



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  
čaušník, 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 à la carte či sezónne alebo individuálne  
ponuky, aj na dovoz až k vám domov.

### PRÁČOVŇA

Radi operieme a vyžehlíme vašu veľkorozmernú  
bielizeň.

Recepcia: 0220850710  
Reštaurácia: 0917694297  
[www.bivio.sk](http://www.bivio.sk)

Združenie na pomoc ľuďom  
s mentálnym postihnutím  
v Slovenskej republike,  
občianske združenie, r., s. p.  
Alstrova 6073/153, 831 06 Bratislava,  
IČO: 00683191  
IČ DPH: SK2020804621

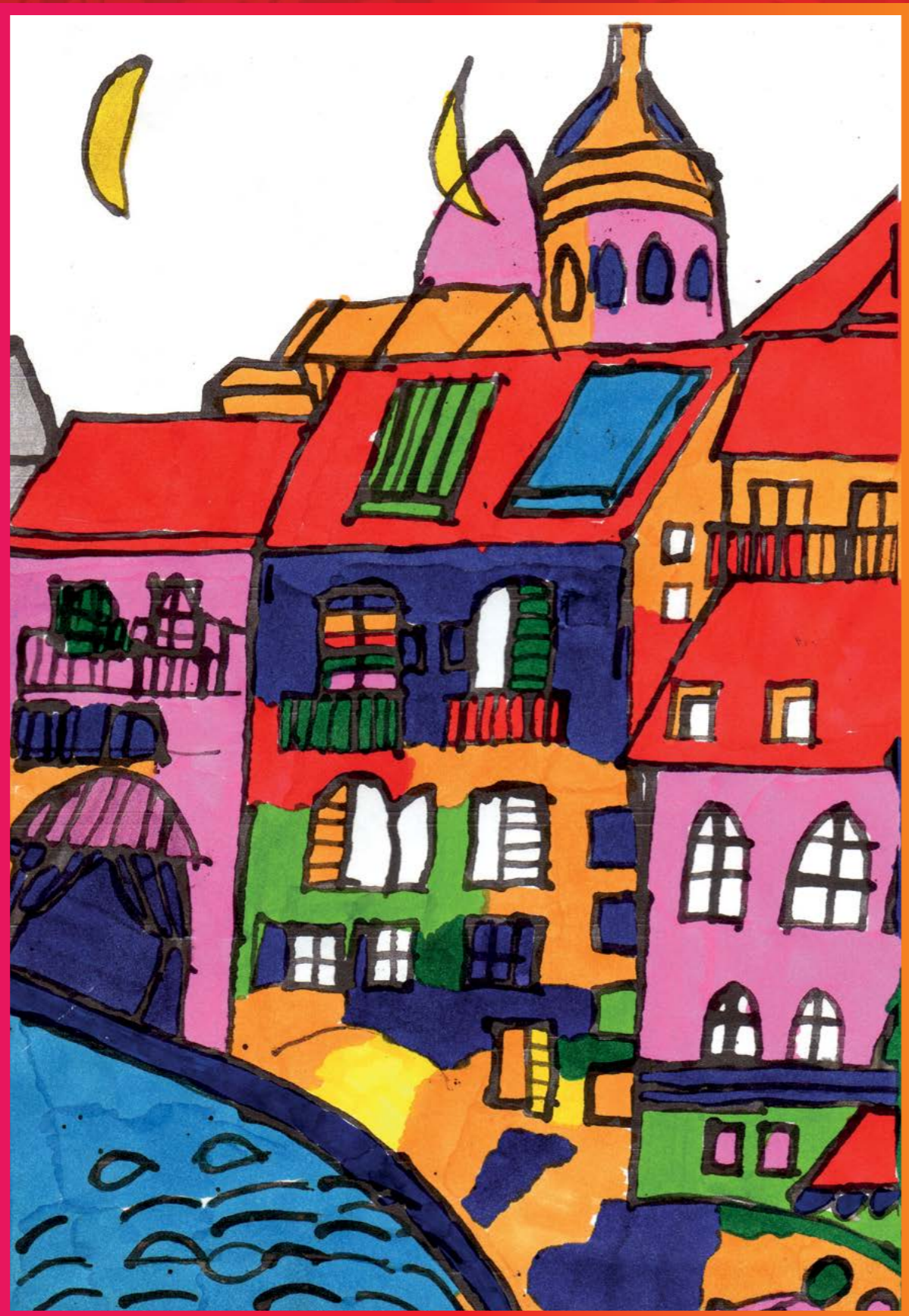


PAY by square

# INFORMÁCIE ZPMP v SR 5-6/2024

Združenie na pomoc ľuďom  
s mentálnym postihnutím v SR





## Ďakujeme vám!

Veľmi si vážime prácu a pomoc našich podporovateľov, kolegýň, kolegov, dobrovoľníkov, priateľov, vďaka ktorým sme v roku 2024 vykonali množstvo aktivít a činností, čo pomohli ľuďom s mentálnym postihnutím a ich rodinám.

Ďakujeme čitateľom, jednotlivcom, donorum, partnerom, spolupracujúcim organizáciám a firmám.

V novom roku prajeme všetkým veľa zdravia, šťastia a lásky.



MINISTERSTVO  
KULTÚRY  
SLOVENSKEJ REPUBLIKY



MINISTERSTVO  
PRÁCE, SOCIÁLNYCH  
VEČÍ A RODINY  
SLOVENSKEJ REPUBLIKY



MINISTERSTVO  
SPRAVODLIVOSTI  
SLOVENSKEJ REPUBLIKY



Bratislavský  
samosprávny  
kraj



Erasmus+



Mestská časť  
Bratislava - Rača



DARUJME.sk

**ĎAKUJEME  
SPOLUPRACOVNÍKOM  
A PARTNEROM  
NAŠICH PROJEKTOV**

**Úvodník**

- 2 // Mgr. Martina Jarolínová

**Téma – Tak si tu nažívame (s podporou sociálnych služieb)**

- 3 • Práve taký deň v Domčeku..., DSS Náš Dom, ZPMP Spišská Nová Ves  
 5 • Edukačno-rehabilitačné centrum // Mgr. Mária Vasková  
 8 • CSS prof. Karola Matulaya // Mgr. art. Michal Kralovič

**15 Farby života****Téma – Tak si tu nažívame (s podporou sociálnych služieb)**

- 23 • U nás vo Frézii // klienti a zamestnanci Centra Frézia  
 24 • ZPMP Nádej v Poprade // Mgr. Agnes Zelená

**Terapie**

- 25 • Kraniosakrálna terapia // Mgr. Mária Baláž Gyuránová

**10 otázok pre...**

- 26 • prof. MUDr. Máriu Šustrovú, CSc // Mgr. Mária Baláž Gyuránová

**Zahraničie**

- 29 • Medzinárodná spolupráca // Mgr. Marián Horanič  
 31 • Príklady dobrej praxe // Mgr. Martina Jarolínová

**Sociálna poradňa**

- 32 • Zákony, pojmy definície // PhDr. Iveta Mišová

**36 Správy z centrály**

Informácie ZPMP v SR 5 – 6/2024 // Občasník // Vydalo: ZPMP v SR • Alstrova 6073/153 • 831 06 Bratislava  
 // IČO 00683191 // tel: 0905 709 557, 0917 641 595 // e-mail: zmpvsvr@zmpvsvr.sk

Dátum vydania: 20. 12. 2024 // Ročník vydania: 30 // Redakčne spracovali: PhDr. Iveta Mišová

• Mgr. Mária Baláž Gyuránová • Mgr. Marián Horanič // Redakčná rada: • Elena Kopalová • PhDr. Iveta Mišová

• Mgr. Magda Papánková • Mgr. Ľubica Vyberalová • Mgr. Martina Jarolínová • Mgr. Marián Horanič

Jazyková korektúra: • Redigovanie, s. r. o. // Foto: archív ZPMP v SR, archív CSS prof. Karola Matulaya, AZPP Trenčín,

Frézia Partizánske, prof. MUDr. Mária Šustrová, CSc., ZPMP v Poprade, ZPMP v Spišskej Novej Vsi, OZ ATHÉNA Hnúšťa

// 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 6073/153

• 831 06 Bratislava // Registrované MK SR č. ev 629/08. Podávanie novinových zásielok povolené RP Bratislava,

č. j. 1591/96-P z 10. 04. 1996 // Dobrovoľný príspevok 15 €.



úvodník



## Čaro Vianoc a Nový rok s inklúziou

Vianočné obdobie je časom, keď sa všetci snažíme nájsť viac lásky, pokoja a vzájomného porozumenia. Tieto sviatky nás pozývajú spomaliť, precítiť vďačnosť a prejavíť súcit voči ostatným. Pre ľudí s mentálnym postihnutím a ich rodiny môžu Vianoce znamenať nielen chvíle radosti, ale aj určité výzvy, ktoré však s otvorenosťou komunity dokážeme spoločne prekonať.

Sviatočné dni prinášajú so sebou množstvo podnetov – svetiel, zvukov, stretnutí a zvykov, ktoré môžu byť pre niektorých náročné. Atmosféra pokoja je pre mnohých nedosiahnuteľná bez dostatočnej podpory a pochopenia zo strany blízkych. Niekedy stačí malá zmena v prístupe alebo v programe dňa, aby sa z chaosu stal pokoj. Pre niekoho to môže byť poskytnutie dostatočného priestoru na odpočinok, pre iného jednoduché obmedzenie podnetov, ktoré ho preťažujú.

Zároveň nám Vianoce pripomínajú silu spoločenstva a našu schopnosť byť tu pre druhých. Každý z nás môže prispieť k tomu, aby sa cítili vítaní všetci, bez ohľadu na ich schopnosti. Napríklad vytváraním inkluzívneho prostredia počas sviatkov – organizovaním aktivít, do ktorých sa môžu zapojiť všetci, či len prejavom trpezlivosti a porozumenia, keď to najviac potrebujú.

S Novým rokom prichádza aj príležitosť zamyslieť sa nad tým, ako môžeme ešte viac podporiť inklúziu. Môže to znamenať drobné záväzky, ako je aktívne sa vzdelávať o potrebách ľudí s mentálnym postihnutím, alebo väčšie projekty zamerané na zlepšovanie podmienok v spoločnosti. Spoločne môžeme vytvoriť prostredie, kde budú všetci akceptovaní a rešpektovaní, kde sa každý bude môcť rozvíjať a byť súčasťou niečoho väčšieho.

Vianoce a Nový rok nám pripomínajú, že inklúzia je hodnota, ktorú sa oplatí podporovať nielen počas sviatkov, ale každý deň v roku. Keď podávame ruku tým, ktorí nás potrebujú, prispievame k tomu, aby bol svet krajším miestom pre všetkých. Nech sú tieto Vianoce plné pokoja a nadchádzajúci rok ešte viac otvorený inklúzii, pochopeniu a priateľstvu pre všetkých bez rozdielu.

**Mgr. Martina Jarolíňová**



téma

## Práve taký deň v Domčeku...

(alebo: Odrazy súcna dotované úprimnosťou, videné optikou človeka žijúceho v zariadení rodinného typu)

*Jankova optika, tá sa nás dotýka.  
Jankova optika, svety nám odmyká.  
Jankova optika, ostrá jak motyka.  
Jankova optika, so vzdornosťou poníka.*

Janko to vie. Furt dačo. Furt dačo. Už ráno sa zobudil s pocitom, že ani dnes ho nenechajú na pokoji. Voda, zuby, hygiena. To by sa ešte dalo, aj raňajky prebehnú „ako nič“, ale potom sa to začne. Terapeľudka (veď aj tak terapeutku Ľudmilu nikto nevolá inak...) ho určite donúti ísť na rannú komunitu a potom sa zapojiť do nejakej činnosti... Možno budú niečo maľovať, alebo si budú čítať. Minule čosi zlepovali z korálikov, a vraj „podpora jemnej motoriky“... Vďaka, Broňa! Nemá rád tieto chvíle. Ale čo, on sa už vynájde...

Vykradne sa za Libušou (niekedy viac zaberá, keď ju volá „Libuška“ alebo „pani Libuša“, podľa nálady) a vydranká od nej zopár obrázkov jeho milovanej skupiny LOJZO. Nie, nevie čo je muzikoterapia, a ani to nerieši, ale tóny pesničiek a hlas Mariána Kochanského ho dostanú do stavu blaženosti... aspoň na chvíľu od otravnej „terapie“. S obrázkom urobí to, čo obvykle. Najprv poprosí opatrovatelku Janku, aby mu ho dôkladne obstrihala, podľa jeho požiadaviek, a potom ho bude celý deň nosiť pri sebe. Urobí ho to šťastným. Večer ho síce roztrhá na maličké kúsočky, ale „to nič“. Veď pani Libuška tu bude aj zajtra. A keď na ňu vyrukuje s jeho obľúbenou fintou, že „riaditeľ ti odkazuje, aby si mi vytlačila...“ určite bude úspešný. Zajtrašok bude zaručene lepší ako dnešok.

Jankovi je to jasné. Pohyb má rád, možno aj preto je taký chudý. Za deň sa toho nachodí až-až... Či už po chodbách Domčeka, či po vonku. Na prechádzky ho musia nútiť, ale keď ide o niečo zaujímavé, ide aj sám. Je pravda, že minule sa tiež „nechal prosiť“, ale nakoniec bol rád, že na ten výlet na zážitkovej ekofarme v Odorici predsa len išiel. Mali aj pohostenie, aj syr ochutnal. Bolo to skoro také dobré, ako návštevy múzea, či výlet do letohrádku Dardanely, ale tam majú zase automat na kávu, a ten Janko tiež zbožňuje. Skoro ako nutridrinky, čo mu predpísal pán doktor. Ale na výlet na Bardejovský jarmok sa nedal nahovoriť. Na ten im doslova „kašlal“... Hej, celkovo sa Janko cíti fajn, len keby tu nebol ten nešťastný pád spreď roka... Vie, že to bola jeho chyba, keby nebol poskakoval a neniesol by naraz do jedálne dva hrnčeky od kávy, nemusel by chodiť s rukou



v sadre. Aj opatrovatelka Klára z toho bola nešťastná, nič nepomohlo, že ho stále napomínala...

Janko to cíti. Majú ho tu radi, ale pravdou je, že niekedy si s ostatnými klientmi v Domčeku lezú navzájom aj na nervy. Povedali mu, že sa to volá „ponorka“. Nevie, či je to celkom pravda, lebo predtým spomínali akúsi „karanténu“ kvôli covidu. A to je čosi iné. Inak, s covidom to má Janko „fifty-fifty“, čo on sám pre seba vysvetľuje tak, že keď bol výskyt covidu v Domčeku, Janko ho dvakrát dostal a dvakrát nie. Takže nerozhodne... dal sa aj zaočkovať. Teraz má pokoj, a aj vďaka tomu môže chodiť s ostatnými úplne nerušene von. Bez rúšok, bez zbytočných obmedzení. Do mesta, na kávu, na výlety, do prírody. Má rád aj Malvínu, aj Jarku, aj Jožu, aj Danku. Veľmi dobre si rozumie s Michalom, lebo keď mu príde balík z domu, vždy sa s ním rozdelí so sladkosťami. Áno, aj Jankovi chodí balík, ale iba na Vianoce, od otcovej sestry Blaženy. Vždy mu pošle niečo „fajné pod zub“, určite čokoládu a cukríky. Zato taký bratranec Dušan sa tu ukazuje veľmi zriedka. Naposledy bol pred pár rokmi. Škoda, že to nie je ako u Bibky. Tú chodí sestra navštíviť každý týždeň a Katku zase berie neter domov skoro každý mesiac. Ale Dušan príde, stačí vydržať...

