do 13. hod. a potom všetko každý deň zamestnanci dezinfikujú, keďže nemáme upratovačku. Klienti sú radi, že aspoň takto môžu chodiť, lebo sme mali zariadenie aj zatvorené, 2x sme boli v karanténe. Traja klienti nám z obavy o svoje zdravie nechodia, až kým sa nezlepší situácia. Keďže rodičia našich klientov sú väčšinou doma, problém s tým nebol. Tí klienti, ktorých rodičia pracujú, chodia každý deň. Keď bolo zariadenie zatvorené, fungovali sme po telefóne, maile atď.

Združenie momentálne neusporadúva žiadne aktivity ani stretnutia pre členov. Funguje len vedenie, aby zabezpečilo nevyhnutný chod združenia – administratívne práce, propagáciu, plánovanie.

Naše združenie funguje pri DSS. Keďže ambulatná aj týždenná pobytová forma sociálnej služby je otvorená, som v kontakte zhruba s polovicou členov s mentálnym postihnutím (polovica nás nenavštevuje), s rodičmi buď pri vstupe do budovy alebo hlavne mailom, príp. telefonicky.

Dodržiavame všetky opatrenia: rúška, meranie teploty (ráno pri príchode), dezinfekciu rúk pri príchode, rozostupy (v dielňach aj na rehabilitačnom stredisku), dezinfekciu interiéru (aj kľučky, vypínače, pracovné plochy), denne používame vo všetkých priestoroch germicídny žiarič, pravidelné testovanie klientov a zamestnancov.

Vlaňajšia členská schôdza sa diala online – bolo to zúfale. Ako tak sa nám podarilo oboznámiť členov s činnosťou a nastaviť činnosť na rok 2020. Celý uplynulý rok sme sa vôbec nestretli, komunikujeme telefonicky alebo e-mailom. Mnohí naši členovia sú doteraz vystrašení, z domu – bytu idú von len v obmedzenom režime, dokonca mnohí ani nevodia svoje deti do sociálnej služby, zo 49 členov je ich 10 takých, ktorých strach priveľmi ovládol – strach z choroby, z očkovania. Mnohí sa boja ochorenia a zároveň striktne odmietajú očkovanie... tým si predlžujú izoláciu seba i svojich detí a nechcem vidieť tie dôsledky.



koronavírus

Ale máme i dobré správy: napriek neutešenej situácii jedna naša členka absolvovala plánovanú operáciu v BB, jeden člen absolvoval život zachraňujúcu operáciu v Ružomberku – tam sme sa báli veľmi, pretože akékoľvek respiračné ochorenie by neprežil, nieto ešte COVID... všetko však dopadlo dobre. Asi dvaja naši členovia už pochopili, že byť dlhodobo doma nie je prínosné pre nikoho. A div sa svete – aj peniažky z 2 % nejaké prišli, dokonca prichádzajú oneskorene aj v tomto čase. A boli sme úspešní s naším projektom – Nadácia Volkswagen nám podporila projekt „Hrou k spolupráci“ sumou 3 500 €. Tento projekt postupne realizujeme a v máji t. r. ho ukončíme, v rámci projektu sme revitalizovali terapeutickú miestnosť pre deti s PAS. Ako budeme v tomto roku? Zatiaľ podobne ako vlani, uvidíme, čo život prinesie.

Naše združenie malo za minulý rok tri akcie, v januári sme sa potešili z trošky snehu, pripravili si pobyt v Tatrách, na Štrbskom Plese v hoteli Toliar, boli sme sa pokochať na Hrebienku, vychutnať si Ľadový dóm a užiť si wellnes. Keďže máme v združení aj klientov z DSS pri PL Plešivec, tu sme sa riadili už pokynmi lekárov a zrušili sme svoje programy.

Naše združenie momentálne pracuje len veľmi obmedzene. Kontaktujeme sa len telefonicky, lebo sa všetci bojíme korony. Naše deti s postihnutím, ktoré sú klientmi zariadenia sociálnych služieb Zelený dom sú pravidelne raz týždenne testované. Zatiaľ sú všetci negatívni. Zamestnanci sú už aj zaočkovaní, no neviem kedy prídu na rad i naše deti. V piatok (12. 02. 2021) sme odprevali na poslednej ceste nášho bývalého dlhoročného predsedu PaedDr. Alexandra Tótha, ktorý podľahol korone. Česť jeho pamiatke! (pozn. redakcie) I viacerí naši členovia už prekonalí koronu, niektorí museli byť i hospitalizovaní.

Naše združenie funguje momentálne len cez maily, alebo telefonicky, málokedy sa stretne s malou skupinkou ľudí.

Naše združenie funguje v normálnom režime, od 04. 01. sme začali po sviatkoch aj s prevádzkou DSS. Máme niekoľko prijímateľov sociálnych služieb, čo podpísali čestné vyhlásenie, že majú obavy z COVIDU.

Fungujeme v obmedzenom režime. Zamestnanci majú pandemické OČR/karanténne PN, polovica klientov chodí, druhá zostáva doma pre obavy o svoje zdravie.

