

sanea

na kvalitné
sociálne
služby

osvetový sociálny občasník
nepredajné 4/2023

KVALITU
VIEME
POSÚVAŤ
K LEPŠIEMU
LEN SPOLU

ČO DOBRÉ
JE NA
**DOBROM
SRDCI?**



**ĎALŠIE ZVÝŠENIE
OŠETROVATEĽSKÉHO
PAUŠÁLU BUDE**

ZUZANA DOLINKOVÁ
MINISTERKA ZDRAVOTNÍCTVA



Asociácia poskytovateľov
sociálnych služieb v SR

PRÍLOHA
ASOCIÁCIE
POSKYTOVATEĽOV
SOCIÁLNYCH
SLUŽIEB V SR

Strany 23 – 42



HNIEZDA ZÁCHRANY
NA PRAHU **20-tky**

NADÝCHANÉ & ŽIARIVO BIELE PRÁDLO BEZ ZÁPACHU



RAPID-OZON

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

EDITORIAL

sanca

Šanca · osvetový sociálny občasník

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

ŠÉFREDAKTORKA

Mgr. Anna Ghannamová

EDITOR

Mgr. Juraj Mikloš

REDAKTORI

Mgr. Anna Ghannamová

Mgr. Eva Sládková

Lenka Dale

Mgr. et Mgr. Nikola Fejková

PhDr. Bc. Marek Sušínska

Mgr. Juraj Mikloš

ART DIRECTION

Ing. Vladimír Ďurikovič

LAYOUT

Starion, s. r. o.

OBÁLKA FOTO

Nina

(foto: Linda Repčíková)

INZERCIA

press@apssvsr.sk

TLAČ

Alfaprint

EVIDENCIA

EV 2936/09

REDAKČNÁ RADA

Mgr. Anna Ghannamová,

Doc. MUDr. Božena Bušová, CSc., MPH,

Mgr. Juraj Mikloš

Nevyžiadané rukopisy a obrazový materiál nevraciam. 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: XII/2023, 15. ročník

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



NÁRUČ
SENIOR & JUNIOR



Asociácia poskytovateľov
sociálnych služieb v SR



Brzdíme! Možno nás to posunie ďalej...

Pred rokmi som sa stretla so spolužiakom, ktorý dlhodobo žije a pracuje v Rakúsku. Vystáhal sa tam v období, keď u nás zúrili sv. mečiarizmus. Nedokázal vo svojom podnikateľskom biznise konkurovať tým, ktorých režim zvýhodňoval a bol z toho frustrovaný a finančne vyčerpaný. Keď som sa ho pýtala, či mu domov nechýba, či mu nevedí, že žije v krajine, na ktorej vládnutie nemá veľký vplyv, tak mi povedal prekvapivú vetu: „Ani len netušíš, aké je to pre bežného človeka oslobodzujúce, že sa nemusí zaujímať kto sedí v parlamente a vo vláde. A ver, mimo dňa volieb to nezaujímam ani žiadneho Rakúšana. Lebo bez ohľadu na to, kto vládne, ten štát štandardne funguje a štandardne funguje dobre. A odpoveďou na otázku, či mu nechýbajú susedia a priatelia som zostala rovnako prekvapená: „Má mi chýbať závisť a ohováranie zväčša tých, čo nepracovali ani tretinu z času, ktorý som práci a podnikaniu venoval ja?“

Dnes by sme boli radi, keby boli toto jediné problémy Slovenska. Ale podstata zostala, ba čo horšie, prehľbuje sa. Laici diktujú odborníkom čo je dobré v danom odvetví. Nekultúrni určujú kultúru, milovníci hoaxov dávajú ultimáta ako tak etickým médiám, rodičia učia učiteľov ako byť pedagógom. A aby bolo jasno, nehovorím o vláde. Hovorím o celej spoločnosti. O každom Slovákovi, ktorý si myslí, že na sociálnej sieti sa môže vyjadrovať ku všetkému tým najvyšším expresívnym slovníkom. A potom sme prekvapení, keď extrémizmus dospelých nasledujú deti. Keď jedného zo svojho kruhu doženú k samovražde a majú z toho zábavu.

Bolo by veľmi jednoduché povedať, že za to môže algoritmus sociálnych sietí, ktorý za najpopulárnejší status označí ten, ktorý je provokatívny a plný zloby. Že politici to len pochopili a aby získali voličov začali nadávať na oponentov

a priestrovať slovník. Iste aj siete aj politici majú na tom svoj podiel viny. Ale adresátom sme predsa my. Čo tak nastaviť zrkadlo na nás samých? Nie je to trochu aj tak, že sme ako občania viac nároční ako voľakedy, že pracovná morálka a výkonnosť nejedného Slováka nedosahuje ani polovicu pracovnej morálky a produktivity Nemca, či Rakúšana? Keby Farma so svoju „umeleckou hodnotou“ nemala sledovanosť, hrala by ju tá televízia? Keby sa agresívni politici nepáčili voličom, mali by nejaké hlasy? Ako chceme napredovať ako krajina a spoločnosť, keď namiesto obrusovania hrán, hlbíme stále hlbšiu ryhu medzi jedným a druhým táborom? Keď sa neustále len sťažujeme, ale nepochválime kolegu, keď sa mu niečo podarí. Keď opozícia nepovie verejne ak vláda urobí niečo dobré a vláda zo zásady neprijme opozičný názor, aj keď by ľuďom veľmi pomohol.

Ľudia, brzdíme! Zastavme sa počas sviatkov a skúsme pouvažovať nad tým, ako dva svety tejto krajiny začať k sebe približovať. To neznamená stratiť názorovú identitu, ale hľadať konsenzus, aby sme nerobili namiesto aspoň jedného kroku vpred tri kroky vzad. Platí to aj pre nás, v sociálnych službách. Ako sme sa nedávno dozvedeli na XXIII. Odbornej konferencii APSS v SR mnohé veci máme u nás lepšie ako napríklad v Čechách a komunikácia s Inšpekciou v sociálnych veciach neznamená kolaboráciu. Za asociáciu Vám môžem sľuobiť, že budeme za zlepšenie podmienok pre poskytovateľov a prijímateľov zápasit' ďalej. Ale budeme nielen bojovať, ale aj lobovať. Nielen kričať, ale aj počúvať. Bez spolupráce totiž všeobecne prijateľný výsledok nebude.

Krásne sviatky všetkým a odhodlaný štart do roku 2024.

Anna Ghannamová
predsedníčka APSS v SR



CESTA K LEPŠÍM PODMIENKAM PRE OŠETROVATEĽSTVO V ZARIADENIACH SOCIÁLNYCH SLUŽIEB POKRAČUJE

BOJUJEME ZA ĎALŠIE ZVÝŠENIE OŠETROVATEĽSKÉHO PAUŠÁLU

Kedže sme založili a prevádzkovali prvý dom ošetrovateľskej starostlivosti na Slovensku Ošetrovateľské centrum (zdravotnícke zariadenie) a po niekoľkých rokoch sme vybudovali zariadenie sociálnych služieb Slnecný dom (spadajúci pod sociálny sektor), od začiatku fungovania zariadenia sociálnych služieb Slnecný dom sme veľmi citlivo vnímali potrebu intenzívnej starostlivosti o zdravie našich klientov. Uvedomovali sme si, že starostlivosť opatrovateliek a sociálnych pracovníkov nestačí. Jasne sme vnímali ob-

AZDA RAZ BUDEME ŽIŤ V KRAJINE, KDE PREDSTAVITELIA ŠTÁTU BUDÚ DLHODOBO A SYSTEMATICKY SKÚMAŤ A NEUSTÁLE ZLEPŠOVAŤ PODMIENKY POSKYTOVANIA ZDRAVOTNEJ, PREDOVŠETKÝM OŠETROVATEĽSKEJ STAROSTLIVOSTI O SVOJICH OBČANOV, KTORÍ SA NEDOKÁŽU DOŽADOVAŤ POMOCI. AZDA RAZ ... NO V SÚČASNOSTI TO TAK STÁLE NIE JE.

rovský deficit v starostlivosti o vážne a dlhodobu chorých v zariadeniach sociálnych služieb a chýbajúce prepojenie zdravotnej a sociálnej starostlivosti. Vzhľadom na chýbajúce pochopenie celej problematiky sme sa v roku 2018 museli chytiť iniciatívy

s cieľom zvýšiť ošetrovateľstvo v zariadeniach sociálnych služieb a spolu s Asociáciou poskytovateľov sociálnych služieb sme iniciovali vznik legislatívy a zavedenie komplexnej ošetrovateľskej starostlivosti do zariadení sociálnych služieb cestou

štandardu a úhrady - ošetrovateľského paušálu. Postavil sa tak základný kameň pre prepojenie zdravotnej a sociálnej starostlivosti. Bola to trnitá cesta zlyhávajúcich procesov a kvôli tomuto riziku sa naše pracoviská ocitli aj v existenčnom ohrození. Nikdy sme sa však nevzdali myšlienky nároku klienta zariadenia sociálnych služieb na primeranú ošetrovateľskú starostlivosť pri presvedčení, že najoptimálnejší model starostlivosti predstavuje primeraný ošetrovateľský manažment v kombinácii so sociálnym a duchovným uspokojením potrieb. Ak niektorý z týchto aspektov zlyhá, pacient trpí a často aj zbytočne umiera. Bez tejto iniciatívy by bol ošetrovateľský paušál iba neznámym pojmom. Vyvinuli sme kus krvopotného úsilia. Prešli sme kus cesty. Veľmi si vážime, že zlepšovanie podmienok pre ochranu zdravia o krehkých, ťažko chorých klientov zariadení sociálnych služieb je dôležitou témou Asociácie

pre poskytovateľov sociálnych služieb v SR (ďalej len „Asociácie“). Už nikdy nemôžeme tolerovať rezortizmus, ktorý tu bol roky - dve ministerstvá a uprostred človek v život ohrozujúcej priepasti...

Bolo by jednoduchšie tváriť sa, že sa nás to netýka a ignorovať diery v systéme zabezpečovania zdravotnej starostlivosti, ktoré do veľkej miery spôsobila snaha umelo oddeliť to, čo sa oddeliť nedá. Predstava, že chorí ľudia do zariadení sociálnych služieb nepatria, bola mylná. V zariadeniach sociálnych služieb boli, sú a stále budú pribúdať ľudia, ktorí okrem sociálnej služby potrebujú aj ošetrovateľskú starostlivosť a teda sestry, pretože v zariadeniach celkom iste sú a budú infekcie, dekubity, iné rany, katétre, infúzie, sondy, injekcie, odbery krvi, riziko podvýživy, mnohé komplikácie mnohých chronických ochorení... V zariadeniach sa úplne bežne umiera, a len veľmi zriedka to býva v pokoji a v spánku. Kto v takýchto chvíľach pomôže, odborne i ľudsky? Kto pomôže zmierniť utrpenie, dýchavicu, bolesť, stonanie a prirodzený strach? Všetci poskytovatelia majú právo byť na tieto bežné situácie dobre pripravení a túto pripravenosť neustále zvyšovať.

Základom dôstojnej starostlivosti je odbornosť. Kvalitu služieb v oblasti starostlivosti vážne a dlhodobu chorých podmieňuje celá škála faktorov. Stačí jediná chyba, napríklad nesprávne nadávkovaný liek na liečbu cukrovky, a krehké zdravie prijímateľa je vo vážnom ohrození. Komplexná ošetrovateľská starostlivosť tvorí významnú súčasť profesionálnej starostlivosti o zdravie bezvládných osôb. Primeraným uspokojovaním potrieb, aktívnym, včasným, komplexným prístupom je možné výrazne podporiť úspešnosť ozdravného procesu, no najmä predchádzať zbytočným a vážnym komplikáciám. Naopak, nedostatok kvalitnej ošetrovateľskej starostlivosti, slabý manažment pacienta, jeho podcenenie v praxi preukázateľne spôsobuje destabilizáciu a dokonca aj predčasnú smrť pacienta.

Je pozitívne, že dnes o potrebe zvýšenia ošetrovateľstva v zariadeniach sociálnych služieb už nikoho nemusí-

me presvedčať. Na základe dôležitých legislatívnych zmien (rok 2018) sa tisícom prijímateľom umožnilo poskytovanie ošetrovateľskej starostlivosti podľa nového komplexného ošetrovateľského štandardu. Zrodila sa úhrada za ošetrovateľskú starostlivosť a mnohé zariadenia sociálnych služieb sa mohli stať súčasne poskytovateľmi zdravotnej - ošetrovateľskej starostlivosti ako legitímni, zmluvní partneri zdravotných poisťovní. Táto zmena bola revolučná. V roku 2022, aj na základe veľkej iniciatívy Asociácie, došlo k prvému významnému navýšeniu úhrady za ošetrovateľskú starostlivosť. Ostáva faktom, že oblasť ošetrovateľstva a zdravia prijímateľov sociálnych služieb aktuálne stále nie je postačujúca, a aj v zariadeniach, kde došlo k etablovaniu ošetrovateľského paušálu, je ošetrovateľstvo vo vážnom ohrození. V systéme potrebujeme viac poskytovateľov so zmluvami o úhrade za ošetrovateľskú starostlivosť, ktorí by sa mali stať poskytovateľmi ošetrovateľskej

starostlivosti na základe zmluvy so zdravotnou poisťovňou v prípade, že spĺňajú podmienky a súčasne prejavia o zazmluvnení záujem. A nielen to ... V nadávčovní na tohtoročné, májové spoločné rokovanie za okrúhlym stolom, na ktorom zaznel zo strany predstaviteľov súčasnej vládnej koalície prísľub podpory a pomoci, Asociácia predložila súbor dôležitých požiadaviek pre oblasť posilnenia ošetrovateľstva a ochrany zdravia v mene najodkázanejších pacientov, ktorí sú súčasne prijímateľmi sociálnych služieb. Asociácia žiadala, aby prednesené problémy a požiadavky pre nevyhnutný rozvoj kvality a dostupnosti dlhodobej starostlivosti v SR boli akceptované s plnou vážnosťou a stali sa súčasťou predvolebných programov, a neskôr aj programového vyhlásenia vlády pre ďalšie volebné obdobie. V máji tohto roku Asociácia ministrom rezortov zdravotníctva a práce, sociálnych vecí a rodiny tiež adre-

sovala veľmi vážnu urgenciu vo veci navýšenia ošetrovateľského paušálu, ktorá bola zo strany ministerstiev prisľúbená na základe série jednaní podložených rozsiahlou argumentáciou a dátami. Asociácia upozorňovala, že „nízky ošetrovateľský paušál znamená nedostatok prostriedkov na mzdy a odvody sestier, ktoré ošetrovateľskú starostlivosť poskytujú. Sestry od prijímateľov sociálnych služieb odchádzajú a stále budú odchádzať za lepším ohodnotením.“ Asociácia na ministrov apelovala, aby nedopustili, aby „v dôsledku veľmi zložitej situácie vo vedení štátu, vážne choré osoby v zariadeniach sociálnych služieb poskytujúcich ošetrovateľskú starostlivosť na základe zmlúv so zdravotnou poisťovňou (cca 10 000 osôb), nedostávali to, na čo majú plný nárok – primeranú starostlivosť o zdravie v súlade so štandardmi. Obrovskou pomocou, doslova záchranným kolesom, bolo veľmi operatívne zabezpečenie stabilizačného príspevku na prelome rokov 2022 a 2023, mnohí poskytovatelia však naďalej zápasia s nedostatkom sestier, a to aj v súvislosti s ďalším nárastom miezd od roku 2023 v ústavných zdravotníckych zariadeniach. So súčasnou výškou ošetrovateľského paušálu mnohí poskytovatelia nie sú schopní v odmeňovaní svojich sestier zdravotníckym zariadeniam konkurovať. Navýšenie miezd sestier v ústavných zdravotníckych zariadeniach za posledných 5 rokov v súčasnosti znamená, že aj sestra bez praxe má v roku 2023 minimálnu mzdu 1211 € a s rokmi ošetrovateľskej praxe táto suma atraktívne stúpa, čo je z hľadiska národnej stratégie stabilizácie sestier výborná správa, no v žiadnom prípade nemožno podceňovať situáciu v zariadeniach sociálnych služieb, kde sa nachádza obrovská skupina osôb

vyžadujúca ošetrovateľskú starostlivosť. Navyše, počet stále vážnejšie chorých osôb neustále pribúda a mnohí z nich sú v zariadeniach ošetrovaní v terminálnych štádiách ochorenia, až do konca života. Veľký výkričník znamená ďalšia reálna migrácia sestier zo zariadení sociálnych služieb do nemocníc, čo hrozí v súvislosti s uznaním ošetrovateľskej praxe sestram vykonávajúcim ošetrovateľskú prax v zariadeniach sociálnych služieb, ktoré bolo legislatívne ukotvené k 1. 9. 2023.“ Uvedené bolo potrebné podložiť dátami. Asociácia medzi svojimi členmi realizovala prieskum zameraný na získanie aktuálnych a relevantných informácií v oblasti aktuálnych východísk a skúseností poskytovateľov s poskytovaním ošetrovateľskej starostlivosti. V otázkach týkajúcich sa ošetrovateľského paušálu mala kalkulovaná výška ošetrovateľského paušálu odrážať predpokladané mzdové náklady na sestry a náklady na materiálo-technické zabezpečenie súvisiace s poskytovaním ošetrovateľskej starostlivosti v zmysle legislatívnych požiadaviek tak, aby bolo zariadenie schopné naplniť legislatívne požiadavky, vrátane aktuálneho ošetrovateľského štandardu.

Prieskum bol realizovaný v auguste tohto roku. Viac ako 92 % poskytovateľov v prieskume vyjadrilo, že nemá dostatok finančných zdrojov na plnohodnotné, komplexné zabezpečenie ošetrovateľskej starostlivosti a nemôže byť konkurencieschopným pracoviskom pre sestry. Viac ako 98 % respondentov zastáva názor, že ošetrovateľský paušál 6,60 € /1 deň/1 klient nepokryje súčasné náklady spojené s poskytovaním ošetrovateľskej starostlivosti v ZSS a jeho suma by mala byť vyššia (priemer 12,5€/



1 deň/1 prijímateľ) a výška ošetrovateľského paušálu, ktorá by pomohla pokryť predpokladané mzdové náklady na sestry a náklady na materiálo-technické zabezpečenie súvisiace s poskytovaním ošetrovateľskej starostlivosti v zmysle legislatívnych požiadaviek tak, aby bolo zariadenie schopné naplniť legislatívne požiadavky, vrátane platných štandardov MZ SR by mala byť vo výške najmenej 12 €, priemerné mesačné výnosy z ošetrovateľskej starostlivosti sú 10 294,46 €, priemerné mesačné mzdové náklady na sestry (CCP) sú 18 104,47 € a priemerné mesačné náklady na materiál sú 1 418,81 €,

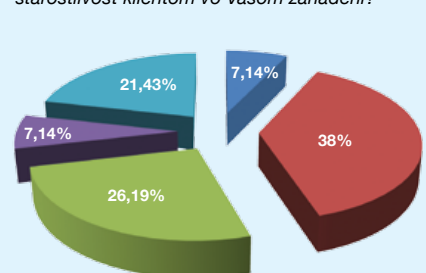
spolu 19 523,28 €, čo znamená, že aktuálne pokryjú priemerné mesačné výnosy z ošetrovateľskej starostlivosti len 53% priemerných mesačných nákladov. Až 77% respondentov očakáva približné mzdové náklady na 1 mesiac na všetky sestry v súvislosti s navýšením platov sestier v ústavných zdravotníckych zariadeniach a započítaním praxe v zariadeniach sociálnych služieb k 1. 9. 2023 (konkurencieschopnosť, resp. odvrátenie rizika odchodu sestier za lepším platom do ústavných zdravotníckych zariadení) vo výške viac ako 11 000 €, z toho až 54 % viac ako 15 000 €, pričom odhadované priemerné

mesačné mzdové náklady na 1 mesiac na všetky sestry (celková cena práce) je 19 514 €. Až 55 % respondentov uvádza, že dôvodom potreby navýšenia ošetrovateľského paušálu je zvyšovanie mzdových nárokov na zabezpečenie sestier pre zachovanie konkurencieschopnosti s nemocnicami, 30 % uvádza ako dôvod náklady súvisiace s vážnym zdravotným stavom klientov a odbremením nemocníc pri kvalitnejšie poskytovanej ošetrovateľskej starostlivosti a 15 % uvádza ako dôvod navýšenie cien materiálo-technického zabezpečenia. Takmer 80 % respondentov považuje pomer zazmluvnenej kapacity za nedostatočný.

