sanca

na kvalitné sociálne služby

osvetový sociálny občasník
nepredajné **3/2026**



MÁRIA ČÍROVÁ
BUĎME SVETLOM PRE INÝCH

ZÍSKALI SME OCENENIE
SILVERECO V CANNES

LIMIT KAPACITY 40 ZRUŠENÝ

*ŽIŤ A SLÚŽIŤ **S GRÁCIOU...***

Asociácia poskytovateľov sociálnych služieb v SR

PRÍLOHA
ASOCIÁCIE POSKYTOVATEĽOV SOCIÁLNYCH SLUŽIEB V SR
Strany 19 – 42

DOBRÉ SRDCE
POZNÁ LAUREÁTOV 2026

Asociácia poskytovateľov sociálnych služieb v SR
a Agentúra poskytovateľov sociálnych služieb v SR s. r. o.
Vás pozývajú na

MEDZINÁRODNÉ FÓRUM

PRACOVNÁ SILA V DLHODOBEJ STAROSTLIVOSTI (LTC)

EURÓPSKE VÝZVY A RIEŠENIA

EUROPEAN AGEING NETWORK
www.ean.care

10. – 11. NOVEMBER 2026

GRAND HOTEL BELLEVUE
HORNÝ SMOKOVEC 21, VYSOKÉ TATRY

Asociácia poskytovateľov sociálnych služieb v SR

AGENTÚRA POSKYTOVATEĽOV SOCIÁLNYCH SLUŽIEB SR

KONFERENČNÉ BALÍKY

BALÍK 1 – KONFERENCIA + OBED + RAUT
Člen APSS **209 €** | Nečlen APSS **299 €**

BALÍK 2 – KONFERENCIA + OBED
Člen APSS **129 €** | Nečlen APSS **209 €**

BALÍK 3 – KONFERENCIA + RAUT
Člen APSS **179 €** | Nečlen APSS **259 €**

BALÍK 4 – KONFERENCIA
Člen APSS **99 €** | Nečlen APSS **149 €**

Účastník si objednáva a platí ubytovanie samostatne na základe inštrukcií, ktoré dostane po prihlásení sa na konferenciu.

Online prihlášku nájdete na:
www.apssvsr.sk/konferencie-prihlaska/

MINISTERSTVO PRÁCE, SOCIÁLNYCH VECÍ A RODINY SLOVENSKEJ REPUBLIKY

Pod záštitou ministra práce, sociálnych vecí a rodiny SR
Erika Tomáša

sanca

Šanca • osvetový sociálny občasník

Vydáva občianske združenie
NÁRUČ Senior & Junior v spolupráci
s Asociáciou poskytovateľov sociálnych
služieb v SR

ŠÉFREDAKTORKA
Mgr. Anna Ghannamová
EDITORKA A JAZYKOVÁ ÚPRAVA
Mgr. Mária Miková
REDAKTORI
Mgr. Eva Gantnerová
Mgr. Eva Sládková
Mgr. Mária Miková
Mgr. Zuzana Bruteničová
ART DIRECTION
Ing. Vladimír Ďurikovič
LAYOUT
Tomáš Mihalovič
OBÁLKA FOTO
archív Márie Čírovej
INZERCIA
haraslinova@apssvsr.sk
TLAČ
Alfaprint
EVIDENCIA
EV 2936/09
REDAKČNÁ RADA
Mgr. Anna Ghannamová
Doc. MUDr. Božena Bušová, CSc., MPH
Mgr. Mária Miková

Nevyžiadané rukopisy a obrazový materiál nevraciame. Za obsah inzercie zodpovedajú inzerenti. Autorské práva vyhradené.

o. z. NÁRUČ Senior & Junior,
Fedákova 5
841 02 Bratislava
IČO: 30 856 515
e-mail: naruczachrany@naruczachrany.sk
tel: 0903 903 298

Dátum vydania: X/2026, 18. ročník

Vychádza s finančnou podporou Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny SR

NÁRUČ SENIOR & JUNIOR

Asociácia poskytovateľov sociálnych služieb v SR

EDITORIAL


foto: Ivona Orešková

Prajme si prajnosť a rešpektujme rešpekt

Nikdy som nepatrila k obdivovateľom USA, hoci teraz aj ich skalní fanúšikova majú čo robiť, aby ich súčasné vedenie ustáli… Ale jedno sa im musí nechať: ako spoločnosť sú prajní. Tlieskajú úspechu. Veď tým potleskom a uznaním sa stávajú súčasťou úspešného príbehu. Preto sa tam dokáže zrodiť hviezda – obrazne povedané z večera do rána.

Uchvátil ma príbeh Slovenky Adély, ktorá prekračuje všetky rubikony a ako prvá z našich končín smeruje úplne nahor. A predsa sa nájdu hejteri, ktorí spochybňujú jej pracovitosť, odhodlanie a cieľavedomosť vraj zámožným otcom. Pritom umenie, novinárčinu ani podnikanie (aj to sociálne – neziskové) neoklamete. Trh vždy ukáže, kto má a kto nemá talent. Tak prečo nebyť pyšní na našu rodáčku?

Poďme ale k našim témam:
Nikdy som nebola v práci politicky ovplyvňovaná. Ani počas pôsobenia v médiách a ani pri zastupovaní poskytovateľov v mene našej asociácie. Rovnako korektne som komunikovala s pravicovými aj ľavicovými ministrami, ktorí majú čo povedať k nášmu sektoru. A tak ako som vedela byť kritická, vedela som aj oceniť, ak ktokoľvek z nich urobil správne rozhodnutie alebo pozitívny počin pre sociálne služby. Preto ma aj dnes zamrzí, ak vidím nielen v prejavoch opozície, ale občas aj v našich radoch „krvavé oči“ voči reforme posudkovej činnosti či reforme financovania, ktorá sa naplno ešte ani nerozbehla. Lebo nech si hovorí kto chce, čo chce, nikdy neboli odbornej praxi dvere rezortu práce, sociálnych vecí a rodiny otvorené tak, ako v súčasnosti. Úprimne, zámky pootváral Milan Krajniak a Erik Tomáš to povýšil na vždy otvorené lietačky. Tak prečo toľkú snahu neuznať? Veď ak sme upozornili na chyby či už v jednej alebo druhej reforme, hneď sa konalo: pri odstránení nevykonateľnej podmienky pre vydanie integrovaného posudku – potvrdenia od klinických psychológov, alebo teraz pri vyriešení rizík pre ambulantné služby návrhom novely zákona č. 448/2008, Z.z., aby neboli nábehom na nové financovanie ohrozené. Nehovoriac o pomocnej ruke pre tých, ktorí nedodržali lehotu na vyúčtovanie stabilizačných príplatkov...

Od detstva som sa nebála hovoriť svoj názor, ale vždy som mala úctu k autoritám, či už daným zhora, alebo zdola. Svätiť si slobodu názoru, ale rešpektovať vôľu väčšiny. Nie je toto vari princíp demokracie? Prekvapuje ma preto, že ak raz predsedníctvo a Valné zhromaždenie našej asociácie odsúhlasilo ako jednu z priorít, ktoré má naša organizácia presadzovať, zrušenie obmedzenia kapacít v pobytových zariadeniach (alebo aspoň ich zvýšenie), niektorí členovia predsedníctva verejne vystupujú proti tejto priorite. Veď vôľa väčšiny nemá platiť len vtedy ak je totožná s tou mojou. Či?

Aký rešpekt má mať potom naša organizácia pred politikmi, samosprávou a verejnosťou? Aký signál to vysielame tvorcom politík?

Oveľa viac by sme dokázali, keby sme sa netrieštili a nelikvidovali rešpekt, ktorý si naša asociácia prácne, postupnými víťazstvami a vždy pádnymi argumentami vybudovala. Budeme ho veľmi potrebovať. Pri presadení takej vyhlášky SVHZ, ktorá dá budúcnosť nám všetkým a stabilitu našim zamestnancom aj prijímateľom. Bez ohľadu na druh služby, bez ohľadu na veľkosť poskytovateľa a bez ohľadu na zriaďovateľa.

Toto je hlavný cieľ, na ktorý sa máme dnes sústrediť.

Anna Ghannamová,
predsedníčka APSS v SR



GALAVEČER DOBRÉ SRDCE 2026
TLIESKAL STATOČNOSTI V SOCIÁLNYCH SLUŽBÁCH

HRDINSTVO MÔŽE MAŤ AJ TICHÚ FORMU. SKRÝVA SA V RANNOM VSTÁVANÍ, V TRPEZLIVOM STISNUTÍ RUKY, V UPOKOJUJÚCOM SLOVE A V ODHODLANÍ ZOSTAŤ PRI ČLOVEKU AJ VTEDY, KEĎ JE TO NAJŤAŽŠIE. V PONDELOK 7. SEPTEMBRA 2026 PATRILI PRIESTORY BRATISLAVSKEJ STAREJ TRŽNICE TAKÝMTO ĽUĎOM. KONAL SA TU SLÁVNOSTNÝ GALAVEČER 7. ROČNÍKA NÁRODNEJ CENY STAROSTLIVOSTI DOBRÉ SRDCE 2026.



Jarmila Oravcová, víťazka kategórie OPATROVATEĽKA



Marcela Tejová, víťazka kategórie SESTRA

DOBRÉ SRDCE
Národná cena starostlivosti



Ľubica Bezeli, zástupkyňa dlhoročného generálneho partnera HARTMANN-RICO.

Podujatie, ktoré organizuje Asociácia poskytovateľov sociálnych služieb v SR pod záštitou ministra práce, sociálnych vecí a rodiny SR Erika Tomáša, malo tento rok hlboké a príznačné motto: STATOČNOSŤ.

Sedem (či vlastne osem) statočných

„Statočnosť nemusí mať podobu veľkého gesta," pripomenuli prítomným hosťom a televíznym divákom organizátori. V sociálnych službách je to každodenná realita. Autorka projektu a predsedníčka APSS v SR, Anna Ghannamová, prirovnala finalistov k legendárnym hrdinom: *„Evokovalo to hrdinov z filmu Sedem statočných a zrazu sa nám zo siedmich statočných stalo osem statočných."*

Siedmy ročník priniesol v udeľovaní cien novinku – o jednom z víťazov rozhodovali čitatelia denníka Pravda prostredníctvom Ceny čitateľov Pravdy.

Odovzdávané ocenenie má podobu sošky z brúseného optického skla v tvare štylizovaného srdca, ktorého autorom je Jakub Sojka. Každá soška je ručne vyhotovený originál, ktorého tvar priamo symbolizuje hodnoty ako ľudskosť a obetavosť v sociálnych službách.

Laureátmi ocenenia Dobré srdce 2026 sa v jednotlivých kategóriách stali:



Opatrovateľka:
Jarmila Oravcová (MČ Košice – Západ)
Terénna opatrovateľka, ktorá prináša pomoc, bezpečie a ľudské teplo priamo do domovov svojich klientov.



Iný odborný pracovník:
Marek Ďurík (Púchov)
Vodič sociálneho taxíka, pre ktorého nie je práca len o kilometroch, ale o ľudskom prístupe.



Sociálny pracovník:
Sylvia Záhorová (Spoločnosť pre zmysluplný život v Trnave – Autisvet)
Dáma, ktorá s láskou otvára brány sveta pre tých, ktorí v ňom hľadajú svoje pevné miesto.



Sestra:
Marcela Tejová (Sociálny dom ANTIC n. o., Bardejov)
Ocenenie za jej odbornú a nesmierne obetavú prácu jej priamo na pódiu odovzdal minister zdravotníctva Kamil Šaško.



Manažér v sociálnych službách:
Lea Forro Patočková
Líderka, ktorá dokáže spojiť profesionalitu s nesmiernou empatiou a riadiť služby s ľudskou tvárou.



Poskytovateľ sociálnych služieb:
Zariadenie Hronov – domov seniorov v Brusne (pod vedením riaditeľky Martiny Antal Krúpovej)
Miesto, ktoré pre mnohých starých ľudí nie je len inštitúciou, ale skutočným domovom.



Cena čitateľov Pravdy:
František Juhos (Tolerancia n. o., Trstice)
Historicky prvý víťaz ceny verejnosti, ktorého si ľudia zvolili pre jeho neúnavnú prácu a obrovské srdce.



Cenu za VÝNIMOČNÝ PRÍNOS PRE SOCIÁLNE SLUŽBY si z rúk ministra Erika Tomáša prevzal Peter Gombita z organizácie Oáza – nádej pre nový život v Košiciach

Štyri desaťročia lásky k blížnemu

Vyvrcholením večera, sprevádzaného standing ovation v celej sále, bolo odovzdanie ceny za Výnimočný prínos pre sociálne služby. Z rúk ministra Erika Tomáša ju prevzal Peter Gombita z organizácie Oáza – nádej pre nový život v Košiciach, ktorý sa zraniteľným ľuďom a ľuďom bez domova venuje už vyše 40 rokov. Jeho slová po prevzatí ceny by mali rezonovať v každom z nás: *„Je úžasné vidieť, že dobro má miesto v spoločnosti. Pretože dobro mení nielen tých slabých alebo chorých, ale všetkých. Cesta k šťastiu a radosti je v tom, aby sme všetci mohli šťastne a spokojne žiť.“*

Atmosféru večera dotvorilo emotívne vystúpenia Márie Čírovej, s ktorou prinášame rozhovor v tomto čísle Šance. Galavečer Dobré srdce 2026 opäť raz dokázal, že sociálne služby nie sú len obyčajným zamestnaním. Je to poslanie, ktoré sa bez srdca robiť nedá.