2. Ako sa koronakriza dotkla vašej práce?

Ako štatutárny zástupca združenia som v podstate organizátorom všetkých spoločných akcií. A keďže medzi opatreniami pri ohrození verejného zdravia pre pandémiu je aj zákaz organizovania hromadných podujatí, organizácia a realizácia štandardných aktivít združenia z mojej dobrovoľnej práce vypadla.

V domove sociálnych služieb sa sprísnila hygienické podmienky. S odbornými zamestnancami sa riešia novovzniknuté situácie viac telefonicky, resp. elektronicky, nie osobne. Časť klientov do zariadenia chodí, časť z obavy pred nakazením sa nechodí. Sociálny pracovník, inštruktor sociálnej rehabilitácie a opatrovateľka s klientmi komunikujú nielen telefonicky, ale zriadili aj spoločnú elektronickú stránku, prostredníctvom ktorej okrem debatných krúžkov, vymieňaní si zážitkov, spoločných videohovorov zadávajú klientom rôzne „domáce úlohy“ a kvízy. Menší počet klientov sa odrazil aj na výpadku časti príjmov. Režijné náklady sa hradit' musia.

Práce ako takej sa to v tomto roku výraznejšie nedotklo. Horšie to bolo minulý rok, keď sme boli zavretí tri mesiace. Snažíme sa robiť maximum pre všetkých klientov/rodiny, či



koronavírus

už do zariadenia momentálne chodia alebo nie. S tými, ktorí nenavštevujú zariadenie, sme v pravidelnom telefonickom kontakte, majú možnosť si aspoň zapožičať nejaké pomôcky, majú pripravené aj rôzne úlohy, ktoré zvládnu doma, či už sami alebo za pomoci rodičov. Ak majú záujem, môžu sa pripojiť do videohovorov. Výhodu majú najmä tí, ktorí teraz chodia, a to v tom zmysle, že skupiny sú menšie a vieme im teda venovať osobitne viac času a pracovať efektívnejšie. Na druhej strane, aj klientom aj nám, personálu, samozrejme chýba zvyšok kolektívu. Už sme na seba takí zvyknutí, že je to veľmi zvláštne.

Odpovedať možno oxymoronom: „Vo všetkom, a predsa v ničom.“ Na vysvetlenie – také prerogatívy našej činnosti, ako sú napríklad idea, poslanie, ciele, hodnoty sa nijako nezmenili, pretože sú našťastie (nielen) voči koronavírusu plne imúnne a nemusia sa ani očkovať... Zmenili sa teda len formy, prostriedky a nástroje, prostredníctvom ktorých sa úsilie o lepšie zajtrajšky ľudí s mentálnym hendikepom presunulo z periférie záujmu majoritnej intaktnej populácie na bojové pole covidovej ilegality... takže možno konštatovať, že mravčia práca pokračuje „v tieni“ svojím vlastným tempom...

Koronakriza sa dotkla našej práce tak, že nemôžeme robiť aktivity, ktoré by sme chceli, klienti nie sú spolu, sme stále v zariadení. Máme viac administratívnej práce, pribudla nám každodenná dezinfekcia, meranie teploty, nosenie rúšok, testovanie, obavy, čo bude...

Fungujeme „v útlme“, z dôvodu pandemickej situácie sme stopli väčšinu aktivít – naše združenie organizovalo hlavne skupinové stretnutia a hromadné podujatia, ktoré v súčasnosti nie sú povolené.

Prijali by sme viac objednávok.

Nestretávame sa, tým pádom menej komunikujeme...

Ako predsedníčka som bola na zasadnutí OÚ Plešivec, prehodnotil sa plán činnosti a svoju finančnú čiastku sme prenechali na zabezpečenie aktivít pre zdravie a pomoc pre obyvateľov počas krízy. Som presvedčená, že OÚ nám pri akciách bude v budúcnosti nápomocný ako doteraz. Ako výbor sme v kontakte a napriek ťažkej situácii som bola prevziať sponzorstvo v Essity Gemerská Hôrka. Vďaka dlhoročnej spolupráci s podnikom sme dostali hygienické potreby. Dokúpili sme sladkosti, urobili balíčky a pokladnička sa snažila rozdať našim členom (pracuje v obchode a jej šéf bol tolerantný a povolil jej to). Vybavili sme si 2 % z dane a som presvedčená, že aj v tomto roku (keďže som už na dovolenke, potom na dôchodku) volajú ma kolegyně, že nám už chcú podpísať vyhlásenie.

Táto epidémia zrušila skoro všetky naše aktivity. Dokonca aj klubové stretnutia boli zrušené, jedinou aktivitou v roku 2020 bola dovolenka v Liptovskom Jáne, čo bolo skvelé.

V júli sme si naplánovali letný liečebný pobyt v Hokovciach, no len čas ukáže či ho budeme môcť zrealizovať. V minulom roku sme museli takýto liečebný pobyt zrušiť. V minulom roku sme sa ako združenie stretli vo februári a potom sme urobili tradičnú opekačku z príležitosti MDD v auguste (keď sa už dalo zhromažďovať). Aj mikulášsku besiedku sme museli zrušiť, ale pred Vianocami sme sa zúčastnili na celoslovenskom projekte „Koľko lásky sa zmestí do škatule od topánok“. Deti mali z darčiekov veľkú radosť.

