

Generácie

MAGAZÍN PRE AKTÍVNYCH SENIOROV

Ročník 4, číslo 3/2015





Dobro, ktoré spája

Úseky času, mesiace, ktoré zachytávame v najnovších číslach Generácií, sú plné významných udalostí pre Zdrúženie kresťanských seniorov Slovenska, ale aj v širšom kontexte. Dvadsať výročie organizácie kresťanský

orientovanej staršej generácie. Valné zhromaždenie ZKS s bohatým programom v Ružomberku. Celoslovenský seminár k problematike migrácie, ktorá je dnes v popredí pozornosti Európy i sveta. Pochod za život v Bratislave s výrazným zapojením ZKS. Završenie medzinárodného projektu EVARS, zameraného na prípravu a aktivity seniorov – dobrovoľníkov...

Čo spoločného možno nájsť vo všetkých týchto bodoch? V stanovách ZKS si môžeme prečítať, že hlavným cieľom je „rozvoj duchovného a hmotného dobra staršej generácie“. Nechceme byť patetický, ale práve to – dobro, ľudskosť, humanita – je, alebo malo by byť centrálnym bodom každej filozofie a koncepcie. Bez ohľadu na to, na ktorú generáciu či spoločenskú skupinu mieri, veď napokon je v záujme všetkých.

Viem, že v praxi to nie je jednoduché. Veď povedzme v prístupe k ochrane života sa názory a postoje v spoločnosti rôznia. A veľmi výrazné je to teraz v téme utečencov a migrantov. To, čo v týchto i ďalších závažných otázkach najmenej potrebujeme, je prehlbovanie rozporov a využívanie negatívnych nálad. Emócie sa dajú spojiť s racionalitou, keď v oboch prevládne pozitívny prvok, teda dobro. Je pochopiteľné, keď pri migračnej kríze uplatníme aj nevyhnutný ekonomický či bezpečnostný aspekt – vždy však treba vidieť, že utečenci sú predovšetkým ľudia. A človek, to je predsa predovšetkým dobro...

Miloš Nemeček

Generácie

MAGAZÍN PRE AKTÍVNYCH SENIOROV

NEPREDAJNÉ
Štvrťročník, ročník 4, číslo 3
Október 2015

Vydavateľ:
Zdrúženie kresťanských seniorov Slovenska
Bajkalská 25
821 01 Bratislava
IČO: 31 745 741

V spolupráci so spoločnosťou
NAUTILUS DJ, s.r.o.,
Nevádzova 5, 821 01 Bratislava.
Poštová adresa: P.O.Box 50,
820 07 Bratislava 27
IČO: 35 898 500
www.nautilusdj.sk

Šéfredaktor:
PhDr. Miloš Nemeček
mnemecek@nautilusdj.sk
+421 905 767 577

Editor:
Ing. Juraj Púchlo
jpuchlo@nautilusdj.sk
+421 948 303 723

Výroba a odbyt:
Mgr. Jana Čierniková Kolesárová
jciernikova@nautilusdj.sk
+421 915 727 917

Predseda redakčnej rady:
Jozef Mikloško

Spolupracujúci partner:
Občianske združenie Bagar

Vizuálna koncepcia a layout:
Vladimír Minda,
Yodea, s.r.o.

Grafické spracovanie:
Yodea, s.r.o.

Foto:
archív NAUTILUS DJ, s.r.o.,
stock.xchng.com, dreamstime.com,
www.shutterstock.com

Označenie inzercie:
(kp) - komerčná prezentácia
(pti) - platená textová inzercia

Registrované v evidencii periodickej tlače pod
evidenčným číslom EV 4503/11
ISSN 1339-8504

Materiály uverejnené v časopise Generácie nie je
možné bez súhlasu redakcie publikovať, ani inak
používať v akejkoľvek forme

**VYCHÁDZA S FINANČNOU PODPOROU
MINISTERSTVA PRÁCE, SOCIÁLNYCH VECÍ
A RODINY SR**



6

11. Valné zhromaždenie
Združenia kresťanských
seniorov Slovenska



10

Správa predsedu ZKS



12

Živý seminár v
Ružomberku



16

Sedemnástočná cesta
slovenských pochodov
za život



18

Majte svoje úspory v bezpečí,
radšej v banke ako pod
vankúšom



20

Čo ukázal projekt EVARS



24

Samospráva a sociálne
služby



28

Spomienky z Trenčína k
20. výročiu ZKS



32

Prešov: História aj
aktívna súčasnosť



38

Putovanie po Orave



39

Bohatý rok Trenčanov



40

Viliam Turčány má len 87



41

Anton Uherík mal 85
a bojuje ďalej



35

Riaditeľ Domova dôchodcov
Stupava-kaštieľ: „Máme
víziu!“



42

S polovičkou za polovičku
v Kúpeľoch Trenčianske
Teplice

11. Valné zhromaždenie Združenia kresťanských seniorov Slovenska

V Ružomberku sa 27. 8. 2015 uskutočnilo 11. Valné zhromaždenie Združenia kresťanských seniorov Slovenska. Pozitívne zhodnotilo uplynulé dva roky, zvolilo nové predsedníctvo a vytýčilo budúci plán svojej činnosti.



Pripomenulo si skutočnosť, že tento rok ZKS oslávilo 20 rokov svojej činnosti. Súčasťou bola v dňoch 27. – 28. 8. 2015 aj konferencia „Európsky rok rozvoja 2015 a problémy migrácie“. Podujatie sa konalo na Katolíckej univerzite pod záštitou europoslankyne Anny Záborskej. Bola to jedna z prvých konferencií na Slovensku na túto aktuálnu tému, informujeme o nej na inom mieste.

Program rokovania

VZ sa zúčastnilo 86 delegátov z 8 územných celkov Slovenska a pozvaní hostia. Program bol nasledovný:

11:30 – 12:30 Zasadnutie Ústredia ZKS (kontrola prípravy VZ, program, schválenie kandidátky Predsedníctva, Kontrolnej komisie a ocenených členov ZKS, príprava konferencie o rozvoji a migrácii)

14:00 – 14:45 Otvorenie VZ, schválenie programu, príhovory hostí

14:45-15:00 Volby návrhovej, mandátovej

a volebnej komisie
15:00 – 15:20 Správa o činnosti ZKS 2014-2015 (J. Mikloško)

15:20 – 15:30 Správa o hospodárení za r. 2014 a prvý polrok 2015 (V. Čeplíková)

15:30 – 15:45 Správa kontrolnej komisie od 10. VZ v r. 2013 (K. Rakovská)

15:45 – 16:45 Diskusia k správam

17:00 – 17:15 Schválenie volebného poriadku (predseda volebnej komisie M. Gregušová)



17:15 – 17:30 Návrhy kandidátky Predsedníctva a Kontrolnej komisie

17:30 – 17:40 Vystúpenie kandidátov na predsedu ZKS

17:40 – 18:00 Predstavenie ďalších kandidátov

18:00 – 18:05 Správa mandátovej komisie (predseda J. Gašpar)

18:05 – 18:20 Volby

18:45 – 19:00 Výsledky volieb (M. Gregušová)

19:00 – 19:15 Odsúhlasenie uznesenia VZ (predseda návrhovej komisie M. Nemeček)

19:15 – 19:30 Záverečné slovo novozvoleného predsedu ZKS, ukončenie VZ

20:30 – 21:30 Diskusia „20 rokov práce ZKS, zhodnotenie medzinárodného projektu EVARS.“



Úvod a správy

Predseda ZKS J. Mikloško privítal delegátov a hostí. Duchovné slovo povedal rektor Katolíckej univerzity Jozef Jarab. Vyjadril radosť, že môže na pôde Katolíckej univerzity privítať delegátov VZ. V mene mesta Ružomberok pozdravil delegátov viceprimátor Michal Slašťan. Prezidentka Nezávislých kresťanských odborov Slovenska (NKOS) Ľubica Čemá predstavila činnosť NKOS a navrhla dvojité kolektívne členstvo medzi ZKS a NKOS.

Po schválení programu pracovnú časť VZ viedol prvý podpredseda J. Uhnák. Úvodom konštatoval splnenie uznesení z minulého VZ v r. 2013. Delegáti si zvolili členov mandátovej komisie (predseda: J. Gašpar, členovia: A. Tkáčiková, E. Szabová), volebnej komisie (predsedníčka: M. Gregušová, členovia: J. Hradil, J. Egryová, M. Kočajdová, V. Čeplíková) a návrhovej komisie (predseda: M. Nemeček, členovia: A. Dupalová a J. Štádlarová).

Predseda ZKS J. Mikloško predniesol správu o činnosti ZKS za obdobie 2014-2015, ktorú dostali delegáti pred VZ písomne. Správu o čerpaní finančných prostriedkov za r. 2014 a za prvý polrok 2015 predniesla hospodárka ZKS V. Čeplíková. Správu Kontrolnej komisie za obdobie od 10. VZ v r. 2013 predniesla K. Rakovská v zastúpení ospravedlneného predsedu T. Kepencaya.

Bohatá diskusia

V diskusii podpredseda A. Dupal predniesol delegátom návrh na zmenu dĺžky volebného obdobia funkcionárov



ZKS z dvoch na štyri roky, tento návrh už prijalo Ústredie ZKS (13 za, nikto proti, 1 sa zdržal hlasovania). Odôvodnil to tým, že činnosť jednotlivých ÚC je intenzívna a dvojročná periodicita volených funkcionárov a príprava zvolávania VZ ZKS je náročná nielen časovo, ale aj finančne a vyžaduje si v rámci Stanov a novelizovaného Organizačného poriadku stálu technickú prípravu. Pripomenul, že jedným z cieľov ZKS je vytváranie podmienok a presadzovanie oprávnených požiadaviek seniorov (Stanovy ZKS, článok 3, bod 3) v spolupráci s príslušnými orgánmi štátnej správy (volení na 4 roky) a samosprávy (volení na 4 roky), ako aj s občianskymi združeniami s podobným zameraním. Pre dôsledné plnenie týchto cieľov je potrebné, aby funkcionári ZKS boli vo funkciách v dostatočne dlhom časovom období a neboli vystavovaní neustálej príprave na nové voľby. Zároveň navrhol, aby termín VZ bol pravidelný v novembri príslušného roka.

Delegáti po diskusii tento návrh schválili (z 85 prítomných za hlasovalo 73, 9 boli proti a 3 sa zdržali hlasovania). VZ poverí novozvoleného predsedu, aby do konca roku 2015 pripravil Zmenu č. 6 Stanov ZKS ohľadne zvolávania volieb do



orgánov ZKS aj všetky dotknuté články Stanov po súhlase Ministerstva vnútra SR. Podpredseda A. Dupal informoval aj o činnosti 18 klubov v ÚC Prešov, ktoré majú 1093 členov a o tohoročnej tradičnej masovej púti seniorov v Levoči, ktorú zorganizovalo ÚC 7 a ktorú v priamom prenose vysielal TV Lux a rádio Lumen.

Ďalšia diskusia sa sústredila na doterajšiu úroveň časopisu ZKS Generácie a na prípravu ďalších čísel v roku 2015. Delegáti ocenili, že k VZ bolo vydané špecializované číslo, ktoré zhodnotilo 20 rokov činnosti ZKS. K jeho rýchlemu vydaniu prispela aj objednávka a spolufinancovanie z jednotlivých ÚC a klubov. ZKS ďakuje MPSVaR za každoročnú dotáciu na tlač Generácií, ktoré vychádzajú od roku 2012. Zhodnotil sa aj medzinárodný projekt EVARS, v rámci ktorého v roku 2015 prebehla séria seminárov v Bratislave, Partizánskom, Trenčíne a v Prešove, na ktorých sa uskutočnili školenia dobrovoľníckych seniorov.

Ďalšie úlohy

Návrhy na plánovanie rozpočtu ZKS sa ukazujú nateraz nereálne, pretože Ústredie je schopné získať prostriedky iba na konkrétne celoštátne akcie, pričom získanie prostriedkov z 2% daní sa každoročne pohybuje iba okolo 400-500 €. V diskusii sa konštatovala stagnácia členskej základne, aj keď niektoré kluby, napr. v Petržalke a v Nitre, vykazujú zvyšujúci sa počet členov. Konštatovalo sa, že zvýhodnené liečebné pobyty a rekreácie dnes získavajú iba členovia Jednoty dôchodcov. V r. 2012 sa o túto možnosť neúspešne uchádzalo



aj ZKS. V diskusii sa zdôrazňovala nutnosť internetizácie klubov a členov ZKS. K uvedenému by malo prispieť aj darovanie 49 použitých a vyradených počítačov z Národnej rady SR, ktoré sa distribuovali klubom po celom Slovensku.