-MZ-

Foto: Milan Krupčík



Famózna Mária Čírová a Maroš Kachút



Hudobná skupina Acapela Voising



František Juhos, víťaz Ceny čitateľov Pravdy



Minister Kamil Šaško odovzdáva ocenenie v kategórii SESTRA



Silvia Záhorová, víťazka kategórie SOCIÁLNY PRACOVNÍK



Ocenenie v kategórii SOCIÁLNY PRACOVNÍK odovzdala Zuzana Bednárová, poslankyňa Prešovského samosprávneho kraja



Martina Antal Krúpová, riaditeľka zariadenia Hronov – domov seniorov v Brusne, preberá cenu v kategórii POSKYTOVATEĽ SOCIÁLNYCH SLUŽIEB



Lea Forro Patočková, víťazka kategórie MANAŽÉR V SOCIÁLNYCH SLUŽBÁCH



Víťazom v kategórii INÝ ODBORNÝ PRACOVNÍK sa stal Marek Ďurík



Anna Ghannamová, Janka Antošková a Vanesa Haraslínová, hybná sila „Dobrého srdca“



Dana Gráfiková, predsedníčka Komory opatrovateliek Slovenska (KOS)



Zuzana Stavrovská, Komisárka pre osoby so zdravotným postihnutím



Pohľad do noblesne vysvietenej Starej tržnice, kde slávnostný galavečer prebiehal



Martin Ballay, predseda Sekcie pre ošetrovateľstvo APSS v SR



Simona Petrik, poslankyňa NR SR za PS



Iveta Lazorová, Slovenská komora sestier a pôrodných asistentiek (SKSaPA)



Mária Kovaľová, prezidentka Asociáccie odborných pracovníkov sociálnych služieb (AOPSS)



Martin Hošták, generálny sekretár Republikovej únie zamestnávateľov (RÚZ) a Tomáš Horváth, predseda ekonomicko-legislatívnej sekcie APSS v SR



Michal Gedaj, predseda Slovenského odborového zväzu zdravotníctva a sociálnych služieb (SOZZaSS)

HARTMANN

Nová generácia MoliCare®

Ochrana, pohodlie a udržanie zdravej pokožky pri inkontinencii



Technológia MoliCare SkinGuard® pre okamžitý pocit sucha a zdravú pokožku



Distribučná vrstva
Rýchla absorpcia moču pre **okamžitý pocit sucha**.

Vyvážené pH
Vďaka citrátu neutralizuje moč a **chráni pokožku pred podráždením**.

‹ kyslé | 4,0 | 4,5 | 5,0 | 5,5 | 6,0 | 6,5 | 7,0 | 7,5 | 8,0 | 9,0 | zásadité ›

zdravé pH pokožky

Kanálik
Rýchlejšia absorpcia moču pre **okamžitý pocit sucha**.

Tip: Pri starostlivosti o pokožku namáhanú inkontinenciou používajte profesionálnu kozmetiku MoliCare® SKIN. Ideálny doplnok v starostlivosti k absorpčným pomôckam MoliCare®.



www.moliklub.sk

DOBRÉ SRDCE
BY SOM VENOVALA AJ MOJIM RODIČOM



NA NÁDHERNOM GALAVEČERE DOBRÉ SRDCE VYSTUPOVALA S VIACERÝMI SVOJIMI HITMI AJ ÚŽASNÁ SPEVÁČKA MÁRIA ČÍROVÁ, KTORÁ POVEDALA, ŽE AK BY MOHLA VENOVAŤ NIEKTORÉ Z OCENENÍ, URČITE BY TO BOLO PRE JEJ RODIČOV. ATMOSFÉRA GALAVEČERA BOLA AJ VĎAKA NEJ PLNÁ DOBREJ HUDBY, ALE AJ PRAJNOSTI.

Ak by sa dalo Dobré srdce venovať aj symbolicky. Komu by to bolo?
Dobré srdce by som venovala mojim milovaným rodičom, ktorí tento rok oslávili päťdesiat rokov spoločného života. Keď sme s nimi prežívali ich Zlatú svadbu, veľmi silno som si uvedomila, aký vzácny dar sme ako ich deti dostali. Päťdesiat rokov spolu totiž nie je len krásne číslo. Je za ním rozhodnutie zostať pri sebe aj v časoch, keď život nie je jednoduchý. Sme štyria súrodenci, dnes už majú rodičia dvanásť vnúčat, a všetci máme pred očami jeden nádherný príklad dvoch ľudí, ktorí spolu prešli dobrým aj ťažkým. Napriek všetkému si zachovali blízkosť, jednoduchosť a úctu jeden k druhému.

V dnešnom rýchlom svete je pre mňa takýto vzťah obrovskou hodnotou. Ak by som teda mohla niekomu symbolicky odovzdať Dobré srdce, bez váhania by patrilo im.

Na galavečere sa hovorilo o hodnotách, vďaka ktorým sa pomáha iným. Ktoré konkrétne hodnoty v živote človeka sú u vás na prvom mieste?
Asi najvyššie je u mňa človečenstvo. Obyčajná ľudskosť. Schopnosť všimnúť si druhého človeka, cítiť s ním, vedieť sa na chvíľu prestať zaoberať sebou a položiť si jednoduchú otázku: Ako sa máš? Nepotrebuješ ma? Veľmi dôležitá je pre mňa empatia.

Nemusíme mať vždy riešenie a nemusíme vedieť povedať tú správnu vetu. Niekedy je najväčšou pomocou jednoducho zostať pri človeku. Vypočuť ho. Objať ho. Byť tam. A presne toto vidím celý život u svojich rodičov. Sú to nesmierne jednoduchí ľudia v tom najkrajšom zmysle slova. Nepotrebujú veľa. Milujú svoju záhradku, svoj domov, rodinu, radi sedia pod čerešňou a tešia sa, keď sa im všetci vrátime domov. Čím som staršia, tým viac rozumiem tomu, aké veľké bohatstvo to vlastne je. Žijeme vo svete, ktorý nás neustále učí chcieť viac, byť viac, ukázať viac. A oni mi celý život ukazujú presný opak, že človek môže mať v sebe pokoj, dobro a svetlo bez toho, aby o tom musel presviedčať celý svet. A možno práve takíto ľudia svietia najviac.

Váš otec pred rokmi založil hudobnú kapelu Svetlo v tmách. Vy ste práve v tejto kapele začínali spievať. Ako vyzerali vaše začiatky?
Moji rodičia sa odjakživa venovali mladým ľuďom. U nás na dedine, vo farnosti aj v okolitých dedinách okolo seba sústreďovali množstvo detí a mladých. Ocko skladal piesne, maminka viedla spevácky zbor a hudba bola prirodzenou súčasťou nášho domova. My štyri deti sme v tom vlastne vyrastali. Mikrofón som prvýkrát chytila do ruky približne ako štvorročná. Neskôr som spievala ockove piesne každú nedeľu na svätých omšiach do 15 rokov kým som neodišla na konzervatórium do Bratislavy. Ako dieťa som, samozrejme, vôbec nerozumela všetkým textom. Až s pribúdajúcimi rokmi som začala chápať ich hĺbku. Niektoré veci vám jednoducho musí vysvetliť život. Zaujímavé je, že keď som sa neskôr stala známou, objavovala sa v médiách a prichádzali úspechy, čakala som možno aj na také to otcovské: „Maruška, super, videl som ťa, bola si úžasná.“ A ono neprichádzalo. Ako mladšiu ma to občas bolelo a nechápala som to. Mala som pocit: Nie je na mňa hrdý? Až časom som pochopila, že moji rodičia ma celý život chránili pred jednou veľmi nebezpečnou zámenou - aby som si nikdy nepomýlila svoju hodnotu s úspechom. Pre nich som nebola titulka časopisu ani meno na plagáte. Bola som ich dcéra. A som ňou dodnes. Keď prídem domov, nezáleží na tom, koľko koncertov mám za sebou, čo mám oblečené ani čo sa o mne píše. Sedíme spolu pod čerešňou a som Maruška, ktorá sa vrátila domov. Čím som staršia, tým viac si uvedomujem, aký obrovský dar mi tým dali. Dieťa raz vyletí z hniezda a potrebuje zistiť, kam až dokáže doletieť. Ale je nádherné vedieť, že existuje miesto, kde sa nemusí ničím dokazovať. Kde ho čakajú len preto, že je ich. A presne taký domov by som chcela vytvárať aj svojim deťom.

Odovzdávate to svojim deťom, ale mali ste možnosť byť aj s deťmi na inom kontinente. Aká bola cesta do Afriky?
Misionárska cesta do Afriky bola mojím snom približne od trinástich rokov. Život však medzitým išiel svojou





cestou, prišla rodina, tri deti, práca a ja som cítila, že na všetko existuje správny čas. Keď potom prišla ponuka stať sa súčasťou misijného tímu, s manželom sme sa na seba iba pozreli. On presne vedel, čo tá cesta pre mňa znamená, a povedal mi: „Ja viem, po čom túžiš.“ Aj jeho podpora bola pre mňa veľkým darom. Na pätnásť dní sme vycestovali do Ugandy, Tanzánie a dostali sme sa aj na Zanzibar. Od začiatku som vedela, že tam nejdem ako speváčka. Išla som tam ako človek a ako súčasť tímu, ktorý prinášal lieky, potraviny, oblečenie či hračky a navštevoval školy, zdravotnícke zariadenia a rodiny. A potom sa stalo niečo, čo človek pochopí asi až vtedy, keď to zažije. Prichádzate s pocitom, že idete niekomu niečo dať, a odchádzate s vedomím, že obdarovaný ste boli predovšetkým vy. Stretla som ľudí s nesmierne silnými životnými príbehmi. Spievala som s deťmi, učila sa piesne v svahilčine, vstupovali sme do ich domovov a na chvíľu do ich životov. Materiálne mali často nepo-

rovnateľne menej než my, ale pri mnohých stretnutiach som cítila obrovskú životnú silu, spolupatričnosť a radosť. Z Afriky som si nepriniesla jednu veľkú múdrosť, ktorú by som chcela všetkým vysvetľovať. Skôr tiché poznanie, ktoré vo mne zostalo: koľko vecí považujeme za samozrejmosť, hoci samozrejmé vôbec nie sú. Zdravie. Voda. Bezpečný domov. Rodina. Možnosť objať svoje dieťa. A odvtedy slovo vďačnosť vnímam ešte úplne inak.

Dnes ste už doma, koncertujete, nahrávate piesne a venujete sa svojej rodine. Čo by ste svojim deťom zaželali do dospelosti?

Samozrejme zdravie. Ale čím sú moje deti staršie, tým viac si uvedomujem, že im želám ešte jednu veľmi dôležitú vec, aby pri mne mohli zostať samy sebou. Nechcem byť mamou, ktorá svojim deťom napíše scenár života a potom čaká, či ho správne zahrajú. Chcela by som mať dosť múdrosti na to, aby som ich sprevádzala, ale nebrala im slobodu. Aby som ich svojimi predstavami zbytočne nezaťažovala a aby raz nemuseli v dospelosti liečiť veci, ktoré som im nevedomky odovzdala ja. Chcem, aby vedeli, že domov je miesto, kam sa môžu vrátiť presne takí, akí sú. A zároveň aby mali odvahu odletieť. Nájsť svoj talent, svoju cestu, svojich ľudí, lásku, prácu, ktorá im dáva zmysel. Veriť Bohu a dôverovať, že ich život nemusí vyzerať podľa mojich predstáv, aby bol dobrý. Od svojich rodičov som kedysi potrebovala cítiť: Dajte mi slobodu a ja vám ukážem, kto som. Dnes už sama ako mama chápem, aké náročné, a zároveň krásne, je tú slobodu dieťaťu naozaj dať. A ak by som im mala zaželať jednu vec, tak asi túto: aby nikdy nemuseli byť niekým iným, aby cítili, že majú hodnotu. Aby boli svetlom tam, kde práve budú. Pretože svet nepotrebuje, aby sme boli všetci rovnakí alebo rovnako veľkí. Potrebuje, aby každý priniesol to svoje. Veď aj more tvoria jednotlivé kvapky a každá z nich má svoje miesto.

Mária Miková
Foto: archív Márie Čírovej

ESPIRIT
SOFTWARE SOLUTIONS
Riešenia budúcnosti prinášame už dnes
https://espirit.sk



GRACIA CARE SOLČANY JE MIESTO, **KDE MINULOSŤ OŽÍVA PRE BUDÚCNOSŤ**

S GRÁCIOU **ŽIŤ A SLÚŽIŤ...**

UŽ 17 ROKOV PRACUJEM V OBLASTI SOCIÁLNYCH SLUŽIEB A PREVÁDZKUJEME S MANŽELOM POBYTOVÉ ZARIADENIA DLHODOBEJ STAROSTLIVOSTI. OKREM NÁRUČE PRE SENIOROV (NÁŠ VYNOVENÝ NÁZOV PRE PREVÁDZKY) V BRATISLAVSKEJ DÚBRAVKE, MÁ NAŠE OBČIANSKE ZDRUŽENIE NÁRUČ SENIOR & JUNIOR PREVÁDZKU NÁRUČ PRE SENIOROV AJ V MALEBNEJ DEDINKE V SOLČANOCH PRI TOPOĽČANOCH. ROKY SOM PRAVIDELNE CHODILA OKOLO RUINY SOLČIANSKEHO KAŠTIEĽA A TRHALO MI TO SRDCE...

Keď som sa dopočula o Pláne obnovy a možnosti získať financie na vznik nových zariadení sociálnych služieb, chytila som sa nádeje vdýchnuť život tomuto skvostu v Solčanoch a urobiť z ruiny potrebné a užitočné miesto. Blízki si mysleli, že som sa zbláznila. Aj odborníci krútili hlavami, že zatiaľ čo zariadenia sociálnych služieb v kaštieľoch sa rušia, ja ho idem budovať. Nie je však kaštieľ ako kaštieľ a keď sa chce, všetko sa dá. Podarilo sa. Už 1. júna 2026 otvorilo naše nové špecializované zariadenie Gracia care Inocent (Inocent Odescalchi – zakladateľ uhorskej vetvy talianskeho rodu na území Slovenska) v Solčanoch svoje brány prvým klientom. Za rok a pol sme obnovili časť národnej kultúrnej pamiatky a vytvorili veľkorysý priestor s 2 000 m² pre 30 klientov, o ktorých sa bude starať 25-členný tím. Iste, financie z Plánu obnovy nestačili a som veľmi vďačná UniCredit banke, že uverila môjmu snu a rozhodla sa spolufinancovať celý plán: Centrum sociálnych služieb Gracia care v Solčanoch. Lebo špecializované zariadenie Gracia care Inocent, ktoré sme vybudovali z bývalých hospodárskych budov kaštieľa, kočiarne a domu deputanta, je len prvá Gracia. Plánujeme vybudovať a prevádzkovať 3 Gracie. Spolu s manželom Souheilom Ghannamom a našou komerčnou spoločnosťou GWAY s.r.o. a veríme, že aj s pomocou ŠFRB, prerobíme





aj samotnú hlavnú budovu Solčianskeho kaštieľa, kde bude zariadenie pre seniorov – Gracia care Anna (podľa Anny Zichy Odescalchi, ktorá kaštieľ zveľadila a žila v ňom najdlhšie) a pristavíme k dvom zariadeniam ešte modernú budovu zariadenia opatrovateľskej služby s inovatívnou fyzioterapiou – Gracia care Arthur (podľa syna Anny – Arthura Odescalchi, uhorského historika a priateľa štúrovského básnika Janka Kráľa). Pôvodne mal byť kaštieľ a novostavba bytovým domom s polyfunkciou, ale rozhodli sme sa robiť to, čomu rozumieme: prevádzkovaniu služieb dlhodobej starostlivosti.