Janko je sám sebou. Nebýva agresívny, iba mu doktor písal do karty, že má „puerilné a infantilné prejavy.“ Ale biť sa veľmi nevie, a nechce. Minule doňho Alex zapáral a Gejza mu dal jednu „po pysku“. Prebrali to potom spolu na Výbore klientov a udobrili sa. Nejaké to sladké bolestné mu vtedy dala aj lvetka z kancelárie, ktorú Patrik prezýva „cukríček



oranžový“. Predtým bol na izbe s Igorom, ale to mu veľmi nevyhovovalo, lebo Igor toho veľa nenarozpráva, a hlavne... nezdiala jeho vášeň pre skupinu Lojzo. Navyše, rovnako ako Jankovi, ani Igorovi zatiaľ neprischla žiadna prezývka, a to ju už majú v Domčeku skoro všetci. Väčšinu povymýšľal Patrik – tak napr. Ľubo je *Kyklop*, lebo trochu škúli, Gejza je *Segal*, lebo má podobný strih vlasov a Dávid je prosto *Joker*. Patrik dal mená aj opatrovatelkám, ale to Janka nezaujímá. Nikto od neho predsa nemôže chcieť, aby opatrovatelku Annu volal *Hanna Montana*, či Denisu z administratívy oslovoval *Chloe Sullivann*, a to len preto, lebo sa tak volá Supermanova sesternica...

Janko si to užil. V princípe nemá rád, keď ho nútia športovať, ale nezúčastniť sa na každoročnej domčekovskej Olympiáde v októbri „by bol hriech“. Najmä, keď sa tam rozdávali také fajn ceny. Určite lepšie, ako na výtvarnej súťaži Graffiti v máji, aj keď vtedy bolo zasa teplejšie... Janko sa neprepína, aj tak vie, že mu stačí ťahať „na polovicu plynu“, sladká odmena ho neminie... S elektronikou mu to veľmi nejde, možno aj preto sa nezapojil do akcie „TY v IT“, ktorú v Domčeku robili, na oboznámenie sa s prácou s počítačmi. Na to je tu Patrik. Janko vie, že keby potreboval stiahnuť hudbu, premiestniť nejaké dáta na disk, či vyčistiť USB, Patrik mu to všetko ochotne a rád urobí. Len keby všetkých neotravoval s tým, že ho majú oslovovať *Clark Kent*... Ale inak je v pohode, sťahuje všetkým filmy a učí ostatných základy počítačových zručností. A to Jankovi netreba. Jeho zručnosťou je otváranie kladiiek, už nebohý otec ho naučil, ako ich otvárať a táto „vášeň“ mu zostala. Započul, že opatrovatelky hovorili čosi o „obsesii“, ale to má on „na háku“.

Janko pozná ten pocit. Dni mu pretekajú „pomedzi prsty“, a väčšinou je to riadna nuda. A hlavne, stále sa čosi deje!

A on aby stále čosi robil, zapájal sa! Také podujatia, ako „Jarné upratovanie v Domčeku“ išli vyslovene „mimo neho“. Hoci, boli aj pekné dni. V marci – podujatie k Mesiacu knihy, potom zase Deň umenia. V apríli zase akcia ku Dňu lesov, či ku Dňu zeme. Páčilo sa mu napríklad aj to, keď robili s tangramom mentálnu gymnastiku... no, „páčilo sa mu“, je predsa len asi trochu silné, radšej by mal povedať „zaujalo ho“. Páčil sa mu Deň čokolády, ale aj to, keď s nimi Denisa v rámci terapie snoezelen skúšala rôzne chute... a vraj „ako chutí život“. Ani Milkday, či Valentínska diskotéka neboli na zahodenie, vždy dostal kávu a koláče. Predtým mal rád aj čipsy a karamelové tyčinky, ale odkedy mu v Levoči na psychiatrii dávali elektrošoky, nemôže ich ani vidieť...

Janko to chápe. Pozná dobre ten pocit, byť „napomínaný“ za to, že neurobil čo mal. Ako napríklad za to, že má neumyté zuby, že je protivný, lebo sa nechce s ostatnými rozdeliť so sladkosťami. Ale čo, vari je on najhorší spomedzi všetkých? Veď taký Jožo, keď vystrája, alebo ten, čo ho prezývajú *Malý Jano*, keď ten začne ryčať... Áno, niekedy je Jankovi aj smutno... aj minule, keď s dôverníčkom spomínal na svoju rodinu, na nebohého otca, mamku... tá mu chýba najviac. Sestra už menej, aj úvery na neho pobrala, ale on ju má aj tak rád... Janko sa nedá. Aj riaditeľovi minule, na otázku, ako sa má, odpovedal priamo aj úprimne: „My nie sme žiadni chlapci, my sme muži.“ Má radosť z toho, že začal zarastať. S hrdošťou chodil po Domčeku a všetkým ukazoval chl p, ktorý mu vyrástol na hrudi, aj na brade... Viacerí sa smiali, ale on vie svoje. Treba byť šikovný. Katke odporovať nebude, lebo tá je tu najstaršia. A s Bibkou sa neoplatí hádať, lebo tá si aj tak urobí po svojom. Aj minule, zase kradla „toaleták“ z pánskeho WC a potom zapchala odpadové potrubie, až skoro vytopila celý Domček. S Veronikou sú na tom tak neutrálne – ona neškodí jemu, ani on jej.

Janko to zbožňuje. Niet nad taký *uhrančený* chlieb, jemne potretý cesnakom. Ale ani palacinky či *řízek* nie sú na zahodenie. Tie mu niekedy dopraje kuchárka Mária, ale keď on býva stále hladný. Vie, že keď bude šikovný, dá sa to zvládnuť. Upratovačka Alenka mu dá svoj keks, potom možno aj banán, ktorý si pôvodne doniesla na desiatu, možno aj jablko. A od druhej upratovačky Táne si bude pýtať kávu... Niežeby tu mal Janko malé porcie, ale... no, neskús to, keď vieš, že ti dajú... Následne ešte vymení s Erikom svojho plyšiaka za jeho a svojho si nechá. Bude mať dvoch... teda, až do momentu, kým si to nevšimne opatrovatelka Mária a nevyhreší ho. Ale inak by to bol fenomenálny úspech... aspoňže idú Vianoce. Halloween v Domčeku bol parádny. So všetkým, čo k tomu patrí – vrátane diskotéky v strašidelných maskách a vyrezávania tekvic. Na príchod Mikuláša sa Janko vždy teší, dokáže uhádnuť aj to, kto zaňho príde prezlečený. Keď sa ho opýtajú, či má rád Vianoce, povie so svojším potmehúdsnym úsmevom len: „Nooooo...“ Aj tento rok bude čakať na svoj „balíčisko“ pod stromčekom. Vie, že

dostane všetko, čo si želal. Alebo aspoň skoro všetko... Janko dá(va) do toho všetko...

#### Namiesto záveru:

Tento zápis, v uvedenej písomnej podobe, je fikciou. Jednoducho preto, lebo náš Janko nevie písať a čítať, a preto by to nikdy nedokázal takto „dať na papier“. Ale napriek tomu, my v DSS „Náš dom“ veríme, že ak by Janko písať mohol a vedel, vyzeralo by to možno takto nejako podobne... a v uvedenom slova zmysle tieto slová majú ambíciu byť ilúziou či skôr pokusom o zachytenie „optiky“ toho, ako jeden z našich klientov prežíva každodenné radosti a strasti svojho života v Domčeku, a to formou „pars pro toto“ a „per exemplum.“ A keďže veríme, že jeho život je vcelku fajn, áno, tento text je vhodný aj pre maloletých a citlivé povahy.



## Edukačno-rehabilitačné centrum



Asociácia zväzov zdravotne postihnutých v Trenčíne je občianskym združením právnických osôb, ktoré vzniklo v roku 1999. Členmi AZZP sú tieto občianske združenia: Slovenský zväz telesne postihnutých – Okresné centrum v Trenčíne (SZTP – OC), Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím (ZPMP), Centrum nepočujúcich ANEPS Trenčín, Základná organizácia nedoslýchavých v Trenčíne.

Tieto združenia sú vlastníčkami budovy Edukačno-rehabilitačného centra, v ktorých poskytujeme sociálne služby a prevádzkujeme chránenú dielňu na poskytovanie relaxačných a wellness služieb.

Sociálnu službu v Domove sociálnych služieb poskytujeme 22 rokov ambulatnou formou. V súčasnosti pre 34 klientov s kombinovaným zdravotným znevýhodnením. Pri poskytovaní sociálnej služby je pre nás dôležitý individuálny a rešpektujúci prístup. Všetci klienti majú vypracovaný individuálny plán. Je pre nás dôležité, aby nešlo iba o splnenie zákonnej povinnosti, ale aby to bol dokument klienta, ktorý mu pomáha v ceste za nezávislým životom. Klienti sa venujú aktivitám, ktoré im dávajú zmysel, v ktorých sa chcú

zlepšiť, alebo ich smerujú k naplneniu svojho – niekedy aj životného sna. Pre nás – odborných zamestnancov – je to rovnako cesta, ktorá najmä v začiatkoch vyžadovala zmenu v našich postojoch a v uvedomení si, že v centre sociálnej služby má byť klient, jeho potreby, ciele a očakávania od sociálnej služby. Stále sa utvrdzujeme, že je dôležité pozeráť sa na klientov nie cez diagnózy a obmedzenia, ale cez ich silné stránky, výnimočnosti, dary a talenty, a že aj ľudia so zdravotným znevýhodnením majú právo na primerané riziko a vlastné chyby. Učíme sa, zmeniť seba“ v role odborníka a nechať „vyrásť“ klienta, podporiť ho v rozhodovaní a v žití jeho sociálnych rol. Rovnako ako klienti, aj my zamestnanci sa tešíme z ich úspechov a pokrokov, napr. pri varení, samostatnom cestovaní autobusom, z bezpečného zvládnutia cesty do obľúbenej kaviarne, v napredovaní v záhradkárskych zručnostiach, vo vyrezávaní z dreva. Je príjemné byť súčasťou toho, keď naši klienti po dlhodobých návzkoch zručností dostanú možnosť zamestnať sa.

Realizovanie skupinových aktivít vnímame ako príležitosť objaviť počas nich záujem klienta o nejakú oblasť, jeho talent, alebo možnosť byť užitočným aj mimo poskytovania



téma



téma



sociálnej služby, vo svojej prirodzenej komunite. Klientov povzbudzujeme, aby sa nebáli prichádzať s nápadmi, akým aktivitám by sa chceli venovať počas poskytovania služby, čo je pre nich dôležité, zaujímavé, obohacujúce.

Dnes už vieme, že na vzdelávanie nie je ohraničený vek. Preto pri poskytovaní sociálnej služby realizujeme aj vzdelávacie workshopy. Práve neformálne vzdelávanie je prienikom viacerých odborných činností. Tento rok sme s lektorom Patrikom Kindlom absolvovali vzdelávací workshop zameraný na finančnú gramotnosť. Na vzdelávacom workshope v ekologickom inštitúte Veronica v Hostetíne sa klienti učili celý proces muštovania od očistenia a výberu jablák až po nalievanie nápoja do nádob. Rovnako informácie z workshopu priamo na včelnici, v lese, so známou lektorkou, „včelárovou ženou“, boli veľmi praktické a zapamätateľné, keďže sme sa učili naozaj všetkými zmyslami. Realizovali sme aj veľmi pekný projekt „Poviem ti, kto tu býva“ zameraný na spoznávanie zaujímavých prírodných území a jeho zvieracích obyvateľov, ktorý pre nás odborne pripravili vedci Patrícia Krausová a Tomáš Olšovský. Po absolvovaní kurzu integrovaného spoločenského tanca s tanečnou školou BIBS a jeho pompéznym záverom na Bále Mendosino v hoteli Crowne Plaza Bratislava sa nám tanec zapáčil natoľko, že v súčasnosti otvárame pokračovanie tanečného kurzu. Klienti absolvovali aj kurz prvej pomoci, vyskúšali si používanie defibrilátora

a dostali informácie o poskytnutí prvej pomoci pri najčastejších život ohrožujúcich situáciách. Máme veľké šťastie na dobrých lektorov, ktorí vedia prispôbiť vzdelávacie aktivity aj pre osoby so zdravotným znevýhodnením. Tešíme sa, že po dlhšej prestávke sme opäť obnovili činnosť divadelného klubu ARCO, ktorý sme založili spolu s DSS Adamovské Kochanovce. Arco v preklade znamená brána a my sme chceli prostredníctvom divadla vytvoriť bránu do sveta bežných ľudí. Prinášať im radosť, zamyslenie a odkrývať im „náš svet“. Divadlo je výborný inkluzívny nástroj, dokáže spojiť bežných ľudí so zdravotným znevýhodnením, vie využiť inakosť, zapojiť osoby s rôznorodými talentmi, uplatniť spontánnosť a schopnosť improvizácie. Medzi naše najväčšie úspechy určite patrí, že sme s predstavením „Vianočná utópia“, robili predskokana hercovi Jaroslavovi Dušekovi s divadelnou hrou „Štyri dohody“ v piešťanskom Dome umenia. Bol to príjemný pocit ocenenia, keď sme dostali standing ovation od takého početného publika.

V súčasnosti realizujeme projekt Divadelná dielňa DRAVEC pod odborným vedením o. z. STOPY SNOV a pripravujeme sa na malé divadelné predstavenie určené predovšetkým pre komunitné publikum v Trenčíne a okolitých mestách. Vnímame ako veľmi prínosné, keď možno čo najviac aktivít presunúť mimo priestorov sociálnej služby – do bežného prostredia. Máme vytvorenú spoluprácu s Centrom voľného

času, kde klienti sprevádzaní našimi odbornými zamestnancami dochádzajú na výtvarný aj športový krúžok. Využívame aj možnosť chodiť na výtvarný ateliér v Galérii M. A. Bazovského v Trenčíne. Navštevujeme verejné kultúrne podujatia, výstavy a besedy. Radi si posedíme pri dobrej káve a koláčiku v kaviarni. Našimi aktivitami v komunite učíme bežných ľudí ako reagovať na rôzne prejavy ľudí so špeciálnymi potrebami, scitlivujeme ich postoje a učíme ich nebáť sa inakosti. Musím povedať, že sa nám väčšinou dostane partnerské prijatie a prejavy láskavosti.

V minulom roku sme boli pozvaní na zaujímavú diskusiu so zástupcom primátora mesta Trenčín Patrikom Žákom, ktorý nás príjemne prekvapil pripravenou prezentáciou v ľahko čitateľnom texte, zodpovedal naše otázky o prístupnosti mesta pre osoby so zdravotným znevýhodnením, o doprave, kultúre a pracovných príležitostiach.