V diskusii sa vyjadrila nespokojnosť s tým, že písomné hodnotiace správy dostali delegáti až na VZ. Tento problém je zapríčinený najmä skutočnosťou, že väčšina členov a aj delegátov nemá mailové adresy a zasielanie poštou je náročné na čas a financie. V dnešnej dobe informačných technológií je podmienkou pre rýchlu komunikáciu napojenie na internet, čo Ústredie všetkým členom ZKS dlhodobo odporúča. V diskusii sa delegáti zhodli na tom, že rokovanie o návrhu prezidentky NKOS bude do konca r. 2015 viesť novozvolený predseda ZKS, ktorý bude o záveroch písomne informovať predsedov ÚC a kluby, pričom sa odporúča využiť článok 5, bod 3 „Druhy členstva“ zo Stanov ZKS, v ktorom sa píše o možnosti kolektívneho členstva.

V diskusii vystúpil aj predseda ZKS J. Mikloško so správou o svojej činnosti poslanca NR SR. V doterajšom priebehu rokovaní vystúpil 494 krát, pravidelne



dáva predsedovi vlády a ministrom písomné otázky počas hodiny otázok a často ich aj interpeluje. Zhodnotil svoje legislatívne iniciatívy, z ktorých možno vyzdvihnúť schválený zákon o zriadení Slovenského historického ústavu v Ríme, ktorý predložil s poslancami O. Brixim a A. Martvoňom. Činnosť tohto ústavu sa slávnostne zahájila v Ríme 13. 12. 2014. Z diskusie vyplynul návrh VZ, aby Rada KDH a Predsedníctvo KDH, ako kandidáta ZKS na poslanca vo voľbách 2016 dala na vhodné miesto Jozefa Mikloška. Diskusia odporučila, aby Predsedníctvo ZKS prijalo návrh NKOS na vzájomnú akceptáciu členov ZKS a NKOS za kolektívnych členov. Po ukončení diskusie predseda mandátovej komisie J. Gašpar konštatoval, že na VZ ZKS je prítomných 86 delegátov, čo predstavuje 86% účasť a VZ je teda uznášaniaschopné. K zvoleniu funkcionárov a k prijatiu uznesenia je potrebné získať nadpolovičnú väčšinu prítomných, čo predstavuje 44 hlasov.

Výsledky volieb

Na návrh moderátora delegáti postupne schválili všetky tri prednesené správy. Delegáti po diskusii schválili tiež volebný poriadok, ktorý dostali v písomnej forme. Na návrh A. Dupal'a vypustili z neho pasáž o možnom návrhu kandidátov na pléne VZ, ktorý sa v minulosti neosvedčil. Predsedníčka volebnej komisie M. Gregušová potom predstavila návrh Ústredím schválenej nasledovnej kandidátky predsedníctva ZKS na základe návrhov z ÚC:

Predseda ZKS: Jozef Mikloško



Podpredsedovia: Anton Dobrodenka, Andrej Dupal', Mária Muchová

Členovia predsedníctva: Mikuláš Bodnár, František Hanáček, Jozef Hudák, Stanislav Husár, Magdaléna Korpeľová, Rozália Palkovičová, Ján Valent, Viera Vojteková, Ján Uhnák

Kontrolná komisia: Jarmila Dočárová, Jozef Gašpar, Tibor Kepencay, František Kunc, Kvetka Rakovská.

Po predstavení kandidátov prebehli tajné voľby s týmito výsledkami:

Predseda ZKS: Jozef Mikloško (79 hlasov)

Podpredsedovia: Andrej Dupal' (72), Anton Dobrodenka (72), Mária Muchová (70)

Členovia predsedníctva: Ján Uhnák (61), Magdaléna Korpeľová (52), František Hanáček (50), Ján Valent (48), Jozef Hudák (44)

Títo kandidáti boli zvolení, nasledovní sa stávajú náhradníkmi
Predseda: Rozália Palkovičová



(43), Mikuláš Bodnár (43), Stanislav Husár (36), Viera Vojteková (18)

Kontrolná komisia: Jarmila Dočárová (56), Tibor Kepencay (55), Jozef Gašpar (50)

Títo kandidáti boli zvolení, nasledovní sú náhradníkmi: Kvetka Rakovská (47), František Kunc (35).

Bolo vydaných 86 volebných lístkov, platných bolo 86. K zvoleniu bolo potrebných 44 hlasov, takže už v prvom kole boli všetci kandidáti zvolení.

Na návrh z pléna sa účastníci VZ uzniesli, že zápisnice z Predsedníctva ZKS a z Ústredia budú distribuované podľa aktualizovaného zoznamu e-mailových adries všetkým klubom ZKS. Aktualizáciu vykoná V. Čepčíková do konca r. 2015.

Uznesenie 11. VZ ZKS

Predseda návrhovej komisie Miloš Nemeček predniesol tento návrh na

Uznesenie 11. VZ ZKS:

A. VZ schvaľuje:

1. Správu o činnosti ZKS za obdobie od 10. VZ ZKS po 11. VZ ZKS
2. Správu o hospodárení Ústredia ZKS za r. 2014 a 1-6/2015
3. Správu kontrolnej komisie od 10. VZ v r. 2013
4. Zmenu stanov ZKS, článok 13, bod 1 nasledovne: Najvyšším orgánom Združenia je Valné zhromaždenie (ďalej „VZ“). Zvoláva ho predseda raz za štyri roky.

B. VZ zvolilo:

1. Predsedníctvo ZKS



- a) predseda: Jozef Mikloško
- b) podpredsedovia: Andrej Dupal', Anton Dobrodenka, Mária Muchová
- c) členovia predsedníctva: Ján Uhnák, Magdaléna Korpeľová, František Hanáček, Ján Valent, Jozef Hudák
- d) náhradníci: Rozália Palkovičová, Mikuláš Bodnár, Stanislav Husár, Viera Vojteková
- e) členovia Kontrolnej komisie: Jarmila Dočárová, Tibor Kepencay, Jozef Gašpar
- f) náhradníci: Kvetka Rakovská, František Kunc

C. VZ ukladá

Predseda ZKS a všetkým klubom aktívne sa venovať rozširovaniu členskej základne.

Predseda ZKS rokovať s vedením Nezávislých kresťanských odborov Slovenska o možnostiach dvojitého členstva a rozvoji vzájomnej spolupráce s cieľom realizovať tento návrh.

Predseda ZKS navrhnúť vedeniu KDH umiestniť predsedu ZKS Jozefa Mikloška ako kandidáta ZKS na vhodné miesto kandidátky pre parlamentné voľby 2016.



Predseda ZKS zaoberať sa možnosťami lepšieho prístupu členov k dotovaným a zvýhodneným rekreačným pobytom.

D. VZ odporúča

Klubom ZKS viac využívať skúsenosti iných organizácií pri aktivitách, ktoré pomáhajú rozširovaniu členskej základne.

Za uznesenie VZ z 86 prítomných delegátov bolo 83 za, 2 boli proti a 1 sa zdržal hlasovania.

Súčasťou VZ ZKS bolo aj čestné odmeňovanie zaslúžilých členov ZKS, ktorí boli navrhnutí zo svojich klubov a ÚC. Predseda ZKS odovzdal oceneným diplomy, pamätné poháre a vecné darčeky. Poďakoval im tiež za ich dlhoročnú obetavú prácu v našej seniorskej organizácii. K tomuto bodu uverejníme osobitný článok v ďalšom čísle Generácií.

Novozvolený predseda ZKS poďakoval delegátom za dôveru a za konštruktívny a aktívny priebeh a pozval ich k následnej konferencii „Európsky rok rozvoja 2015 a problémy migrácie“. Vyjadril tiež vďaka všetkým členom bývalého Ústredia, ktorí už nekandidovali, alebo nezískali dostatočný počet hlasov. Stručne tiež predstavil víziu ďalšieho smerovania ZKS a načrtol budúci program Predsedníctva a Ústredia. Upozornil na najbližšie akcie – na tradičnú púť ZKS do Šaštína (3. 9. 2015) a na 11. Kalvárske olympijské hry seniorov v Nitre (5. 9. 2015).

Jozef Mikloško, Viera Čepčíková
Foto: Anna Ševčíková

Správa predsedu ZKS

Milé delegátky a delegáti 11. Valného zhromaždenia! ZKS je už 20 rokov občianskym združením kresťansky zmýšľajúcich seniorov. Po Jednote dôchodcov sme druhým najväčším celoslovenským združením seniorov.



Snažíme sa o zmysluplné prežitie života, dôstojné začlenenie do spoločnosti, vzdelávanie a pomoc pri uskutočnení tvorivých plánov. Máme trojstupňovú štruktúru: predsedníctvo (9 ľudí), ústredie (20), regionálne vedenie (8) a kluby (75 klubov). Združujeme asi 4500 seniorov, našou náplňou sú stretávanie, prednášky, školenia, kultúra, púte, šport, semináre, zájazdy. V Rade vlády pre seniorov máme 4 zástupcov. Predseda ZKS bol vymenovaný za ambasadora seniorov SR, je poslancom NR SR. Projektový manažér ZKS Miloš Nemeček bol predsedom pracovnej skupiny, ktorá aj v spolupráci so ZKS pripravila Národný program aktívneho starnutia na roky 2014-2020. Od roku 2012 vydávame časopis Generácie.

Bratislavská časť predsedníctva a vedúci klubov majú 2-4x do mesiaca porady. Ústredie sa schádza 2-3x do roka, pripravuje celoštátne akcie a zahraničné styky. Sme aktívnym členom Fóra kresťanských inštitúcií, v ktorom je takmer 40 organizácií. Sme členmi Aliancie za rodinu (asi 100 organizácií), aktívne sme vystupovali v príprave referenda za rodinu (7. 2. 2015). Podieľali sme sa aj na príprave Pochodu za život v roku 2013 v Košiciach, aj tohoročného pochodu 20. 9. 2015 v Bratislave. V roku 2015 si pripomíname 20. výročie zakladajúceho Valného zhromaždenia ZKS v Bratislave (20. 3. 1995). Tým sme sa stali staršou organizáciou ako Európska únia seniorov, ktorú založili 7. 11. 1995 v Madride.

Od 10. riadneho VZ v Košiciach (27. 9. 2013) sa uskutočnili tieto hlavné akcie Ústredia:

28. 9. 2013 sa uskutočnil v Košiciach seminár „Kultúra v živote seniorov – súčasnosť a perspektívy“. V dňoch 7. – 8. 11. 2013 sa J. Mikloško a M. Nemeček aktívne zúčastnili v Bruseli na kongrese Európskej únie seniorov (ESU). Pri príležitosti volebného roku 2014 sa 21. – 22. 2. 2014 v Bratislave uskutočnil seminár „Kvalita života seniorov a európske voľby“. 12. – 14. 6. 2014 sa delegáti ZKS zúčastnili na medzinárodnej konferencii ESU vo Viedni „Chceme lepšiu Európsku úniu“.

V septembri 2014 sa delegácia ZKS aktívne zúčastnila konferencie ESU v Prahe „Medzigeneračná spolupráca a solidarita“. V novembri 2014 sme v Bratislave pripravili dva spomienkové koncerty zboru zo Svätého Jura, kvinteta a sólistov, na ktorom, okrem iného, odznela skladba G.B. Pergolesiho Stabat Mater. 17. 11. 2014 sme pripravili v Primaciálnom paláci v Bratislave slávnostnú akadémiu „Seniori po roku 1989 – radosti a starosti“ a pri príležitosti 25. výročia Nežnej revolúcie sme vydali špecializované číslo časopisu Generácie. Pod vedením M. Nemečka sa v spolupráci s MPSVR SR vypracoval a vládou SR schválil 80-stranový Národný program aktívneho starnutia na roky 2014 – 2020.

V rokoch 2014-15 sa ZKS zúčastnilo medzinárodného projektu EVARS, v rámci ktorého usporiadalo sériu seminárov pre dobrovoľníkov. V dňoch 23. – 24. 2. 2015, v spolupráci s Nadáciou Konrada Adenauera v Bratislave, prebehol seminár „Minulosť, prítomnosť a budúcnosť ZKS“, počas ktorého sa v panelovej diskusii pripomenulo 20. výročie ZKS. V júni 2015 sa na pozvanie europoslankyne Anny Záborskej uskutočnila exkurzia vybraných seniorov do Európskeho parlamentu v Štrasburgu. Podobná akcia sa opakuje aj v októbri 2015. 3. – 5. 7. 2015 sa za aktívnej účasti delegácie ZKS uskutočnila medzinárodná konferencia ESU vo Viedni „Bezpečnosť seniorov v Európe“. 27. 8. 2015 sa uskutočnilo na Katolíckej univerzite v Ružomberku 11. Valné zhromaždenie ZKS a 27. – 28. 8. 2015 prebehol celoštátny seminár „Európsky rok rozvoja a problém migrácie“.