Ja momentálne pracujem ako odborná konzultantka/oponentka za SÚPZ v národnom projekte Deinštitucionalizácia zariadení sociálnych služieb, podpora transformačných tímov. Pred koronakrizou som cestovala a osobne som sa podieľala v mnohých DSS na Slovensku na podpore procesu DI. Počas tejto neštandardnej situácie robím všetko z domu,



koronavírus

som pri pracovnom stole s PC a s ľuďmi sa stretávam online. Viem, že to teraz tak robia všetci, deti sa týmto spôsobom učia... možno pre niekoho je to OK. Pre mňa to nie je optimálny spôsob komunikácie. Celý život som robila v priamom kontakte s ľuďmi, a z ich prejavu som rozumela aj tomu, čo nepovedali slovami. Teraz ich mám len na monitore, často ešte skrytých za rúškami. Vidím ich, počujem, ale nevidím to, čo ľudskú reč bežne sprevádza. Často v duchu pochybujem, či si vôbec dobre rozumieme?

V podstate okrem toho, že minieme podstatne viac financií na dezinfekciu a ochranné pomôcky, vlastne bežíme v normálnom režime. Tým prijímateľom, čo nechodia do zariadenia, poskytujeme poradenstvo, berieme na prechádzky tých, ktorí majú záujem, zapožičiavame pomôcky...

Asi najviac zaťažujúce je neustále testovanie, či sú to zamestnanci alebo prijímatelia a ich zákonný zástupca.

Krízový režim fungovania trvá už takmer rok, náročné na plánovanie, uchopenie pretrvávajúcích zmien, frustrácia zo strany klientov, výpadky zamestnancov na OČR/PN. Online aktivizácia klientov na poskytovanie sociálnych služieb z domova, fungujúci systém aktivizácie klientov na prácu z domu, sociálne poradenstvo, aktivity v rámci IP plánov.

Máme menšiu návštevnosť, viacerí už prekonalí koronavírus, mnohí sa obávajú, aby sa nenakazili, preto ani aj vzhľadom na ŤZP nechodia. Aj práce je v porovnaní s predkoronovým obdobím menej, neorganizujú sa výlety, pohybový workshop, vychádzky na výstavy. Združenie organizujem predovšetkým v internetovej rovine, oveľa menej formou bezprostredného kontaktu.

Moje zamestnanie kríza ovplyvnila značne, bývala som od jari až do Vianoc doma celé týždne v rámci štátnej pomoci a mohla som pritom aj pracovať z domu. Toto bola príjemná zmena hlavne pre moju rodinu a znamenalo to byť viac času so synom. V rámci združenia sa nestretávame, akcie sú utlmené.

3. Ako situáciu riešite?

Spoločenské hromadné akcie, ktoré sme robili každoročne, sa jednoducho nerobia. S členmi komunikujem najmä poštovým stykom. Tak som napr. našim členom s mentálnym postihnutím zasielal aj v decembri minulého roka malé darčeky na Vianoce. S niektorými rodičmi komunikujem ich problémy prevažne telefonicky.

V domove sociálnych služieb v čase, keď muselo byť zariadenie zatvorené, k telefonickej a elektronickej komunikácii pribudla terénna služba, pri ktorej odborní zamestnanci určitej skupine klientov poskytovali službu priamo v ich domovoch.

S nadhľadom a porozumením. Aj keď nás doba (vo význame: skeptici, médiá, kvázi-odborníci) „tlačí/-ia“ do pozície: „Čo môžeš urobiť dnes, neurob ani zajtra, a budeš mať dva dni voľna.“, neochvejne sa pokúšame ísť cestou proaktívneho prístupu, typu: „Čo máš urobiť zajtra, urob už dnes, a budeš mať radostnejšie dva dni voľna.“ Tak, ako bolo pre organizáciu ZPMP vždy príznačné, „covid-necovid“, odmietame akúkoľvek laxnosť, či fatalistické odovzdanie sa do vôle osudu, na spôsob „panta rhei“. Aktivity našej organizácie sa tvorivo transformovali, pričom prvok „in house activities“ sa prirodzene sám predral do popredia. Je len prirodzené, že Olympiáda DSS „Náš dom“ sa „presťahovala“ z mestskej športovej haly do dvora DSS, či to, že ples našiel svoje útočisko v priestorovo skromnejšej, no o to „komornejšej“ spoločenskej miestnosti DSS. Naše činnosti sa v istých fázach



koronavírus

zvládania pandémie (osobitne v rámci nariadenej karantény v objekte DSS) stali koncentrovanejšími, pričom v rámci označenia „len pre pozvaných“, sa akosi prirodzene počítalo s tým, že pre kovid nikto „zvonka“ nepríde, lebo jednoducho nemohol... Klientom každý deň musíme opakovať, aká dôležitá je prevencia.

