

## Vážená OMD, milí kamaráti!

Volám sa Helena Róbová a som už nieko ko rokov lenkou OMD za svojho 16. ro ného syna ubka. Doteraz som bola pasívnou lenkou, ale tohto roku 9. júla sme sa s ubkom zú astnili týždenného pobytu v Beluškých Slatinách. Prežili sme tam úžasný týžde a spoznali sme fantastických udí.



Prázdniny sú dávno skon ili, za ali nám školské povinnosti, ale na zážitky z tábora nezabudneme. Dovo te mi, aby som Vám o nich stru ne napísala.

Do B. Slatín sme prišli v nede u podve er. Zvedavo sme vystúpili z auta. V pamäti nám utkvelo sýtozelené prostredie krásnej prírody a malebne zakvitnuté lúky v areály chaty. Ani sme sa nestihli všetkým predstavi a môj syn ubko sedel na elektrickom vozíku obklopený chlapcami v družnej debata. Neverila som vlastným o iam. Ešte nikdy som nevidela spolu to ko chlapcov vozí karov. Lenže m a neprekvapil poh ad na ich fyzický vzh ad, ale nie o iné. V ich o iach, poh adoch a usmiatych tvárach som videla rados , odhodlanos , priate stvo. V priebehu týžd a som ich bližšie spoznala. Chlapcov bolo jedenás . Nikdy nezabudnem na Majkyho charizmatický úsmev a žiariace o i, na Tomáškovu usilovnos a bojovnos , na Mi ovu stato nos a vytrvalos , na Ma ovu rozvážnos , na Davidovu a Maroškovu trpezlivos , na Pe ove šibalstvá na vozíku, na Jurkovu detskú úprimnos , roztomilé filozofovanie malého Filipka, na Jankove láskyplné poh ady na svoju mamu a nadšenos môjho syna ubka.

Naši chlapci (tak som ich od prvého d a volala), prežili krásny týžde v aka perfektnému programu asistentov. Každý de bol zaujímavý. Na no nej jazde v lese sme mali za úlohu vypátra v aka získaným indíciám jedno slovo – priate stvo. Toto magické slovo sa stalo nielen symbolom tohtoro ného tábora, ale pre m a a môjho syna na erpaním energie do budúcnosti. Po as celého týžd a bolo teplé, letné po asie. Naši chatári nám vynikajúco varili a stolovali sme vonku pred chatou. Ra ajky „v tráve“ boli v sviežom ráne perfektným štartom každého d a.

Organizátori nezabudli na nás mamy. Mali sme dostatok asu pre seba a na oddych. Jeden de sme absolvovali spoločný výlet do Tren ianskych Teplíc. Z alších aktivít spomeniem sú až v bocci, modelovanie z hliny, zábavné kvízy, zakladanie vatry a ve a inej zábavy. Myslím si, že jedným z najvä ších zážitkov našich chlapcov bolo vozenie sa v ervenom Porshe Boxter. V aka asistentovi Miškovi a jednej panej, ktorá auto poži ala sa všetci previezli a celý ve er mali o om rozpráva . Ukon enie tohtoro ného tábora vyvrcholilo ve kou diskotékou so zábavným programom a hlavne búrlivým tancovaním.

Ešte raz akujeme všetkým organizátorom tábora (Andrejke, asistentom, chatárom) a mami kám našich chlapcov. Všetci boli ochotní, otvorení a priate skí.

akujeme za prekrásne zážitky a tešíme sa na budúci rok. Všetkých pozdravujem a všetko dobré želá

Rodina Róbová zo Zelen a.

## Spomienky na krásny týždeň v Beluškých Slatinách

Pred pár týždňami som dostala pozvánku do tábora, ktorý organizovala OMD. Na výber sme mali až 3 turnusy a keďže rada zapájam do svojho života fantáziu, vybrala som si tematický tábor. Pred odchodom som mala trochu obavy z nových ľudí a prostredia, ale všetok strach ma hne opustil, keď som videla tie milé usmiate tváre, ktoré s ubovali určiť krásne strávený týždeň v úžasnej spoločnosti. A nemýlila som sa.



Naša izba bola veľmi pekná a veľa, zdobili ju nielen pekné obrazy a spoločný balkón so všetkými izbami ale aj ja, Alka, Gygy a Tami. Počasie nám prišlo, počas 7 dní sa na nás stále usmievalo slnko, no až tak veľmi, že sme sa občas museli hromadne ostriekať hadicou – bola to veľmi sranda. Ráno, obed aj večer boli úžasné, pani chatárka Alenka a jej manžel Igor nám varili krásne pokrmy, dokonca sme mali aj parené buchty a kto by buchty nemal rád. Starali sa o nás naozaj poriadne. Jedenie sme absolvovali

vonku pod holým nebom, pred nami sa rozprestierala nádherná príroda, lúka s lúčnymi kvetmi a trma barančekmi, les a hojdačka, ktorá bola často obsadená... Tento pohľad mi veľmi chýba a myslím si, že nielen mne.

Každý deň nám Pecka a Gygy (naše zlaté animátorky) pripravili nejaký program. Raz sme batikovali tričko, inokedy sme robili mozaiku z kachlíčiek, potom sme vyrábali rôzne super veci z hliny. Naučili sme sa robiť aj náramky priateľstva z korálok. Pre športovcov sa konal turnaj v bocci a v šachu.

Často sme sa spolu rozprávali, smiali, robili spoločné fotografie, vymieňali si telefónne čísla. Myslím, že každý si tam našiel niečo o svoje. Pár dní po príchode mala narodeniny moja kamarátka Alka a tak sme jej všetci spolu pripravili malú oslavu (o ktorej samozrejme niečo tušila, asi sme boli príliš nápadní), ale všetko dopadlo super.

Naš vedúci tábora Jožko, bol ako vždy skvelý, spolu s úrim gitaristom sa nám večer pri ohníku starali o príjemnú zábavu. Do spevu bolo všetkým a tiež do papania, opekali sme si vraj nezdravé špekáčky a chlebík, no ale tomu sa naozaj nedalo odolať, verte mi. Atmosféra bola každým dňom rodinnejšia a ani sme sa nenazdali a bol čas rozlúčky – pani chatárka Alenka a Igor nám darovali na rozlúčku krásnu a dobrú tortu so symbolom motýlika, bola úžasná.

Ešte posledný úsmev na fotografiu a potom už len mávanie odchádzajúcim autám so skvelými ľuďmi, s ktorými som prežila jeden z najkrajších týždňov môjho života. Už teraz sa teším na budúci rok, no zatiaľ ma budú krásne spomienky na leto s OMDákmi.

Som rada, že som Vás všetkých mohla spoznať.

Pozdravujem si vás Lucika

## Milá OMD!

Nemám rada jeseň. hlavne preto, že je predzveskou dlhej zimy, ktorú by som ja najradšej prežila uložená na sladký zimný spánok (a nechala sa prebudiť až prvými jarnými lúčmi slnieka). Nemám rada stále chladnejšie dni, sivé, veterné, upršané... Tohtoročná jeseň sa ale zašla veľa mi príjemne a darovala nám krásny, nezvyčajne teplý a slnečný október. Ale aj keby to tak nebolo, aj keby celý mesiac lialo ako z krhly, na oblohu metali hromy - blesky a fúkal severák, nič z toho by nezastienilo moju radosť z krásneho stretnutia, ktoré je pre mňa v tomto depresívnom období jediným svetlým bodom (priam bodiskom!), a to bolo stretnutie s vami, mojou Oemáčkou rodinkou. Tentokrát nie vo Vyhniach, ako bývalo zvykom, ale v Piešťanoch v hoteli Sáva. Ako sa vraví, zmena je život, a mne vôbec nezáležalo na tom, KDE, ale s KÝM. a všade dobre, ale s OMD najlepšie... Tí, ktorí o to ešte neviete, alebo o tom pochybujete, o rok už určite neváhajte.

Naše stretnutie sa konalo od štvrtka 5. do nedele 8. októbra. Každou hodinou členov OMD pribúdalo. Hory batožiny, srdečné zvitania, ubytovanie, prehliadka hotela... Po príchode zhrn sa pomaly upokojil a my sme si zasadli k prvej večeri. a veru sa nás nazbierala riadna kopa! Ak som dobre počula, okolo 150 ľudí, to už je naozaj pekné číslo, veru, o nohy malo, utekalo, a o nevládalo, vozíky osedlalo a uháľalo do Piešťan.

Po večeri spoločné posedenie, prípitok Vivat OMD, nech sa nám darí a nech sa naša rodinka rozrastá, prezeranie fotografií z rôznych akcií, samozrejme s vtipným komentárom. Pozapisovali sme sa do súťaží našej obľúbenej dystroolympiády, a potom sa už len „trkotalo“, kým nás únava nezahnala do postelí.

Piatok bol dňom meraní síl a precvičovania sivej hmoty. Prebiehali súťaže v šachu, dáme, žolíku, v lúštení krížoviek, v love a tiež v horez populárnejšej a napínavej boccií. Kto potreboval relax a čerstvý vzduch, vydal sa na prechádzku, či už k jazeru Sáva obdivovať krásu a nádherné labute, alebo pri hrádzi až ku Sklenenému mostu, do centra Piešťan. A komu sa z hotela nechcelo, mohol si dopriať saunu, bazén, alebo sa zveriť do rúk našich skvelých masérov Marka a Maľky.

Večer nás čakalo prekvapenie, brušná tanečnica, predviedla nám svoje umenie, a nielen to, ako inštruktorka tohto exotického tanca sa pokúsila niektoré zaujímavé prvky naučiť aj Jožka B., ten je za každú srandu, svojimi kreáciami spustil vodopád smiechu, poniektorí si aj poplakali (a ktovie, či ešte...), pripojil sa aj Milanko J., ktorý úžasnými pohybmi svojich brušných svalov pravdepodobne prekonal aj majsterku umenia! Skvelé!

Nasledovala diskotéka v podaní Mirca B. a voľná zábava, čiže posedenie v bare, až do neskorých nočných hodín. Škoda len, že tých, ktorí si vybrali voľnú zábavu bolo viac, ako „tancachtivých“...

Aj v sobotu sme mali bohatý program. Predpoludním sa konala výstava kompenzačných pomôcok, prezentovali sa viaceré firmy z rôznych kútov Slovenska, so svojimi novinkami. Kto potreboval poradiť, uvažoval o získaní nového vozíka, či už mechanického alebo elektrického, mohol si vyskúšať a dozvedieť sa všetky podrobnosti. Keďže miestnosť bola plná záujemcov, usudzu-

jem, že prezentácia bola úspešná, a svoj ú el splnila.

V tom istom ase, no na inom mieste, milé asistentky Pe ka a A ka vytvorili tvorivú dielni ku, kto mal chu , mohol si vytvori malé umelecké dielko, vyzdobi si pohár farbami na sklo, vymodelova si nie o pekné z hlíny, alebo „utka “ z koráliek náramok. Fantázii sa medzi nekládli a tak vznikli zaujímavé a pestrofarebné dielka.

Popoludní o dobrú náladu opä nebola nůdza, svojou návštevou nás poctili herci z dobre známej relácie SOS, a to v kompletom zložení. A že ich humor a vtipné scény máme všetci radi, o tom sved ili neutíchajúce výbuchy smiechu a búrlivý aplauz.

Po poslednej ve eri sme trochu pokúšali š astie a nakúpili sme si tombolové lístky, ve množstvom výhier sa stól len tak prehybal. Svojimi mexickými rytmami a štýlovým oble ením nás potešila skupina Mariachi sin fronteras. Svet kúziel a ilúzií nám predviedol kúzelník Jaro, ktorý bol taký ochotný, že našej mládeži venoval hodinku trikov ešte aj po oficiálnom vystúpení. Všetky deti si prišli na svoje aj po as detskej tomboly, o ká im žiarili, ve žiadne neodišlo s prázdnyimi rukami. Dospelí netrpezlivo o akávali vyhodnotenie Dystrolympiády, ví azi si odnášali krásne a hodnotné ceny. A potom, hurá na parket! Diskotéku prerušilo len losovanie tomboly a trvalo poriadne dlho, kým si všetky ceny našli svojich majite ov. A už sa len tancovalo, spievalo, šantilo a zabávalo, dokedy sa len vládalo.

V nede u ra ajky... opä hory kufrov, batohov a tašiek... milé slová na rozlú ku a hotel S ava sa pomaly ponáral do ticha. A my, plní zážitkov a emócií, spokojní, že stretnutie bolo opä fajn, prima, super, že bolo skrátka NAJ, rozp chlí sme sa všetkými smermi k našim domovom.

Ja akujem, že som mohla by s vami. akujem celému výboru OMD, že ste napriek ažkostiam stretnutie zorganizovali a že to naozaj stálo za to.

Prajem všetkým, aby ste jese a zimu prežili v zdraví. Prajem vám krásne Vianoce a š astné chvíle s vašimi najbližšími. Prajem vám úspechy v súkromí, v štúdiu, v práci a hlavne vám prajem ve a lásky a slnie ka v duši.

A ešte nie o. Nemám rada jese . Ale v aka vám, v aka stretnutiu s vami je predsa len znesite nejšia.

Kludia

P.S.:

- akujem Tiborkovi a Bibke, obom za to isté, vy viete...
- pozdravujem mojich „spolustolovníkov“ do Spišskej Novej Vsi, utujem, že sme sa už pri ra ajkách nestretli, ale kto neskoro chodí... Dúfam, že sa ešte stretneme.
- môj pozdrav letí aj do Žikavy, Považskej Bystrice a do Galanty pre Rózku - dúfam, že o rok prídete.
- keby niekto náhodou zatúžil po mojom nežnom hlásku, tak sta í vy uka : 0910 978 233.



## Ahojte milí Ozve áci a OM -áci!

Iste tí ktorí po uli, videli a hlavne zažili „Školu svojpomoci“ v Sklených Tepliciach mi dajú za pravdu, ke poviem, že to bolo jednoducho „e o- u o“. Po minuloro ných neúspešných pokusoch o ú as sa mi v auguste tohto toku podarilo absolvova prvý turnus školenia. V aka morálnej podpore z nášho centra v Blave – Andy + Jožko B. a tiež manželom Kamilke a Lackovi Chabadovým ako i Monike a Mirovi Bujnovým, ktorí mi zabezpe ili prepravu a potrebnú pomoc po as pobytu, som prežila ve mi príjemné, ve mi obohacujúce a priam dovolenkové chvíle.

Naozaj pútavé a neraz i humorné prednášky našich lektoriek p. Evy Mydlíkovej a p. ubice Miži kovej ma nielen zaujali, pou ili, ale aj pobavili.

Celá 18- lenná zostava ú astníkov školenia pozostávala zo zástupcov Slovenského zväzu sklerosis multiplex a z lenov našej OMD-é ky. A tak sme mali priestor aj na nadviazanie nových kontaktov a priate stiev.

Tešilo nás, ke Katka Albertová a uboš Kondela alias Indi medzi nami roztá ali po ve eroch našu ob úbenú „bocciu“ alebo ke sa Ani ka a Pa ko Pivkovci s nami podelili o svoje životné príbehy.

Kúpe ný park s krásnou zele ou, s jazierkami a altánkami poskytoval príjemné chvíle na prechádzky. Mne viac nebolo treba... Ke že pre môj ažký postih a náro nú manipuláciu som nemohla využíva bazén ani vírivky ako ostatní, mala som tak iné formy kúpe ného vyžitia. To mi umož ovalo bezbariérové ubytovanie a elektrický vozík, na ktorom som sa tam mohla pohybova . Nezdolateľný sa javil len kopec, ktorý delil lie ebný dom od spomínaného parku. Baterkám som dala síce zabra , ale utova to teda nemusím.



Preto aj touto cestou chcem pozdravi všetkých SMkárov a OM ákov, s ktorými som v Sklených Tepliciach prežívala vzácne a nezabudnute né chvíle a po akova vedeniu OMD za túto príležitos .

Taktiež akujem VV OMD i Nadácii Danubiana za poskytnuté príspevky na kúpu nového elektrického vozíka a za pružné vybavenie potrebných náležitostí. V aka tomu som mohla už celé leto prežíva v novej kvalite, vychutnáva si komfortné polohovanie sedenia ako i dovtedy nedostupné možnosti každodenného praktického života.

Všetkým Vám ve a zdaru do alšieho obdobia praje a na nové stretnutia sa teší

Mária Smolková

## Krehké vz ahy

Možno niektorí z vás spoznali v tomto nadpise názov jednej novej talk-show vysielanej na Slovenskom rozhlas. A tým, o nemajú ani šajnu o čom to je, v krátkosti prezradím, že je to relácia moderovaná pani Soľou Müllerovou, v ktorej dá priestor ľuďom rozpovedať svoj životný príbeh so zameraním na rôzne formy vzťahov, i partnerských, rodinných alebo pracovných. Niektorí hostia a ich osudy sú naozaj veľmi zaujímavé. Na internetovej stránke rádia Slovensko sa dajú vypočuť v archíve aj staršie vydania relácie. Do tejto relácie som bola pozvaná i ja.

A tak, keď ma náš milý tajomník Jožike (ktorého isto všetci poznáte) požiadal, aby som mohla vyplniť nejaké prázdne miestečko v Ozvene a podeliť sa s vami o nejaký môj zážitok, dlho som neváhala a rozhodla som sa dať o prezradiť „zo zákulisia“ návštevy tejto relácie. Nie preto, že by som sa chcela vystatovať, že ma sama veľa pani Soľa sem pozvala, alebo žeby som sa chcela cholericky sťažovať (pretože ja som skoro vždy optimista). Jednoducho je to len ďalšia skúsenosť a pár postrehov, alebo jednoducho na zamyslenie, že NIE VŠETCI, KTORÍ CHCÚ VYZERAť EMPATÍVNE AJ NIMI SÚ.

Takže pár postrehov a úsmevných situácií je tu. Počas telefonického rozhovoru ma pani Soľa ubezpečila, že rozhlas po mňa pošle auto so šoférom, ktorý je zvyknutý na prepravu ŽP osôb a pomôže mi, že môžem ísť pokojne aj sama bez sprievodu, že majú aj takéto skúsenosti. Na moje veľké prekvapenie mi šofér dokonca otvoril dvere auta a pozeral sa na mňa a čakal, že si som náhodou nevypila Retbull. Po niekoľkých sekundách dívania na seba, to moja asistentka nevydržala (ona je dosť aký typ) a hodila si ma cez plece a šup už som si sedkala na sedadle. V tej chvíli som sa nesmierne tešila, že som po úľvu svoj rozumu predsa len som išla so svojou úžasnou asistentkou, i keď som ju musela takto asi okrádať o spánok, keďže už bolo desať hodín večera. Ďalšie moje prekvapenie nastalo, keď vrátnik ani len netušil, že prídeme a stále od Zuzky pýtal nejakú legitimku zamestnanca, lebo nevedel pochopiť, že je to MOJA asistentka a nie niekoho z rozhlasu. Dokonca nám ani nevedel poradiť na ktorom poschode pracuje pani Soľa. Nebyť toho, že som si uložila jej súkromné telefónne číslo, tak som možno v slovenskom rozhlasu dodnes stratená. Z tajných zdrojov som sa neskôr dozvedela, že je jedna z mála moderátoriek, ktoré si zásadne po svojich hostí nechodievajú a nechávajú ich napospas napríklad náhode.

Na to, že mi niekto ako hosťovi neponúkne šálku kávy, vody alebo iných tekutín sa možno povznemem, i keď po hodinovom rozprávaní do rozhlasového mikrofónu sa vám začnú lepiť ústa ako keby ste si dali nejaké sekundové lepidlo. Píšem, povznemem sa, pretože musela zapracovať moja asertivita a sama som si vodu vypýtala. Ale asi sa nepovznemem, keď mi ako hosťovi niekto na privítanie ani nepodá ruku. Toto gesto nepodania rúk mi nejako nezlepšuje predstavu o empatii. To, že sa niekto vo svojej profesii venuje témam života, radostiam, ale i strastiam je podľa mňa úžasné a ešte o to viac, keď sú veľmi ťažkými témami aj životy telesne postihnutých ľudí. Ale keď je tento profesionál prekvapený napríklad tým, že máte osobných asistentov a ani len vôbec netuší o čom je asistencia, tak

je to trochu zarážajúce a na zamyslenie, i sa naozaj venuje profesionálne takýmto témam.

Tieto moje riadky by som hádam zakončila takto: Keď sa zle správaš Ty, pocit viny fackuje Teba. Keď však život prináša problémy sám, nie je dôvod sa fackovať a ani trápiť. Tak priatelia, len to ko odomá, želám vám veľa radostí a úsmevov. A nenechajte sa odradiť, keď vás pozvú do nejakej relácie, rozprávajú svoj príbeh, buďte pokojne s istým svedomím otvorení.

P.S.: Ak si myslíte, že na spiatu nej ceste sa ma šofér opýtal, i potrebujeme pomoc, lebo si všimol, že asi by to bolo vhodné, tak sa mýlite. Ako opäť dvere rýchlo otvoril, tak aj veľa mi rýchlo utiekol ku druhému koncu auta.

Alena Hradanská

### Parkovanie na chodníku - ako dopadla moja sťažnosť na Magistráte HM Bratislava?

Asi zatiaľ nemam veriť na zázraky. Tam kde bol problém, už zrazu nie je a dúfam, že už nikdy nebude. Na chodníku, ktorý som popísala v článku Test pre vodičov už môžem pohodlne prechádzať a spolu so mnou aj ostatní chodci.