Vnášame nové technológie do pamiatky, aby sme vytvorili priestor, kde história neslúži minulosti, ale súčasnosti aj budúcnosti. Spájame neziskový a súkromný sektor, aby vzniklo miesto, kde aj ľudia v staršom veku a odkázaní na pomoc iných, budú žiť s gráciou a podľa seba. To je naša vízia. Ďakujeme všetkým, ktorí nám držali a držia palce a sú prajní nášmu snu.

Anna Ghannamová,
štatutár o.z. NÁRUČ Senior & Junior,
supervízorka CSS Gracia care Solčany
www.graciacare.sk



Príbeh kaštieľa v Solčanoch a rodu, ktorý ho založil, spracoval pán Alexander Reško. Knihu chceme vydať po dokončení všetkých troch Gracii v Solčanoch. A práve rukopis pripravovanej knihy nás inšpiroval k netradičnému zobrazeniu vízie, poslania a cieľov našej Gracie. Na obrazovke vo vstupnej hale sme s pomocou AI oživili štyri kľúčové historické postavy rodu Odescalchi a zverili im aj predstavenie našich hodnôt, s ktorými sa môže zoznámiť každý klient a návštevník Gracie.

Vízia
Našou víziou je spoločnosť, v ktorej aj ľudia odkázaní na pomoc žijú život s gráciou, rešpektom a podľa seba.

Poslanie
Staráme sa o klientov s individuálnym ľudským prístupom. Tak, aby naše služby vždy zohľadňovali dôstojnosť, slobodu, bezpečnosť, individuálne potreby a kvalitu života prijímateľov.

Cieľ
Našim hlavným cieľom je prevádzkovať komplexné centrum dôstojnej dlhodobej starostlivosti spájajúce historickú atmosféru s modernými sociálnymi a ošetrovateľskými službami, efektívnou fyzioterapiou a komunitným životom.

Hodnoty – 4 piliere Gracia care Inocent: Zodpovednosť, Odbornosť, Láskavosť, Transparentnosť

1. Inocent – patrón prvej Gracie / ZODPOVEDNOSŤ



Vitajte, ctení hostia. Som Inocent Odescalchi, IV. princ kniežacieho rodu Odescalchi, ktorého meno sa spája s mojim predkom – pápežom Inocentom XI., kniežatami z Bracciana, ale aj s dejinami Uhorska. Na začiatku 19. storočia sa osudy nášho rodu, pochádzajúceho z mesta Como v Taliansku spojili so Solčanmi. Po smrti mojej milovanej ženy Babetty som už nedokázal zostať v kaštieli jej rodu v Topoľčiankach a rozhodol som sa práve tu vytvoriť rodové sídlo. Každá generácia nesie zodpovednosť za to, čo odovzdá tej nasledujúcej. Preto ma teší, že toto miesto opäť bude slúžiť ľuďom. Vstúpili ste do prvej zrenovovanej časti rodového sídla. Na tomto mieste boli hospodárske budovy kaštieľa, dom deputanta a kočiarne. Dnes je tu špecializované zariadenie Gracia care Inocent, ktorého som patrónom.
Úcta k minulosti je záväzkom zodpovednosti k budúcnosti.

2. Henrieta Zichy Ferraris / ODBORNOSŤ



Volám sa Henrieta Zichy Ferraris a bola som druhou manželkou kniežaťa Inocenta Odescalchi. Dozerala som na ukončovanie diela špičkového odborníka našej doby – slávneho uhorského architekta Michala Pollacka, ktorému nebohý manžel zveril plány a stavbu rodového sídla. Milovala som výtvarné umenie. Rada som kreslila a maľovala, tak ako náš spoločný syn Viktor. V návštevnej miestnosti Gracie uvidíte nielen môj autoportrét, ale aj krásny obrázok od nášho syna Viktora, ktorý dnešní majitelia zvolili za symbol prebudenia tohto sídla: „Tri grácie“. V ďalších miestnostiach budete vidieť aj kresby od môjho nevlastného vnuka, talentovaného uhorského politika: Júliusa Odescalchi, syna Augusta Odescalchi a Anny Zichy Odescalchi. Manželov, ktorí tento kaštieľ a celé hospodárstvo zveľaďovali za pomoci množstva odborných radcov a zanechali tak v Solčanoch najhlbšiu stopu.
Zveľaďujte preto aj Vy svoje kvality, lebo tým zveľaďujete seba a to, čo po vás zostane.

3. Anna Barbara Luiza Keglevič de Buzin – Babette / LÁSKAVOSŤ

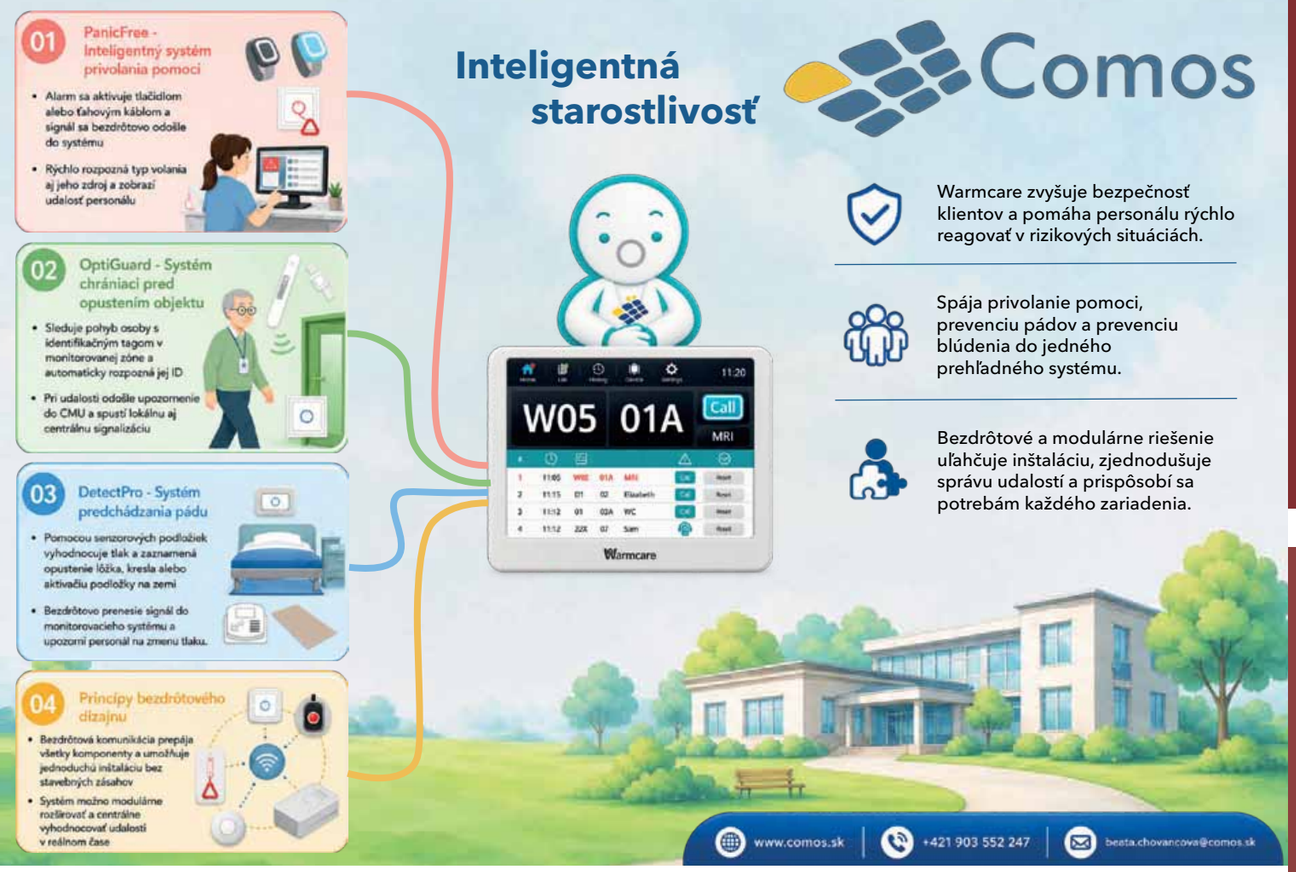


Som prvá manželka kniežaťa Inocenta Odescalchi a volám sa Anna Barbara Lujza Keglevič de Buzin, alebo Babetta, ako ma volali moji blízki. Bola som najprv žiačkou a neskôr múzou Ludwiga von Beethovena, ktorý mi venoval aj svoju Veľkú sonátu a mnoho klavírnych koncertov. Traduje sa, že po nenaplnenej láske ku mne jeho technická hudba precitla a dostala emočnú hĺbku. Lebo k srdcu človeka sa dá dostať iba láskou a láskavosťou. A toto je môj odkaz pre Vás: V príbehu tohto kaštieľa ste si už určite vypočuli veľa o budove, o rode, o tituloch, ale aj o krásnych posolstvách a hodnotách. Tie však budú žiť iba v tom, čo po sebe zanecháme v srdciach druhých ľudí. Či už nesmrteľným umením, ktoré vytvoríme, alebo pomocou, ktorú im poskytneme.
Žite a slúžte s gráciou...

4. Inocent XI. / TRANSPARENTNOSŤ



Pokoj a dobro Vám všetkým.
Volal som sa Benedetto Odescalchi. Svet ma však pozná ako pápeža Inocenta XI., neskôr Inocenta svätého. Počas svojho života som sa naučil, že skutočná hodnota človeka nespočíva v jeho majetku, postavení, ani v moci. Spočíva v jeho dôstojnosti. A tú si zaslúži každý – aj chorí, starí a na pomoc iných odkázaní bratia a sestry. Preto som hrdý, že sídlo rodu, ktorý som v Taliansku obnovil, keď som meno rodu postúpil na dona Lívia, syna mojej sestry Lukrécie, bude slúžiť práve tejto Bohu milej činnosti: pomoci iným. Požehnávam tomuto domu, aby bol symbolom pravdy o zmysle života, čestnosti a transparentnosti. Požehnávam jeho klientom, zamestnancom i majiteľom a Vám všetkým návštevníkom, ktorí im budete podporou na ceste, ktorou sa vydali.
Boh s Vami.



SPANILÉ JAZDY

Stretnutia APSS v SR v regiónoch

Mgr. Anna Ghannamová
bude hovoriť o vyhláške SVHZ
Aktuálne informácie a praktické súvislosti pre poskytovateľov sociálnych služieb.

KEDY A KDE

KOŠICKÝ A PREŠOVSKÝ KRAJ
6. 10. 2026 Hotel Hilton Košice
9:00 – 1 3:00

ŽILINSKÝ, BANSKOBYSTRICKÝ A TRENČIANSKY KRAJ
7. 10. 2026 Hotel Holiday inn Žilina
9:00 -1 3:00

TRNAVSKÝ, NITRIANSKY A BRATISLAVSKÝ KRAJ
8. 10. 2026 Hotel Holiday inn Trnava
9:00 – 13:00

Asociácia poskytovateľov sociálnych služieb v SR



PROGRAM STRETNUTIA

09:30 – 10:00 | **COFFEE BREAK A NETWORKING**
Príchod účastníkov, neformálne diskusie a ranné občerstvenie.

10:00 – 10:05 | **OTVORENIE PODUJATIA A PRIVÍTANIE HOSTÍ**
Slovo na úvod: Mgr. Anna Ghannamová

10:05 – 10:30 | **AMBULANTNÉ SLUŽBY A ICH STRATEGICKÉ POSTAVENIE**
Téma: Postavenie ambulantných služieb v systéme sociálnych služieb.
Prednášajúci: Mgr. Anna Ghannamová

10:30 – 11:00 | **ODBORNÝ BLOK: MULTIREZISTENTNÉ ORGANIZMY V ZARIADENIACH SOCIÁLNEJ POMOCI**
Prednášajúci: PhDr. Martin Ballay

11:00 – 11:10 | **BILANCIA ČASTI ROKA 2026 A STRATEGICKÉ PRIORITY PRE ROK 2027**
Prehľad činnosti APSS v SR v končiacom roku a definovanie hlavných tém na nasledujúce obdobie.

11:10 – 11:20 | **TECHNOLOGICKÉ INOVÁCIE V PRAXI APSS**
Téma: Prezentácia rozšírenej verzie mobilnej aplikácie APSS.
Prednášajúci: Mgr. Vanesa Haraslínová

11:20 – 11:45 | **PRÍPRAVA A ORGANIZÁCIA JESENNEJ KONFERENCIE 2026**
Predstavenie konceptu, kľúčových tém a organizačných detailov nadchádzajúcej konferencie.

11:45 – 12:45 | **PREZENTÁCIA STRATEGICKÝCH PARTNEROV**
Blok venovaný partnerom projektov „Spanilé jazdy".

12:45 – 13:00 | **OTVORENÁ DISKUSIA A ZÁVER PODUJATIA**
Priestor na otázky účastníkov, zhrnutie záverov a oficiálne ukončenie programu.

PRIHLÁSENIE ONLINE

Tešíme sa na stretnutia s vami!

Asociácia poskytovateľov sociálnych služieb v SR

príloha

Asociácie poskytovateľov sociálnych služieb v SR

október/2026

CHRÍPKA?
IDEÁLNY ČAS NA OČKOVANIE EVA GANTNEROVÁ / 28
STRACH AMBULANTNÝCH SLUŽIEB
ZAŽEHNANÝ? ZUZANA BRUTENIČOVÁ / 40
VNÚTORNÉ PREDPISY POSKYTOVATEĽA
I. ČASŤ JOZEF SÝKORA / 42

V PALAIS DES FESTIVALS V CANNES SA 14. A 15. SEPTEMBRA 2026 USKUTOČNIL 18. ROČNÍK SILVERECO & AGEING WELL INTERNATIONAL FESTIVAL. PODUJATIE BOLO KONCIPOVANÉ AKO SVETOVÉ B2B FÓRUM VENOVANÉ DLHOVEKOSTI, DEMOGRAFICKEJ ZMENE A DOBRÉMU STARNUTIU. NA JEDNOM MIESTE SPOJILO POSKYTOVATEĽOV DLHODOBEJ STAROSTLIVOSTI, ODBORNÍKOV, VEREJNÉ INŠTITÚCIE, VÝSKUMNÍKOV, TECHNOLOGICKÉ FIRMY, STARTUPY A INVESTOROV. JEHO NAJDÔLEŽITEJŠÍM PRÍNOSOM NEBOLA IBA PREZENTÁCIA JEDNOTLIVÝCH VÝROBKOV A SLUŽIEB.