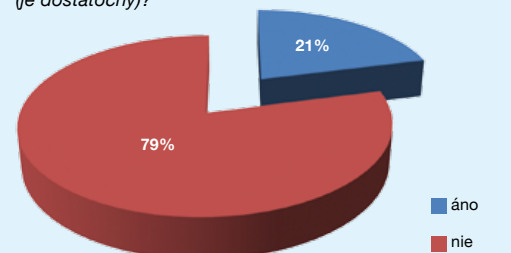
Iné skúsenosti a podnety v súvislosti s témou, vaše podnety alebo požiadavky vyplývajúce z praxe zariadení (respondentov):

- Vysoká administratívna záťaž zo strany zdravotných poisťovní, je zbytočné zasielať do Všeobecnej zdravotnej poisťovne, a .s. návrhy na komplexnú ošetrovateľskú starostlivosť.
- Ošetrovateľská starostlivosť je v zariadeniach sociálnych služieb nevyhnutná, opatrovatelia bez zdravotníckeho personálu nedokážu zabezpečiť potreby klientov s odkázanosťou z dôvodu zdravotného postihnutia, obzvlášť ak sú v stupňoch odkázanosti 5 a 6.
- Je problém získať a udržať kvalitný odborný ošetrovateľský a zdravotnícky personál.
- Zdravotnícke zariadenia nám vracajú veľmi rýchlo našich prijímateľov soc. služby, často ani ich neprijmú k hospitalizácii, aplikujú mu na príjmovej ambulancii infúziu a pošlú ho späť. Situácia v nemocniciach je katastrofálna, ale tam zabudli, že my sme sociálne zariadenia a nie zdravotnícke. Posádky rýchlej zdravotnej pomoci sa niekedy vyjadria na adresu opatrovateliek, že načo ich volali.
- Zazmluvnením so Všeobecnou zdravotnou poisťovňou, a.s. sa nám podarilo výrazne skvalitniť a zefektívniť ošetrovateľskú starostlivosť, nemusíme čakať na odber krvi cez agentúru domácej ošetrovateľskej starostlivosti, vykonáme hneď keď lekár naordinuje a pod.

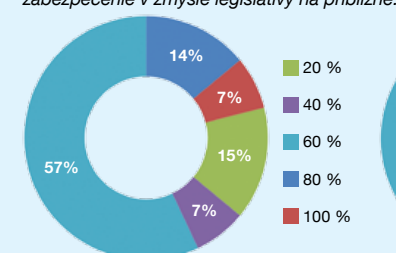
Vyhodnotenie otázky: Akým spôsobom poskytujete, resp. zabezpečujete ošetrovateľskú starostlivosť klientom vo Vašom zariadení?



Vyhodnotenie otázky: Zodpovedá pomer zazmluvnenej kapacity zariadenia pre ošetrovateľskú starostlivosť reálnej potrebe zazmluvnenia zdravotnými poisťovňami (je dostatočný)?



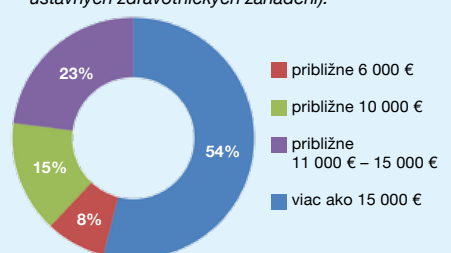
Vyhodnotenie otázky: Aktuálna výška ošetrovateľského paušálu pomáha pokryť mzdové náklady na sestry a materiálo-technické zabezpečenie v zmysle legislatívy na približne:



Vyhodnotenie otázky: Aké sú dôvody potreby vyššieho ošetrovateľského paušálu?



Vyhodnotenie otázky: V prípade, že zabezpečujete ošetrovateľskú starostlivosť prostredníctvom zmlúv so zdravotnými poisťovňami, aké sú vaše približné mzdové náklady na 1 mesiac na všetky sestry v súvislosti s navýšením platov sestier v ústavných zdravotníckych zariadeniach a započítaním praxe v zariadeniach sociálnych služieb (konkurencieschopnosť, resp. odvrátenie rizika odchodu sestier za lepším platom do ústavných zdravotníckych zariadení).



VOLBY SÚ ZA NAMI A VO CHVÍLI, KEĎ SI DO KRESLA MINISTERSTVA ZDRAVOTNÍCTVA SADLA DÁMA, CHCEME VERIŤ, ŽE JE TU NÁDEJ NA STAROSTLIVÝ PRÍSTUP A VEDENIE REZORTU, PRI KTOROM VÁŽNE A DLHODOBO CHORÍ PACIENTI V SOCIÁLNYCH SLUŽBÁCH NEOSTANÚ NA OKRAJI ZÁUJMU. NOVO NASTUPUJÚCEJ ŠÉFKE REZORTU, SME NEDALI VEĽA ČASU A PRIESTOR NA ROZHOVOR SME SI VYBOJOVALI UŽ V PRVÝCH TÝŽDŇOCH JEJ PÔSOBENIA, PRETOŽE NA NIEKTORÉ ZMENY ČAS DOZREL UŽ DÁVNO. AKO VNÍMA VOLANIE O POMOC V OBLASTI OŠETROVATEĽSTVA A ZDRAVIA V ZARIADENIACH SOCIÁLNYCH SLUŽIEB NOVÁ MINISTERKA ZDRAVOTNÍCTVA SLOVENSKEJ REPUBLIKY, **ZUZANA DOLINKOVÁ**?

Jedným z vážnych apelov APSS v SR smerom k politikom bolo a je zvyšovanie ošetrovateľstva v zariadeniach sociálnych služieb. Horúcou témou je výška paušálu, ktorej nárast je nevyhnutný a veľmi naliehavý, a to zo súčasných 6,60 na najmenej 12 €. Potrebná je tiež každoročná valorizácia v súlade so zvyšovaním plátov zdravotníkov. Poskytovatelia sociálnych služieb musia disponovať dostatočným finančným krytím, aby dokázali sestry „zaplatiť“ a zdravo konkurovať mzdovým podmienkam pre sestry v nemocniciach, kde je pravidelné zvyšovanie miezd zdravotníkov legislatívne dané a finančne kryté.

zlyhávanie starostlivosti o zdravie prijímateľov. Je zlepšovanie podmienok pre výkon praxe zdravotníckych pracovníkov, pôsobiacich v sociálnych službách súčasťou vašich plánov?

Prakticky Komponent 13 Plánu obnovy a odolnosti, ktorý aj má názov Dostupná a kvalitná dlhodobá sociálno-zdravotná starostlivosť, ale aj reformy či investície, ktoré tvoria jeho súčasť, sú venované práve sociálno-zdravotnej starostlivosti a prelínajú sa aj s možnosťami ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny. Zo strany ministerstva zdravotníctva ide najmä o investície, ako sú Rozšírenie kapacít komunitnej sociálnej sta-

POZITÍVNE ZMENY V REZORTE ZDRAVOTNÍCTVA NAPLÁNOVANÉ

Prosíme o čo najpresnejšiu odpoveď na mimoriadne dôležitú otázku, kedy dôjde k navýšeniu pevnej ceny úhrady za ošetrovateľskú starostlivosť a aká bude jej výška?
Návrh cenového opatrenia z dielne ministerstva zdravotníctva, ktoré upravuje výšku ošetrovateľského paušálu, je teraz na predbežnom pripomienkovom konaní. Po doručení stanoviska pôjde materiál do MPK, a následne do komisie. Účinnosť sme navrhli od 1. 1. 2024 a môžem vás uistiť, že ministerstvo robí všetko preto, aby sme ju stihli.

Nedostatok sestier a ďalších zdravotníckych pracovníkov v sociálnych službách má za následok

rostlivosti, ďalej Rozšírenie a obnova kapacít následnej a ošetrovateľskej starostlivosti, ako aj kapacít paliatívnej starostlivosti. Zároveň ministerstvo pripravuje opätovné vyhlásenie štyroch výziev. Konkrétne ide o Obnovu siete domácej ošetrovateľskej starostlivosti, Vytvorenie nových lôžok následnej starostlivosti, Rozšírenie siete mobilných hospicov a Rozšírenie a obnovu kapacít pobytovej paliatívnej starostlivosti.

Budete presadzovať nárast počtu projektov pre zlepšenie podmienok v oblasti dlhodobej starostlivosti, napr. na modernizáciu, vybavenie pracovísk, digitalizáciu, prístrojové

vybavenie, ale aj pracovné oblečenie, ochranné pomôcky, či vzdelávanie zamestnancov?

V oblasti dlhodobej starostlivosti už bolo zrealizovaných viacero výziev z Komponentu 13. Konkrétne išlo o rozšírenie a obnovu siete agentúr domácej ošetrovateľskej starostlivosti, kamenných hospicov, mobilných hospicov, ďalej rozšírenie a obnovu kapacít pobytovej paliatívnej starostlivosti a vytvorenie 650 nových lôžok následnej starostlivosti. Prostredníctvom týchto výziev ministerstvo reaguje na demografický vývoj spoločnosti, ktorý nám ukazuje zvyšujúci sa priemerný vek obyvateľstva na Slovensku. Ten bude do budúcnosti narastať,

čím sa zvyšuje aj dopyt po následnej a paliatívnej starostlivosti. V prípade, že hovoríme o dlhodobej, respektíve následnej ústavnej zdravotnej starostlivosti, konkrétne o modernizácii pracovísk či prístrojového vybavenia, to sa týka jednak Komponentu 11 nazvaného Moderná a dostupná zdravotná starostlivosť, ako aj výziev na rekonštrukcie nemocníc či doplnenie ich prístrojového vybavenia. Čo sa týka vzdelávania, v rámci Komponentu 12 s názvom Humánna, moderná a dostupná starostlivosť o duševné zdravie je v súčasnosti otvorená výzva s názvom Podpora vzdelávania odborníkov mimo rezortu v oblasti starostlivosti o duševné zdravie. Jej cieľom je zvýšiť počet odborných pracovníkov s moderným vzdelávaním, čo umožní zvýšiť dostupnosť a kvalitu poskytovanej starostlivosti. Je určená pre fyzické osoby, pričom podporovanými profesiami sú psychológ, školský psychológ, logopéd, liečebný pedagóg, špeciálny pedagóg, terénny

špeciálny pedagóg, sociálny pedagóg, sociálny pracovník, asistent sociálnej práce alebo zdravotná sestra. Cieľovou skupinou sú aj zamestnanci zariadení sociálnych služieb, ktorí vykonávajú tieto profesie.

V praxi vnímame veľkú potrebu prepracovania zastaranej legislatívy, neefektívnych procesov, zavedenia riešení rokmi nakopených problémov. Kto v budúcnosti bude riešiť tieto problémy a ponesie zodpovednosť za zložitú a rozsiahlu agendu zdravotnej starostlivosti v zariadeniach sociálnych služieb?

Na riešení problematiky zdravotnej starostlivosti v zariadeniach sociálnych služieb budeme určite spolupracovať s ministerstvom práce, sociálnych vecí a rodiny. Nedávno sa uskutočnilo pracovné stretnutie práve k podrobnostiam reformy financovania dlhodobej starostlivosti a prepojeniu sociálnej a zdravotnej starostlivosti. Po reforme integrácie

a financovania dlhodobej sociálnej a zdravotnej starostlivosti budú nastavené procesy na efektívne financovanie tejto oblasti, ktoré je v súčasnosti nedostatočné, ale aj neefektívne a najmä nie je legislatívne doriešené.

Ako si predstavujete komunikáciu a spoluprácu s rezortom Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny v oblasti prepájania zdravotnej a sociálnej starostlivosti?

Ako som spomínala, momentálne prebiehajú najmä rokovania na úrovni pracovných skupín o možnostiach spolupráce a financovania, respektíve spolufinancovania sociálnej a zdravotnej starostlivosti. V súčasnej dobe sa vyčísľujú náklady a analyzuje sa vývoj situácie podľa aktuálneho trendu.

Bude aj APSS v SR zapojená do kreovania strategických dokumentov ako dôležitý stakeholder?

Riešenie akýchkoľvek problémov sa nikdy nezaobíde bez intenzívnej spolupráce so všetkými aktérmi. Pre zástupcov stavovských organizácií budú dvere ministerstva zdravotníctva vždy otvorené. Zároveň, ak mám správne informácie od kolegov z ministerstva práce, zástupcovia APSS sú od minulého roka členom pracovnej skupiny vytvorenej k reforme financovania sociálnych služieb, ktorú pripravuje ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny.

Vzhľadom na veľký počet pacientov v zariadeniach sociálnych služieb, ktorí sú indikovaní pre ošetrovateľskú starostlivosť, by mal počet zariadení s ošetrovateľskou starostlivosťou stúpať. Zdravotné poisťovne v súčasnosti ďalšie zmluvy odmietajú. Je jasné, že ide o problém chýbajúceho navýšenia objemu financií pre tento účel, aj keď potreba tu samozrejme je. Budú môcť v dohľadnej dobe uzatvoriť zmluvy so zdravotnými poisťovňami aj ďalší poskytovatelia sociálnych služieb?
Do dnešného dňa zdravotné poisťovne zazmluvnili za celé Slovensko iba približne 5500 lôžok. Budeme musieť analyzovať dôvody, prečo ide o také nízke číslo. Podľa toho, čo doteraz vieme, je najčastejším dôvodom to, že zariadenia sociálnych služieb nespĺňajú podmienky zákona, podľa ktorého musia mať určenú osobu zodpovednú za poskytovanie ošetro-

vateľskej starostlivosti v zariadení sociálnej pomoci. Prekážkou zrejme je aj to, že zodpovedná osoba môže byť určená najviac pre dve zariadenia sociálnej pomoci, aj to ak každé z týchto zariadení sociálnej pomoci má menej ako 10 lôžok určených na poskytovanie ošetrovateľskej starostlivosti, a musí byť v pracovnoprávnom vzťahu s každým z týchto zariadení sociálnej pomoci. Zodpovedná osoba zároveň nesmie vykonávať činnosť odborného zástupcu poskytovateľa, musí mať vysokoškolské vzdelanie druhého stupňa v študijnom odbore ošetrovateľstvo, trojročnú odbornú prax a musí spĺňať odbornú spôsobilosť na výkon špecializovaných pracovných činností v špecializačnom odbore ošetrovateľská starostlivosť v komunite, pediatrii, psychiatrii, odboroch vnútorného lekárstva, chirurgie alebo onkológii. Musíme sa preto pozrieť na to, ktoré z týchto podmienok sú relevantné alebo ako inak by sa dala situácia riešiť.

Veľkým problémom väčšiny zariadení sociálnych služieb je nedostupná lekárska starostlivosť, ktorá spôsobuje vážne výpadky v liečbe ochorení. Odborníci z praxe navrhujú viaceré riešenia, napríklad určenie lekára, ktorý by

bol povinný zazmluvniť pacientov v ZSS, v prípade ich súhlasu, na základe sídla ZSS. Zaznel aj návrh na zatraktívnenie lekárskej starostlivosti o pacientov od určitého veku napr. navýšením kapitácie. Aký je váš názor na navýšenie hodnoty poistenca od určitého veku pre zdravotné poisťovne?

V úvode treba povedať, že každý klient zariadení sociálnych služieb logicky má svojho všeobecného lekára, vo väčšine prípadov je to všeobecný lekár priamo v takomto zariadení a postupne sa všetci klienti po nástupe do zariadenia prehlasujú k nemu. Súčasťou tvorby nového Zoznamu zdravotných výkonov však je aj jeho nacenenie, zvlášť sa tvoria kapitácie, ktoré budú tiež predmetom diskusií ešte v tomto, ale aj novom roku. V aktuálnej platnej legislatíve navýšenie hodnoty poistenca od určitého veku pre zdravotné poisťovne nie je v kompetencii ministerstva zdravotníctva, keďže tieto ceny nereguluje. Zdravotné poisťovne si ich dohadujú priamo s poskytovateľmi zdravotnej starostlivosti.

Budete podporovať posilnenie kompetencií sestier s pokročilou praxou pôsobiacich na pracoviskách, kde nie je trvale prítomný lekár? Ako inak by sa ešte dalo

z vášho pohľadu odbremeniť preťažených lekárov a riešiť nedostupnú a prolongovanú zdravotnú starostlivosť?

Zvyšovanie kompetencií sestier s pokročilou praxou by nemalo byť len suplovaním práce lekára, ale tiež zatraktívnením profesie sestry, ktorá by reflektovala na svetové trendy. Podľa nich má sestra možnosť indikovať a predpisovať zdravotnícku pomoc, niektoré lieky či odporučiť niektoré laboratorné vyšetrenia, a tiež robiť preventívne prehliadky bez prítomnosti lekára. To by následne mohlo viesť aj ku skráteniu čakacej lehoty na vyšetrenia. Túto myšlienku ministerstvo rozpracovalo aj v rámci reformy ambulantného sektora a rozhodne sa ňou budeme zaoberať aj naďalej.

Jednou z ciest zabezpečenia ošetrovateľskej starostlivosti v zariadeniach sociálnych služieb sú Agentúry domácej ošetrovateľskej starostlivosti. Zvlášť v zariadeniach sociálnych služieb by boli veľmi vhodné preventívne návštevy u osôb v riziku (obdoba terénnych, resp. geriatrických sestier). Úhrady za výkony ADOS sú však nízke, a rozsah výkonov neumožňuje úhrady za úkony komplexného a preventívneho ošetrovateľského manažmentu. Uvažuje sa o krokoch, ktoré by túto situáciu zmenili k lepšiemu?

Aktuálne prebieha aktualizácia Zoznamu zdravotných výkonov, ktorá umožní jasné úhrady zdravotných výkonov zo strany zdravotných poisťovní vrátane výkonov ADOS. Už sú však v rámci novely cenového opatrenia zavedené aj iné úpravy, ktoré by mali situácii pomôcť. Hovorím, napríklad o cene dopravy za jeden kilometer jazdy za ošetrovateľskú starostlivosť poskytovanú agentúrou domácej ošetrovateľskej starostlivosti za každú návštevu osoby s potrebou ošetrovateľskej starostlivosti. ADOS-ky teda majú za každú návštevu pacienta priznanú platbu za návštevu, za vykázané výkony majú úhrady a podľa cenového opatrenia majú už uhradené aj najazdené kilometre.

*PhDr. Zuzana Fabianová, MBA, predsedníčka sekcie ošetrovateľstva APSS v SR
Alena Mochnáčová, DiS., MBA, členka ekonomickej sekcie APSS v SR*

artspect



SENTIDA SC

Funkčné - Inteligentné – Dôstojná

Bezpečný spánok

Odpočinok a spánok s funkciami univerzálneho nízkeho opatrovateľského lôžka zohľadňujúce potreby užívateľov.

Individuálna mobilizácia

Udržanie a podpora mobility sú hlavné ciele profesionálnej starostlivosti

Systém senzorov opustenia lôžka

Individuálna podpora a bezpečnosť vďaka inteligentnú senzorovú technológiu.

www.artspect.sk

Dvojitá autoregresia ložnej plochy

Bezpečná a pohodlná mobilizácia na lôžku

- optimalizuje opornú plochu v oblasti sedacej časti zväčšením plochy chrbtového dielu a opierky stehien
- znižuje tlak na citlivé časti tela, ako sú zadok a kostrč

- uľahčuje dýchanie tým, že v uvoľnenej polohe v sede vytvára viac priestoru v oblasti hrudníka a brucha
- v kombinácii s chrbtovým dielom s dĺžkou takmer 90 cm umožňujú preventívne a pohodlné polohovanie imobilných osôb

Nízka poloha 23 cm

Bezpečný spánok bez obmedzenia osobných potrieb. Nízka ložná plocha zabezpečuje minimalizáciu úrazu pri páde z postele.