Vedenie združenia sa v súčasnosti zameralo na oslovenie verejnosti na získanie 2 % z dane prostredníctvom mailu, cez facebook. Na propagácii spolupracuje vedenie aj s členmi.

Robíme, čo môžeme. V prvom rade dodržiavame všetky nariadenia a opatrenia. Hľadáme nové možnosti. Vzhľadom na denno-denne meniace sa opatrenia hľadáme primerané riešenia.

Namiesto živých stretnutí fungujú telefóny, e-mail, služba Meet.

Plán máme rozdiskutovaný, ale zatiaľ sme to nespísali, nech to nemusíme opravovať. Som presvedčená, nejaké akcie nám podarí zorganizovať. Určite je to veľmi ťažké obdobie, stretnutia sú len cez telefonáty, poprípade nejaká správa, pre klientov je to ešte horšie. Chodíme do prírody na vychádzky, posielame si fotografie.

Čakáme už na uvoľnenie, aby sme sa mohli stretnúť aspoň na vychádzke do lesa, či prírody. V podstate normálne, máme režim dňa veľmi podobný ako pred koronou, len s tou zmenou, že do práce nechodím autom, ale idem do pracovne. Dopoludnia a večery sú vždy pracovné, medzitým je všeličo iné. Cez víkend sa snažíme chodiť na dlhé vychádzky, limituje nás len počasie.

Počas karantény som mohla byť s dcérou doma, nemusela som prijímať žiadne kompromisy v súvislosti s prácou. Čo sa týka testovania, keďže bol veľký dopyt aj zo strany rodičov, zriadili sme MOM (vlastne aj kvôli škole). Veľmi nám pomáha, že máme v budove DSS aj školu, a tým vieme aj výpadky zamestnancov riešiť tak, že si navzájom pomáhame a nepociťujeme tak markantne nedostatok personálu. Keďže máme v budove aj niekoľko psychologov (aj cez poradňu), aj poradenstvo pre klientov a ich rodinných príslušníkov prebieha celkom dobre. Avšak treba podotknúť, že už ťaháme z posledných síl, pretože to všetkých veľmi vyčerpáva.

Skrátenými hodinami po – pia 8 – 15, externou spolupracovníčkou 2x týždenne, vypomáha aj prevádzkový personál.

Viac udržiavam kontakt cez internet, začala som plánovať aktivity, napr. prednáška cez ZOOM, keďže osobné návštevy zatiaľ u nás nie sú možné. Prostredníctvom mailov informujem rodičov a príbuzných o zmenách.

Synovo zariadenie Vstúpte funguje, klienti ho však navštevujú v menšej miere, majú obmedzenia. Konkrétne náš syn trávi tento čas väčšinou doma, má prácu zo Vstúpte na doma a funguje aj telefonický kontakt klientov s asistentkami.

4. Čo je v tejto situácii najťažšie pre vás/vedenie organizácie, čo pre ľudí s mentálnym postihnutím a čo pre rodičov?

Keďže som vo vedení organizácie a zároveň aj rodič, spojím do jedného bodu, čo je pre mňa najťažšie. V krátkosti asi to, že táto situácia trvá už veľmi dlho a svetielko na konci tunela je stále malé.



koronavírus

Pre ľudí s mentálnym postihnutím je asi najťažšie, že viacerí z nich museli zostať doma s rodičmi. A to je situácia náročná pre obidve strany. Ľudia s mentálnym postihnutím aktuálne dianie vnímajú veľmi citlivo a situácia v nich vyvoláva negatívnejšie pocity. Jednoducho, zmenám, prerušeniu zabehnutému režimu sa prispôsobujú ťažšie a sociálne kontakty im veľmi chýbajú.

Najťažšie v tejto situácii je odlúčenie, chýba denno-denný kontakt, no a samozrejme, strach z ochorenia (keďže naši klienti už aj tak majú svoje zdravotné problémy a sú imunodeficientní, obavy bývajú väčšie). Máme rešpekt pred týmto ochorením a, bohužiaľ, riziko nákazy v ambulatných zariadeniach je dosť vysoké. Síce sa zamestnanci testovali pravidelne, minulý rok každé dva týždne, teraz už teda každý týždeň, ale všetci dobre vieme, že čo platí jeden deň, ďalší už nemusí. Z 20 klientov sa testuje len 8 a bohužiaľ, nie všetci rodičia sa stavajú k tejto problematike zodpovedne. Ako som už spomenula, mali sme už 2 prípady, keď nám zamlčali, resp. neskôr oznámili potvrdené ochorenie a celú situáciu zľahčovali. Veľmi nás mrzí aj situácia okolo očkovania, že naši klienti sú zase len odsunutí niekde mimo... Pričom, dovoľm si povedať, že riziko je ešte väčšie ako u seniorov v celoročných zariadeniach. Tam majú možnosť spraviť karanténu, uzavrieť zariadenie, návštevy nepovoľiť, obmedziť vychádzanie a keď sa nedajbože nakazí senior, vo väčšine prípadov, skôr a lepšie pochopí, čo táto choroba znamená a až na pár výnimiek, sa dajú aj otestovať a lepšie zvládajú rôzne lekárske zásahy. V denných zariadeniach „pendlujú“ zamestnanci, klienti aj ich rodinní príslušníci, takže riziko je v podstate každý deň 50/50, či sme testovaní, či nie. Vieme, že je bohužiaľ nedostatok vakcín, ale bolo by dôležité, aby sa ľudia so zdravotným postihnutím dostali k očkovaniu skôr a po prieskumoch medzi našimi rodičmi, väčšina z nich by mala skutočne záujem, aby klienti mohli chodiť s väčším pocitom istoty a bezpečia a najmä tí, ktorí sú momentálne izolovaní od kolektívu a strádjajú kontakty.