MEDZINÁRODNÝ FESTIVAL PREPOJIL DLHODOBÚ STAROSTLIVOSŤ, TECHNOLÓGIE, FINANCOVANIE, BÝVANIE, PODPORU OPATROVATEĽOV A ROZVOJ SILVER EKONOMIKY

SILVERECO 2026 V CANNES UKÁZAL, ŽE STARNUTIE NIE JE IBA SOCIÁLNA VÝZVA, ALE AJ PRIESTOR PRE INOVÁCIE

Festival ukázal, že starnutie populácie si vyžaduje prepojený systém: od prevencie a podpory života doma cez dostupnú pobytovú starostlivosť až po pomoc rodinným opatrovateľom, nové technológie a udržateľné financovanie.

Šesť pohľadov na jednu demografickú zmenu

Program bol rozdelený do šiestich tematických summitov. Nursing Homes Summit sa venoval budúcnosti pobytových zariadení a kolektívneho bývania, Living at Home Summit podpore života vo vlastnom prostredí, Yes We Care Summit rodinným a pracujúcim opatrovateľom, Healthy Ageing Summit prevencii a zdravému starnutiu, SilverTech & AI Summit technológiám a umelej inteligencii a Silver Citizens Summit postaveniu starších ľudí v spoločnosti, medzigeneračným vzťahom a boju proti ageizmu. Toto členenie bolo samo osebe dôležitým odkazom: dlhodobú starostlivosť nemožno redukovať na zdravotnú alebo sociálnu službu. Je súčasťou širšej ekonomiky dlhovekosti a musí zahŕňať bývanie, komunitu, zamestnanosť, verejné politiky, technológie aj práva človeka.

Od jednotlivých služieb k aliancii

Pre sektor LTC bola mimoriadne významná diskusia Od domova k zariadeniu: vytvoriť alianciu, ktorá

nikoho nenechá bokom. Jej východiskom bolo, že žiadna služba nedokáže sama zvládnuť zložité životné dráhy starších ľudí. Domáca opatera, denný stacionár, domáca hospitalizácia, odľahčovacie služby, územné centrá podpory a pobytové zariadenia preto nemajú fungovať ako oddelené svety. Zverejnené posolstvo diskusie bolo jasné: nestačí pridávať ďalšie programy ani uzatvárať formálne partnerstvá, potrebná je skutočná aliancia. Pre slovenskú prax je to výzva budovať kontinuitu medzi domácnosťou, komunitnými službami, zdravotníctvom a zariadeniami sociálnych služieb tak, aby človek nestrácal bezpečie, vzťahy ani dôstojnosť pri zmene svojho zdravotného stavu.

Technológia má uvoľniť ruky pre človeka

Silnou líniou festivalu bola otázka, ako využiť technológie bez toho, aby sa zo starostlivosti vytratila ľudskosť. Diskusie sa venovali teleasistencii, diaľkovému monitorovaniu, internetu, behaviorálnym dátam, predikcii pádov, včasnému zachyteniu krehkosti a umelej inteligencii. Podľa programu má technológia pomáhať najmä pri prevencii, skoršom rozpoznaní rizika, lepšom zacielení zásahu a obmedzení opakujúcich sa administratívnych úloh. Nejde teda o náhradu pracovníka, ale o podporu jeho rozhodovania a o získanie času na priamy kontakt s klientom.

Rovnako podstatné boli hranice technologického riešenia. Organizátori zdôraznili etiku, informovaný súhlas, transparentnosť, ochranu údajov, ľudskú zodpovednosť, dostupnosť a právo človeka technológiu odmietnuť. Pre LTC je to zásadné: digitálny nástroj má hodnotu iba vtedy, keď zvyšuje bezpečnosť a kvalitu života a nezaťažuje pracovníkov ďalším paralelným systémom. Inovácia sa preto musí posudzovať podľa merateľného prínosu pre klienta, rodinu a personál, nie podľa toho, ako moderne pôsobí.

Starostlivosť sa nezaobíde bez ľudí a financovania

Festival neobchádzal ani dve najťažšie otázky sektora: kto bude



Náš tím poďakoval odbornej porote, ktorá ocenila význam a hĺbku projektu Dobré srdce

starostlivosť poskytovať a z čoho sa bude platiť. Samostatné diskusie sa venovali budúcemu financovaniu straty sebestačnosti, podpore zamestnancov, ktorí sa starajú o blízkeho, a využitiu potenciálu pracovníkov vo veku nad 50 rokov. Spoločným menovateľom bolo rastúce napätie medzi potrebami starnúcej populácie a obmedzenými personálnymi i finančnými zdrojmi. Dôležitým posunom je vnímanie rodinných opatrovateľov ako súčasti systému, ktorú treba chrániť pred vyčerpaním, a nie ako bezplatnú rezervu, na ktorú sa verejné služby môžu automaticky spoliehať.

Silver ekonomika aj pre Slovensko

Podujatie ukázalo silver ekonomiku ako priestor, v ktorom sa stretáva verejný záujem s podnikaním, výskumom a regionálnym rozvojom. Nestačí mať dobrý nápad; riešenie sa musí dostať do praxe, byť dostupné, škálovateľné a preukázať účinok.
Preto boli súčasťou festivalu výstavná zóna, prezentácie startupov, stretnutia s investormi, odborné diskusie a B2B rokovania. Inovácie sa úspešne zavádzajú tam, kde spolupracujú samosprávy, poskytovatelia, firmy, akademické pracoviská, seniori a občiansky sektor.
Konkrétnym výsledkom bolo podpísanie tripartitnej dohody medzi Silver Valley, On-Medio/SilverEco a slovenskou spoločnosťou Silvers. Partnerstvo má podporiť rozvoj silver ekonomiky na Slovensku, posilniť väzby s európskymi sieťami a rozvíjať SeniorInoHub ako prvý slovenský inovačný ekosystém v tejto oblasti.
Marián Bača, predseda Znalostnej platformy pre silver ekonomiku, vyjadril presvedčenie, že SeniorInoHub sa stane základom budúceho národného klastra silver ekonomiky na Slovensku. Dohoda tak nie je iba deklaráciou: vytvára rámec na prenos know-how, testovanie riešení so seniormi a prepájanie verejného, akademického, podnikateľského a občianskeho sektora. Ako povedal: *„Starneme – rýchlejšie než väčšina Európy a ja roky presviedčam ľudí, že to nie je hrozba, ale príležitosť. Príležitosť postaviť bývanie, tvoriť projekty, služby a inovácie, vďaka ktorým naši rodičia a starí rodičia budú žiť a starnúť dôstojne.“*

Dve ceny pre APSS v SR a DOBRÉ SRDCE

Slovensko bolo viditeľné aj v súťaži SilverEco & Ageing Well International Awards. Veľký úspech zaznamenala APSS v SR a jej projekt DOBRÉ SRDCE, ktorý získal 2. miesto v kategórii Education, Research & Ageing Awareness (Vzdelávanie, výskum a osveta) a navyše Special Mention, teda osobitné ocenenie poroty za veľký prínos projektu.
Organizátori projekt predstavili ako národné ocenenie, ktoré vyzdvihuje výnimočných pracovníkov sociálnych služieb a dlhodobej starostlivosti, podporuje kvalitu a pripomína ľudskosť i profesionalitu tejto práce. Už samotná nominácia má pre sektor význam: ukazuje, že personálnu krízu nemožno riešiť iba mzdami a náborom. Potrebujeme aj verejne oceňovať ľudí, meniť obraz práce v starostlivosti v očiach verejnosti a ponúknuť mladšej generácii dôvod, prečo do nej vstúpiť.
Predsedníčka APSS v SR a autorka projektu Dobré srdce Anna Ghannamová neskrývala radosť: *„V prvom rade by sme chceli vyjadriť veľkú vďaku odbornej porote, ktorá ocenila význam a hĺbku projektu Dobré srdce. Som nesmierne pyšná na náš malý tím, ktorý sa každý rok snaží toto ocenenie a jeho priebeh zlepšovať a posúvať na novú úroveň. Veríme, že aj vďaka tomuto medzinárodnému uznaniu, ale najmä vďaka našim stabilným partnerom a generálnym partnerom - spoločnosti Hartman Rico, bude srdce tohto výnimočného projektu biť naďalej a s každým ročníkom čoraz hlasnejšie “* dodala.
Ďalším slovenským zástupcom bol SILVERGON careplan, nominovaný do súťaže za riešenie, ktoré pomáha rodinným opatrovateľom premeniť neistotu na prvý zrozumiteľný plán starostlivosti, rozdeliť úlohy, predvídať riziká a koordinovať pomoc. Firma na sociálnej sieti uviedla: *„Sme hrdí, že*



Radosť z ocenenia

si našu prácu všimli aj v zahraničí. Je to pre nás potvrdenie, že to, čo robíme, má zmysel.“ Účasť APSS aj Silvergonu ukázala dve rovnocenné stránky slovenského LTC: potrebu oceňovať ľudí, ktorí starostlivosť vykonávajú, aj potrebu prakticky podporovať rodiny, ktoré ju denne koordinujú.

Vanesa Haraslínová a Simon Ghannam

Čo si má sektor odniesť

Najsilnejším odkazom SilverEco 2026 je potreba prejsť od čiastkových riešení k spoločnej stratégii dlhovekosti. Zariadenia budúcnosti nemajú byť izolovanými inštitúciami, ale otvorenými centrami odbornosti pre svoje územie a komunitu. Domáca starostlivosť potrebuje zdravotné, sociálne a technologické zázemie. Rodinní opatrovatelia potrebujú odľahčenie a uznanie. Technológie musia byť etické, zrozumiteľné a prakticky použiteľné. A silver ekonomika sa má merať nielen rastom trhu, ale aj tým, či starším ľuďom prináša väčšiu samostatnosť, bezpečie, vzťahy a možnosť rozhodovať o vlastnom živote.
Cannes tak neprinieslo jeden univerzálny model. Prinieslo však spoločný smer: demografická zmena sa nedá zvládnuť obranou existujúcich systémov. Vyžaduje nové partnerstvá, investície do ľudí, zdieľanie poznatkov a odvahu skúšať riešenia, ktoré spájajú odbornosť s rešpektom k človeku. Práve v tom je hlavný význam SilverEco pre európsky sektor LTC aj pre Slovensko.
Za APSS v SR sme radi, že sme mohli byť pri tom.



NSK: Nainštalované klimatizácie

Extrémne letné horúčavy ohrozovali v tomto roku najmä seniorov a ľudí odkázaných na pomoc. Nitriansky samosprávny kraj (NSK) preto ako zriaďovateľ 25 zariadení sociálnych služieb vo väčšine zariadení vytvoril klimatizované priestory. Aktuálne je klimatizácia úplne alebo čiastočne nainštalovaná v 23 zariadeniach v zriaďovateľskej pôsobnosti kraja.

PSK: CSS Dúbrava prechádza rozsiahlou obnovou

Centrum sociálnych služieb (CSS) Dúbrava v okrese Snina prechádza rozsiahlou rekonštrukciou za viac ako 5,3 milióna eur. Obnovou prejde historický kaštieľ, ďalšie budovy zariadenia aj priľahlý areál.
Rekonštrukcia sa týka neskorobarokového kaštieľa z prelomu 18. a 19. storočia, ktorý je národnou kultúrnou pamiatkou. Súčasťou projektu bude aj revitalizácia priľahlého parku. Projekt je financovaný z eurofondov v rámci integrovaných územných investícií.
CSS Dúbrava poskytuje celoročnú pobytovú sociálnu službu v domove sociálnych služieb a na špecializovanom pracovisku. Jeho celková kapacita je 75 miest.

Trnava: Denné centrá pre seniorov majú nové vybavenie

Všetkých osem denných centier pre seniorov v rámci mesta Trnava má nové vybavenie. Seniori môžu v denných centrách tráviť čas v spoločnosti rovesníkov, rozvíjať svoje záujmy a zostať aktívnou súčasťou života v meste.

TTSK: Inštitút holistického zdravia poskytne podporu

Nový Inštitút holistického zdravia na Závarskej ulici v Trnave poskytne podporu zamestnancom v sociálnych službách. Trnavský samosprávny kraj (TTSK) jeho otvorením nadväzuje na podporný projekt pre pomáhajúce profesie spustený v roku 2019, ktorý pracovníkom pomáha predchádzať syndrómu vyhorenia.
„Nový inštitút ponúka bezpečné zázemie pre psychohygienu, prevenciu vyhorenia a regeneráciu. Slúžiť má predovšetkým zamestnancom župných zariadení sociálnych služieb, ale dvere budú otvorené aj pre širšiu verejnosť,“ uviedol predseda TTSK Jozef Viskupič.

Mesto Svidník spustilo do prevádzky denný stacionár

Mesto Svidník otvorilo denný stacionár, ktorý je súčasťou prvého mestského zariadenia sociálnych služieb v meste. Služba s kapacitou 40 klientov je poskytovaná na prízemí zrekonštruovanej budovy, ktorej prestavba trvala dva roky.

Zdroj: TASR

artspect

LATERA NEO
nové ošetrovateľské lôžko

LATERÁLNY NÁKLON
uľahčenie práce ošetrujúceho personálu

DELENÉ TELESKOPICKÉ BOČNICE
bezpečnosť a podpora mobilizácie klienta

DVOJITÁ AUTOREGRESIA LOŽNEJ PLOCHY
zníženie rizika vzniku preležanín

12 DREVODEKOROV
Možnosti prevedenia v rôznych drevodekoroch



Artspect spol. s r. o.,
Rybničná 40, 831 06 Bratislava
02/32661757
info@artspect.sk
www.artspect.sk

CLEANLIFE
Inovace | Technologie | Čistota

SVETOVÁ NOVINKA
V KOMFORTE STAROSTLIVOSTI A HYGIENY!





FLEXIBILNÉ ZÁSTENY – FUNKČNOSŤ, ESTETIKA, HYGIENA

REVOLUČNÉ RIEŠENIE PRE ZDRAVOTNÍCKE ZARIADENIA

Zásteny do izieb a na chodby sú navrhnuté s dôrazom na praktickosť a čistotu. Umožňujú flexibilné rozdelenie priestoru podľa aktuálnej potreby – napríklad pri vyšetreniach, hygiene alebo návštevách.

- **Flexibilita použitia:** Mobilné varianty pre premiestňovanie alebo pevná montáž pre stabilné riešenie.
- **Estetické prostredie:** Zvyšujú kvalitu prostredia a prispievajú k spokojnosti klientov aj personálu.
- **Maximálna hygiena:** Umývateľné priamo na mieste. Zabudnite na pranie textilných závesov.