ZKS pravidelne organizuje na celoštátnej alebo regionálnej úrovni množstvo podujatí:

Každoročne organizujeme tri celoštátne púte. Najväčšou je púť v Levoči, ktorú pripravuje ÚC Prešov za účasti 20-30 tisíc seniorov. Ďalšie tradičné púte sú na Starých Horách a v Šaštíne (tohoročná 3. 9. 2015). Od roku 2012 ZKS za pomoci dotácie na tlač od MPSVR SR vydáva ročne 3-4 50-stránkové farebné čísla formátu A4 časopisu Generácie, ktorý je venovaný problematike seniorov. Výtlačky sú bezplatne distribuované seniorom v náklade 2-3 tisíc kusov na číslo. Každoročne organizujeme za účasti asi 60-100 seniorov športové súťaže seniorov v Nitre (tohoročná 5. 9. 2015), Prešove, Pruskom, resp. v Partizánskom. Organizujeme aj kultúrne a poznávacie zájazdy

do Rakúska, najmä v spolupráci s Rakúskym zväzom seniorov.

Štyria členovia ZKS (J. Mikloško, M. Nemeček, J. Uhnák a J. Gašpar) sú aktívnymi členmi Rady vlády SR pre seniorov. ZKS má aj webovú stránku, viacerí členovia sú aktívni na blogoch a na facebooku.

Jozef Mikloško bol v parlamentných voľbách 2012 zvolený 9471 preferenčnými hlasmi z čísla 34 na číslo 8. Je druhým najstarším poslancom NR SR, aktívne vystúpil v pléne 494-krát. Často kladie otázky a interpelácie členom vlády, je aktívny legislatívne. Členovia ZKS vystupujú v médiách, v blogoch a na facebooku. Darom od NR SR ZKS získalo 49 kusov 10-ročných osobných počítačov, ktoré sa rozdelili záujemcom z klubov po celom Slovensku.

ZKS je riadnym členom Európskej únie seniorov (ESU) od jej založenia v roku 1995. ESU je orientovaná na subjekty Európskej ľudovej strany (EPP) – najsilnejšej frakcie EP. ESU je najväčšou medzinárodnou seniorskou organizáciou, združuje 41 členských organizácií z 27 krajín s viac než miliónom členov. Máme zastúpenie vo Výkonnom výbore ESU (J. Mikloško a M. Nemeček). Delegáti ZKS sa aktívne zúčastňujú aj iných medzinárodných podujatí, každoročne Letnej akadémie ESU vo Viedni (tohoročná bola 3. – 5. 7. 2015). 12. – 14. 6. 2014 sa aktívne zúčastnili konferencie vo Viedni „Chceme lepšiu Európsku úniu“.

Prvým projektom, ktorý ZKS realizuje v rámci EK, je projekt EVARS, zameraný na seniorských dobrovoľníkov. Spolupracujeme v ňom s partnermi z Dánska, Nemecka a Rakúska. V spolupráci so samosprávami sa školili dobrovoľníci, ktorí sú ochotní pomáhať pri riešení problémov seniorskej komunity vo svojej lokalite. Séria seminárov o aktuálnej dobrovoľníckej seniorskej práci prebehla v Bratislave – Ružinove, Trenčíne, Partizánskom a v Prešove. Máme pravidelné kontakty s partnermi najmä z krajín V4. Spoločné aktivity realizujeme najmä s rakúskym Seniorenbundom, najmä jeho krajinskými organizáciami v Burgenlande a Dolnom Rakúsku. Členovia ZKS sa často zúčastňujú aj púti a zájazdov, ktoré sú spojené s kultúrnym a turistickým programom.

Ružomberok, 27. 8. 2015
Jozef Mikloško, predseda ZKS
Foto: Anna Ševčíková



Európsky rok rozvoja v tieni migračnej krízy

Živý seminár v Ružomberku

Európska únia každý rok venuje niektorej z významných globálnych tém. Teraz je to Európsky rok rozvoja 2015.

Nie je to iba formalita. Keď v roku 2011 išlo o Európsky rok dobrovoľníctva, znamenalo to nepochybne impulz pre rozvoj takýchto aktivít – a zrejme nie náhodou vtedy bol na Slovensku prijatý prvý zákon o dobrovoľníctve. Letopočet 2012 – to bol Európsky rok aktívneho starnutia a solidarity medzi generáciami, ktorý v mnohom priniesol zásadne nové pohľady na staršiu generáciu a začal presadzovať filozofiu aktívneho starnutia. Obom týmto témam sa ZKS venuje okrem iného v medzinárodnom projekte EVARS.

Problémy rozvojového sveta

Že sa naša organizácia kresťanských seniorov venuje aktuálnym otázkam potvrdila aj skutočnosť, že



približne stovka zástupcov klubov ZKS sa v Ružomberku zúčastnila tiež celoslovenského seminára s názvom Európsky rok rozvoja 2015 a problémy migrácie. Keď sa vyhlasovala téma európskeho roka, nik netušil, aké rozmery nadobudne migračná a utečenecká kríza. To však

neznamená, že rozvojová pomoc a spolupráca strácajú význam, naopak.

Mnohé z toho, čo sa dnes deje, by bolo inak, keby viaceré krajiny najmä Afriky a Ázie netrpeli zaostalosťou a biedou a niektoré aj krutými konfliktami. Európska únia je na čele rozvojovej pomoci a poskytuje viac než polovicu jej celkového objemu. Dnes dávajú inštitúcie EÚ a členské štáty spolu cez 58 miliárd eur a Európska komisia stanovila ako cieľ dosiahnuť, aby na túto pomoc smerovalo 0,7 percenta hrubého domáceho produktu/dnes je to 0,42 % HDP/. Luxembursko, Švédsko, Nórsko a Dánsko sa však už dnes pohybujú v blízkosti jedného percenta HDP.

Treba otvorene povedať, že Slovensko v tomto ohľade zreteľne zaostáva – v posledných rokoch dávame čosi cez 60 miliónov, čo je iba 0,09 percenta HDP. Naš predseda Jozef Mikloško sa ako poslanec a člen výboru pre ľudské

práva parlamentu tejto téme venuje dlhodobu a nedávno vystúpil kriticky s tým, že navyše pomoc nesmeruje najchudobnejším a najpotrebnejším krajinám. Prioritou rozvojovej spolupráce SR sú Afganistan, Keňa a Moldavsko... Popri rozsahu pomoci je samozrejme dôležitá aj jej efektívnosť – a v tom je jeden z veľkých problémov pre najväčších svetových donorov na čele s EÚ.

Ako pomáhať

Keďže seminár prebiehal na pôde Katolíckej univerzity v Ružomberku, spolu s Jozefom Mikloškom ho otváral jej rektor Jozef Jarab. Na tému rozvojovej pomoci i migračnej a utečeneckej krízy zdôraznil najmä význam prístupu v humánnom, kresťanskom duchu. Morálnu dimenziu tejto otázky v rámci

globálneho sveta podčiarkla Miriam Lexmann, riaditeľka medzinárodného Republikánskeho inštitútu v Bruseli.

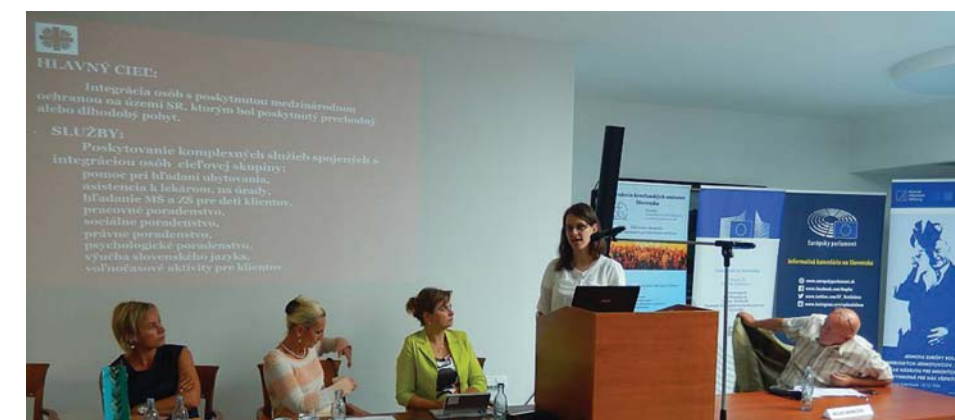
Aj keď táto problematika má tie najširšie celosvetové súvislosti, nemalo pre to môžeme urobiť aj u nás. Ukázal to Marián Čaučík, riaditeľ Dobrej noviny – ktorý nie náhodou je tiež ambasádorom Európskeho rozvoja. Do Dobrej noviny sa v úlohe koledníkov od Vianoc do Troch kráľov každoročne zapája viac než dvadsať tisíc detí a mládežníkov. Nielenže s týmto krásnym poslanstvom navštívia desaťtisíce domácností, ale aj vyzbierajú pekný finančný obnos. Vlni to bolo cez 900 tisíc eur, išli do najpostihnutejších afrických krajín. Aj takto sa dá pomáhať.

Zuzana Številová, predsedníčka

Ligy za ľudské práva, zasa priblížila iné formy angažovanosti pri migrácii v Európe a na Slovensku. Predovšetkým pripomenula rozdiel medzi ekonomickými migrantmi, ktorí z vlastného rozhodnutia hľadajú lepšie podmienky života a nevzťahujú sa na nich pravidlá pomoci. Zásadne iná kategória sú utečenci, obeť vojen a prenasledovania – tam medzinárodné zásady i ľudskosť jasne hovoria o poskytnutí azylu i rôznych foriem pomoci.

Nevyhnutný je spoločný postup

Klára Rundová, vedúca komunikácie Zastúpenia Európskej komisie na Slovensku v číslach priblížila rozmery súčasnej migrácie a vlny utečencov ako aj predstavy Európskej komisie o potrebných krokoch spoločného





postupu. Nie je tajomstvom, že na Slovensku sú na niektoré body / najmä známe kvóty/ rozličné pohľady a niečo z toho sa odrazilo aj v živej diskusii počas seminára. Zaznievali otázky i obavy, ale nemenej často bola zrejmá ľudská spoluúčasť.

Objavil sa aj nie nový otáznik, ako sa vysporiadame s príchodom ľudí z iných kultúr, keď nevieme riešiť problém rómskej menšiny. Na to veľmi konkrétne reagovala Miroslava Szitová, ktorá sa touto témou zaoberá nielen ako podpredsedníčka KDH, ale aj veľmi bezprostredne ako komunálna politička v prostredí so silnou rómskou komunitou. Podčiarkla, že tam, kde týchto spoluobčanov aktívne zaangažujú do zlepšenia vlastného života, sa najlepšie darí napredovať.



Veľmi pekné príklady pomoci priniesli Katarína Zollerová z Univerzity svätej Alžbety a Lenka Bérová zo Slovenskej katolíckej charity. Univerzita sv. Alžbety odvádza neuveriteľnú prácu pri pomoci v mnohých krajinách, ktoré sú najviac postihnuté konfliktami, prírodnými pohromami, zaostalosťou a biedou. Katolícka charita zasa významne prispieva k tomu, aby utečenci a azylanti aj na Slovensku našli pomocnú ruku v najťažších chvíľach. Takéto činy treba nielen oceniť, ale aj nasledovať.

Veľmi aktuálny, živý a podnetný seminár v Ružomberku bol napokon tiež dielom spoločného úsilia. Konal sa pod záštitou europoslankyne Anny Záborskej a účastníci ocenili jej poslanstvo a príspevok. ZKS pri organizovaní podporili Zastúpenie Európskej komisie aj Informačnej kancelárie Európskeho parlamentu na Slovensku, Nadácia Konrada Adenauera i Nadácia Antona Tunegu. Všetkým patrí vďaka – a je



nepochybne správne, že kresťanskí seniori sa hlboko zaujímajú o otázky, ktoré hýbu svetom, Európou i našou krajinou.