V situácii, akú momentálne prežívame, je pre mňa ako riaditeľku často najťažšie zorientovať sa v opatreniach, ktorými by sme sa mali riadiť a ktoré sa nezriedka menia. Sú neprehľadné a často organizačne nedotiahnuté. Je veľmi frustrujúce a únavné nepretržite ich sledovať a neprenášať z nich vyplývajúcu neistotu na svoje okolie...A to je pre nás – vedúcich pracovníkov prvoradé! Rovnako náročné je aj kontinuálne zabezpečenie prevádzky zariadenia, predovšetkým chránenej dielne a zachovanie pracovných miest jej štyroch zamestnancov. Klienti aj zamestnanci chránenej dielne aj vďaka programu, ktorý sme im ponúkli, znášajú situáciu pomerne dobre. Po prvej vlne pandémie začali mať problémy – cítili strach a neistou zo strany rodičov, ktorá v nich vyvolávala napätie, boli rozladení, nostalgickí... Postupom času sa však ich nálada začala zlepšovať – upokojili sa. Ponorili sa do tvorivých aktivít, začali sa učiť hrať stolný futbal a tí, ktorí ešte nedržali pingpongovú raketu v ruke, začali hrať s tými, čo sa to už naučili. A tak sa začali učiť medzi sebou navzájom... Rodičia si želajú, aby zostal Impulz otvorený. Napriek tomu, že klientom posielame na dni, keď v zariadení nie sú úlohy, väčšina z nich (rodičia aj klienti) dáva prednosť osobným stretnutiam. Boli by najradšej, keby ich deti mohli Impulz navštevovať každý deň. Klienti si počítajú dni, ktoré v tom-ktorom týždni v zariadení strávia a z toho sa teším.

Izolácia, izolácia, izolácia. Nemožno nesúhlasit s Platónom, a preto, ak vieme, že každý z nás je „zoon politikon“, bez kontaktov s okolitým „človečenstvom“ sa aj my meníme, ako kvet bez dostatku slnka a vlhky – strádame a trpíme...

Najťažšie je pre nás obava, aby niekto z klientov, zamestnancov nedostal COVID – pretože nasleduje karanténa, čo klienti veľmi ťažko znášajú, že musia byť zase doma.

Rodičia sa do vedenia organizácie ako aj plánovania a realizovania aktivít zapájajú minimálne, ale vedením organizované pravidelné aktivity, na ktorých sa zúčastňovali, im chýbajú.



koronavírus

Uvítali by sme, keby sme o platných opatreniach vedeli aspoň pár dní dopredu. A keby boli jednoznačné. Pre klientov sú najnáročnejšie sústavné zmeny. Pre rodičov neistota.

Pre členov výboru je zložitá zorganizovať akékoľvek stretnutie – či už výboru alebo členskej schôdze. Samotní členovia – rodičia detí – to som už napísala v prvej odpovedi. A ešte aby to nebolo také jednoduché, naša predsedníčka pomaly končí vo funkcii, takže chystáme výmenu + riešime nejaké úradné veci v registrácii našej pobočky.

Nečinne čakať na lepšie časy.

Pre moju dcéru Petru je najťažšia izolácia, do ktorej sme utiahnutí. Von chodíme hlavne do lesa, do prírody, nie medzi ľuďmi. Toto jej chýba, lebo bola zvyknutá na neustále „akcie“, na účasť vždy a všade kde sa len dalo. Snažili sme sa jej kompenzovať to, že sama sa nikam nedostane, a to teraz nie je. Pre mňa ako pre rodiča to znamená byť ešte viac kreatívna a robiť jej doma také aktivity, aby sme tú izoláciu zvládli. Ale Petra je trpezlivá, počúva všade, že treba vydržať a snaží sa to tak aj zvládať. A stále sa teší na to, keď sa to skončí. Čiže má svetlo na konci tunela. :-)

Pre mňa aj moju dcéru je najťažšie to, že sa nemôžeme venovať svojim obvyklým voľnočasovým aktivitám, sú veľmi obmedzené možnosti stretávania sa s priateľmi, rodinou, cestovania. Taktiež považujem za problém organizovať denný program doma, vymýšľať nejaké aktivity a zamestnať dcéru.

Celkovo je problém prežitia zariadení sociálnej starostlivosti bez finančnej podpory štátu.