Už vyše mesiaca sú tam stĺpiky - plniace funkciu zábradlia. Už vyše mesiaca sa tam nedá parkovať a ani sa neparkuje. Všetko to vyriešila jedna sťažnosť na magistráte a pár ochotných ľudí tam. (Priznám sa, že skôr som to chcela nazvať prosba, ale na magistráte ma usmernili, že to má byť sťažnosť.) Žiadna iná komunikácia medzi nami neprebehla. Jedna návšteva a jeden môj list a potom už len s odstupom času potichu ky pribúdali „ty ky“. S každou jednou som sa neuveriteľne tešila, lebo som na vlastné oči videla, ako tam "rastú". Toto riešenie dokonca predišlo moje obavy, lebo takéto zábradlie sa od zastávky Lafranconi až po most. 95 stĺpikov, to je naozaj dosť. Som miho prekvapená.

Teší ma to o to viac, že nikoho, kto to mohol ovplyvniť, nepoznám. Nemal mi to ani kto „pretlačiť“ a predsa to išlo. Nie je všetko také beznádejné. Aj u nás sa môžu končiť problémy happyendom. Myslím, že v tomto prípade pre všetky strany akujem.

Silvia Petruchová

### Naše Love story

Písal sa rok 2000 žil som v jednej dedinke pri Leviciach. Tento rok bol pre mňa zvlášť požehnaný, keďže sa mi splnil dávny sen, navštívil som Izrael, čo pre mňa, ako pre kresťanov, bol veľký Boží dar.

V lete som išiel na pravidelnú lekársku prehliadku k môjmu neurológovi, ktorý mi navrhol, aby som išiel do kúpeľov. Dosť som sa zdráhal, veľa mi sa mi nechcelo,

ke že som lenivý cvičiteľ. Ešteže sú tam pekné sestričky! loveka to predsa trochu poteší. Nakoniec som sa nechal lekárom presvedčiť, že tri týždne vydržím a budem sa cítiť lepšie. A tak som kýval na „povolávací rozkaz“. Ten som dostal za iatkom septembra a tak hurá do Bojníc. Išiel som tam už druhýkrát, takže prostredie mi bolo známe. Za ali sa moje štrapácie-procedúry, od rána do neskorého poobedia. Kýval som kedy sa to skončí a pôjdem domov.

V jedno popoludnie, keď som sa prechádzal, uvidel som „JU“. Nesmelo som ju oslovil a ona iba odvrkla „dobry deň,“ a pomyslela si: „o ma tento otravuje“. Sadol som si do cukrárne, kde sedela s kamarátkami. Za ali sme sa rozprávať a zistili sme, že obaja sme kresťania a dokonca pochádzame z rovnakého kraja. To mi bolo veľmi sympatické. A tak sme na druhý deň absolvovali prvé rande. Anka tam bola na aute a ja som ju poprosil, aby mi dala pár hodín jász. Mal som už dávno vodičský, ale chýbala mi prax v šoférovaní. A tak sme sa za ali spoznávajú v modrom Ticu.

Mali sme už po tridsiatke a obaja sme si hľadali partnera, lebo sme neboli stvorení pre „singel“ život. Keže veríme, že náš život riadi živý Boh – Pán Ježiš Kristus, túto svoju potrebu, t.j. partnera, sme mu obaja pravidelne predkladali v modlitbách. S tým rozdielom, že ja som nekýval, že sa stretnem so svojou budúcou manželkou práve v týchto kúpeľoch, kým Anka sa modlila konkrétne, aby stretla svojho partnera práve na tomto liečení. A stalo sa. Dnes viem, že preto som musel ísť do kúpeľov. Nie pre procedúry, ale pre svoju manželku Anku. To som, však vtedy ešte nevedel. Zmenili mi aj dátum nástupu na liečenie, inak by sme sa s Ankou minuli a možno už nikdy nestretli.

Po odchode z kúpeľov prišli na rad horúce linky a zaujímavé štvorciferné účty. Ja som žil pri Leviciach, tam som slúžil v tej dobe ako evanjelický farár a Anka bývala na opačnom konci republiky v Košiciach. Boli sme vzdialení od seba vyše tristo kilometrov. (To na vysvetlenie, pre o tie zaujímavé telefónne účty). A tak som pendloval na trase Levice–Košice. Stretli sme sa pár krát a už v decembri 2000 sme sa rozhodli, že chceme naše životy spojiť. A tak sme v apríli 2001 spečatili náš krátky vzťah manželským súbom. Dnes už máme za sebou prvú päťročnicu a dúfame, že z milosti Božej ich máme pred sebou ešte zopár desiatok.

Vaši Pavel+Anka

## Marika a Erika Kostové

V júli sa konal náš tradičný oemacký tábor, tohoto roku sa naňom zúčastnili aj dve sestry „z alekého východu“ - od Bardejova Marika a Erika Kostové.

Napriek svojej diagnóze spinálnej svalovej atrofii (SMA) rozdávaajú rados svojmu okoliu rozprávkami, ktoré Marika píše a Erika ilustruje. Vydali už aj svoju prvotinu knižku pod tajuplným názvom „Rozprávkovce všeli o na dobrú noc“.

čas rozhovoru s nimi uverejníme aj v našej Ozvene, nech poslúži nám všetkým na povzbudenie v tom, že sa oplatí bojovať a netreba sa vzdávať za žiadnych životných okolností.

Marika: Ja toho veľa robím - nemôžem lebo mám slabšiu ruku. Rada si vymýšľam



rozprávky a potom ich píšem. Už asi tri roky máme po ťa od vtedy mi ide písanie rýchlejšie. Je to moja veľká záľuba. To mi vyprávaš a väčšinu dňa.

Otázka: Odkiaľ berieš inšpiráciu na písanie rozprávok?

Väčšinou to príde samo od seba. Stačí mi po ťa slovo, vetu a ja si k tomu hne predstavím viac. Erika raz namaľovala ružové delfíny a pod ťa toho vznikla aj rozprávka, je v knihe, ktorá nám pred rokom vyšla pod názvom „Rozprávkové všeličo na dobrú noc“.



Pomohli nám ju vydať pán profesor akademik Mušínska v spolupráci s našou pani starostkou.

Sme na našu knižku ku veľkej hrdosti nikdy sme nečakali, že sa nám to podarí. Erika robila ku knižke ilustrácie aj obálku, ktorá pekne vyšla.

Otázka: Máte v pláne vydať aj ďalšiu knižku rozprávok?

Erika: Pravda je taká, že rozprávky sú už napísané do novej knihy a hotové sú aj ilustrácie. Teraz najnovšie hľadáme sponzorov, aby sme ju mohli vydať. Raz by sme chceli napísať aj poviedky, príbehy pre dospelých, uvidíme ako to dopadne lebo sa to píše pomaly a nápady prichádzajú postupne.

Otázka: Plánujete vydať knihu aj v inom ako v slovenskom jazyku?

Je možné, že nám už koncom tohoto roku vyjde naša knižka aj v rusínskom jazyku.

Otázka: Ako si sa dostala ku kresleniu?

Erika: Ja kreslím od malička, vymýšľam si všelijaké námety. Keď som bola malá pozerala som na satelite japonské rozprávky a z nich som čerpalá inšpiráciu. Teraz som ilustrovala Marike už spomínanú knižku.

Aj za vás sa pýtal: Pali Pivka

## DISKUSNÉ OKIENKO

### Kšefty s bytmi

Kto som a odkiaľ som, nie je v tejto chvíli podstatné. Na úvod aspoň pripomeniem, že som vozí karka, lenka OMD. Pobúrená, znechutená a zhnusená.

Ani neviem v ktorom roku, ale nebolo to zase tak dávno, bol prijatý „bytový zákon“, ktorým sa umožnilo nadobudnúť vlastníctvo k nájomným bezbariérovým bytom. Iste, za tento „výtvor“ lobovalo mnoho skupín, hlavne z radov zdravotne postihnutých. Výhodou mala byť akási istota, aby nemohlo prísť k svojvoľnému ukončeniu nájmu zo strany mesta. Avšak k tejto výhode sa pridala aj ďalšia.

Lepšie povedané vynaliezavosť a silný ekonomický duch mnohých z nás. Tak sa stáva, že si zdravotne postihnutý odkúpi byt, ktorý mal doteraz v nájme, za smiešnych 50 tisíc do svojho osobného vlastníctva... a teraz prichádza erešni ka na torte následne ho predá za trhovú cenu (v metropole východu 2-izbový byt za jeden milión).

Tak sa pýtam, dochádza nadobudnutím vlastníctva k takémuto bytu k zázra nému uzdraveniu, výsledkom ktorého táto osoba už nie je odkázaná na bezbariérové bývanie? Podľa reality asi áno. Nám ostatným, ktorí nemáme prostriedky na kúpu vlastného bytu nezostáva nič iné, len vypisova žiadosti o pridelenie nájomného bezbariérového bytu, aj keď dopredu vieme, aká bude odpoveď, t.j. mesto nedisponuje takýmito bytmi, ani ich neplánuje budovať, hoci má na stole aj 50 žiadateľov.

A za ten čas, pokiaľ nechceme rozšíriť rady bezdomovcov, sme nútení bývať v totálne bariérových priestoroch s nekresanským nájomným. Veľmi napokon, o byt sme aj chceli, hlavne, že máme strechu nad hlavou. Týmto pozdravujem všetkých, ktorých sa tento problém týka a ktorým svedomie i napriek tomu dovoľí spokojne spať.

Iveta OMD

## SOCIÁLNE OKIENKO

### Poskytovanie zdravotných výkonov na účely sociálnej pomoci

Ústredie práce, sociálnych vecí a rodiny, v zastúpení generálneho riaditeľa a Asociácia súkromných lekárov SR, v zastúpení prezidentom „Asociácie“, podpísali „Dohodu o poskytovaní a úhrade zdravotných výkonov na účely sociálnej pomoci“, ktorá nadobudla platnosť dňom 1.8.2005. Uzavretím „Dohody“ sa definovali presné pravidlá vo veci poskytovania zdravotných výkonov na účely sociálnych služieb, peňažných príspevkov na kompenzáciu a peňažného príspevku za opatrovanie, bodového ohodnotenia zdravotných výkonov, ceny bodu za poskytnuté zdravotné výkony a spôsobu úhrady.

Podľa § 106a ods. 1 zákona č. 195/1998 Z. z. o sociálnej pomoci v znení neskorších predpisov zdravotnícke zariadenie je povinné poskytnúť zdravotné výkony na účely sociálnych služieb a peňažných príspevkov na kompenzáciu. Zdravotné výkony, ktoré sú poskytnuté na účely sociálnej pomoci a ktoré sú presne špecifikované v uvedenom ustanovení, sa poskytujú na základe písomného vyžiadania štátneho orgánu sociálnej pomoci za úhradu.

Z citovaného ustanovenia vyplýva, že ak na účely peňažných príspevkov na kompenzáciu poskytuje lekár zdravotné výkony uvedené v ods. 3 §106a citovaného zákona o sociálnej pomoci, môže si tieto vyfakturovať príslušnému štátnemu orgánu sociálnej pomoci, t.j. úradu práce, sociálnych vecí a rodiny,

resp. v rámci odvolacieho konania Ústrediu práce, sociálnych vecí a rodiny, ktorý je povinný lekárovi tieto úkony zaplatiť. V prípade, ak žiada lekár úhradu za poskytnuté zdravotné výkony na účely sociálnej pomoci priamo od obana, postupuje v rozpore s platnými právnymi predpismi, pretože ustanovenie § 106a zákona o sociálnej pomoci túto povinnosť obanovi neukladá. V tejto veci sa obanom odporujú a obráti sa na Regionálnu lekársku komoru, Asociáciu súkromných lekárov SR, Úrad pre dohľad nad zdravotnou starostlivosťou alebo v prípade, ak je zriadený oddelením zdravotníckeho zariadenia samosprávny kraj, tak na príslušné oddelenie zdravotníctva.

Za zdravotné výkony na účely sociálnej pomoci sa podľa § 106a ods. 3 citovaného zákona o sociálnej pomoci považujú:

- a) vyšetrenie zdravotného stavu obana v konaní o sociálnej službe alebo o peňažnom príspevku na kompenzáciu,
- b) vystavenie výpisu zo zdravotnej dokumentácie obana v konaní o sociálnej službe alebo o peňažnom príspevku na kompenzáciu,
- c) vystavenie lekárskeho nálezu, posudky, správy o priebehu a vývoji choroby a zdravotného postihnutia,
- d) vystavenie návrhu na umiestnenie osoby v zariadení sociálnych služieb.

Uvedené zdravotné výkony na účely sociálnej pomoci poskytuje lekár všeobecnej starostlivosti a lekár špecializovanej zdravotnej starostlivosti na základe písomného vyžiadania úradu práce, sociálnych vecí a rodiny resp. v rámci odvolacieho konania na základe písomného vyžiadania Ústredia práce, sociálnych vecí a rodiny.

Úhradu za požadované zdravotné výkony uhrádzajú úrady práce, sociálnych vecí a rodiny, v rámci odvolacieho konania Ústredie práce, sociálnych vecí a rodiny, podľa bodov za vykonaný zdravotný výkon stanovených podľa opatrenia MZ SR .07045/2003-OAP z 30. decembra 2003 (naposledy zmeneného a doplneného opatrením MZ SR . 07045-12/2005-SL z 18. októbra 2005).

Cena bodu zdravotného výkonu je stanovená podľa prílohy . 4, písm. A, ods. 1 písm. d) a ods. 2. 2c) vyššie uvádzaného opatrenia vo výške 0,50 Sk.

V záujme zjednodušiť prácu a minimalizovať administratívu ako zamestnancov orgánov štátnej správy, tak i lekárov poskytujúcich zdravotné výkony na účely sociálnej pomoci, vypracovalo Ústredie práce, sociálnych vecí a rodiny „Výkaz k úhrade za zdravotné výkony na účely sociálnej pomoci“, ktorý tvorí prílohu . 1.

Výkaz, spolu s daňovým dokladom (faktúrou) zašle lekár všeobecnej starostlivosti alebo lekár špecializovanej zdravotnej starostlivosti príslušnému orgánu sociálnej pomoci, ktorý o vykonanie zdravotných výkonov požiadal a to vždy do 15.-teho dňa nasledujúceho mesiaca po skončení fakturovaného obdobia. Úhradu za požadované zdravotné výkony uhradí príslušný štátny orgán sociálnej pomoci, ktorý o vykonanie zdravotného výkonu požiadal, do 30 dní po doručení faktúry.

O spoluprácu v predmetnej veci bol požiadaný i prezident Slovenskej lekárskej

komory, ktorý navrhol zabezpečiť lepšiu informovanosť lekárov prostredníctvom internetovej stránky [www.lekom.sk](http://www.lekom.sk), prostredníctvom asopisu Konzílium a taktiež internými komunikačnými kanálmi smerom k Regionálnym lekárskeým komorám.

## Koncesionárske poplatky

Okolo koncesionárskych poplatkov je veľa nejasností, prinášame zopár faktov a odpovedí na najčastejšie otázky. Koncesionárskymi poplatkami sa zaoberá zákon č. 212/1995 Z. z. o koncesionárskych poplatkoch v znení neskorších predpisov, ktorý rieši poplatky za rozhlasové a televízne prijímače.

Kto je platiteľom?

Platiteľom poplatkov je fyzická osoba - občan, ktorá prijíma televíziu vlastnú. Občan platí za jeden prijímač (rozhlasový alebo televízny) v domácnosti, pričom môže mať aj viac prijímačov.

Koľko sa platí?

Mesačná výška poplatku pre fyzickú osobu za používanie televízneho prijímača je 100 Sk, za používanie rozhlasového prijímača 40 Sk.

Mesačná výška poplatku pre fyzickú osobu, ktorá je poberateľom dôchodku, ak nežije v domácnosti s inou osobou s pravidelným príjmom zo zárobkovej činnosti, je za používanie televíznych prijímačov 50 Sk, za používanie rozhlasového prijímača 20 Sk.

Kedy je potrebné prihlásiť sa do evidencie?

Povinnosť prihlásiť sa do evidencie platiteľom má každá fyzická osoba - občan do 15 dní od nadobudnutia prijímača. Povinnosť zaplatiť poplatok vzniká prvým dňom mesiaca nasledujúceho po tom, ako platiteľ nadobudol prijímač. Povinnosť platiť poplatok sa skončí posledným dňom mesiaca, v ktorom zanikla povinnosť platiť poplatok. Povinnosť platiť poplatok zaniká, ak sa prijímač zničí alebo je neopraviteľný, ak sa prijímač predá, daruje alebo zverí na dlhodobé užívanie inej fyzickej osobe.

Kto je oslobodený od platenia?

Od povinnosti platiť poplatok sú oslobodení:

- cudzinci, ak ich pobyt na území Slovenskej republiky nepresahuje tri mesiace v kalendárnom roku,
- pracovníci zastupiteľských úradov a misií cudzích štátov, ak nie sú slovenskými štátnymi občanmi,
- občania s ťažkým zdravotným postihnutím

Za občana s ťažkým zdravotným postihnutím sa považuje občan, ktorému bol na základe rozhodnutia priznaný preukaz občana s ťažkým zdravotným postihnutím (§57, zákona o sociálnej pomoci).

Stal som sa držiteľom preukazu občana s ťažkým zdravotným postihnutím, mám nárok na úľavu od poplatku za TV prijímač a rozhlasový prijímač? Ak áno, komu mám oznámiť túto skutočnosť?

V prípade ak sa jedná o koncesionára vedeného Slovenskou poštou, má koncesionár možnosť nahlásiť túto skutočnosť na Slovenskej pošte. Po overení skutočnosti bude koncesionár – držiteľ preukazu Z P vyradený z evidencie koncesionárov. Pracovník pošty nahliadne do preukazu obľúbenej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím.

V prípade ak sa jedná o koncesionára vedeného u STV má koncesionár možnosť nahlásiť túto skutočnosť priamo v STV. Po overení skutočnosti bude koncesionár – držiteľ preukazu ZP vyradený z evidencie koncesionárov STV.

Kedy je potrebné nahlásiť zmenu?

Platba poplatkov je povinná vyberte si poplatok oznámi do 30 dní zmenu trvalého bydliska, zmenu priezviska prípadne ďalšie zmeny súvisiace s evidenciou platíte ob, prípadne výškou poplatku. (napr. zmena výšky poplatku u dôchodcov - prechod zo 100 Sk na 50 Sk resp. opačne, v prípade, ak táto osoba žije v spoločnej domácnosti s osobou samostatne zárobkovo činnou).

Tieto zmeny je potrebné nahlásiť na príslušnej pošte alebo inkasnom stredisku na predpísanom tlačíve (Evidencia platiev koncesionárskych poplatkov - zmena, resp. Hlásenka zmeny), ktoré vydá platiteľovi pošta toto platí pre koncesionárov prihlásených prostredníctvom Slovenskej pošty. Koncesionári prihlásení priamo u STV (ich VS za iným číslom 781 ...) nahlásujú zmeny priamo STV.

Za akých podmienok je možné sa odhlásiť z evidencie koncesionárov?

Platiteľ sa môže odhlásiť z evidencie platiev z dôvodu:

- o Zániku povinnosti platiť poplatok
- o Viacnásobného odberu elektrickej energie
- o Nároku na oslobodenie
- o Zánik povinnosti platiť poplatok vzniká ak obľúbenej predá, daruje, resp. prijíma sa znížiť. Koncesionár prihlásený priamo u STV zánik povinnosti platiť poplatok preukazuje vlastným vyhlásením na tlačíve Odhláska priameho poplatníka. Po vyplnení tlačíva, ho priamy koncesionár odošle na adresu STV a následne na to dostane potvrdenie o odhlásení a vyradení z databázy platiev.

Pozn.: Informácie sme čerpali zo Zákona o koncesionárskych poplatkoch, [www.slovakradio.sk](http://www.slovakradio.sk), [www.stv.sk](http://www.stv.sk).

## Nález Ústavného súdu a postup Sociálnej poisťovne pri vrátení invalidných dôchodkov

„Ústavný súd konštatoval porušenie ústavného práva obľúbenej, a to tým, že trvanie invalidity ako podmienky zachovania nároku na invalidný dôchodok a čiastočný invalidný dôchodok vzniknutého pred účinnosťou zákona o sociálnom poistení sa posudzuje podľa nových kritérií uvedených podľa zákona o sociálnom poistení. Tým vnáša do minulých skutkových a právnych vzťahov právnu neistotu.“, tak znie nález Ústavného súdu z júna 2006.

Za protiústavné označenie alebo prehodnocovanie tých ľudí, ktorí mali v poslednom

posudku o zdravotnom stave vydanom pred rokom 2004 napísané, že sa zlepšenie nedá a akákoľvek a viac nemusia prísť na prehliadku. Prítomným bolo pod názorom sudcov aj prehodnocovanie tých, ktorým lekár určil dátum prehliadky na obdobie po roku 2004, no stanovil ho ešte pred týmto rokom, teda v starom systéme (na občanov s ID sa teda mal vzťahovať starý právny predpis o sociálnom zabezpečení).

Ide o retroaktivitu, ktorá je v našom právnom systéme a podľa zásad právneho štátu neprípustná.