CLEANLIFE.CZ | CLEANLIFESHOP.CZ



ZRUŠENIE LIMITU 40 LÔŽOK

KONIEC KOLAPSU **A NOVÁ ÉRA SLOVENSKÝCH SOCIÁLNYCH SLUŽIEB**

SLOVENSKO STOJÍ NA DEMOGRAFICKEJ KRIŽOVATKE A SYSTÉM DLHODOBEJ STAROSTLIVOSTI ČELÍ BEZPRECEDENTNÉMU TLAKU. VÍTANÝM IMPULZOM JE PRETO PRIJATIE ZÁSADNEJ LEGISLATÍVNEJ ZMENY: RADIKÁLNE ZVÝŠENIE KAPACITNÉHO LIMITU ZO 40 NA 100 MIEST NA JEDNU BUDOVU V ZARIADENIACH SOCIÁLNYCH SLUŽIEB (ZSS). ASOCIÁCIA POSKYTOVATEĽOV SOCIÁLNYCH SLUŽIEB V SR (APSS V SR) SPOLOČNE S DOMÁCIMI AJ MEDZINÁRODNÝMI PARTNERMI DLHODOBO UPOZORŇOVALA, ŽE TOTO OBMEDZENIE NEPRINÁŠALO VYŠŠIU KVALITU, ALE ZASTAVILO RAST A ROZVOJ V SEKTORE. NOVÁ ÚPRAVA OTVÁRA DVERE EFEKTÍVNEJŠIEMU BUDOVANIU A ROZŠIROVANIU KAPACÍT.

Slovenská republika bola dlhé roky jedinou krajinou v Európskej únii a pravdepodobne aj na svete, ktorá mala pevný kapacitný limit 40 lôžok zavedený priamo v národnej legislatíve. Tento krok, zavedený pred takmer dvoma desaťročiami s úmyslom podporiť komunitnú starostlivosť, sa v praxi ukázal ako kontraproduktívny. Komunitná starostlivosť akosi nenarástla...

Susedné štáty, ako Česko alebo Rakúsko, žiadne takéto reštrikcie nikdy nemali a bežne tam fungujú špičkové zariadenia s kapacitou 80 až 120 miest. Výsledkom doterajšej slovenskej regulácie bolo, že subjekty – aj medzinárodné, ktoré mali záujem investovať do budovania nových kapacít na Slovensku, svoje projekty radšej preorientovali na Českú republiku a Poľsko. Odstránenie tejto bariéry tak opäť vracia Slovensko na mapu pre strategické investície do sociálnych služieb.

Veľkosť budovy kvalitu neurčuje

Zástancovia zachovania pôvodného limitu často argumentovali tým, že menšie zariadenia automaticky znamenajú lepšiu starostlivosť a nižšie riziko infekcií. APSS v SR však podrobila kľúčové štúdie detailnej analýze a priniesla jasné závery, ktoré nová legislatíva našťastie reflektovala:

• **Kvalita závisí od manažmentu, nie od počtu postelí:** Medzinárodné metaštúdie (napr. Baldwin et al., 2017 alebo Rodríguez-Martínez et al., 2023) potvrdzujú, že samotná kapacita budovy nie je spoľahlivým prediktorom kvality starostlivosti. Kľúčovými faktormi sú organizačná kultúra, kvalifikácia personálu, stabilita tímu a dostupné zdroje.

• **Mýtus o šírení infekcií:** Skúsenosti z pandémie COVID-19 ukázali, že rozhodujúca nebola veľkosť zariadenia, ale „zahustenosť“ ubytovania (počet ľudí na izbu a kúpeľňu), organizácia práce a dodržiavanie epidemiologických zásad. Väčšie zariadenia navyše dokázali v čase krízy oveľa efektívnejšie narábať s personálom a materiálnymi zdrojmi, zatiaľ čo tie malé čelili existenčným prevádzkovým problémom.

Štatistický ukazovateľ	Stav pred zmenou	Nový právny stav/ Prognóza	Zdroj dát
Kapacitné pravidlá v SR	Striktný limit maximálne 40 lôžok na jednu budovu.	Limit zrušený. Možnosť budovať kapacity flexibilne podľa potrieb regiónov a ekonomickej efektivity.	APSS v SR/ European Ageing Network (EAN)
Nárast populácie 60+	–	2-násobný nárast počtu obyvateľov v SR do roku 2040.	Prognózy OECD
Nárast populácie 80+	–	3-násobný nárast najodkázanejšej skupiny do roku 2040.	Prognózy OECD
Stav v teréne (SR)	Regionálny nedostatok miest, dlhé poradovníky, vysoké duplicitné náklady na prevádzku budov.	Odstránenie administratívnych bariér pre investorov, úspora nákladov na prevádzku.	MPSVR SR (Analýza sociálnych služieb)
Finálne kapacity z Plánu obnovy	–	3 125 nových miest (1 209 ambulantných, 993 komunitných, 923 sociálno-zdravotných).	MPSVR SR – Komponent 13 Plánu obnovy a odolnosti SR

Brusel zatváranie budov neprikazuje

Hoci Európska únia presadzuje proces deinštitucionalizácie, jej dokumenty si odporcovia väčších kapacít vysvetľujú nesprávne. Správa Európskej agentúry pre základné práva (FRA, 2018) jasne hovorí: *„Deinštitucionalizácia je proces zabezpečenia práva ľudí žiť v spoločenstve – nie synonymum pre zatváranie veľkých inštitúcií.“*

Centrálnym cieľom európskych politík je sloboda voľby, zachovanie ľudskej dôstojnosti a individuálny prístup, nie mechanické počítanie postelí v budove.

Demografická časovaná bomba

Dôvody na zmenu legislatívy potvrdzujú aj alarmujúce štatistiky a oficiálne vládne podklady. Podľa makroekonomických a demografických prognóz OECD čelí Slovensko bezprecedentnému starnutiu populácie:

- Do roku 2040 sa počet ľudí vo veku 60+ na Slovensku presne zdvojnásobí.
- V rovnakej časovej línii sa počet najstarších seniorov vo veku 80+ dokonca strojnásobí.

Tento masívny nárast odkázaných osôb doteraz narážal na realitu, ktorú oficiálne pomenúval aj štát. Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR vo svojej Analýze poskytovaných sociálnych služieb v SR uvádzalo, že slovenské pobytové zariadenia zápasia s akútnym nedostatkom kapacít na regionálnej úrovni, neustále sa predlžujúcimi poradovníkmi žiadateľov a stúpajúcim dopytom po umiestnení. Predsedníčka APSS v SR Anna Ghannamová v tejto súvislosti otvorene pomenúva ekonomickú realitu, ktorej zariadenia čelia:

„Ak štát nedokáže dať na sociálne služby toľko finančných prostriedkov, koľko je reálne potrebné, mal by poskytovateľom aspoň vytvoriť legislatívne možnosti na efektívne znižovanie fixných nákladov. Práve zrušenie limitu 40 miest na budovu je cestou, ako znížiť výdavky na prevádzku a ušetrené peniaze investovať do platov podhodnotených opatrovateliek a sestier. Samozrejme, týka sa to tých zariadení, ktoré sa rozhodnú kapacitu zvýšiť a nových zariadení.“

Peniaze pôjdu na platy, nie do duplicitného betónu

Slová šéfky asociácie potvrdzovali aj samotní manažéri z terénu, pre ktorých znamenal starý limit čistú ekonomickú neefektivitu. Ak chcelo doteraz úspešné zariadenie v jednom areáli rozšíriť kapacitu napríklad zo 40 na 60 miest, legislatíva ho nútila postaviť úplne novú, samostatnú budovu. To so sebou nieslo duplicitné náklady na novú recepciu, samostatnú kuchyňu, dvoch vedúcich prevádzky alebo riaditeľov či dve práčovne.

Zrušením limitu sa otvára priestor na využitie prevádzkovej synergie, úsporu energií a nasmerovanie ušetrených financií do personálu a zvyšovania platov zdravotných sestier a opatrovateľov. Opakujeme, týka sa to tých, ktorí sa rozhodnú rozšíriť kapacity, alebo



budovať nové zariadenia s kapacitou 100 miest.
Zmena prichádza ruka v ruke s rozbehnutými európskymi projektmi. V rámci strategického Komponentu 13 Plánu obnovy a odolnosti SR (Dostupná a kvalitná dlhodobá sociálno-zdravotná starostlivosť) rezort práce zakontrahoval a finančne zastrešil vytvorenie celkovo 3 125 nových miest. Z tohto balíka pribúda 1 209 miest v ambulantných službách, 993 miest v nízkokapacitných komunitných zariadeniach (do 12 osôb) a 923 miest v sociálno-zdravotných zariadeniach. Znamená to, že zariadenia s kapacitou 100 miest dokážu prevádzkovať službu s najnižším nákladom na osobu, tie, ktoré nám tu 20 rokov vznikali s kapacitou 40, majú stredný náklad na osobu a zariadenia z Plánu obnovy s kapacitou 12 miest sú a zostanú, samozrejme, najdrahšie. Otvára sa tak možnosť diferenciácie klientely nielen podľa preferencií typu zariadenia, ale aj podľa finančných možností klienta..



Zhoda naprieč samosprávou a expertmi

Požiadavku na prehodnotenie a zrušenie limitu podporila široká domáca aj medzinárodná koalícia. K APSS v SR sa oficiálne pripojili Združenie miest a obcí Slovenska (ZMOS), Združenie Samosprávne kraje Slovenska (SK8) a iniciatívu podporil aj Jiří Horecký, prezident European Ageing Network (EAN), ktorá zastupuje vyše 10 000 poskytovateľov v 28 krajinách Európy.

Odborná verejnosť vníma tento krok ako kľúčový míľnik, napriek tomu, že nebol súčasťou reformy financovania. Táto zmena odstraňuje zastarané legislatívne obmedzenia a pripravuje slovenské zdravotníctvo a sektor sociálnych služieb na nezvratné demografické výzvy budúcich dekád.

-MZ-

TVORÍME PROFESIONÁLNE KUCHYNE

JAZ GASTROZARIADENIA

VÝKONNÉ SRDCE VAŠEJ KUCHYNE



Multifunkčné varné centrá



Sklopné kotle s miešadlom



Konvektomaty



RM Gastro - JAZ s.r.o., Rybárska 1, 915 01 Nové Mesto nad Váhom, tel.: 032-7717061, 7716379,
pobočka NITRA - Bratislavská 15, tel. 037-6422851 pobočka BRATISLAVA - Rožňavská 1, R1 Centrum, tel. 02-32113691
e-mail: obchod@jaz.sk web: www.jaz.sk

NADÝCHANÉ & ŽIARIVO BIELE PRÁDLO BEZ ZÁPACHU



RAPID-O OZÓNOVÉ PRANIE V STUDENEJ VODE

100% GARANCIA ÚSPORY

- 90% úspora energie a vody
- 50% úspora času = zvýšenie kapacity práčovne o 100%
- 100% ochrana ohrievacích telies pred vodným kameňom
- 100% odstránenie zápachu z bielizne
- 100% prevencia zafarbenia bielizne

CHRISTEYNS

CHRISTEYNS Slovakia s.r.o. · Panenská 6 · 811 03 Bratislava · SK · T +420 556 731 111 · E info@christeyns.cz · W www.christeyns.com
Sales Manager: PETER SLÁDEK · T +421 948 778 116 · E peter.sladek@christeyns.com

CHRÍPKA? IDEÁLNY ČAS NA OČKOVANIE

CHRÍPKA NIE JE LEN OBYČAJNÁ SEZÓNNA VIRÓZA, KTORÚ STAČÍ VYLEŽAŤ S TEPLÝM ČAJOM. PRE STARŠÍCH ĽUDÍ PREDSTAVUJE VÁŽNE OCHORENIE CELÉHO ORGANIZMU, KTORÉ MÔŽE PREBIEHAŤ VEĽMI NETYPICKY A PRIAMO OHROZIŤ ICH ŽIVOT. PREČO IMUNITNÝ SYSTÉM SENIOROV NA VÍRUS REAGUJE INAK. AKÉ SKRYTÉ KOMPLIKÁCIE IM HROZIA A AKO DOKÁŽE POMÔCŤ VČASNÉ OČKOVANIE? V ROZHOVORE PRE ČASOPIS ŠANCA ODPOVEDÁ POPREDNÁ SLOVENSKÁ EPIDEMIOLOGIČKA prof. MUDr. ZUZANA KRIŠTÚFKOVÁ, PhD., MPH.

Chrípka býva často označovaná ako obyčajná viróza. Je to správne?

Chrípka nie je obyčajná viróza spojená s nádchou a kašľom. Je to vážne ochorenie celého organizmu, spôsobené vírusmi chrípky. Môže postihnúť ktorýkoľvek orgán v tele a spôsobiť veľmi vážne komplikácie vyžadujúce najmä u seniorov pobyt v nemocnici a ohrozovať jeho život. Zvyčajne začína náhle z plného zdravia, bolesťami hlavy, najmä za očami, triaškou, zimnicou, vysokou teplotou, bolesťami kĺbov a svalov. Výrazná je celková slabosť. Kašeľ a bolesti hrdla prichádzajú až neskoršie, nádcha ani nemusí byť.

Môžeme mať chrípku aj bez výraznej horúčky alebo kašľa?

Áno. To je jedna z vecí, na ktorú by som chcela upozorniť. U starších ľudí môže chrípka prebiehať netypicky. Horúčka môže chýbať, alebo kašeľ nemusí byť výrazný. Prejaviť sa môže zmätenosťou, náhlou slabosťou, nechutenstvom, zmenou správania alebo zhoršením základného ochorenia a pohyblivosti. Takáto zmena však môže mať aj inú príčinu, preto je vhodné čo najskôr kontaktovať lekára. Iba testy vedia potvrdiť, či ide o chrípku.

Prečo je chrípka vo vyššom veku väčším rizikom?

S pribúdajúcim vekom prirodzene slabne imunitný systém. Organizmus už nedokáže na infekciu reagovať tak rýchlo a účinne ako v mladšom veku. Zároveň sa zhoršuje aj funkcia prirodzených ochranných bariér, napríklad slizníc, ľahšie dochádza k nákaze. Časté chronické ochorenia srdca, ciev, pľúc, obličiek, cukrovka zvyšujú krehkosť organizmu, preto má telo menšiu rezervu na zvládnutie akútneho infekčného ochorenia. Chrípka tak môže mať vo vyššom veku ťažký priebeh a kašeľ, únava či slabosť môžu pretrvávať veľmi dlho. Po prekonaní chrípky zostáva veľa starších osôb na lôžku, odkázaných na starostlivosť iných.

Aké komplikácie môže chrípka spôsobiť?