Miloš Nemeček
Foto: Anna Ševčíková



ZASTÚPENIE EURÓPSKEJ KOMISIE NA SLOVENSKU INFORMAČNÁ KANCELÁRIA EURÓPSKEHO PARLAMENTU NA SLOVENSKU NADÁCIA KONRADA ADENAUERA V BRATISLAVE NADÁCIA ANTONA TUNEGUA ZDRUŽENIE KREŠŤANSKÝCH SENIOROV SLOVENSKA USPORIADAJÚ CELOŠTÁTNY SEMINÁR POD ZÁŠTITOU EUROPOSLANKYNE ANNY ZÁBORSKEJ **Európsky rok rozvoja 2015 a problémy migrácie**

Ružomberok, 27. - 28.8.2015, Areál Katolíckej univerzity, Hrabovská 1

PROGRAM

27. august 2015 (štvrtok)

18:00 príchod, ubytovanie
a registrácia účastníkov

19:00 Panelová diskusia

až 20 rokov ZKS a súčasné
21:30 problémy Slovenska - myslí
globálne a konaj lokálne
promócia špecializovaného
čísla časopisu GENERÁCIE

Rozvojová pomoc
prostredníctvom Dobrej noviny

riaditeľ Dobrej noviny, ambasádor
Európskeho roka rozvoja

Miriám Lexmann

Morálna dimenzia
globálneho sveta

riaditeľka medzinárodného
Republikánskeho inštitútu v Bruseli

Anna Záborská

Európsky rok rozvoja
z pohľadu EP

poslanec Európskeho parlamentu

vedúca komunikácie,
Zastúpenie Európskej komisie v SR
Vadim Brežný

Procesy migrácie
- úskalia a šance

medzinárodný poradca

Miroslava Szitová

Spoluzitíe s Rómami
na Slovensku a v Európe

podpredsedníčka KDH

Katarína Zollerová

Rozvojová a humanitárna
pomoc Univerzity sv. Alžbety

projektový manažér Univerzity

Lenka Bérová

Pomoc Slovenskej katolíckej
charity utečencom

kultúrny mediátor,

Slovenská katolícka charita

13:15 Diskusia

13:45 Závety a odporúčania seminára

14:00 Obed



Sedemnástročná cesta slovenských pochodov za život

Dohovor o právach dieťaťa som ako podpredseda vlády ČSFR pre ľudské práva predložil Federálnemu zhromaždeniu (FZ), ktoré ho na prvé výročie Novembra, 17. 11. 1990 schválilo. Listinu základných práv a slobôd schválilo FZ 9. 1. 1991, bola tam aj veta poslanca Ivana Fišera: „Ľudský život je hodný ochrany pred narodením“. Nebola to fráza, prevzala ju aj Ústava SR. Za 42 rokov totality sa v ČSSR stalo 5080 kriminálnych vražd, 8300 politických vražd a 79 tisíc úmrtí pri automobilových nehodách. Za posledných 21 rokov totality sa uskutočnilo 1 785 160 potratov.



lekárov, V. Rafael z detského domova vyrozprával svoj príbeh, modlitbu za deti pridala T. Lenczová, pár slov som dodal aj ja. Pamätník neodsudzoval, iba pripomínal, že život nenarodeným nemožno brať.

Nadácia Spolupatričnosť usporiadala 1. 11. 1998 prvýkrát na Slovensku aj Pochod za život v Bratislave. Pohli sme sa od kapucínov, pokračovali ulicami, zastavovali sme pred kostolmi, znel spev a modlitby. Pri Pamätníku nenarodeným zaznel úryvok z Mozartovho Requiem. K asi 300 prítomným prehovoril L. Šoltés, T. Lenczová, J. Fekete, E. Čerňovská, J. Pajanová, J. Hudáček a ja. J. Husár predniesol báseň T. Križku: Ľarchavá, D. Mikloško zaspieval Ave Verum, sestry Matky Terezy sa pomodlili a kňazi nás požehnali. Pri Mozartovej a Čajkovského hudbe a po úprimných vyznaniach viacerí zaslzili. Je pozoruhodné, ako sa za 17 rokov táto nesmelá slávnosť zmenila na obrovskú riekku života.

Ľudský život a jeho ohrozenie

Rast plodu v tele matky je zázrakom. V jeho vývoji neexistujú skoky, žiadny seriózny vedec dnes nespochybuje, že počiatok ľudského života je počatie. Prof. P. Fedor-Freybergh hovorí: „Ľudský život považujeme za nepretržitú a nedeliteľnú kontinuitu, začínajúcu

počatím, kde každá vývojová fáza je rovnako dôležitá a všetky fázy sú na sebe závislé... Tehotná žena, a aj „tehotný“ otec nie je len pasívnou nositeľkou alebo prijímačom rastúceho plodu, ale veľmi aktívny účastník vzájomného psycho-biologického dialógu...“ Ďalej slovenský vedec tvrdí: „Trebá priznať tehotnej žene kompetencie veľkých kreatívnych možností pre seba a dieťa v priebehu tehotenstva a tiež prenatalnému dieťaťu kompetenciu rovnocenného partnerstva v tomto dialógu... Ideálne by malo byť dieťa milované už prenátálne... Akým spôsobom je s ním zaobchádzané, takým bude ono zaobchádzať so svetom... Od momentu počatia je ako nový a jedinečný ľudský jedinec rovnocenným partnerom s kompletnou genetickou výbavou a vlastnou vnútornou dynamikou, ktorý si zasluhuje rešpekt a ochranu celej spoločnosti...“

Na svete bolo r. 1995 46 mil. potratov, v r. 2003 42 mil., asi 22 % tehotenstiev končilo umelým potratom (UP). Najhoršie na tom bola Ázia - 26 mil. a Afrika - 5,6 mil. Bohatá Európa, ktorá starne a vymiera, mala 4,3 mil. UP. V r. 2100 v nej bude na jedného Európana 14 neeurópanov. Na Slovensku za 50 rokov skončilo UP 1,36 mil. detí, každé štvrté dieťa. Vrchol bol v r. 1988, keď

sa uskutočnilo 51 tis. UP. Na 100 narodených detí bolo vtedy viac ako 70 UP. Posledné roky pôrodnosť nevrastá a potratovosť klesá, aj keď sa nezohľadňuje rast používania abortívnych piluliek „deň potom“. V r. 2004 sa zo 100 tehotenstiev 73 skončilo narodením. V r. 2005 bolo na Slovensku 14.427 UP, v r. 2014 ich bolo 7501.

Celoslovenské Pochody za život

V r. 2013 sa Košice stali Európskym mestom kultúry života. Počas dvoch dní sa davy zastali najbezbrannejších, ktorí „tiež chcú demokraciu“. Výzvu „Podťe von a bojujte za život“ prijalo prekvapujúco veľa, najmä mladých ľudí z celého Slovenska. Od revolúcií v 1989 sme takú akciu nezažili. Ukázala silu cirkvi, schopnosti jej mobilizácie a možnosti tlaku na politiku. Na tamojšej konferencii „Spoločnosť, hodnoty a ochrana života“ som povedal: „Ochrana života, to je okrem potratov, aj eutanázia, trest smrti, predávanie orgánov, genové manipulácie, umelé oplodnenia... Potratov je ročne vo svete asi 40-50 miliónov, akoby denne havarovalo 235 veľkoietadiel, každé so 466 deťmi na palube. Za nenarodené deti sa treba modliť, obetovať za ne omše, prijať ich s menami do rodiny, vyhradiť im miesta na cintorínoch, spomínať na ne pri pamiatke zosnulých, stavať im pamätníky. Potraty sú mnohoparametrický problém, ich riešenie je vo výchove úcty k životu, sexuálnej výchove, zdravotnej starostlivosti, zlepšení ekonomickej a sociálnej situácie rodín, podpore mnohohetných rodín, výstavbe sociálnych bytov a azylových domov pre slobodné matky, je to vec legislatívy. Aj najlepší zákon nič nezmení, ak sa nezmenia srdcia ľudí...“

Boli to netradičné dni s reťazou za život, vyše 120-metrovým transparentom textu encykliky Evangelium Vitae, zbierkou potravín pre opustené matky, oblepením Ústavného súdu, pätnástimi

pro life konferenciami, z ktorých sršalo: „Zastavte útoky proti životu a tradičnej rodine.“

Po košickom Pochode za život sa 20. 9. 2015 uskutočnil aj bratislavský. Prekonal všetky očakávania - účasťou, atmosférou, aj kultúrnosťou. Seniori z celého Slovenska, aj zo Združenia kresťanských seniorov Slovenska, išli pod transparentom „Združenie kresťanských seniorov je za život“.

Nechcem nosiť drevo do lesa, odcitujem iba niekoľko myšlienok z článku v Konzervatívnom denníku z 20. 9. 2015, ktorý napísal František Múčka: „Nová generácia za život. Niečo sa už musí zmeniť.“

„Zázrak z Košíc 2013 sa zopakoval. Na bratislavskom Pochode sa zúčastnili desaťtisíce, ktoré prišli podporiť program pro life hnutia. Bratislava po roku 1989 nezažila masívnejšiu manifestáciu. V priebehu dvoch rokov sa u nás sformovala nová angažovaná generácia. Odhady účasti sa pohybujú okolo 80 tisíc ľudí. Bratislava napodobnila Košice účasťou a aj atmosférou: v dave prevažovala mladá a stredná generácia, študenti, rodiny s deťmi. Väčšinu tvorili praktizujúci katolíci, ale boli tam aj ľudia, ktorí pochod za život vnímali viac ako občiansku akciu.“

Slovenské pro life hnutie sa vyvinulo do podoby, akú mu môžu závidieť konzervatívci v omnoho ľudnatejších a vyspelejších krajinách, než je Slovensko. Nikde v strednej Európe, a okrem Francúzska ani v západnej Európe, neexistuje takéto masívne prorodinné hnutie. Ak hovoríme o jedinečnosti slovenského hnutia, vôbec nejde len o masovosť a davy. Naši pro liferi vynikajú aj kultúrovanosťou a tým, ako sa pokúšajú viesť dialóg s okolitým svetom: 19. 9. 2015 ponúkli mimoriadne bohatý program diskusií a workshopov, kam pozývali aj ľudí z opačného názorového tábora.

Na rade sú teraz najmä politici. Ani jedna politická strana by do ulíc nedokázala priviesť desaťtisíce. Ak sme demokratickou krajinou, v ktorej sa politika nemá meniť len výsledkami volieb, ale aj aktivitami a angažovanosťou ľudí, volanie z Bratislavy musia zobrať politici vážne. Pro life hnutie im vychádza v ústrety svojim realizmom – nežiada od nich zákaz potratov, vie, že na to v súčasnosti neexistuje spoločenská dohoda. Žiada zmeniť prorodinnú legislatívu tak, aby aj matky, ktoré sa ocitli v núdzovej situácii, videli alternatívu napr. tým, že sa s pomocou štátu vytvorí účinná sieť pomoci tehotným matkám. Je potrebné zlepšiť informovanosť žien, ktoré zvažujú potrat – skúsenosti z praxe ukazujú, že „informovaný súhlas“ sa často naplní len formálne a ženy nie sú vedomé ďalších alternatív. Civilizovaná krajina by si mala dať za cieľ zabrániť potratom, ktoré sa dejú zo sociálnych či ekonomických dôvodov, spolu so zavedením siete pomoci.

Desaťtisíce ľudí z celého Slovenska povedali svoje jasné áno pre nenarodený život. Teraz je rad na parlamente a vláde, aby ich konečne zobrali vážne.“ Všetci ľudia s prirodzeným svedomím dobre vedia, že ak na jar vytnete kvitnúcu jablňu, zničili ste aj tonu jabĺk, ktoré by urodila. V myslí mi utkvel transparent z bratislavského Pochodu, na ktorom bolo: „Každý, ktorý je za potraty, sa už narodil.“

„Follow up“ po Pochode za život bola akcia Strom za život, ktorú zorganizovala Nadácia Antona Tunegu 10. 10. 2015 o 10 hod. v Škutovkách a v Liptovskej Osade. Dala si za cieľ za každé nenarodené dieťa v r. 2014, bolo ich 7501, vysadiť stromček. Účastníci tým chceli prispieť k obnove ľudskosti, k vyššej kultúre života a k posilneniu ekológie na Slovensku. Celkovo tam pracovalo sedem brigád, tá, v ktorej som bol ja, zasadila 540 mladých smrekov.

Jozef Mikloško

Foto: Anna Ševčíková

Majte svoje úspory v bezpečí, radšej v banke ako pod vankúšom

Jeseň života je pre mnohých seniorov obdobím, kedy vo svojich dlaniach radšej obrátia každé euro, pretože peňazí nikdy nie je navyše. Dvakrát si rozmyslia, čo si kúpia a čo nie. Okrem bežných finančných záležitostí a nutností, ktoré prináša život, vás však môžu neraz prekvapiť nečakané výdavky. Či už pokazený sporák alebo výmena okien, vždy je lepšie mať rezervu. Vďaka nej potom môžete finančne pomôcť aj svojim deťom alebo vnúčatám.



sporenie si pritom môžete odkladať aj po desať eur, a to kedykoľvek, keď vám nejaké to euro zostane stranou. Banka zhodnotí úspory 0,5-percentným úrokom. Ak ste navyše klientom Poštovej banky a aktívne využívate

Ak sa vám naskytne príležitosť si nejaké to euro aj odložiť, mali by ste starostlivo zvážiť, kam tieto peniaze uložíte. Média často upozorňujú na prípady podvedených a okradnutých seniorov, ktorí prišli o svoje úspory, ktoré držali doma. Lepším riešením je mať ich preto v bezpečí v banke, ale zároveň aj kedykoľvek poruke, keď je treba. Bonusom je výhodný úrok, vďaka ktorému budú vaše úspory rásť.

Žiadna viazanosť

Práve pre seniorov, ktorí si chcú čo-to odložiť, no v prípade potreby mať peniaze k dispozícii, pripravila Poštová banka riešenie - Dobré sporenie REZERVA. Vďaka nemu si môžu šetriť pre seba alebo blízkych, no v prípade nečakaných výdavkov sa k peniazom ľahko dostanú. Na

svoj Dobrý účet, môžete získať dvakrát vyšší úrok. Viac informácií o podmienkach sa dozviete na obchodných miestach Poštovej banky.