O ktorých zákon ide:

- ide o nový zákon o sociálnom poistení . 461/2006 Z.z. platnom od januára 2004
- podľa tohto zákona a jeho prísnejších kritérií sa nepostupovalo len pri priznávaní nových ID. Mali sa prehodnotiť aj všetky dovtedy priznané ID, hoci boli priznané podľa predchádzajúceho (*staršieho*) právneho predpisu *zákon . 100/1988 Zb. o sociálnom zabezpečení*.
- zákon o soc. poistení zrušil od tohto roku 2004 pojem „iastočný a plný invalidný dôchodok“, hovorí už len o invalidnom dôchodku s poklesom schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť od 40 do 70 percent a nad 70 percent. Sociálna poisťovňa mala podľa neho prehodnotiť všetkých občanov s invalidným dôchodkom (ID) teda 180 250 vtedajších poberateľov ID. Po prehodnotení sa ID priznával v rôznych výškach. Ak vyšlo percento ohodnotenia diagnózy nižšie ako 40 percent, ID občanovi Sociálna poisťovňa odobrala. Ak mu vyšli percentá v rozmedzí 40–70, výška dôchodku sa vyrátala podielom, ktorý zodpovedal výške percent (napr. miera postihnutia 60 percent – ID sa občanovi vyplácal v sume 60% z inak plného ID). Ak vyšlo občanovi viac ako 70 percent, ID sa mu vyplácal v plnej výške (teda poberal plný ID).
- podľa nového zákona nie je možné spočítať percentuálne ohodnotenie všetkých ochorení, ak má občan viacero druhov postihnutia, tak ako to bolo v predchádzajúcom predpise. Do úvahy berie len najzávažnejšie postihnutie – jeho percentuálne ohodnotenie mohli zvýšiť najviac o 10 percent.
- Sociálna poisťovňa od januára 2004 do júna 2006 prehodnotila spolu 135 474 občanov poberajúcich ID a z toho 23 189 občanom, na základe nového a prísnejšieho ohodnotenia zdravotného stavu, vyplácanie ID krátila alebo im dôchodok celkom odobrala.

Prehodnocovanie invalidných dôchodkov v tabuľke:

Počet plánovaných lekárskejších prehliadok 180 250

Počet doteraz uskutočnených prehliadok 135 474

z toho:

zníženie invalidity 12 907 prípadov

zvýšenie invalidity 4 283 prípadov

zrušenie invalidity 10 282 prípadov

stav sa nezmenil 108 002 prípadov

(Zdroj: Sociálna poisťovňa)

Riešenie stavu:

Bola prijatá novela zákona o sociálnom poistení . 529/2006 (Z.z.) ú inná od 1. októbra 2006, ktorá napráva protiústavný stav. V septembri 2006 Sociálna pois ov a identifikovala zo svojho informa ného systému dotknutých poistencov a vypracovala ich zoznam. Ide o poistencov, u ktorých bol v období od 1. januára 2004 do 30. júna 2006 „preposúdený“ ich zdravotný stav pod a nového zákona o sociálnom poistení a na základe jeho prísnejších kritérií im bol invalidný dôchodok od atý alebo znížená suma invalidného dôchodku. Sociálna pois ov a by chcela opätovne a správne posúdenie týchto poistencov zrealizova v mimoriadne režime a termíne od 2. októbra do 30. novembra 2006.

Tieto zoznamy a termíny sa týkajú len tých poberate ov ID, ktorí boli pod a nového zákona o sociálnom poistení posúdení v rámci prvej kontrolnej prehliadky – teda povinnos kontrolnej lekárskej prehliadky pred posudkovým lekárom mali napísanú v pôvodnom (starom) rozhodnutí o priznaní ID.

Ktorých poberate ov sa novela . 529 týka?

- Tých poberate ov ID, ktorým bol iasto ný invalidný a invalidný dôchodok priznaný pred prijatím nového prísnejšieho zákona o sociálnom poistení, teda im bol priznaný do 31. decembra 2003. Boli posúdení pod a starých a miernejších právnych predpisov.

- Títo udia získajú spä vyšší dôchodok.

Novela rozlišuje 2 skupiny poberate ov ID z rôznym postupom Sociálnej pois ovne:

1. skupinu tvoria

- tí poberatelia iasto ných invalidných a invalidných dôchodkov, ktorí boli po 1. januári 2004 pozvaní na kontrolnú lekársku prehliadku a pred posudkového lekára a prehodnotení pod a nového zákona o sociálnom poistení na percentá, teda mali vo svojom pôvodnom rozhodnutí vydanom pred rokom 2004 uvedenú potrebnú kontrolnú lekársku prehliadku, lebo ich zdravotný stav nie je trvalý

- od atý alebo znížený ID nebude automaticky vrátení

- ich zdravotný stav Sociálna pois ov a prehodnotí pod a mäksích predpisov platných pred rokom 2004, teda ich zdravotný stav a nárok na invalidný dôchodok sa bude opätovne posudzova pod a zákona . 100/1988 Zb. o sociálnom zabezpe ení

- Sociálna pois ov a bude kona z vlastného podnetu, z úradnej povinnosti

2. skupinu tvoria

- tí poistenci, u ktorých bývalá posudková komisia sociálneho zabezpe enia ešte pred 1. januárom 2004 vyslovila záver, že ich zdravotný stav je trvalý, a nie je predpoklad, že sa zlepší a kontrolná prehliadka u posudkového lekára nie je potrebná

- ústredie Sociálnej pois ovne automaticky obnoví výplatu invalidného dôchodku, ktorý predtým poberali

- nebudú opätovne posúdení
- Sociálna poisovňa a by mala konať taktiež z vlastného podnetu

Osobitná skupina dotknutých občanov, ktorej sa však novela netýka:

Prehodnotenie môžu žiadať aj pozostalí. V prípade, že občanovi s ID bol dôchodok odatý, alebo sa mu znížil a následne zomrel, sa totiž vdovecký, vdovský aj sirotsky dôchodok vypočítaval z nižšej penzie zosnulého. Tieto dôchodky by sa im mali prepočítať.

Ako budú invalidné dôchodky vyplatené?

Ak sa pri prehodnotení podá predpisov spreď roka 2004 ukáže, že poberatelia mali nárok dostávať aj ID, dostanú ho späťne za celé obdobie, keď ho nepoberali, aj so všetkými valorizáciami. Tí, ktorým sa dôchodky znížili a podá starých predpisov by mali nárok na vyššie, sa zvýšia.

„Novela garantuje, že po prepočítaní dotknutého invalidného dôchodku, sa poberateľovi nezníži,“ – povedala ministerka Tomanová.

V prípade, že osoba, ktorej sa dôchodok odal, v sebe, keď mala dôchodok odatý, poberala dávku v hmotnej núdzi alebo príspevky k dávke v hmotnej núdzi (HN), Sociálna poisovňa a mu sumu vyplatených dávok v HN z priznaného dôchodku odpočíta.

o môžu urobiť ostatní občania s ID, ktorých sa novela netýka tiež?

- občania, ktorí odišli do ID po prvý raz až po 1. januári 2004, teda po tom, ako začal platiť nový zákon o soc. poistení, majú tiež šancu zvýšiť svoje penzie. Predposledná *novela zákona o sociálnom poistení č. 310/2006 Z.z.* zásadne upravila prílohu č. 4 zákona o sociálnom poistení, ktorá obsahuje percentuálne ohodnotenia viacerých diagnóz a aplikuje sa pri posudzovaní zdravotného stavu občana posudkovým lekárom. Od tohto percentuálneho ohodnotenia zdravotného stavu potom závisí výška dôchodku. Novela je účinná od 1. augusta 2006.

- Títo občania s ID môžu tiež požiadať Sociálnu poisovňu o prehodnotenie – do pobočky treba poslať písomnú žiadosť, Sociálna poisovňa a odporúča priložiť k žiadosti aj lekárske nálezy.

- podá novelizovanej prílohy č. 4 zákona o sociálnom poistení posudkový lekár sociálneho poistenia posúdi zdravotný stav aj pri kontrolnej lekárskej prehliadke u tých poberateľov ID, ktoré im boli priznané po 1. januári 2004.

Záver:

Od účinnosti novely č. 529/2006, teda od 1. októbra do 10. novembra vydala Sociálna poisovňa a opravených 7 431 rozhodnutí o nároku na invalidný dôchodok. V tomto počte sú zahrnuté jednak rozhodnutia o znovupriznaní, ako aj o zvýšení invalidného dôchodku.

erpané zo SME z 10.8. 2006  
a z PRAVDY z 20.11. 2006



## Ob an so zdravotným postihnutím v zákone o službách zamestnanosti po novelizácii

Zmeny zákona o sociálnom poistení po novele zákonom . 310/2006 Z. z. si vyžiadali aj úpravu zákona o službách zamestnanosti . 5/2004 Z. z. Nadväzne na ustanovenia o prekvalifikovaní invalidného dôchodku na starobný dôchodok odo d a dov šenia dôchodkového veku pod a § 263 ods. 9 a 16 a § 293m ods. 1 novelizovaného zákona o sociálnom poistení bola upravená aj definícia ob ana so zdravotným postihnutím.

Po zmene sa za ob ana so zdravotným postihnutím pod a § 9 ods. 1 písm. a) citovaného zákona o službách zamestnanosti považuje aj ob an, ktorý bol poberate om invalidného dôchodku, ktorý sa odo d a dov šenia dôchodkového veku považuje za starobný dôchodok. Pri poskytovaní pe ažných príspevkov na chránené dielne (chránené pracoviská) a na alšie ú ely pod a zákona o službách zamestnanosti sa však charakter takéhoto ob ana so zdravotným postihnutím asovo obmedzuje na dva, resp. tri roky odo d a, od ktorého sa invalidný dôchodok považuje za starobný dôchodok. Takéto prekvalifikovanie dôchodku sa vykoná bez žiadosti a nevypo íta sa nová suma dôchodku.

Ur ité starosti môžu nasta , ke takýto pracujúci poberate prekvalifikovaného invalidného dôchodku chce využí právo na podanie žiadosti o vyšší vlastný starobný dôchodok. Pred podaním žiadosti má ešte možnos vo by. Nevyuží (odloží na neskôr) právo na podanie žiadosti o starobný dôchodok a da prednos zamestnaniu s príspevkami na chránené pracovisko alebo uprednostní vyššiu sumu starobného dôchodku, ale so zamestnaním bez štatútu ob ana so zdravotným postihnutím. Po priznaní starobného dôchodku ostáva invalidný ob an zo zdravotného (posudkového) h adiska i na alej invalidným ob anom, ale z právneho h adiska prestáva by ob anom so zdravotným postihnutím pod a § 9 ods. 1 písm. a) zákona o službách zamestnanosti. Dokladom o tom, že ide o ob ana so zdravotným postihnutím na ú ely zákona o službách zamestnanosti je posudok Sociálnej pois ovne o invalidite ob ana alebo doklad o tom, že sa invalidný dôchodok odo d a dov šenia dôchodkového veku považuje za starobný dôchodok.

Ak sa majú rozhodnú zamestnanci v pracovnom pomere, mali by vec ešte pred podaním žiadosti o zmenu dôchodkovej dávky prerokova so zamestnávate om zodpovedajúcim za dodržiavanie ustanovení zákona o službách zamestnanosti, týkajúcich sa jeho zamestnancov - ob anov so zdravotným postihnutím.

Myslíme si, že rovnaké právo by ešte na ur ity as ob anmi so zdravotným postihnutím by mali ma nielen tí poberatelia invalidného dôchodku, u ktorých sa odo d a dov šenia dôchodkového veku považuje invalidný dôchodok za starobný dôchodok, ale i tí poberatelia invalidného dôchodku, ktorí po dov šení dôchodkového veku a potrebnej dobe poistenia získajú nárok na výplatu vlastného starobného dôchodku. Oba dôchodky sa vyplácajú zo základného fondu starobného poistenia. Lišia sa iba tým, že jeden dôchodok sa iba považuje za starobný dôchodok a druhý dôchodok je starobný dôchodok.

Pri tvorbe zákona o službách zamestnanosti v roku 2003 predložili niektoré

občianske združenia zdravotne postihnutých návrhy na zmenu a doplnenie. Viaceré z nich boli prijaté a premietnuté do zákona. Ak by boli iniciatívy koordinované možno by bola úspešnosť väčšia.

Nezamestnanosť občanov so zdravotným postihnutím je stále vážnym problémom. V tomto príspevku sme chceli poukázať na niektoré možnosti riešenia, ktoré sú aj v našich rukách.

Pre záujemcov o individuálnu konzultáciu o uvedených otázkach je v redakcii náš telefonický kontakt.

Ing. Štefan Martiš a PhDr. Viera Kováčová, PhD.  
Banská Bystrica 16. septembra 2006

## Zvýšenie dôchodku pre bezvládnosť v zákone o sociálnom poistení

Bezvládnosť je dlhodobé nepriaznivé zdravotné stavy, pri ktorom je poistenec - poberateľ dôchodku odkázaný na ošetrovanie a obsluhu inou osobou. Podľa zákona o sociálnom zabezpečení . 100/1988 Zb. a vykonávacej vyhlášky . 149/1988 Zb. sa priznávala čiastočná, prevažná a úplná bezvládnosť a zvýšenie dôchodku pre bezvládnosť o 300 Sk, 500 Sk a 700 Sk mesačne.

Od 1. januára 2001 došlo k zmene. Zvýšenie dôchodku pre bezvládnosť sa už nepriznáva. Nadväzne na Zákon o sociálnej pomoci sa odstránila duplicita kompenzovania sociálnych dôsledkov ťažkého zdravotného postihnutia, ktorú riešil zákon o sociálnom zabezpečení zvýšením dôchodku pre bezvládnosť a zákon o sociálnej pomoci priznávaním viacerých peňažných príspevkov alebo poskytovaním opatrovateľskej služby.

Potrebu poskytovania pomoci pri nevyhnutných životných úkonoch, pri zabezpečovaní nevyhnutných prác v domácnosti a pri zabezpečovaní kontaktu so spoločenským prostredím rieši zákon o sociálnej pomoci poskytovaním peňažného príspevku na osobnú asistenciu, peňažného príspevku za opatrovanie a poskytovaním opatrovateľskej služby.

Zákonnou úpravou účinnou od 1. januára 2001 sa však zvýšenie dôchodku pre bezvládnosť neodalo tým, ktorým bolo priznané podľa predpisov účinných do 31. decembra 2000. Takéto riešenie bolo prevzaté aj do zákona o sociálnom poistení . 461/2003 Z. z., ktorý nadobudol účinnosť 1. januára 2004. Podľa § 270 citovaného zákona „Zvýšenie dôchodku pre bezvládnosť priznané podľa predpisov účinných do 31. decembra 2000 sa od 1. januára 2004 vypláca za podmienok ustanovených predpismi účinných do 31. decembra 2000“.

V tomto príspevku chceme upozorniť na súvislosti zvýšenia dôchodku pre bezvládnosť s nárokmi na niektoré dôchodkové dávky podľa predpisov účinných od 1. januára 2004 a kedy možno požiadať o zmenu stupňa bezvládnosti a o úpravu sumy zvýšenia dôchodku pre bezvládnosť aj bez zmeny dôchodkovej dávky. U pracujúcich invalidných poistencov ide najmä o tieto prípady:

### 1. Pri novom vymeraní invalidného dôchodku

K sume novo vymeraného invalidného dôchodku bude na alej vyplácané zvýšenie dôchodku pre bezvládnos priznané pod a predpisov ú iných do 31. decembra 2000. Nové vymeranie invalidného dôchodku nebolo do návrhu zákona o sociálnom poistení prevzaté. Iba na základe legislatívnej iniciatívy Slovenskej humanitnej rady a Organizácie muskulárnych dystrofiíkov je v prechodných ustanoveniach zákona schválená výnimka, a to v § 263 ods. 13 zákona . 461/2003 Z. z. v znení neskorších úprav. Pod a tohto ustanovenia suma invalidného dôchodku poistenca, ktorý splnil podmienky nároku na nové vymeranie pred 1. januárom 2004, bol po vzniku nároku na nové vymeranie nepretržite zamestnaný k 31. decembru 2003, sa ur í pod a predpisov ú iných pred 1. januárom 2004. Rozhodujúcim obdobím na ur enie priemerného mesa ného zárobku sú kalendárne roky 1994 až 2003. Z obdobia dôchodkového poistenia získaného po 31. decembri 2003 nárok na nové vymeranie invalidného dôchodku nevzniká.

Poznamenávame, že podávanie žiadosti o nové vymeranie má význam iba vtedy, ke nová suma vypo ítaného invalidného dôchodku bude vyššia ako suma, v akej sa invalidný dôchodok vyplácal do priznania nového vymerania invalidného dôchodku. Podmienky nároku na nové vymeranie invalidného dôchodku upravuje § 35 zákona o sociálnom zabezpe ení . 100/1988 Zb.

### 2. Pri priznaní starobného dôchodku

Pri zmene invalidného dôchodku na starobný dôchodok po splnení podmienok nároku na starobný dôchodok platí to isté o pri novom vymeraní invalidného dôchodku pod a bodu 1 tohto príspevku. K priznanému starobnému dôchodku sa pripo íta zvýšenie dôchodku pre bezvládnos priznané pod a predpisov ú iných do 31. decembra 2000. Takéto podanie žiadosti má taktiež význam iba vtedy, ke suma starobného dôchodku bude vyššia ako suma invalidného dôchodku vyplácaného pred priznaním starobného dôchodku.

Stretávame sa s názorom, že podávanie žiadosti o priznanie starobného dôchodku namiesto invalidného dôchodku je zbyto né, pretože od roku 1988 sa invalidné dôchodky každoro ne valorizovali, a preto suma invalidného dôchodku bude vyššia ako suma starobného dôchodku. S takýmto názorom sa bez výpo tu netreba uspokoji , pretože skuto nos býva i opa ná.

Osobitne chceme zdôrazni , že poistencom, ktorým už bol po dov šení dôchodkového veku bez žiadosti prekvalifikovaný invalidný dôchodok na starobný dôchodok od 1. januára 2005 alebo ktorým bude prekvalifikovaný od 1. augusta 2006 do 31. decembra 2007, nezaniká nárok na podanie žiadosti o vlastný starobný dôchodok. Ak vypo ítaná suma vlastného starobného dôchodku bude nižšia, na alej sa im bude vypláca vyššia suma starobného dôchodku, na ktorý bol prekvalifikovaný invalidný dôchodok. Podaním žiadosti nemajú o strati .

Na súvislosti prekvalifikovaných starobných dôchodkov a vlastných starobných dôchodkov so zákonom o dani z príjmov a so zákonom o službách zamestnanosti upozor ujeme v osobitnom príspevku.

### 3. Pri zhoršení zdravotného stavu

Ak ide o také zhoršenie, ktoré sa dá hodnotiť ako vyšší stupeň bezvládnosti, možno požiadať o posúdenie zdravotného stavu a o vyššiu sumu zvýšenia dôchodku pre bezvládnosť. Miera odkázanosti na ošetrovanie a obsluhu inou osobou a tomu zodpovedajúci stupeň iasto nej, prevažnej a úplnej bezvládnosti sa posudzuje podľa § 36 vykonávacej vyhlášky k zákonu o sociálnom zabezpečení . 149/1988 Zb.

Pri úspešnosti v konaní treba vo všetkých troch prípadoch požiadať tým, že zvýšenie dôchodkovej dávky alebo vyššia suma zvýšenia dôchodku pre bezvládnosť sa budú brať do úvahy pri posudzovaní príjmov podľa zákona o sociálnej pomoci na účely peňažných príspevkov na kompenzáciu, peňažného príspevku za opatrovanie a pri poskytovaní opatrovateľskej služby.

V prípade, že žiadatelia majú záujem o individuálnu konzultáciu o uvedených otázkach, nechávajú v redakcii náš telefonický kontakt.

Ing. Štefan Martiš a PhDr. Viera Kováčová, PhD.  
Banská Bystrica 16. septembra 2006

## Súvislosti invalidného dôchodku a starobného dôchodku s daňou z príjmov

Daňovníkom dane z príjmov, ktorí sú poberateľmi invalidného dôchodku, sa po priznaní starobného dôchodku (po získaní potrebnej doby poistenia a dovšenia dôchodkového veku) nebude podľa § 11 ods. 2 zákona o dani z príjmov . 595/2003 Z. z. z celoročného základu dane odpovídaná nezdaniteľná časť základu dane 19,2-násobku sumy životného minima. Rozhodujúci je stav na začiatku zdaňovacieho obdobia. Zo sumy životného minima 4 980 Sk to bude v zdaňovacom období roku 2007 nezdaniteľná časť základu dane 95 616 Sk. Pracujúcim poberateľom starobného dôchodku sa táto suma nebude odpovídaná; budú platiť vyššiu daň z príjmov, než akú platili ako pracujúci poberatelia invalidného dôchodku. Zvýšenie dane bude rozdielne, podľa výšky príjmu a výšky základu dane. Maximálny rozdiel vyššej dane môže byť až 18 167 Sk ročne (19% z 95 616 Sk).

Z hľadiska dane z príjmov nie je rozhodujúce, či poberateľ invalidného dôchodku po splnení podmienok nároku na starobný dôchodok požiada o priznanie starobného dôchodku. Podľa § 263 ods. 16 a § 293m ods. 1 zákona o sociálnom poistení . 461/2003 Z. z. v znení Zákona . 310/2006 Z. z. sa odo dňa dovšenia dôchodkového veku aj bez podania žiadosti považuje invalidný dôchodok za starobný dôchodok. V období od 1. januára 2005 do 31. júla 2006 sa podľa § 263 ods. 9 zákona o sociálnom poistení prekvalifikovanie invalidného dôchodku na starobný dôchodok vzťahovalo len na tých poberateľov invalidného dôchodku, ktorí do 31. decembra 2003 dovšili vek 60 rokov u muža a 57 rokov u ženy. Od 1. augusta 2006 sa budú prekvalifikovávať na starobné dôchodky aj invalidné

dôchodky poistencov, ktorí dov ťili dôchodkový vek od 1. januára 2004 do 31. júla 2006 alebo ktorí ho dov ťia od 1. augusta 2006 do 31. decembra 2007. Prekvalifikované invalidné dôchodky na starobné dôchodky sa na ú ely dane z príjmov posudzujú rovnako ako priznané (vypo ítané) vlastné starobné dôchodky; ich poberatelia nemajú pod a § 11 ods. 2 zákona o dani z príjmov taktiež nárok na odpo ítanie nezdaniteľnej ťastí základu dane.