Chrípka môže spôsobiť vírusový zápal pľúc alebo sa k nej môže pridať zápal pľúc spôsobený baktériami, pretože vírusy chrípky oslabia sliznicu dýchacích ciest. Môže tiež zhoršiť už existujúce ochorenia, napríklad chronickú obštrukčnú chorobu pľúc, astmu, srdcové zlyhávanie alebo cukrovku. Infekcia je spojená aj so zvýšeným rizikom vzniku infarktu srdca alebo cievnej porážky. Závažnejší priebeh si môže vyžiadať hospitalizáciu a môže viesť až k úmrtiu.

Ako pred chrípkou a jej následkami chráni očkovanie?

Zásadne. Očkovanie znižuje pravdepodobnosť, že na chrípku ochoriete, a pomáha znižovať aj riziko závažného priebehu a hospitalizácie. Pre seniorov je bezpečné – nevyvoláva ani nezhoršuje priebeh chronických ochorení a neovplyvňuje účinok užívaných liekov. Dôležité je tiež pripomenúť, že na chrípku antibiotiká neúčinkujú. Liečba je preto najmä podporná a zameriava sa na zmiernenie príznakov, horúčky a zvládnutie prípadných komplikácií.

V zariadeniach sociálnych služieb je očkovanie proti chrípke povinné. Prečo je práve toto prostredie z pohľadu chrípky špecifické?

Chrípka najviac ohrozuje seniorov, ľudí s chronickým ochorením a ešte väčšie



riziko predstavuje v kolektíve, kde žijú spolu. Vírus sa v ňom veľmi ľahko šíri a dokáže zasiahnuť naraz veľký počet ľudí, ktorí patria medzi najzraniteľnejších. Postarať sa o chorých robí potom problémy aj personálu. Preto je v takomto prostredí dôležitá nielen ochrana jednotlivca, ale aj čo najvyššia miera ochrany celého kolektívu.

Čo môže pre ochranu seniora urobiť jeho okolie – zariadenie, personál, rodina?

Ideálne je vytvoriť čo najširší „ochranný kruh“ okolo seniora. Očkovaný by mal byť samotný senior, ale veľmi dôležité je očkovať aj ľudí, ktorí s ním prichádzajú do kontaktu – zamestnancov, zdravotnícky personál, opatrovateľov, rodinných príslušníkov a ďalšie blízke kontakty. Tí ho môžu nakaziť aj vtedy, keď sami majú iba mierne príznaky. Čím menej príležitostí vírus dostane na to, aby sa k seniorovi dostal, tým lepšie.

Potrebná je však kombinácia opatrení: na základe príznakov a laboratórnych testov včas rozpoznať výskyt chrípky v zariadení, obmedziť kontakt chorého s ostatnými, dbať na hygienu rúk, kašľa a kýchania, pravidelne vetrať a počas zvýšeného výskytu používať ďalšie opatrenia podľa pokynov zariadenia a epidemiológov.



Na snímke profesorka MUDr. Zuzana Krištúfková, PhD., MPH.

Kedy je vhodný čas na očkovanie?

Ideálne pred začiatkom chrípkovej sezóny, teda na jeseň, najmä v októbri a novembri. Po očkovaní potrebuje organizmus približne dva týždne na vytvorenie ochranných protilátok v tele.

A keďže sa chrípkové vírusy menia, očkovanie je potrebné opakovať každý rok novou vakcínou. Aj ja som senior, a preto sa dávam očkovať každú jeseň. Z očkovania nemám žiadne obavy.

Eva Gantnerová

Mr. Proper PRO

Profesionálny systém na upratovanie



BEZPEČNÝ
Kontrolované dávkovanie



JEDNODUCHÝ
Len 5 produktov



ÚČINNÝ
Rýchle čistenie s dezinfekciou

Professional support™

Oficiálny partner P&G PRO pre SR/ČR
info@profsupport.sk | +421 907 663 461
www.profsupport.sk

P&G PRO COMMERCIAL SOLUTIONS

SVALOVÁ HMOTA

NUTRICIA
Nutridrink® Compact Protein

VYSOKÁ DÁVKA KVALITNÝCH PROTEÍNOV A ÚČINNÁ DÁVKA LEUCÍNU

pre syntézu bielkovín, zachovanie svalovej hmoty a samostatnosti[1-7]

SYNTÉZA BIELKOVÍN[6,7]
účinná dávka leucínu
1,73 g

ZACHOVANIE SVALOVEJ HMOTY[2,3,8]
vysoká dávka proteínu
18,3 g

NÁRAST TELESNEJ HMOTNOSTI[9]
vysoká dávka energie
306 kcal



LEPŠIA COMPLIANCE[10]
malý objem
125 ml

NAJNIŽŠIA OSMOLARITA*
570 mOsmol/l

NAJVIAC PRÍCHUTÍ NA TRHU[11]
vrátane chladivých

Referencie: 1. Yanai H, J Clin Med Res. 2015;7(12):926-931. **2.** Starke J, et. al. Clin Nutr. 2011 Apr; 30(2):194-201. **3.** Norman K, et al. Clin Nutr. 2008 Feb; 27(1):48-56. **4.** Gariballa S, et al. Am J Med. 2006; 119(8): 693-699. **5.** Hubbard GP, et al. Proc Nutr Soc. 2010; 69 (OCE2):E164. **6.** Katsanos ChS, et al. Am J Physiol Endocrinol Metab. 2006 Aug; 291(2):E381-7. **7.** Churchward-Venne TA, et al. Am J Clin Nutr. 2014 Feb; 99(2):276-86. **8.** Cruz-Jentoft AG, et al. Age Ageing. 2019;48:16-31. **9.** Smith TR, et al. Nutrients. 2020 Feb; 12(2):517. **10.** Hubbard GP, et al. Proc Nutr Soc. 2010; 69 (OCE2):E164. **11.** Zoznam dietetických potravín plne alebo čiastočne uhrádzaných na základe verejného zdravotného poistenia, www.health.gov.sk.

* Platí pre kompaktné 125 ml formy vysokoproteínovej výživy na Slovensku - https://www.health.gov.sk/Clanok?zkdp202607
Potravina na osobitné lekárske účely. Nutridrink Compact Protein je určený na diétny režim pri podvýžive súvisiacej s ochorením. Prípravky sa musia používať pod lekárskym dohľadom. Materiál je určený len pre odbornú verejnosť - nie je určený pre pacientov ani širokú verejnosť. ONS26PHAOSPE31SK

Infolinka: 0800 444 006
www.e.nutricia.sk, www.nutridrink.sk

NUTRICIA
LIFE-TRANSFORMING NUTRITION



POMOCNÍK DO KAŽDEJ DOMÁCNOSTI

TERAPEUTICKÝ VANKÚŠ HUGO PREDSTAVUJE Z PSYCHOLOGICKÉHO HĽADISKA PREMYSLENÝ NÁSTROJ, KTORÝ KOMBINUJE PRVKY SENZORICKEJ STIMULÁCIE, REMINISCENČNEJ TERAPIE (TERAPIE SPOMIENKAMI) A EMOCIONÁLNEJ PODPORY. PRE SENIOROV, NAJMÄ TÝCH V INŠTITUCIONÁLNEJ STAROSTLIVOSTI ALEBO ŽIJÚCICH S KOGNITÍVNYM POKLESOM (NAPR. DEMENCIA, ALZHEIMEROVA CHOROBA), MÁ HLBOKÝ PSYCHOLOGICKÝ VÝZNAM V NIEKOĽKÝCH KĽÚČOVÝCH OBLASTIACH.

Saturácia „hladu po dotyku“ a pocit bezpečia

• **Simulácia ľudskej blízkosti:** Tvar vankúša, ktorý obopína hlavu, ramená a končí dlaňami, napodobňuje fyzické objatie. U seniorov často dochádza k tzv. hladu po dotyku (skin hunger) v dôsledku sociálnej izolácie či straty partnera.

• **Redukcia úzkosti a stresu:** Objatie aktivuje parasympatický nervový systém, čo prirodzene znižuje hladinu stresového hormónu (kortizolu) a vyplavuje oxytocín (hormón väzby a bezpečia). Výsledkom je hlboká relaxácia a zmiernenie psychického napätia.

Aktivácia zmyslovej pamäte (Reminiscencia)

HUGo využíva hmatové a čuchové podnety ako kľúče k uzamknutým spomienkam, čo je základom reminiscenčnej terapie:

• **Hmatové kotvy (Čipka, gombíky, korálky):** Tieto textúry nie sú len ozdobou. Dotyk čipky môže evokovať spomienky na svadbu, gombíky na prácu či starostlivosť o rodinu, a korálky na šperky či modlitbu (pátričky). Tým sa posilňuje pocit vlastnej identity a kontinuity života.

• **Čuchová pamäť (Bylinky a vône):** Čuch je najsilnejším zmyslom spojeným s emóciami a pamäťou. Vôňa mäty či iných byliniek dokáže seniora okamžite preniesť do detstva, k spomienkam na matku či vlastnú záhradu, čo vyvoláva hrejivý pocit bezpečia.

Sebaregulácia a zvládanie motorického nepokoja

• **Uvoľnenie agitovanosti:** Seniori s demenciou často trpia motorickým nepokojom (neustále preberanie prstami, úzkostné pohyby rúk).

• **Terapeutické žmolenie:** Prítomnosť čerešňových kôstok v rukách vankúša poskytuje bezpečný a zmysluplný objekt na stláčanie a žmolenie. Táto repetitívna hmatová aktivita pomáha presmerovať úzkosť do jemnej motoriky, čím seniora upokojuje.

Podpora autonómie, kontroly a vyjadrenia emócií

• **Možnosť personalizácie:** Odporúčanie dať Hugovi meno alebo pridať vlastné korálky a vreckovky vracia seniorovi pocit kontroly a autonómie – možnosť vlastniť a formovať niečo „svoje“ v prostredí, kde inak o mnohých veciach rozhodujú iní.

• **Bezpečný kanál pre emócie:** Metodika uvádza, že HUGo otvára dvere k emóciám – či už je to úsmev, alebo slzy úľavy a spomienok. Zároveň nesie posolstvo, že aj keď senior mlčí, nie je sám; vankúš poskytuje tichú, neodsudzujúcu prítomnosť.



KTO JE HUGo **A PREČO OBJÍMA SLOVENSKO**

V ARTE CENTRE o.z. SPOJILI PRVKY ARTETERAPIE A VYTVORILI UNIKÁTNY SENZORICKÝ VANKÚŠ S VEĽKÝMI DLAŇAMI, KTORÝ DOSTAL MENO HUGO. V ROZHOVORE S REGINOU LOVIŠKOVOU, KATKOU GORNOU A LENKOU WIDER SA DOZVIETE, AKO TENTO VÝNIMOČNÝ PROJEKT VZNIKAL A PREČO DOKÁŽE OBYČAJNÉ ZAŠITÉ OBJATIE MENIŤ ĽUDSKÉ OSUDY.

Predstavte nám HUGa – kto to vlastne je?
LW: HUGo je náš kamarát a pomocník. Spoločne s ním navštevujeme zariadenia sociálnych služieb a prinášame ľuďom niečo, čo im často chýba – dotyk, blízkosť a objatie. My radi vravíme, že HUGo je viac než len vankúš. A platí to doslova.



Ako sa HUGo objavil v slovenských zariadeniach?
RL: HUGo sa u nás doslova „narodil“. Predchádzali mu roky práce v teréne, množstvo návštev v zariadeniach sociálnych služieb a skúseností so seniormi aj znevýhodnenými. Najskôr vznikol obyčajný vankúš s malými rukami. Naša kolegyňa Lenka Wider dostala úlohu vytvoriť vankúš, ktorý bude funkčný, estetický a zároveň bude reagovať na potreby ľudí, ktoré sme si odsledovali pri práci v teréne.

Koľko zariadení navštevujete?
KG: Momentálne pracujeme v 14 zariadeniach sociálnych služieb po celom Slovensku. Dostávame sa tam cez rôzne projekty – niektoré si píšeme sami, mnohé sú písané na nás, a často nás pozývajú cez rôzne formy dotácií. Do viacerých zariadení sme sa dostali aj vďaka Slovenskej únii podporovaného zamestnávania, kde aktivizujeme klientov cez prvky arteterapie.

Takže HUGo vznikol priamo z potrieb v teréne?
RL: Presne tak. Prvý vankúš bol taký obyčajný vankúš, ktorý mal malé ručičky--pačičky a okamžite sa stal obľúbeným – ľudia sa nimi dotýkali seba aj iných, hladkali sa, objímali. Vtedy sme si uvedomili, že najdôležitejšia nie je jemná motorika a senzorika, ktorú sme s vankúšom trénovali, ale objatie. Seniorom často chýba blízky človek, rodina, kontakt.

A tak vznikol nápad vytvoriť vankúš s veľkými dlaňami, ktoré si človek môže „obliecť“ na vlastnú ruku. Ramená s dlaňami v nadživotnej veľkosti simulujú objatie tak dokonale, že iné meno ako HUGo dostať ani nemohol. Prvý prototyp bol ťažký, pretože bol plnený pohánkovými plevami. Po výmene za ľahkú vankúšovinu sa stal okamžite obľúbeným.

Čo všetko dnes HUGo obsahuje?
LW: Postupne sme pridávali ďalšie prvky. Keď ľudia žmolili prsty, zašili sme do nich čerešňové kôstky – prírodné, guľaté, upokojujúce. Neskôr pribudlo senzorické vrecúško s pomôckami na mieru cieľovej skupine:

- **mäkučké voňavé srdiečko,**
- **drevené guľôčky rôznych veľkostí,**
- **textílie, čipky, starodávna vreckovka,**
- **reminiscenčné predmety.**

Seniori s kognitívnymi poruchami reagovali na mäkučký vankúšik v tvare srdiečka s ľahkými vôňami ako mäta či levanduľa a drevené guľôčky navlečené na šnúre – mohli ich posúvať, krútiť, držať v dlani. Aktívnejší seniori ocenili predmety pripomínajúce minulosť.



Ako sa HUGo dostal aj k mladým znevýhodneným?
LW: Jednoducho – testovali sme všade, kde sme prišli. Chceli sme veľa respondentov, aby bol HUGo ozaj odskúšaný. Zistili sme, že mladí znevýhodnení hľadajú v HUGovi niečo iné ako seniori. Preto sme pre nich vytvorili iné pomôcky do senzorického vrecúška - drevené a textilné minihračky.
Ich obľúbené vône boli prekvapivé: káva, klobáska, rezník, borovica, kvety. Seniori naopak uprednostnili jemné vône – levanduľu, mätu, medovku.

HUGo sa dostal aj na detskú onkológiu. Ako k tomu došlo?
KG: Cez našu kolegyňu arteterapeutku Zuzku Kmeťovú a Klub Detskej Nádeje sa HUGo dostal na Transplantačnú jednotku kostnej drene na detskú onkológiu. Deti po transplantácii kostnej drene tam trávia dlhé týždne bez možnosti vychádzať von a bez návštev. HUGo je ich parťák, s ktorým si môžu „skecnúť“ a schúliť sa do jeho objatia, keď im je smutno.
Tam sme pridali aj prvky na odratúvanie chemoterapií či skladanie slov z písmeniek. Učíme sa s každou novou skúsenosťou.