Myslite v predstihu a zarobíte viac

Ak chcete zarobiť na svojich úsporách ešte viac a šetriť dlhodobo, napríklad vnúčatám na školu, riešením pre vás môže byť Dobré sporenie ISTOTA. Vďaka nemu si šetríte desať rokov. Ak budete každý mesiac pravidelne odkladať na sporenie aspoň desať eur, Poštová banka vás odmení zvýhodnenou

2,5-percentnou úrokovou sadzbou. Vďaka Poštovej banke môžete mať v sporení aj jednoduchý prehľad. Ak sa totiž rozhodnete šetriť napríklad pre viacero vnúčat, jednotlivé sporenia si môžete podľa nich aj pomenovať.

Garantované úroky a zákonná ochrana vkladov

Ktorýkoľvek z týchto sporiacich produktov si vyberiete, máte istotu, že úroky pri nich sa nebudú znižovať. Zriadenie, vedenie aj zrušenie sporenia sú úplne zadarmo. Sporenie si môžete založiť na ktorejkoľvek pobočke Poštovej banky a na vybraných poštách. Ďalšie peniaze na sporenie môžete vkladať na ktorejkoľvek pošte, ktorá je vám najbližšie a rovnako si na pošte môžete svoje nasporené peniaze vyberať.



Vyberte si svoje dobré sporenie a šetríte výhodne

- dobré sporenie REZERVA
- dobré sporenie ISTOTA
- dobré sporenie INVESTÍCIA

Viac o podmienkach ponuky na www.postovabanka.sk

Upozornenie (platné pre dobré sporenie INVESTÍCIA): Úlohou tohto reklamného dokumentu nie je nahradiť kľúčové informácie pre investorov, predajný prospekt, štatút podielového fondu, ktoré sú k dispozícii v slovenskom jazyku na obchodných miestach spoločnosti PRVÁ PENZIJNÁ SPRÁVCOVSKÁ SPOLOČNOSŤ POŠTOVEJ BANKY, správ. spol., a. s., a na stránke www.penzijna.sk. S investíciou do podielového fondu je spojené aj riziko, ktorého miera je závislá od investičnej stratégie podielového fondu. Hodnota investície do podielového fondu, ako aj výnos z nej môžu stúpať alebo klesať a podielník nemusí dostať späť celú investovanú sumu. V súlade so štatútom podielového fondu môže podiel prevoditeľných cenných papierov alebo nástrojov peňažného trhu vydaných alebo zaručených štátnymi alebo orgánmi uvedenými v štatúte prekročiť 35 % hodnoty majetku v podielovom fonde, pričom tento podiel môže dosiahnuť až 100 %. V prípade špeciálneho podielového fondu nehnuteľností NÁŠ PRVÝ REALITNÝ o.p.f. môže správca, ak je to v záujme podielníkov, predĺžiť lehotu na vyplatenie podielových listov najdlhšie na 12 mesiacov.



Čo ukázal projekt EVARS

O medzinárodnom projekte EVARS, zameranom na prípravu seniorov – dobrovoľníkov, sme už viac razy písali. Väčšinou z pohľadu Združenia kresťanských seniorov a toho, čo priniesol dobrovoľníkom z našich radov a pre aktivizáciu celej organizácie a zapojených klubov. Pri záverečnom hodnotení je však nemenej dôležité oceniť úlohu miestnych samospráv a ďalších inštitúcií, ktoré mali v projekte veľmi dôležité miesto.



Keď sme sa rozhodovali, na ktorých miestach budeme realizovať projekt EVARS, najdôležitejšie boli dve kritériá. Po prvé, kde pracujú početné a aktívne organizácie ZKS a po druhé, kde sú čo najlepšie vzťahy a spolupráca so samosprávami a aká je úroveň ich práce, personálna kapacita, ako aj ochota na spoluprácu v rámci projektu.

Na základe toho sme sa rozhodli pre Bratislavu a jej mestskú časť Ružinov /2. najväčšia, približne 80 tisíc obyvateľov/, krajské mesto Trenčín a okresné centrum Partizánske. Veľmi dôležitá pre Slovensko je východná časť krajiny, kde je mimoriadne silná základňa ZKS a kde nájdeme druhé a tretie najväčšie mesto Slovenska Košice a Prešov. Pri začatí

projektu EVARS sme komunikovali s obomi. Väčšiu pripravenosť a ústretovosť pre spoluprácu ukázalo mesto Prešov a tak sa stalo dobrovoľníckou základňou pre východné Slovensko.

Prvé kontakty

Vo všetkých prípadoch sme mohli nadviazať na doterajšie vzťahy a spoluprácu. V rámci projektu EVARS prvý kontakt smeroval na jednotlivé samosprávy na úrovni primátora či starostu a jeho sekretariátu. Položili sme im v rámci spoločnej ankety otázky o skúsenostiach s dobrovoľníctvom všeobecne a osobitne so seniormi a tiež na ochotu a pripravenosť spolupracovať na projekte EVARS. Odpovede boli veľmi podobné: Konštatovali istú skúsenosť s dobrovoľníctvom, nie však na systematickej úrovni, vyjadrovali záujem zdokonaľiť ju, osobitne so seniormi – a jednoznačne vyslovili pripravenosť na aktívnu účasť v projekte EVARS.



Rovnako v ďalšej etape sa komunikácia odohrávala na úrovni hlavy samosprávy a jeho sekretariátu. Podrobnejšie sme prebrali hlavné zameranie a jednotlivé témy projektu EVARS a diskutovali najlepšie možnosti spolupráce pri jeho realizácii s ohľadom na celkové zameranie projektu EVARS ako aj uplatnenie národných a lokálnych špecifik v jeho rámci. Vo všetkých prípadoch výsledok komunikácie bol, že najvhodnejším partnerom pre spoluprácu v rámci projektu sú oddelenia sociálnych otázok a služieb. Súčasne nám ich zástupcovia odporúčali ďalšie inštitúcie, vhodné na tréningy dobrovoľníkov – seniorov v jednotlivých mestách.

Kľúčové problémy

Pri všetkých prieskumoch Eurostatu na tému, ktoré problémy považujú občania jednotlivých krajín EU za najdôležitejšie, v prípade Slovenska vždy na prvých miestach vychádzali sociálne problémy a sociálne služby, zdravotná starostlivosť a nezamestnanosť. Až v poslednom

čase sa medzi prioritné otázky dostala migrácia. Tieto skutočnosti bolo dôležité zohľadniť v obsahu a forme spolupráce pri vzdelávaní dobrovoľníkov – seniorov.

Kľúčovú úlohu na poli sociálnej problematiky a sociálnych služieb v systéme verejných inštitúcií na Slovensku majú miestne samosprávy a konkrétne ich oddelenia sociálnych vecí. Tie v rozhodujúcej a cenovo prístupnej miere zabezpečujú terénne /domáce/ sociálne služby a tiež zariadenia sociálnych služieb, konkrétne tiež domovy pre seniorov. S vedením týchto oddelení na všetkých 4 miestach sme sa dohodli, že sa budú aktívne podieľať na tréningoch dobrovoľníkov – seniorov na tieto témy. To na jednej strane prinieslo školeniam dobrovoľníkov tie najkompetentnejšie a najkonkrétnejšie informácie, na druhej strane vytvorilo lokálnym autoritám možnosť veľmi široko prezentovať svoje aktivity a distribuovať tieto informácie vhodnej cieľovej skupine.

V diskusiách s pracovníkmi týchto sociálnych oddelení sme však prišli k záveru, že sú aj ďalšie lokálne a regionálne inštitúcie, ktoré môžu významne prispieť k obsahu tréningov v rámci projektu EVARS. Sú to predovšetkým Úrady práce, sociálnych vecí a rodiny, ktoré majú rozhodujúce kompetencie v otázkach zamestnanosti a pri práci s rodinami, komunitami a zraniteľnými skupinami, predovšetkým zdravotne postihnutými občanmi, ktorí sa vo zvýšenej miere vyskytujú práve medzi seniormi.

V zdravotnej oblasti zasa najkvalifikovanejšie znalosti majú regionálne Úrady verejného zdravotníctva, predovšetkým v programoch prevencie najčastejšie sa vyskytujúcich a najnebezpečnejších ochorení ako srdcové a cievne choroby či rakovina a v presadzovaní zdravého životného štýlu. Pre prevenciu a boj s demenciou a Alzheimerovou chorobou zasa má význané miesto organizácia Centrum Memory. Aby sme dosiahli čo najvyššiu kvalitu a konkrétnosť tréningov,



dohodli sme sa so všetkými týmito inštitúciami, že sa zapoja do týchto tréningov dobrovoľníkov – seniorov v rámci projektu EVARS.

Inicitívny prístup

Ak máme hovoriť celkom konkrétne, v Bratislave našimi partnermi boli predovšetkým starosta mestskej časti Bratislava – Ružinov Dušan Pekár a vedúca odboru sociálnych vecí Henrieta Valková, v Trenčíne primátor Richard Rybníček, vedúca sociálneho oddelenia Barbora Činčárová a riaditeľ sociálnych služieb mesta Trenčín Ladislav Pavlík. V Partizánskom to bol primátor mesta Jozef Božík, Mária Hazuchová, predsedníčka sociálnej komisie mesta Partizánske a Jarmila Sasková zo sociálneho odboru. V Prešove primátorka Andrea Turčanová a vedúca odboru starostlivosti o seniorov a zdravotne postihnutých občanov Jana Zakharovská.

Vo všetkých mestách to boli ďalej Úrady práce, sociálnych vecí a rodiny, väčšinou na úrovni riaditeľa a tiež regionálne Úrady verejného zdravotníctva. Za Centrum Memory veľmi aktívne prezentovala otázky prevencie a boja s demenciou a Alzheimerovou chorobou riaditeľka Mária Čunderlíková. Vo všetkých prípadoch sme spoluprácou v rámci projektu EVARS vytvorili platformu pre ďalšiu kooperáciu.



So samosprávami, lokálnymi a regionálnymi inštitúciami sme sa teda spoločne zaoberali predovšetkým otázkami sociálnych problémov a služieb, situáciou seniorov, problematikou rodín, mládeže a komunit, zdravotnou starostlivosťou s dôrazom na prevenciu pri srdcovo-cievnych ochoreniach, rakoviny a zdravého životného štýlu a osobitne čoraz vážnejším problémom demencie a Alzheimerovej choroby.

Prínosy pre všetkých

Jednotlivé fázy spolupráce a tréningu dobrovoľníkov – seniorov možno rozdeliť na 3 úrovne. V prvom dobrovoľníci získali základné informácie o danej téme, legislatíve a všeobecných pravidlách a kompetenciách. V druhej fáze boli v popredí lokálne a regionálne špecifiká

týchto otázok a konkrétne príklady a možnosti. Treťou etapou bola interaktívna diskusia o možnostiach prehĺbenia spolupráce medzi ZKS a samosprávami aj ďalšími inštitúciami v týchto témach a konkrétneho zapojenia seniorov – dobrovoľníkov.

Táto spolupráca priniesla významné benefity všetkým zúčastneným – samosprávam a ďalším zaangažovaným subjektom, dobrovoľníkom – seniorom a tiež ZKS ako celku, aj jednotlivým zapojeným miestnym organizáciám. Spolupracujúce inštitúcie sú nepochybne najkompetejšími pre mnohé zásadné témy, ktoré sa týkajú občanov a konkrétne otázok, ktoré boli v centre pozornosti projektu EVARS. Stretli sme sa s ochotným prístupom, vysokou mierou odbornosti aj angažovanosti na prospech občanov a konkrétne seniorov. Personálna kapacita však väčšinou neumožňuje natoľko blízky kontakt a komunikáciu s komunitami či jednotlivcami, ako by bolo ideálne, nie všetky informácie a impulzy sa dostanú až k tým, ktorým majú slúžiť.

Vyškolením približne stovky dobrovoľníkov – seniorov a prehĺbením spolupráce zo ZKS na národnej aj miestnej úrovni lokálne inštitúcie získavajú množstvo pomocníkov, ktorí majú veľmi dobré kontakty a komunikačné možnosti v rámci komunit. Môžu



tak seniorom, rodinám, komunitám a ďalším občanom sprostredkovať informácie o aktivitách a službách, poskytovaných lokálnymi autoritami.

Konkrétne príklady

Uvedme niektoré veľmi konkrétne príklady. Miestna samospráva v Bratislave – Ružinove poskytuje sociálne služby tiež v domove pre seniorov, kde ich žije spolu takmer 250. Tesnejšia spolupráca so ZKS a dobrovoľníkmi, pripravenému v projekte EVARS umožní, aby títo dobrovoľníci pomáhali v domove pre seniorov pri kultúrnych, vzdelávacích, turistických a ďalších aktivitách. V Trenčíne práve v čase tréningov EVARS začalo vznikať centrum pre rodinu. V Partizánskom a v Prešove sa v spolupráci ZKS, samospráv a miestnych škôl pripravili športové dni, na ktorých sa popri senioroch zúčastnili tiež žiaci týchto škôl a bol to pekný príklad medzigeneračnej spolupráce. V Prešove sme zistili, že vo viacerých okolitých obciach sú seniori aktívni v kultúre, najmä folklórnom tanci a speve. Spoločne



so samosprávou uvažujeme o malom festivale seniorských folklórnych skupín. Podobných konkrétnych príkladov toho, k čomu viedol project EVARS, je ešte viac.