V začleňovaní do bežného života sú nám veľmi nápomocní aj dobrovoľníci. Každý týždeň majú spolu s našimi klientmi voľnočasový klub, kde hrajú rôzne spoločenské hry – bingo, inkognito, rozprávajú sa o aktuálnych témach. Dobrovoľníčka Patrícia sprevádza nášho klienta vo výtvarnej tvorbe, ukazuje mu nové techniky a postupy.

V rámci projektu Živých kníh sa stretávame osobne alebo v online priestore s ľuďmi so zaujímavým povoláním alebo životným príbehom. Pozorne sme počúvali rozprávanie



Františka Marettu, ktorý v prostredí sociálnych sietí tvorí poučné videá z pohľadu človeka pohybujúceho sa pomocou invalidného vozíka. Príjemný a užitočný čas sme strávili s redaktorom Ondrejom Rosíkom a moderátorom a komikom Bekimom. Naposledy nás navštívil Emmilien Besson a rozprával nám, ako sa po ťažkom úraze rozhodol založiť farmu na chov oviec aj o živote vo Francúzsku. Všetci nás povzbudili, že aj napriek zdravotnému znevýhodneniu sa dá s adekvátnou podporou žiť zmysluplný život.

Sme hrdí na našich klientov, že už viac ako rok majú stabilnú skupinu sebaobhajcov, ktorá sa stretáva pravidelne každý týždeň. Sebaobhajci sa učia spoznávať, pomenovať a obhájiť svoje práva a povinnosti. Facilitátorkou skupiny je aj ochotná študentka – dobrovoľníčka Patrícia.

Sociálnu službu poskytujeme aj klientom, ktorí potrebujú vysokú mieru podpory. Aj pre nich plánujeme sociálnu službu individuálne, v súlade s ich potrebami. Snažíme sa, aby sa čo najviac zúčastňovali na všetkých bežných aktivitách. Využívame bazálnu stimuláciu, rôzne podporné terapie – arteterapiu, felinoterapiu, canisterapiu. Zriadili sme snoezelen kútik, poskytujeme im senzo-motorické cvičenia.

Od 01. 01. 2022 poskytujeme aj podpornú sociálnu službu Podpora samostatného bývania. Každý deň poskytovania tejto sociálnej služby nám potvrdzuje jej význam, flexibilitu a adresnosť. Našimi klientmi sú osoby s kombinovaným zdravotným znevýhodnením a so skúsenosťou s duševným ochorením. Sociálna služba je poskytovaná v ich prirodzenom prostredí, kde nás nelimituje prevádzka inštitúcie. Klientov podporujeme a sprevádzame vo všetkých oblastiach života súvisiacich s bývaním, v ktorých sa cítia zraniteľní z dôvodu zdravotného znevýhodnenia alebo duševného ochorenia.

Nedá mi nespomenúť, že pri poskytovaní kvalitných sociálnych služieb nie sú najdôležitejšie nové technológie a vybavené miestnosti, ale naši zamestnanci, ktorí svoju prácu vykonávajú s ľudskosťou, odhodlaním a kompetentnosťou. V snahe o budovanie kvalitných sociálnych služieb venujeme pozornosť aj budovaniu pracovného prostredia apelujúceho na odbornosť, vzájomnú úctu, toleranciu a slušnosť. Dovolím si povedať, že sa nám to darí vďaka vzdelávaniu zameranému na tímovú spoluprácu, pravidelnej supervízii, ale aj vďaka neformálnym spoločným aktivitám.

**Mária Vasková**, riaditeľka AZPP v Trenčíne



## Centrum sociálnych služieb prof. Karola Matulaya

Obzretie za uplynulým rokom 2024, ako aj za dlhším obdobím, ktoré sme zažili v našom Centre sociálnych služieb prof. Karola Matulaya, mi s odstupom času pomohlo zhodnotiť našu prácu a prichystalo mi tiež zopár zamyslení a zastavení. Niekedy sa zdá, tak ako čas plynie, že týždne sú rovnaké, sivé, ponášajú sa na seba, ale pri podrobnejšom pohľade sa v každodennej mozaike nájdú farebné kamienky. Pena dní dokáže byť aj pestrá.

V texte pre časopis *Informácie ZPMP v SR* prinášam niekoľko okruhov tém a zmieňujem aktivity, ktorým sa venujeme a usilujeme sa aj prostredníctvom nich skvalitniť život našich klientov. Aj napriek nie vždy priaznivým okolnostiam sa snažíme priniesť klientom nášho centra zmysluplnú náplň pre každý deň a budovať pre nich dôstojné miesto na život – a to už vyše štyri dekády. Myslím, že práve teraz a dnes je čas pre silný akcent na sociálne služby a na ich rozvoj smerom ku komunitnej a inkluzívnej podobe.

### PORADENSTVO

Ako prvé spomeniem naše Regionálne diagnosticko-poradenské centrum, ktoré poskytuje deťom aj dospelým občanom komplexnú celoživotnú starostlivosť tak, aby sa zlepšila kvalita ich života a poskytla sa im možnosť čo najlepšie sa integrovať do spoločnosti. Služby RCA sa poskytujú nielen rodinám, jednotlivcom, skupinkám, ale aj inštitúciám, ktorým sa zabezpečí lektorská činnosť, odborné sťažé, konzultácie a poradenské terénne služby a školenia. RCA dávam do pozornosti práve pre zvýšený dopyt po tejto službe za ostatný čas. Máme klientov, ktorí už dávno vyrástli, a nie-

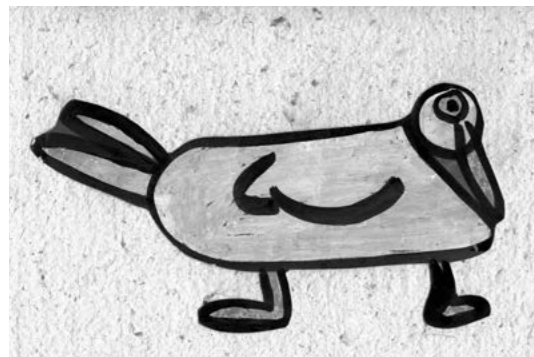
ktorí sú dokonca na strednej či vysokej škole. RCA využíva tímovú spoluprácu interných zamestnancov CSSpKM (špecializovaní odborníci z úseku diagnostiky a autizmu, úseku zdravotnej starostlivosti, sociálni pracovníci) a externých spolupracovníkov (napr. neurológ, pedopsychiater, psychiater, rehabilitačný lekár, prípadne iný odborník podľa potreby). Kolegyne Mgr. Hollá a Mgr. Bárdošová majú kalendár nabitý termínmi.

Kvalitu sociálnej služby poskytujeme v medziach istých možností a externých okolností, no nie všetko je iba o peniazoch. Pozrieme sa na niektoré naše terapeutické aktivity cez prizmu umenia a kreativity, ktoré sú mi osobne najbližšie a ktorým sa ako liečebný pedagóg primárne venujem.

### ARTETERAPIA

Už vyše 15 rokov pripravujeme výstavy diel našich klientov. **Výstava zOBRAZení** vznikla už v roku 2022 (pri príležitosti 40. výročia vzniku Centra sociálnych služieb prof. Karola Matulaya) a voľne tak nadviazala na našu dlhoročnú pravidelnú výstavu s názvom *Geniálny Amedeo* (podľa maliara Amedea Modiglianiho), ktorej posledný, 11. ročník, prebehol v roku 2020 v kaviarni Scherz na Palisádach. V roku 2021, ktorý zhltna koróna, bola pauza.

Prvý ročník zOBRAZení prebehol vo výstavnej sieni v Primaciálnom paláci v Justiho sieni a druhý ročník sa konal v Kostolíku/Kaviarni sv. Víta v Rusovciach. Tento rok na jar 2024 sme pripravili už jej tretie pokračovanie a po rokoch opäť v spolupráci so staromestskou kaviarňou Scherz,



ktorá sídli v Evanjelickom dome starostlivosti. Kurátor zo združenia OZ Artem a náš dlhoročný spolupracovník Ľuboslav Moza (rozhovor s ním vyšiel v časopise *Informácie ZPMP 3 – 4/2019*), ju počas otvorenia prvého ročníka výstavy v podstate zadefinoval a uviedol: „*Obdivujem, čo v umení dokáže človek. Čo vie namaľovať tvorca. Umeni tejto výstavy sú rôznych vekových kategórií a zároveň iného vnútorného sveta, ktorý tlmočia osobito a s veľkou dávkou emócie. Maľujú spontánne, zdanlivo s malým záujmom o výsledok, ale tá vnútorná sila, ktorá z každého obrazu žiari je očarujúca. Hovorí za všetko. Toto umenie, jeho originálny prejav nazvali odborníci v prvej polovici 20. storočia art brut. A prvé výstavy, prvé galérie vznikali vo Švajčiarsku. Artbrutové obrazy v renomovaných galériách na celom svete sa predávajú za milióny. A ich cena rastie. Na výstave sa stretnete s jednou kolekciami. Viem, že vás zaujme.*“

V tomto duchu sa naše výstavy realizujú už roky. Kolekcia vystavených diel tak už stabilne predstavuje širší výber z tvorby klientov Centra sociálnych služieb prof. Karola Matulaya. Cena každého obrazu je pre nás vysoká, pretože vieme, čo za ňou skrýva a nespočíva len vo výslednej kresbe, alebo maľbe, ale jej pridanú hodnotu vnímame aj cez samotný proces tvorby. Náš terapeutický prístup ku klientom spočíva, okrem iného, v kreatívnej práci a vzájomnej interakcii. Klienta berieme ako partnera, s ktorým komunikujeme na primeranej úrovni. Aj pri maľovaní. Rovnako sa snažíme aj o povzbudenie klientov k spontánnejšiemu prejavu, k podpore rozvoja ich fantázie a posilňovania ich sebahodnoty, a to aj prostredníctvom výtvarných činností.

### Výtvarné spektrum

Tento rok sme sa už po štvrtý raz zúčastnili aj na súťaži Výtvarné spektrum. Je to celoštátna postupová súťaž neprofesionálnej výtvarnej tvorby, ktorá poskytuje amatérskym

výtvarníkom priestor na prezentáciu a vzájomnú konfrontáciu výsledkov vlastnej tvorby. Výtvarné spektrum ako vrcholné podujatie svojho druhu na Slovensku podporuje rozvoj neprofesionálnej výtvarnej tvorby v celej jej žánrovej rozmanitosti – v kresbe, grafike, maľbe, plastike, úžitkovej tvorbe, ale neobchádza ani práce intermediálneho charakteru. Tento rok sme tam opäť prihlásili diela našich dvoch klientov v kategórii Inšitná tvorba a opäť sa nám podaril postup.

### MEDZINÁRODNÁ SPOLUPRÁCA

Rok 2024 bol u nás aj rokom intenzívnejšej zahraničnej spolupráce. Pokračovali sme v spolupráci s brnianskym ateliérom KreAt a nadviazali užší kontakt s Galériou ART BRUT Praha. Oboch kurátorov zo spomínaných inštitúcií sme privítali aj u nás v ateliéri.

Tonda Krejčíř z brnianskeho ateliéru KreAt (odporúčam navštíviť ich weby <https://www.kreatbrno.art/>, <https://www.artbrutbrno.art/>), s ktorým spolupracujeme už niekoľko rokov, si našiel čas osobne pozrieť výsledky našej tvorby. Vďaka dlhodobej spolupráci máme na konte už niekoľko spoločných výstupov vrátane výstav a konferencií. Jedným z významnejších výstupov bola aj výstava „ART BRUT v krajinách V4“, ktorá na jeseň minulého roka zmapovala tento fenomén na Slovensku, v Česku, v Poľsku a v Maďarsku. V týchto jednotlivých krajinách organizátor projektu Krejčíř, riaditeľ Kunštát PRO FUTURO, o. p. s., oslovil odborníkov z radov teoretikov, výtvarníkov či terapeutov, ktorí sa ľuďom s neškoleným prejavom venujú, s cieľom vytvoriť reprezentatívny výber diel. Za Slovensko ho zo súkromných

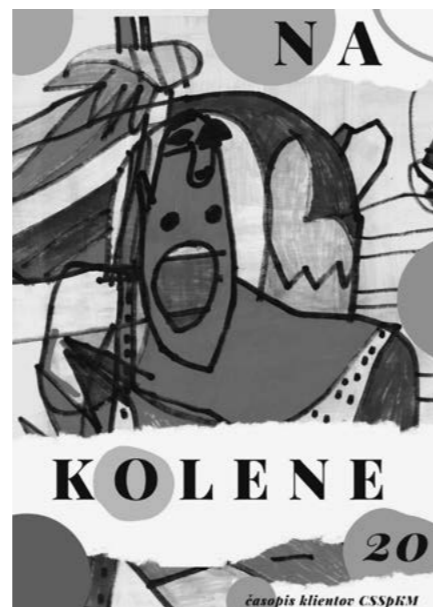




téma

archívov, OZ Krídla a Centra sociálnych služieb prof. Karola Matulaya pripravili výtvarníci Vladimír Kordoš a Dušan Nágel. Okrem autorských prác vybraná kolekcia po prvý raz predstavila aj metodiku práce s neškolenými autormi. Výstava sa konala v priestoroch Galérie Slovenského rozhlasu.

Spolupráca so združením KreAt tento rok okrem iného priniesla aj výstup v podobe nášho príspevku v odbornom zborníku z konferencie ART BRUT BRNO 2023, ktorého vydanie zastrešila Masarykova univerzita. Z univerzitnej stránky citujem: „Sborník ART BRUT BRNO 2023 prezentuje súčasťou výtvarnou tvorbu ľudí s mentálnym postihom a osob s psychickým hendikepom v Českej republike a na Slovensku. Ukazuje rôzne prístupy v oblasti umění art brut a metodiky výtvarné výchovy u jedinců s hendikepom. Každá kapitola nabízí jedinečný pohled prostřednictvím témat, jako jsou workshopy, specifické přístupy výtvarníků z ateliérů, sběratelství, reflexe z aktuálních výstav, reporty z konferencí a mnoho dalších. Tato publikace je hlavním výstupem z konference Art brut Brno 2023, ale rovněž zahrnuje odborné texty od významných teoretiků a reflexe od lektorů, kteří se zajímají o inkluzivní umělecké projevy. Sborník přináší současné pohledy natvůrcí procesy výtvarné tvorby u lidí



s hendikepom a poskytuje vhlad do jejich osobitých světů.“ Kurátor Jaromír Typlt z Galérie Art Brut Praha, už dva roky intenzívne organizujúcej výstavy, prejavil záujem aj o spoločný projekt, ktorý je akurát v riešení.