Halena Julia-B vzor kočky
100% bavlna

Tunika Lola
100% bavlna
barevné prevedení

Halena Julia-B vzor rúžičky
100% bavlna

Mikina fleecce K2
100% polyester
barevné prevedení

Halena Julia-B vzor sovičky
100% bavlna

Halena uni Bianca basic
100% bavlna
je i ve variantě
52% bavlna + 48% PES

... a mnoho ďalších vzorů a barev vše najdete na www.2pservis.cz

2P SERVIS

Blízka osoba seniora a samostatne žijúci senior

Ekonom a starostlivý vnuk (Peter, Bratislava)

Starká sa neozývala už dobré dve hodiny. Mali sme o ňu s manželkou starosť, pretože nezdvihala telefón. Vždy v piatok sme si volali cez Skype, tentoraz sa však nepripojila. Napadlo mi zavolať susedom. Telefón zdvihli až na piaty pokus, dovtedy som zúfalo krúžil v obývačke, úplne bezmocný. Ich odpoveď len potvrdila moju zlú predtuchu; v starkej dome sa nesvietilo. Už dlho žila sama, no nikdy nezhasínala pred dvanástou. Sadol som do auta a vyrazil na hodinovú cestu do dediny, kde žije. Premeškal som tak baletné vystúpenie vlastnej dcéry, ale to viete, zdravie mojej rodiny je vždy na prvom mieste. Cestou



Ekonom Peter

v aute som si lámal hlavu nad tým, kam sa mohla vybrať. Raz sa nám už zatúlala, zrejme to spravila znovu. Netušil som však, kde ju hľadať.

Stará mama (Marta, okres Trnava)

Syna už nemám a môj jediný milovaný vnuk býva vo veľkom meste, ďaleko odtiaľto. Viem, že by chcel, ale nemôže sa mi venovať vždy, keď sa cítim osamelá. Večne pracuje. Tak som sa rozhodla, že si skrátim dlhú chvíľu a prejdem sa do lekárne. Všetko šlo hladko, až do momentu, keď som s rukou na kľučke po návrate domov zistila, že nemám kľúče. Telefón ne-

používam, tie tlačidlá sú pre mňa príliš malé. Nemala som teda komu zavolať a susedom sa doprosovať nebudem. Stačí, že ma večne počujú, ako sa ponosujem, že som na všetko sama, nemusia vedieť aj to, že strácam veci kadiaľ chodím. Kým som kľúče našla, zabrzdil pri mne vnuk a so slzami v očiach ma začal objímať. Vraj ma hľadal dve hodiny. Kľúče sme nakoniec našli, ale na dcérin balet už príst nestihol. Keby som mala inteligentné hodinky, vraví mi, zistil by moju polohu raz dva. Stihol by vystúpenie, ušetril za benzín a aj tých stresov, čo som mu nevdojak narobila.



Stará mama Marta

NADIŠIEL ČAS NA VYUŽÍVANIE INOVATÍVNYCH TECHNOLOGII V SOCIÁLNYCH SLUŽBÁCH?!

V NASLEDUJÚCICH RIADKOCH ROZPOVIEME NIEKOĽKO ŽIVOTNÝCH A PRACOVNÝCH PRÍBEHOV ĽUDÍ, KTORÍ DEŇ ČO DEŇ PREKONÁVAJÚ PREKÁŽKY, ABY ZABEZPEČILI TO, ČO MNOHO ĽUDÍ POVAŽUJE ZA SAMOZREJMOSŤ, STAROSTLIVOSŤ A KONTAKT S MILOVANOU OSOBOU. V ZÁVERE PRINÁŠAME OPTIMISTICKÝ PREDPOKLAD, ŽE TÚTO SPLETITÚ SITUÁCIU UŽ ČOSKORO VYRIEŠIA MODERNÉ TECHNOLOGIE.

Opatrovateľka starajúca sa o seniora doma

Opatrovateľka (Jarka, Košice)

S pánom Jozefom to bývalo komplikované. Starala som sa o neho od momentu, keď ho navždy opustila jeho manželka, až do momentu, keď som si jednoducho povedala, že to ďalej nevládam. Dohliadať na niekoho 24 hodín 7 dní v týždni je nereálna požiadavka. Bohužiaľ, v tomto prípade stačilo, aby som sa z jeho domu vzdialila čo i len na pár minút, hneď bola katastrofa na svete. Raz som si odbehla zaliať kávu a keď som sa vrátila, jeho posteľ bola prázdna. Išiel sa poprechádzať a zablúdil. Najhoršie na tom bolo, že som v poobedňajších hodinách opatrovala inú staršiu pani. Časový manažment ma privádzal do zúfalstva. Iný deň sa prihodilo, že uprostred noci spadol z postele. Keďže nerád používa telefón a iné zariadenie na komunikáciu nemáme, dozvedela som sa o tom až na ďalší deň, keď som mu priniesla nákup. Vstať sa mu vraj podarilo až po dvoch hodinách, počas ktorých sa o to bezcieľne pokúšal. Zbytok dňa potom presedel vo svojom húpacom kresle, totálne vyčerpaný. Zrejme aj preto sa mu večer zvýšila teplota. Svojím dielom k tomu určite prispel aj fakt, že dve hodiny ležal na studenej kamennej dlážke. V jeho veku aj mierne zvýšenie teploty predstavuje vážny problém. Trvalo týždeň, kým sa z toho dostal.



Opatrovateľka Jarka

dverách zariadenia pravidelne stretávam. Rozhodne to nie je vec, ktorú by bolo treba brať na ľahkú váhu. Myslím si, že hovorím za všetkých pracujúcich Slovákov, keď poviem, že najstísi voľný čas je priam zázrak. O to viac zamrzí, keď sa tento čas zbytočne premárni. Kvôli práci a deťom môžem ocina navštíviť iba cez víkend. Bohužiaľ, až príliš často sa stáva, že odchádzam domov bez toho, aby vôbec vedel, že som za ním prišla. Niekedy spí, lebo má siestu, inokedy je u neho lekár. Vždy mu nechávam na nočnom stolíku položenú jeho obľúbenú karamelovú čokoládu, no to je len slabá útecha.

Blízka osoba na návšteve v zariadení pre seniorov

Učiteľka a starostlivá dcéra (Anna, stredné Slovensko)

Keďže som matkou samoživiteľkou dvoch školopovinných detí a mám čo robiť, aby som svoj život ako tak zvládala, rozhodla som sa ocina presťahovať do zariadenia pre seniorov. Starajú sa o neho dobre, ale prakticky nemám prístup ku všetkým informáciám, aké lieky mu podávajú, čo s ním robia a aký má denný režim. Nie raz sa stalo, že som ho prišla navštíviť, keď mal práve poobednú siestu alebo iný program mimo zariadenia. Keďže som sa ponáhľala späť do práce, mali sme vtedy rodičovské, ani sme sa nestihli pozdraviť. Rovnakú skúsenosť mali aj ostatní blízki seniorov, s ktorými sa vo

Zamestnanci zariadenia pre seniorov

Opatrovateľka (Danka, Bardejov)

Práca opatrovateľky je pekná ale zároveň náročná. Nastávajú chvíle, keď sa niečo vyskytne, ale pozícia opatrovateľky má byť v takomto prípade obozretná a neustále v strehu. Zväčša trvá niekoľko minút, kým odhalíme príčinu problému. Za celý deň sa vie takýchto situácií poriadne nahromadiť. Pozornosť, ktorú by sme mohli venovať našim prijímateľom - klientom, mívame na záležitosti, ktoré by niekedy poľahky vyriešila moderná technológia. Ocenili by sme systém, ktorým by sme mali prehľad o prítomnosti a pohybe našich prijímateľov - klientov a návštev v zariadení. Som presvedčená, tak ako aj moje kole-



Opatrovateľka Danka

gyne, že komunikáciu by sme mohli zlepšiť aj smerom k rodinným príslušníkom našich prijímateľov - klientov. Riešiť závažné problémy cez telefón je skrátka príliš zdĺhavé. Napríklad, minulý týždeň sa nám stalo, že k nám prišiel jeden príbuzný, ktorý sa chcel stretnúť so svojim starým otcom, bohužiaľ ten mal v tom čase poobedný odpočinok. Sklamanie prišlo na strane príbuzného. O harmonograme jeho

starého otca ho totiž nemáme ako v reálnom čase informovať, nakoľko je to individuálna záležitosť každého prijímateľa – klienta, jeho únava, potreba kedykoľvek si oddýchnuť sa nedá sprostredkovať telefonicky či emailom. K takýmto zmenám v rámci prijímateľov – klientov dochádza často. Mám za to, že je to tak v každom zariadení.

Manažér sociálneho domu (Jaroslav, Bardejov)

Ocenenie najlepšieho poskytovateľa roka sme prijali s hrdosťou, ale aj s veľkou zodpovednosťou. Či ide o malé alebo veľké zariadenie, vždy je to o danej zodpovednosti jednotlivca, ale aj tímu ako dokáže kolegiálne a súdržne spolupracovať. My v Sociálnom dome ANTIC n.o., Bardejov sa snažíme držať krok s dobou a priblížiť sa k európskym, ale aj svetovým štandardom. Používame inovatívne riešenia, metódy prispôbujeme moderným vybaveniam a aktívne implementujeme pracovné a technologické procesy. Naším cieľom je v prvom rade spokojnosť prijímateľa – klienta a v neposlednom rade spokojnosť rodinných príslušníkov, ale samozrejme aj vedenia a pracovníkov zariadenia. V záujme zachovania ľudskej dôstojnosti každoročne zvyšujeme kvalitu štandardov a takto chceme dopriať našim prijímateľom – klientom navodenie pocitu domova. Našu energiu využívame pre samovzdelávanie, školenia, konferencie a týmto spôsobom to chceme preniesť do samotnej praxe. Stojí nás to veľa síl, ale my nespomaľujeme. Práve naopak, prispôbujeme sa čoraz väčšiemu záujmu o naše služby a hľadáme nové spôsoby, ako sa starať o bezpečnosť a zdravie prijímateľov – klientov v plnom rozsahu. Verte mi, niekedy to vie byť poriadne náročné a naši prijímateľa – klienti nám to častokrát vôbec neulahčujú, ale aj to je súčasťou nášho poslania. Napriek tomu veríme, že nové moderné technológie, pomôžu našim prijímateľom – klientom, ale aj odbremeniam zamestnancov a skvalitnia komplexnú starostlivosť.



Manažér sociálneho domu Jaroslav

Sociálna pracovníčka (Valéria, Bardejov)

Keby sa poskytovateľom sociálnych služieb podarilo zakomponovať systém, ktorý by uľahčoval komunikáciu medzi zariadením, prijímateľom – klientom a jeho rodinou, pochopenie by bolo všestranné. Príbuzní prijímateľov – klientov majú častokrát pocit, že o svojich blízkych nemajú dostatočný prehľad. Prijímateľa – klienti výraznejšie pociťujú úzkosť medzi svojím zdravotným stavom a skutočným pohľadom mimo zariadenia, tým sú frustrovaní a teda to vedie k apatii, ktorá môže v konečnom dôsledku vyústiť k zhoršeniu celého zdravotného stavu. V takomto prípade vzniká na opatrovateľov ďalší tlak, ktorý ich oberá o čas, potrebný na komunikáciu s rodinnými príslušníkmi prijímateľov – klientov.

Príčinou depresie prijímateľov – klientov v zariadení je práve nedostatok sociálnych väzieb so svojimi najbližšími. Opatrovateľky vynakladajú veľké úsilie, avšak rodina sa nahradiť nedá. Obe strany, prijímateľa – klienti aj rodina, majú záujem o kontakt, no poskytovateľ sociálnych služieb ako mediátor tohto kontaktu má niekedy obmedzené možnosti. Chcela by som upriamiť pozornosť na fakt, že v sociálnom dome neraz zastrešujú zamestnanci súčasne niekoľko agend, od starostlivosti o prijímateľov – klientov až po administratívne činnosti. Mám za to, že tieto na môj vkus zastaralé formy komunikácie (e-mail, SMS) nahradia nové a moderné technológie, s ktorými túto priepasť, verím, raz a navždy, prekonáme.

Moderné technológie majú potenciál eliminovať nedostatky, ktoré v súčasnosti spomaľujú proces a vytvárajú nekonečný zoznam komplikácií. Pomáhajú ako zamestnancom sociálnych domov, tak aj klientom a ich blízkym. Dohliadajú, aby boli klienti v bezpečí a spokojní. Minimalizujú príležitosti na útek a zjednodušujú pátranie v prípade, že by k nemu predsa len došlo, čím znižujú tlak, ktorý je vyvíjaný na zamestnancov v zariadeniach sociálnych služieb. Do najvyššej možnej miery je pritom zachované súkromie seniorov. Prínos moderných technológií sa v podstatnej miere dotýka aj blízkych osôb klientov, pretože zjednodušuje komunikáciu medzi nimi a zariadením pre seniorov. Už žiadne zbytočne najazdené kilometre. Očakávania sú pre to na mieste, že s modernými technológiami bude vždy prehľad o dennom programe, nálade či zdraví, milovaného starého otca či mamy.



Ekosystém pre digitalizáciu obcí a miest

Elektronické úradné tabule



Web



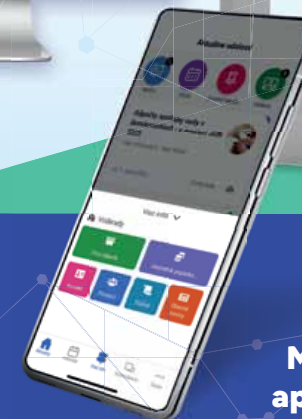
www.igalileo.sk

info@igalileo.sk

Prepojenie na CUET a CRZ

SMS

Mobilná aplikácia



beltslovakia.sk

VÁŠ ŠPECIALISTA PRE OBJEKTOVÚ HYGIENU



ZMENÍ SA NIEČO NA ZÁCHRANE NECHCENÝCH NOVORODENCOV NA SLOVENSKU?

Ako nová koordinátorka projektu Hniezdo záchrany som sa s jeho zakladateľkou Annou Ghannamovou pozrela nielen do histórie vzniku hniezd, ale zamysleli sme sa aj nad ich budúcnosťou. Porovnávali sme túto misiu z hľadiska významu s podobným nemeckým projektom ich zakladateľky Gabriele Stanglovej, pri krste slovenského prekladu jej knihy Srdiečkové deti a ohľadom technických zmien sme sa zas išli inšpirovať do jedného z rákuských Babyklappe do Viedne.

Niečo o vzniku hniezd

Iniciatíva Šanca pre nechcených, ktorú založila v roku 2004 Anna Ghannamová mala pri svojom vzniku pôvodne len prvotnú myšlienku: zriadiť tri verejné inkubátory na záchranu nechcených novorodencov na Slovensku. Napriek tomu, že vo svete existovali rôzne seba podobné projekty s touto myšlienkou, Šancu pre



Zakladateľka Hniezd záchrany Anna Ghannamová (vľavo), nová koordinátorka projektu Hniezdo záchrany Nikola Fejková a správkyňa Linky Hniezda záchrany (vpravo).

HNIEZDA ZÁCHRANY NA PRAHU 20-TKY

V ROKU 2024 TO BUDE 20 ROKOV OD ZALOŽENIA HNIEZD ZÁCHRANY NA SLOVENSKU. ČO VŠETKO HNIEZDA ZÁCHRANY UŽ DOKÁZALI? AKO VLASTNE FUNGUJÚ? PRE KOHO SÚ URČENÉ? A AKÝM VÝZVAM BUDE TÁTO MISIA ZÁCHRANY TÝCH NAJZRANITELNEJŠÍCH A NAJBEZBRANNEJŠÍCH NA SLOVENSKU EŠTE ČELIŤ?

nechcených najviac inšpiroval spôsob pomoci ženám s nechceným tehotenstvom v nemocnici v Budapešti. Autorka projektu Hniezdo záchrany spomína, že najviac sa jej páčila ucelená pomoc ženám, lebo okrem verejne prístupného inkubátora na odloženie dieťatka zriadili aj telefonickú linku a začali niektorým ženám pomáhať, aby sa dieťatka nemuseli vzdať. „Touto cestou sme sa vydali aj u nás, na Slovensku. A naplnili sme všetko čo sme si pred vznikom sľúbili: Zriadili sme Hniezda záchrany, pomáhali sme pri uplatňovaní zákona o utajenom pôrode Kolískou záchrany a napokon sme v roku 2009 vybudovali aj útluk pre matky s deťmi v núdzi, našu prvú Náruč záchrany, ktorá pomohla dokopy

64 ženám zostať so svojim dieťatom“, zaspomínala. Šanca pre nechcených tak prešla cestou od záchrany nechcených novorodencov, cez rady ženám s nechceným tehotenstvom, k pomoci opusteným matkám v krízových situáciách a neskôr aj k zaopatrovaniu odkázaných seniorov. Verte, alebo nie, práve Hniezda záchrany boli vybudované ako posledné možné útočisko na záchranu ľudského života – novorodenca, lebo ako ich iniciátorka Anna Ghannamová hovorí: „Mojou najväčšou radosťou by bolo, keby sa už v hniezde nenašlo nikdy žiadne dieťa, ale nenachádzali by sa ani mŕtve. Nežijeme však v ideálnom svete a žiaľ! nechcené deti tu boli v stredoveku

a sú tu aj dnes. Ale dnes sme povinní ako spoločnosť hľadať aj systémové riešenia, aby nechcených detí bolo čo najmenej a keď už nejaké máme, aby sa radšej rodili v bezpečí v nemocnici s odbornou pomocou v režime utajeného pôrodu. Ale aby nezaničila možnosť odložiť dieťatko aj úplne anonymne do hniezda pre tie ženy, ktoré sa boja ísť do nemocnice. Lebo aj také sú.“

Čím viac kontroly, tým viac zodpovednosti

Dnes je počet Hniezd záchrany 20 a sú rozmiestnené po celom Slovensku. V priebehu rokov sa Šanci pre nechcených podarilo hniezda inovovať napríklad pridaním kamier, ktoré



Účastníci besedy k uvedeniu slovenského prekladu knihy vydavateľstva Don Bosco „Srdiečkové deti“ – autorky Gabriele Stanglovej, zakladateľky prvého nemeckého baby fenster alias „hniezda záchrany“ vo vydavateľstve Martinus.

však v žiadnom prípade nesnímajú matku. Boli zriadené, aby sa zvýšila bezpečnosť bábätka a aby sa pomohlo personálu. Aby na novorodeneckých oddeleniach, kde zvyčajne ide zvukový signál o otvorení hniezda videli, či je tam naozaj vložené dieťa. Lebo často hniezdo len otvoril nejaký zvedavec. Je smutné, že ani toto zvýšenie bezpečnosti nezabránilo minuloročnej tragédii v Hniezde záchrany na Kramároch, keď tam bolo nájdený mŕtvy novorodenec po tom, čo sa zistilo, že totálne zlyhala signalizácia. „Dodnes sa neviem cez tú tragédiu preniesť, hoci viem, že sa im nevyhli ani podobné projekty inde vo svete. V Čechách bolo napríklad do babyboxu vložené už mŕtve dieťa a z knihy Gabriely Stanglovej som sa dozvedela, že v prvom nemeckom babyklappe raz našli dokonca dobodané bábätko. Na tom našom prípade ma však trápí že zlyhali tí, od ktorých sa očakávala pomoc a navyše zrušením hniezda sa vedenie tejto nemocnice vlastne zbavuje ochoty niesť zodpovednosť za budúce odložené deti. Neuvedomujú si, že tým vlastne morálne priznávajú zodpovednosť za svoje zlyhanie pri tejto tragédii. Preto si o to viac vážim všetkých pracovníkov nemocníc, ktorí sa zodpovednosti za záchrany nechcených novorodencov nevzdávajú

a dokonca sa nám nové nemocnice, ktoré chcú nahradiť toto zrušené hniezdo, aj hlásia. Veľmi im ďakujem a veľmi si to vážim. Rovnako nás čaká z organizačných a zákonných dôvodov premiestnenie hniezd zo Skalice a zo Svidníka. Ale verím, že počet 20 hniezd sa nám na prahu 20-tych výročia tohto projektu podarí udržať.“ dodala Anna Ghannamová. Pripomeňme ešte, že minulý rok, hneď po tragédii požiadala Šanca pre nechcených Ministerstvo zdravotníctva SR o vytvorenie jasnejších a jednotných prevádzkových pravidiel a pravidiel kontroly hniezd. Po našej analýze vtedajšieho stavu sa to podarilo zrealizovať dosť rýchlo, lebo veľkou inšpiráciou boli niektoré slovenské nemocnice, ktoré mali aj technicky aj reálny kontroling hniezd nastavený veľmi dobre. Pravidlá sa vycibrili a sú zakotvené vo vestníku z 28.7.2022 a sú záväzné pre všetky nemocnice, v ktorých sú Hniezda záchrany. Chceme veriť, že vznikom usmernenia a najmä jeho dodržiavaním sú a budú riziká na najnižšom možnom stupni. Navyše zmysluplnosť hniezd bola preukázaná aj po tejto nesmierne smutnej udalosti, keď sa koncom roka v inom hniezde našlo živé zachránené dieťatko.