Keď sme pripravovali tréningy v rámci projektu EVARS, na Slovensku nebola téma migrácie výrazne v popredí. Medzitým sa s vývojom situácie stala táto otázka oveľa živšou aj na Slovensku. Vo verejnosti a často práve medzi staršou generáciou chýbajú v tomto smere seriózne informácie, často prevažujú obavy a predsudky. Navyše je tento rok Európsky rok rozvoja a to je ďalší dôvod, pre ktorý treba viac hovoriť o rozvojových krajinách, ich problémoch, vrátane tých, ktoré vedú k migrácii a o tom, čo môže pre tieto krajiny EÚ a Slovensko pozitívne robiť. V spolupráci so zastúpeniami Európskej komisie a Európskeho parlamentu a ďalšími inštitúciami sa ZKS rozhodlo pripraviť celoslovenskú konferenciu s názvom Európsky rok rozvoja, Slovensko a problémy migrácie. Zúčastnilo sa na nej takmer sto seniorov z organizácií ZKS z celého Slovenska.

Aktivity pokračujú

Projekt teda ukázal, že je možné nájsť dostatok spolupracujúcich subjektov, doslova spojencov, nielen pre školenia seniorov – dobrovoľníkov, ale aj ďalšie aktivity našej organizácie. Veď napokon samosprávy a tiež iné inštitúcie



majú väčšinu z týchto tém doslova v popise práce – a čím viac sa informácie o tom a komunikácia dostanú medzi občanov, o to lepšie pre všetkých zainteresovaných. V priebehu školení sa už objavili aj ďalšie témy, o ktoré je záujem. Napríklad finančná a spotrebiteľská gramotnosť, otázky bezpečnosti a právnej pomoci pre seniorov a viaceré ďalšie. Nielen v Bratislave, ale v podstate všade možno nájsť kompetentné a ochotné organizácie a odborníkov, ktorí sa nezištne zapoja.

A dôležitá je tiež vlastná iniciatíva klubov ZKS. Pri projekte EVARS ukázali veľkú mieru angažovanosti a organizačných schopností. A napríklad z Partizánskeho prichádza vlastné rozhodnutie, že vyškolení dobrovoľníci sa budú pravidelne stretávať, vyhodnocovať svoje aktivity a hľadať ďalšie možnosti uplatnenia. Projekt sa takto vlastne nekončí, ale stáva sa dobrým príkladom a impulzom.

Miloš Nemeček
Foto: Anna Ševčíková



Dôležité informácie pre dobrovoľníkov, zapojených do projektu EVARS

Samospráva a sociálne služby

Keď sme rozbiehali medzinárodný projekt prípravy seniorov – dobrovoľníkov EVARS, bolo jasné, že popri ochote samotných starších dobrovoľníkov bude kľúčová spolupráca so samosprávami vo všetkých štyroch lokalitách. Teda v Bratislave a predovšetkým v jej mestskej časti Ružinov, v Prešove, Trenčíne a Partizánskom.



Doterajšie skúsenosti a kooperácia s nimi naznačovali, že môžeme rátať s pozitívnym postojom. Skutočnosť však v tom najlepšom predstihla naše očakávania. Počnúc najvyššími predstaviteľmi týchto samospráv, ktorí sa živo zaujímali o projekt a spoluprácu so ZKS. A keďže sa ukázalo, že v popredí záujmu staršej generácie i našich dobrovoľníkov stoja najmä sociálne otázky a služby, kľúčovú úlohu zohrali najmä oddelenia sociálnych záležitostí týchto samospráv.

Prístup všetkých si zaslúži ocenenie. Postup sme si však vyskúšali ako na prvom mieste v Bratislave,

v spolupráci s ružinovskou samosprávou a na jej podnet aj s bratislavským Úradom práce, sociálnych vecí a rodiny, ktorý / rovnako ako v iných mestách/ má na starosti napríklad pomoc pre zdravotne postihnutých občanov. Do projektu sa veľmi iniciatívne zapojila Mgr. Henrieta Valková, vedúca odboru sociálnych služieb Miestneho úradu Bratislava – Ružinov. Pripravila tiež prehľad hlavných kompetencií a úloh samospráv na poli sociálnych služieb, ktorý bude nepochybne osožný pre seniorov – dobrovoľníkov a pri ich práci v rámci svojich komunít.

(mn)
Foto: Anna Ševčíková

Postup pri vybavovaní sociálnej služby

Občan podáva **Žiadosť „o posúdenie odkázanosti na sociálnu službu“** na daný obecný mestský alebo miestny úrad podľa miesta trvalého bydliska. Príklad: ak ste občan s trvalým pobytom v Ružinove, podávate žiadosť na Miestnom úrade MČ (mestskej časti) Bratislava-Ružinov.

- V žiadosti vyplníte Vaše osobné údaje.
- V žiadosti si vyberiete a označíte z uvedenej ponuky druh sociálnej služby, na ktorú budete ako žiadateľ o poskytnutie sociálnej služby v rámci posudkového procesu posúdený. Môže ísť o formu sociálnej služby pobytovú alebo terénnu. Vyberiete si teda ten typ sociálnej služby, ktorý momentálne bude riešiť vašu sociálnu situáciu.
- Prílohou žiadosti je tlačivo **Potvrdenie lekára o zdravotnom stave žiadateľa**. Uvedené tlačivo je potrebné nechať potvrdiť vašim zmluvným (obvodným) lekárom. Toto tlačivo predkladáte v tom prípade, ak nemáte k dispozícii vyjadrenie vášho ošetrojúceho, odborného lekára, ktoré nie je staršie viac ako 6 mesiacov (napr. prepúšťacia správa z nemocnice, odborné nálezy a pod.).
- Ďalšou prílohou môže byť fotokópia aktuálneho rozhodnutia Sociálnej poisťovne o výške vášho dôchodku.

- Kompletne vyplnenú a podpísanú Žiadosť o posúdenie odkázanosti na sociálnu službu aj s potvrdeným tlačivom Potvrdenie lekára o zdravotnom stave žiadateľa alebo iným lekársym potvrdením, fotokópiou aktuálneho rozhodnutia Sociálnej poisťovne o výške dôchodku môžete doručiť buď do podateľne daného úradu alebo zaslať poštou na jeho adresu
- Vyššie uvedená žiadosť s potvrdeným lekársym nálezom sa stane podkladom pre vydanie zdravotného posudku. V domácnosti klienta bude vykonané sociálne šetrenie za účelom vydania sociálneho posudku.
- Na základe zdravotného a sociálneho posudku Vám bude vydaný posudok a rozhodnutie o odkázanosti na poskytovanie sociálnej služby.
- Ak fyzická osoba vzhľadom na svoj zdravotný stav nemôže sama podať žiadosť o posúdenie odkázanosti na sociálnu službu, podať žiadosť o zabezpečenie poskytovania sociálnej služby, uzatvoriť zmluvu o poskytovaní sociálnej služby alebo udeliť súhlas na poskytnutie sociálnej služby na účely odľahčovacej služby, môže v jej mene a na základe potvrdenia ošetrojúceho lekára o zdravotnom stave tejto fyzickej osoby podať žiadosť, uzatvoriť zmluvu alebo udeliť súhlas aj iná fyzická osoba.

Typy sociálnej služby

1. Zariadenie pre seniorov poskytuje pobytovú sociálnu službu

- fyzickej osobe, ktorá dovŕšila dôchodkový vek a je odkázaná na pomoc inej osoby a jej stupeň odkázanosti je najmenej IV alebo
- fyzickej osobe, ktorá dovŕšila dôchodkový vek a poskytovanie sociálnej služby potrebuje z iných vážnych dôvodov

2. Zariadenie opatrovateľskej služby poskytuje pobytovú sociálnu službu na určitý čas

- príklad : Občan je prepustený z nemocnice, rodina sa nemôže o neho postarať, potrebuje čas na rekonvalescenciu alebo je nutné zabezpečiť starostlivosť do doby umiestnenia do zariadenia pre seniorov, je možné mať zabezpečenú starostlivosť na dobu určitú

3. Opatrovateľská služba poskytuje sociálnu službu

- fyzickej osobe, ktorá je odkázaná na pomoc inej osoby a jej stupeň odkázanosti je najmenej II
- je odkázaná na pomoc pri úkonoch sebaobsluhy, úkonoch starostlivosti o svoju domácnosť a základných sociálnych aktivitách
- príklad : zhoršila sa mobilita seniora, jeho zdravotný stav, deti sú celý deň v práci a seniori chcú mať zabezpečený

sociálny komfort, pomôže im domáca opatrovateľská služba. Opatrovateľky chodia priamo do domácnosti poskytovať sociálnu službu. Domáca opatrovateľská služba znamená pomoc v domácnosti, nákupy, dohľad, doprovod k lekárovi, dovoz obeda v určené dni do domácnosti, pomoc pri osobnej hygiene, pomoc pri stravovaní a pod.

- v prípade poskytovania opatrovateľskej služby občan ako prijímateľ sociálnej služby uzatvára s danou opatrovateľskou službou zmluvu

4. Denné centrá pre seniorov poskytujú sociálnu službu

- fyzickej osobe, ktorá dovŕšila dôchodkový vek, osobe s ťažkým zdravotným postihnutím alebo nepriaznivým zdravotným stavom
- v dennom centre sa poskytujú najmä sociálne poradenstvo, zabezpečuje sa záujmová činnosť ako napr. besedy, prednášky, turistické, spevácke, literárne krúžky, ale i krúžky šikovných rúk (podľa požiadaviek členov i ďalšie), v ktorých si seniori udržiavajú i rozvíjajú svoju telesnú i duševnú kondíciu.

5. Špecializované zariadenie

- Bratislavský samosprávny kraj zabezpečuje a poskytuje túto sociálnu službu, preto je nutné



Užitočné kontakty pre dobrovoľníkov Hlavné mesto SR Bratislava

Kancelária prvého kontaktu:
Oddelenie servis pre občana
Magistrát hlavného mesta SR Bratislavy
Primaciálne námestie č. 1,
814 99 Bratislava
Telefón: +421 259 356 111 (ústredňa)
E-mail: info@bratislava.sk,
icentrum@bratislava.sk
Oddelenie sociálnych vecí, 3.
poschodie, č. dverí 321
Telefón: +421 259 356 321
E-mail: osv@bratislava.sk

Mestská časť Bratislava - Ružinov

Miestny úrad:
Mierová 21, 827 05 Bratislava
+421 2 48 284 111
ruzinov@ruzinov.sk

Odbor sociálnych vecí

Kancelária prvého kontaktu
- sociálne služby
Telefón: +421 2 48 284 451
Miestnosť: 33
Mgr. Henrieta Valková
Pozícia: vedúca odboru
Telefón: +421 2 48 284 276
Email: henrieta.valkova@ruzinov.sk
Miestnosť: 7

Úrad práce, sociálnych vecí a rodiny Bratislava

Vazovova 7/A, 816 16 Bratislava
V prípade, že neviete, na koho sa vo vašej konkrétnej veci máte priamo obrátiť, môžete zavolať na tel. č. 02/204 43 700, telefónne číslo je dostupné len v úradných hodinách, alebo napíšete na ba@upsvr.gov.sk.

Na základe organizačných zmien účinných od 03. 04. 2015 na Úrade práce sociálnych vecí a rodiny Bratislava vzniklo nové **Oddelenie služieb pre občana.**

Oddelenie služieb pre občana ÚPSVR Bratislava je zriadené pre:

- Bratislava I, II a III - Vazovová 7/A, na 1. a 3. poschodí,
- BRATISLAVA IV - Karloveská 6/C, na 6. poschodí a
- BRATISLAVA V - Kutliková 17, na 3. poschodí.

Klienti si nájdu príslušného referenta v kontaktoch ÚPSVR Bratislava podľa začiatku písmena svojho priezviska.