Rozdielny spôsob odpo ítavania nezdanite ných ťastí základu dane z príjmov poberate om vlastného starobného dôchodku, resp. prekvalifikovaného invalidného dôchodku, odo d a dov ťenia dôchodkového veku a ostatným da ovníkom pod a § 11 ods. 1 písm. a) zákona o dani z príjmov, by bolo zaujímavé posúdi z h adiska ústavnej rovnosti práv ob anov. Bez bližšieho odôvodnenia nemôžu poberatelia starobného dôchodku nerovnaký spôsob hodnoti inak ako diskrimináciu.

Uvedené diskrimina né ustanovenie zostane v zákone o dani z príjmov aj po novele, ktorej návrh pripravila vláda a bude predložený na prerokovanie NR SR. Pod a nej nezdanite nú ťas základu dane z príjmov si nebudú môc odpo ítava ani da ovníci s príjmami nad 47 500 Sk mesa ne (570 000 Sk ro ne). Pracujúci poberatelia starobného dôchodku budú tak v jednej množine s da ovníkmi s nadštandardnými príjmami.

Na funkciu dane z príjmov ako nástroja stimulácie alebo ako nástroja sociálnej politiky budú názory vždy odlišné. Vyplývajú z rozdielneho názoru na úlohu štátu a úlohu trhu.

Uplat ovanie princípu medzigenera nej solidarity v zákone o dani z príjmov, to by mohla by téma aj pre teoretikov skúmajúcich fungovanie sociálneho štátu.

Vedci a zodpovední odborníci sa pri všeobecnom formulovaní problému zhodnú, že odpo ítate ná položka je flexibilný nástroj sociálnej politiky. Každý systémový prvok musí však by vecne a zrozumite ne vysvetlený tým, ktorých sa týka. Ak má pôsobi pozitívne musia ho prija tí, ktorých sa týka. Také zrozumite - né vysvetlenie, ktoré by si mohli starodôchodcovia osvoji , v dôvodových správach k zákonu o dani z príjmov chýba.

Invalidným ob anom, pri spätnom poh ade na uplynulých 50 rokov, ostali iba spomienky na ťasy, ke sa na invaliditu poskytovala da ová z ava, a to aj po zmene invalidného dôchodku na starobný dôchodok. Ambicióznemu projektu rovnej (jednotnej) dane z príjmov z dôvodov jej jednoduchosti, padli od roku 2004 za obe i všetky odpo ítate né položky na zdravotne postihnutých. Nielen pre tých zdravotne postihnutých, ktorí pracujú, ale i pre ostatných, zdravých da ovníkov starajúcich sa o ažko zdravotne postihnuté nezaopatrené deti. Návrhy, ktoré predložili v rámci pripomienkového konania organizácie zdravotne postihnutých, neboli akceptované.

Z h adiska ústavnej rovnosti ob ianskych práv by bolo zaujímavé i posúdenie vy atia starších ako 65 ro ných ob anov s ažkým zdravotným postihnutím z okruhu osôb, ktorým sa poskytuje pe ažný príspevok na osobnú asistenciu pod a § 58 zákona o sociálnej pomoci.

Ing. Štefan Martiš a PhDr. Viera Ková ová, PhD.  
Banská Bystrica 16. septembra 2006

603

## NARIADENIE VLÁDY

Slovenskej republiky

z 8. novembra 2006

o sumách viano ného príspevku v roku 2006

Vláda Slovenskej republiky pod a § 1 ods. 8 zákona . 592/2006 Z. z. o poskytovaní viano ného príspevku niektorým poberateľom dôchodku a o doplnení niektorých zákonov naria uje:

## § 1

(1) Percento priemernej mesa nej mzdy v hospodárstve Slovenskej republiky vykázananej Štatistickým úradom Slovenskej republiky za rok 2005 na ur enie sumy dôchodku na ú ely poskytnutia viano ného príspevku v roku 2006 je

- a) 20 %,
- b) 40 %,
- c) 60 %.

(2) Suma dôchodku ur ená percentom priemernej mesa nej mzdy v hospodárstve Slovenskej republiky vykázananej Štatistickým úradom Slovenskej republiky za rok 2005 je

- a) pod a odseku 1 písm. a) 3 455 Sk,
- b) pod a odseku 1 písm. b) 6 910 Sk,
- c) pod a odseku 1 písm. c) 10 365 Sk.

(3) Suma viano ného príspevku v roku 2006 je

- a) 2 000 Sk, ak suma dôchodku alebo úhrn súm dôchodkov je do 3 455 Sk,
- b) 1 750 Sk, ak suma dôchodku alebo úhrn súm dôchodkov je od 3 456 Sk do 6 910 Sk,
- c) 1 500 Sk, ak suma dôchodku alebo úhrn súm dôchodkov je od 6 911 Sk do 10 365 Sk.

## § 2

Toto nariadenie vlády nadobúda ú inos 15. novembra 2006.

## Príbehy z poradenskej inosti...

Možno z toho vznikne nakoniec aj seriál. Minule som Vám opísala príbeh chamtivej firmy, dnes trošku o inom. Chcem však veri , že nebudem písa iba o tom negatívnom, s ím sa stretávame, ale aj o pozitívnych a pekných skúsenostiach. Budem preto rada, ak mi o pozitívnych skúsenostiach napíšete, tento asopis ítajú aj na Úradoch práce, sociálnych vecí a rodiny a verím, že by ich potešili aj chvály na ich prácu, nielen samé „hany“.

Ve a rás sa stáva, že už pri podaní žiadosti sa žiadateľ stretne s nesúhlasným krútením hlavy úradníka, ktorý žiados prijíma. Bez toho, že by poznal podrob-

nosti, dôvody a iné potrebné okolnosti na spravodlivé rozhodnutie, len tak, aby možno odradil žiadateľa, úradník krúti hlavou a vraví osi ako: „Na to nemáte nárok“, alebo „Pochybujem, že Vám to priznajú“ alebo aj „Už sme Vám to ko príspevkov poskytli“...

Tak sa stalo aj v nemenovanom meste na Úrade práce, sociálnych vecí a rodiny. Pán XY v mene svojej ažko telesne postihnutej manželky, podal žiadosť o príspevok na pomôcku – úpravu sedadla spolujazdca. Dôvodom podania tejto žiadosti bol fakt, že mal ve kú ažkosti svoju manželku naložiť a vyložiť z auta, potreboval na to ešte jedného pomocníka. Ak by sa však manželke sedadlo upravilo tak, že by sa dalo otočiť a vysunúť von z auta, ve mi by sa mu uahila manipulácia s bezvládnym telom manželky a ažšie by ju presunul z vozíka do auta a nepotreboval by ani pomoc inej osoby. Aj manželka by sa cítila dôstojnejšie, pri nastupovaní a vystupovaní z auta, nemala by pocit, že ju nahujú ako „mačku“.

Vráme sa ale na začiatok. Pán XY položil žiadosť na stôl úradníka alebo úradníky, do ktorej sa však iba nesúhlasného krútenia hlavou, krútenia nosom a gúňania o čom – a vypouli si to známe: „Na to nemá Vaša manželka nárok, my sme takéto nie o ešte nikomu nepriznali...“ – a tak podobne. Pán XY sa snažil vysvetliť, s akými ažkosťami manželku nakladá do auta a z auta, ale pochopenia sa nedočkali. Priznáva, že v čom z kol hnev, a zároveň ho zaplavila ústosť, chce snážiť nie o, na čo by jeho manželka nemala nárok? Myslia si títo pracovníci, že od štátu vymáha nie o, čo jeho manželka nepotrebuje? Veľon by bol najšťastnejším ľuďom pod slnkom, keby mal naspäť svoju manželku, ktorá nie je tomu tak dávno, chodila, bola šťastná, sebestačná, hrdá žena, ale ažká nehoda spôsobila, že je teraz vo všetkom odkázaná na pomoc iných. Povedal: „Poďte so mnou von, moja manželka ma čaká v aute. Nech vidíte na vlastné oči, aké problémy máme, keď ju chceme dostať z auta alebo dnu!“

Pracovníci úradu zostali prekvapení a aj sa veru „ošívali“, že oni nikam nejdu, ale pán XY ich donútil a názorne ukázal, ako ažko je manipulovať s bezvládnym telom.



Div, divúci, potom už pracovníci úradu „spievali inú pesničku“ a bez problémov vydali rozhodnutie, kde sa píše, že: „Menovanej sa priznáva peľožný príspevok na...“ Z uvedeného vyplýva, že raz vidieť je viac, ako storáz po u. Vyplýva z toho aj to, že ľudia, ktorí sú v pozícii rozhodovateľov by sa mali viac zaujímať o konkrétny život ľudí, o ktorých rozhodujú, o pomôckach, ktoré vedú veľmi uahliť situáciu a mali by sami chcieť všetko vidieť na vlastné oči, lebo... lepšie je raz vidieť ...

Mad

## RADÍ PSYCHOLÓG

Prezývka: myotonia

Problém: Napísala nám nespokojná pisate ka, ktorej lekári stanovili diagnózu myotónia congenita. Má pocit, že nie je dostato ne lie ená. Žiaden lekár jej nedal lieky a neurobil ni o by jej odstránilo spomalené uvo ovanie svalstva - hlavne na nohách. Už ju prestalo bavi „prehadzovanie“ z rúk do rúk rôznych lekárov bez zjavného efektu.

Odpove : Pisate ku nepoteším ani ja, lebo jej ochorenie - podobne ako zvyšné NSO (nervovo-svalové ochorenia) nie je vylie ite né. Naš astie nie je ani smrte né, ale je doživotne obmedzujúce.

Konzultovala som ho s našim vynikajúcim odborníkom Prof. Lisým z Nervovej kliniky FN v Ružinove a dal mi pre pisate ku nasledovné rady: vaše ochorenie je vrodené (congenita), má biochemický pôvod. Nelie i sa podávaním liekov, lebo ich ú innos prinášala pacientom viac nepríjemných ved ajších ú inkov než žiadúceho efektu. Najú innejšia terapia na zmiernenie prejavov ochorenia je rehabilitácia. Myslí sa tým jednoduché na ahovanie nôh a rúk hne ráno, ešte v posteli. alšie vhodné cviky by som doporu ovala konzultova s rehabilita ným lekárom. Možno by stálo za pokus požiada o kúpe nú lie bu, kde by sa pisate ke systematicky venovali a hlavne by si domov odniesla užito né rehabilita né návky.

Na záver by som chcela pisate ke ponúknú malý experiment: pokúsi sa zahrnú pravidelné cvi enie do ranných rituálov. Ochorenie nie je obmedzujúce do tej miery aby jej bránilo v bežných aktivitách a preto sa s ním treba nau i ži ako so svojou neoddelite nou špeciálnou sú as ou. Ochorenie nás obmedzuje iba do tej miery ako si ho pustíme.

Prezývka: Gringo

Problém: Pisate ov 62-ro ný otec si za ína v posledných rokoch uvedomova ubúdanie fyzických síl. innosti ktoré zvládal bez problémov už tak ahko neurobí (napr. drep) a celkové ubúdanie síl na neho pôsobí zle najmä psychicky. Pri návšteve lekára bolo zistené, že sa u otca jedná o nejaké ochorenie ktoré spôsobuje úbytok svalstva. Otec si spomenul, že podobné ažkosti mala aj jeho matka. Dostal lieky na spomalenie ochorenia, ale nemá chu do života a je celkovo sklесlý. Navyše má ažkosti so sluchom a preto ho nebaví pozera ani TV, lebo príliš zosilnený zvuk zase vadí matke. Pisate by chcel otcovi pomoc .

Odpove : Pod a opísaných príznakov sa nedá presne ur í o aké ohorenie ide, ale je zjavné že otca obmedzuje. Musí to by ve ká tragédia pre vo akedy aktívneho loveka! Navyše mám pocit, že otecko je depresívny, o môže vyplýva z nepríjemnej diagnózy, veku a hlavne z nejasnej budúcnosti.

Pisate ovi by som navrhovala spolupracova s matkou a ošetrujúcim lekárom otca, ktorý môže rodinných príslušníkov pripravi na alší vyvoj otcovho stavu - ak je to možné. Doporu ovala by som otcovi spríjemni existenciu doma - neza ažova ho fyzicky náro nými innos ami, ale na druhej strane nevy leni ho úplne zo života rodiny. Snaži sa mu zveri innosti pri ktorých sa ešte môže



uplatni a zároveň sa cíti užitočný. Urýchlene by som sa pokúsila riešiť sluchové ťažkosti - napr. zakúpením slúchadiel ku TV, aby mohol počuť programy primerane hlasno a zároveň nerušil ostatných členov domácnosti. Prispôsobila by som aj komunikáciu s ním, lebo ak nepočuje tak môže byť podráždený a potom dochádza ku zbytočným konfliktom. Venovala by som pozornosť jeho zvýšenej únavy a dopriala by som mu nerušený odpočinok. Depresívne reči o skorom odchode by som sa pokúsila riešiť u gerontopsychiatra.

Držím písateľovi päsť aby sa mu podarilo dopriať oteckovi dôstojné prežitie staroby!

Prezývka: Nádej

Problém: Napísala nám 36-ročná žena postihnutá pletencovou svalovou dystrofiou. Píše, že má problémy už od detstva, cíti sa čoraz slabšia a chcela by radu aké lieky má užívať. V súčasnosti berie koenzým Q a zaujímajú ju možnosti liečenie pomocou kmeňových buniek. Pýta sa, či sú informácie o takejto liečbe pravdivé a akú má nádej.

Odpoveď: Na úvod ďakujem, píše, že za dôveru a pokúsim sa o najlepšie reagovať. Pletencová dystrofia patrí do veľkej skupiny nervovo - svalových ochorení, ktoré výrazne obmedzujú bežný život človeka. Žiaľ, liečba nie je v súčasnosti možná ani v iných krajinách. Bombastické správy v médiách dávajú klamlivú nádej postihnutým a ich rodinám. Rozsiahle výskumy s kmeňovými bunkami nie sú v našej republike zatiaľ legálne. Ja osobne sa spolieham na neurológa, ktorému dôverujem a som presvedčená o jeho odborných kvalitách.

Konzumácia koenzýmu nemôže uškodiť, ale vo všeobecnosti je dobré jesť o najmenej liekov, pokiaľ to nie je nevyhnutné (napr. pri akútnom ochorení). Je dobré rôznorodo sa stravovať, venovať sa primeranej rehabilitácii, aby sa zamedzilo sprievodným javom ochorenia (skracovanie achilových šliach, kontraktúry, deformity chrbtice...), rešpektovať potrebu odpočinku. Píše, že nepíše nakoľko je v nej zachovaná mobilita, ale z vlastnej skúsenosti viem, že pri zhoršovaní zdravotného stavu sú najdôležitejšie stabilné vzťahy, rodina a zázemie.

Poznám niekoho z postihnutých žien, ktoré si založili rodinu, venujú sa práci a koní si s kvalitným, milujúcim partnerom vedú spokojný rodinný život. Som presvedčená, že nie je ani tak podstatná možnosť (v tomto prípade skôr nemožnosť) liečby ako postoj samotného človeka ku svojmu ochoreniu. Sú ľudia, ktorí berú ochorenie ako svoju „prehru“, „zlyhanie“, iní majú pocit, že sú „obdarení“ a ďalší berú svoje ochorenie (a obmedzenia z neho vyplývajúce) ako „výzvu“ od života.

Prajem písateľovi veľa príjemných a zmysluplných chvíľ v kruhu svojich priateľov a blízkych. Čo najmenej úrazov a veľa vzrušujúcich zážitkov v ďalšom živote.

Na otázky odpovedala:  
Mgr. Gabriela Svičková, PhD.

## Zástupcovia ob anov so ZP u ministerky Tomanovej

(Bratislava 18.8.2006) Ministerka práce, sociálnych vecí a rodiny SR Viera Tomanová dnes prijala zástupcov Národnej rady ob anov so zdravotným postihnutím SR.

Obsahom pracovného stretnutia boli otázky postavenia a úloh Rady vlády pre problematiku ob anov so zdravotným postihnutím. Zástupcovia udí so zdravotným postihnutím vyjadrovali nespokojnosť so súčasným postavením tohto poradného orgánu vlády a žiadali aj organizačnú posilnenie jeho sekretariátu. Ministerka Viera Tomanová zdôraznila, že všetky poradné orgány vlády, ktoré budú zamerané na znevýhodnené skupiny obyvateľov teda aj na ob anov so zdravotným postihnutím musia pracovať efektívne, transparentne, musia byť akceptovateľné a je potrebné zvýšiť ich kredit. Preto sa aj stotožnila s požiadavkami zástupcov Národnej rady ob anov so zdravotným postihnutím SR.

Na stretnutí sa okrem iného prediskutovala otázka daňového bonusu pre poberateľov starobných a invalidných dôchodkov, ktorí sú v súčasnosti znevýhodnení. Odznela aj požiadavka novelizovať zákon o sociálnom poistení vo vzťahu k ob anom so zdravotným postihnutím. V tejto súvislosti ministerka Viera Tomanová prisľúbila, že postupne sa budú odstraňovať nedostatky, ktoré spôsobujú určitú diskrimináciu v systéme sociálneho poistenia a daňového bonusu. Nerovnaké postavenie poberateľov invalidných a čiastočne invalidných dôchodkov pri určovaní výšky minimálnej mzdy vníma ministerka ako výzvu otvoriť túto otázku pri novele zákona o minimálnej mzde a súčasne pri riešení nových nástrojov podpory zamestnávania udí so zdravotným postihnutím.

*Prevzaté z www stránky Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny SR (www.employment.gov.sk)*

## Poítaťová gramotnosť otvára svet uču om na vozíku

PREŠOV 1. októbra (SITA) - Otvorme svet životu na kolesách je názov projektu, ktorý pripravili pre svojich klientov v Domove sociálnych služieb (DSS) na Volgogradskej ulici v Prešove. Učiaci sa ťažkým zdravotným postihnutím sa do decembra môžu zapojiť do počítačového kurzu, kde sa naučia ovládať Windows XP, pracovať v textovom a grafických editoroch, oboznámiť sa s vektorovou grafikou a naučia sa vytvárať animácie, pracovať s digitálnou fotografiou, internetovým prehliadačom. Ako informovala riaditeľka tohto zariadenia Iveta Nemčeková, záujem o kurz prejavilo 18 klientov. Vzhľadom na ich individuálne danosti, ako sú motorické schopnosti, záujmová orientácia, stupeň znalostí, pri tomto kurze je nutný individuálny prístup ku každému z jeho účastníkov.

Kurz sa začal v júli, potrvá pol roka. Podľa vyjadrenia riaditeľky DSS, „už počas prvých dvoch mesiacov realizácie projektu sú zrejmé pokroky každého z nich, zlepšila sa im jemná motorika ruky používaním počítačovej myši a klávesnice, mnohí objavili v sebe veľa kreatívnych schopností, o ktorých ani sami netušili. Kurz

im dáva možnosť sebarealizácie, tvorivého vyplnenia vo neho asu, vplyva na ich pozitívne psychické vyladenie“. Využívaním internetu nachádzajú aj ďalšiu možnosť komunikácie so svetom. Na projekt prispela sumou 70 tis. Sk Nadácia SPP, za ktorú DSS kúpil dva nové počítače.

Copyright © SITA 2006  
[1. 10. 2006 15:33:00]

## Vozne na prepravu invalidov

Železničná spoločnosť Slovensko (ZSSK) zaraďuje do vybraných vlakov špeciálne vozne so zdvíhacou plošinou pre cestujúcich na invalidnom vozíku vrátane upraveného špeciálneho kupé a sanitárneho zariadenia pre imobilných cestujúcich.

Dovedna je v evidencii 30 vozňov so zdvíhacou plošinou na prepravu invalidov, z toho 10 je určených na medzištátnu prepravu a 20 na vnútroštátnu prepravu. Vozne na prepravu cestujúcich s ťažkým zdravotným postihnutím sú v cestovnom poriadku označené symbolom invalidného vozíka v hlavičke vlaku. V špeciálne upravenom kupé pre invalidov môžu cestovať maximálne traja cestujúci na vozíku.

### Vlaky s vozňami na prepravu invalidov

Vozne na prepravu invalidov sú radené v jednom páre vlakov kategórie EuroCity (EC), a to v EC 120/121 Košice na Košice do Prahy, vo všetkých InterCity (IC) vlakoch z Bratislavy do Košíc a späť okrem IC 511 Váh a tiež vo všetkých medzištátnych IC vlakoch z Košíc do Viedne a späť a z Bratislavy do Viedne a späť.

Špeciálne vozne sú radené v 4 pároch rýchlikov, a to v R 230/231 Rastislav zo Štúrove do Brna a späť, R 240/241 Vsacan zo Žiliny do Chebu a späť, R 412/413 Rákoczi z Košíc do Budapešti a späť a v R 430/431 Kysuca zo Žiliny do Brna a späť.

### Vnútroštátne linky

Vozne určené na prepravu imobilných cestujúcich sú radené v 6 pároch rýchlikov z Bratislavy do Košíc a späť, a to v R 602/603 Ingov, R 604/605 Dargov, R 606/607 Liptov, R 6608/609 Spišan, R 610/611 Považan a R 800/801 Poana.

### Zrýchlené vlaky

ZSSK radí vozne so zdvíhacou plošinou aj v 2 zrýchlených vlakoch (Zr), a to v Zr 1901 z Košíc do Humenného a v Zr 1904 z Humenného do Košíc.