Aké výzvy čakajú Hniezdo záchrany?

Okrem modernizácie hniezd – teda našej snahy vymeniť postupne zastaralé inkubátory za vyhrievané lôžka a zvýšenie informovanosti pre matku pri samotnom hniezde, musíme raz a navždy vyriešiť zbieranie štatistických údajov o deťoch nájdených v Hniezdach a začatie zbieranie informácií o dôvodoch, ktoré ženy vedú k vzdávaniu sa vlastných detí.

Ako správkyňa Linky Hniezda záchrany len potvrdzujem, že pre jedno fatálne zlyhanie, verejnosť a najmä ženy v núdzi stále dôverujú hniezdam a na našej linke, kde môžu volať 24 hodín denne im stále poskytujeme efektívne poradenstvo. Aj cez linku sme vtiahnutí do neraz neuveriteľných príbehov.

Osudy z Linky Hniezda záchrany

Okrem toho, že Šanca pre nechcených založila Hniezda záchrany, tak trochu vyprovokovala urýchlenie zákona o utajenom pôrode. O ten môže žena požiadať pred pôrodom. Musí vypísať žiadosť so svojimi údajmi, ktoré sú vedené ako „osobitá“ dokumentácia a žena dáva priestor 6 týždňov k možnému prinavrátaniu sa k dieťatku. Nuž ale ako pomôcť žene, pokiaľ bola rodiť na občiansky preukaz svojej kamarátky? Aj to sa naozaj stalo! Dovolala sa nám tiež žena, ktorá prišla o partnera, bola na utajenom pôrode a aj napriek tomu, že vedela, že sa po dieťa môže vrátiť do 6 týždňov, dieťa jej nemocnica vydať nechcela. Kontaktovali sme priamo nemocnicu, ktorá nás najprv počúvať odmietala, kontaktovali sme sociálne oddelenie na Úrade práce sociálnych vecí a rodiny v miestnej bydliska ženy a žene nakoniec dieťa vrátili. Už dva razy sme pomáhali na linke priamo pri pôrode ženy, ktorá sa snažila tehotenstvo skrývať natoľko, že pri kontrakciách nezavolała záchrannú službu, ale nám. Následne odniesla dieťa do hniezda. Zažili sme aj to, ako sa k nám dovolalo 17 ročné tehotné dievča, ktoré chcelo ísť na utajený pôrod. Jej matka jej utajený pôrod nechcela dovoliť a keďže do 18 rokov za ňu právne zodpovedala, súhlas jej odmietla dať. Mladé dievča chcelo radu aké bezpečné je odniesť dieťa do hniezda. Dostala odpoveď podľa našich usmernení, aj o tom, že by nebola trestne stíhaná. To však nebol koniec. Keď to povedala matke, vyhrážala sa jej, že ak dá dieťa do hniezda, tak ju udá za usmrtenie dieťatka. Sama si zohnala teda informácie, že vo Viedni v ich „hniezdach“, čiže v baby klappe si po odložení dieťatka vezme kód, ktorým sa preukáže, že dieťa bezpečne odložila. Vyše dvojhodinové osobné sedenie s ňou však malo zmysel. Mladé dievča si dieťa nechalo a dnes, o rok neskôr, tvoria rodinu aj so svojim priateľom, otcom ich synčeka. Čo to ale spravilo s nami? Naštartovalo nás to preskúmať, čo robia vo Viedni inak ako my na Slovensku.

Čo nám „doklaplo“ v babyklappe?

Základom našich hniezd sú po „maďarskom“ vzore inkubátory. Slúžili dobre 19 rokov, ale pomaly, ale isto dosluhujú, lebo výrobca prestal na tento druh vyrábať náhradné súčiastky. Javilo sa nám to ako alarmujúca správa, keďže cenová ponuka na nový druh inkubátora špeciálne obohateného o nutný systém alarmov sa vyšplhala na 15 000 Eur na jeden kus. Záchranu sme však našli vo Viedni pohľadom na nový babyklappe.

Čo je babyklappe?

Je to vlastne Hniezdo záchrany, ale pod iným názvom v Rakúsku. Konkrétne sme sa boli pozrieť na novší systém v modernej nemocnici Klinik Floridsdorf. Prekvapilo nás, že v hniezde sa nenachádza inkubátor, ale špeciálne upravená drevená skrinka – respektíve korpus, kde je v strede minilôžko z mäkkého materiálu. Skrinka má zospodu otvory, ktoré zohrievajú a zvrchu odsávajú. Vedľa skrinky je položené vybavenie na rýchlu kontrolu a prípadnú okamžitú pomoc na záchranu života novorodenca. A nemocnica musí mať k dispozícii prenosný plne funkčný inkubátor, v ktorom dieťa prevážajú z babyklappe na kompletnú prehladku. Tak ako u nás má personál prístup zvnútra budovy, ale rozdielne je vonkajšie riešenie: zvonka nie je okno, ale dvere. Matka teda môže vojsť do miestnosti, vie si s dieťaťom sadnúť a rozlúčiť sa. Na poličke sú umiestnené listy vo viacerých jazykoch: sú tam presné inštrukcie k tomu, čo má robiť a v prípade, že sa chce vrátiť a priznať sa k dieťaťu je tam na každý deň uvedený vždy nový vygenerovaný a vytlačený kód. Na základe toho, personál vie, že ak sa ním matka pri návrate k dieťaťu vráti, začnú sa jej po-



Obhliadka babyklappe v modernej nemocnici Klinik Floridsdorf vo Viedni.

žadavkou vážne zaoberať. Kód môže žene pomôcť aj v prípade, že si okolie všimne, že zrazu nie je tehotná a nemá dieťa a mohol by ju niekto podozrievať s usmrtenia dieťaťa. To, čo je ešte v Rakúsku odlišné od Slovenska? Babyklappe si zriaďujú samotné nemocnice a financuje ich regionálna samospráva. Naposledy sa nášmu občianskemu združeniu podarilo zosúladiť a zjednotiť údaje o nájdených deťoch podľa hlásení nemocníc nášmu občianskemu združeniu a hlásení sociálnych odborov ÚPSVR SR ministerstvu v roku 2014, teda na 10-te výročie Hniezd záchrany. Došli sme k overenému číslu 66 detí. Rozpory vznikali najmä na prelome rokov, keď nemocnica evidovala a nahlásila nášmu občianskemu združeniu nález dieťaťa v deň nájdenia v hniezde, ale sociálny odbor ho do štatistiky nahlásil až po tom, čo dieťa prešlo do ich zodpovednosti a bolo to práve na začiatku druhého roka. Žiaľ tento problém nebol odstránený a tak k 20-temu výročiu



V rakúskej nemocnici nás prijali Sona Langmaier-Pribylova a Anne Ecker, ktoré boli z príbehu slovenských Hniezd záchrany unesené.

chystáme opäť preverovanie ráťania. Nádejali sme sa, že problém „ráťania“ bol odstránený po tom čo sme rezort v roku 2014 požiadali o uvádzanie detí z hniezd a utajených pôrodov do bežných štatistík detí, ktorých sa rodičia vzdávajú inými spôsobmi, keďže do roku 2014 ich v tabuľkách neevidovali a deti z utajených pôrodov celoslovensky dovedy nikto nezráčoval. Po tom, čo sme však minulý rok urobili analýzu údajov z nemocníc a porovnali výsledky s tabuľkami rezortu – čísla detí na roky znova nesedia.

Do budúca nás čaká ešte niekoľko výziev, ktoré nemajú však doriešené veľmi ani v iných krajinách v súvislosti s podobnými projektami, či už sú to utajené pôrody, či hniezda záchrany a to sú práva otcov takýchto detí (teda toho mála, ktoré by sa k dieťaťu radi prihlásili), ale aj možnosť odtajnenia údajov matky po snahe už dospelého dieťaťa poznať svoju biologickú identitu. Bez ohľadu na tieto ešte nezodpovedané otázky sú Hniezda záchrany svetlom na konci temného tunela nechcených detí. A my, v Šanci pre nechcených, sme vďační každej žene za to, že sa rozhodne donosiť dieťa a nájsť v sebe silu vyhľadať túto možnosť, už nech má akékoľvek problémy. Nechceme, aby sa ženy vzdávali detí, ale ak nevidia iné východisko musíme im dať možnosť urobiť to, čo je najbezpečnejšie pre dieťa. Predídeme tak tragédiám, ktorých máme dnes vo svete aj bez toho dost. Ale najmä vieme zmeniť pôvodne „nechcené dieťa“ na dieťa milované v budúcej adoptívnej rodine.

Nikola Fejková, koordinátorka projektu Hniezdo záchrany

SPÁJAME SVOJE SILY, ABY SME MOHLI POMÁHAŤ EŠTE VIAC

Už 3 roky vzdelávame a pomáhame tým, ktorí zasvätili svoj život pomoci ľuďom v zariadeniach sociálnych služieb.

Naším hlavným poslaním je poskytovať **granty určené na rekvalifikačné kurzy** pre tých, ktorí chcú zmeniť svoju profesiu a stať sa kvalifikovanými opatrovateľmi v zariadeniach sociálnych služieb či domovoch dôchodcov.

Takýmto spôsobom **zvyšujeme odbornú kvalifikáciu opatrovateľov** v snahe udržať ich v systéme sociálnych služieb na Slovensku. Komplexne im z grantov uhrádzame výdavky na rekvalifikačný kurz.

Vďaka tejto iniciatíve sa nám podarilo získať do systému sociálnych služieb **147 opatrovateľov**, ktorí prešli rekvalifikáciou a uhradili sme im náklady s tým spojené.



Prostredníctvom komunikačných aktivít zvyšujeme vo verejnosti povedomie o spoločenskej dôležitosti profesie opatrovateľ. **Kampaň ĎAKUJEME** do ktorej sa zapojili známe osobnosti spoločenského a kultúrneho života mala v rámci sociálnych sietí viditeľnosť **viac ako 100 000 užívateľov**.



Chceme pomáhať ešte viac.

NADAČNÝ FOND
HARTMANN

Nezhody:

- Rok 2021 – UPSVaR udáva 4 detí, my iba 3 – nemocnica Košice 2 a B. Bystrica 1
- Rok 2017 – UPSVaR udáva 3 detí, my 6 – nemocnice Bratislava Petržalka, Košice 3, Vranov nad Topľou, Žilina
- Rok 2013 – UPSVaR udáva 6 detí, my 5 – nemocnice Bratislava Petržalka, Ružomberok, Svidník, Trnava, Žilina
- Rok 2014 – UPSVaR udáva 3 detí, my 2 – nemocnice Čadca, Košice
- Rok 2015 – UPSVaR udáva 5 detí, my 4 – nemocnice Bratislava Kramáre, Dunajská Streda, Košice, Prešov

Je viac ako len žiadúce, túto štatistiku zjednotiť. Lebo, ako už do médií spomenula zakladateľka Hniezd záchrany Anna Ghannamová, k 20-temu výročiu Hniezd záchrany by sme chceli systém záchrany nechcených novorodencov na Slovensku porovnať s okolitými krajinami a preto čísla musia byť jasné. Pre porovnanie s Rakúskom poznáme štatistiku iba za rok 2022, kde možnosť utajeného pôrodu využilo 26 žien a našli sa 4 deti v babyklappe.

KROTITELIA MASTNOTY

Účinné až na **100 % mastnoty***

* na bežnú mastnotu, ktorá sa vyskytuje v profesionálnych kuchyniach

Professional support™

Oficiálny partner P&G Professional pre ČR/SR
info@profsupport.sk | +421 951 895 526
www.profsupport.sk

P&G Professional™
WOW, to je ČISTOTA!



NOVINKY Z TASR

Ľuďom v núdzi pomáhajú hlinené dukáty

Trenčín zaviedol zaujímavú novinku. Ľuďom v núdzi v tomto meste môžete pomáhať aj kúpou hlinených dukátov. Hlinené dukáty sa za jedno euro dajú kúpiť v troch automatoch (Námestie sv. Anny, na Sládkovičovej ulici a na Ulici 1. mája) alebo v pokladničkách v Centre pre rodinu na Farskej ulici, vo Farskom kostole na Mariánskom námestí alebo v Reštaurácii u Janky na Palackého ulici. Doteraz šlo do obehu 2075 dukátov. Ľudia v núdzi ich vymieňali za prenocovanie v mestskej nocľahárni a za jedlo v šiestich prevádzkach zapojených do projektu. „Benefit symbolického platidla je nielen vo výmene za jedlo alebo praktické služby. Človek v núdzi sa dostane do kontaktu so sociálnym pracovníkom, ktorý mu poskytne odborné sociálne poradenstvo a pomoc pri riešení zložitej životnej situácie,“ uviedla hovorkyňa Trenčína Erika Ságová.

Monitorovanie mučenia

Na Slovensku začali na miestach, kde sa nachádzajú osoby obmedzené alebo pozbavené osobnej slobody, pôsobiť špeciálne tímy na monitorovanie mučenia a zlého zaobchádzania. Vytvorili ich Kancelária verejného ochrancu práv, Úrad komisára pre osoby so zdravotným postihnutím a Úrad komisára pre deti v rámci Národného preventívneho mechanizmu proti mučeniu. „Spoločne sa budeme starať o to, aby na miestach, kde sú ľudia obmedzení alebo pozbavení slobody, bol zabezpečený monitoring. Zároveň je našou úlohou učiť štát, ako s týmito ľuďmi zaobchádzať,“ vyhlásil verejný ochranca práv Róbert Dobrovodský. Opatrenia proti zlému zaobchádzaniu sa budú vykonávať vo forme neohlásených návštev zariadení. „V rámci preventívnych prostriedkov, vyplývajúcich z našej činnosti, je pre nás dôležité zamerať sa predovšetkým na kvalitu vzťahov v zariadeniach, kde sa nachádzajú deti a mladiství,“ vyhlásil komisár pre deti Jozef Mikloško.

Nové krízové centrum

V Dubnici nad Váhom otvorili nové krízové centrum pre obyvateľov mesta bez prístrešia. Nachádza sa v budove domu kultúry a je otvorené denne od 19.00 do 7.00 h. Okrem nocľahu môžu ľudia bez domova využiť možnosť vykonania základnej osobnej hygieny, poskytnú im sociálne poradenstvo a môžu si pripraviť horúci nápoj. „V krízovom centre je potrebné dodržiavať prevádzkový poriadok zariadenia, návštevníci nesmú byť agresívni, nesmú mať pri sebe žiaden alkohol a takisto musia dodržiavať poriadok a upratovať po sebe,“ povedala Alena Masárová zo sociálneho oddelenia dubnickej radnice.

Ženy ženám

Iniciatíva Ženy ženám vo svojom druhom ročníku zorganizovala elektronickú aukciu umeleckých diel na pomoc osamelým matkám, ktorým hrozí, že prídu o svoje deti. Do dražby darovalo svoje diela 12 slovenských umelkýň. Iniciatívu naštartovala osobná skúsenosť fotografky Jany Lišky. Pri tvorbe videí pre Úsmev ako dar sa v sociálnych bytoch stretla so ženami, ktorým hrozilo odobratie detí pre nepriaznivú finančnú situáciu. „Pri týchto silných stretnutiach som sa rozhodla osloviť Janu Brisudovú, Helenu Tomkovú a Romanu Winkler. Spoločne sme pripravili pokračovanie projektu Ženy ženám s úmyslom upozorniť na ťažké životné príbehy mám a ich detí. Neskôr sa k nám pridala aj grafická dizajnérka Mikina Dimunová,“ približuje Jana Liška. Organizátorky uvádzajú, že výťažok z charitatívnej dražby diel poskytne pomoc konkrétnym desiatim matkám - samoživiteľkám. S výberom umelkýň pomohla iniciatíve Slovenská národná galéria.

Ocenení dobrovoľníci

Bratislavské dobrovoľnícke centrum ôsmykrát ocenilo dobrovoľníkov v Bratislavskom kraji. Laureátov v siedmich kategóriách a jedného výnimočného ocenenia vybrali spomedzi 80 prijatých nominácií na „Srdce na dlani“. „Mimoriadne silnou bola kategória dobrovoľnícky projekt. Medzi najzaujímavejšie patrili nový koncept pomoci ženám s duševným zdravím po pôrode, vlastný prekladový slovník slovenského posunkového jazyka pre nepočujúcich, či pomoc rodičom autistických detí, o ktoré sa pri voľnočasových aktivitách starajú dobrovoľníci,“ priblížila výkonná riaditeľka BDC Michaela Bagalová. Ocenenie v kategórii dobrovoľník pomáhajúci v Bratislavskom kraji získala Iryna Khrumchenko (Dobrovoľná civilná ochrana) a v kategórii dobrovoľník pomáhajúci v zahraničí Marianna Švecová (Transparency International Slovensko). Ako koordinátorka dobrovoľníkov bola ocenená Silvia Slobodová (Kofka lásky o. z.). V kategórii dobrovoľníckych skupín si ocenenie odniesli Food Fighters.

Zdroj: TASR

SPOĽAHLIVÁ PRÁČOVNÍCKA TECHNOLOGIA



ODBORNE TESTOVANÉ A CERTIFIKOVANÉ PRE DEZINFEKCIU PRI 40 °C

CLEANING s.r.o., Majerská cesta 96A, 974 01 Banská Bystrica
cleaning@cleaning.sk | 048/4198 566 | www.cleaning.sk



Široká škála absorpčných produktov pre ľudí, ktorí potrebujú spoľahlivú ochranu



Viac informácií nájdete na www.seni-sk.sk

CLEAN LIFE

Inovace | Technologie | Čistota

INOVACE TECHNOLOGIE ČISTOTA

cleanlife.cz | cleanlifeshop.cz



Asociácia poskytovateľov
sociálnych služieb v SR

príloha

Asociácie poskytovateľov sociálnych služieb v SR

december/2023

**CESTA DYCHU – AKO MÔŽE DÝCHACIA GYMNASTIKA
POMÁHAŤ PRI FYZIOTERAPII ODKÁZANÝCH?** KATARÍNA ČEČOTOVÁ / 32

**PREČO JE NA SLOVENSKU PROBLÉMOM
ZOMIERAŤ DOMA?** EVA SLÁDKOVÁ / 34

**AKÉ JAZVY ZANECHAL COVID – 19 NA PSYCHICKOM ZDRAVÍ
ZAMESTNANCOV SOCIÁLNYCH SLUŽIEB?** NIKOLA FEJKOVÁ / 36

VEĽKÉ JESENNÉ KONFERENCIE
ASOCIÁCIE POSKYTOVATEĽOV
SOCIÁLNYCH SLUŽIEB V SR
SÚ UŽ NEODDELITELNOU
SÚČASŤOU KALENDÁRA NIELEN
NAŠICH ČLENOV. ČASTO SA
S VEĽKÝM PREDSTIHOM PÝTAJÚ,
KEDY A KDE ICH ORGANIZUJEME.



Aj tohtoročné novembro-
vé stretnutie bolo rýchlo
vypredané. Poskytovatelia
sociálnych služieb totiž čelia mnohým
výzvam a požiadavkám. Zo strany
zamestnancov, prijímateľov a ich
rodín a najmä zo strany štátu. Práve
preto sa XXIII. Odborná konferencia
zamerala na Kvalitu a bezpečnosť
sociálnych služieb a porovnanie po-
žiadaviek s praxou.