Neustále meniac sa situácia, stále sledovanie nových nariadení a prispôsobovanie sa im je asi to najnáročnejšie. Prichádzame tým o drahocenný čas, ktorý by sa dal využiť aj účelnejšie. :)

Mňa osobne veľmi vyčerpáva testovanie na týždennej báze, zaberie nám to 2 dni v týždni (zistenie záujmu, naháňanie testov, naplánovanie harmonogramu a samotné testovanie, už nehovorím o množstve administrácie okolo toho...)

Čo sa týka ľudí s MP – určite je to veľmi rôznorodé a závisí to hlavne od miery postihnutia. Ľudia s ťažkým MP veľmi túto situáciu nevnímajú, kým pre ľudí s ľahkým MP je to pomerne náročné, pretože vnímajú aj nás a aj v domácnostiach sú ľudia viac podráždení. Snažíme sa im podávať pomocnú ruku, veľa s nimi o celej tejto situácii hovoríme, tí, čo sú doma sú s nami buď v telefonickom spojení alebo cez rôzne aplikácie uskutočňujeme videohovory. To isté sa týka rodičov, snažíme sa im vysvetľovať rôzne nariadenia, vyhlášky, preberáme s nimi celú situáciu, a kde treba, podávame pomocnú ruku.

Neustále zmeny, nejasnosť vízií, nesmierna vyčerpanosť personálu, motivovanie zamestnancov, absolvovať testovanie na mobilných odborných miestach, neschopnosť plánovania. Klienti? Frustrácia z obmedzeného pohybu, frustrácia tých, ktorí nechodia a sú doma. Rodičia? Frustrácia z diania, obavy o svoje zdravie, vyšší vek rodín, frustrácia z toho, keď je klient doma z obavy o svoje zdravie a zvládanie situácie. Nekonzistentnosť informácií z nariadení atď.

Najťažšie sú obavy z nákazy, nemožnosť aktivít v exteriéri. Pre ľudí s mentálnym postihnutím je ťažká sociálna izolácia a aj nosenie rúšok, čo nie všetci aj zvládajú, nedajú si ich, okrem toho je problematické dodržiavanie ROR. Rodičov zaujímalo hlavne očkovanie (naši už majú prvé za sebou – nie všetci) a či sú u nás nakazení. Tí, čo sú doma očakávajú, kedy sa situácia zlepší, aby sa mohli stretnúť so svojimi kamarátmi, niektorí udržiavajú kontakt aspoň pomocou mobilu, facebooku a messengeru.



koronavírus

Odlúčenie od ľudí, nestretávanie sa, nemožnosť vykonávať určité aktivity. Je neistota, ako to bude dlho trvať, ale hlavné je byť zdravý a robiť všetko pre to.

5. Čo vám koronakrízou dala, čomu vás možno naučila?

Koronakrízou ma hlavne naučila inak sa pozeráť na život, ukázala mi, ako ľahko sme ako ľudia zraniteľní. Aké dôležité sú pre nás bežné aktivity, podujatia, cestovanie, stretávanie sa s blízkymi...

Na jednej strane potvrdila platnosť príslovia, že ak si v núdzi, najbližšiu pomocnú ruku nájdeš na konci svojho ramena, ale taktiež nastavila zrkadlo našej ľudskosti a rozmeru solidarity v každom z nás. Podrobila skúške naše odhodlanie, vystaviť (keď to bolo potrebné) vlastné životy, či zdravie, v prospech trpiaceho blížneho. Naučila nás, že pomenovanie „hrdina“ či „hrdinka“ právom patrí nielen vojakovi na bojisku, ale aj opatrovateľke, skláňajúcej sa nad lôžkom prijímateľa sociálnych služieb v akútnej fáze ochorenia COVID-19... Je nepochybné, že v každom z nás zanechala pandémie svoje stopy. Niekoľko sa možno sotva dotkla, sťa dotyk páperia, do iného zažala svoje tigrie pazúry a navždy mu zmenila život, či zdravie. Ale..., nie nadarmo sa hovorí, že charakter sa brúsia ako diamant. Summa summarum: neutopili sme sa v prívale nariadení, ani nás nezdolala pandémie samotná... nekapitulovali sme pred nepriazňou osudu, ani nás nepohltil pocit beznádeje či márnosti nášho úsilia. Obstáli sme v skúške osudu a veríme, že v rámci pandémie COVIDU-19 máme už to najhoršie za sebou.

Dala nám určite všetkým dôležitú lekciu – usporiadanie hodnôt a priorít. Možnosť spomaliť a uvedomiť si, aké dôležité sú drobné veci života a naučiť sa ich skutočne vážiť a mať z nich radosť. Pozornosť a čas strávený s manželom/manželkou, deťmi...

Dala nám to, že musíme byť viacej trpezliví, opatrní, menej ľahostajní.

Našli sme si čas na usporiadanie „papierovej agendy“, máme viac času na plánovanie aktivít.

Aktuálna situácia nás naučila pozrieť sa na zabehnutú rutinu z iného uhla. Takže na prvý pohľad negatívne veci dokážeme vidieť pozitívne.