### Tarifné podmienky a zľavy pre invalidných cestujúcich

Ďalšie zdravotne postihnutí občania, ktorí sú držiteľmi preukazov ZP a ZP-S, sa prepravujú v 2. vozňovej triede osobných vlakov, rýchlikov, Ex, IC a EC vlakov za polovicu. Ak držiteľom preukazu ZP je dieťa a do dovšenia šiesteho roku veku,

jeho sprievodca sa s ním prepravuje bezplatne. Držiteľ ovi preukazu ZP-S poskytuje ZSSK aj bezplatnú prepravu jeho sprievodcu, jeho invalidného vozíka, prípadne detského kočíka pre invalidné dieťa. Sprievodcom držiteľa a preukazu ZP-S môže byť len cestujúci starší ako 15 rokov. Preukazy ZP-S neoprávňujú na bezplatné vydanie miestenky, lôžka a ležadla.

#### Rezervácia cestovných lístkov

Ak je v hlavičke vlaku piktogram invalidného vozíka, a teda v tomto vlaku je vozeň na prepravu invalidov radený pravidelne, imobilný cestujúci si musí rezervovať prepravu v takomto vlaku najneskôr 48 hodín pred cestou.

Ak vlak nemá pravidelne radený vozeň na prepravu invalidov a cestujúci chce cestovať takýmto vlakom, objedná si prepravu najneskôr 5 dní pred nástupom cesty. Tento vozeň je potrebný na nevyhnutné technologické úkony spojené s mimoriadnym zaradením vozňa na prepravu invalidov do súpravy vlaku. ZSSK po prehodnotení požiadavky informuje cestujúceho, či takáto preprava je možná alebo nie.

Prepravu imobilného cestujúceho je možné objednať cez Kontaktné centrum ZSR, v rezervačnom pracovisku ZSSK, mailom na adrese [info@Slovakrail.sk](mailto:info@Slovakrail.sk) alebo priamo v osobnej pokladnici. Ak si cestujúci objedná prepravu prostredníctvom Kontaktného centra 18 188, cestovný lístok si vyzdvihne v osobnej pokladnici ZSSK v železničnej stanici najneskôr 30 minút pred pravidelným odchodom vlaku.

#### Mimoriadne prepravy

Ak si cestujúci neobjedná prepravu vo vozni určenom na prepravu invalidných cestujúcich, vo vybraných prípadoch ho môže ZSSK prepraviť aj v služobnom vozni. Vozík však musí byť vybavený ústnou brzdou a tiež popruhmi na ukotvenie vo vozni. Imobilný cestujúci v takomto prípade musí cestovať aspoň s jedným sprievodcom. Tiež si musí zabezpečiť naloženie a vyloženie vozíka do vlaku, resp. z vlaku.

#### Preprava do zahraničia

Imobilní cestujúci môžu vlakmi ZSSK cestovať v medzištátnej preprave do Brna, Prahy, Chebu, Budapešti a Viedne. Ak cestujúci na vozíku chce cestovať aj do týchto destinácií, musí sa prispôsobiť prepravným podmienkam konkrétnej železnice. ZSSK takúto službu zatiaľ neposkytuje.

Prevzaté: Hospodárske noviny

Pozn. redakcie: v článku nás mimoriadne IRITUJE výraz „invalidi“, žiaľ, naši novinári si ešte nevšimli, že tento výraz sa už dlhé roky nepoužíva v súvislosti s osobami s postihnutím, v dnešnej dobe znie priam hanlivo, no mnohí sa ho držia „zubami, nechtami“.

## Spojená škola so zariadením pre telesne postihnutých žiakov

Spojená škola. Už druhý rok poznáme v našom meste inštitúciu s týmto názvom. Iste všetci viete, že vznikla spojením SPŠ a SOU odevného Bánovce nad Bebravou. Zatiaľ všetko nasvedčuje tomu, že toto spojenie sa osvedilo. Minimálne prispelo k omladeniu starých priestorov na Farskej ulici, kde pribudla nová prístavba k pôvodnej škole.

K tejto téme sa uríte ešte vrátíme. Mala však zaujala zmena, ktorá nie je celkom bežná. V hlavnej budove sa pri starom schodišti objavilo zariadenie pre vozičky. Ing. Jozef Oriška, riaditeľ školy nám o tom povedal viac.

Prečo ste sa rozhodli realizovať túto pomôcku pre zdravotne postihnutých?

Vo februári 2005 nás pani Urbaníková písomne požiadala o prijatie svojho syna na našu školu. Tomáško je pripútaný na vozík pre svalovú dystrofiu. Základnú školu absolvoval s vynikajúcimi výsledkami a keďže dochádzka do iného mesta neprichádzala do úvahy, rozhodoval sa pre strednú školu v rámci miesta svojho bydliska. Tomáško bol prijatý bez prijímacej skúšky do 1. ročníka študijného odboru strojárstvo. V tom istom školskom roku sme prijali bez prijímacej skúšky aj žiaka, ktorá sa pohybuje pomocou barlí. Keďže škola nebola bezbariérová, rozhodli sme sa prispôbiť všetko tomu, aby takí dobrí žiaci mohli pokračovať v štúdiu na strednej škole. V našom regióne sú deti, ktoré sú odkázané na bezbariérový prístup do škôl a majú túžbu dosiahnuť stredoškolské vzdelanie. Výber strednej školy je pre nich však veľmi obmedzený vzhľadom na veľké problémy s mobilitou, či už do školy, ale i premiestňovanie vo vnútri budov, nakoľko sú všetky viac poschodové. Bezbariérová škola bude po realizácii projektu schopná prijať neobmedzený počet imobilných žiakov. Po zvážení technických možností našej školy sme sa rozhodli pre inštaláciu šikmej schodiskovej plošiny SP 150 Omega.

Mali ste problémy pri realizácii svojho zámeru?

Áno, mali sme problém zabezpečiť finančné prostriedky. Za týmto účelom sme oslovili nášho zriaďovateľa a Trenčiansky samosprávny kraj, Krajský školský úrad Trenčín, mesto Bánovce nad Bebravou, Detský fond SR - Konto bariéry Bratislava, Nadáciu Markíza a iné firmy a organizácie v regióne so žiadosťou o sponzorský príspevok. I napriek našim aktivitám získali prostriedky z Ministerstva školstva SR sa nám toto v roku 2005 nepodarilo. Za účelom získania finančných prostriedkov škola zriadila neinvestičný fond, kde mohli prispievať fyzické aj právnické osoby 2-mi % z daní z príjmu. Týmto spôsobom sa nám podarilo získať len minimálne množstvo finančných prostriedkov, ktoré boli neskôr použité na zakúpenie výpočtovej techniky pre žiakov.

Kto prispel na jej inštaláciu?

Celého projektu sa ujal náš zriaďovateľ TSK Trenčín, ktorý v plnej výške uhradí náklady spojené s jeho realizáciou z vlastných prostriedkov vo výške 658 186 Sk. K tomu, aby od nového školského roku 2006/2007 mohla plošina slúžiť svojmu

ú elu, sa vo ve kej miere pri inili i zamestnanci montážnej firmy z Bratislavy, ktorí ju d a 20.9. 2006 uviedli do prevádzky. Vedie cez štyri schodiskové ramená - z prízemí na 2. poschodie. Svojou ve kos ou patrí na 2. miesto v SR. Tento projekt je taký ojedinelý, že sme sa jeho realizáciou zaradili medzi nadštandardné školy v rámci celého Slovenska.

Blanka Kodajová

## Dobrodružstvá vozi kárky a jej par áka na cestách po rodnej Slova i

Neviem, kde sa to vo mne nabralo, ale tento rok som si vymyslela, že veru sa ja k žiadnemu moru trepa nebudem, došlo mi, že nepoznám krásy nášho Slovenska, že mi treba o-to doplni zo znalostí domáceho zemepisu a ke že jazykovo nie som zdatná, že ja veru strávim dovolenku medzi Slovákmi – to som ešte nevedela, že mi bude treba vedie po ma arsky. Jednoducho a jasne, prehovorila som môjho milovaného mužíka, aby sme si spravili okružnú cestu po Slovensku. Prejdeme ho z jedného konca na druhý, budeme stále na cestách, sem-tam sa niekde zastavíme, prespíme, vykúpeme sa v termálnom kúpalisku alebo v jazierku a opä poputujeme alej. Môj mužik je vä ší a zaslúžitejší cestovate ako ja, dlho som ho neprehovárala, súhlasil na „prvý šup“.

A tak sme sa posledný júlový týžde vydali na cestu, z ktorej návrat mal by presne o dva týždne, áno, dopriala som si tento luxus a moje koleso do kancelárie omdé ka nevkro ilo presne takto dlho.

Príbeh za ína, osoby a obsadenie: vozi kárka, mužik, auto, stan, nafukova ky, lenovia OMD, benzinky a hypermarkety.

Pondelok: Z Bratislavy ideme nabalení a naladení, vonku je príšerne teplo, mierime na termálne kúpalisko Ve ký Meder. Cesta netrvala dlho, po necelej hodinke sme boli na mieste, kúpili si lístky (vyjednali „z avu“) a po ho h ada bezbariérovú šat u alebo aspo WC, kde by sme sa prezliekli do plávacích úborov. Tety upratova ky nám ochotne poradili, dostali sme k ú ik od pekného WC a k ú ik od šatne. Na bezbariérovom „vécku“ bola aj možnos osprchova sa v sprchovacom kúte s umelohmotnou stoli kou. V priestoroch kúpaliska je nieko ko bazénov, dva vnútorné s termálnou vodou, jeden s presahom von, potom viac vonkajších, jeden plavecký so studenou vodou. Najskôr sme si „polebedili“ v termálnej vodi ke, ale teplo nás vyhnalo von, do plaveckého bazénu. Ten bol prístupný až po prekonaní cca 10-tich schodov, o ma zamrzelo, lebo inak areál bol viac-menej bezbariérový až na niektoré „malé“ nerovnosti. Samozrejme, že do bazénov má môj mužik hádzal a vy ahoval ru ne-stru ne, ob as s pomocou ochotných spoludovolenkárov. V areáli je ve a bufetov a rôznych stánkov, kde si môžete zakúpi všelijaké zbyto nosti, my sme si zakúpili klobíky. Celkový dojem: výborný, ale ideme alej, sadáme do auta, mra ná sa nad nami s ahujú,

pokračujeme v našej ceste, cieľ: Komárno. Po ceste sa nám poriadne „vyhrozila“ búrka s krupobitím, ale v Komárne už len slabú ko mrholilo a vzduch bol presýtený dažďom, nasadili sme klobúky a bundy a „pocho“ poprechádza sa upraveným historickým jadrom Komárna, k tomu dobrá zmrzlina a sympatická „reštika“. Nedalo sa odolať a pri vítku a pivku sme v nej „zakotvili“, keďže mužik si dal pivo, šórerova nemohol a tak sme si povedali, že tam toho... prespíme v aute... aj sme tak urobili, aj keď ospaní sa moc hovorí nedalo, slovom, prežili sme.

Utorok: Skoro ráno sme vyrazili alej, smerom do Štúrova, popri Dunaji, na ceste ležala hmla, slnieko ešte len presvitlo cez oblohu. Krásne. V Štúrove sme sa dali „do poriadku“ na jednej benzínovej pumpe, kde sme „okupovali“ bezbariérové veľko asi pol hodinu, pumpár nám 2x búchal na dvere, lebo si myslel, že sme mu odišli s kúčkami. Nevedel, že sa tam prezliekam z pyžama do „denného“ a robíme rannú toaletu. Potom sme si dali kávu z automatu, zjedli koláčik zo včera a išli hľadať kúpalisko Vadaš, kde sme chceli zostať v kempu. Nevyhnutné formalistiky a už krúžime v priestoroch kempu a hľadáme miesto, kde by sme si postavili náš staník. Kemp je značne prehustený, veľa možností nenúka, dlho sme zvažovali, nakoniec sme mali v blízkosti stanu tieto „dominanty“: dva smetné koše, jeden veľko korozívny kontajner, mini-golf, bufet – všetko dokopy s uboľavo dobrodružstvom. Akonáhle mužik postavil stan, rýchlo sme sa ali hľadať „vozi kárske symboly“ na veľku alebo šatniach. Po dlhšom krúžení medzi bazénami sme našli, ale ten tam dali asi omylom, nereptali sme, nebolo na výber, vycikať, do plaviek a do vody! Voda príjemná, osviežila nás, hne potom sme „rajkoobedovali“ klobásu, ktorú mám doteraz v žalúdku a dospávali krutú noc na nafukovákach. Navečer sme sa vybrali do mesta, Štúrovo je známa dominantou, ktorá síce patrí južným susedom, ale je ju nádherne vidno z brehov Dunaja, je to Ostrihomska katedrála v meste Ostrihom, ktoré je so Štúrovom spojené mostom Márie Terézie, potom sme peši prešli do druhého štátu a prešli sa historickým jadrom, vzhľadom na stav chodníkov, výraz historický je na mieste. Katedrálu sme obdivovali len pohľadom, pre pešiaka tlačiacieho vozík je nedosiahnuteľná ale vychádzku sme mali veľmi peknú. Zotmelo sa, bazény osireli a kemp ožil nočným životom. Pred stany si ľudia povyťahovali grile a predháľali sa, kto ugriluje väčší kus mäsa, bufet oproti nášmu stanu pozýval na tanečnú zábavu v rytme „umcaca“, chlapík od klávesov so sympatickou speváčkou spievali raz da o od Madony, preložili to valčíkom, hip-hopom, Kmeľovcami a Moravankou... Po desiatej nám začali pri pive klipkať o ňu, reku, skočme do stanu a vystrime si kosti pokrivené predošlou nocou strávenou v aute. Zábava od bufetu nás už uspávala, keď tu rovno 5 cm od nášho stanu pribrzdlilo auto a jeho šófer spustil vlastnú diskotéku, pri otvorených oknách auta z nás chcel spraviť fanúšikov neznámeho maršského sólistu a svoju obľúbenú pieseň dokola reprodukoval rovno pri našom stane! Mamma mia! Na moje zúfale lamentovanie a nadávanie mi môj mužik povedal, že: „veľho to prejde!“ a odmietol fyzicky inzultovať dotýkať „dídžeja“. Áno, prešlo, po 3/4 hodine. Teraz som aj rada, že mám dystrofiu, lebo inak by som v tomto inkrimovanom prípade spáchala trestný čin a zaútočila buď na osobu alebo hmotný majetok tejto osoby; takto som si len

bezmocne ležala na novej nafukova ke. Aspo mám teraz isté svedomie a nemám potý ky so zákonom.

Streda: Opúš ame Štúrovo a cez dedinky sa pomali ky presúvame, cie cesty je jazero Teplý Vrch nad Rimavskou Sobotou, nenáhlime sa, cestu si užívame, odpo ívame na benzínkach s bezbariérovými véckami (V aka Ti Pane Bože, za hospodársky rozvoj SR, za nové benzínové erpadlá, nové hypermarkety, supermarkety, ešte raz, v aka!). Rimavská Sobotu je pekné mesto s milým námestím, ktoré „vyšperkovala“ firma T-Mobile skleneným ťudom, ktoré pôsobí uprostred námestia ako päš na oko, vraj je to reštaurácia, i o – no comment. Zrazu moje skúsené oko zazrie elektrický vozík, po ho, rútime sa, zbadám mladého chalana na elektri áku, skúsené oko opä „šacuje“, je to dystrofik, tak sa mu prihováram. Slovo dalo slovo, je to náš len! Pe o Trocha, o chví ku debatíme aj s jeho milými rodi mi. Slovensko je jedna rodina. Pokra ťjeme v ceste o chví - ku sme už v kempe na Teplom Vrchu. Noooo, jeho poloha rozhodne nie je vhodná pre loveka na vozíku, až potom mi došiel názov „vrch“. Kemp je v kopci, bu idete hore, alebo dole, ni medzitým. Stany boli postavené v kopci, autá v kopci, vécka v kopci, pod tým jazierko. Podarilo sa nám nájs na konci kempu „plácek“ na rovinke, mužík postavil staník a šup, do jazierka, super vodi ka. Voda v tomto jazere je štatisticky najteplejšia voda z vodných nádrží na Slovensku. Dosta sa od vody, nie je také jednoduché, ak by som sa mužíkovi vyšmykla, ako ma cúvajúc ahal na cestu k bufetom, zoberiem so sebou aj zopár stanov, grilov, vari ov a z jazera ma nevyloví. Naš astie, ni sa nestalo. Napapali sme sa v bufete a vegetili pri stane na nafukova ke, spievali svr ky, prelietavali nad nami ka ice, ob as zakvákali žabka... Naši susedia celú noc chytali ryby. Ve mi pekný ve er!

Štvrtok: Ráno sme sa okúpali v jazierku, v bufete posedeli pri kávi ke a skladali veci do auta, lebo sme pokra ovali v ceste. Spä cez Rimavskú Sobotu k môjmu kamarátovi a kolegovi Tiborkovi Kóbölovi do Petroviac, ako ja hovorím, na „južný juh“. Tibor, jeho brat Zoli a mamina nás milo privítali a už sme veselo klábosili na dvor eku až do noci. Všade úžasné ticho, k ud. Ve mi sme sa tešili z tejto milej spoločnosti a pohostinnosti.

Piatok: Krátko pred obedom sme sa s milými Kóbölovcami rozlú ili a už sme im mávali smerujúc do Košíc. Po pol hodinke cesty sme prechádzali cez kúpele íž, nedalo nám, zastavili sme sa a h adali bazén, našli sme v priestoroch kúpe ov nádherné kúpalisko, aj bezbariérové vécko, naše nadšenie však skalila informácia o cene vstupu na kúpalisko – 200 Sk na osobu, z avy sa uplatni nedali. Zdala sa nám to neprimeraná suma za to, že sme sa chceli iba osvieži a pokra ova v ceste alej, tak sme si aspo chceli da kávi ku v reštaurácii v priestoroch kúpe ov. No, mohli sme si ju radšej odpusti . Ako ma mužík dával dole z jedného úplne zbyto ného schodu, pravé koleso mi sk zlo zo schodu skôr a ty , ktorá tvorí na voziku opierku na chrbát sa mi ZLOMILA!!! Skoro ma porazilo! o teraz? Druhý vozík nemám. Z viacerých možných riešení sme zvolili, že sa vrátíme naspä



k Tiborkovi a chlapi pošpekulujú i sa zlomená rúrka nedá nahradi z vozíkov, ktoré majú doma. Nedala. Už som sa zmierila so skuto nos ou, že pokra ujem alej na poži anom Zolihovo vozíku, viem, že ma chápete, lovek, ke nesedí na tom svojom šaragli, je ako nekompletný, ale bola som rada, že aspo nejaký vozík mám. o by som robila, keby sme sa neboli nachádzali v dosahu Kőbőlovcov? Zrazu však Tiborova mamina vymyslela úžasný nápad, zlomenú rúrku spojili tak, že do nej vložili rú ku z metly, ktoré ju vyplnilo, upevnili drôtom, jednoducho, vozík mi OPRAVILI!!! Bolože to radosti! Ženy, jednoducho, bez nás to nejde! Teta nás ešte raz nak mila a už sme im po druhý raz mávali na rozlú ku. Tentoraz sme sa už nevrátili. Do Košíc sme prišli ve er. Našli sme internát, kde sme si zarezervovali ubytovanie. Internátna dvojbunková izba, véčko, kúpe ka, za 150 Sk/osoba, o viac si môže cestovate žela? ísté postie ky, poli ka zo skrine cez va u a už som sa mohla sprchova . Unavení sme zaspali...

Sobota: Oddýchnutí sa tešíme na Košice, ktoré sme navštívili po prvý raz – ja som v nich pred pár rokmi bola, ale nemali sme as ni obzera , tak sa to neráta. Za ali sme úspešne, parkovisko v centre mesta je prístupné pre vozi károv zdarma. Prechádzame slávnu pešiu zónu, pristavili sme sa pri spievajúcej fontáne a pozorovali rozšantené deti, ktoré sa v nej má ali. Na obdivovanie pamätihodností však bolo neúnosné teplo, tak sme sa rozhodli „opá i “ dáke košické kúpalisko. Domorodci nám poradili Triton a urobili dobre. Pekný areál s bazénami „zdobilo“ krásne bezbariérové véčko, kde sa dalo prezliec , ni nebráni-lo tomu, aby sme sa osviežili vo vodi ke a vylihovali na nafu ke. Naše lebedenie prerušila búrka, ktorá na kúpalisku vyvolala paniku, zdesenie a chaos, mami ky h adali svoje deti a všetci ozlomkrky utekali domov alebo aspo sa schova do áut, vrátane nás. Vrátili sme sa do centra na neplatené parkovisko a akali, kedy prestane lia . Lia prestalo, ale poprchalo na alej a tak sme napriek tomu vyliezli z auta, nahodili klobúky, šuštiakové bundy, na moje nohy som si umiestnila igelitovú tašku s nápisom BILLA a po ho obdivova kamennú históriu.

Nede a: Opúš ame Košice, smer Liptov, krásna cesta cez Košický les, okolo priehrady Ružin, cez Spiš, zastavujeme sa v Levo i, kde vytrvalo prší, chýbajú nám pršiplášte, opä sme nahodili „protidaž ové brnenie“ s igelitkou a prechádzame sa po peknom námestí. Zakrátko opä pokrač ujem v ceste, zastavujeme sa v Liptovskom Mikuláši a zúfalo h adáme bezbariérové véčko. Volám kamoške Ivke Majer iakovej, mami ke z detského tábora, reku, pora , tá nás okamžite zalarmovala na kávi ku, ktorá sa natiahla do druhého d a, pretože, verte-neverte, Majer iakovci nás nechceli pusti , akéže tam stanovanie pri L. Mare. Tak sme opä ochutnali pohostinnos a láskavos našich lenov a strávili pekný ve er pri vínku a svie kach na balkóne.