KVALITA SOCIÁLNYCH SLUŽIEB V LEGISLATÍVE A PRAXI

Prvý konferenčný deň

Čakajú nás rôzne zmeny v systéme
a ministerstvo preto zriaďuje pracovné
skupiny. Naša Asociácia ako najsil-
nejšie záujmové združenie v sociál-
nych službách má preto v nich svoje
zastúpenie. Aj o týchto pripravovaných
reformách v oblasti sociálnych služieb
prišli zástupcovia ministerstva informo-
vať účastníkov konferencie osobne.
Ako prvá rečníčka predstavila kon-

ceptiu zmien financovania riaditeľka
odboru sociálnych služieb **Mgr. Mária
Machajdíkova**. Plán navrhuje rôzne
zmeny. Od zníženia počtu druhov so-
ciálnych služieb, zrovnoprávnenie ve-
rejných a neverejných poskytovateľov,
možnosť tvorby rezervy alebo ziskov
až po zavedenie nového príspevku na
starostlivosť a mnohé ďalšie.
Generálny riaditeľ Sekcie sociálnej
politiky **JUDr. Ján Gabura** informoval

o pripravovanej reforme posudkovej
činnosti. Jej zámerom je odstránenie
nejednotnosti v posudzovaní zdravot-
ného postihnutia a dlhodobých potrieb
starostlivosti, zrýchlenie a zefektívnenie
posudzovania klienta a zjednodušenie
celého procesu posudzovania, keďže
jeden posudok bude slúžiť na viaceré
účely. Všetky tieto zmeny sú ešte v štá-
diu pripravovaných reforiem a čakajú
na posvätenie nového vedenia rezortu.

Ačko®
Ružomberok

PRVOTRIEDNY SPÁNOK

Prvotriedny spánok už 30 rokov.

Vyrábame textilné výrobky zamerané na zdravý spánok,
s ohľadom na najnovšie technológie, dlhoročné skúsenosti
a zo zdravotne nezávadných materiálov.

Naša výroba ponúka bohatý sortiment textílií, certifikovaných pre
zdravotníctvo a zariadenia sociálnych služieb, ako napríklad:



• **posteľné obliečky** • **paplóny a vankúše** • **uteráky a osušky**

• **matrace** • **matracové chrániče**

nepremokavá úprava

0911 364 320

spisiak@acko.sk

www.acko.sk

Patria zariadenia sociálnych služby medzi subjekty všeobecného hospodárskeho záujmu? Treba vytvoriť minimálne siete v sociálnych službách? Aj o skúsenostiach a rizikách v tejto oblasti prednášal predseda Komisie rady pre sociálnu oblasť Karlovarského kraja, ktorý je zároveň aj poradca prezidenta ČR, **Ing. Pavel Bráborec**. Súčasťou prvej diskusie nielen o týchto témach bola aj **Mgr. Andrea Šinská** zo Sekcie práva a verejného obstarávania MPSVR SR. Sme naozaj radi, že zástupcovia najvyššieho úradu regulujúceho sociálne služby majú záujem a pravidelne nás chodia informovať o aktualitách.

Konferenčné prednášky po prvej diskusii pokračovali témou bezpečnosti. Výsledky hĺbkových kontrol Hasičského a záchranného zboru v zariadeniach sociálnych služieb predstavil vedúci oddelenia všeobecnej štátnej správy z Prezídia HaZZ **plk. Ing. Gabriel Megó**. Na jeho prednášku s praktickými radami ako zvládnuť požiar v zariadeniach sociálnych služieb nadviazal riaditeľ Okresného riaditeľstva HaZZ v Piešťanoch **pplk. Mgr. Zoran Benedikovič**. Oba rečníci si vyslúžili veľkú pozornosť publika, nakoľko otázka bezpečnosti, ktorá často súvisí so stavom budov, je čím ďalej aktuálnejšia. Osobnou bezpečnosťou klienta sa zaoberá aj spoločnosť COMOS. **Mgr. Beáta Chovancová** predstavila signalizačné podložky Warmcare. Tie vďaka novým technológiám pomáhajú proti pádom prijímateľov sociálnej služby. Zvyšujú tak jeho bezpečnosť a aj napriek monitorovaniu nezasahujú do jeho súkromia a tak ho zbytočne neobmedzujú.



Generálny riaditeľ Sekcie sociálnej politiky JUDr. Ján Gabura o reforme posudkovej činnosti



Mgr. Andrea Šinská zo Sekcie práva a verejného obstarávania MPSVR SR



Pavel Bráborec o skúsenostiach a rizikách, ktoré prináša vytvorenie minimálnej siete v sociálnych službách



Konferencia bola úplne vypredaná

Druhý konferenčný deň

Rannému bloku druhého dňa dominovala téma inšpekcii v sociálnych službách. Dobré a zlé skúsenosti z Českej republiky predstavila riaditeľka Odboru inšpekcii, výkonu akreditácií, financovania v oblasti sociálnych služieb, sociálno-právnej ochrany detí MPSV ČR **Mgr. Bc. Emilie Kalová**. Upozornila na úskalia, s ktorými Česká republika zápasí nielen v oblasti inšpekcie, ale celkovo v rámci poskytovania sociálnych služieb.

Na jej prednášku nadviazali aj zástupcovia nášho rezortného ministerstva. **Ing. Ján Hudák** referoval o roku inšpekcie v oblasti sociálnych služieb a právnička odboru stratégie Inšpekcie v sociálnych veciach **JUDr. Jana Mišinová** priblížila správne delikty a ich vplyv na kvalitu sociálnych služieb. Už na minuloročnej konferencii sa poskytovatelia sťažovali na arogantný a neférový prístup „ministerskej kon-

trolu“. Bol to jeden z podnetov vzniku asociačnej „Generálky kvality“. A práve poskytovateľov, u ktorých sme už tento audit vykonali, sme požiadali, aby sa podelili o svoje skúsenosti. Riaditeľka Bethesda Senior Košice **Daniela Albertová** spoločne s kolegyňou **Mgr. Lenkou Kolesárovou** nám urobili výbornú reklamu. Potvrdili, že samotná kontrola môže byť aj príjemná a veľa im dala. A hoci aj asociační audítori sú prísni, vedia poradiť a kontrolovať povinnosti s ľudským prístupom a praktickými radami. O konkrétnych zisteniach z vykonaných generálok kvality hovoril aj odborný garant APSSvSR **PhDr. Marek Sušínska**. Ako praktický vykonávateľ „Generálky kvality“ sa zameriava na všetky štandardy poskytovanej sociálnej služby a s nimi súvisiace povinnosti, preto aj zistenia sú celkom rozsiahle. Od neplnenia účelu a obsahu poskytovania sociálnej služby (teda vízie

a poslania), cez nedostatky v zmluvách a odborných činnostiach, porušovanie ľudských práv a zlé zaobchádzanie s prijímateľmi, až po nevhodné prevádzkové podmienky. Výsledky ministerskej Inšpekcie v sociálnych službách a „Generálok kvality“ APSS v SR jednoznačne ukazujú na nevyhnutnosť určitej formy kontroly. Dôvodom je fakt, že medzi poskytovateľmi sociálnych služieb sú aj takí, u ktorých sa o kvalite poskytovanej sociálnej služby nedá veľmi hovoriť a ich pôsobenie vrhá tmavý tieň na celý sektor. A preto by malo byť záujmom poctivých poskytovateľov sociálnych služieb – ktorých je určite veľká väčšina – aby sa o chybách vedelo a aby sa naprávali a aby nepoctiví v systéme neboli.

Odborné prednášky

Inovatívne riešenia sú výzvou nielen v sociálnych službách. Každý kto

Po druhýkrát sme konferenčne zavítali do Hotela Sitno vo Vyhníach. Viac ako 250 účastníkov, 18 partnerov a vypredané všetky okolité ubytovacie kapacity. Výborná pracovná a spoločenská atmosféra. Opäť sme sa presvedčili, že práve konferencie sú najlepším spôsobom výmeny informácií a riešenia problémov v sociálnych službách. Ďakujeme všetkým za vytvorenie príjemnej atmosféry a už teraz pre vás pripravujeme program tej nasledujúcej. V apríli: 24. 4. – 25. 4. 2024 sa uvidíme vo Vysokých Tatrách. Témou sú „Moderné sociálne služby na Slovensku a v Európe“. Tešíme sa na vás.

v nich pôsobí, si čím ďalej tým viac uvedomuje, že umelá inteligencia je tu a jej vplyv na fungovanie sociálnych služieb bude rásť. Prednášku v tejto oblasti nám predstavila spoločnosť EMM. Jej zástupca **Mgr. Lubomír Sluk** priblížil systém Findemm. Ten umožňuje monitoring vitálnych funkcií prijímateľov, monitoring osôb a predmetov v priestore a tiež navigáciu osôb a predmetov v prostredí. Keďže funguje na báze Bluetooth signálu, umožňuje v reálnom čase určovať polohu osoby

alebo predmetu v interiéri s presnosťou na menej ako jeden meter. Téma inkontinencie sa venovala odborná poradkyňa spoločnosti Kimberly – Clark Depend ČR **Mgr. Marta Korandová**. Zamerala sa na efektívne využitie preskripcie inkontinenčných pomôcok, priniesla poznatky z praxe a priblížila stupne inkontinencie, finančné a kusové limity aj spoluúčasť poistencov pri ich predpisovaní. Samotný záver konferencie patril možnej budúcnosti. Má 110 centimetrov, váži 12 kilogramov a volá sa Robin. Nositeľ emočnej intervencie ponúka prijímateľom zábavu aj vzdelávanie, komunikáciu s okolím a telemedicínsky servis. Zvládne zmerať tlak, tep, hodnotu glykémie a teplotu. Vie sprostredkovať videohovor, tancovať aj rozprávať vtipy. Robot Robin určite nezachráni sociálne služby od nedostatku personálu, avšak umožňuje personálu v sociálnych službách zefektívniť a zároveň uľahčiť ich prácu. Do Vyhní ho priniesli zástupca spoločnosti HIGH TECH PARK **Ing. Petr Panýrek**, a **MUDr. Miloš Dobiáš** z Kliniky anesteziológie, resuscitácie a intenzívnej medicíny 1. lekárskej fakulty Univerzity Karlovej a Všeobecnej fakultnej nemocnici v Prahe.



Beata Chovancová o riziku pádu seniora a jeho následkoch



Ing. Ján Hudák referoval o roku inšpekcie v oblasti sociálnych služieb



Garant kvality APSS v SR PhDr. Marek Sušínska o výsledkoch Generálok kvality



Riaditeľka Odboru inšpekcii MPSV ČR Mgr. Bc. Emilie Kalová



Riaditeľka odboru sociálnych služieb Mgr. Mária Machajdíkovičová predstavila zmeny financovania

Exkluzívni partneri

Naša veľká vďaka patrí partnerom. Bez nich by usporiadanie konferencií bolo finančne veľmi náročné a kvalita najmä kongresových priestorov oveľa nižšia. Exkluzivitu si v Sitne zobrali pod krídla 4 spoločnosti – Christeysns, EMM, Comos a generálny partner APSS v SR Kimberly – Clark Depend. Výrobca a dodávateľ pracích prostriedkov ale aj procesov prania spoločnosť **Christeysns** je s nami už ostatné 3 roky a vždy priláka veľa účastníkov. O ich (nepredajné) aviváže je vždy veľký záujem. **Kimberly Clark – Depend** opäť priniesli svoje inkontinenčné produkty, ale zabezpečili aj jednu z prednášok o novinkách v tejto oblasti. Nováčikmi medzi partnermi boli spoločnosti Comos a EMM. Spoločnosť **Comos** predstavila škálu produktov, ktoré fyzicky ochraňujú rizikových klientov a seniorov pred pádom a zatúlaním sa. Ich fungovanie nám predviedli aj v rámci prednášky. Spoločnosť **EMM** vstupuje do sociálnych služieb s predstavením potreby inovatívnych riešení a ich vývoja. Ani náš sektor sa nevyhne aktualizácii a zefektívneniu fungovania a nároky na jeho softvérovú a hardvérovú náročnosť budú iba stúpať.

Partneri

Už po niekoľkýkrát k nám na konferenciu zavítali vždy usmiate dámy zo spoločnosti **2P Servis**. Ich kvalitné oblečenie, topánky a doplnky výrazne skrášľujú ale aj sfunkčňujú výbavu



Diskutovalo sa aj počas prestávok

našich zariadení. Veľkokapacitným práním sa zaoberá spoločnosť **Salesianer Miettex**. Aj napriek tomu, že sociálne služby nie sú ich primárnym biznis prostredím, na konferenciách s nimi vždy môžeme počítať. Tento rok priniesli „mačku vo vreci“. Partnermi, ktorí nikdy na našich konferenciách nechýbajú sú spoločnosti **Professional Support** a **Cleaning**. Opäť sme im dokázali splniť ich podmienku – mať stánky vedľa seba. Obe spoločnosti majú produkty v oblasti čistoty a prania. Profesionálnou hygienou a čistotou sa zaoberá aj

spoločnosť **Belt**. Na našej konferencii sa zúčastnila prvýkrát a veríme, že jej prítomnosť sa bude opakovať. Veľká účasť a výborné spomienky na jarnú konferenciu a informácie o množstve prihlásených účastníkov opäť prilákali aj spoločnosť **Áčko**. Ružomberčania priniesli svoj kvalitný textil, oblečky, vankúše či paplóny. Oblasť sociálnych služieb a naše konferencie si nevieme predstaviť ani bez spoločnosti **Hartmann – Rico**. Ich široké spektrum produktov zahŕňa pomôcky na inkontinenciu, kompresívnu a podpornú terapiu, ošetrovanie rán až po dezinfekciu a hygienu. V podobnom sektore pôsobí aj náš ďalší partner – spoločnosť **TZMO**. Sme veľmi radi, že sa k nám na konferenciu opäť vrátili a veríme, že spolupráca spoločnosti a APSS v SR minimálne v oblasti konferencií bude pokračovať. Žiadna z našich konferencií sa nezaobíde bez ponuky produktov v oblasti zdravotníckych lôžok alebo antidekubitných matracov. Do Vyhní svoje produkty prišla opäť predstaviť spoločnosť **Artspect** ako certifikovaný distribútor spoločnosti Linet Group. Špičkové a špecializované zdravotnícke prístroje má vo svojej ponuke spoločnosť **Proomedent**. Na konferencii prezentovali najmä rehabilitačné prístroje, motodlahy či kyslíkové koncentráto. Zaujímavým faktom je, že ich ponuka zahŕňa aj nielen možnosť kúpy ale aj prenájmu týchto prístrojov.

Všadeprítomná ekologická stopa sa dostáva samozrejme aj do nášho sektora. Aj poskytovatelia sociálnych služieb majú záujem zapojiť sa do udržateľnej ochrany životného prostredia. Ako na to nám ukázala spoločnosť Dekos a jej prístroj na kompostovanie. Ak pracujete v sociálnych službách musíte poznať produkt Cygnus. Práve ten a najmä informácie o novinkách prináša **Peter Kubín** so spoločnosti **Iresoft**. Inovatívne riešenia si so sebou priniesla aj spoločnosť **Galileo Corporation**. Je najmä veľkým partnerom pre samosprávy a príspevkové organizácie, ale už aj svet sociálnych služieb si vyžaduje ich produkty – od kvalitných webových stránok až po komunikačné riešenia. Špeciálne poďakovanie patrí aj spoločnosti **ProCleanlife**. Zástupcovia spoločnosti, ktorá pôsobí v oblasti čistoty a upratovania sa síce nemohli osobne zúčastniť na konferencii, ale napriek tomu ju partnersky podporili. Veríme, že tá ďalšia v Starom Smokovci im už nebude kolidovať so žiadnymi aktivitami.

Marek Sušinka, Juraj Mikloš



Vedúci oddelenia všeobecnej štátnej správy z Prezídia HaZZ plk. Ing. Gabriel Megó predstavil výsledky hĺbkových kontrol



pplk. Mgr. Zoran Benedikovič – ako zvládnuť požiar v zariadeniach



Reálne skúsenosti s audítmí prezentovali riaditeľka Bethesda Senior Košice Daniela Albertová spoločne s kolegyňou Mgr. Lenkou Kolesárovou



Robin veľmi zaujal aj predsedníčku APSS v SR a moderátorku konferencie, Annu Ghannamovú



Zástupca spoločnosti EMM s víťazkou tabletu a predsedníčkou APSS v SR



Zuzana Šebová,
ambasádorka DS 2023

Pre rok 2023 ste boli oslovená na pozíciu ambasádorky Národnej ceny starostlivosti Dobré Srdce. Prečo ste povedali áno?

Súčasťou projektu som sa stala najmä preto lebo ho poznám. Myslím si, že je veľmi dôležité týchto takzvaných tichých ľudí, ktorých možno nikto nevidí, snáď len klienti a ich rodinní príslušníci, ukázať a hovoriť o nich. Sú veľmi dôležití. Starajú sa o ľudí v tých najťažších chvíľach, kedy povedzme si na rovinu, ich rodina alebo ich najbližší toho nie sú schopní, aj keď určite by to radi urobili. Ale často sú v ťažkej situácii a nemôžu si to dovoliť z časového hľadiska, musia chodiť do práce a nedokážu zabezpečiť odbornú 24 hodinovú starostlivosť, ktorú takíto ľudia potrebujú. Preto potom musia umiestniť svojich blízkych do zariadení. Tam sa chvalabohu stretávajú väčšinou s úžasnými ľuďmi, ktorých obetavosť z môjho pohľadu nemá hraníc. Keď sme nahrávali komentáre k jednotlivým dokrútkam, musela som si dať pauzu a vyplakať sa, pretože ma neskutočne dojali samotné príbehy nominantov. Osudy ich samotných veľakrát neboli ľahké



pri vykonávaní takejto práce a preto je pre mňa nesmierne obdivuhodná.

Čo vás oslovilo na tomto projekte?

Veľmi ma potešilo, že vôbec existuje nominačný večer tohto typu pretože títo ľudia sú možno naozaj pre niekoho neviditeľní, ale bez nich by sme sa neobišli. Pretože ak by sme nemali ľudí ochotných vykonávať túto prácu, tak by to viaceré rodiny mali i veľmi ťažké a tie príbehy by skončili až tragicky. Je nádherné, že sa na týchto ľuďoch myslí, že sa o nich nakrúti dokrútky, že ich môžu vidieť iní ľudia, ktorí si možno z nich zoberú inšpiráciu, pretože tá pokora, ktorá išla z tých dokrútok, to ako tí ľudia vnímajú skromne svoju prácu, to ma nesmierne dojímalo. A som veľmi šťastná, že takíto ľudia mohli aspoň jeden večer ísť do popredia a mohli byť ukázaní a predstavení verejnosti a myslím si, že sú veľkou inšpiráciou pre nás všetkých. Určite všetci pracujeme s láskou a každý z nás svojej práci už niečo dal, ale obeta, ktorú robia oni, tá nepozná hraníc. Vytvorí si krásny vzťah k cudzím ľuďom, na to treba obrovskú dávku empatie a títo ľudia ju majú v nekonečných množstvách.

Sledovali ste niektorú z predošlých edícií? Máte osobné skúsenosti so sociálnymi službami?

Úplne presne neviem, ktorý ročník som videla naposledy. Pamätám si ale, že už vtedy ma veľmi potešilo, že na týchto ľuďoch niekto myslí. Skoro každý z nás sa už s niektorým dostal do kontaktu. Aj my sme mali starú mamu umiestnenú v zariadení - v domove pre seniorov. Zakaždým keď sme ju

v takomto programe, tak ma prenos Galavečera utvrdil, že ich to veľmi potešilo. A veľmi ich potešilo, že boli niekde vyzdvihnutí a možno keď im bude niekedy ťažšie, alebo už nebudú vládnuť, alebo budú mať pocit, že nie sú dostatočne finančne ohodnotení za to čo robia, lebo určite aj toto je veľakrát problém, tak si možno spomenú na tento večer, kedy sme všetci k nim vzhliadali a tleskali im. Oni boli hviezdy toho večera, a nikto z nás nevie odhadnúť či niekto niekoho z nich nebude potrebovať a či sa o niekoho z nás títo ľudia nebudú raz starať. Preto si musíme veľmi vážiť a som šťastná, že existuje asociácia, ktorá im takýto krásny večer dopriala. Veď každého z nás poteší spätná väzba a každého to zahreje na srdci, keď vieš, ako aj iní ľudia vidia, keď sa veľmi sa snažíš robiť svoju prácu poctivo a s láskou.

Branislav Gotthard,
režisér profilových videí (dokrútok)



Čím vás projekt Dobré Srdce oslovil?

Hodnotu tohto projektu vytvárajú ľudia, o ktorých tento projekt je. Ľudia ktorých spoznáваме, počúvame, nakrúcame... Ľudia, ktorí často nahrádzajú synov, dcéry, kňazov, psychológov, partnerov, ba i lekárov... Ľudia, ktorí sú ochotní pracovať za málo peňazí, no žijú naplnený život. Preto ma tento projekt oslovil.

V pozícii režiséra a tvorca profilových videí už pôsobíte 3 roky? Čo vás najviac baví na tvorbe týchto videí?