Mesto Prešov

Mestský úrad v Prešove
Hlavná 73
080 01 Prešov
www.presov.sk
informacie@presov.sk
primatorka@presov.sk
Kontakt na telefónnu ústredňu MsÚ:
051/3100 111

Odbor sociálnych služieb

PhDr. Mária Humeníková
vedúca odboru
maria.humenikova@presov.sk,
tel. : 051/3100 522
č. dv. 221, 1. poschodie, Jarková 26

Oddelenie starostlivosti o zdravotne

postihnutých a seniorov
PhDr. Jana Zakarovská
jana.zakarovska@presov.sk,
tel. : 051/3100 527
Jarková 26, 1. poschodie, č. dv. 206

Úrad práce, sociálnych vecí a rodiny Prešov
Slovenská 87, 080 28 Prešov
Tel.: 051 2440999, email:
po@upsvr.gov.sk

Mesto Trenčín

Mestský úrad v Trenčíne
Mierové námestie č. 2, 911 64 Trenčín
032/6504 111, 032/6504 311
trencin@trencin.sk
primator@trencin.sk

Útvar sociálnych vecí

032/6504204
barbara.cincarova@trencin.sk

Sociálne veci

032/6504221
alexandra.machajdik@trencin.sk

Úrad práce, sociálnych vecí a rodiny Trenčín

Ulica M.R. Štefánika 20, 911 01

Trenčín
Telefón: +421-32-2440111 –
spojovateľ,
e-mail: tn@upsvr.gov.sk

Mesto Partizánske

Mestský úrad
Námestie SNP 212/4,
958 01 Partizánske
038/53 63 011
primator@partizanske.sk,
sekretariat@partizanske.sk

Oddelenie sociálnych vecí a spoločenských vzťahov

0917 812 868
dasa.jakubikova@partizanske.sk

Úrad práce, sociálnych vecí a rodiny Partizánske

Nám. SNP 151/6,
958 01 Partizánske
Phone.: 038/2442 999,
E-mail: pe@upsvr.gov.s

si podať žiadosť o posúdenie odkázanosti na špecializované zariadenia priamo na Úrade BSK

- Typ klientely: ľudia s Alzheimerovou chorobou alebo inými poruchami pamäte

danej obce, mesta
- príspevku na stravovanie seniorov
- účasti na zájazdoch pre seniorov
- úhrady za sociálne služby

Úhrada za sociálnu službu

VZN ustanovuje výšku úhrad za poskytovanie sociálnej služby v danej obci, meste. V rôznych oblastiach môže byť rozdielna výška úhrady.

Ak mám nízky príjem a mám strach, že nebudem mať dostatok finančných prostriedkov na sociálnu službu: Deti majú vyživovaciu povinnosť voči svojim rodičom - seniorom, kedy im vzniká povinnosť spoluúčasti na úhrade za sociálnu službu. Podľa § 73 bod 12 zákona č 448/2008 o sociálnych službách, ak nevznikne seniorovi ako prijímateľovi sociálnej služby povinnosť platiť úhradu za sociálnu službu alebo jej časť a táto povinnosť nevznikne ani zaopatreným plnoletým deťom, nezaplatená úhrada za sociálnu službu alebo jej časť je pohľadávka zariadenia, ktorá sa neskôr uplatňuje v dedičskom konaní.

Mgr. Henrieta Valková,
vedúca odboru sociálnych služieb
Miestny úrad Bratislava - Ružinov

Všeobecne záväzné nariadenie

Každá obec, mesto má svoje vlastné všeobecne záväzné nariadenia (VZN), pomocou ktorých zabezpečuje svoju vlastnú sociálnu politiku. VZN je platné pre všetkých občanov s trvalým pobytom v danej obci či meste. Všeobecne záväzné nariadenie schvaľuje zastupiteľstvo.

V prípade potreby sociálneho poradenstva môže občan získať potrebné informácie priamo na I. kontakte daného úradu, na odbore sociálnych vecí alebo prostredníctvom webových stránok, kde sú uvedené všetky platné VZN prípadne iné informácie o poskytovaných sociálnych službách.

Prostredníctvom VZN sa riešia podmienky:
- pre poskytnutie nenávratného finančného príspevku v čase náhlej alebo hmotnej núdze pre obyvateľov



Spomienky z Trenčína k 20. výročiu ZKS

Dvadsať rokov existencie organizácie je v každom prípade výsledkom obetavého úsilia všetkých tých, ktorí sa zaslúžili o jej založenie, fungovanie, napredovanie, kreativitu početných atraktívnych podujatí. Je ct'ou a potešením, práve v jednej z takýchto organizácií pracovať a svojim dielom prispieť k jej ďalšiemu rozvoju.



Na informačnej schôdzi ZKD - Združenia kresťanských dôchodcov v Trenčíne sme si vypočuli, za akým účelom Slovensko vstúpilo v Madride v roku 1995 do celoeurópskej organizácie ESU, Európskej únie seniorov. O založení ESU sme získali prvé informácie od jej účastníkov Ing. Jána Benčeka a MUDr. Milana Pospíšila. To podnietilo slovenskú katolícku inteligenciu, aby sa k nim pripojila.

Prvé kroky

MUDr. Ladislav Kvasnička si vzal na starosť zakladanie klubov v trenčianskom regióne. V júni 1996 sa zišla skupinka pozvaných do Základnej cirkevnej školy Sv. Svorada a Benedikta, kde

sa konala zakladajúca schôdza ZKD v Trenčíne. Účastníci si rozdelili úlohy, aby mohli začať hneď pracovať. Daniela Pešková sa stala predsedníčkou, Darina Tinková tajomníčkou a Alžbeta Trusinová hospodárkou ZKD. Ďalší účastníci tohto zasadnutia boli: Mgr. Celestína Šimurková, RNDr. Eva Vikárová a Alžbeta Soukalová.

Krajský koordinátor zakladal podobne ďalšie kluby. Zainteresoval do toho Ing. Jozefa Diana v Dubnici a Ilave, L. Belušika v Považskej Bystrici, A. Kosáča vo Veľkých Bieliciach. L. Kvasnička bol neúnavný a založil klub i v Púchove prostredníctvom Alojza Pastorka, v Trenčianskych Tepliciach

s pomocou Jozefa Hudeca a v Prievidzi na čele s Oľgou Pohlovou. V každom vznikajúcom klube bolo veľmi dôležité získať čo najviac členov, ale najmenej 100, aby mali právo získať nejaké stabilné miesto na členské aktivity (stretnutia, prednášky a podobne). Medzi prvé konkrétne aktivity patrila „Duchovná obnova staršej generácie Slovenska.“ Trenčín akciu organizoval v piaristickom kostole. Uvažovalo sa aj o spolupráci s ostatnými kresťanskými cirkvami, teda ekumenizácia. Slávnostné ukončenie celej akcie sa uskutočnilo koncom októbra

1996 v Bratislave s predsedom KBS mons. Rudolfom Balážom. Na to nadviazala, na návrh D. Peškovej sa zorganizovala a s bohatou účasťou uskutočnila prvá celonárodná púť do Levoče.

O rozsiahlych aktivitách MUDr. Ladislava Kvasničku vieme, ale možno nie každý vie, že okrem povolania detského psychiatra venoval sa aj literárnej činnosti. Okrem kníh z medicínskej praxe napísal aj niekoľko veľmi poučných básnických zbierok pre deti, ktoré si aj sám ilustroval. Maľoval i veľmi zaujímavé obrazy s duchovnou hĺbkou. Neskôr, keď sa musel venovať vážne chorej manželke, presvedčil ma, že jeho funkciu už aj

so súhlasom Ústredia mám prebrať. Na prvé zasadnutie Ústredia som išla s trasúcimi sa kolenami, ale keď ma predseda Ján Benček privítal: „My si tu všetci tykáme, tak vitaj...“, už to bol Janko a striasol zo mňa prvotné zábrany a obavy.

Základňa rastie

V septembri 1999, keď som funkciu krajského koordinátora prebrala, mali sme v našom kraji 188 členov, 101 v Trenčíne /predsedníčka D. Pešková/, 47 v P. Bystrici/L. Belušík/ a 40 vo Veľkých Bieliciach. Kluby ZKD v T. Tepliciach, v Prievidzi a v Púchove nedokázali rozbehnúť činnosť, hoci boli už založené, na Myjave, v Bánovciach nad Bebravou a v Novom Meste nad Váhom neboli kluby vôbec založené, hoci sme napísali listy miestnym duchovným

V roku 2001 sa novým predsedom klubu Trenčín stal Mgr. Vojtech Filin, počet členov bol už 127, klub Považská Bystrica sa tiež rozrástol na 65. Spolu s V. Bieliciami /nový predseda Ing. Jozef Beňuška/ v kraji bolo už 233 členov. Počet členov rastie a v priebehu ďalších dvoch rokov vznikli kluby Dubnica nad Váhom a Trenčín-Juh.



Ladislav Kvasnička



Valné zhromaždenie v roku 2003 odhlasovalo zmenu názvu organizácie na Združenie kresťanských seniorov Slovenska (ZKS). Toto valné zhromaždenie malo zásadný význam vo viacerých kľúčových bodoch organizácie. Odhlasoval sa i návrh na podstatnú štruktúrnu zmenu. Vytvorili sa územné centrá (ÚC), ktoré majú koordinovať kraj ako volený orgán na čele s predsedom. Na jednom z ďalších valných zhromaždení v Badíne bol náš člen z Pruského Anton Dobrodenka zvolený za

podpredsedu ZKS pre šport a kultúru, naša členka z Trenčína Margita Zelenáková do kontrolnej komisie ZKS a neskôr za jej predsedníčku.

Na zakladajúcom zhromaždení ÚC 3 Trenčín bola do funkcie predsedu zvolená dovtedajšia krajská koordinátorka Alžbeta Trusinová. Podpredsedom sa stal Vojtech Filin, hospodárkou Jozefína Masárová a ďalšími členmi výboru Ing. Turzík (Trenčín-Juh), L. Belušík (Pov. Bystrica), J. Beňuška (Veľké Bielice), M. Strháková (Dubnica nad Váhom).

Najväčší a najmenší

Každý klub v ÚC 3 Trenčín je niečím charakteristický.

Trenčín-mesto je klub s najväčším počtom členov (285) a akcií. Podieľa sa na aktívnom živote spoločnosti a chce byť ešte prospešný najmä v duchovnej oblasti. Členovia sa stretávajú každý týždeň v pondelok okrem sviatkov a prázdnin. Na tieto stretnutia pozývajú zaujímavých ľudí z rôznych oblastí života, ako duchovný život, zdravotníctvo, kultúra, verejná správa, právna a sociálna oblasť a iné zaujímavé činnosti. Okrem týchto akcií



sa uskutočňujú aj spoločenské stretnutia pri rôznych príležitostiach (Deň matiek, jubilanti, predvianočné či mikulášske posedenia, fašiangové posedenia). Pri týchto príležitostiach veľmi často, ba skoro vždy účinkuje vlastný spevácky zbor pod vedením a za hudobného sprievodu talentovanej členky Márie Žuffovej. Aj napriek tomu, že sú členovia v pokročilom veku, organizujú turistické výlety do okolia pravidelne každú stredu. Členovia klubu sa pravidelne zúčastňujú brigád, pomáhajú aj pri oprave fasád kostolov. Klub má dobrý vzťah s vedením mesta Trenčín i duchovnými. Veľké množstvo akcií krásne zachytila v kronike manželská dvojica Svatíkovcov.

ZKS Trenčín-Juh žiaľ zanikol pre vysoký vek a úmrtnosť členov. Aj zdravotné problémy a následné úmrtie predsedníčky JUDr. Júlie Chlebanovej sa podpísali na jeho zániku.

ZKS Považská Bystrica má 55 členov. Členovia sa stretávajú

raz mesačne. Po úmrtí Ľudovíta Belušika bola zvolená za predsedníčku klubu Kristína Grejtáková, ktorá pokračuje vo veľmi účinnej spolupráci s mestom. Z veľkého počtu aktivít treba spomenúť aspoň „Stretnutie troch generácií“ alebo každoročne slávnostné posedenia seniorov. **Veľké Bielice** je klub, ktorý má 35 členov. Po predsedovi Antonovi Kosáčovi bol zvolený Jozef Beňuška. Svoje aktivity zameriavajú na zachovávanie miestnych a kultúrnych zvykov. Je klubom, ktorý najskôr odvádza členské príspevky za všetkých členov. Veľkú zásluhu na tom má okrem predsedu aj hospodárka klubu pani Ščuryová. **ZKS Dubnica nad Váhom** má 28 členov. Za vedenia Margity Strhákovej a teraz Ing. Evy Páleníkovej sa stretávajú 1x mesačne. Členovia účinkujú v spevokole. Svoju činnosť zachytávajú v pekne vedenej kronike. **ZKS Pravenec** je najmenším klubom čo do počtu členov(11) so stále aktívnou predsedníčkou Ing. Helenou

Mačuhovou. Tento klub založili členky, ktoré sa poznali a schádzali už pred jeho vznikom. Pravidelne sa stretávajú dvakrát mesačne pri čítaní a rozbere súvislých častí Lectio divina(S otvoreným srdcom otvoriť knihu). Neskôr rozšírili svoje aktivity na organizovanie výstav ručných prác, pomoc pri akcii „Dobrá novina“ a podobne.

Pruské a Partizánske

Veľkými písmenami sa do dejín nášho ÚC zapísal už pri vzniku v roku 2010 klub **ZKS Pruské**. Je zatiaľ jediný, ktorý vznikol na podnet farského úradu. Má

31 členov, stretáva sa raz mesačne. Hneď druhý rok od svojho založenia zorganizoval športové hry, najprv len v rámci ÚC, o ďalšie dva roky boli pozvané všetky kluby zo Slovenska. Celá táto akcia je po každej stránke zabezpečená na veľmi dobrej úrovni, sponzorské dary ako ceny pre víťazov a pohostenie sú super!