Pondelok: Smer Oravská priehrada. Krásna cesta cez Liptov... Zuberec, Habovka, Oravský Biely potok... pristala by som, keby trvala ve ne, kochali sme sa výh admi na nádherné hory, lesy, potô iky. Oravská priehrada a kemp Slanická osada nás vítajú daž om, nevadí, akáme. Mužík postavil stan, nedalo mi, volám

Mirkovi Bielakovi, lenovi VV OMD, ktorý býva v Tvrdošíne, ten nelenil, zalarmoval domácich a o krátky čas sme si už v družnej debata sedeli v bufete a navzájom rozprávali zážitky, my z našej cesty a Mirko so sestrou z mládežníckeho tábora, z ktorého sa de predtým vrátili.

Utorok: Vytrvalo leje, odchádzame na jednodňový výlet do Krakova. Núdzové riešenie s prezliekaním používame druhý raz a rannú hygienu riešime na nealekej benzínke. Cesta do Krakova nie je dlhá kilometrami cca 100 km, ale časom, buď ideme cez dediny, alebo 30-kou, pretože na dlhom úseku robia cestu. Krakow nás víta slniekom a teplom, bez problémov zaparkujeme priamo v centre mesta a vyrážame. Hádame námestie (Glavny Rinek), ktoré je obrovské s úžasnou atmosférou, množstvo kaviarní, krásne vyzdobené kofeje a kone vozia turistov na obhliadku mesta – po informácii sme zistili, že naše financie nepostajú ani na rikšu. Zvolíme si trasu a podľa mapky z infocentra prechádzame mestom. Obdivujeme krásne kostoly, prešli sme židovskú štvrť, ktorej čas s obchodíkmi bývalých majiteľov je zachovaná aj s pôvodným vybavením a štítlmi, dokonca tam komparzisti simulujú pôvodnú atmosféru. Popri rieke Visla prechádzame okolo Wawellu, kráľovského paláca a vraciame sa späť k autu. Stále som myslela na to, že tu roky pôsobil a žil náš pápež Ján Pavol II. a tak mi toto mesto pripadalo jeho prítomnosťou presvetlené.

Streda: Na Orave dobre, na Orave zima... Uzímené kosti z chladnej noci v stane, si ideme zohriať do termálnej vody na kúpalisku Meander park v Oraviciach. Už pri vstupe nás „zohreje“ cena lístkov, ktorá sa aj pri zave takmer dotkla 500-ky. Nachádzame sa však v priestore, kde naozaj pamätali na loveka na vozíku a všetko premysleli do detailov, potešila sedacia do bazéna, ktorá vás jednoducho vloží do vody a potom vytiahne, jednoducho a aké únné... Kosti sme zohriali a tak pokračujeme v ceste. Ostatné dni sa niesli tematikou udržiavania rodinných vzťahov. Trenčín, Dežerice, Urmince a v sobotu večer, krásavica na Dunaji, Bratislava!

mad

## KDE JE TÁ KÚRIA?!

Aj takto by sa dal nazvať náš štvordňový pobyt v Hoteli Máj v Nízkych Tatrách zaiatkom tohto leta. Obec Liptovský Ján, v ktorej hotel leží, je totiž o.i. známa známym po tom zemianskych kúriách, kaštieľoch a sídiel slovenskej nižšej šachty v minulosti. Ale o sú asnos?

Hotel Máj ponúka ubytovanie v jedno alebo dvoj lôžkových izbách a apartmánoch a rodinných izbách. My sme využili ich ponuku a rezervovali sme si pobyt v izbe bezbariérovej (ktoré sú v hoteli myslím dve a umožňujú ubytovať sa dvom osobám). Priznám sa, o akávali sme, že bude o trocha väčšia. Nemali sme problém s pohybom po izbe, ani s manipuláciou s vozíkom, ale predsa len by bolo o nie o pohodlnejšie, keby mala izba nejaké tie centimetre navyše. Z hotelovej

chodby sa vchádzalo do predsienky, z ktorej sa dalo ísť vpravo do kúpeľne a WC (v ňom boli skrine) a za predsienkou potom bola obývací a spálňová izba. Zariadená bola štandardne: posteľ, farebný televízor, telefón, dve stoličky, sklápací stôl za dverami, ktorá plnila funkciu stola a napríklad aj malý trezor. Musím ale povedať, že centimetre, ktoré chýbali v izbe, boli určite použité v prospech kúpeľne, pretože tá bola podľa môjho názoru veľmi dobre prístupná a priestorová, bez akéhokoľvek schodíka. Aj sprchový kút bol na jednej úrovni so zvyškom kúpeľne. Záchodová misa bola „obklopená“ držiakmi, rovnako ako aj umývadlo. Kúpeľni sa dalo vytknúť hľadajúc iba to, že poskytovala žalostne málo odkladacích priestorov hlavne nad umývadlom, že záchod mohol byť o dosť vyššie, a že architekt mal asi navrhnuť odtok zo sprchy predsa len o nejaký ten centimetrik nižšie ako boli dvere, pretože celá kúpeľňa sa po každom sprchovaní zmenila na malý súkromný bazén.



Ostatné priestory hotela boli kompletne bezbariérové: prístup z parkoviska na recepciu, z recepcie k výťahom, resp. bezbariérovým izbám na prízemí, do jedálne, do reštaurácie alebo aj do hotelového bazénu. Tam by sme sa však neboli dostali, keby Hotel Máj neobjavil firmu ARES a tá mu tam nenainštalovala schodiskovú plošinu. A hoci sme si „bazén“ užívali dennodenne v našej kúpeľni, bola by veľká škoda neokúpať sa v liečivej termálnej vode (s teplotou vrhu 29°C; ide o sírovú minerálnu vodu, ktorá liečivo pôsobí na kožu a kožné ekzémy, čo na vlastnej skúsenosti potvrdzujeme, hoci sa z nej kožné lišaje a suchá pleť), ktorou bol hotelový bazén napušaný. Rovnakou vodou bol napušaný aj nekrytý bazén pred hotelom. Úplným prekvapením pre nás bola samostatná miestnosť so sprchou a pre osoby na vozíku s plne bezbariérovou sprchou a murovaná plošina s postupným vstupom aj do bazénu. Jedinou chybou bola príliš šikmá murovaná plošina, ktorou sa dalo dostať do bazénu. Hrozí pošmyknutie na mokrej podlahe alebo v prípade ťažších osôb, že strminu ich „šoféri“ nevládzu. Inak tam boli schody.

Okolie umožňuje v zime lyžovať a v lete chodiť po horách. My sme nevyužili ani jednu z týchto možností a vydali sme sa hľadať aj iné možnosti. V Liptovskej doline je množstvo starých i nových hotelov a chat, ktoré sú prístupné po asfaltových cestách, takže aj s vozíkom sa dá dostať na pomerne pekné miesta a robiť dlhé prechádzky, hoci to niekedy nie je príliš pohodlné, pretože cesty sú miestami značne rozbité. Dedinky v susedných dolinách majú tiež ponuku, rovnako ako aj obec Liptovský Ján, ale ako to nie je ani do Vysokých Tatier. A ako je to s tými kúriami? Neprezradím. Prídete na to sami až sa rozhodnete ubytovať v hoteli Máj v Liptovskom Jáne.

mefi

Poznámka redakcie: V hoteli Máj bude v októbri 2007 rekondičný pobyt nášho združenia.

## Praha stovežatá

Pred tromi mesiacmi som na elektrickom vozíku prebrázdila Prahu krížom krážom. Bola som tam nieko ko dní, takže som stihla pozrie množstvo pamiatok, ktoré milujem – prírodu nevynímajúc. Pritom som využila aj mestskú hromadnú dopravu, ktorá je iasto ne bezbariérová, vrátane metra. Využila som nízko-podlažné autobusy, napr.: . 133,135, ale je ich aj viac a tzv. „Zelené autobusy“ . 1 a 3 so zdvižnou plošinou, ktoré sú určené len vozi károm a ich asistentom.

Niektoré spoje nízkopodlažnej elektri ky . 8 sa o to tiež pokúšajú. Zatia len pokusne. Zelený autobus . 3 premáva až k železni nej stanici Holešovice, ktorá je úplne bezbariérová. o sa týka metra, v informa nej kancelárii mi dali brožúrku s názvom „Průvodce hromadní dopravou v Praze, pražská integrovaná doprava“ aj s plánikom trás metra s vyzna enými stanicami, ktoré majú bezbariérový prístup osobnými vý ahmi, alebo plošinou. Okrem dopravy je pre vozi károv sprístupnená aj vä šina pamiatok. U niektorých to na prvý poh ad nevidno, treba sa ale opýta ! Alebo h ada náš piktogram, pri ktorom je zvon ek a neúprosne zvoní , ako v mojom prípade, keď som sa chcela dosta v Staromestskej radnici na vežu, kde je orloj. Je tam vý ah s krásnym výh adom na Prahu.

Podobne je sprístupnená aj Jind ižská veža na Jind ižskej ulici (so zvonkohrou, blízko Václavského námestia. Vý ah–plošina je aj v budove Senátu v pražskom Valdštejskom paláci. Zvislá hydraulická plošina vás vyvezie aj do planetária v krá ovskej obore ne aleko výstaviška v Holešovičiach.

Prezrela som si aj zámok v Tróji, do ktorého vedú schody, ale vyložili mi tam drevené rampy, ktoré odkia si priniesli. Ne aleko zámku je aj bezbariérový skleník Fata Morgana s tropickou prírodou aj s jej atmosférou ako sú as botanickej záhrady. Tá je ale kopcovitá. Podobne ako ne aleké ZOO, taktiež v Tróji. Tam som si vybrala „ ahšie“ trasy, aby sa mi vozík „nedajbože“ nepresilil.

Aj múzeum voskových figurín je v prízemnej budove ne aleko Václaváku. Všade som mala z avu, alebo vstup zdarma. Taktiež odporú am navštívi Vyšehrad a Hrad any, pretože chrám Sv. Víta je tiež sprístupnený rampami.

Dokonca sa vraj lanovou dráhou dá dosta na Pet ín a tam sa vý ahom odviez na rozh ad u, ktorá je zmenšenou kópiou Eifelovky. Tam som ale nebola, lebo lanová dráha v júli a auguste nepremávala, kvôli rekonštrukcii.

A tie krásne chrámy a kostoly... a Mozartove koncerty... bolo toho ve a, už len to ko vám napíšem, že sme bývali v budove, ktorá patrí Sdružení zdravotn

postížených na Karlínskom nám stí 12, Praha 8 Karlín. K dispozícii je 6 dvojlôžkových izieb. Cena za jednu noc pre držite ov preukazu ZP pri obsadení jednej postele 200K , pri plnom obsadení 150K . To platí aj pre sprievodcu. Bezbariérové sociálne zariadenie – sprcha a WC – je na chodbe. Na izbách nie je umývadlo. Podrobnosti vi v Ozvene 1/2005, str. 62– 63.



Mgr. Eva Gluchová

## POCTIVÝ ZLODEJ

Do pohotovostnej miestnosti policajnej stanice vstúpil muž v obleku a mladá dáma, „hip-hopá ka“, výstredne oble ená a nezvy ajne vy esaná. Boli spolu spútaní železkami.

„Prišli sme vo veci vreckových krádeží,“ povedal muž, keď im policajti ponúkol stoli ku.

„Meno,“ krátko ich vyzval službukonajúci.

„Aladár Kva kaj, narodený v pä desiatom štvrtom, bývam na Harman ekovej 25.“

„A pani?“

„Sle na Monika Strelená,“ odpovedal žena.

„Predpokladám, že ste túto dámu prichytili pri ine...“ povedal muž zákona Aladárovi.

„Pri ine? Nuž, áno, dalo by sa to tak poveda ,“ zaváhal Kva kaj. „Ve preto som ju sem aj priviedol.“

„Ale, néé,“ ozvala sa Monika, „to on ma chcel okradnú .“

„Ale, sle na Strelená, ve som vám to už vysvetlil, že som vás chcel okradnú , aby vás už nikto nikdy viac neokradol,“ bránil sa Aladár.

„No, moment, tak kto je tu vlastne vreckár?“ ozval sa muž v uniforme.

„On,“ ukázala Monika prstom na Aladára. „A dokonca sa o to pokúšal už tretí krát!“

„Môžete nám to vysvetli ?“ vyšetroval alej policajti.

„Áno, ja som vreckár. Starý poctivý, neúplatný. Mám ukon enú rekvalifikáciu tretieho stup a, som vo svojom odbore kapacitou. Svoje povolanie vykonávam už pätnás rokov a zatia som nemal ani jedinú reklamáciu.“ Aladár to vysypal jedným dychom ako keby bol na konkurze.

„To nemyslíte vážne, ve sa jedná o trestný in. A vy o tom hovoríte, ako keby ste od nás akali za to prinajmenšom Nobelovu cenu,“ rozhor il sa muž v uniforme.

„Nie som si vedomý žiadneho protizákonného konania. Mám platný živnostenský list, viem si podrobné ú tovnictvo a da ový úrad doposia nemal vo i mne žiadne výhrady. Poistenie mám predplatené na rok dopredu a môj trestný register je istý...“

„Po kajte, pomaly, akosi tomu nerozumiem. Vraveli ste, že ste vreckár, ale ako môže by vreckár poctivý?“

„Nápl ou mojej práce je okradnú nepozorných obyvate ov, ktorí sú ahostajní k svojmu majetku a dokladom. Potom si ich pozvem na pohovor do kancelárie a tam im vysvetlím, o robili zle a ako sa majú chráni pred vreckármi. Vrátim zúfalým okradnutým doklady a pe aženku, no 19% si ú tujem za prednášku a školenie. Spokojnos je vždy obojstranná, udia si dajú poveda a sú mi ve mi v a ní. Zatia som nemal žiadne problémy a nestalo sa mi, aby som okradol dvakrát tú istú osobu. Viedem si o svojich klientoch podrobnú evidenciu.“ dokon il vysvet ovanie Aladár.

„A o pani Strelená?“ policajti nechápavo pokrútil hlavou.

„Po ínanie pani Strelenej je trestuhodné v tom, že je nepou íte ná. Musel som ju okradnú už tretíkrát, preto podávam na ú trestné oznámenie...“

Emília Mol ániová

FEJTÓN

## LEN TREBA VEDIE , AKO NA TO

„Pán vodi , viete, akou rýchlosťou ste išli?“ spýtal sa policajt šoféra „bavoráka“.

„No, asi som trochu povolenú hranicu prekro il...“

„Že trochu? Išli ste presne 150-kou! A povolená je tu... no, ko ko? Šes desiatka. To vás príde náramne draho. Kam sa tak ponáh ate? Do hrobu?“

„No, ja sa musím ponáh a , nahá ajú ma vaši kolegovia, ale zdá sa, že som im zdrhol.“

„Prosím si vaše doklady. Tak, oho ste sa dopustili, že po vás idú?“

„ÁÁle, mám plný kufor heroínu a oni na to prišli.“

„Nerobte si srandu. Ešte povedzte, že veziete samopal, i gu omet, nech nám je veselšie.“

„Nie, taký široký arzenál zbraní nemám. Pod prístrojovou doskou mám iba jednu ilegálne držanú devinu,“ – nenútene povedal vodi .

„ ože, to myslíte vážne? Ale ve vy ste zlo inec ako vyšitý, chcete ešte nie o poveda , o by som mal vedie ?“ zhrozene zareagoval príslušník.

„Neviem, i je to dôležité, ale jedného vášho kolegu z tých, o po mne išli, som zastrelil a mám ho v kufri...“

Policajt zapol vysielal ku:

„Tu orol, tu orol, žiadam posily na stanovisko 54, ale urýchlene. Je nevyhnutná jednotka rýchleho nasadenia, situácia je nanajvýš vážna. Kon ím.“

Hoci vodi pokojne stál opretý o kapotu, policajt mu nasadil putá a zaujal bojové postavenie.

„Ide o zbrane, vraždu i drogy,“ v krátkosti informoval policajt šéfa zásahovej jednotky.

Kuklá i sa naozaj inili. Jedni po zuby ozbrojení obk ú ili stanovisko, druhí preh adali vozidlo odpredu dozadu, zhora nadol. Ale márne, ni nenašli.

„Všetko je v najlepšom poriadku, nechápem, pre o sme boli privolaní?“ spýtal sa šéf kuklá ov.

„Vidíte, ja to tiež nechápem,“ – povedal vodi . „Stále si vymýš a a nedá si poveda . A stavte sa, že teraz ešte povie aj to, že som šiel stopä desiatkou...“

Emília Mol ániová

## VOZÍ KARI

My sme štyria vozí kari  
Zvolenského ústavu  
od jari až do jesene  
máme dobrú zábavu.

Vozíme sa na vozí koch  
po chodníkoch, po ceste  
nakupujeme si veci  
skoro po celom meste.

No sú také miesta  
kde je bu zlá cesta,  
alebo ach beda,  
je tam bariéra.

Máme radi dobrých ľudí  
máme radi prírodu  
nech je život aký aždý  
nevzdáme sa osudu.

## PO AKOVANIE

Vo Zvolene, blízko Hrona  
stojí Domov tam sme doma.  
Desa rokov tu žijeme  
dobrým u om akujeme

## KRÁSNE JE NA SVETE

Krásne je na svete, keď je lovek  
mladý  
Krásne je na svete, keď je lovek  
zdravý  
Krásne je na svete, keď všetko dokáže  
Krásne je na svete? To len čas ukáže.  
Chcela by som kráča svetom  
Chcela by som spievať kvetom  
Chcela by som chodiť, behať  
Nechcem už iba slzy prelievať.  
Chcela by som letieť vysoko  
Chcela by som odísť aleko.  
Aj novú miechu by som chcela,  
No nechcem toho priveľa?

## LETO

Už rozkvitla letná lúka do krásy  
ja som do nej zatúžila sadnúť si.  
Sadnúť, ahať, behať, bežať, utekať  
s letným vánkom po lúke sa pretekať.

Vidieť v ielky, po u bzukot meliakov  
vo a kvietky, to je lúka,  
letná lúka mojich snov.

Vidieť kvietky biele, modré, červené,  
lenže moje kocky sú už hodené.  
A môj údel ten sa nikdy nezmení  
a toto je ažký život, verte mi.

## DOMOV

Bývala som v Dubnici  
no to bolo kedysi,  
teraz si tu vylihujem,  
starý Zvolen ospevujem.  
Osud so mnou zato il  
na lôžko ma položil,  
ani sa mi veri nechce,  
že ma takto pán Boh tresce.

## POTÔIK

Pri dubovom lese žblnká potôik  
akú pieseť spievať nevie nik.  
Pstruhy sa v om preháťajú sem a tam  
ja tu tíško sedím, na ne pozerám.  
Žblnk, žblnk, pstrúžik vysoko il  
z mojich úvah ma zrazu vyrušil.  
Musím už ísť domov  
a vetrik beží so mnou.  
Ach, zase to bol len sen,  
veľka sa sama ani nepohnem.  
Celé noci snívam do rána  
a ráno sa dívam do prázdna.

## LIE IVÉ BYLINKY

V brezovom háji, chalúpka stojí  
 Býva v nej babka stará  
 lie ivé bylinky zbiera.  
 Pôjdem ja raz za tou babkou  
 Vyberiem sa lesnou skratkou,  
 aby mi bylinky dala,  
 nech som už celkom zdravá.

*Tieto krátke básni ky nám poslala  
 naša kamarátka Vierka Hazuchová zo  
 Zvolena, s ktorou sme sa zoznámili na  
 kurze „Škola pomoci“.  
 Ich autorkou je Vierkina kamarátka,  
 obyvate ka Domova sociálnych služieb  
 vo Zvolene. Jej meno nepoznáme, za  
 básni ky ale akujeme.*

Aký je ten svet malý alias o všetko sa môže prihodi ak  
 lovek poblúdi na internete.

Mnohé osoby s postihnutím, milionári asu sa s ažujú na nudu. Ja sa nenudím,  
 ba naopak... A ke že mám po íta , tak ho mám preto, aby som ho aj náležite  
 využila. „Ale ako?“ – pýtam sa svojho anjela strážcu. Nuž, ale pre takých  
 schopných anjelov, ako je ten môj to nemôže by problém. Raz-dva sa mi dostali  
 do ruky staré zožltnuté listy knihy vydané ešte pred mojím narodením.  
 Prelistujem – za ítam sa do nej. Pá i sa mi text a anjel mi neustále šepká: „Máš  
 as, máš chu a tak to prepíš na PC.“ Fajn! – hovorím si, aspo urobim rados  
 autorovi knihy, obyvate ovi neba. A takto si možno získam u neho aj nejaké to  
 „o ko“. Úloha bola teda zadaná, len som nevedela k omu to všetko bude dobré?!  
 lovek do budúca nevidí – Boh áno!

A ke že mám aj internet, ob as na om aj poblúdím. A raz pri takom blúdení  
 som našla PPEK (Pázmány Péter Elektronikus Könyvtár – Elektronická Knižnica  
 Petra Pázmány), knižnica so zaujímavými katolíckymi knihami v elektronickej  
 forme, dostupná pre všetkých záujemcov, teda aj pre m a. A potom sa opä ozval  
 môj anjel: „Opýtaj sa ich, i majú záujem o tú prepísanú knihu, i by ju  
 uverejnili?“ Po myšlienke nasledoval in. Záujem mali a aj ju uverejnili. A potom  
 aj druhú, tretiu at ...