Celý rok sa venujem umeniu, hudbe, nakrúcam najmä s hudobníkmi, venujem sa rôznym témam, študujem výrobu a reštaurovanie hudobných nástrojov, atď. a potom príde leto, kedy nastane moje zastavenie a skrz projekt Dobré srdce, duševná očista a zamyslenie sa nad sebou, životom,... Je to moja každoročná vnútorná spoveď. Sú to stretnutia s hodnotnými ľuďmi a to je to, čo má pre mňa zmysel.

Nestalo sa to pre vás ešte rutinou? Viete vždy nájsť spôsob iného prístupu ku každému príbehu?

Môj prístup je vždy úplne rovnaký. Byť úprimný, pravdivý, počúvať a nebať sa odhaliť samého seba. Ak je vzťah s človekom postavený na úprimnosti, tak sa cíti bezpečne a dôveruje vám, rovnako ako vy jemu. Až potom je možné začať nakrúcať, pýtať sa tak získavať úprimné a pravdivé informácie, emócie,... Každý životný príbeh je zaujímavý. Dôležité je ho v človeku objaviť a pre mňa to ide iba úprimnosťou.

Pamätáte si nejaký príbeh alebo aj viac príbehov, ktoré vám utkveli v pamäti, prípadne vo vás vyvolali silné emócie?

Pamätám si... Od smrti môjho starého otca ma veľmi zaujíma téma smrti. Bol to môj veľmi blízky človek a po jeho odchode som mal veľmi zvláštny pocit konečnosti, pocit smútku, no zároveň veľmi pokojný pocit z ukončenia všetkých jeho

zámerov a následného pokojného odchodu. Počas nakrúcania Dobrého srdca, sme sa stretli s paňou, ktorá bola známa ako „vyprevádzачka“ na druhý svet. Všetci v okolí ju takto poznali. Veľmi presne si pamätám jej vetu: Netreba sa smrti báť, vyprevadila som už toľko ľudí a bolo to krásne. Držím ich za ruku, poviem im, že spolu to dáme. Viete, nikto nechce umierať sám. Chce byť s niekým a cítiť podporu, rovnako ako počas života. Po príchode domov z tohto nakrúcania sa mi o pár dní narodila dcéra Adela. Držíme sa za ruku.

Áké máte osobné skúsenosti s fungovaním sociálnych služieb na Slovensku?

Nemal som žiadne skúsenosti. Cez dobré srdce sa o nich dozvedám viac a viac.

Ladislav Halama,
režisér Galavečera



Čím vás projekt Národnej ceny starostlivosti Dobré Srdce oslovil?

Ak by som to mal povedať dvomi slovami tak ľudskosťou a emocionalitou. Ľudskosť je tu prezentovaná v každom rozmere, najmä príbehmi ktoré prinášajú nominovaní v jednotlivých kategóriách. Všetko sú to ľudia, ktorí odovzdávajú svoje ruky i srdce odkazným. A emocionalitu – citovosť a citlivosť – sa snažíme

vniesť do realizácie projektu najmä prostredníctvom osobností – účinkujúcich umelcov, ktorí vystúpia na pódium. Sledujeme aký je ich vzťah k charitatívnym aktivitám, aký je ich vzťah k prostrediu pre ktoré majú vystúpiť a aký je kontext, obsah samotného umeleckého vystúpenia, ktoré prinášajú na pódium. Prelínanie týchto dvoch aspektov prináša do programu, ale aj do samotnej realizácie veľmi silnú emóciu – a ak túto emóciu zachytí a vníma aj divák, to tvorcovi poskytuje výnimočnú satisfakciu. Takže ľudskosť a emocionalita sú dva základné momenty, ktoré som pri oboch ročníkoch v spolupráci s celým tímom vnímal ako najpodstatnejšie a ich sprostredkovanie pre diváka sa stalo pre nás hlavným cieľom.

Režirovali ste ostatné dva ročníky – čím boli pre vás odlišné a aké zmeny pripravíte pre nový ročník?

Zmeny medzi predchádzajúcim a tohtoročným oceňovaním na prvý pohľad asi neboli veľké. Ale v spolupráci s kolegom Braňom Gotthartom – režisérom nominačných dokrútok, ktorý ich nasnímal a zosťrihal a výrazne prispel ku kvalite programu - sme sa snažili odlišiť charakter dokrútok. Tak vznikol nový vizuál cez ktorý sme sa snažili nazrieť do prostredia našich nominovaných. Bolo to pôsobivé „ozvláštnenie“. Takisto boli drobné úpravy v štruktúre scenára, ktoré urobila v scenári programu scenáristka Barbara Štubňová. Výraznejším posunom a odlišnosťou bol väčší dôraz na obrazovú kvalitu prostredníctvom scénografie, svetelného dizajnu a dynamiky snímania, ktoré priniesol hlavný kame-

NÁRODNÁ CENY STAROSTLIVOSTI – DOBRÉ SRDCE ANKETA S TVORCAMI



DOBRÉ SRDCE
Národná cena starostlivosti

a oni sami by veľakrát potrebovali pomoc, ale napriek svojim ťažkým príbehom sa dokážu ako keby pozrieť zoči – voči problémom iných a obetavo sa o nich starať a dávať im lásku, pochopenie a nekonečnú trpezlivosť. To všetko potrebujú

prišli navštíviť, tí ľudia sa k nám správali ako k rodine. Bolo to vždy veľmi veľmi príjemné a keď sme odtiaľ odchádzali tak som si hovorila, že verím, že v každom zariadení je to takto. Aj vďaka tým nominačným dokrútkam som sa naozaj utvrdila v takomto vnímaní sveta slovenských sociálnych služieb. Nie je všetko čierne, aj keď veľakrát mám pocit, že táto spoločnosť už ide do záhuby a mnohí naozaj

už len robia zle, hejtujú a kritizujú. Tam niekde v týchto zariadeniach sú ľudia, ktorí majú na prvom mieste toho klienta. Možno o nás, hercoch, sa hovorí, že máme radi pozornosť a určite je na tom niečo pravdy, inak by sme asi neboli schopní odbúrať stres a trému a vystúpiť pred ľuďmi. Takisto si myslím, že aj keď títo ľudia zo začiatku možno mali pocit, že o nich nič netreba hovoriť a oni si nezaslúžia miesto

Anna Ghaannamová,
Autorka Národnej ceny starostlivosti – Dobré srdce

„4 ročníky Dobrého Srdca máme za sebou a povedala by som, že tie „detské“ choroby televíznych projektov sú už za nami. Som veľmi rada a vidím ako sa postupne program a celá problematika sociálnych služieb aj vďaka tomuto projektu stávajú premiérovskou témou aj témou v spoločnosti. Pri realizácii projektu som sa stretla s množstvom kreatívnych a úžasných ľudí, ktorí mojej prvotnej myšlienke dali reálny obraz. Verím, že ďalšie ročníky ešte viac otvoria svet sociálnych služieb nielen tým, ktorí ho potrebujú, ale aj mladým ľuďom, ktorých súrne potrebujeme v sociálnych službách. Tajne dúfam, že prácu v pomáhajúcich profesiách budú raz považovať za svoj profesijný cieľ. Veľmi sa teším na ďalšie ročníky a prácu nášho tímu, na nové silné zážitky a emócie, ktoré celej verejnosti znova prinesieme.“

raman Adam Duša. To všetko prispelo k tomu, že napriek výraznejšie limitovávam rozpočtovým zdrojom prebehla realizácia akosi hladšie ako v predchádzajúcom ročníku. Možno preto, že sme sa pohybovali v rovnakom priestore o niečo šikovnejšie a o niečo efektívnejšie, a že celý tím mal za sebou minuloročnú skúsenosť. Ak sa teda podarí naplniť plány ktoré sme si načrtli po tomto ročníku, mali by sme inovovať najmä grafický vizuál a scénografický koncept. Do akej miery budeme úspešní závisí však aj na možnostiach oboch koproducentov – RTVS a APSS v SR.

Čo vás najviac baví na tvorbe tohto projektu?

Asi tvorivé vstupy všetkých členov realizačného tímu - ten proces prípravy je dosť komplexný predchádza mu viacero stretnutí na ktorých sa rieši obsahová, vizuálna ale aj rozpočtová stránka celého podujatia. Myslím si že kolektívny prístup k tvorbe scenára umožňuje, že pri samotnej realizácii nám to už potom ide relatívne jednoducho. Preto som schopný pri tom veľmi dynamickom dvojdňovom realizačnom termíne akoby už mať všetko jasné a zostáva vlastne len doplniť ľudí na ich pozície preveriť súhrn na jednej skúške a jednej generálke.

Máte za sebou veľa rôznych projektov, aj podobného charakteru – teda odovzdávanie cien. Je niečo čím je Dobré Srdce odlišné?

Najmä tým, že našou hlavnou ambíciou je prostredníctvom silnej emócie ktorú prinášame v nominačných príspevkoch a vo vystúpeniach našich hostí, upozorniť verejnosť na priestor, ktorý je často akosi obchádzaný a zriedka mu venujeme pozornosť. Priestor, v ktorom sa pohybuje každý, kto sa dostal do situácie, že hľadá pomoc či už v rámci

rodinných situácií, alebo pri zdravotných komplikáciách. Tieto súvislosti nám v každodennom nekonečnom zhone a strese častokrát unikajú a sme zaskočení ich zvyčajnou, naliehavosťou a neodvratnosťou. Je výnimočné vidieť odrazu - vo svetle reflektorov na pódiu - ľudí, ktorí denne otvárajú svoje srdce a ponúkajú ho všetkým odkázaným. Takpovediac vidieť a sprostredkovať veľkodušnosť.

Aké máte osobné skúsenosti s fungovaním sociálnych služieb na Slovensku?

Práve moja osobná skúsenosť mi umožnila porozumieť danej problematike. Tá bola veľmi a aj je stále veľmi intenzívna. Pred zhruba tromi rokmi som začal riešiť odkázanosť mojich rodičov na pomoc a stretol som sa s neuveriteľnou ochotou, ústretovosťou a kvalitou v konkrétnom sociálnom zariadení. Ide o Dom seniorov Karolína v Cíferi, kde sa mi podarilo nájsť bezpečné a príjemné útočisko – v podstate z mesiac na mesiac – pre oboch rodičov, napriek ich odlišnej zdravotnej diagnóze a miere odkázanosti. Stretol som sa tam s výnimočnými ľuďmi, s kolektívom pozorného a starostlivého personálu pod vedením riaditeľky p. Marty Novickej. Príkladne sa postarali o moju mamu a otec, ktorý je v zariadení už viac ako dva roky, tu našiel nový domov a cíti sa tam veľmi dobre. Pri každej návšteve a v každom jednom telefonáte ma uistuje, že je to teraz jeho nový domov a je tam veľmi spokojný. Hovorí, že ľudia ktorí ho obklopujú sú k nemu veľmi dobrí a pomáhajú mu prežívať jeho dni v spokojnosti. Poznajú túto situáciu z osobnej skúsenosti mi dáva ďalší rozmer a motiváciu pri práci pre APSS v SR a Dobré srdce – teraz i v budúcnosti.

Spracoval Juraj Mikloš

Martin Nikodým, moderátor Galavečera

Galavečerov podobného typu máte za sebou veľa. Čím je tento projekt iný?

Podobných Galavečerov som moderoval desiatky, ale tento bol zvláštny. Mal som pocit, že sa tam stretávam s mimoriadne skromnými ľuďmi. Takými, čo robia veľkú prácu a sú príjemne prekvapení z toho, že si niekto vôbec všimol a rozhodol sa ju aj oceniť. Ten najdôležitejší odkaz tohto projektu je, že sú tu ľudia, ktorí pracujú každý jeden boží deň a možno sa takýmto spôsobom ešte nikdy nedočkali uznania. Práve týmto je toto podujatie pre mňa výnimočné. Zároveň musím povedať, že som veľmi rád, že sa na programe zúčastňujú aj ľudia z verejného života, zo samosprávy, z ministerstiev a teda, že si uvedomujú, aká dôležitá je toto téma. Lebo ak budeme mať šťastie, tak všetci jedného dňa zostaneme.

Vás tento projekt oslovil?

Oslovila ma Anka Ghannamová a nakoľko som pre ňu už odmoderoval X podujatí a robili rôzne veci, tak som povedal áno. Napríklad keď sme sa snažili dostať jedno tak trochu unesené dieťa z Egypta. Takže keď ma oslovila, nemal som problém jej povedať, že do toho idem.

Máte nejaké skúsenosti s fungovaním sociálnych služieb na Slovensku?

Mám a je to veľmi osobný príbeh. Počas jednej zo spomínaných spoluprác sa môjmu otcovi priťažilo a musel ísť do nemocnice. Vtedy som pochopil, že sa blíži pomaličky koniec. Tak som si chcel otca zobrať domov. Avšak Anka ma odhovarila. Povedala mi jasne, aby som ho nechal na starosť profesionálom, ľuďom, ktorí vedia čo robia. Že inak sa budem trápiť a budem z toho unavený. Mala pravdu. Ja som im ho dal do rúk a oni ho postupne pripravili na to čo vlastne prichádza. A to odprevádzanie človeka som si aj vďaka ľuďom, ktorí pracujú v sociálnych službách neporovnateľne užil, aj keď to nie je asi to správne slovo. Ono to skončilo tak, že ten otec sa so mnou rozlúčil a aj napriek tomu, že je to bolestivá situácia, ja som sa už len usmieval, lebo odišiel v mieri a v pokoji a stihli sme si všetko porozprávať. Každému by som to doprial, aby takýto zážitok mal a značnú mieru na tom majú práve tí ľudia z toho zariadenia, kde sa o otca v závere života odborné postarali a ja som sa mohol venovať len a len jemu.



SYSTÉM PREDCHÁDZANIA PÁDU SENIOROV WARMCARE

Produkty Warmcare sú senzorové zariadenia, ktoré pomáhajú predchádzať pádom či vážnym úrazom pri pacientoch trpiacich demenciou, Alzheimerovou chorobou, alebo Parkinsonovou chorobou. Zariadenia fungujú na systéme bezdrôtových senzorových podložiek, ktoré je možné umiestniť vedľa postele, na posteľ, do kresla, prípadne ku prahu dverí.



Senzorové podložky vysielajú signál do prijímača, ktorý zvukovým signálom informuje opatrovateľa, že pacient/klient opúšťa lôžko alebo sedačku. Máme tak reálne možnosť, aby sme zabránili pádu alebo predišli úrazu. Zariadenie je vhodné pre pacientov/klientov, ktorí sú opatrovaní v domácej starostlivosti, ako aj pre profesionálne zariadenia sociálnych služieb s veľkým počtom klientov.



Naskenuj a pozri VIDEO o produkte.



“Pomáhame tým najzraniteľnejším a seniorom s prihliadaním na dodržiavanie ľudských práv a slobôd.”



Senzorové, bezdrôtové monitorovacie podložky.

Comos
Výhradný distribútor produktov Warmcare pre Slovensko a Českú republiku

Dýchacia gymnastika je súbor cvičení, ktorej cieľom je rozvíjať a prehĺbovať dýchanie. Zároveň posilňovať dýchacie svaly, zlepšovať pohyblivosť hrudníka, prekonávať úzkosť a nepokoj. Má viacero foriem a polôh realizácie. K vertikálnej polohe patrí sed a stoj. Horizontálna zahŕňa ľah na boku, bruchu a chrbte. Forma je základná alebo špeciálna. **Základná forma dýchania je v prirodzenom rytme bez usmerňovania.**

Špeciálne formy delíme na:

- celkové statické dýchanie bez pohybu tela s účasťou iba dýchacích svalov, brušnej steny a bránice
- celkové dynamické dýchanie s pohybovou účasťou jednotlivých častí tela
- lokalizované dýchanie do určitých častí pľúc

Vo svojej praxi používam všetky dostupné techniky a formy to v závislosti od mentálnej úrovne a pridružených ochorení či vrodených porúch prijímateľa. Nesmierne dôležitá je spolupráca nakoľko od nej sa odvíja môj spôsob prístupu.

Stoj a sed využívam pri každodennom cvičení hlavne kondičnom, kde je pochopenie klientov dostačujúce a mne stačí slovné viesť názornú ukážku. Po úvodnej rozcvičke so zahriatím tela, ktoré slúži na hlboké vydýchanie začíname dynamickým dýchaním. Celé zladujeme s pohybom hlavy, rúk i dolných končatín. Množstvo cvikov obmieňam aby som udržala pozornosť. Spestrením pre našich prijímateľov je presun do



me oddychovať a pozornosť venujeme iba plnému dychu. To znamená naplniť vzduchom najprv oblasť brucha, potom hrudníka až do úrovne kľúčnych kostí. V rovnakom poradí vydychujeme. Frekvenciu znižujeme na päť až troj sekundové intervaly. Vtedy je proces výmeny plynov najoptimálnejší.

U ľudí s úzkostnými stavmi, depresiami a celkovým nepokojom je veľmi ťažké udržať pomalý rytmus. Na jeho udržanie využívam sprievodnú hudobnú relaxáciu v ľahu. Melódie upokojujú a ja ich hlasným fúkaním „nútim“ kopírovať môj dych pričom ho úmyselne spomaľujem. Nikdy to nejde na prvýkrát ale opakovaním sa mi podarilo dosiahnuť, že aj klienti s hyperkinetickými poruchami dokážu ležať pokojne bez pohybu končatín.

Často využívam predstavivosť klienta. Táto technika navodzuje stav ako vydychovanie cez slamku, teda pomaly a čo najdlhšie. Iným spôsobom je, keď po nádychu nasledujú tri prudké výdychy. Pískame, vyfukujeme hlásky, fúkame balóny a iné. Striedavé prevaľovanie vzduchu realizujeme pritlačením pravého nosného krídla palcom a nadychujeme ľavou dierkou 3s. Potom upcháme ľavú stranu dvoma prstami a vydychujeme pravou dierkou ale dvakrát dlhšie. Na strane výdychu sa opäť nadýchame. Takto to striedame aspoň desaťkrát.

Medzi týmito cvičeniami môžeme vložiť zadržanie dychu, ktoré zlepšuje zásobovanie v koncových častiach organizmu. Stále mám na zreteli individualitu klienta. Ak cvičím s nepočujúcim posadím si ho oproti sebe aby sme si videli do tváre. Výraznou mimikou a nadúvaním líc nabádam k napodobňovaniu. Moje smiešne grimasy napokon zaberú a ja dosiahnem spoluprácu. U prijímateľov s hlbokou mentálnou retardáciou však často aj takáto snaha úplne zlyháva. Cielenu gymnastiku nie je možné realizovať, avšak dá sa použiť bazálna stimulácia dýchania, čiže zladenie krúživých pohybov rúk s dychovým rytmom. Treťou špeciálnou formou dýchania je tzv. lokalizované. Pri ňom rozvíjame jednotlivé časti pľúc priložením dlane s miernym odporom proti pohybu hrudníka. Poznáme horné hrudné, stredné hrudné, bránicové,

postranné, zadné hrudné. Využíva sa pri chronických pľúcnych ochoreniach, skoliózach, kyfozách, deformitách hrudníka, zlomeninách rebier a mnohých ďalších diagnózach. Táto forma je prísne individuálna a je veľmi dôležitá pre ležiacich, pretože pomáha predchádzať respiračným ochoreniam. Časť našich prijímateľov je kvôli kombinácii telesného a mentálneho postihnutia pripútaná lôžko. Postihnutia sú natoľko závažné, že so spoluprácou nerátam. Vekom sa zhoršujú deformácie hrudníka i končatín, ktoré vznikajú nepomerom rastu kostí a svalov. Sú i takí, kde došlo k extrémnemu splošteniu hrudného koša. Aj napriek tomu hľadám spôsoby pomoci ako by to šlo. V týchto prípadoch aplikujem pomocné terapie ako masáže a elektroliečbu. Polohovanie na boku je možné iba ak ich v tejto pozícii pridržavam a zároveň vyťahujem hornú končatinu, tak aby sa hrudník natiahol a uvoľnil priestor základnému dýchaniu. Po otočení na brucho pridávam naklepávanie, vibrácie hrudníka na podporu vykašliavania. Počas cvičení si treba všimnúť aké ťažké je pre niektorých dýchať nosom. Dýchanie iba cez otvorené ústa je nesprávne a z dlhodobého hľadiska oslabuje zdravie. Pridružujú sa chrápanie, spánkové apnoe, paradontitída, zvýšený tep a tlak. Keď som začínala v nemocnici, stretávala som sa s touto formou iba u starších pacientov. Namáhavo plytko dýchali v predklonenom sede. Vtedy som celkom nerozumela ich neschopnosti dýchať správne. Považovala som to za nedostatočnú snahu. Ale skúsenosti nás učia chápať. Skutočnosť, že funkcia pľúc nie je samozrejmosťou, sme si hlboko uvedomili v čase Covidovej krízy, ktorá poznamenala naše zdravie i životy. Dôsledky prekonaných vírusových ochorení pociťujeme na sebe doteraz. Aj u mňa sa to prejavuje ťažším dýchaním pri záťaži a lapaním po dychu počas rozprávania.