Pre mňa osobne je koronakrízou spojená s krízou môjho zdravia. Aktuálne som už fit a cítim sa v lepšej kondícii než pred chorobou. V konečnom dôsledku však musím povedať, že mi síce vzala možnosť stretávať sa s ľuďmi, nemôžem chodiť plávať, na kávu s kamoškou, cvičiť s ďalšími kamoškami. Ale v konečnom dôsledku som aj získala: potvrdila som si, že pochopenie, presvedčanie, príklady, prijatie toho, čo sa nedá zmeniť – to je cesta z krízy. A ešte som si pripomenula, že často máme málo – pokory voči všetkému, čo nám život priniesol. Pripomenula som si, že sme nároční a nevážime si veci, ktoré máme. Takto ja vnímam uplynulý čas a takto to komunikujem aj s našimi členmi.

Vzala nám všetky naše aktivity, ale učí nás trpezlivosti zostať zdravými napriek tejto ťažkej situácii. Pre ŤZP je to o to horšie, keď nechodia von ani do DSS.

Utvrdila ma v pokore, že si treba vážiť v živote mnohé „samozrejmé maličkosti“. Mňa tejto pokore naučila moja mama v posledných rokoch života, keď sme sa o ňu starali, a samozrejme aj život s Petrou. Bežný človek, bežná rodina sa až teraz ocitla v situácii, že to či ono sa nedá, sú tu obmedzenia. My sme tomu naučení dávno, a teraz to v pohode vieme zniesť. Dala mi možnosť poznania strachu o blízkych aj o seba, čiastočne zmenila životné priority a hodnotenie ľudí.



koronavírus

Určite nás naučila riešiť problémy spôsobmi, ktoré sme doteraz neaplikovali, naučila nás trpezlivosti a naučila nás využívať digitálne technológie tak, ako sme to nikdy predtým nerobili. Lepšie spoznávame jeden druhého, kto ako zvláda záťažové situácie.

Štedrosti a zomknutosti komunity, podpore na záchranu zariadenia, aktivizácii online aktivít s tými, ktorí zostávajú doma, činnosti a ich podpore v domácom prostredí, naučila nás fungovať zo dňa na deň, s pokorou prijímať negatívnu klientov, zamestnancov a možnosti fungovať bez zastavenia.

Koronakrízou mi dala veľa. Vylepšili sa moje vzťahy s najbližšími, odskúšala som si 3 mesiace práce počas prejavu pandémie v domove dôchodcov (patríme pod nich ako stredisko). Vďaka noseniu rúšok som zdravšia, najmä čo sa týka respiračných ochorení. Črtá sa práca na 1/2 úväzok pre jedno naše dievča cez sprostredkujúcu n. o. – venujú sa mladým ľuďom po škole, ale keďže kvôli súčasnej situácii nemajú dostatok záujemcov, prišlo do úvahy aj naše dievča s ľahším mentálnym postihnutím. Ako zamestnanec DSS už mám za sebou 2 vakcinácie. Ľudia s mentálnym postihnutím zle psychicky znášajú súčasnú situáciu, najmä miernejšie formy postihnutia, ktoré vnímajú negatívne informácie, zhoršili sa niektoré psychiatrické diagnózy.

Viac času na rodinu, na domácnosť, viac času na koníčky, naučili sme sa lepšie relaxovať

Niekedy je náročné zvládať postoje ľudí v okolí k pandémie a zachovať si zdravý úsudok a odstup a zároveň ich vedieť aj podporiť a upokojiť. Zápasím s tým viac-menej každodenne nielen v rámci rodiny, ale aj v práci. Možno ma to naučilo v určitých situáciách zbytočne neotvárať polemické diskusie...

6. Čo pozitívne, pekné ste za posledný polrok zažili?

Ťažká otázka. Veľa toho nie je. Snáď to, že zamestnancov zariadení sociálnych služieb preradili do skoršej fázy očkovania.

Možno sa dokážeme tešiť viac z maličkosti ako doteraz, tešíme sa, že môžeme byť spolu zdraví a veríme, že bude lepšie.

Podarilo sa nám dotiahnuť registráciu nových stanov.

S klientmi trávime veľa času vonku. Menej spoločenských (často povrchných, bezduchých) akcií, na ktorých sme sa z rôznych dôvodov v podstate museli v minulosti zúčastniť. Sme radi, že ich nemusíme absolvovať. Získaný čas sme využili a využívame s klientmi zmysluplne a asi pre všetkých príjemnejšie.

Peknú e-mailovú komunikáciu s mladou dámou, ktorá mi písala o svojom rozhodovaní ohľadom očkovania. A ešte vynikajúce recepty na skvelé sušienky od mojej kolegyně. A veľmi pekné bolo, že moje kolegyně v práci ma počas dlhodobej PN vlní krásne zastupovali. A spätnú väzbu zo supervízie, ktorú som zdarma robila počas celého vlaňajšieho roka pre ľudí, ktorí v sociálnych službách mali covid-pozitívnych klientov. A ako centrála ste nás nenechali bez pomoci a pravidelne ste nás zásobovali aktuálnymi informáciami. ĎAKUJEME!