V stovežatej Prahe sme sa túto jeseň zúčastnili na výstave „Každý může být umělcem“, ktorá sa konala 20.09 – 09.10 2024 v Museu Kampa na Malej Strane. Z informácií o múzeu vyberám z ich webu: „Museum Kampa je galerie moderního středoevropského umění spravované nadací Jana a Medy Mládkových. Muzeum sídlí v budově někdejších Sovových mlýnů na vltavském břehu ostrova Kampa na pražské Malé Straně.“

Výstavu organizoval DSS Sulická a charakterizuje ju takto: „Každý může být umělcem je celorepubliková výtvarná soutěž, kterou pořádá pražský Domov Sulická pro osoby s mentálním postižením s cílem zviditelnit jejich umění.“ V súťaži sme mali zastúpený jeden obraz od Maroša Nawalného, ktorý sa vydražil a predal a sumu získal priamo Maroš na svoj ďalší umelecký rozvoj. Obrazy všetkých zúčastnených bolo možné zhladať na prelome septembra a októbra v priestoroch múzea.



téma



### AKCIE V NAŠEJ RÉŽII

Popri rozvíjaní a udržiavaní spolupráce s inými sa dlhodobo usilujeme aj o organizáciu výtvarných akcií vo vlastnej réžii. Akciu Raňajky s arte som už na stránkach tohto časopisu spomínal.

### Umenie sa stretáva s umením/Art meets art

V prostredí nášho centra sa snažíme o prepojenie umeleckého so sociálnym, výtvarného s terapeutickým. V minulosti sme organizovali seminár pod názvom Raňajky s arte, ktorého snahou bolo zosieťovať a k sebe priblížiť ľudí, čo majú o toto spájanie taktiež záujem. Počas troch ročníkov sa na ňom zúčastnili arteterapeuti, pedagógovia, doktori, výtvarníci, historici umenia, muzikoterapeuti.

Po dlhšej odmlke, spôsobenej pandémiou a inými faktormi, sme sa rozhodli v podobných stretnutiach pokračovať. V našom centre prebehli v niekoľkých etapách spoločné stretnutia dvoch výtvarných umelkýň – Silvie Petrovej a Victorie Jarošovej – s našimi klientmi. Vznikli vzájomné umelecké prieniky, spočiatku nesmelé verbálne oŕukávania, opatrné ohmatávania priestoru a následné výtvarné konfrontácie – nie však v negatívnej kooptácii, ale v zmysle obojstranného prezentovania svojej tvorivosti. Dotyky, spojenia, obrazy, zobrazenia... Bubliny iných svetov, ktoré sa prelínajú alebo do seba len tak ťuknú. Obrazy od ozajstných umelkýň pretvorené našimi umelcami – klientmi. Umenie sa stretlo s umením. Umenie nastoľuje otázky.

Ako sa dívame na svet, čo si z neho berieme, čo mu odovzdávame, ako ho vlastne chápeme? Išlo o moment stretnutia podporený umeleckým zážitkom. Každý človek má svoj unikátny pohľad na svet a práve tu sa viaceré pohľady prelínali. Pri príprave stretnutí sme vychádzali z predpokladu vzájomného obohatenia, interakcie a spoločného zážitku. Všetko v priestore plnom farieb, kníh a hudby. Myslím, že sa to podarilo uskutočniť a naplniť. Ako tému sme zvolili interpretácie obrazov, ktorých autorkami boli práve dve dámy, výtvarníčky, naše hostky. Klienti nášho centra tak mali možnosť vyskúšať si tvorbu v priamom kontakte s autormi obrazov. Pri tvorbe sa porozprávali, vzájomne sa trochu spoznali, dámy mohli okúsiť ich spontánnosť a nestrojenosť.

Dve ženy, dámy, umelkyne, sa podujali na stretnutie s našimi klientmi, aby sa vzájomne, jemnocitne (prirodzene, citlivosť

### KOMUNITNÁ SPOLUPRÁCA

Nevynechali sme ani komunitnú spoluprácu a už tradične sme prispeli k výtvarnej zložke festivalu Spomienka na Deža. Koncom leta sa konal siedmy ročník festivalu venovanému slovenskému hudobníkovi, dramaturgovi, umelcovi a Dúbravčanovi Dežovi Ursinymu. Festival je situovaný v parku na Fedákovej ulici v bratislavskej Dúbravke, na mieste kde umelec tvoril, hral, písal a v roku 1995 aj zomrel. Dovolím si odcitovať referenciu zo sociálnej siete organizátorov: „S Centrom sociálnych služieb prof. Karola Matulaya spolupracuje festival od prvého ročníka. Tento rok pripravili klienti špeciálnu výstavu diel pod názvom Vtáky – najkrídlatejšie z tvorov, pod vedením liečebného pedagóga Michala Kraloviča. Aj vďaka pozitívnemu nastaveniu k spolupráci od riaditeľky centra Jany Čajágieovej sa festivalu darí prepájať komunity s našimi znevýhodnenými priateľmi. Ďakujeme za spoluprácu. Ďakujeme Nadácii ZSE za grant Rozprúdime regióny, ktorý podporil klientov a tvorbu ateliéru v centre“.



téma

je u žien silnejšou stránkou) oboznámili s tvorbou nášho ateliéru, nazreli do jeho vnútra i na spôsob našej práce a prišli na ochutnávku niečo zo svojho umeleckého sveta. Našli odvahu – i keď o odvahu tu až tak veľmi nejde – skôr o empatiu a prekročenie prahu vlastného komfortu. Naši klienti boli určite veľmi potešení, vždy majú zážitok zo stretnutia s novými ľuďmi.

Obe výtvarníčky predstavili niečo zo svojej tvorby, naši umelci sa pokúsili čosi z toho zachytiť na papier. Skúsili pretransformovať ich obrazy cez svoj vnem, cez prizmu svojho sveta. A tým sa mohli aspoň trochu nadýchnuť iného umeleckého vzduchu. Teda, bol to vlastne vzduch s malým „v“, alebo závan tvorivého ducha s veľkým „D“? Obom dámam patrí za túto možnosť veľká vďaka.

Silvia Petrová sa v súčasnosti venuje prevažne figurálnej tvorbe s akcentom na dynamiku výtvarného prejavu v priamo mystickom priestore, čím dosahuje kontrast so silným emotívnym vzťahom ku koloritu svojich prác. Ako výtvarníčka sa dopracovala k svojráznemu a zároveň profesionálnemu výtvarnému prejavu. (Ján Feranec)

Victoria Jarošová sa narodila v roku 2003 v Bratislave, študuje odevný dizajn a venuje sa experimentálnej maľbe. Jej pseudonym Mellifera vychádza z latinského pomenovania včely medonosnej.

Stretnutie sprostredkovalo združenie Artem v spolupráci s Centrom sociálnych služieb profesora Karola Matulaya. V nadväznosti na tieto výtvarné stretnutia sme onedlho na to pripravili seminár/aktivitu s názvom **Raňajky v tráve (Raňajky s arte)**.

Stretnutie odborníkov **Raňajky v tráve** malo premiéru priamo v našom ateliéri. Bola to akcia voľne nadväzujúca na stretnutia ľudí, ktorí sa venujú aktivitám – najmä výtvarným a terapeutickým – s ľuďmi s mentálnym či fyzickým hendikepom.

Tentoraz išlo o stretnutie našich klientov s prof. PaedDr. Jaroslavou Šickovou-Fabriciovou, akad. soch. PhD., arteterapeutkou a akademickou sochárkou, spoločne s jej študentkami arteterapie, ktoré aktuálne absolvujú vzdelávanie v Inštitúte pre vzdelávanie v arteterapii pri OZ Terra terapeutica.



Jaroslava Šicková v roku 1975 absolvovala štúdium monumentálneho sochárstva v Bratislave, do roku 1984 pôsobila ako výtvarníčka v slobodnom povolání. Od roku 1984 sa venuje arteterapii, od roku 1991 pôsobila na Katedre liečebnej pedagogiky Pedagogickej fakulty Univerzity J. A. Komenského v Bratislave.

Sláva Šicková v roku 1984 nastúpila do vtedajšieho ústavu na Lipského ulici a mala tak na jednej strane možnosť zažiť blízkosť ľudí s mentálnym postihnutím, a na strane druhej hľadať spôsoby výtvarnej spolupráce, ktorými by ich oslovila. Kruh, ktorý sa ešte neuzavrel, alebo oblúk, ktorý premoštuje. Aj tak by bolo možné metaforicky priblížiť návštevu akademickej sochárky Jaroslavy Šickovej v našom Centre sociálnych služieb prof. Karola Matulaya. Späť sa tak premietlo obdobie pred takmer štyroch dekád, keď v roku 1984 začala pôsobiť na základe pozvania vtedajšieho riaditeľa Slavoj Krúpu v našom zariadení.



téma



V tom čase popri základnej starostlivosti o klientov pomáhala vytvárať podmienky aj pre ich umelecký rozvoj. Intenzívne u nás pôsobila rok, neskôr však ešte kontinuálne spolupracovala počas občasných návštev. Možno, že niekedy v tom čase sa u nej zrodila idea rozvoja arteterapie a vnímanie umenia ako nástroja na zlepšenie psychického a fyzického stavu človeka. Tento prístup k umeniu neskôr zadefinovala ako „L'art pour la santé“, teda umenie s liečivým potenciálom. Po takmer 40 rokoch od prvotného kontaktu prišla k nám aj so svojimi aktuálnymi študentkami arteterapeutického kurzu v Inštitúte pre vzdelávanie v arteterapii pri OZ Terra terapeutica na stretnutie Raňajky v tráve.

Stretnutie malo pôvodne prebiehať vonku v záhradnom altánku, nakoniec sme ho vzhľadom na dážď situovali do priestoru ateliéru. Po rozhovoroch, pohostení a káve sme stôl s občerstvením zmenili na stôl pracovný. Dve hrudy keramickej hliny sme predložili pred účastníkov s krátkou inštrukciou a „umelecké hody“ sa mohli začať. K práci sme prizvali aj niekoľkých klientov. Spoločnou prácou z keramickej hliny vznikli dva kruhy (mandaly) pripomínajúce slnko, pričom jednotlivé časti vytváral každý zo zúčastnených sám, alebo s niečou pomocou, a potom sme ich vyskladali do celku. Participácia našich klientov v tom tvorivom procese bola dôležitá, pretože nám išlo aj o spoločný zážitok tvorby študentiek a ich, aj našich umelcov.

Pod gesciou Slávy Šickovej tak vznikli tak dve diela, mozaiky obrazcov, ktoré zachytili okamihy. Okamihy večnosti. Prepojením práce a tvorby rúk ľudí intaktných a ľudí s hendikepom sa prejavila a pretavila aj, povedal by som, sila slabosti, teda niečo, čo aj tým slabším, zraniteľnejším, umožňuje participovať na spoločnom diele a byť súčasťou celku.

#### ART-AKTivita s Bellom

Ďalším umelcom, ktorý prijal naše pozvanie, bol slovenský výtvarník Jaroslav Beliš nazývaný Bello. Narodil v r. 1956 v Kapušanoch pri Prešove. Vyštudoval Školu umeleckého priemyslu v Košiciach. Viedol keramicke dielňu v Bratislave. V súčasnosti sa venuje predovšetkým sklokolážam, ktoré zhotovuje v kombinácii s reprodukciami obrazov svetových maliarov, alebo nimi tvorí umelecké hodiny, či iné objekty skrášľujúce priestor, a taktiež aj site specific inštaláciám a land artu.

Pán Bello kedysi pôsobil aj v našom centre ako výtvarník v keramickej dielni. Tentoraz sa podujal na voľnú tvorbu, v ktorej vychádzal z momentu náhody a pominuteľnosti. Na chodníku pred naším vchodom porozlieval vodu z krhly, ktorá sa rozprskla do rozmanitých tvarov a ich obrysy sme mali zachytiť, kým sa voda nevyparí. Obkresľovali sme hlinkou, kusom hliny rozdrobeným vo vedre vody. Nakoniec sme tvary ešte obtiahli zmesou vajčkových žltkov, ktoré



téma

sme pridali do vedra s hlinkou, aby boli trvácnejšie, tak ako sa kedysi používali pri tvorbe fresiek. Vodu vysušilo slnko, obrisy tvarov ostali zachované ako memento na spoločnú radostnú výtvarnú prácu.

V podobných arteaktivitách plánujeme pokračovať aj v budúcnosti, pretože pozitívne vnímame ich potenciál vzájomného obohatenia a zážitku aj pre výtvarníkov aj pre našich klientov.

### BIBLIOTERAPIA

Redakčná rada pod vedením kolegyne Alžbety Tulisovej vydala tento rok (v spolupráci s ateliérom) už 20. číslo časopisu NA KOLENE. Redakčná rada sa rozrástla a z tvorby časopisu sa stala vyhľadávaná aktivita. Náš časopis – samizdat, vychádza v periodicite zhruba 2 – 3x za rok a zameriava sa takmer výhradne na autorskú tvorbu našich klientov. Na svojich stránkach prináša ich pohľady na okolitý svet. Ich výtvarné schopnosti sa tu spájajú s im vlastnými expresívnymi výrazmi a spontánnosťou, ktorú sa snažíme zachovávať. Snažíme sa zachytiť ich myšlienkové pochody, aktuálne emócie a celé to pretaviť do formy písaného textu. Vyslovené slová majú svoju hodnotu, no to, čo je napísané, zaväži viac. Na druhej strane, neberieme to však až tak veľmi vážne. Časopis sa snaží o sviežosť, insitnú hravosť, nezávislosť a nemala by v ňom fungovať autocenzúra.

### DRAMATOTERAPIA

Záverom spomeniem ešte dramatoterapeutické presahy nášho kolegu Erika Forgáča, ktorý sa dlhodobo venuje divadelnému súboru aj v našom centre a s niektorými klientmi pracuje aj v divadelnom súbore Dúhadlo. Forgáč už 17 rokov spoluviedie súbor Divadlo Dúhadlo, ktorý ponúka deťom a mladým ľuďom prevažne s Downovým syndrómom (prípadne aj s iným intelektuálnym alebo mentálnym znevýhodnením) a ich súrodencom a kamarátom možnosť zážitkovou formou dramatickej výchovy a dramaterapie budovať a zdokonaľovať svoje zručnosti, osobnostne aj umelecky sa rozvíjať a zároveň prispieva k integrácii a inklúzii. Aktuálne pripravujú novú hru, divadlo poézie.

Nedávno sa s Dúhadlom predstavili aj na župnom festivale dramatickej tvorivosti v podaní ľudí so zdravotným postihnutím, ktorého organizátorom bol Bratislavský samosprávny kraj (BSK). Hlavnými hrdinami – hercami boli ľudia so zdravotným postihnutím, najmä prijímatelia sociálnej služby zo župných zariadení sociálnych služieb. Svoj priestor



farby života



## ZPMP Nádej v Poprade

podujatiu poskytlo Nové župné divadlo štúdio A2 patriace pod Divadlo Astorka Korzo 90. Patrónom projektu sa stal slovenský herec Miro Noga.

*„Máme 14 zariadení sociálnych služieb, v ktorých sa klienti okrem iného venujú aj divadelnej tvorbe. Povedali sme si – poďme pre nich niečo urobiť, poďme ich podporiť. Preto vznikol tento krásny projekt, v ktorom sa mohli odprezentovať práve ľudia so zdravotným postihnutím v reálnom divadelnom priestore, čo bol pre nich neskutočný zážitok. Verím, že sme naštartovali novú tradíciu, v ktorej budeme na budúci rok pokračovať. Zároveň sme chceli vyzdvihnúť aj prácu zamestnancov týchto zariadení,“* uviedol predseda BSK Juraj Droba.