Maily len tak fr ali sem i tam a ako to už býva, so správcom webstránky som si  
 asom aj potykala. Raz som sa ho spýtala: „Ako a v om by som Ti mohla pomoc ?  
 Som milionárkou asu a chcem ho dobre využí .“ Mal zopár nápadov, lež ako ich  
 zrealizova ?

Pred mesiacom si vypýtal moje telefónne íslo, s tým, že ma navštívi.  
 Nepozdávalo sa mi to. H adím na mapu, h adím. New York je teda, dos aleko od  
 našej obci. Trasa New York – Ve ký Krtíš sa mi zdala ireálna. Presne tak! A tak som  
 ho nebrala vôbec zane.

V jeden krásny ve er však zazvonil telefón, zdviham a za ujem cudzí hlas:  
 „Juli, to som ja Ákos. Som v Budapešti a v sobotu by som sko il za Tebou ak Ti to  
 bude vyhovova .“ Vyhovovalo mi to!

V dohodnuté ráno pripravujem chlebí ky a hlavou mi lietajú múdre i nemúdre  
 myšlienky. Ko ko tých chlebí kov pripraví ? Ko kí asi prídu? Do auta sa vojdú piati



– môžu prís piati. o ak sú vegetariáni? Ameri ania propagujú zdravú výživu, o bude potom s mojimi chlebí kami? Ešte š astie, že mám ve kú rodinu pojeme ich. Ale kde je tak dlho? Vari nepoblúdil?.

Hodiny ažko plynuli, a mojich hostí nikde. Už som si myslela, že im do plánu prišlo nie o ne akané a návšteva bude stornovaná. Až kone ne, pred domom zastalo podozrivé bledomodré auto s cudzou ŠPZ. Najprv vystúpil sympatický muž, potom dve stále sa chichú ajúce mladé sle ny (jeho dcéry) a napokon aj šoférka – manželka.

Zvítali sme sa s a „starí známi“ a pri rozhovore si navzájom skákali do re i. Aj moja mami ka bola nadšená, to ko sa ich vypytovala, že sa rozhovor ob as podobal na krížový výsluch ŠtB. A oni s úsmevom, medzi dvoma chlebí kami, odpovedali a otázky opätovali. Zaujímali ich život na vidieku, a hne nám prezradili, že cestou k nám raz naozaj troška poblúdili, ale že to nevedí, lebo kone ne uvideli živé pasúce sa ovce na lúke.

Lež as rýchlo plynul a Ákosova rodina v ten de musela pokračova v ceste, a tak mi odovzdal prichystanú prácu (prepisovanie vopred naskenovaných kníh), vymenili sme si informácie o tom najnutnejšom – samozrejme v ma ar ine, lebo po anglicky ovládam len jedno-jediné slovo, ale to perfektne a to slovo je: Help! Lež na mnoho tém nám nezvyšil as, možno nabudúce, ale zostali pekné spomienky a priate stvo.

Júlia Péterová

## Všetko v...

Veselý vozi kár Vilo vezie vajcia, vysmiaty výska. Vtom vrazil! Vajcia vypadli, vytiekli...vyvá ané, vyte ené, vrždia... vozi károvu veselos vystriedali vrásky.

Vozík v zga, všetci vidia .... viskajú, vedia, vozi kár vyzozprával vtip...ve eru vybaví vínom.

Vozík vyumýva. Vajcia vymyje, vyvoní vlasy, váhavo vykro í von. Ve vý ah viazne! Veru, vysoko vyviezol vozi kára. Vilo vreští: vý ah vypadol! Volajte vý ahárov! Ve volá víkend, volá výlet!

Vysmiaty výraz vyprchal. Vý ahári vytiahli vercajch, v tajú, vozi kár vraví: vypadnem von, vyrazím veselo, vypijem víno. Vý ah vyliezol. Vozí kár ví azne vstúpil, vyšiel von, vidí vysoké v by, vtáci vyleteli vysoko, vánok veje....víkend...vozik vojde vo viechu, vítajú Vila veselí vinári: Vilo, vraj vezieš vajcia...všetko vykúpili vojaci!

Vilovi vyšiel vred, vysoptil, vyto ený vynadal...vrátil vozík von...vyžaloval vranám, vykaš al ve eru...veru, vydarený ve er!

Mad

## Vítame nových členov

JUDr. Ivan Čavojevc – Pezinok, Mgr. Pavol Škojec – Mokrý Háj,  
Šarköziová Silvia – Bratislava, Tomášková Mária – Žákovce,  
Havierník Zdenek – Nové Mesto n.Váhom, Katarína Rusnáková – Bratislava,  
Špunta Erik – Malá Čolomija, Hricovníy Matúš – Bratislava.

## Nových členov prijímame na adrese

OMD v SR, Banšelova 4, 821 04 Bratislava  
Prihlášku si nájdete aj na: [www.omdvsr.sk](http://www.omdvsr.sk)

## Výhercovia krížovky v Ozvene . 2

Spomedzi správnych lúštite Žov sme vyžrebovali piatich:  
Iveta Mináriková, Ľudmila Ková Ľová, Blažena Markotánová,  
Milan Brád Ľanský, Erika Kostová.

## Vyhrajte milióny v Dystrolotérii

Opä Ľ sme losovali z Ľísiel Vašich Ľenských preukazov šes Ľ Žastných. Teda  
š Žastných člen v tom prípade, ak sa nám prihlásia, že oni sú tými š Žastnými  
majite mi vylosovaných Ľísiel. Lebo každý člen OMD má Ľenský preukaz a každý  
Ľenský preukaz ma svoje Ľíslo. A práve z týchto Ľísiel žrebujeme. Kto sa nám  
prihlásil, tomu posielame žreby. Kto sa neozve, má smolu, miliónár z neho  
nebude...

Po posledom losovaní sa nám prihlásili:

328 - Mirka Tarajová, 4 - Eva Gluchová, 423 - Ingrid Vaseková,  
508 - Beáta Mesarošová.

*Ľísia 184 a 283 svojich majite Žov nenašli.*

Nové vylosované Ľísia Dystrolotérie:  
8, 130, 236, 383, 453, 515

## Zapoži ľavanie magnetoterapeutického prístroja

Výkonný výbor OMD rozhodol, že magnetoterapeutický prístroj sa bude môc  
zapoži ľava Ľenom OMD za poplatok 10 Sk na de ľna obdobie jedného mesiaca  
na základe Zmluvy o zapožičaní. Zájemcovia, hláste sa na telefónnych Ľíslach:  
02/4341 1686, 4341 0474 alebo písomne: OMD v SR, Banšelova 4, 821 04 BA.

## Oznam o platení lenských príspevkov na rok 2007

Vážení lenovia OMD,

sú asne s Ozvenou Vám posielame aj šeky na zaplatenie lenského na rok 2007 a predplatného za asopis OZVENA. Výška lenského ani predplatného za Ozvenu sa nemení. lenské je 150 Sk na kalendárny rok a predplatné asopisu Ozvena 100Sk za štyri ísla. Ak si objednávate aj asopis, zapla te obidve sumy, lenské aj predplatné na jednom šeku. Ak platíte za viacerych, uve te do poznámky za koho a o platíte. Napr. 2x lenské Mrkvi kovi, 1x Ozvena.

lenský poplatok a predplatné môžete zaplati aj prevodom na ú et. V takom prípade platbu uhra te na hlavný ú et OMD: 2624340950/1100. Platbu ozna te svojim MENOM!!! (ak platbu neozna íte menom, nevieme ju identifikova )

Termín zaplatenia lenského a predplatného: 31. marec 2007

Prosíme vás, aby ste si v as splnili túto povinnos , aby sme vás nemuseli vyzýva osobitne, je nám to ve mi nepríjemné.

Uschovajte si doklad o zaplatení.

akujeme.

### ŠTATÚT POMOCI

#### LENOM ORGANI ZÁCI E MUSKULÁRNYCH DYSTROFI KOV V SR zo zbierok „De udí so svalovou dystrofiou“

- a) úhrada kompenza nej pomôcky alebo jej doplatku
  - najmä kompenza né pomôcky pre imobilných lenov OMD, ktorí sú odkázaní na polohovacie postele, dýchacie prístroje, odsáva ky hlienu, ambuvaky, zdravotnícky materiál potrebný pri používaní týchto pomôcok alebo ktorý potrebujú tracheotomizovaní pacienti a iné pomôcky nehradené v plnej výške pois ov ou,
  - v prípade, že pomôcku treba dopravi , náklady na dopravu znáša len OMD sám,
  - pomôcky ur ené na rehabilitáciu sa zo zbierok neuhrádzajú,
- b) lieky, predpísané odborným lekárom, ktoré nehradí zdravotná pois ov a, ale ích užívanie vedie k podstatnému zlepšeniu zdravotného stavu,
  - za lieky sa nepovažujú vitamíny,
- c) finan ný príspevok prí úprave bytu, ak len OMD nemá dostatok financií potrebných na doplatenie úhrady,
  - maximálne do výšky 7 000 Sk.

Sociálnu odkázanos na pe ažnú pomoc bude žiadate dokladova príjmom. Ak je poberate om pe ažného príspevku na zvýšené výdavky z úradu práce, sociálnych vecí a rodiny, sta í kópia rozhodnutia. Hranica príjmu žiadate a je 3-násobok životného minima pre jedného lena rodiny.

Výkonný výbor rozhoduje o žiadostiach na základe štatútu a posúdenia celkovej situácie lena OMD v SR. Základným pravidlom na rozhodnutie o poskytnutí pomoci pre lena je Štatút pomoci.

O žiadostiach bude rozhodova Výkonný výbor 4-krát ro ne bu na zasadnutí alebo hlasovaním pre rollam.

## OBDAROVALI NÁS

Pondelok, 20. novembra 2006 nás v sídle OMD navštívili predstavitelia spoločnosti: Bratislavská vodárenská spoločnosť a.s. AQUASTAV a.s., aby nám odovzdali symbolický šek vo výške 200.000 Sk. Darované finančné prostriedky môžeme v súlade s Darovacou zmluvou použiť na realizáciu inštitúcií pre ľudí so zdravotným postihnutím.

Po aspoň príjemného posedenia pri kávi ke sme sa snažili o najvernejšie predstaviť inštitúciu, ktorú OMD robí nielen pre svojich členov ale aj pre klientov v rámci Agentúry osobnej asistencie alebo v rámci terénnej sociálnej práce.

Potešila nás skutočnosť, že predstavitelia oboch spoločností, Ing. Daniel Gemeran a Ing. Pavol Karaba, prejavili pochopenie a podporili naše ciele

finančnou inštitúciou, ktorá výrazne pomôže financovať naše aktivity. V spoločnom rozhovore sme spomenuli aj problém ohľadom dvoch percent, ktoré vláda plánuje obmedziť, aj oni vyjadrili želanie, aby sa táto možnosť asignácie nezrušila, pretože sú presvedčení o jej potrebnosti pre tretí sektor. Bratislavská vodárenská spoločnosť a.s., ako povedal jej riaditeľ Ing. Gemeran nášmu združeniu poskytla aspoň dvoch percent z daní.

Napriek osobnému pokračovaniu počas návštevy, aj v mene váš členov OMD, ešte raz srdečne AKUJEME za podporu.



**Zľava:** Ing. Pavol Karaba, Jozef Blažek, Jana Štulajterová, Ing. Daniel Gemeran, Mária Duračinská a Andrea Madunová

### Za fotky v tejto Ozvene akujeme u nás

Bielak Miroslav, Duračinská Mária, Fridrichová Monika, Gabko Martin, Galová Gyöngyi, Jakubek Milan, Kárpová Renáta, Köböl Tibor, Machalová Lýdia, Michalík Ija, Minárik Stanislav, Petruchová Silvia, Róbová Helena, Slamka Alexander, Svičeková Gabriela, Tižo Michal, Valenčík Peter, Vavrek Stanislav, Zemanová Pecka, Žitňanský „Charlie“ Karol atď.

Týmto dodatočne akujeme všetkým, ktorí nám doteraz fotky z našich akcií posielali. Prosím, robte tak naďalej. Po našom menšom výbere ich umiestnime buď v Ozvene, alebo na našej stránke [www.omdvrs.sk](http://www.omdvrs.sk). Vďaka.

## Po akovanie

Firme STIEFEL EUROCARD s.r.o. za darovanie vekej nástennej mapy Bratislavy, ktorá je nevyhnutnos ou pre dokonalejšie poskytovanie poradenstva, hlavne servisu okolo osobnej asistencie. V aka patrí pánu riadite ovi Betušovi a obchodnej manažérke pani Královej.

### Registra ná povinnos osobných asistentov

Zákon o správe daní a poplatkov ur uje *osobným asistentom* povinnos zaregistrova sa u svojho správcu dane - pod a miesta trvalého bydliska.

Do 30 dní od podpisu zmluvy o výkone osobnej asistencie je povinný vyplni na Da ovom úrade tla ivo, ktoré sa volá: Prihláška k registrácii da ovníka FO (zeleno-biele tla ivo).

Da ový úrad prideli zaregistrovanému da ovníkovi *da ové identifika né íslo* a o vykonanej registrácii vydá osved enie. Registrácia sa dá absolvova aj písomnou formou, sta í posla vyplnené tla ivo. Tla ivo si môžete stiahnu aj z našej stránky [www.omdvsr.sk](http://www.omdvsr.sk) v sekcii Osobná asistencia/Na stiahnutie, tla ivo má názov: Vzor prihlášky k registrácii - fyzická osoba.

Povinnos registrácie majú všetci osobní asistenti, aj zamestnanci, s výnimkou tých, ktorí už majú z iného dôvodu da ové identifika né íslo pridelené (napr. živnostníci).

Nezabudnite na túto skuto nos upozor ova svojich osobných asistentov **PRI PODPI SE ZMLUVY!!!**

### Bezplatná technická a emisná kontrola automobilov pre držite ov preukazov ZP

Humanitná nadácia zdravotne postihnutých, so sídlom na Tehelnej ulici v Bratisla-ve ponúka aj pre našich lenov formuláre na bezplatnú kontrolu STK. Vyzdvihnú si ich môžete v týchto mestách: *Bratislava, Bojnice, Prievidza, Košice, Nitra, Spiš-ská Nová Ves, Zvolen, Žilina*. (Adresy a kontakt Vám poskytneme v centrále OMD v SR, alebo ho nájdete aj na našej [www.omdvsr.sk](http://www.omdvsr.sk))

### Organizácie podporujúce udí so zdravotným postihnutím

Potrebujete získa finan né prostriedky na doplatenie kompenza ných pomôcok?

Pre deti: (do 26 rokov):

Detský fond SR - Konto Bariéry,

Západná 2, 821 02 Bratislava, tel.: 02/4333 7825, 4342 1634

- táto nadácia používa vlastné formuláre, zavolajte k nim a požiadajte ich

o zaslanie formulára, v ktorom budú uvedené všetky potrebné podklady.

Pre deti aj pre dospelých:

„Charitatívny fond LION“, SOCIA - Nadácia pre podporu sociálnych zmien  
 Legionárska 13, 831 04 Bratislava, tel/fax: 02/5564 5214, 5564 5215,  
 e-mail: mezianova@socia.sk

Nadácia Tri k ú e - Pois ov a Tatry – Sympatia,  
 Trnavská 50, BA 821 01

Nadácia Markíza,  
 Bratislavská 1/A, 841 06 Bratislava, Tel.: 02/6827 4111

MPSVR SR, Finan ý odbor,  
 Špitálska 4, 816 43 Bratislava, Tel.: 02/5975 2158

Humanitná nadácia zdravotne postihnutých, Poliklinika Tehelná,  
 Tehelná ul. 26, 831 03 Bratislava 3,  
 Tel./fax.: 02/4445 1720, nadacia@slovanet.sk

I ba pre dospelých:

Asociácia organizácií zdravotne postihnutých osôb (AOZPO),  
 Žabotova 2, 811 04 BA, Tel.: 02/5244 4119

Dobré rady pri oslovovaní nadácií:

- organizáciu oslovujte vždy písomnou žiados ou, v ktorej stru ne opíšete svoj problém,
- ku žiadosti priložte doklady, ktorými môžete potvrdi svoje tvrdenia, napr.: od lekára o diagnóze, kópie posudku z Úradu práce, sociálnych vecí a rodiny, kópie rozhodnutí, kópie predfaktúr (ak žiadate o pomôcky),
- dokladujte svoju príjmovú situáciu,
- ak ste oslovili aj iné nadácie, ktoré pris úbili iasto nú pomoc, napíšte to do žiadosti aj s pris úbenými sumami,
- ak potrebujete získa vyššiu iastku, je lepšie „posklada “ pomoc z viacerých zdrojov.

### *Galéria Abilympiáda*

o to je?

Galéria Abilympiáda bude slúži na vystavovanie a predaj umeleckých výrobkov, vyrobených ob anmi so zdravotným postihnutím. Bude ma štatút chránenej dielne, prostredníctvom ktorej sa budú realizova tieto aktivity:

- podporova umeleckú innos udí so zdravotným postihnutím prostredníctvom vystavovania a predaja ich výrobkov z dreva, šúpolia, keramiky, ma ovaných obrazov, šperkov, sošiek, plastík, pali kovaných a há kovaných

ipiek, výšiviek, viano ných a ve kono ných ozdôb,  
 - propagova hnutie Abilympiáda, sú ažnú prehliadku pracovných zru ností  
 osôb so zdravotným postihnutím,  
 - ponúknú širokej verejnosti na predaj umelecké diela vytvorené u mi s  
 handicapom,  
 - organizova rôzne kultúrne a spolo enské podujatia v priestoroch galérie.  
 Kde to je?

Galéria je zriadená v priestoroch združenia ZOM Prešov, na ul. Masarykovej 20  
 v Prešove.

Výzva!

Všetkým šikovným u om so zdravotným postihnutím ponúkame možnos  
 umiestnenia a vystavenia ich výrobkov a umeleckých diel za ú elom prezentácie  
 a prípadného predaja. Prosíme, prihláste sa nám a dajte o sebe vedie !

Kontakt:

Anna Porembová, Švábska 35, 080 05 Prešov

tel.: 051/7756235, mobil: 0902 332 540, e-mail: aporem@zoznam.sk

Božena Marusarzová, Karpatská 11, 080 01 Prešov

tel.: 051/7752681, mobil: 0915 946 043

### *Zväz telesne postihnutej mládeže informuje*

Zväz telesne postihnutej mládeže realizuje projekt financovaný EU pod  
 názvom Abilympics – zvyšovanie možnosti pracovného uplatnenia pre udí s  
 nedostatkom príležitostí, v rámci ktorého poskytuje poradenstvo v oblasti  
 zamestnávania osôb so zdravotným postihnutím. Zaujímavosť o poradenstvo sa  
 môžu informova na adrese: RC ZTPM, Žabotova 2, 811 04 Bratislava,  
 tel./fax: 02/52444710, e-mail: ima-ztpm@changenet.sk, web: www.ztpm.sk.

### *Zdravie a relax*

Masážne centrum relaxa ných služieb DaRia dovo uje si Vás pozva do svojho  
 centra DaRia – zdravie a relax. Zariadenie sa nachádza v Petržalke, na ulici  
 Fedinova 9, v priestoroch zdravotného strediska. Je ahko dostupné pri ceste do  
 Jaroviec, Rusoviec, u ova.

Relaxa né centrum DaRia – zdravie a relax je situované na prízemí v budove  
 polikliniky. Zariadenie je vybavené bezbariérovým prístupom, s možnos ou  
 bezplatného parkovania priamo pred zariadením.

Ponuka služieb v našom centre:

Zdravotnícke služby a poradenstvo:

- ošetrovate ské služby
- individuálna rehabilitácia a cvi enia i s pomocou prístrojového vybavenia
- novinky v rehabilitácii

- ošetrovanie polarizovaným svetlom – Bioptron, Colortherapie
- rašelinové zábaly a obklady
- parafínové zábaly
- obklady z morského bahna – z m tveho mora

Relaxačné služby :

- Masáže
- Manikúra
- Pedikúra

Relaxačné masážne služby Vám pomôžu úspešne zvládať každodenné nasadenie v práci, pomôžu udržiavať Vašu chrbticu v dobrom stave a zlepšia Vaš zdravotný stav. Možnosť zakúpenia permanentiek pre Vás a vašich zamestnancov, úhrada zo sociálneho fondu určeného pre revitalizáciu a relaxáciu zamestnancov.

Poskytovanie služieb v areáli:  
pondelok – piatok 09.00–19.00 hod.,  
v sobotu a nedeľu na objednávku

Kontakt: DaRia – zdravie a relax, Fedinova 9, 851 01 Bratislava  
Mobil: 0903 319 768, 0905 419 768

### *Nové možnosti vzdelávania aj pre nezamestnaných občanov so zdravotným postihnutím*

V septembri 2006 sa začal na Univerzite Komenského realizovať dvojročný projekt *Podpora a prezentácia zručností pre znevýhodnené skupiny obyvateľstva (POZRI)*, podporovaný Európskym sociálnym fondom. Jeho hlavným cieľom je zlepšiť zamestnateľnosť znevýhodnených osôb - nezamestnaných ľudí so zrakovým postihnutím, s telesným postihnutím a s civilizačnými chorobami a nezamestnaných ľudí vo vekovej skupine nad 50 rokov.