Potešilo určite každého, že napriek opatreniam podnik Essity našiel spôsob ako odovzdať balíčky pre združenia. OÚ Plešivec tiež zakúpil pre každého člena aspoň salóňky, ktoré mali priložené k balíčku. A pretože situácia u nás je od 08. 12. 2020 horšia, máme viac prípadov



koronavírus

COVID-19 aj z radov zamestnancov, darčeky odovzdané len vedúcej DSS členov potešili. Dve rodiny aj zo združenia prekonal COVID-19 a verím, že to bude bez následkov. Napriek epidémii riešime kontrolné vyšetrenia, ktoré nám zaslal ÚPSV a R – tak sme sa stretli napr. u psychológa.

Positívne je, že sme nestihli ochoriť touto chorobou. Stačí nám, že máme na seba akýkoľvek kontakt a pozitívne nás teší či osobný alebo telefonický styk s naším malým svetom. Mali sme tesne pred zákazom všetkého v rodine svadbu. Samozrejme sme sa tešili zo šťastia dvoch mladých ľudí a veľmi osobne sa nás to dotýka. Verím, že im to a nám s nimi veľmi veľmi dlho vydrží. A že sa budeme tešiť aj z vnúťat.

Určite si viac vážim život, hoci s mojimi dvomi postihnutými deťmi to niekedy nie je jednoduché. Ale zatiaľ sme zdraví, a tak sa spoločne tešíme zo života.

Ani neviem, či sa dá hovoriť o niečom peknom v súvislosti s koronou. Pozitívnym obdobím boli vianočné sviatky v kruhu najbližšej rodiny, ale toto obdobie bolo pre mňa vždy pekné, predstavuje rodinnú pohodu.

Každý deň sa stane niečo pekné a pozitívne, je to len uhol pohľadu ako sa na veci pozeráme a ako ich vnímame. Spätná väzba a podpora okolia, klienti poctivo a bez reptania dodržiavajú ROR, sponzoring a podpora, zdravie klientov, zhrnutie roka 2020 i napriek jeho náročnosti ukázalo veľa pekných spomienok a zážitkov.

Ja osobne svoju svadbu. :) Inak sa tu prelína odpoveď z predošlej otázky... Čo mňa osobne veľmi potešilo, s väčšinou rodín našich klientov sa ešte viac utužili vzťahy a spolupráca. A je úžasné sledovať, ako naši klienti začali samostatne využívať rôzne médiá/techniku a už aj sami realizujú videočety s kamarátmi, s nami. :-)

Vďačnosť a šťastie za zdravie moje, mojej rodiny a mne blízkych ľudí, úžasnú prácu/poslanie, spoľahlivých a skvelých kolegov, aj v najťažšej situácii pozitívne naladených a najlaskavejších klientov...

Z profesionálneho hľadiska ma za posledných šesť mesiacov potešili tieto tri veci:

- Začiatkom septembra sme nakrúcali video o činnosti a aktivitách organizácie. Domnievam sa (aj na základe ohlasov), že sa nám podarilo. Aj klienti sa z neho veľmi tešili... Fotografka a kameraman (s ktorým sme pracovali po prvý raz) mi pred nedávnym napísali, že sa im práca s nami veľmi páčila, bola pre nich inšpiratívna a radi by s nami spolupracovali aj ďalej...
- Na arteterapii, keď som zadala klientom tému – portréty kamarátov (kolegov) z Impulzu. Do pozadia mali namaľovať veci, ktoré portrétovaný má rád, alebo sú pre neho typické. Spočiatku nevedeli, ale neskôr si spomenuli na detaily, ktoré ich samých prekvapili aj potešili. Tie portréty sú naozaj skvelé!
- Keď za mnou prišli klienti s návrhom, aby sme po skončení pandémie usporiadali pingpongový turnaj, na ktorý pozveme aj iné organizácie. :)

Súkromne: upevnenie najmä virtuálnych kontaktov s mojimi bývalými spolužiakmi, konverzácia na súčasné témy v cudzích jazykoch. Doniesla som si psíka z útulku. Pracovne: využitie nových spôsobov online komunikácie pre ľudí s mentálnym postihnutím.

Toto pokojné obdobie synovi ako autistovi veľmi vyhovuje, jeho stav a každodenné prežívanie sa dokonca zlepšili, začali sme sa vo zvýšenej miere venovať turistike, starým činnostiam a koníčkum.

Pozdravujeme všetkých a želáme všetkým veľa síl v týchto náročných časoch a najmä pevné zdravie! Veríme, že čoskoro bude lepšie! Ten pocit – radosti a šťastia, že nikto z pozitívne testovaných nezomrel, nemá komplikácie... To poznanie, že pred odhodlaním a vôľou pomôcť, pred schopnosťou sebaobetovania až za hranicu pudu sebazáchovy, sa skloní aj smrtiaci vírus.

To vedomie – že ľudské dobro sa nedá predvídať, ani merať. Možno ho len chrániť, pomáhať mu a šíriť ho.