Záverom snáď iba toľko, že umelecké prejavy môžu pomôcť prekonávať ťažké situácie nielen intaktnej populácii, ale aj ľuďom s postihnutím. Sprostredkujeme im túto možnosť.

**Mgr. Art. Michal Kralovič**, liečebný pedagóg/terapeut, Centrum sociálnych služieb prof. Karola Matulaya





farby života

# DEDES0 Hnúšťa



farby života





farby života

# Edukačno- -rehabilitačné centrum Trenčín

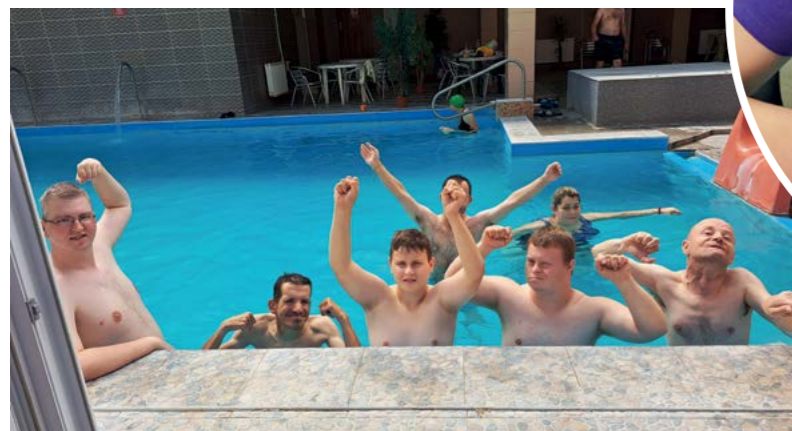


farby života



farby života

# Centrum Frézia Partizánske



farby života



farby života



**Centrum Frézia  
Partizánske**



téma

## U nás vo Frézii

Chvilé výnimočné a veľké, ale aj tie úplne obyčajné a všedné. Tak si tu spolu v Centre Frézia deň po dni už takmer dvadsať rokov nažívame. Rástli sme, dospievali, dozrievali a krok po kroku sa stávali samostatnejšími. Na pár hodín počas dňa sme spolu v našom „freziáckom svete“, kde sa spolu učíme žiť ten najobyčajnejší, ale čo najviac plnohodnotný ľudský život alebo si len prasto užívame dňa. Pravidelný tréning a pripomenutie zákutí matematiky, práca s financiami, čítanie, tvorenie a písanie sa stali už našou bežnou rutinou. Obrovskú radosť nám robia spoločné výlety a pobyty, ale aj všetko, čo súvisí so zvieratami, či už sú to kone, psy, dravce, papagáje, či starostlivosť o zvieratá na farme. Práca na kondíciu tiež nesmie chýbať. Tak sa plávanie, akvadrénium, masáže, skupinové cvičenia, nordic walking, turistika, jazda na bicykli, fyzioterapia či relaxačné cvičenia, no a aby ani myseľ nezaostávala, tak oxi, pamäťový alebo braintréning sú našimi dobrými známymi. Jednému šikovníkovi sa páči v centre sa učiť angličtinu, druhému zas práca s počítačom a mobilom, či jazda na autotrenažéri. Jeden má rád všetko čo súvisí s tvorením, pletením, hrnčiarstvom, maľovaním a ďalší zas miluje hudbu, spev, divadlo či tanec. Niektorí si nevie predstaviť svoj deň bez práce v záhrade či dielni, niektorí zasa potrebuje variť, prať, upratovať, skrátka byť potrebný.

Všetky terapie, aktivity, podporné činnosti však nie sú pre nás také dôležité ako je pocit priateľstva a rodiny, vedomie kamarátov a priateľov zblízka či zďaleka, ktorých si klienti našli aj medzi sebaobhajcami. Na každého jedného klienta sme hrdí, kam dokázal dokráčať, a kam sa možno ticho a ne-nápadne, ale zato vytrvalo stále posúva. Spolu sa snažíme navzájom sa učiť vzájomnej tolerancii a vytvárať si priestor na sebarealizáciu, a čo je asi najkrajšie, vzájomnú podporu. Podporu, ktorú už títo skvelí ľudia nielen očakávajú, ale akú už dokážu s láskou dávať iným a aktívne sa zapájať do diania okolo seba aj ako dobrovoľníci.

Vo Frézii je to taký náš malý svet, kde pretieklo množstvo všakovakých veľkých i malých príbehov, ako i spolu prežitých chvíľ, podobne ako medzi všetkými ľuďmi, ktorí chcú byť priateľmi a chcú spolu tráviť čas.

Svojou činnosťou v zariadení sa snažíme, aby ľudia s mentálnym znevýhodnením, či autizmom neboli zbytočne nepoznaní a neprijatí, ale žili čo možno najviac ten úplne obyčajný, a predsa taký výnimočný život človeka.

**Klienti a zamestnanci Centra Frézia**





téma



## ZPMP Nádej v Poprade

Informácie ZPMP v SR 5 – 6/2024 24

Združenie Nádej na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím bolo založené v roku 1993 na podporu rodičov detí s týmto postihnutím a pomoci tejto skupiny ľudí.

Vychádzajúc z toho, že každý človek je bytosť spoločenská, sú aj ľudia s mentálnym postihnutím súčasťou našej spoločnosti, len patria ku skupine občanov, ktorí s ohľadom na svoje postihnutie potrebujú neustálu pomoc alebo podporu pre rozvoj svojich zručností a schopností.

Počas týchto rokov sa vyšpecifikovala potreba začleniť deti, v súčasnosti už mladých ľudí s týmto postihnutím, do spoločnosti. Aj keď väčšina ľudí s mentálnym postihnutím je schopná zvládať aspoň základné normy správania a jednoduché komunikačné zručnosti, sú medzi nimi aj takí, ktorí to nedokážu. Aj napriek ich možnému potenciálu zostáva väčšina z nich doma.

Keďže v meste Poprad absentovalo akékoľvek zariadenie pre ľudí s mentálnym, telesným a kombinovaným postihnutím a s autizmom, v roku 2006 sme otvorili Denný stacionár – Domov sociálnych služieb, aby rodičia týchto detí, respektíve mladých ľudí, mohli ďalej chodiť do práce a ľudia s postihnutím mohli byť v spoločnosti svojich rovesníkov. Zariadenie začínalo so 6 klientmi, v tomto čase navštevuje DS – DSS 30 klientov.

Od otvorenia sa snažíme vytvárať príjemné prostredie pre zvýšenie kvality sociálnych služieb. Organizujeme rôzne pravidelné aj občasnú akcie, ktorými sa dopĺňa sociálna starostlivosť. Okrem odborných činností sa zameriavame aj na organizovanie rôznych kultúrnych či športových aktivít, napríklad medzinárodnú spartakiádu v poľskom Tarnówe, športové dni a súťaže.

Medzinárodná spartakiáda v poľskom Tarnówe prispieva priamo aj nepriamo k vyrovnávaniu príležitostí a k zlepšeniu postavenia ľudí s mentálnym postihnutím v spoločnosti. Niektoré aktivity sa skončili pri výskyte ochorenia covid-19, napríklad účasť na súťaži tvorivosti Krídla túžby, ktoré každoročne organizoval Prešovský samosprávny kraj.

Naším zámerom – okrem poskytovania sociálnych služieb – je vytvárať podmienky na rozvoj vlastnej hodnoty a dôstojnosti ľudí s mentálnym a kombinovaným postihnutím a s autizmom.

Zriadili sme tréningové dielne, kde sa týmto ľuďom venujeme pri tvorivej činnosti, ktorou sa im zlepšuje jemná a hrubá motorika a estetické cítenie.

Je veľmi potrebné dať im šancu tvoriť a realizovať sa a vidieť tak spokojné tváre a usmiate oči týchto ľudí. Každá činnosť, každá aktivita, ktorá prebieha v tvorivej dielni im prináša pocit dôležitosti a potrebnosti. Pri práci s hlinou, pri výrobe sviečok, ozdobných mydielok, pohľadníc, ako aj rôznych ozdôb na Veľkú noc a na Vianoce, darčkových predmetov, nadobúdajú títo ľudia určité špecifické zručnosti.

No okrem pracovnej činnosti sa vedľa aj zabaví pri organizovaní rôznych kultúrnych podujatí – Karneval, MDŽ, Deň matiek, MISS sociálnych služieb a Mrs. Sympatie, Benefičný koncert.

To sú len čriepky z toho, čo všetko vytvárajú, čo dokážu a na čom sa zúčastňujú naši mladí ľudia s mentálnym postihnutím.

**Mgr. Agnesa Zelená**  
predsedníčka ZPMP Nádej v Poprade



25

## Liečenie dotykom – kraniosakrálna terapia



terapie

**Jedným zo základných prvkov osteopatie je jemná, neinvazívna technika, ktorá podporuje schopnosť tela obnoviť svoje regeneračné a sebaregulačné mechanizmy – kraniosakrálna terapia. Pomáha pri chronických stavoch, akútnych ťažkostiach aj ako doplnok púrazovej a pooperačnej rekonvalescencie.**

Účinkuje na centrálny nervový, imunitný a endokrinný systém. Pozitívne ovplyvňuje činnosť vnútorných orgánov a využíva sa aj pri mozgových a miechových dysfunkciách. Môže sa kombinovať s inými druhmi liečebných terapií. Má taktiež silný relaxačný a meditatívny efekt.

„V membránovom systéme mozgových a miechových blán od lebky cez chrbticu až ku krížovej kosti, v pravidelnom rytme pulzuje mozgovomiechová tekutina. Táto pulzácia sa označuje aj ako dych života, či ako vrodenná liečivá múdrosť tela. Ide o celkom odlišný rytmus, nezávislý od dýchacieho a srdcového rytmu. Každý človek má k dispozícii tohto svojho „vnútorného lekára“ alebo „vnútornú múdrosť“, ktorá dokáže vysledovať všetky zdravotné problémy, a ktorá takisto vie, ako sa dajú tieto problémy vyriešiť. Kraniosakrálny terapeut nadviaže „dialóg s týmto vnútorným lekárom alebo vnútornou múdrosťou“, a počas terapie sa snaží zapojiť do procesu liečby centrálny nervový systém, t. j. mozog, miechu a jej obaly, čím sa následne aktivuje hormonálny a imunitný systém človeka...“

*Dr. John E. Upledger, lekár-neurochirurg a zakladateľ kraniosakrálnej terapie*

Kraniosakrálnu terapiu môžu podstúpiť ľudia všetkých vekových kategórií od novorodencov cez deti, dospelých po seniorov, tehotné ženy od 2. trimestra, či zdravotne znevýhodnení. Stretnete sa s ňou aj v zdravotníckych zariadeniach – najmä vo Švajčiarsku, Nemecku, Francúzsku a Rakúsku.

**Je vhodná pri:**

- migrénach, poruchách zraku, tikoch,
- problémoch s rovnováhou, poruchách koordinácie, hučania v ušiach,
- problémoch so sánkou a čelustnými kĺbmi, škripaní zubov,
- problémoch s dýchacími cestami, prínosovými dutinami, zápaloch dutín,

- alergií, astme, na podporu imunity,
- bolestiach žalúdka, poruchách trávenia a tráviacej sústavy, zápche, kolike,
- bolestiach a patologických zmenách chrbtice, skolióze, ortopedických ťažkostiach, bolestiach kĺbov, svalov,
- strese, fyzickom a psychickom napätí, nepokoji, poruchách koncentrácie, únave, vyčerpanosti,
- na nespavosť, nepokoj, strach, úzkosť, depresiu, chronickú únavu,
- emocionálne a mentálne poruchy, autizmus, poruchy centrálnej nervovej sústavy, hyperaktivitu,
- ako podpora pri liečbe závislostí.

**Kontraindikácie:**

Vnútrorebečné a vnútromiechové krvácanie, čerstvá fraktúra lebky alebo stavcov, kompresia mozgu a miechy, tumory, aneurizmy či hematómy v kraniosakrálnom systéme, únik mozgovomiechovej tekutiny, kľčové žily, akútne infekčné ochorenie, schizofrénia a akútna psychóza, 1. trimester tehotenstva.

**Ako terapia prebieha?**

Terapia prebieha jemným dotykom, predovšetkým na hlave, v hrudnej, brušnej a panvovej oblasti. Terapeut testuje mobilitu kranialného systému. Ten tvorí lebka (cranium), intrakraniálny a spinálny membránový systém, mozgovomiechová tekutina, durálna trubica a krížová kosť (sakrum). Terapeut jemným dotykom skúma pohyb kostí, väzivových obalov (fascií) a tekutín. Tým dokáže v systéme odhaliť obmedzenia, ktoré bránia zdravým a prirodzeným funkciám organizmu a následne ich korigovať. Môže odhaliť aj miesta zapuzdrenej energie v tkanivách, kde sú uložené spomienky a mentálne programy, spôsobené psychickým stresom a traumami. Ak sa táto energia uvoľní, úľava nastane na fyzickej aj emocionálnej úrovni.

Ošetrenie dospelého trvá cca 60 minút (detí cca 30 minút, v závislosti od veku). Klient leží oblečený na masážnom stole prevažne na chrbte. Prvé ošetrenie trvá o niečo dlhšie – asi 90 minút. Predchádza mu dôkladná vstupná konzultácia o zdravotnom stave a životných okolnostiach. Po skončení terapie klient dostane ďalšie odporúčania, ktoré by mohli pomôcť zlepšiť jeho stav.

Spracovala: **Mgr. Mária Baláž Gyuránová**



## 10 otázok pre...

10 otázok pre...  
**prof. MUDr. Máriu Šustrovú, CSc.**

- **Dlhé roky sa zaoberáte do hĺbky Downovým syndrómom. Čo vás vo vašej praxi najviac prekvapilo?**

Odpoveď na vašu prvú otázku som si nechala nakoniec. Viackrát som v rozhovoroch spomínala, že sa ma bytostne dotýkali názory a tzv. odborné vedomosti o deťoch s Downovým syndrómom, ktoré vôbec nezodpovedali tomu, čo som prežívala s mojím synom. Bol živý, aktívny, prítulný od prvých minút. Akosi podvedome som si uvedomovala, že to, čo do neho vložím a ako sa mu budeme venovať prvé týždne, mesiace, roky – sa nám niekolkonásobne v budúcnosti vráti. A dnes vidím, že to stálo ZATO! Mala som možnosť hneď po jeho narodení získať zo zahraničia niektoré publikácie a najmä povzbudenie od priateľov žijúcich v zahraničí, ktorí už vtedy mali možnosť stretávať sa s integrovanými jedincami. Oporou a spolubojovníčkou od Jurkových troch mesiacov bola pre mňa kamarátka, a tiež mama dievčatka s DS, Ivetka. Postupne som sa presvedčala, že odborná práca a boj za tieto deti stojí za všetku námahu! Bolo treba dobre poznať ich zdravotný stav, predchádzať zdravotným komplikáciami, ktoré im v minulosti bránili pri zaraďovaní do bežnej spoločnosti. Samozrejme, ako lekárke mi bolo na prvom mieste dôležité ich zdravie, a potom zlepšenie sociálneho statusu. Vedecká odborná práca bola kľúčom k nadobudnutiu konkrétnych znalostí o zdraví, zdravotných problémoch a o možnostiach ako im predchádzať.