Zároveň je Hugo súčasťou neziskovej organizácie Klub Detskej Nádeje. kde trávi čas s deťmi s onkologickým a kardiologickým ochorením počas víkendových pobytov a táborov.

Aké máte s HUGom plány do budúcna?
RL: Naším želaním je, aby sa HUGo dostal všade tam, kde je potrebný. Aby senior, alebo ktokoľvek, kto HUGa potrebuje a chce, mohol mať svoj vlastný kus – nie jeden spoločný pre celé zariadenie. Objatie je totiž osobná vec. Nikto z nás sa oň nechce deliť a všetci ho chceme mať kedykoľvek sa nám zažiada.
Zároveň chceme ľuďom ukázať, že pomôcť sa dá aj jednoducho. Mnohí rodinní príslušníci chcú seniorom niečo darovať, ale často nevedia čo. Nekupujte im veci, ktoré nepotrebujú alebo ich majú veľa – darčekové koše, papuče, pyžamá. Ak im chcete dať niečo skutočne hodnotné, darujte im objatie. Prioritne to svoje – a keď to nie je možné, tak to svoje objatie zašifrujte do HUGa. Ten ich môže objímať kedykoľvek, keď to budú potrebovať.

Zdena Krátka





Tiež si želáme, aby si HUGo našiel cestu aj na rôzne miesta, kde môže prinášať osoh. Aby sa dostal všade tam, kde je potrebný – do zariadení, nemocníc, rodín, komunitných centier či k jednotlivcom, ktorí potrebujú oporu, dotyk alebo len pocit, že niekto je pri nich. Veríme, že objatie má silu meniť dni aj životy, a HUGo je spôsob, ako ho priniesť tam, kde chýba.

DIRTY JE VIAC NEŽ LEN ČOKOLÁDA

ICH PRVÁ ČOKOLÁDA NEVYPADLA Z FORMY. O PÁR ROKOV NESKÔR ICH MENO VĎAKA SOCIÁLNYM SIEŤAM A PREPLNENÝM OBJEDNÁVKAM POZNALO POL SLOVENSKA. DVOJICA STOJACA ZA ZNAČKOU DIRTY CHOCOLATE, ZUZANA A PETER, DNES VEDIE FIRMU, V KTOREJ SA PARTNERSTVO V PODNIKANÍ PRELÍNA S PARTNERSTVOM V SÚKROMNOM ŽIVOTE – A PRIZNÁVA, ŽE PRÁVE TO BOLO OBČAS NAJŤAŽŠOU SÚČASŤOU CELÉHO ICH PRÍBEHU. PRE ŠANCU PREZRADILI, AKO VYZERALI ICH ÚPLNE PRVÉ POKUSY S ČOKOLÁDOU, PREČO ZAČÍNALI S NULOVÝM KAPITÁLOM, ČO SA STALO, KEĎ IM POČAS OTVÁRANIA PREDAJNE V AUPARKU TAKMER „ZHORELA“ POLOVICA DENNEJ PRODUKCIE, A PREČO SI MYSLIA, ŽE DOBRÝ PRODUKT UŽ DÁVNO NESTAČÍ, ABY PRERAZIL.



Ako to všetko začalo

Keby ste mali opísať Dirty Chocolate jednou vetou človeku, ktorý o vás nikdy nepočul, čo by ste povedali?

Zuzana: Dirty je viac než len čokoláda – je to zážitok, cheat meal, ktorý nikdy nebudete ľutovať. Je to dezert, ktorý spája kvalitu, chuť a pomoc druhým v jednom zahryznutí. Osobne si myslím, že našu čokoládu zákazník naozaj pochopí až vo chvíli, keď ju ochutná. Vidno to ľuďom na očiach – zrazu im dôjde, o čom celý čas hovoríme a prečo sme „dirty“.

Vráťme sa na úplný začiatok. Kedy prišiel moment, keď ste si povedali: „Poďme založiť vlastnú čokoládovňu“?

Zuzana: Trochu ironicky to bolo práve vtedy, keď sme prechádzali najťažším obdobím nášho vzťahu. Na pár dní sme boli od seba a Peter mal zrazu čas premýšľať. Keď sme sa znova stretli, začal mi rozprávať o tomto projekte – a ja som sa do nápadu Dirty Chocolate zamilovala hneď na mieste. Dodnes mi to príde ako pekný paradox: z krízy vznikla vec, ktorá nás dnes spája viac než čokoľvek predtým.

Prečo práve čokoláda? Bola to celoživotná vášeň, alebo skôr podnikateľská príležitosť?

Peter: Bol to čisto podnikateľský plán, ktorý sa veľmi rýchlo zmenil na vášeň.

Čokoláda odjakživa evokuje pocit šťastia, domova a sladkej odmeny. Slovenský výrobca čokolády Dirty Chocolate však posúva tento zážitok ešte ďalej – hovorí, že skutočné šťastie je kompletné len vtedy, ak sa oň dokážeme podeliť. V rámci svojej filozofie spoločenskej zodpovednosti sa preto rozhodol osladiť život aj tým, ktorí to najviac potrebujú. Spoločnosť finančne podporila Hniezda záchrany, čím podala pomocnú ruku deťom v náročných životných situáciách. Ukazuje tak, že podnikanie nemusí byť len o číslach, ale predovšetkým o ľudskosti a podpore komunít, ktoré sú často neviditeľné.

Mal som rozpracovaných viac projektov a z nich som si musel vybrať jeden, do ktorého pôjdeme naplno. Dirty dávala najväčšiu logiku – bola to racionálna voľba, čísla aj trh jej hrali do karát. Dnes už ale jednoznačne prevažuje vášeň a láska k tomu, čo robíme. Ten pôvodný biznis plán je už dávno na druhom mieste.

Mnohí ľudia majú dobrý nápad, ale nikdy ho nezrealizujú. Čo bol ten moment, keď ste sa prestali rozprávať a začali konať?

Peter: V princípe sme začali konať okamžite. Od nápadu po realizáciu prešlo iba pár dní. V živote nie je na čo čakať – ideálne podmienky nemusia prísť nikdy. My patríme medzi takzvaných „yes men“ – ľudí, ktorí povedia áno aj bláznivému nápadu skôr, než si ho stihnú poriadne rozmyslieť. Niekedy je to práve táto rýchlosť, ktorá rozhoduje medzi nápadom na papieri a firmou, ktorá naozaj existuje.

„V živote nie je na čo čakať. Ideálne podmienky nemusia prísť nikdy.“
Peter

Nulový kapitál, nekonečné učenie Pamätáte si na úplne prvú čokoládu, ktorú ste vyrobili? Ako dopadla?

Zuzana: Hrozne! (smiech) Prvá čokoláda nám doslova nevypadla ani z formy – zostala v nej prilepená a museli sme ju odtiaľ doslova vydlabávať. O čokoláde sme vtedy nevedeli v podstate nič, takže sme sa museli od úplného základu naučiť celý nový odbor, a to za extrémne krátky čas. Temperovanie, prácu s formami, ladenie chutí – všetko sme sa učili za pochodu, metódou pokus – omyl, a tých omylov bolo naozaj dosť. Dnes sa tomu spolu smejeme, ale vtedy to bola úplná panika.



Začínali ste s veľkým kapitálom, alebo skôr s odvahou?

Zuzana: S nulovým kapitálom. Od úplného začiatku máme filozofiu, že najskôr musíme overiť, či sa produkt vôbec dá predať, a až potom investovať. Firmám sa totiž veľmi ľahko stane, že vynaložia obrovské zdroje, pretože uveria vlastnému produktu – a ten sa v praxi nepredáva tak, ako si predstavovali. Pre firmy, hlavne pre tie začínajúce, dokáže byť takéto rozhodnutie doslova likvidačné. My sme radšej rástli pomalšie, ale na istotu.

Čo bolo v prvých mesiacoch najťažšie?

Zuzana: Úplne všetko. Bolo to niečo nové, čo sme sa museli naučiť prakticky zo dňa na deň. Prvé mesiace boli náročné fyzicky aj psychicky – objednávky nám začali chodiť hneď od prvého dňa a my sme sa jednoducho nezastavili. Prvé týždne si pamätám tak, že sme boli doslova zatvorení v baliarni a vo výrobe. Von sme takmer nevyšli.

Existuje chyba z prvého roka podnikania, ktorú by ste dnes už nikdy neurobili?

Peter: Že sme do toho nešli v oveľa väčšom štýle. Začínali sme s nulovým kapitálom, takže keby sme mali

od začiatku odvahu ísť do projektu vo veľkom, mali by sme dnes možnosti, ku ktorým sme sa museli prepracovávať postupne, krok po kroku.

Dvaja v jednom kolese

Ste partneri nielen doma, ale aj vo firme. Ako máte rozdelené kompetencie?

Zuzana: Je to skôr prelínanie než presné rozdelenie – všetko ide u nás veľmi rýchlo, takže sa to nedá úplne vymedziť na papieri. Operatívne riešime, kto si čo zoberie a kto má práve na to čas. Samozrejme, máme aj úlohy, v ktorých sme nezastupiteľní – dizajn, grafiku a e-shop, ale hlavne nové recepty má na starosti Peťo. Ja zase riešim chod prevádzky, plánujem produkciu a komunikujem s partnermi. Často sa stane, že niečo rozbehne jeden z nás, a keď nestíha, prevezme to druhý – a už si tú „agendu“ nechá.

V čom je Peter silnejší a v čom Zuzana?

Peter: Ja som v princípe dobrý v kreatívnej a riadiacej funkcii, Zuzka zase v operatíve – v tom udržať všetko v pohybe deň čo deň.

Dokážete po práci ešte vypnúť, alebo sa doma stále rozprávate o čokoláde?

Zuzana: Žijeme firmou, doslova a do písmena. Nedá sa od nej odstrihnúť – riešime ju ráno, keď sa zobudíme, aj večer, keď ideme spať. Všetky ostatné témy sú tak trochu len doplnok. Je to mladá a veľmi živá firma, ktorá si momentálne vyžaduje naozaj veľa pozornosti. Verím, že raz príde fáza, keď si dovolíme väčší odstup, ale zatiaľ sme si toto tempo vybrali vedome.

Kto z vás je väčší perfekcionista?

Zuzana: Jednoznačne Peťo. Do dokonalosti dotiahne každý produkt, každý vizuál, úplne všetko. Pri ručnej výrobe to preňho vie byť veľmi náročné, keď sa niečo nedarí presne tak, ako by chcel. Ja mám oveľa väčšiu toleranciu na chyby – asi preto sa v tomto dopĺňame.

Čo Instagram nikdy neukáže

Ľudia vidia krásnu čokoládu na Instagrame. Čo však nevidia?

Zuzana: Veľmi veľa vecí – hlavne dni a noci strávené vo firme. Prácu, ktorá sa nikdy úplne nekončí. Keď má niekto víkend, my pracujeme. Keď je rodinná oslava, my sme väčšinou aspoň telefonicky pri firme. Neberiem to ako sťažnosť, len je to niečo, čo si veľa ľudí neuvedomí – vždy je to niečo za niečo. Vieme, že raz to bude ľahšie, ale zatiaľ to tak jednoducho je. A, samozrejme, aj rôzne problémy, ktoré má asi každá firma – zamestnanecké, s dodávateľmi, alebo aj medzi nami dvoma, pretože mať súčasne vzťah aj spoločnú prácu naozaj nie je najľahšie.



„Kvalitný produkt naozaj nestačí. Treba budovať lovebrand.“
Peter

Chuťou k úspechu

Koľko pokusov niekedy predchádza jednej novej príchuti?

Peter: Je to veľmi individuálne – niekedy nám vyjde už prvý pokus, inokedy potrebujeme tri či štyri kolá ladenia, kým sme spokojní.

Stalo sa niekedy, že ste museli vyhodiť celý deň výroby?

Zuzana: Celý deň určite nie, ale boli sme tomu blízko. Otvárali sme predajňu v Auparku a v ten istý deň sme neboli pri výrobe – a nejakým riadením osudu sa nám vtedy pokazila asi polovica dennej produkcie. Prišli sme a namiesto lesklej čokolády nás čakal výsledok, ktorý sa už nedal zachrániť. Bol to naozaj poriadny problém a jedna z mála chvíľ, po ktorej sme si povedali, že už nikdy nesmieme byť na dvoch dôležitých miestach naraz.

Ktorá príchuť vám dala pri vývoji najviac zabrať?

Peter: Paradoxne tá, ktorá sa do predaja nikdy nedostala. Jednu príchuť ladím už veľmi dlho a stále mám pocit, že to „ešte nie je ono“. Viem, že môže byť lepšia, a preto sme ju zatiaľ nezverejnili – radšej počkáme, kým bude naozaj hotová, než aby sme ju vypustili do sveta polovičatú.

Sila sociálnych sietí

Vaše videá sledujú tisíce ľudí. Kedy ste pochopili, že sociálne siete budú jedným z hlavných motorov rastu?

Zuzana: Sociálne siete boli od úplného začiatku naším hlavným marketingovým nástrojom, bolo to tak naplánované už na papieri. Doteraz nás cez sociálne siete pozná najviac ľudí a veľkú časť predaja robíme práve cez ne. Bez nadsádzky – dnešná Dirty Chocolate by bez sociálnych sietí vyzerala úplne inak.

Robíte obsah spontánne, alebo máte presný plán?

Zuzana: Snažíme sa mať plán (smiech), ale veľakrát sme v sklze a nestíhame publikovať podľa neho. Potom sa objaví niečo, čo treba pridať okamžite, tak to pridáme – aj keď to pôvodný plán úplne rozhádže. Naučili sme sa, že autentickosť je nakoniec dôležitejšia než dokonalý kalendár príspevkov.

Je dnes podľa vás kvalitný produkt dosť, alebo musí byť človek zároveň aj tvorcom obsahu?

Peter: Kvalitný produkt naozaj nestačí. Na trhu bolo veľa kvalitných produktov, ktoré dnes upadli do zabudnutia. Dnes je podľa mňa potrebné, aby ľudia videli jasný dôvod, prečo si kúpiť práve náš produkt. Kto im ho predáva, kto ho vyrába – jednoducho treba budovať lovebrand, ku ktorému má zákazník vzťah, nielen produkt v regáli.

Rásť rýchlo bolí

Dirty Chocolate vyrástlo za veľmi krátky čas. Čomu pripisujete tento úspech?