Predpokladané výsledky projektu:

- Pripraví sa a budú zrealizované podpora a prezentácia zručností širokým záberom; frekventanti podľa svojich schopností môžu absolvovať vybrané kurzy a získať certifikát.
- Uvedie sa do praxe medzinárodne uznávaný certifikát podpora a prezentácia zručností pre ľudí so zdravotným postihnutím (ECDL-PD) a umožní sa väčšiemu počtu frekventantov získať certifikát ECDL, resp. ECDL-PD.
- Väčšina frekventantov pokračujúcich kurzov absolvuje pracovnú stáž v Podpornom centre pre zrakovo postihnutých študentov UK a v ÚNSS.
- Po získaní akreditácie na MŠ SR získa väčšina frekventantov certifikát v jednom z dvoch zameraní, kde sa môžu po ukončení prípravy zamestnávať aj ako samozamestnávateľia:



- a) *Spracovanie odbornej literatúry pre udí so zrakovým postihnutím*  
 b) *Dizajn www stránok prístupných pre udí so zdravotným postihnutím a ich testovanie.*

#### Zameranie kurzov

(Pre udí so zrakovým postihnutím je každý modul rozšírený o používanie špeciálneho HW a SW.)

#### Základné po íta ové kurzy

Modul Z1: Základy práce v prostredí MS Windows

Modul Z2: Základy práce s tabu kovým procesorom MS Excel a MS Access

Modul Z3: Komunikácia cez Internet

Modul Z4: Prezenta ný softvér MS Power Point

Modul Z5: Práca s grafikou, so zvukom a s videom

#### Kurzy pre pokro ílych

Modul P1: MS Windows pre pokro ílych

Modul P2: MS Excel, MS Access pre pokro ílych

Modul P3: Elektronické študijné materiály a ich adaptácia pre zrakovo postihnutých

Modul P4: Tvorba a testovanie prístupných WWW stránok pre pokro ílych

Modul P5: Digitalizácia iernotla e – grafiky pre zrakovo postihnutých

#### Kurzy zamerané na budovanie prezenta ných zru ností (soft skills kurzy)

- Špecifické soft skills pre znevýhodnené skupiny potrebné na trhu práce
- Komunika né zru nosti
- Práca s informáciami potrebnými pri h adaní si zamestnania

Plánovaný za íatok kurzov: marec 2007

Vzdelávanie v kurzoch bude bezplatné, náklady spojené s ú asou (cestovné, strava) budú hraené z projektového grantu.

Záujemci o vzdelávanie z uvedených cie ových skupín sa môžu hlási najneskôr do 15. februára 2007 na adrese:

Fakulta matematiky, fyziky a informatiky UK

Podporné centrum pre zrakovo postihnutých

Mlynská dolina

842 48 Bratislava

tel./fax: 02/65424862

e-mail: pozri@cezap.ii.fmph.uniba.sk

Do jednotlivých kurzov budú záujemci zaradení na základe vlastného výberu a výsledkov vstupného testu.

## Recepty jedál

### Slané jedlá

#### I. Rôsti na rôznych spôsoboch:

1. spôsob: Rôsti s brinzou a puchú kovou smotanou

Suroviny:

Olej, o istené surové zemiaky (na jednu porciu/osobu cca 2 veľké zemiaky), soľ, rasca.

Postup: Na panvici zohrejeme olej, na to položíme postrúhané zemiaky na tretku na hrubo, ako na veľké šišky o veľkosti káč ako na uhorky (pozor nie ako na placky!) osolené a posypané jemne rasťou. Vznikne nám na panvici placka z hrubo nastrúhaných zemiakov. Po opečení z jednej strany prevrátime na druhú stranu a opečieme. Medzi tým si zmiešame pochúťkovú smotanu s brinzou. Na ozdobu si nakrájame zelenú papriku na tenké rezance. Na tanier položíme upečené rôsti, potrieme rozmiešanou brinzou a ozdobíme zelenou paprikou.

2. spôsob: Rôsti s rôznymi druhmi syra, napr. so strúhaným eidamským syrom, nivou, oštiepkom.

Postup: Na panvici zohrejeme olej, na to položíme postrúhané zemiaky na tretku, ako veľké šišky o veľkosti káč ako na uhorky (pozor, nie ako na placky). Osolené a posypané jemne rasťou. Vznikne nám na panvici placka z hrubo nastrúhaných zemiakov. Po opečení z jednej strany prevrátime na druhú stranu a pečieme. Prítom posypeme hne postrúhaným eidamským syrom alebo nivou, oštiepkom.

Tým, že sa dopeká spodná strana, posypaný strúhaný syr sa na vrchu jemne roztopí.

Rôsti môžeme servírovať s ajom alebo zakysankou ale možno aj s pivom.

#### II. Zemiakovo-mäsové gučky

Suroviny:

1 kg zemiakov, soľ, mleté čierne korenie, 1 hlavička cesnaku, 1 vajce, 1 cibula a olej alebo maslo, 50 dkg bravčového alebo údeného mäsa.

Postup: 50 dkg zemiakov uvaríme v šupke, potom ich ošúpeme a prelisujeme. Do toho pridáme 50 dkg postrúhaných a vyžmýkaných surových zemiakov, soľ, čierne korenie, vajce 2-3 strúčiky cesnaku. Všetko spracujeme na cesto. Osobitne na cibulu a cesnaku udušíme bravčové mäso, pridáme soľ, korenie a pomelieme na mäsovom mlynečku.

Zemiakové cesto sformujeme do gučiek. Do stredu každej gučky dáme mäsovú plnku. Obalíme v hladkej múke a uvaríme v osolenej vriacej vode. Uvarené gučky polejeme olejom s opraženou cibulkou a podávame s kyslou kapustou.

Dobrá rada:

Vodu, v ktorej sme varili gučky, nevylejeme. Precedíme a zahustíme ju kyslou smotanou vymiešanou s 1 lyžicou hladkej múky a máme výbornú polievku.

III. Vyprázaný strúhaný syr

Suroviny:

400 g tvrdého syra, 4 vajcia, strúhanka, tuk na vyprážanie

Postup: Nastrúhame syr a zmiešame s vajcami. Sformujeme asi 8 placiek. Obalíme ich v strúhanke a necháme v chlade odležať. Potom na panvici na rozpálenom oleji vyprážame. Podávame s hranolkami alebo zemiakovou kašou.

IV. Rýchli utopenci

Suroviny:

500 g špeká ikov

4 lyžice plnotu nej hor ice

4 cibule

4 lyžice ke upu

4 lyžice oleja

8 lyžíc vody

4 lyžice octu

ili mleté koreníe

1 lyžice worchesterovej omá ky

ervená sladká paprika

1/2 lyži ky soli

Nálev: ocot, olej, hor ícu, worch. omá ku, ke up, vodu, ili, íerne koreníe a papriku necháme zovrieť. Teplým nálevom prelejeme špeká íky pokrájané na polovice alebo štvrt ky s cibou. Ke vychladnú môžeme ich podávať a konzumovať s chlebom.

V. Klasický utopenci

6-8 ošúpaných špeká ikov nakrojíme a vsunieme do nich plátky cibule. Do sklenenej nádoby poukladáme vrstvu špeká ikov, vrstvu cibule, vrstvu špeká ikov a vrstvu cibule. Zalejeme vlastným nálevom a keď to vychladne necháme stáť 10 dní v chladničke. Podávame s chlebom.

Nálev: 1/4 litra octu na 1 liter vody (pri väčšom množstve, napríklad do 5 litrovej fľaše cca 2 litre vody), 3 ks bobkových listov, 3 ks íerneho celého koreníe, 3 ks nového koreníe, trochu mletého íerneho koreníe, 1 L soli, 1 L cukru. Všetko spolu uvaríme a vlažným nálevom špeká íky zalejeme.

VI. Šampi onová krémová polievka

Suroviny:

1 veľká nadrobno pokrájaná cibuľa, 5 dkg masla, 50 dkg nadrobno pokrájaných šampi onov. trochu postrúhaného muškátového orecha, 2 strúhanky jemne pokrájaného cesnaku, 1 l mlieka, soľ, mleté íerne koreníe. Na ozdobenie: posekaná petržlenová vlna alebo na tenké plátky pokrájané šampi ony (najlepšie na strúhadle na uhorky).

Postup: V hrnci rozpustíme maslo a speníme na ňom cibuľu. Pridáme šampi ony, cesnak a muškátový orech, dobre premiešame. Zalejeme mliekom. Privedieme do varu, potom prikryté 20 minút pri nízkej teplote varíme a občas premiešame. Necháme vychladnúť a v kuchynskom robote rozmixujeme. Ak treba, pred podávaním prihrejeme. Ozdobíme petržlenovou vlnou alebo plátkami šampi onov.

### VII. Pórová polievka so zemiakmi

Túto výdatnú polievku možno jes teplú aj studenú. Po vychladnutí trochu zhustne.

Suroviny:

5 dkg masla, 1 kg póru pokrájaného na kolieska, 1 ve ká cibu a pokrájaná na kolieska, 50 dkg zemiakov pokrájaných na kocky, 1 l zeleninového vývaru, so , mleté ierne korenie, 150 ml sladkej smotany, trocha petržlenovej v ate a pažitky na zdobenie.

Postup:

V hrnci rozpustíme maslo a pridáme pór a cibu u. Pä minút dusíme vo vlastnej š ave. Pridáme zemiaky, podlejeme zeleninovým vývarom. Necháme zovrie a prikryté pri nízkej teplote 30 minút varíme a ob as premiešame. Necháme trocha vychladnú a potom rozmixujeme v kuchynskom robote. Okoreníme so ou a mletým iernym korením. Pred podávaním prihrejeme na potrebnú teplotu. Polievku nalejeme do polievkových šálok alebo tanierov, do každej porcie prilejeme trocha sladkej smotany (nemiešame).

Ozdobíme posekanou petržlenovou v a ou a pažitkou.

### VIII. Špenátová torta

Suroviny:

30 dkg hladkej múky, 15 dkg masla s iernym korením, 1 vajce

Na plnku: 7,5 dkg masla s iernym korením, 1 cibu a, 1 strú ik cesnaku, 2 balí ky mrazeného špenátu (á 450 g), 25 dkg chudého tvarohu. 1-2 PL smotany, 1 ž tok, 1 PL ostrej hor ice.

Postup:

Múku a zmáknuté maslo s iernym korením a vajce dobre premiešame, sformujeme šú ok a dáme do chladni ky asi na 20 minút. Medzitým rozpustíme maslo s iernym korením, opražíme na om nadrobno posekanú cibu u a postrúhaný cesnak, pridáme špenát, necháme rozmrazi a krátko podusíme. Potom ho necháme odkvapka na site, z ahka vytla íme a necháme vychladnú . Tvaroh so smotanou, ž tkom a hor icou dobre premiešame a vmiešame do špenátu. Dno a steny tortovej formy (priemer 26 cm) vyložíme pripraveným cestom, rozotrieme na špenátovo tvarohovú plnku a v rúre vopred vyhriatej na 180 °C asi 30 minút pe ieme. Hotovú ozdobíme kolieskami na tvrdo uvareného vajca. Najlepšie je toto jedlo podáva horúce.

### IX. Jemná drož ová nátierka

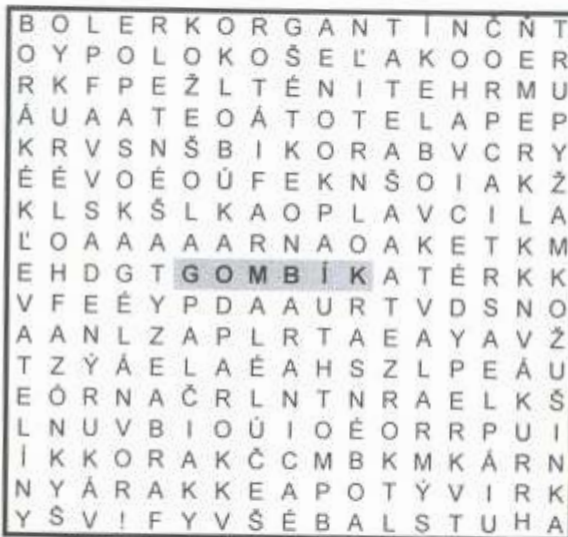
Na oleji opražíme 1 nadrobno pokrájanú cibu ku, na stíšenom plameni pridáme nadrobno nakrájané 2 balí ky droždia, podusíme za stáleho miešania, kým sa nevytvorí kaša. Potom pridáme rozšahané a osolené 4 vajcia a trošku mlieka. Stále na stíšenom plameni udusíme ako praženicu a odstavíme. Do horúceho vmiešame 2 PL Ramy a syr Bambino.

Po as colnej prehliadky hovorí colník Škótovi, ktorý nesie so sebou papagája:  
 "Clo sa neplatí iba za vypchaté zvieratá."  
 Škót premýšľa, papagáj ho pozoruje, potom zareve:  
 "Nešpekuluj a zapla !"

Na vojne príde velite pred svojich vojakov a pýta sa ich:  
 - Vie tu z vás niekto hra na heligón?  
 Prihlásili sa štyria. A velite na to:  
 - Výborne, nafúkate lny.

**"Zavolaj lekára, zhltoľ som manželový gombík",  
 hovorí prestrašený manžel.  
 "To je prvý raz ...", podotkne manželka.**

Tajnička má 14 písmen plus výkričník.



ALARM, BARANICA, BARET, BAROK, BOLERKO, FARBA, FARMA, FAZÓNKY,  
 GALOŠE, HOLÉ RUKY, KARTA, KORZET, KOŽUŠINKA, KREPY, KRÉTA,  
 KRIVÝ TOP, KUFOR, LETNÉ ŠATY, MALÉ LÚČE, MALÉ SAKO, NOHAVICE,  
 OBLEK, ODPAROK, OKRASNÉ BOA, OPASOK, ORGANTÍN, PALČIAKY,  
 PALETO, PATKA, PELERÍNA, PLAVCI, PLAVKY, PLEAS, POLOKOŠEĽA,  
 PRACKA, PYŽAMKO, RÁZPOROK, REMEŇ, ROLÁK, ROVNÁ LÉGA, RUKAVICE,  
 RUKÁVNIK, SLABÉ ŠVY, STUHA, TONAK, TRUPY, VATELÍNY, VEĽKÉ KÁRO,  
 VSADENÝ RUKÁV, ŽLTÉ VESTIČKY, ŽLTÉ NITE.

Príde chlap na úrad a úradní ka sa ho pýta:

- Ako sa voláte?
- Jajajajan Nnonononovvavavak.
- Aha, vy ste koktavý...
- Ale oby, koktavý bol môj otec a matrikár bol idiot.

U ite ka dala žiakom slohovú úlohu s témou - Keby som bol riadite om firmy. Všetci žiaci sa pustili do písania, iba Janko nie.

- "Pre o nepíšeš?", pýta sa u ite ka.
- " akám na sekretárku."

Výrok Leonarda da Vinci (1452 - 1519)

"Čím väčší je človek, ..."

Tajnička má 25 písmen.



ANTOL, ATELIÉR, AUTOPORTRÉTY, CENCŮL, ČIERNY TUŠ, DLÁTKO, HLINKA, HVIEZDY, IHLAN, KAMARÁTI, KAMIENKY, KLIPY, KOLÁŽE, KOMINÁR, LETORA, LISTY, LOVKYŇA, MALINA, MARAS, MEDZERA, MENZA, MINARET, MORENA, MOZAIKA, NÁČRTY, NÁLADA, OMÁMENIE, PALETA, PÁSKA, PASPARTA, PASTOR, PAZÚR, PERIE, PERLA, PLAKAŤ, PLÁTNO, PLAVÁK, PORTRÉT, RUSKÁ, RUTINA, RYTINA, SIVOSŤ, SLAMIENKY, SMALT, SOSNA, SRNKA, STRAMÍN, STROFA, SVORKA, ŠTETEC, ŠTVRŤKA, TEMPERKA, TIEŇOVANIE, TOSKÁN, UHLÍK, UTRPENIE, VÝKRESY, ZÁMER, ZÁTIŠIE, ZÁVAN, ZELENE, ZLATKA, ŽIARA.

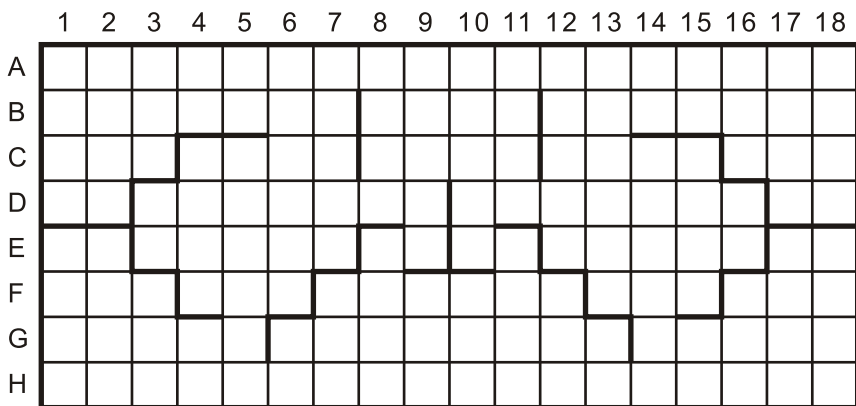
# Krížovka Ondreja Bosíka

Tajni ku tvorí výrok E. M. Remarque a je ukrytá postupne v prvom riadku krížovky, v prostrednom riadku vypl ova ky a v poslednom riadku krížovky.

*Správne riešenie pošlite na adresu:*

*OMD v SR, Baňšelova 4, 821 04 Bratislava*

*Správne riešenie môžete zasla aj elektronickou poštou  
omd@omdvsr.sk – vždy si vyžiadajte potvrdenie o doručení  
alebo SMS-kou na číslo: 0904 266 269.*



## Krížovka

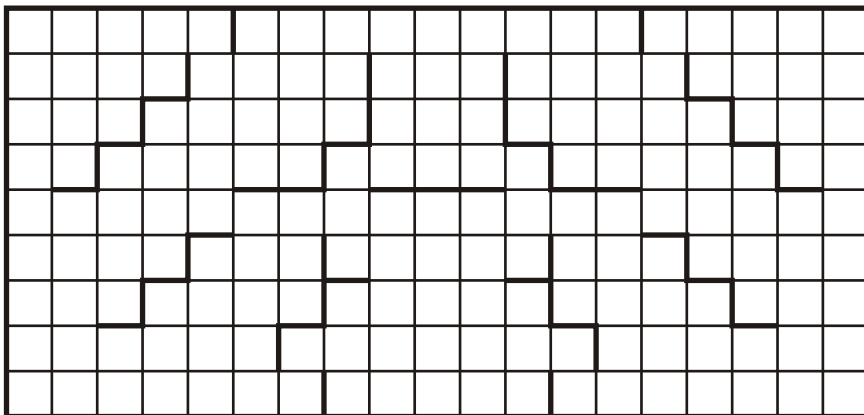
### Vodorovne:

A. PRVÁ AS TAJNI KY. B. Pôvodky a – talianska energetická spoločnosť – zdroj svetla, svietidlo. C. Ako – morský uzol /z nem./ – druh tropického mravca – citoslovec bzučania niektorých druhov hmyzu – anglický šachový titul. D. Značka iónia – zodieralo to – pohovky – francúzsky len. E. Predložka – obdobie prvohôr – skratka plurálu – Rádio Kiks – naber tekutinu – športová skratka. F. Domáce meno Eriky – rímskych 1004 – postava z románov K. Maya – cudzia TV stanica – existujeme. G. Stretnutie – poutieram sa – dosiahol cieľ. H. TRETIA /POSLEDNÁ/ AS TAJNI KY.

### Zvisle:

1. as konštrukcie auta – niesol po esky. 2. u mák, nemehlo – rieka v Grécku. 3. Skratka na vyjadrenie tlaku – Daniel Defoe /inic./ – mesto vo Francúzsku. 4. Predložka so 7. pádom – okrem /hovor./ – vnútri /lek./ 5. E. vozidiel okresu Tur. Teplice – namotaná. 6. Patriaci Ikolovi – skratka ulice. 7. Americký ekonóm – stovky. 8. Automobilka v Španielsku – notový zápis. 9. Starší názov Svätého Antona – nikto. 10. Značka eských traktorov – aj po anglicky. 11. Kladivo – kemping.

12. Anglické mužské meno – bývalá skratka Rumunska. 13. Navnivo – textová skratka.  
 14. Štátne majetky /skr./ – dav. 15. Hore po anglicky – vedel /kniž./ – Slovenská republika.  
 16. Svetlo – ozna . lietadiel Nových Hebríd – belgické kúpele. 17. Úradník v starom Ríme – koniec modlitby. 18. Rieka vo Švaj iarsku – úplní.  
Pomôcky: Atta, knot, Santer, Eaton, Arta, Spa



**Vypl ova ka:**

- Dvojhĺáskové výrazy: AK, EJ, KA, KY, RA, TA, UD, ŹS  
 Trojhĺáskové výrazy: BAL, CAP, IOS, KPT, LAR, LEA, LET, NRA, OLA, ROB, ROK, RUB, SOB, SIC, SPI, SVA, TON, TOS, UAR, VUT  
 Štvorhĺáskové výrazy: AHOJ, AJAS, ANTL, AUTO, BASA, BOLI, COLE, EHUD, INAK, KALO, LALO, LAVA, MAOR, ONAM, OONA, PACHY, PÁNT, SOAP, SOLI, TONA, URNA, VEŹA, YLOV  
 Pä hĺáskové výrazy: BAREL, BARUS, IMELO, KOJOT, KOLEM, KORAK, KORAL, LALOT, MARAL, ORAVA, PENIL, ROUEN, SALEP, STANA, TRAMA, UŹILO, ÚMERA, VALAL, VALTR  
 Ťes hĺáskové výrazy: KETOLA, OSIREL  
 Sedemhĺáskové výrazy: ANABELA, ATACAMA, KAVALEK  
 Devä hĺáskové výrazy: BALAMUTIL, BEREZOVKA, OPAKOVALA

**Zaujalo Váš dianie v OMD v SR?**  
**Aktuálne informácie si nájdete aj na**  
**[www.omdvsr.sk](http://www.omdvsr.sk)**