A čo ma najviac prekvapilo? Prekvapuje ma stále, ako sa naša vedecká a lekárska komunita stavia k problematike Downovho syndrómu. Avšak tí, ktorí so mnou zdieľali názory a pomáhali mi, sa dozvedeli veľa o fascinujúcich procesoch spôsobených nadmernou génovou dávkou 21. chromozómu. A aj o nezištnej láske, oddanosti, tolerantnosti, empatii, a tiež o ich typickej „tvrdohlavosti“.

- **Bolíte predsedníčkou ZPMP v SR, neskôr ste založili Spoločnosť Downovho syndrómu, Centrum pre Downov syndróm. Prečo ste sa, ako lekárka, rozhodli pôsobiť práve v tejto oblasti?**

Môj kolega – detský lekár a rodinný priateľ – bol jedným zo zakladateľov a členom výboru ZPMP, avšak nepovažoval za dôležité povedať nám niečo o tejto rodičovskej spoločnosti. O ZPMP som sa dozvedela od docenta Ondrejčáka úplne náhodou, pri veselom stretnutí na lyžovačke, keď bol Jurko ešte škôlkar. A tak som sa stala vďaka docentovi členkou výboru a neskôr na dva roky aj jeho predsedníčkou.



V tom čase som však bola primárkou Oddelenia klinickej imunológie a alergológie a únavná práca v ZPMP ma dosť zaťažovala. Snažila som sa, aby sme spoločnosť dostali z pivničných priestorov do vyhovujúcich a aby ZPMP dostalo také isté postavenie ako iné združenia v prospech iných zdravotných postihnutí. Aj to sa v roku 1992 podarilo. Uvedomovala som si, že poznám lepšie problematiku Downovho syndrómu ako celú škálu rôznych príčin mentálneho postihnutia, a tak po odporúčaní kolegov zo zahraničia a najmä členov EDSA (European Down Syndrome Association) som v roku 1993 spolu s ďalšími matkami detí s DS (mojimi pacientmi) založila Spoločnosť Downovho syndrómu na Slovensku.

- **Aktívne sa roky venujete odbornému výskumu. Ako na tom sme s komplexným poznaním Downovho syndrómu?**

Prvá kvalitná (karentovaná) publikácia o poruchách funkcie štítnej žľazy mi vyšla v roku 1992 a mala pomerne veľký ohlas. Vzápätí ma pozvali do New Yorku, kde som sa zoznámila s mnohými svetovými odborníkmi v problematike Downovho syndrómu, najmä s profesorom Pueschelom. Nasledovali ďalšie pozvania, prednášky a, samozrejme, ďalšie kontakty s odborníkmi. Asi najvýznamnejší bol medzinárodný projekt s profesorom Pueschelom a s profesorkou Ďuračkovou z Lekárskej fakulty UK o oxidačnom strese. Publikované práce z tohto oboru a moje výskumy a publikácie z oblasti porúch imunity sú stále citované v zahraničných publikáciách.

Veľký pokrok nastal najmä po roku 2000 odhalením génovej mapy 21. chromozómu. Stále sa hľadajú súvislosti medzi odhalenými génmi tohto chromozómu a pôsobením ich zvýšenej dávky na vývin štruktúr a na metabolizmus ľudí s chromozómom navyše a možnosti včasnej liečby. Súčasne sa molekule genetici a gynekológovia viac zaoberajú parciálnou trizómiou 21 a, žiaľ, aj možnosťami diagnostiky trizómie 21 v čo najskoršom prenatalnom období.

- **Pôsobíte aj ako pedagogička na Vysokej škole zdravotníctva a sociálnej práce sv. Alžbety. O aké oblasti v pomáhajúcich profesiách majú študenti najviac záujem?**

Pôsobila som do tohto zimného semestra 2024 ako garantka pracoviska VŠZ a SP sv. Alžbety, Ústavu rómskych európskych štúdií sv. Sáry de Marseille v Banskej Bystrici. Predtým som učila aj v Bratislave, v Piešťanoch, v Bardejove a v Michalovciach, zväčša predmety súvisiace so zdravotníctvom, ako Sociálna práca (SP) v zdravotníctve, SP pre osoby s ťažkým zdravotným postihnutím, SP so seniorami, ale aj SP s občanmi v paliatívnej starostlivosti a Prvá pomoc.



## 10 otázok pre...

**10 otázok pre...**

Asi najusilovnejší boli študenti v Banskej Bystrici a na východe a najbližšia im bola práca s ťažko zdravotne postihnutými.

- **Aké sú, vzhľadom na vaše skúsenosti, najväčšie pozitíva a negatíva v starostlivosti o ľudí s postihnutím na Slovensku v porovnaní so zahraničím?**

Pred rokom 1989 nebola takmer žiadna špeciálna zdravotno-sociálna starostlivosť o ľudí s akýmkoľvek zdravotným postihnutím. Postupne sa vďaka zanietým kolegom vybudovali základy pre legislatívne ukotvenie sociálnej pomoci, neskôr sociálnej starostlivosti a kompenzácií pre týchto občanov. V porovnaní s niektorými rozvinutými zahraničnými krajinami by som podporila diferencovanú podporu, a to najmä pre deti s polymorbiditou (viacnásobné postihnutie), pre starších a starnúcich ľudí s ŤZP a imobilných občanov. Zdravotno-sociálnu starostlivosť by u týchto kategórií mal pokrývať na 100 % štát. Je neetické, aby sa rodičia v dôchodkovom veku nad 80 rokov plne starali o svoje dieťa s ŤZP!

- **Stretli ste, iste, počas vášho profesijného pôsobenia, mnoho ľudí, ktorí vás ovplyvnili. Je niekto, na koho obzvlášť rada spomínate?**

Ďakujem za túto otázku, chcela som spomenúť niektorých vzácnych ľudí v predchádzajúcej odpovedi. Z lekárov na prvom mieste by som spomenula profesora Matulaya, ktorý bol tento rok navrhnutý do Dvorany slávy Slovenskej lekárskej spoločnosti. A vzápätí môj otec, profesor Nosál, ktorý mal nielen sociálne cítenie, ale ľudsky a vedomostne spájaj lekárov z rôznych oblastí, aj moju školiteľku pani docentku Staršiu. Príkladom mi bola neúnavná bojovníčka za lepší život a práva osôb s ŤZP pani doktorka Orgonášová. Zo zahraničných profesorov to bol predovšetkým profesor Pueschel, od ktorého som sa naučila veľa v manažmente zdravotnej a sociálnej starostlivosti o deti s Downovým syndrómom. V sociálnej oblasti obdivujem priekopníkov za zlepšenie integrácie ľudí so ZP a vytvorenie inkluzívnej spoločnosti pána doktora Krúpu a najmä pani riaditeľku ZPMP doktorku Mišovú.

- **Ste držiteľkou Pribinovho križa III. triedy, ocenení Humanitný čin roka a Krištáľové kridlo. Ktorý úspech je pre vás najvýznamnejší?**

Dve ocenenia, ktoré navrhli rodičia detí s Downovým syndrómom, a to Humanitný čin roka a štátne vyznamenanie Pribinov križ.



- **Ste matkou dvoch synov, profesorkou, lekárkou, zanietým človekom, prezradíte nám, ako sa vám podarilo skíbiť rodinu a náročnú kariéru?**

Nebolo to vždy ľahké! Chcela som byť len dobrou lekárkou a dobrou mamou. To ostatné akosi prišlo, aj keď som s tým prvoplánovo nepočítala. Profesijný postup mi vždy navrhli moji nadriadení a ja som zbabelo nemala odvahu im odpovedať.

- **Máte za sebou mnoho úspechov a práce. Aká výzva je pre vás momentálne aktuálna?**

Asi to vyznie trocha sebecky, ale teraz sa chcem viac sústreďiť, aj pri mojom veku, na môjho syna Jurka a na manžela. Pedagogickú činnosť som už na 95 % ukončila a v ambulantnej praxi chcem ukončiť to, na čom som pracovala viac ako 50 rokov.

- **Nájdete si čas aj na oddych? Ako relaxujete?**

Občas sa nájde čas – ale naozaj len občas – na prečítanie dobrej knihy. Chodíme ako rodina pravidelne na abonentné koncerty do Slovenskej filharmónie, v zime 1 – 2 razy na lyžovačky a taktiež dvakrát ročne na poznávacie pobyty. A relaxujúca je i práca v záhrade, a ak mi pri domácich prácach zvýši čas, rada sa túlam popri Malom Dunaji.

**Mgr. Mária Baláž Gyuránová**

## Medzinárodná spolupráca – inšpirácia a pomoc

Naše združenie je už mnoho rokov členom organizácií Inclusion Europe (ďalej len IE) a Inclusion International. Sú to organizácie, ktoré na európskej, respektíve celosvetovej úrovni reprezentujú organizácie ľudí s mentálnym postihnutím.

Ich úloha je dôležitá, pretože vďaka nim sa prepájajú podobné organizácie a môžu sa navzájom nielen učiť, ale aj presadzovať dôležité zmeny na pôde Európskeho parlamentu alebo Organizácie spojených národov. Aj vďaka ich práci mali ľudia s mentálnym postihnutím zastúpenie pri tvorbe Dohovoru OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím, ktorý je najdôležitejším medzinárodne uznávaným dokumentom identifikujúcim práva ľudí so zdravotným postihnutím.

Pod IE funguje aj platforma EPSA, teda Európska platforma sebaobhajcov. Táto platforma združuje sebaobhajcov zo sedemnástich krajín Európy a IE sa snaží, aby ich hlas bolo počuť čoraz viac. Zástupcovia EPSA sú aj vo vedení IE a dozerajú na to, aby bola IE inkluzívnou organizáciou. Okrem toho prinášajú podnety pre prácu IE a spolupracujú aj pri tvorbe návrhov a riešení na zlepšenie života ľudí s mentálnym postihnutím.

EPSA je aktívna už od roku 2000 a jej zástupcovia sú hlasom ľudí s mentálnym postihnutím nielen v IE, ale aktívne vystupujú na rôznych fórach, kde sa hovorí o právach a potrebách ľudí s mentálnym postihnutím.

V súlade s filozofiou zapájania samotných ľudí s mentálnym postihnutím do riešenia otázok a problémov, ktoré sa ich týkajú na európskej úrovni, jednotlivé členské organizácie IE postupne posilňujú pozíciu ľudí s mentálnym postihnutím aj v národných štruktúrach. Prakticky vo všetkých členských organizáciách je členom predsedníctva aj sebaobhajca. Táto tradícia je relatívne dlhá a mnoho rokov ju udržiavame aj my v ZPMP v SR.

Avšak pri obhajobe záujmov a práv ľudí s mentálnym postihnutím boli doteraz najaktívnejší ich rodinní príslušníci, alebo odborníci pracujúci v organizáciách ľudí s mentálnym postihnutím. Príčin je viacero.

V prvom rade je namieste spýtať sa, či by ich ako partnerov do diskusie akceptovali tvorcovia zákonov, či zástupcovia

miestnej samosprávy. Áno, v krajine, kde bol (a do veľkej miery stále aj je) inštitút zbavovania spôsobilosti na právne úkony taký silný ako na Slovensku, je až trúfale chcieť, aby sa niekto vôbec na názor ľudí s mentálnym postihnutím pýtal a ešte trúfalejšie, aby ho niekto akceptoval.

Našťastie, doba sa predsa len mení a aj vďaka krajinám, ktoré sú v akceptácii ľudí s mentálnym postihnutím omnoho ďalej ako my, sa postupne modifikuje aj politická kultúra u nás. A teda, možno hoci nie celkom vedome a plánovane, aj naši politici musia postupne akceptovať túto skupinu, ktorá je neoddeliteľnou súčasťou našej spoločnosti a načúvať jej potrebám a názorom.

Avšak treba sa pozrieť aj do vlastných radov – sme my rodičia a odborníci pripravení na to, že prenecháme bremeno obhajoby ľudí s mentálnym postihnutím na nich samých? Sme presvedčení o tom, že sú schopní vyjadriť svoj názor, pomenovať svoje potreby, očakávania a predstavy o vlastnej budúcnosti?

Nepochybne ide o prepojené nádoby. Totiž, historicky dlhodobo prítomný nezujem o názory ľudí s mentálnym postihnutím a dešpekt voči nim zo strany tvorcov politik vedú k tomu, že ľudia, ktorým záleží na ich životoch, ich z boja o ich vlastné práva vylúčili, aby ich ochránili pred pohrdaním, výsmechom a zlyhaním. Prirodzene sa teda tvármi a hlasmi ľudí s mentálnym postihnutím stali predovšetkým ich rodičia a rodinní príslušníci. Často sa rodičia ocitajú v pozícii, keď musia byť nielen obhajcami či hovorcami svojich detí, ale zároveň presadzovať práva svojich rodín ako takých.

A dostávame sa k ďalšej príčine, prečo vlastne nie sú pri obhajobe práv ľudí s mentálnym postihnutím najviac viditeľní práve oni sami. Teraz, keď by im už možno niekto aj načúval... Ak by som si pomohol slovným spojením z nie takej dávnej minulosti, povedal by som: „Nemáme kádre.“

Spomenuté okolnosti totiž spôsobili, že nebolo potrebné pripravovať ľudí s mentálnym postihnutím na rolu obhajcov, nebolo potrebné rozvíjať ich komunikačné zručnosti, vzdelávať ich v oblasti práv a právom chránených záujmov, nebolo potrebné ich oboznámiť aj so všetkými zlými riešeniami, ktoré tu existovali a, bohužiaľ, stále aj existujú pre ľudí s mentálnym postihnutím.

**zahraničie**



zahraníči

Aj vďaka Dohovoru OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím však hlas ľudí so zdravotným postihnutím silnie a postupne silnie aj hlas ľudí s mentálnym postihnutím. A my v našom združení chceme, aby hlas ľudí s mentálnym postihnutím bolo čím viac počuť aj u nás na Slovensku. Oblúkom sa dostávam k tomu, aby som prepojil všetko, čo som napísal vyššie. V spolupráci s Inclusion Europe a jej členskými organizáciami z Maďarska, Albánska, Rumunska a Bulharska sme začali prácu na spoločnom projekte (Supporting the cross-disability movement to deliver on the rights of youth with disabilities from underrepresented groups to live independently and be included in the community – Podpora hnutia ľudí s postihnutím smerom k dosiahnutiu práv mladých ľudí s postihnutím z málo viditeľných skupín žiť nezávislý život a byť súčasťou komunity). V rámci partnerstva projekt voláme zjednodušene JUDY a základné informácie o ňom sme poskytli už v predchádzajúcom čísle časopisu.