Katarína Čečotová

CESTA DYCHU

CELOSVEŤOVÝM TRENDOM VO VŠETKÝCH OBLASTIACH ŽIVOTA JE HĽADANIE NOVÝCH POSTUPOV, SPÔSOBOV ČI TECHNÍK. OTÁZKOU JE VŠAK ČI SÚ NAOZAJ POTREBNÉ ALEBO NÁS VZĎALUJÚ OD PODSTATY? ZO SKÚSENOSTÍ Z MOJEJ FYZIOTERAPEUTICKEJ PRAXI MÔŽEM POVEDAŤ LEN JEDINÉ „JE ČAS VRÁTIŤ SA K ZÁKLADOM, KTORÉ SÚ PRIRODZENÉ ĽUDSKÉMU, NA KTORÉ VŠAK ČASTO ZABÚDAME A NEVENUJEME IM POZORNOSŤ“. A PRÁVE ZA TAKÚ OBLASŤ POVAŽUJEM AJ DÝCHANIE. CESTA DYCHU ZAČÍNA ÚPLNE PRVÝM SAMOSTATNÝM NAPLNENÍM PĽÚC. NIE JE TO LEN NÁDYCHOVÝ A VÝDYCHOVÝ AUTOMATIZMUS, KTORÝ SA DEJE SÁM. VIEME HO MENIŤ, PRISPÔSOBOVAŤ, ZADRŽAŤ ČI LOKALIZOVAŤ.

prírody, kde aktívnu chôdzou na čerstvom vzduchu prirodzene podporujem dýchanie. Oni to oceňujú a neraz sa mi stáva, že po príchode do práce ako prvá padne otázka: „Pôjdeme dnes do lesa?“ Začiatky boli naozaj ťažké. Už v mierom kopčeku nevládali. Museli si sadnúť, poniektorí aj ľahli úplne vyčerpaní. Pokrok je počuteľný tichším dychom, zlepšenou výdržou. Metre pribúdajú a mne stačí robiť prestávky počas ktorých si rozprávame o vnímaných vôňach. Spokojnosť prejavujú aj odmietaním návratu a to sa mi v začiatkoch nestávalo. Únava sa tak či tak po určitom čase dostaví a vtedy príde na rad statické dýchanie. Posadíme si do tureckého sedu alebo na FIT lopty. Telo už nechá-

Krehkosť organizmu nás donúti premýšľať. Nemusí to byť nič zložité len sa vrátiť k podstate. Trošku sa potrápiť a nútiť pľúca i všetky svaly zúčastňujúce sa tohto procesu pracovať. Začať deň hlbokým dýchaním pri otvorenom okne napr. aj spoločne s prijímateľmi. Chladnejší čerstvý vzduch nás podvedome nabáda nasať čo najviac. Stačí pár minút, ktoré venujeme sebe a tie sa nám vrátia v podobe vitality, prílevu energie a úsmevu.

PANI LÝDIA MUSÍ ČELIŤ TOMU NAJHORŠIEMU, ČO SA RODIČOVI MÔŽE STAŤ. PREŽILA VLASTNÚ DCÉRU. JEJ MARTINKA MALA LEN 45 ROKOV, KEĎ VYDÝCHLA NAPOSLEDY. ZNIČILO JU ŤAŽKÉ ONKOLOGICKÉ OCHORENIE. „JE TO UŽ VYŠE ROKA, ALE STÁLE SA MI O NEJ ŤAŽKO HOVORÍ,“ ZLOMÍ SA PANI LÝDII HLAS A POKRAČUJE AŽ PO PRESTÁVKE. „MARTINKA BOLA VEĽMI DOBRÁ, TICHÁ, DOBROSŔDEČNÁ, VŠETKÝM POMÁHALA. PRACOVALA AKO OPATROVATEĽKA SENIOROV A VEĽMI CHCELA ŽIŤ,“ DODÁVA JEJ MAMIČKA.

Mladá žena dostala mimoriadne agresívnu formu rakoviny prsníka a aj keď sa jej milujúca rodina snažila urobiť všetko preto, aby ju zachránila, nepodarilo sa to. Napriek liečbe, ktorú podstupovala, metastázy zasiahli mozog. „Keď sa zistilo, že má nádory aj v hlave, zobrali ju do Trenčína na ožarovanie. Bolo

lieky, ktoré jej pomáhali zvládať bolesti a nevoľnosti, takmer okamžite sa jej uľavilo. Tím Mobilného hospicu Sv. Lujzy k nim chodil každý deň, promptne reagoval na rýchlo sa meniaci stav chorej dcéry, ale tiež empaticky pripravoval rodinu na blížiaci sa koniec. „Reagovali aj na naše požiadavky. Napríklad sa ma spýtali, či chceme,

VÄČŠINA ĽUDÍ CHCE UMIERAŤ DOMA

PREČO JE TO NA SLOVENSKU STÁLE PROBLÉM?

vidno, že ten nádor jej tlačí na dôležitú centrá, ťažko sa jej rozprávalo, ale po ožarovaní sa jej stav trochu zlepšil. Bolo to však len na chvíľku, po čase sa sťažovala, že nevláda ani chodiť. Keď sme ju priviezli domov, neprešla už ani na WC, tak sme ju s manželom nosili na rukách,“ spomína pani Lýdia na najhoršie chvíle vo svojom živote.

Posledné dni

Rodina sa úplnou náhodou dozvedela, že v Prievidzi je k dispozícii mobilný hospic, ktorý im môže pomôcť so starostlivosťou. Rýchlosť, akou jeho odborníci zareagovali pani Lýdiu prekvapila. V priebehu hodiny bol u nich lekár a sestrička, Martinke nastavili

aby dcéra dostávala lieky na spanie aj počas dňa. To sme odmietli, pretože sme chceli byť čo najviac spolu, kým sa to dá.“ Mobilný hospic napokon rodina využila iba mesiac, dcérin stav sa rapídne zhoršoval. „Som veľmi vďačná, že nám pomáhali, lepšie sa nám v našej situácii ani nemohlo stať. Dala by som im aj modré z neba. Neviem si predstaviť, ako by sme to zvládali bez nich. Martinka bola taká šťastná, že je doma, každý deň nám ďakovala,“ spomína užialená mama.

Pomoc od Sv. Lujzy

Mobilných hospicov je na Slovensku veľmi málo. Rodina pani Lýdie mala šťastie v nešťastí, že žije v regióne,



Kobelová, sestra z Mobilného hospicu Sv. Lujzy v Prievidzi. Ona sama mala osobnú skúsenosť, mamička jej umrela v náručí. Vedela, aj keď vtedy ešte len intuitívne, že takto to bolo správne. Ako sama vraví, do Mobilného hospicu Sv. Lujzy ju nasmerovala Božia vôľa. „Celý život som to chcela robiť, sprevádzať tých, ktorí sú krehkí, zraniteľní a vysilení. Prísť k nim domov, kde som očakávaná, pohľadiť ich po tvári a pozrieť do ich očí, ktoré pomaly vyhasínajú. Častokrát sú ich posledné slovo: ĎAKUJEM, sestrička. Práca v mobilnom hospici ma naučila pokore, vážiť si každý deň, keď ráno vstanem,“ dodáva.

Nedostatok hospicov

Mobilný hospic je ambulatná forma poskytovania paliatívnej starostlivosti s cieľom udržania čo najvyššej

Slovensko stále, aj napriek snahám v ostatných rokoch, nemá dostatok mobilných hospicov. Podľa odporúčaní odborných organizácií potrebuje naša krajina 55 takýchto mobilných hospicov, no máme ich len 29. A aj keď sa v ostatnom roku čo-to zmenilo, k vyspelým európskym krajinám sa približujeme len veľmi pomaly.

kvality života pacienta v terminálnom štádiu. V samotnej definícii paliatívnej starostlivosti WHO z roku 2002 je i starostlivosť o rodinu chorých pacientov. Mobilný hospic Sv. Lujzy teda ponúka službu lekárov, zdravotných sestier, sociálnych pracovníkov, ale aj duchovného a psychológa.

„V roku 2022 sa novelou Zákona č. 576/2004 o zdravotnej starostlivosti jasne zadefinovala paliatívna starostlivosť, jej formy poskytovania, ale aj nutnosť informovať pacienta o možnosti paliatívnej starostlivosti. Svitlo nám na lepšie časy aj vďaka Plánu obnovy a odolnosti SR v komponente 13. Pomoc v materiálnom a technickom vybavení MOHO (skr. mobilný hospic) je zárukou kvalitnej poskytovanej starostlivosti. Pracovná skupina pod vedením MUDr. Andrey Škripekovej vypracovala národný projekt Posilnenie dlhodobej starostlivosti z OP Ludské zdroje (REACT) a tým chce prispieť k stabilizácii tímov v MOHO,“ hovorí Jana Kobelová, no jedným dychom dodáva, že výkony sestier v teréne sú stále veľmi podhodnotené.

Viac peňazí v novom roku
Oslovili sme aj Ministerstvo zdravotníctva, ktoré si uvedomuje, že so starnutím populácie prichádzajú nové výzvy. Aj preto vlni pripravilo novelu, ktorá mení nielen spomínaný zákon, ale aj ďalšie normy súvisiace s financovaním aj poskytovateľmi zdravotníckej starostlivosti. Všetky majú za cieľ zlepšiť dostupnosť, kvalitu a efektívnosť dlhodobej zdravotnej a paliatívnej starostlivosti, a to nielen v zdravotníckych zariadeniach, ale najmä v domácom alebo v inom prirodzenom prostredí, v ktorom sú tieto osoby umiestnené. Dobrou správou je, že od budúceho roka dostanú organizácie viac peňazí. Pevná cena za paliatívnu zdravotnú starostlivosť poskytovanú poskytovateľom zdravotnej starostlivosti, ktorý má povolenie na prevádzkovanie hospicu, sa zvýši na 100 eur na lôžko/deň a cena za ošetrovateľskú starostlivosť poskytovanú poskytovateľom zdravotnej starostlivosti, ktorý má vydané povolenie na prevádzkovanie domu ošetrovateľskej starostlivosti, na 83 eur. Verme, že sa tak zvýši šanca na to, čo si žiada väčšina z nás – umrieť doma.

„Je to aj o ľudskosti, ktorá pomaly mizne a dôstojnosti, ktorú si zomierajúci zaslúžia na sklonku života. Smrť blízkeho je pre každého veľmi silná emócia. Prialo by som si, aby sme sa raz dočkali fungovania mobilných hospicov všade tam, kde sú potrebné a žiadané,“ uzavrela Jana Kobelová.

Eva Sládková

JAZVY COVIDU-19

NA DUŠEVNOM ZDRAVÍ ZAMESTNANCOV SOCIÁLNYCH SLUŽIEB

SKÔR AKO SA BUDEM VENOVAŤ SAMOTNÝM ZAMESTNANCOM SOCIÁLNYCH SLUŽIEB A MOJEJ ŠTÚDII POUŽIJEM DVE DEFINÍCIE. SVETOVÁ ZDRAVOTNÍCKA ORGANIZÁCIA DEFINUJE DUŠEVNÉ ZDRAVIE AKO STAV POHODY, V KTOROM JEDNOTLIVEC MÔŽE USKUTOČNIŤ SVOJE SCHOPNOSTI, VIE ZDOLÁVAŤ STRESOVÉ SITUÁCIE BEŽNÉHO ŽIVOTA, VIE PRODUKTÍVNE PRACOVAŤ A VIE PRISPIEVAŤ DO ŽIVOTA SPOLOČNOSTI.



Už samotná táto definícia jasne hovorí, že pre plnohodnotný život je absolútne potrebné. Psychiatrička MUDr. Zuzana Lajčiaková dodáva „Duševné zdravie je: vedomie vlastnej hodnoty, uvedomenie si vlastných možností a schopností, schopnosť vytvárať a udržiavať vzťahy a psychickú pohodu, duševné zdravie je cieľom, nie normou.“

A teraz naspäť do sociálnych služieb. Ich prioritou je prijímateľ. Človek, ktorému je poskytovaná služba a o ktorého sa treba starať. Najmä ak sú prijímateľom zraniteľné skupiny - deti či seniori. Práve pre nich boli tieto služby vytvorené. Nie sú však jeho jedinou súčasťou. Neodmysliteľnou sú aj tí, ktorí samotnú službu poskytujú.

Rok 2019 mnohým z nás otvoril oči. Choroba, pre ktorú sme dovtedy nemali ani pomenovanie si zobrala milióny životov a zanechala veľké jazvy nielen na fyzickom ale aj duševnom zdraví. Nehovoríme však iba o tých zraniteľných. Zabíjala aj medzi nami – zamestnancami sociálnych služieb. Napriek tomu sme deň čo deň prekračovali brány zariadení a nasadzovali, dalo by sa povedať i vlastné životy. A výsledok? Často sme boli terčom kritiky, hnevu či frustrácie rodinných príslušníkov našich prijímateľov. Ich prioritou boli pochopiteľne prijímatelia, my sme boli iba nástroj. Zaujímal sa však niekto o naše pocity či pohľad? Zo štúdie vyplýva, že niektorí prijímatelia so zamestnancami mali súcit. Pokiaľ sme však pracovali s ľuďmi, ktorí aj bez nejakých iných obmedzení nie sú orientovaní v čase a priestore, nechápali čo sa v skutočnosti deje. Ale pandémie sa správala ku každému rovnako. V máji tohto roku sa oficiálne pandémia covid-19 skončila. Zanechala však hlboké jazvy. V zariadeniach po celom Slovensku som sa pýtala zamestnancov ako vplýval covid na nich samotných. Je všeobecne známe, že sme museli prijať neľahké podmienky a náš mozog, telo, myseľ na to reaguje. Kľúčovou sa stala podpora. Či už išlo o podporu zo strany

prijímateľov, zamestnávateľa, alebo zo strany vlastnej rodiny. Bola nevyhnutná. Práca v tíme, jasné postupy, pravidlá, dostatok ochrany v podobe dezinfekcie a ďalšie veci boli aj pre duševnú pohodu potrebné. Ako uviedla jedna pracovníčka: “zobudenie sa alebo zaspávanie s pocitom, že ste niekomu pomohli, že ste zdraví a môžete pomáhať aj naďalej, je neskutočný pohon vpred“. Stačí to? Sama som si položila túto otázku. Prišli predsa zlomové momenty a nie každý vie žiť iba z dobrého pocitu, že niekomu pomáha. Presne to lámalo tímy po celom Slovensku. V niektorých zariadeniach sa vytvárali skupinky: očkovaní versus neočkovaní, pri tých čo chceli viac dezinfekcie versus tí čo nechceli, tých čo chceli prespať v zariadení, ak by došlo k najhoršiemu a tých čo nie a podobne... Začali sme sa deliť a brázd sa zväčšovali.

Dopady?

Jedným z dopadov celej situácie bola zamestnanecká fluktuácia. Tá spôsobila odliv pracovníkov a tým čo v práci zostali zostalo zvýšenie záťaže. Ďalším dopadom bola vyššia chorobnosť u ľudí, aj keď nemali priamo covid-19.

Iní zase zmenili pracovisko a niektorí úplne vyhoreli. Práve to vyhorenie bolo možné sledovať v rôznych štádiách. Aj tu si pomôžem s kombináciou definícií: MUDr. Peter Lipovský, všeobecný lekár ho popisuje takto: „Syndróm vyhorenia je súbor príznakov, ktorý je nesmierne variabilný a prejavuje sa množstvom psychických a psychosomatických problémov pacienta.“ Podľa psychológa Mgr. Matúš Bakyta je vyhorenie: „... konečným štádiom procesu, pri ktorom človek stráca svoje pôvodné nadšenie a pôvodnú motiváciu. Tento proces môže trvať mesiace až roky.“ Záver štúdie je teda jasný: Dopad na duševné zdravie zamestnancov bol u mnohých devastačný. Vždy je tu ale možnosť ísť ďalej a nenechať sa bezducho viesť. Pozitívnym je aj to, že značná časť zamestnancov ťažké chvíle ustála a naďalej pôsobí, kde pôsobila aj predtým. Podporné skupiny aj v rámci práce by mohli vnášať zdieľanie pocitov, toho, čo je v nás, čo nemajú iba prijímatelia, ktorým chceme vyhovieť, ale čo máme my sami. A toto by si mali uvedomiť nielen zamestnanci, ale aj zamestnávateľa.

Nikola Fejková

Ako s týmto syndrómom bojovať a vyhnúť sa mu? Práve tu sa otvára priestor na individuálnu prácu s nami samými. Poznáte to. Neustále zo seba niečo dávame, ale kde je príjem? Veď bez neho to nejde. Skúste dodržať zopár nasledujúcich odporúčaní:

1. Komunikujte – ak nemáte niekoho blízkeho, vyhľadajte odborníka, ale nepopierajte viac, že sa s vami nič nedeje.

2. Nastavte si hranice, ktoré boli už dosť prekračované.

3. STOP WORKOHOLIZMU. NIE, znamená NIE!

4. Nájdite si koničky, alebo v nich pokračujte. K tomu je potrebný HARMONOGRAM.

5. Nezabúdajte na vaše potreby, od tých fyziologických až po sebarealizačné. Iba to, ak ich budete vôbec vnímať, podporí váš refresh.



Vážení užívatelia informačného systému Cygnus, ďakujeme vám za vašu spoluprácu, vašu spätnú väzbu aj podporu. Vďaka nej vieme, že robíme zmysluplnú vec. Tešíme sa na ďalší skvelý rok!

Vaši Iresoftáci

Posielame
Vám kúsok



Iresoftákov

a prajeme Vám tie najkrajšie Vianoce plné radosti a lásky.





LÁSKA V KAŽDOM VEKU

NA ROMANTICKÚ LÁSKU NIE JE NIKDY NESKORO. STARŠÍ ĽUDIA SA VEDIA ZAMILOVAŤ ROVNAKO INTENZÍVNE AKO MLADÍ. PODĽA VEDCOV ZAMILOVANOSŤ VO VEKU TRIDSAŤ, PÄŤDESIAT ČI OSEMDESIAT ROKOV ZAHŔŇA ROVNAKÚ SKUPINU NEURÓNOV V NAŠOM MOZGU. TAM SA VŠAK PODOBNOSŤ MEDZI LÁSKOU MLADÝCH A STARŠÍCH KONČÍ, PREDSA LEN VÝBER PARTNERA JE VEKOM A SKÚSENOSŤAMI OVPLYVNENÝ.

Moja mama stretla lásku svojho života, keď mala 72 rokov. Bola vtedy vdovou už jedenásť rokov a svojho nastávajúceho stretla pred sídliskovým panelákom. Nesmierne ju očaril športovo – elegantne oblečený muž, ktorý sa rozprával s jej novou susedou a jej desaťročným synom. Tak ju zaujal, že ostala stáť a nedokázala vojsť do vchodu. Vysvitlo, že je to otec susedy, niekdajší letecký konštruktér na penzii Peter. „Ale je odo mňa mladší, má 68 rokov, s trochou bojzlivosti nám pri rodinnom obede opisovala ich zoznámenie,“ spomína naša spolupracovníčka Denisa.

Roky bez muža

Netrvalo dlho a jej mama už predstavovala Petra ako svojho partnera. „Bolo to veľké prekvapenie, lebo za celé roky sa na mužov nepozerala,“ spomína Denisa. S Petrom sa však stali nerozlúčnymi, vytvorili si veľmi harmonický vzťah a sú spolu už šesť rokov. „Mama sa nám až potom priznala, že sa po odchode do dôchodku a strate manžela cítila často veľmi osamelá, strácala radosť zo života, nevedela si nájsť nič, čo by ju naplňovalo, hoci sa pravidelne vídávala s priateľkami a raz do týždňa chodievala aj na jogu. Chýbala jej práca, kolektív, ráno nemusela vstávať a mala pocit, že nikomu vlastne nechýba,“ zdôverila sa Denisa s matkinými starosťami. Čím hlbšie ju však pocit osamotenosti zmáhal, tým intenzívnejšie si vraj uvedomovala, že to tak nemôže ostať.