Zuzana: Podľa mňa úspech nikdy nestojí na jednom faktore. Bol to skvelý nápad postavený na reálnych základoch a strategickom pláne, ktorý sme vynásobili nekonečnými hodinami práce. A samozrejme, mali sme v niektorých veciach aj trochu šťastia – napríklad to, že naše prvé leto bolo neobvykle chladné a daždivé. V lete čokoláda ľuďom prirodzene nechutí tak ako v chladnejších mesiacoch, a hneď ako začalo pršať, naše tržby doslova poskočili nahor.

Kedy ste prvýkrát pocítili, že už nestačíte objednávkam?

Zuzana: Už po prvom mesiaci sme pochopili, že toto bez zamestnancov neutiahneme. Časovo to jednoducho nebolo reálne stíhať len vo dvojici, takže sme veľmi rýchlo začali hľadať ľudí do tímu.

Aké je najťažšie rozhodnutie pri rýchlom raste firmy?

Zuzana: Podľa mňa sú to vždy tie „prvé“ razy – a my sme si nimi prešli pri všetkom a ešte veľa ich je pred nami. Každé podpísanie viacročnej zmluvy, každý nový zamestnanec, každá nová investícia, dokonca aj úplne prvá akcia, akú sme predtým nemali. Máte síce hrubé odhady vývoja, no realita sa od nich vie líšiť oboma smermi. Nedávno sme spustili akciu na čokolády, ktorá bola taká úspešná, že sme ju museli vypnúť oveľa skôr, než sme plánovali – objednávok prišlo niekoľkonásobne viac, než sme čakali, a systém aj výroba to jednoducho nezvládali.



„Ak niečo dostávame, patrí sa aj dávať.“
Zuzana

Čo bolo náročnejšie – vyrobiť kvalitnú čokoládu, alebo vybudovať funkčný tím?

Zuzana: Jednoznačne tím. Každý má inú povahu, každý si do firmy prináša niečo svoje, každý má trochu inak nastavený pracovný štýl. Nájsť šikovných ľudí, ktorí si rozumejú a ťahajú spolu za jeden povraz, je naozaj náročné. Napokon, s kolegom trávi väčšina ľudí viac času než s vlastným partnerom, takže poskladať tím tak, aby všetko fungovalo, je jedna z najťažších vecí na celom podnikaní.

Čím sa podľa vás Dirty Chocolate odlišuje od konkurencie?

Peter: Snažíme sa veci robiť inak – a hlavne lepšie. Veľakrát vidíme produkty konkurencie, ktorá ich roky neinovuje, neprináša do nich pridanú hodnotu, nemá fungujúci zákaznícky servis a podobne. Presne toto chceme a aj robíme inak – od chuti cez balenie až po to, ako sa k zákazníkovi správame.

Značka so svedomím

Aké hodnoty chcete, aby si zákazník spojil s vašou značkou?

Zuzana: Odvahu robiť veci inak. Dirty je značka, ktorá je predovšetkým o našich zákazníkoch – chceme, aby ju žili spolu s nami. Sú to práve zákazníci, ktorí formujú túto firmu, a preto ich zapájame do rôznych rozhodnutí, ako je napríklad náš projekt Sladká stopa.

Súčasťou vašej značky je projekt Sladká stopa. Prečo ste sa rozhodli pomáhať už od úplného začiatku podnikania?

Zuzana: Pretože je to jednoducho správne. Je to súčasť DNA našej firmy a chceme, aby to tak zostalo navždy – a preto je potrebné hodnoty, na ktorých staviate, uplatňovať už od prvého dňa, nie až vo chvíli, keď si to môžete „dovoliť“. Ľudia nám dávajú svoju dôveru a my by sme im ju mali vracať späť, aj smerom k spoločnosti. Život je o vzájomnej spolupráci a my chceme, aby tento kolobeh fungoval – ak niečo dostávame, patrí sa aj dávať.
A práve touto vetou by sa dala zhrnúť celá filozofia Dirty Chocolate – firmy, ktorá vznikla z krízy, rástla bez kapitálu a dnes dokazuje, že aj „špinavá“ čokoláda môže mať čisté svedomie.

- PPZ -

ZAVEDENIE OSOBNÉHO ROZPOČTU PRE ĽUDÍ ODKÁZANÝCH NA SOCIÁLNU SLUŽBU OD ROKU 2027 PREDSTAVUJE PRELOMOVÚ A SYSTÉMOVO SPRÁVNU REFORMU. TENTO KROK DÁVA OBČANOM SLOBODU VYBRAŤ SI SLUŽBU PODĽA VLASTNÝCH POTRIEB. NAPRIEK NESPORNÝM POZITÍVAM VŠAK POSKYTOVATELIA AMBULANTNÝCH SLUŽIEB ČELILI OBROVSKÉMU STRACHU Z KRITICKÉHO OBDOBIA NA SAMOM ZAČIATKU BUDÚCEHO ROKA.



STRACH AMBULANTNÝCH SLUŽIEB **ZAŽEHNANÝ?!**

A z čoho by sme hradili mzdy? Máme na dva mesiace prepustiť zamestnancov? Koľkí z nich by sa ešte vrátili? Naši prijímatelia potrebujú kontinuálnu starostlivosť každý deň, nemôžeme im na dva mesiace zamknúť dvere.“

Fixné náklady nepočkajú, rodiny sú v strese

Pre poskytovateľov by bola táto situácia likvidačná, pretože nemajú finančné rezervy na preklenutie dvoch mesiacov bez obratu, zatiaľ čo mzdy, odvody, prenájmy a energie musia platiť ďalej.

Apel na ministerstvo a navrhované riešenie

Predstavitelia Asociácie poskytovateľov sociálnych služieb v SR (APSS v SR) preto už začiatkom júla 2026 požiadali listom Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR (MPSVR SR) o urgentné riešenie a ako rozumné východisko navrhli zavedenie zálohových platieb priamo pre poskytovateľov.

Predsedníčka APSS v SR Anna Ghannamová dodáva: *„Uvedomujeme si, že zálohová platba je nesystémové riešenie, ale štát či rezort majú vždy k dispozícii rezervy, zatiaľ čo poskytovatelia nie. Ak má byť táto reforma úspešná, štát musí ambulantný sektor pri štarte podržať. Prvoradým cieľom predsa bolo ambulantné služby reformou posilniť.“*

Tri riešenia z ministerského stola

Ako preklenúť dvojmesačné finančné vákuum?

Napätie a obavy ambulantného sektora vyústili do zlomového rokovania dňa 2. septembra 2026, kde minister práce Erik Tomáš spoločne so zástupcami poskytovateľov sociálnych služieb odprezentoval okamžité legislatívne garancie. Výsledkom tohto stretnutia boli tri konkrétne návrhy mechanizmov, ktoré sú riešením hroziaceho kolapsu stacionárov a zabránia finančnému vyčerpaniu rodín na začiatku roka 2027:

1. Vyšší príspevok na pomoc pri odkázanosti

Príspevok sa má od 1. 1. 2027 zvýšiť tak, aby časť určená na neformálnu starostlivosť dosiahla úroveň čistej minimálnej mzdy platnej pre rok 2027. Zvýšia sa aj sumy v I., II. a III. stupni odkázanosti, ktoré sa týkajú občanov využívajúcich formálnu starostlivosť vrátane ambulantných služieb. Zmena má byť zapracovaná do novely Zákona č. 448/2008 o sociálnych službách Z. z., ktorá je v parlamente v druhom čítaní. Ministerstvo na toto prvé riešenie vyčlení dodatočných 28,5 mil. eur.

2. Preddavky prijímateľom ambulantných s. s. počas prvých troch mesiacov roka 2027

Klienti ambulantných služieb, ktorí nie sú v súbehu s príspevkom na opatrovanie, dostanú od ÚPSVaR preddavok, aby mohli službu uhrádzať už od začiatku roka. Preddavky sa následne zúčtujú s priznaným príspevkom na pomoc pri odkázanosti.

3. Dorovnanie príjmov poskytovateľom ambulantných služieb počas celého roka 2027

Návrat k paušálnemu príspevku vyplácanému priamo poskytovateľom už nie je možný, pretože by odporoval princípu reformy aj záväzkom voči Plánu obnovy. Ministerstvo preto navrhuje prechodné ustanovenie: ak poskytovateľ ambulantnej služby, napr. denný stacionár, dostane od prijímateľa menej, ako dostával v pôvodnom systéme, rozdiel mu bude počas roka 2027 dorovnaný Ministerstvom práce sociálnych vecí a rodiny SR formou tzv. „dočasného“ finančného príspevku na poskytovanie sociálnej služby. Na toto opatrenie má byť vyčlenených dodatočných 17,6 mil. eur.

Všetky navrhované zmeny sa stali súčasťou novely Zákona č. 448/2008 o sociálnych službách Z. z., ktorá bola schválená Národnou radou SR.

„Schválené riešenia vnímame ako významnú a pozitívnu reakciu na obavy, ktoré sme ministerstvu tlmočili začiatkom júla,“ konštatovala predsedníčka asociácie poskytovateľov Anna Ghannamová. *„Veríme, že zásadne eliminujú riziko výpadku príjmov, platobnej neschopnosti a ambulantné a terénne služby nabehnú na nové financovanie bez ujmy.“*

Zuzana Bruteničová

PARLAMENT SCHVÁLIL **ZÁCHRANNÉ OPATRENIA PRE AMBULANTNÉ A TERÉNNE SLUŽBY**

SLOVO Z ODBORNEJ PRAXE



VNÚTORNÉ PREDPISY

SPRACOVANIE A ODPORÚČANIA

1. časť

INTERNÝ PREDPIS A JEHO SPRACOVANIE MÁ NADVÄZOVAŤ NAJMÄ NA URČENIE OKRUHU PÔSOBNOSTI, UVEDENIE ODVOLANIA SA NA OSOBITNÝ PREDPIS, NA ZÁKLADE KTORÉHO JE ZOSTAVENÝ A TIEŽ URČENIE ÚČINNOSTI DANÉHO INTERNÉHO PREDPISU. NÁŠ PRÍSPEVOK SA VENUJE PRAKTICKÝM ODPORÚČANIAM K SPRACOVANIU, VEDENIU A AKTUALIZOVANIU VNÚTORNÝCH PREDPISOV (TEDA INTERNÝCH AKTOV RIADENIA) V ORGANIZÁCIÁCH VEREJNEJ SPRÁVY A ÚZEMNEJ SAMOSPRÁVY. PRI SPRACOVANÍ PREDMETNÉHO PRÍSPEVKU BOLI ZOHĽADNENÉ AJ KONTROLNÉ ZISTENIA, OPATRENIA NA NÁPRAVU NEDOSTATKOV (ZISTENÝCH KONTROLOU) A TIEŽ ODPORÚČANIA Z KONTROL POHĽADOM AUTORA PRÍSPEVKU A PODĽA NÁŠHO WEBINÁRA K TÉME FINANČNÉHO PORIADKU V SMERNICIACH Z 31. MARCA 2026.

Viaceré subjekty nemajú vedené evidencie interných smerníc, čo je často odporúčané kontrolnými orgánmi pri výkone kontrolnej činnosti. Takáto evidencia má znamenať zostavenie prehľadu aktuálnych interných smerníc podľa ich právnej sily v danom subjekte a všeobecná účinnosť tých interných predpisov.

Schváliť vnútorný predpis je oprávnený výlučne iba štatutárny orgán Vášho subjektu územnej samosprávy. Po schválení vnútorného predpisu spravidla zodpovedný organizačný úsek alebo zamestnanec (pozn. autora: v praxi napríklad garant za danú smernicu alebo správca) dokumentácie zabezpečí označenie výtlačkov číslom výtlačku podľa platného rozdeľovníka, ktorý spracuje zamestnanec/organizačný útvar zodpovedný za personálnu agendu.

Vedúci zamestnanci podľa vlastného určenia a postupu sú povinní bezodkladne/ od doručenia výtlačku Vašej spracovanej (zamýšľanej) smernice alebo iného interného aktu riadenia (teda príkazu, zásad, poriadku alebo usmernenia, či metodiky) zabezpečiť preukázateľné oboznámenie všetkých podriadených zamestnancov s vydaným vnútorným predpisom.

Vnútorné predpisy v elektronickej forme sa umiestňujú na počítači u správcu dokumentácie a v informačnom systéme organizácie. Ich aktualizáciu zabezpečuje správca dokumentácie. V prípade, ak zamestnanec v čase určenom na oboznámenie sa s vnútorným predpisom nie je prítomný v práci, tak ho nadriadený vedúci zamestnanec oboznámi s vnútorným predpisom ihneď v nasledujúci deň po skončení jeho neprítomnosti.

Dobré vedieť do praxe:

Oboznámenie sa s vnútorným predpisom všetci zamestnanci nemusia potvrdiť svojím podpisom s uvedením dňa oboznámenia na druhej strane príslušného vnútorného predpisu. Teda žiadny normatívny právny akt takúto skutočnosť (povinnosť) neupravuje. Vnútorné predpisy sú záväzné pre všetkých zamestnancov zamestnávateľa, pokiaľ konkrétny vnútorný predpis neurčuje inak. Vnútorný predpis nadobúda platnosť dňom vydania, ktorý je totožný s dňom schválenia a podpisu vnútorného predpisu štatutárnym orgánom. Je vhodné dodať, že podpis štatutárneho orgánu – riaditeľky/riaditeľa je podmienkou platnosti akéhokoľvek vnútorného predpisu.

Častá otázka z praxe:

Je potrebné zverejniť naše interné smernice?
Interné predpisy, či akty riadenia sa nemusia zverejniť na webovom sídle (pozn. autora: teda internetovej stránke) subjektu. Je ale potrebné uviesť, že tabuľkový prehľad platných interných predpisov môže byť zverejnený na internetovej stránke subjektu (nie je to povinné). Určite ale o predmetnej smernici majú vedieť zamestnanci, a to formou spoločného priečinku alebo cez intranet, či inou formou zdieľania. Predmetnú oblasť informovania zamestnancov o vnútorných predpisov môže kontrolovať aj Národný inšpektorát práce (pozn. autora: v praxi najmä ako podnetová kontrola).

Dr. Jozef Sýkora, MBA, DSc.





LEKÁR VŽDY NABLÍZKU

VŠEOBECNÁ ZDRAVOTNÁ POISŤOVŇA

S benefitom **Dr. Nonstop** máte k všeobecnému lekárovi a pediatrovi bližšie ako kedykoľvek predtým. Lekár je vám k dispozícii 24 hodín denne, 7 dní v týždni, do 30 minút priamo v aplikácii MEDDI app.



Pridajte sa k nám do 30. 9.

vszp.sk

AI GENEROVANÉ