#### Iba na osvieženie pamäti:

Cieľom trojročného projektu je aktivizácia a podpora mladých ľudí so zdravotným postihnutím z málo viditeľných a málo aktívnych skupín v radoch hnutia zdravotne postihnutých. Ide konkrétne o mladých ľudí s mentálnym postihnutím – sebaobhajcov. Zámerom je posilniť ich kapacity smerom k schopnosti obhajovať práva skupiny v rôznych oblastiach života, ale najmä v oblasti práva na nezávislý život a v oblasti obhajoby procesu deinštitucionalizácie. Okrem toho, že projekt je príkladom medzinárodnej spolupráce koordinovanej IE, je aj príkladom toho, ako sa snažíme, aby hlasy ľudí s mentálnym postihnutím bolo v zúčastnených krajinách počuť, a aby ich bolo počuť viac aj v samotných organizáciách, ktoré obhajujú ich práva. Aj s týmto zámerom sme vytvorili skupinu siedmich sebaobhajcov, ktorí budú dlhodobo pripravovaní na rolu zástupcov ľudí s mentálnym postihnutím. Ich úlohou bude spoznať problémy ľudí s mentálnym postihnutím ako skupiny, spoznať, akým komplikáciám čelia vo vzdelávacom procese, pri hľadaní zamestnania, pri hľadaní bývania. Budeme sa rozprávať o tom, v akých oblastiach sú najčastejšie porušované práva ľudí s mentálnym postihnutím a z dlhodobého hľadiska by mali zohrávať dôležitú úlohu aj pri presadzovaní deinštitucionalizácie sociálnych služieb. Preto chceme, aby spoznali aj osudy ľudí, ktorí prežili celý život v pobyto- vých zariadeniach. Dôležitou súčasťou ich prípravy bude aj poznať príklady dobrej praxe u nás, ale aj v zahraničí,

aby poznali vhodné riešenia problémov ľudí s mentálnym postihnutím. Chceme, aby vedeli, že majú právo byť nespokojní a stali sa autentickým hlasom ľudí s mentálnym postihnutím.

Téma projektu a výber zúčastnených krajín nie sú náhodné. Z dlhodobého hľadiska práve krajiny, kde sa projekt JUDY realizuje, vykazujú vysokú mieru akceptácie inštitucionalizácie ľudí s mentálnym postihnutím a zároveň nízku mieru ich zapojenia do ovplyvňovania vecí verejných. Ide o krajiny pomaly sa vyrovnávajúce s odkazom minulosti a iba veľmi pomaly meniace podmienky, ktoré zásadným spôsobom ovplyvňujú kvalitu života ľudí s mentálnym postihnutím. Len si spomeňme, ako dlho trvalo, kým sa nám podarilo presadiť zmeny v oblasti zbavovania spôsobilosti na právne úkony, alebo ako dlho už u nás prebieha proces deinštitucionalizácie sociálnych služieb (a s akými výsledkami). Preto chceme v rámci projektu spolu s partnermi hľadať spôsoby ako podporiť a urýchliť pozitívne zmeny, ako zefektívniť komunikáciu so zástupcami štátnej a verejnej správy. Ale najmä, ako umožniť ľuďom s mentálnym postihnutím participovať na rozhodovaní o veciach, ktoré sa ich priamo týkajú. Ľudia s mentálnym postihnutím si zaslúžia byť vypočutí. Zaslúžia si povedať, čo ich trápi, a ako si predstavujú svoju budúcnosť. Majú právo rozhodnúť sa, čo sa im páči a čo nie, s kým a kde chcú žiť.

Ale predovšetkým si zaslúžia, aby sa naučili, ako to majú urobiť. Zaslúžia si preto našu podporu a pomoc. Pretože aj každý z nás sa to musel naučiť a nikto sa nepýtal, či si to zaslúžime.

#### Mgr. Marián Horanič



## Príklady dobrej praxe v zahraničí: Nórsko a Fínsko v podpore ľudí s mentálnym postihnutím

Starostlivosť o ľudí s mentálnym postihnutím si vyžaduje komplexný a citlivý prístup, ktorý zohľadňuje ich jedinečné potreby a podporuje ich nezávislosť a dôstojnosť. Zahraničné skúsenosti ukazujú, že efektívne prístupy dokážu pozitívne zmeniť život ľudí s mentálnym postihnutím a prispieť k lepšiemu fungovaniu spoločnosti ako celku. Pozrime sa na dve inšpiratívne krajiny – Nórsko a Fínsko –, ktoré zaviedli úspešné modely inkluzívnej a podpornej starostlivosti o týchto ľudí.

#### Nórsko: Komunitne zameraná podpora pre lepšiu kvalitu života

Nórsko je známe svojím dôrazom na začlenenie ľudí s mentálnym postihnutím do bežného života, pričom sa zameriava na ich autonómiu a aktívnu účasť v komunitách. Nórsky model osobnej asistencie poskytuje klientom podporu v každodennom živote – od bývania a práce po spoločenské aktivity a voľný čas. Tento prístup znižuje potrebu umiestňovania klientov do inštitucionálnej starostlivosti a posilňuje ich schopnosť viesť samostatný život.

Dôležitou súčasťou nórskeho prístupu je podpora komunitných centier a vzdelávacích programov, ktoré sú dostupné aj pre ľudí s mentálnym postihnutím. Týmto spôsobom sa zvyšuje ich sociálna integrácia a zároveň sa znižujú predsudky voči nim. Služby sú organizované na lokálnej úrovni, čo umožňuje lepšie pochopenie individuálnych potrieb a rýchlejšie riešenie problémov. Tieto služby podporujú nielen mentálne zdravie klientov, ale aj ich pocit spolupatričnosti a úcty k vlastnej hodnote.

V Nórsku sa osvedčila aj práca s rodinami a opatrovateľmi, čo prispieva k tomu, aby ľudia s mentálnym postihnutím mohli zostať vo svojich domovoch a v prostredí, ktoré poznajú. Krajina investuje aj do pravidelného školenia a podpory personálu, čo pomáha poskytovať vysokú kvalitu starostlivosti. Tento model, zameraný na inklúziu a sociálnu integráciu, viedol k výrazným zlepšeniam kvality života pre mnohých Nórov s mentálnym postihnutím a stal sa príkladom, ktorý by mohli nasledovať aj ďalšie krajiny.

#### Fínsko: Model *Housing First* pre stabilitu a bezpečnosť

Fínsko je príkladom krajiny, ktorá implementovala model *Housing First* ako spôsob riešenia problému bezdomovectva medzi ľuďmi s mentálnym postihnutím. Tento prístup sa zameriava na poskytovanie stabilného bývania ako

základného kroku, ešte pred začiatkom riešenia ďalších problémov, ako sú závislosti, zdravotné potreby či sociálna inklúzia. V rámci modelu *Housing First* dostanú klienti bezpečný a trvalý domov, ktorý im umožní nájsť stabilitu a pocit bezpečia, čo následne pozitívne ovplyvňuje ich mentálne zdravie a celkový životný stav.

Výsledky tohto prístupu sú presvedčivé. Fínsko dokázalo znížiť mieru bezdomovectva v krajine, čo výrazne zlepšilo životné podmienky ľudí s mentálnym postihnutím. Pre osoby s ťažkosťami je stabilné bývanie často predpokladom pre to, aby mohli ďalej rozvíjať svoje zručnosti, navštevovať kurzy alebo pracovať, a tým sa postupne začleňovať do bežného života. Fínske mestá, ktoré tento model implementovali, zaznamenali aj zníženie kriminality a nákladov na zdravotnú a sociálnu starostlivosť, čo ukazuje na dlhodobú udržateľnosť tohto riešenia.

Okrem bývania poskytuje Fínsko pre osoby s mentálnym postihnutím sociálnu podporu priamo v ich komunite, čo zahŕňa terapeutické a rehabilitačné služby, ako aj prístup k pracovným príležitostiam. Tento model, kombinujúci stabilné bývanie s dostupnou podporou, vytvára podmienky pre úspešnú inklúziu týchto osôb do spoločnosti a môže byť inšpiráciou aj pre Slovensko, kde sú podobné výzvy stále aktuálne.

#### Odkaz pre Slovensko: Integrácia a personalizovaná starostlivosť

Oba modely, nórsky komunitne zameraný prístup aj fínsky model *Housing First* ukazujú, že kľúčom k efektívnej starostlivosti o ľudí s mentálnym postihnutím je podpora ich autonómie a začlenenie do bežného života. Tieto prístupy nám pripomínajú, že izolácia v špecializovaných zariadeniach nemusí byť jedinou ani najlepšou možnosťou. Naopak, prístup, ktorý umožňuje ľuďom s mentálnym postihnutím zostať v komunitách a prispievať k nim, môže byť prospešný pre nich aj pre spoločnosť ako celok.

Pre Slovensko by mohli byť tieto prístupy inšpiráciou na zvýšenie podpory komunitnej starostlivosti, ktorá zahŕňa personalizovanú starostlivosť, podporu rodín a vzdelávanie personálu. Rozvoj takýchto služieb by mohol výrazne zlepšiť kvalitu života ľudí s mentálnym postihnutím a pomôcť im dosiahnuť väčšiu samostatnosť a integráciu v spoločnosti.

#### Mgr. Martina Jarolínová



zahraníči



Kto sa chce vyznať v spleti zákonov a nájsť potrebnú pomoc/podporu pre svoje dieťa či dospelého člena rodiny, ktorý má mentálne postihnutie, musí sa pripraviť na to, že vyhľadávanie bude značne zaujímavou cestou. Prinášame prehľad terminológie, či pomenovania a identifikácie osôb, ktoré majú zdravotné postihnutie z rôznych vybraných zákonov. V bežnej praxi sa stretávame používaním pojmov, napr. dieťa, človek/osoba s mentálnym postihnutím, s mentálnym znevýhodnením.

V zákonoch nachádzame pojmy osoba so zdravotným postihnutím (bez ohľadu na druh zdravotného postihnutia), dieťa so zdravotným znevýhodnením ako širší pojem, ale aj dieťa so zdravotným postihnutím či dieťa choré, zdravotne oslabené, s vývinovými poruchami, dieťa so špeciálnymi výchovne vzdelávacími potrebami, fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím, prijímateľ sociálnych služieb, invalidný dôchodca, znevýhodnený uchádzač o zamestnanie atď.

Mohli by sme vo výpočte pokračovať, to však nie je naším cieľom. Pomenovania sa líšia najmä podľa účelu, na ktorý sú určené a majú danej osobe pomôcť. Podobne to je aj so štatistikou, počty osôb sa sledujú podľa rôznych účelov (pozri Štatistický úrad SR či štatistiky rôznych orgánov a inštitúcií), ak by sme však mali zodpovedať otázku, koľko máme na Slovensku osôb s mentálnym postihnutím, dozvieme sa len približné percentá (napr. 2 %). Poďme sa pozrieť na pojmy...

### Dohovor OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím

#### Osoba so zdravotným postihnutím

**Osoby so zdravotným postihnutím zahŕňajú osoby s dlhodobými telesnými, mentálnymi, intelektuálnymi alebo zmyslovými postihnutiami, ktoré v súčinnosti s rôznymi prekážkami môžu brániť ich plnému a účinnému zapojeniu do života spoločnosti na rovnakom základe s ostatnými.**

#### ■ Zákon č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon) a o zmene a doplnení niektorých zákonov

Na účely zákona sa rozumie:

- **dieťaťom so zdravotným znevýhodnením alebo žiakom so zdravotným znevýhodnením** dieťa so zdravotným postihnutím alebo žiak so zdravotným postihnutím, dieťa choré alebo zdravotne oslabené alebo žiak chorý alebo zdravotne oslabený, dieťa s vývinovými poruchami alebo žiak s vývinovými poruchami, dieťa s poruchou správania alebo žiak s poruchou správania,
- **dieťaťom so zdravotným postihnutím alebo žiakom so zdravotným postihnutím** dieťa alebo žiak s mentálnym postihnutím, sluchovým postihnutím, zrakovým postihnutím, telesným postihnutím, s narušenou komunikačnou schopnosťou, s autizmom alebo ďalšími pervazívnymi vývinovými poruchami alebo s viacnásobným postihnutím,
- **dieťaťom chorým alebo zdravotne oslabeným** alebo žiakom chorým alebo zdravotne oslabeným dieťa alebo žiak s ochorením, ktoré je dlhodobého charakteru, a dieťa alebo žiak vzdelávajúci sa v školách pri zdravotníckych zariadeniach,
- **dieťaťom s vývinovými poruchami alebo žiakom s vývinovými poruchami** dieťa alebo žiak s poruchou aktivity a pozornosti; dieťa alebo žiak s vývinovou poruchou učenia,
- **dieťaťom s poruchou správania alebo žiakom s poruchou správania** dieťa alebo žiak s narušením funkcií v oblasti emocionálnej alebo sociálnej.

Ak škola vzdeláva **deti so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami** alebo žiakov so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami, vytvára pre ne podmienky

na základe odporúčaní zariadenia poradenstva a prevencie prostredníctvom:

- individuálneho vzdelávacieho programu,
- vzdelávacích programov pre deti so zdravotným znevýhodnením alebo pre žiakov so zdravotným znevýhodnením,
- vzdelávacích programov pre deti so zdravotným znevýhodnením alebo pre žiakov so zdravotným znevýhodnením,
- alebo poskytovaním podporných opatrení.

#### ■ Zákon č. 447/2008 Z. z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia a o zmene a doplnení niektorých zákonov

##### Fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím

**Fyzická osoba** na účely tohto zákona **má ťažké zdravotné postihnutie, ak má zdravotné postihnutie s mierou funkčnej poruchy najmenej 50 %**. Na hodnotenie miery zdravia a stanovenie percenta miery funkčnej poruchy sa skúmajú jednotlivé telesné, zmyslové a psychické funkcie a ich poruchy.

**Sociálny dôsledok ťažkého zdravotného postihnutia je znevýhodnenie**, ktoré má fyzická osoba z dôvodu jej ťažkého zdravotného postihnutia v porovnaní s fyzickou osobou bez zdravotného postihnutia rovnakého veku, pohlavia a za rovnakých podmienok a ktoré nie je schopná z dôvodu ťažkého zdravotného postihnutia prekonať sama. Sociálne dôsledky sa kompenzujú v oblasti mobility a orientácie, komunikácie, zvýšených výdavkov a sebaobsluhy.

**Kompenzácia sociálneho dôsledku ťažkého zdravotného postihnutia** (ďalej len „kompenzácia“) je zmiernenie alebo prekonanie sociálneho dôsledku ťažkého zdravotného postihnutia poskytovaním peňažných príspevkov na kompenzáciu alebo poskytovaním sociálnych služieb či osobitnej starostlivosti.

V prípade **duševných porúch a porúch správania sa miera funkčnej poruchy zdravotných postihnutí** určí podľa rozsahu zdravotného postihnutia, výskytu atakov, psychiatrického nálezu a psychologického nálezu, podľa narušenia sociálneho života, narušenia orientácie, intelektu, pamäti, myslenia, správania, emotivity a pri úplnom rozpade osobnosti s trvalým dozorom sociability sa určia maximálne hodnoty miery funkčnej poruchy.