Keď bola Denisina mama mladá, prešla viacerými nevydarenými vzťahmi, často bola sklamaná, lebo do vzťahov šla naplno. Potom prežila manželstvo s jej otcom, ktoré označuje za šťastné. Po jeho smrti bola zúfalá a smútok ju neopustil celé roky. Cítila sa vraj stará a nepotrebná, mala pocit že ju všetko bolí, vrátane života. Až kým sa nerozhodla zabojsť. „Postupne samu seba presvedčila, že snád by ešte mohla

stretnúť niekde niekoho, s kým by jej bolo dobre a mohla s ním tráviť čas. No a ako keby si to privolala, osud jej priviedol do cesty Petra,“ hovorí Denisa, ktorá sa teší, že jej mama opäť ožila a cíti sa dobre. Peter je vraj veľmi pozorný a slušný muž. „Nikdy nezabudne na takú milú pozornosť ako sú čerstvé kvety, keď k nám prídu na návštevu,“ vraví. Vraj mame občas až závidí, keďže sama je rozvedená, ale na rozdiel od mamy, nemá čas na rande ani len pomyslieť.

Po roku požiadal Peter jej matku o ruku. Vraj načo budú čakať, obaja sú už dostatočne zrelí, aby vedeli posúdiť, že im to bude fungovať. A skutočne – po malej svadbe, na ktorej bola najbližšia rodina, žije vraj jej mama podľa vlastných slov šťastnejšie a plnohodnotnejšie život než ako keď mala päťdesiat rokov. „Dost veľa s manželom aj cestujú, nakupujú si lacné letenky za pár eur a vyrážajú na dva až tri dni spoznávať svet. Úplná paráda.“

Netreba sa báť

Denisina mama a jej príbeh nás zaujali. Zistili sme, že láska nemá vekové hranice. Zamilovanosť prichádza v akomkoľvek veku, hoci, samozrejme, vo výbere partnera a vzťahu sú veľké rozdiely. Ale vnútorný pocit z lásky je podľa odborníkov rovnaký u všetkých.

Čo je podľa viacerých štúdií dôležité – pred nájdením lásky vo vyššom veku si človek musí uvedomiť, že hľadá človeka, s ktorým chce byť. Na rozdiel od dvadsiatnikov či tridsiatnikov seniori už hľadajú svojho partnera zrelšie a uvážlivejšie. Nie je podstatné aké má kto svaly, ale so stúpajúcim vekom ľudia hľadajú skôr porozumenie, harmóniu. Na základe prežitých skúseností už

Zbytočné spochybňovania

Čím si najčastejšie odôvodňujú ženy aj muži strach zo zoznamovania?

Čo na to povedia deti? Podľa psychológov v realite nepovedia väčšinou nič, alebo naopak, majú radosť.

Nebude sa okolie zo mňa smiať? Ten, kto by naznačoval niečo trápne, asi práve náš priateľ nebude.

Nedopúšťam sa zrady? Túto otázku si kladú podľa odborníkov najmä ovdovelí ľudia, ale je zbytočná, lebo ak sme mali s partnerom pekný vzťah, novú lásku by nám prial.

Mám svoj vek, vrásky, budem sa páčiť? Rovnako sa cíti aj váš partner, muži podľa psychológov pochybujú o svojom vzhľade rovnako ako ženy. Vo vyššom veku si ale drvivá väčšina nevyberá partnera podľa veľkosti svalov, či popsia.

Sexuológ: Milostný život seniorov je atraktívny

Častokrát sa ľudia zamilujú vo vyššom, aj vysokom veku – hovorí pre časopis Šanca sexuológ Róbert Máthé. Podľa jeho skúseností sa to stáva ľuďom, ktorí sú po smrti partnera, alebo rozvedení a nechcú žiť sami, nie je zriedkavé, že láske podľahnú ľudia v ústavoch sociálnych služieb. „Ľudia sa cítia radi atraktívni,“ hovorí Máthé. Výhodou lásky v neskoršom veku podľa neho je, že títo ľudia už napríklad nezvyknú riešiť materiálne nedostatky. Okrem toho prináša vzťah vo vyššom veku aj zdravotné výhody ako je nižšia hladina stresu, lepšie zotavovanie sa po operáciách, dokonca aj dlhší život. Intimita odvracia aj depresiu a úzkostné stavy. Celkovo sa fyzická blízkosť spája so zníženým tlakom a vyššími hladinami oxytocínu, teda hormónu dobrej nálady. Naopak, seniori vo vzťahoch, ktorým chýba fyzická a emocionálna blízkosť, sa častejšie cítia osamelí.

„V sexuálnom živote môžu seniori taktiež veľmi dobre fungovať, pokiaľ sú zdraví. Sú známe prípady, že aj muž nad sto rokov splodil dieťa. Ako sa hovorí, čím viac sexu v mladosti, tým dlhšia výdrž v starobe,“ vraví sexuológ. Milostný život seniorov býva podľa neho často veľmi atraktívny. „Starší muži majú dlhšiu výdrž, ten sex s nimi trvá dlhšie, lebo potrebujú dlhší čas stimulácie kým dôjde k vyvrcholeniu. To teší mnohé partnerky.“

vedia odhadnúť riziká a vidia zďiaľky „červené zástavky“.

Podľa odborníkov sa lásky vo vyššom veku netreba báť. Naopak, je racionálnejšia, lebo v nej ľudia úročia

skúsenosti z predošlých rokov. Je to aj príjemnejšie, lebo človek v zrelom veku má čas si pozornosť druhého vychutnať, keďže nepobehuje medzi prácou, rodinou a deťmi. *Lenka Dale*





SHEBO WINERY SLOVENSKÉ VINÁRSTVO,

ktorého rodinné korene sú prerastené
400 rokmi a troma vinohradníckymi oblasťami

Korene slovenského vinárstva Shebo Winery siahajú do roku 1592, kedy sa narodil Lukáš Šebo, prvý z línie vinárov, ktorý v Modre začal vinársku tradíciu celých generácií. Od prvého zasadenia viniča do dnešného dňa prešlo **viac ako 400 rokov** a jeho vášeň pre víno zdieľa už **11. generácia Šebocov**. Košatý rodinný strom v Modre eviduje 369 mien s priezviskom Šebo. **Láska k vinárskemu remeslu, slovenskému regiónu a rodine sa podávala z generácie na generáciu** a rástla vďaka usilovnej práci a starostlivosti Šebocov ako vinič so silným koreňom a šťavnatými plodmi. Práve múdrosť a skúsenosti predkov, ktoré sa každým rokom len zušľachťovali, dávajú slovenským vínam značky Shebo Winery punc výnimočnosti. Základy pre podobu dnešného vinárstva s viac ako 500 hektármi viníc položil

Eduard Šebo (10. generácia), ktorý v roku 1989 spojil staré šebovské vinice, začal ich obrábať a vyrobil prvé víno. Dnes Shebo Winery pestuje viac ako 40 rôznych odrôd hrozna. Eduard vo viniciach vyrastal spolu so svojimi rodičmi a v podstate v nich strávil takmer celý život. „Vo vinici som doma. Dodnes chodím rád do vinohradu aj pracovať. Aj keď je to často fyzická drina, pre mňa je to krásny duševný relax. Pohľad na pekne obrobený vinohrad a pohár dobrého vína s blízkymi je potom už len príjemná odmena,“ hovorí Eduard Šebo, zakladateľ vinárstva Shebo Winery. Súčasnú rodinu aktívnych vinárov tvoria zakladateľ vinárstva Eduard Šebo s manželkou Dagmar a synovia Eduard, Karol, Michal a Ján Šebocovi, ktorí sú už **11. generáciou vinárov**. Svoj život zasvätili vinárstvu a práci v ňom.

VLASTNÉ VINOHRADY V 3 VINOHRADNÍCKYCH OBLASTIACH

Práve **lokalita**, v ktorej sa vinič hrozno-rodý pestuje, je pre kvalitu vína určujúca. Na Slovensku existuje 6 vinohradníckych oblastí, ktoré sa rozprestierajú prevažne v okolí Bratislavy, v južnej časti západného Slovenska a tiahnu sa pozdĺž hranice s Maďarskom až na východ Slovenska. V južných častiach krajiny je lepšie podnebie **pre pestovanie viniča** ako na zvyšku Slovenska. Práve toto územie si podchytilo vinárstvo **Shebo Winery** a v súčasnosti **má vinohrady** v 3 vinohradníckych oblastiach, konkrétne **v Malokarpatskej, Nitrianskej a Južnoslovenskej vinohradníckej oblasti**. Rodina Šebocov tu vlastní viac ako 500 hektárov viníc, pestuje tu viac ako 40 rôznych odrôd hrozna.

Charakteristické **zloženie pôdy a mikroklima** každej oblasti vytvárajú **terroir**, vďaka ktorému získa každé víno charakteristickú chuť, štruktúru, typickú **aromatiku** a jedinečné nuansy.

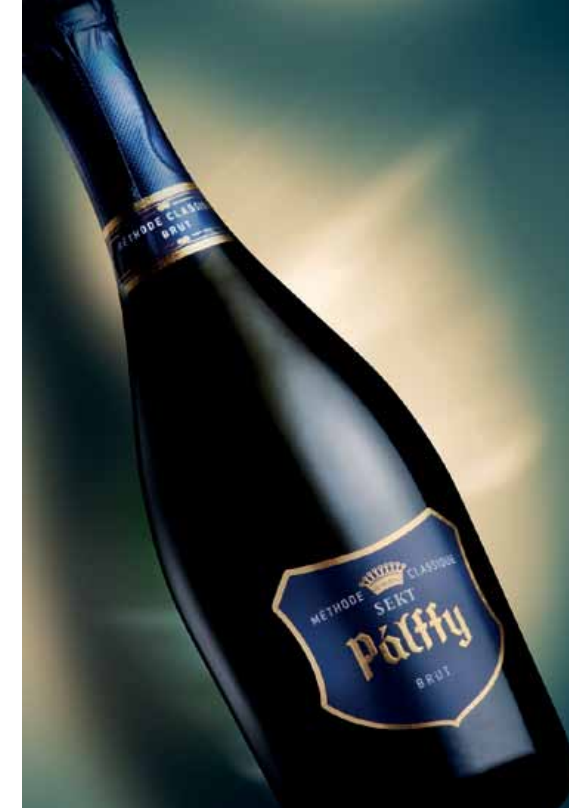
SVETOVO UZNÁVANÉ SLOVENSKÉ VÍNA

Vinárstvo Shebo Winery získalo už viac ako tisíc ocenení. Len za september 2023 potvrdilo svoju silnú pozíciu na slovenskom, ale aj medzinárodnom trhu až 12 medailami, ktoré získalo na najväčšej oficiálnej uznannej súťaži vín na svete **AWC Vienna**. Odborná degustačná komisia vinárstvu udelila 4 zlaté a 8 strieborných medailí. Súťaže sa tento rok zúčastnilo 11 376 vín od 1 514 výrobcov zo 42 krajín. Ocenenie zlatá medaila získali vína Rizling vlašský 2022 (BV,

polosuché), Tramín červený 2022 (VzH, polosladké), Rizling rýnsky 2022 (NZ, polosladké) a Hron 2021 (VzH, suché). Najvyššou súťažou vín vyrobených na Slovensku je **Národný salón vín SR**, ktorý prezentuje 100 najlepších slovenských vín. Shebo Winery má v tejto selekcii piatich zástupcov, konkrétne **Tramín červený 2022, Sauvignon 2021, Rimavu 2021, Dunaj 2021 a Sekt Pálffy brut**. Všetky pritom dosiahli hodnotenie nad 88 bodov.

ROZMANITÉ PORTFÓLIO VÍN ZASTREŠUJÚ 4 ZNAČKY

Vinárstvo Shebo Winery zastrešuje značky **Shebo Winery, Chateau Modra, Sekt Pálffy a Víno Nitra**. Každá značka ponúka portfólio vín, ktoré naplňa predstavy rôznych cieľových skupín.



Vína sa odlišujú parametrami, ako napríklad odrodová štruktúra, dĺžka zrenia v sude, vinohradnícka oblasť, cukornatosť hrozna, výrobný postup, či dizajnové prevedenie.

SHEBO WINERY NEZASPALO NA VAVRÍNOCH, PRINÁŠA SLOVENSKÉ NOVOŠLACHTENCE

Shebo Winery ako jediné vinárstvo na svete pestuje kompletný sortiment odrôd slovenských novošľachtencov. Sú to svetovo unikátne odrody vín, ktoré boli slovenskými šľachtiteľmi viniča vyšľachtené priamo pre naše zemepisné pásmo a presne pre naše klimatické podmienky. Vďaka niekoľko desaťročí trvajúcej neúnavnej práci slovenských šľachtiteľov sa dnes môžeme tešiť z týchto vo vinárskom svete veľmi vysoko hodnotených odrôd. Za týmto úspechom slovenských vín je však aj **roky trvajúca nemalá finančná podpora a v závere financovanie odrodových skúšok, ktoré poskytlo vinárstvo Shebo Winery**. Práve preto sa môže **Shebo Winery** hrdο nazývať majiteľom odrôd **Breslava, Hetera, Hron, Nitria, Rimava, Rosa, Rudava, Torysa a Váh**.

Bližšie informácie o vinárstve a jeho portfólio nájdete na webe: <https://www.shebowinery.com>





SLOVO
ODBORNEJ
PRAXE

ZAMESTNANOSŤ A MEDZINÁRODNÁ VÝMENA INFORMÁCIÍ

MÁLOKTO SI Z LAICKEJ ALE MOŽNO AJ ODBORNEJ „TEORETICKEJ“ VEREJNOSTI UVEDOMUJE, ŽE ZAMESTNÁVATELIA V SOCIÁLNYCH SLUŽBÁCH PATRIA DNES V EURÓPE K NAJVÝZNAMNEJŠÍM TVORCOM PRACOVNÝCH MIEST. ICH VÝZNAM VĎAKA DEMOGRAFICKEJ KRIVKE NA STAROM KONTINENTE EŠTE PORASTIE. PRE POLITIKOV VŠAK NIE SÚ PREMIÉRSKOU TÉMOU A PRE MEDIÁLNY SVET NIE SÚ DOSTATOČNE „SEXI“. PREČO?

Je potrebné si uvedomiť výrazný podiel poskytovateľa sociálnych služieb na európskom hospodárstve a ich kľúčovú rolu pri implementácii Európskeho piliera sociálnych práv, ktorého obsah tvorí rovnosť príležitostí a prístup na trh práce, spravodlivé pracovné podmienky a sociálna ochrana a začleňovanie.



O týchto témach bola októbrová konferencia Federácie európskych zamestnávateľov v sociálnych službách v Bruseli. Každému, kto pôsobí v sociálnych

službách je jasné, že výmena informácií medzi poskytovateľmi po celom európskom priestore je nevyhnutnosťou. Nejde len o spoločné postupy na čoraz prepojenejšom trhu, ale najmä o povinnosť prinášať dobrú prax a skúsenosti z iných krajín. Tieto stretnutia nie sú o vymýšľaní kolesa či hľadani ideálnych riešení z kancelárii. Sú o inšpirovaní sa dobrými aj zlými skúsenosťami, či už pochádzajú z tej či onej krajiny.

Aj Asociácia poskytovateľov sociálnych služieb v SR, ako jediný člen federácie zo Slovenska, má tieto ambície. Preto považujeme za potrebné byť súčasťou medzinárodných štruktúr a informovať našich členov a partnerov o ich fungovaní a vplyve na naše sociálne služby.

Bruselské stretnutie nebolo iba o výmene informácií a názorov. Súčasťou bolo aj valné zhromaždenie s voľbou predsedníctva. Novým prezidentom sa stal Gregor Tomschizek z Rakúska, viceprezidentmi Jiří Horecký z ČR a Stéphane Racz z Francúzska. Diplomatický úspech sme zaznamenali aj my. Do predsedníctva Federácie si zasadne odborný garant kvality Asociácie poskytovateľov sociálnych služieb v SR.

Marek Sušina

Odborný garant kvality APSS v SR



Základné ciele Federácie:

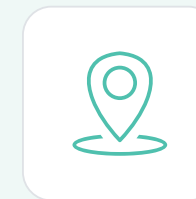
- Posilnenie pozície zamestnávateľov v sociálnych službách na európskej i národnej úrovni.
- Oplyvňovanie európskej legislatívy, konkrétne prostredníctvom štruktúr Európskeho sociálneho dialógu.
- Stanovenie spoločného postoja členov a vyjednávanie s európskymi odborovými organizáciami zastupujúcimi sociálnych pracovníkov, aby tak bolo zaistené poskytovanie kvalitných služieb a vytváranie kvalitných pracovných miest.
- Podpora výmeny poznatkov o osvedčených postupoch.

Findemm



Asistencia

monitoring vitálnych funkcií a optimalizácia pracovných procesov



Lokalizácia

monitoring osôb a predmetov v priestore



Asistencia

navigácia osôb a zariadení v neznámom prostredí

Monitoring životných funkcií osôb a ich pohybu v priestore

Findemm – riešenie pre seniorov v domácnosti a poskytovateľov sociálnych služieb



Ochrana

- zdravia včasným varovaním o zmenách vitálnych funkcií,
- majetku monitoringom priestorov a oprávnenosti pohybu osôb.

Motivácia

- pre zlepšenie výkonu a poskytovania služieb.

Inovativnosť

- digitálnej transformácie a kontroingu procesov,
- integrácie na rôzne existujúce systémy a zariadenia,
- prístupnosti informácií odkiaľkoľvek v reálnom čase.

Optimalizácia

- poskytovaných služieb, pracovných procesov a nákladov,
- bezpečnosti pracovného prostredia,
- plánovania činností.

V čom spočíva originalnosť riešenia?

Findemm je riešenie pre interier a ohraničený exteriér. Ako digitálnu vôdzku ho možno použiť aj v neznámom prostredí.

Pre Findemm tím je prostredie a procesy v zariadeniach sociálnej pomoci poskytujúcich sociálne služby a zdravotnú starostlivosť dôverne známe.

Findemm vie byť na miestach, kde nie je mobilný signál ani GPS. Využíva technológiu Bluetooth.

Findemm zasahuje do súkromia minimálne. Nepoužíva žiadne kamery ani mikrofóny.

Findemm vyžaduje minimálne stavebné úpravy. Ide o jednoduché zapojenie a inštaláciu.

Findemm je cloudovým riešením – bezpečnosť, transparentnosť a prístup k dátam v reálnom čase a odkiaľkoľvek.

Findemm má modulárne riešenu funkcionálnosť – možnosť jej vyskladania podľa individuálnych potrieb.

Findemm je slovenský produkt – vlastný vývoj/výskum v spolupráci s univerzitami, bezpečnostnými zložkami a odbornou obcou.

Viac informácií na www.findemm.com





DryNites®

Naťahovacie nohavičky pre **dievčatá**
a pre **chlapcov** s nočnou inkontinenciou



- ★ Elastické bočné strany sa dokonale prispôbia anatómii detského tela
- ★ Rozvádzačia vrstva tam, kde chlapci aj dievčatá potrebujú
- ★ Sú diskrétné a obliekajú sa ako spodná bielizeň
- ★ Pre deti od 4 do 15 rokov, s hmotnosťou viac ako 17 kg

ŠŪKL kód	Názov výrobku	Absorpcia (ml)	Váha dieťaťa	Vek dieťaťa	Počet ks v balení
B 57988	DryNites® pre dievčatá 4-7 rokov	1340	17-30 kg	4-7 rokov	10
B 82903	DryNites® pre dievčatá 8-15 rokov	1340	25-57 kg	8-15 rokov	9
B 57987	DryNites® pre chlapcov 4-7 rokov	1340	17-30 kg	4-7 rokov	10
B 82902	DryNites® pre chlapcov 8-15 rokov	1340	25-57 kg	8-15 rokov	9

Pokojný spánok po celú noc

Naťahovacie nohavičky DryNites® sú jednorazové zdravotnícke prostriedky plne hrazené z verejného zdravotného poistenia (platí pre III. stupeň inkontinencie).