Osoby, ktoré majú mentálne postihnutie sa posudzujú na účely kompenzácií podľa prílohy č. 3 zákona:

- **Mentálna retardácia**, pri ktorej je určujúcim faktorom stupeň a hodnota IQ, a to:
  - a. ľahká mentálna retardácia, horné pásmo IQ 64 – 69 (20 – 30 %), stredné pásmo IQ 57 – 63 (30 – 40 %), dolné pásmo IQ 50 – 56 (50 %),
  - b. stredná mentálna retardácia IQ 35 – 49 (60 – 70 %),
  - c. ťažká mentálna retardácia IQ 20 – 34 (80 – 90 %),
  - d. hlboká mentálna retardácia IQ pod 20.
- **Geneticky podmienené mentálne retardácie s multiorgánovým postihnutím podľa klinického stavu** (napr. M. Down) (50 – 100 %).

#### ■ Zákon č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách a o zmene a doplnení zákona č. 455/1991 Zb. o živnostenskom podnikaní (živnostenský zákon) v znení neskorších predpisov

##### Prijímateľ sociálnej služby

**Prijímateľ sociálnej služby** na účely tohto zákona je fyzická osoba, ktorej sa za podmienok ustanovených zákonom o sociálnych službách poskytuje sociálna služba.

**Sociálna služba je odborná činnosť, obslužná činnosť alebo ďalšia činnosť alebo súbor týchto činností**, ktoré sú zamerané na prevenciu vzniku nepriaznivej sociálnej situácie, riešenie nepriaznivej sociálnej situácie alebo zmiernenie nepriaznivej sociálnej situácie fyzickej osoby, rodiny alebo komunity, zachovanie, obnovu alebo rozvoj schopnosti fyzickej osoby viesť samostatný život a na podporu jej začlenenia do spoločnosti, zabezpečenie nevyhnutných podmienok na uspokojovanie základných životných potrieb fyzickej osoby, riešenie krízovej sociálnej situácie fyzickej osoby a rodiny, prevenciu sociálneho vylúčenia fyzickej osoby a rodiny alebo zabezpečenie starostlivosti o dieťa z dôvodu situácie v rodine, ktorá vyžaduje pomoc pri starostlivosti o dieťa. **Nepriaznivá sociálna situácia** podľa tohto zákona je ohrozenie fyzickej osoby sociálnym vylúčením alebo obmedzenie jej schopnosti sa spoločensky začleniť a samostatne riešiť svoje problémy z rôznych dôvodov, ako napr. pre **ohrozenie jej vývoja z dôvodu jej zdravotného postihnutia**, ak ide o dieťa do siedmich rokov veku, či pre **ťažké zdravotné postihnutie alebo nepriaznivý zdravotný stav** a iné.



**sociálna poradňa****■ Zákon č. 461/2003 Z. z. o sociálnom poistení****Invalidný dôchodca**

Poistenec má **nárok na invalidný dôchodok**, ak sa stal invalidným, získal potrebný počet rokov dôchodkového poistenia a ku dňu vzniku invalidity nespĺňa podmienky nároku na starobný dôchodok alebo mu nebol priznaný predčasný starobný dôchodok.

**Fyzická osoba má nárok na invalidný dôchodok aj vtedy, ak sa stala invalidnou v období, v ktorom je nezaopatreným dieťaťom** a má na území Slovenskej republiky trvalý pobyt, to je **tzv. invalidný dôchodok z mladosti**. Nárok na invalidný dôchodok tejto fyzickej osobe vzniká najskôr odo dňa dovŕšenia 18 rokov veku. Nárok na invalidný dôchodok má aj fyzická osoba, ktorá sa stala invalidnou počas doktorského štúdia v dennej forme, nedovŕšila 26 rokov veku a má na území Slovenskej republiky trvalý pobyt.

**Poistenec je invalidný**, ak pre dlhodobu nepriaznivý zdravotný stav **má pokles schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť o viac ako 40 %** v porovnaní so zdravou fyzickou osobou. Dlhodobu nepriaznivý zdravotný stav je taký zdravotný stav, ktorý spôsobuje pokles schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť a ktorý má podľa poznatkov lekárskej vedy trvať dlhšie ako jeden rok. Pokles schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť sa posudzuje porovnaním telesnej schopnosti, duševnej schopnosti a zmyslovej schopnosti poistenca s dlhodobu nepriaznivým zdravotným stavom a telesnej schopnosti, duševnej schopnosti a zmyslovej schopnosti zdravej fyzickej osoby.

**Pokles schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť** sa posudzuje na základe lekárskeho správy a údajov zo zdravotnej dokumentácie zdravotníckeho zariadenia a zhodnotenia liečby s určením diagnostického záveru, stabilizácie ochorenia, jeho ďalšieho vývoja, ďalšej liečby a komplexných funkčných vyšetrení a ich záverov, pričom sa prihliada na zostávajúcu schopnosť vykonávať zárobkovú činnosť, zostávajúcu schopnosť prípravy na povolanie, možnosti poskytnutia pracovnej rehabilitácie alebo rekvalifikácie.

**Miera poklesu** schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť v percentách sa určuje podľa druhu zdravotného postihnutia, ktoré je rozhodujúcou príčinou dlhodobu nepriaznivého

zdravotného stavu, a so zreteľom na závažnosť ostatných zdravotných postihnutí. Jednotlivé percentuálne miery poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť sa nesčítavajú.

Mieru poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť **možno zvýšiť najviac o 10 %**, ak závažnosť ostatných zdravotných postihnutí ovplyvňuje pokles schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť. Na určenie zvýšenia hodnoty sa vychádza z predchádzajúceho výkonu zárobkovej činnosti, dosiahnutého vzdelania, skúsenosti a schopnosti rekvalifikácie. Obdobne to platí, ak pokles schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť je dôsledkom viacerých zdravotných postihnutí podmieňujúcich dlhodobu nepriaznivý zdravotný stav.

**Percentuálna miera poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť****Duševné poruchy a poruchy správania**

Pri stanovení poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť je potrebné prihliadnuť na vývoj osobnosti v afektívnej, emocionálnej oblasti, na schopnosti adaptácie, na vplyvy prostredia, možnosti pracovného a sociálneho zaradenia.

**• Mentálna retardácia**

- a. ľahká** mentálna retardácia, horné pásmo IQ 65 – 69, miera poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť 30 – 45 %,
- stredné pásmo IQ 55 – 64, miera poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť 50 – 60 %,
- dolné pásmo IQ 50-54, miera poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť, 65 – 75 %

**sociálna poradňa**

- b. stredná** mentálna retardácia IQ 35 – 49, miera poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť 80 %,
- c. ťažká** mentálna retardácia IQ 20 – 34, miera poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť 90 %,
- d. hlboká** mentálna retardácia IQ pod 20, miera poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť 100 %.

**■ Zákon č. 5/2004 Z. z. o službách zamestnanosti a o zmene a doplnení niektorých zákonov****Znevýhodnený uchádzač o zamestnanie**

Znevýhodnený uchádzač o zamestnanie na účely tohto zákona je napr. aj uchádzač o zamestnanie, ktorý je občanom so zdravotným postihnutím. Občan so zdravotným postihnutím na účely zákona o službách zamestnanosti je občan, ktorý je uznaný za invalidného. Občan so zdravotným postihnutím preukazuje invaliditu a percentuálnu mieru poklesu jeho schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť z dôvodu telesnej poruchy, duševnej poruchy alebo poruchy správania rozhodnutím alebo oznámením Sociálnej poisťovne alebo posudkom útvaru sociálneho zabezpečenia.

**■ Zákon č. 112/2018 Z. z. o sociálnej ekonomike a sociálnych podnikoch a o zmene a doplnení niektorých zákonov****Znevýhodnená osoba**

Znevýhodnenou osobou na účely tohto zákona je napr. aj fyzická osoba, ktorá je **osobou so zdravotným postihnutím a je uznaná za invalidnú alebo nie je uznaná za invalidnú, ale má dlhodobé zdravotné postihnutie znižujúce jej telesné, duševné a zmyslové schopnosti**, ktoré bránia jej plnohodnotnému a účinnému zapojeniu sa do pracovného prostredia v porovnaní so zdravou fyzickou osobou, ktoré podľa poznatkov lekárskej vedy má trvať najmenej dva roky; dlhodobé zdravotné postihnutie sa preukazuje lekárskeho posudkom alebo rozhodnutím o nepriznaní invalidného dôchodku, z ktorého vyplýva pokles schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť o viac ako 20 % v porovnaní so zdravou fyzickou osobou, nie staršími, ako dva roky.

**Zraniteľnou osobou** na účely tohto zákona je napr. aj prijímateľ sociálnej služby, dieťa so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami alebo žiak so špeciálnymi výchovno-

-vzdelávacími potrebami, fyzická osoba odkázaná na pomoc inej fyzickej osoby.

Prehľad uzatváram s odporúčaním, aby ste sa predtým, než požiadate o akúkoľvek formu pomoci išli poradiť so sociálnym pracovníkom, či už na úrade práce, sociálnych vecí a rodiny v obci alebo mimovládnej organizácii.

Aj naše Združenie na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím v Slovenskej republike poskytuje v BSK špecializované sociálne poradenstvo. Ak sa potrebujete poradiť, napíšte nám [zmpvsvr@zmpvsvr.sk](mailto:zmpvsvr@zmpvsvr.sk). Alebo si s nami dohodnite osobné stretnutie na tel. 0905 709 557.

Spracovala **PhDr. Iveta Mišová**

**Použité zdroje:**

**Dohovor OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím**  
Zákon č. 245/2008 Z.Z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon) a o zmene a doplnení niektorých zákonov  
Zákon č. 447/2008 Z. z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia a o zmene a doplnení niektorých zákonov  
Zákon č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách a o zmene a doplnení zákona č. 455/1991 Zb. o živnostenskom podnikaní (živnostenský zákon) v znení neskorších predpisov  
Zákon č. 461/2003 Z. z. o sociálnom poistení  
Zákon č. 5/2004 Z. z. o službách zamestnanosti a o zmene a doplnení niektorých zákonov  
Zákon č. 112/2018 Z. z. o sociálnej ekonomike a sociálnych podnikoch a o zmene a doplnení niektorých zákonov





správy z centrály

## Zasadnutie Rady vlády pre osoby so zdravotným postihnutím ZP

Siedme zasadnutie Rady vlády pre osoby so zdravotným postihnutím sa konalo 14. novembra. Na zasadnutí sa rokovalo o aktuálnom stave prípravy Koncepcie reformy financovania sociálnych služieb, ktorá bola odoslaná na medzirezortné pripomienkové konanie. Na základe schválenej Koncepcie sa bude v nasledujúcom roku pripravovať nový zákon o financovaní sociálnych služieb. V ďalšom bode bola prezentovaná vízia a plány Ministerstva cestovného ruchu a športu SR v rámci problematiky zdravotného postihnutia. Zástupca ministerstva informoval o novovzniknutom Fonde na podporu športu a Fonde na podporu cestovného ruchu. Ako príklad dobrej praxe v oblasti bezbariérovosti športu a cestovného ruchu bolo predstavené mesto Dolný Kubín.

Zaznela informácia Ministerstva financií SR o dani z finančných transakcií, podľa ktorej ministerstvo nemá záujem zdaňovať transakcie MVO, ktoré robia všeobecne prospešnú činnosť. Diskutovalo sa o právnom postavení sprievodcov detských a najmä dospelých pacientov v zdravotníckych zariadeniach počas hospitalizácie. Zástupca ministerstva prezentoval, že sa touto problematikou zaoberajú, zatiaľ sa ju nepodarilo z viacerých vážnych dôvodov vyriešiť.

## Reforma posudkových činností

Posudzovanie budú po novom zabezpečovať výlučne úrady práce, sociálnych vecí a rodiny na základe jednotnej metodiky, pričom pripravujú jednotný zdravotno-sociálny posudok na účely kompenzácií aj sociálnych služieb. Ľuďom so zdravotným znevýhodnením tak uľahčí prístup k príspevkom aj sociálnym službám. Zároveň zákon ponecháva všetky doterajšie diagnózy, ktoré sa týkajú ťažkého zdravotného postihnutia. Na príprave reformy posudkového systému, ktorá je súčasťou Plánu obnovy a odolnosti SR, sa dlhodobo podieľalo viac ako 30 odborníkov z organizácií, ktorí zastupujú záujmy zdravotne znevýhodnených občanov. V rámci pracovných rokovanií boli vypočuté ich návrhy a požiadavky, aby sa posudkový systém nastavil efektívnejšie a lepšie reagoval na potreby tejto skupiny ľudí.

**„Chcem všetkých ubezpečiť, že nikto, kto je odkázaný na kompenzačné príspevky, o ne nepríde. Zákon ponecháva všetky doterajšie diagnózy, ktoré môžu viesť k ťažkému zdravotnému postihnutiu vrátane autizmu, Aspergerovho syndrómu či celiakie. V posudkoch budeme klásť dôraz nielen na medicínske, ale aj na sociálne aspekty, aby sa posudzovanie prispôbilo reálnym potrebám ľudí. Zdôrazňujem, že sa na tom zhodli všetky zainteresované strany v širokom sociálnom dialógu a zároveň je to v súlade s medzinárodnou odbornou praxou. Chcem sa poďakovať tímu odborníkov zo všetkých relevantných inštitúcií i združení, ktorí na reforme pracovali viac ako rok.**

**Verím, že spoločne prinesieme spravodlivý systém pre všetkých, ktorí to potrebujú,**“ uviedol na tlačovej besede minister práce, sociálnych vecí a rodiny SR Erik Tomáš. Na tlačovej besede sa za ZPMP v SR zúčastnila Iveta Mišová.

Posudzovanie podľa jednotnej metodiky (WHODAS) je založené na princípoch Dohovoru OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím. V procese sa bude klásť veľký dôraz na sebaidentifikáciu klienta a sociálne aspekty posudkovej činnosti. Klient po podaní jednej žiadosti absolvuje iba jedno posudzovanie, ktoré pokryje viacero účelov naraz.

Sociálna posudková činnosť bude, na rozdiel od súčasnosti, predchádzať lekárskemu posudzovaniu a prebiehať v domácom prostredí klienta. Pri vypracovaní lekárskeho posudku bude posudkový lekár vychádzať z informácií o potrebách a sociálnej situácii klienta, predložených lekárskeho nálezov, z údajov v elektronickej zdravotnej knižke a nových medicínskych kritérií na posúdenie stupňa odkázanosti na pomoc či závažnosti funkčného postihnutia. Výsledkom sociálneho a lekárskeho posudzovania bude integrovaný posudok.

Navrhovaná účinnosť zákona o integrovanej posudkovej činnosti je od 1. septembra 2025. Po tomto termíne nebude dochádzať k automatickému prehodnocovaniu osôb s ŤZP, pričom im ostanú zachované už priznané peňažné príspevky na kompenzáciu. <https://www.employment.gov.sk/sk>