Posledný založený klub **ZKS Partizánske** hneď od začiatku s predsedom Stanislavom Husárom rozširoval členskú základňu tak rýchlo, až sa stal druhým najväčším klubom v našom ÚC so 102 členmi. Z veľkého počtu aktivít (prednášky, zájazdy, púte) spomeňme aspoň veľkolepé dielo - križovú cestu. Členovia klubu sa podieľali veľkým počtom brigádnických hodín a finančných príspevkov na jeho výstavbe. Členovia sa stretávajú raz mesačne.

Pestrá činnosť

Všetky kluby v našom ÚC majú veľa aktivít. Pre svojich členov pripravujú zájazdy, zúčastňujú sa

na púťach. Členovia jednotlivých klubov pracujú aj ako dobrovoľníci vo viacerých oblastiach. Na výzvu prezidentky Fóra pre pomoc starším Ľubice Galisovej sme uznali za vhodné navrhnúť najaktívnejších na vyznamenanie. Tak už 6 členov získalo postupne titul „Senior roka SR“: JUDr. Júlia Chlebanová, Božena Dedíková, Mgr. Vojtech Filin, Mgr. Alžbeta Trusinová, Darina Tinková a Mgr. Mária Kubelová.

ÚC pripravilo niekoľko zaujímavých podujatí a zájazdov. Spomeňme aspoň niektoré. Spolupráca pri organizovaní športových hier v Pruskom, trojdňový zájazd po kultúrnych pamiatkach UNESCO (Košice, Prešov, Bardejov), nezabudnuteľný trojdňový zájazd do Čiech (mnohí z účastníkov videli Prahu, Karlštejn a ďalšie svetovo významné pamiatky prvýkrát), výlet do Ostrihomu a Nových Zámkov

(kultúrne a sakrálné pamiatky), výlet do okolia Partizánskeho (múzeum v Brodzanoch, kúpanie v Malých Bieliciach, hvezdáreň v Partizánskom).

22. 5. 2013 na výročnom zhromaždení zástupcov klubov ZKS ÚC 3 Trenčín na návrh predsedníčky územného centra Trenčín Alžbety Trusinovej bola zvolená nová predsedníčka ÚC 3 Ing. Marta Gregušová. Po zvolení do funkcie sa pustila do roboty s chuťou a plnou vervou. Akcie nadväzujú na doterajšiu činnosť ÚC. Nová predsedníčka neustále spolupracuje s celým výborom ÚC, ktorý tvoria: Mgr. Alžbeta Trusinová - podpredseda, Mgr. Mária Chrenová - tajomníčka, Ing. Jarmila Dočárová - hospodárka, PhDr. Irena Štofániková - dopisovateľka, Ing. Pavol Mikuš - organizačný vedúci, Ing. Mária Vylámová -

členka kontrolnej komisie. Do výboru patria i predsedovia klubov. Na čele ÚC 3 Trenčín je výborný jednoliaty kolektív. Všetci sa snažia, aby úroveň aktivít neklesala, ale naopak rástla. Aby boli všetky plánované akcie atraktívne a vždy si našli svojich adresátov.

*Mgr. Alžbeta Trusinová,
predsedníčka ÚC 3 Trenčín
do mája 2013*

*Ing. Marta Gregušová, súčasná
predsedníčka ÚC 3 Trenčín*

Fotografie Jána Tinku dokumentujú rôznorodé aktivity trenčianskych seniorov.



Dlhoročná predsedníčka ZKS ÚC Trenčín Alžbeta Trusinová preberá ocenenie od ministra práce, sociálnych vecí a rodiny Jána Ríchtera.

Prešov: História aj aktívna súčasnosť

Územné centrum Združenia kresťanských seniorov Slovenska /ZKS/ Prešov bolo založené 1. júna 2004 po zmene stanov, vyplývajúcej zo zmeny názvu Združenia kresťanských dôchodcov na ZKS v predchádzajúcom roku. Na zhromaždení územného centra Prešov v roku 2005 v Poprade došlo k zmene predsedníctva ÚC, ktoré bolo doplnené na 9 členov a bola zvolená trojčlenná kontrolná komisia. Predsedom ÚC bol zvolený Andrej Dupal', ktorý je predsedom dosiaľ. ÚC Prešov riadi a koordinuje 17 klubov, 1 mestské centrum Prešov s počtom 1 134 členov.

Zhromaždenie ÚC

Ostatné zhromaždenie ÚC prebehlo 22. 9. 2015 v Katolíckom kruhu v Prešove. Zúčastnili sa delegáti – predsedovia klubov ZKS, predsedníctvo MC Prešov a členovia predsedníctva ÚC Prešov. Zhromaždenie ÚC Prešov sa nieslo v duchu nedávneho VZ ZKS v Ružomberku. Na programe boli správy za volebné obdobie 2014 – 2015: správa o činnosti ÚC, plán činnosti na rok 2016, správa o hospodárení ÚC, rozpočet ÚC na rok 2016, správa kontrolnej komisie. Program pokračoval diskusiou, nasledovali voľby pre volebné obdobie



2016 – 2019 na základe zmeny stanov.

Do predsedníctva boli zvolení títo členovia: Andrej Dupal' – predseda ÚC a podpredseda ZKS, Ing. Mikuláš Bodnár, Mgr. František Hanáček – člen predsedníctva ZKS, Alžbeta Polánska, Božena Tomková, Mária Švecová, Ing. Vladimír Fedor, Anna Dupaľová – MC Prešov. Kontrolná komisia v tomto zložení: František Kunc – predseda, Mária Šalatová, Imrich Furčák.

Na zhromaždení predseda A. Dupal' ocenil 13 členov čestným uznaním za dlhoročnú prácu v ÚC Prešov pri príležitosti 20. výročia založenia ZKS. Diplomy prevzali: Anna Dupaľová, Alžbeta Polánska, Anna Butkovičová, František Žarnay, Eva Zsarnayová, Jozef Hradil, Mária Šalatová, Irena Mižaninová, Mária Švecová, Helena



Levoča, ktorému patrí úprimné poďakovanie.

Veľký záujem členov ZKS – ÚC Prešov je púť do Sanktuária Matky Božej, Bolestnej Kráľovnej Poľska v Lichni. V dňoch 6. 8. až 9. 8. 2015 sa uskutočnila púť seniorov Krakov, Čenstochova, Licheň, ktorú sprevádzal vdp. kaplán Štefan Oslovič z farnosti Solivar. V tomto roku bola uskutočnená púť už tretí raz. Tejto púte sa zúčastnilo 45 členov z ÚC Prešov.

Zájazdy, šport, bowling

Novou aktivitou na požiadanie členov ÚC Prešov bola návšteva Prahy 13. až 16. 7. 2015 s účasťou 32 členov so zameraním najmä na sakrálnu a kultúrnu pamiatku. Václavské námestie, Národná trieda, kostol Panny Márie Snežnej, Národné divadlo, Staré mesto, areál Pražského hradu, Vyšehrad a návšteva

Kovaľová, Magdaléna Hudymačová, Anna Kesselová a Jozef Prok.

Levočská púť

Veľká pozornosť v aktivitách ZKS – ÚC Prešov je venovaná organizovaniu Levočskej púte na Mariánskej hore v Levoči. Tohto roku sa konal XVIII. ročník púte seniorov v Roku zasväteného života pod záštitou Konferencie biskupov Slovenska a farského úradu v Levoči. Púť seniorov je veľmi známou medzi seniormi aj ďalšími mariánskymi ctiteľmi, keď je možnosť výstupu dopravnými prostriedkami až na Mariánsku horu, čo sa odzrkadlilo v záujme starších i zdravotne postihnutých ľudí. Priemerná účasť pútnikov je 30 - 35 tisíc. V roku 2009 išlo o púť seniorov Európskej únie so zahraničnou účasťou a s rozšíreným kultúrnym programom na námestí. V roku 2010 hlavným celebrantom bol J.E. kardinál Tomko a prítomnosť pútnikov sa odhadovala na 60 – 70 tisíc.

S potešením vyjadrujeme vďaka médiám - rádio Lumen a TV LUX, ktoré sa podieľali na priamom prenose púte seniorov. Vyslovujeme poďakovanie otcom biskupom, ktorí prijali ochotu celebrotvať sv. omšu: J.E. Mons. Zvolenský, J.E. Mons. Tkáč, J. E. Mons. Stolárik, J.E. Mons. Tondra, J.E. Mons. Sečka a J. E. Imrich. Organizovanie púte zabezpečuje Andrej Dupal' a Anna

Dupaľová v spolupráci s predsedami klubov ZKS MC Prešov a priamou účasťou predsedov klubov ÚC Prešov pri modlitbe sv. ruženca, prosbách a krížovej cesty. Veľkou oporou pri zabezpečovaní púte je Mons. dekan František Dluhoš, správca farnosti





najstaršieho kostola sv. Petra a Pavla z 10. – 11. storočia... To všetko vyvolalo záujem o uskutočnenie ďalších zájazdov do Prahy. Cestovanie je zabezpečené vlakom REGIOJET, cestovné lístky v dňoch pondelok a štvrtok sú výhodné pre seniorov.

Aktivity ÚC pokračovali VI. ročníkom o športových súťažiach o putovný pohár predsedu ZKS – ÚC Prešov 21. 5. 2015 v priestoroch areálu Farského úradu Krista Kráľa – sídlisko Sekčov. Športový deň sa začal sv. omšou duchovným otvorením. Športový deň mal 5 disciplín: šípky, kop loptou, hod granátom, kuželky a hod loptou do koša. Do podujatia sa zapojilo 12 päťčlenných družstiev a spolu 105 účastníkov. Na 1. mieste sa umiestnilo družstvo klubu Solivar s počtom 246 bodov, 2. miesto získal klub Ľubotice, počet bodov 239 a 3. miesto klub N. Šebastová. Po odovzdávaní cien a diplomov nasledovalo občerstvenie a stretnutie klubov. Akcia bolo podporená Prešovským samosprávnym krajom.

Územné centrum ZKS Prešov usporiadalo tiež I. ročník bowlingového turnaja o pohár predsedu ZKS – ÚC Prešov. 6. 10. 2015 súťažili 5-členné družstvá dvanástich klubov, spolu 72 účastníkov. Programom súťaže bolo privítanie súťažiacich, prezentácia, organizačné pokyny a zahájenie súťaže. Turnaj sa konal v priestoroch bowlingovej dráhy reštaurácie Šport v Solivare pri príležitosti mesiaca úcty k starším. 1. miesto získal klub sídlisko III Prešov, 2. miesto klub Solivar a 3. miesto klub Ľubica. V súťaži žien zvíťazila Mária Hradilová z družstva sídlisko III a u mužov Stanislav Kmec, rovnako klub sídlisko III. Samotný priebeh a výsledky turnaja zaväzujú organizátorov, aby v novej tradícii pokračovali. Program zvýšilo slávnostné posedenie k mesiacu úcty k starším.

Príspevok spracovali Andrej Dupal' a Anna Dupal'ová

Riaditeľ Domova dôchodcov Stupava-kaštieľ: „Máme víziu!“

Na rozhraní južnej časti Záhorskej nížiny a západnej strany Malých Karpát sa v historickej časti Stupavy, pri hlavnej ceste, nachádza v krásnom prostredí priliehajúceho parku Stupavský kaštieľ. Jeho história je bohatá, nás však zaujíma obdobie niekoľkých posledných desaťročí, kedy sa veľkolepé priestory bohatého panského sídla premenili na príbytok tých najpotrebnejších.



Za týmto účelom som navštívila riaditeľa Mgr. Michala Petrovaja, vedúcu sociálneho oddelenia Mgr. Gabrielu Slezákovú a sociálnu pracovníčku Mgr. Renátu Bikšadskú.

Vaše sociálne zariadenie využíva na prevádzku krásny barokový kaštieľ z 13. storočia. Vystriedalo sa v ňom viacero majiteľov, najznámejší boli Pálffyovci, ktorí ho obývali najdlhšie. V čase 2. svetovej vojny bol kaštieľ opustený a poškodený, v roku 1947 dokonca vyhorelo celé južné krídlo. Zrekonštruovaný bol v päťdesiatych rokoch, kedy sa táto nádherná pamiatka dostala do vlastníctva štátu. Sú tieto roky aj začiatkom prevádzkovania sociálneho zariadenia?

V stupavskom kaštieli sa začali poskytovať sociálne služby v roku 1963. V budove kaštieľa bol zriadený domov dôchodcov a bývalo tu až 350 seniorov i ľudí, ktorí trpeli určitým zdravotným postihnutím a potrebovali pomoc.

Po roku 1989 so zmenami v spoločnosti bolo nutné prispôsobiť poskytovanie

pomoci a služieb aj iným cieľovým skupinám občanov. V roku 2002 bol popri domove dôchodcov zriadený v kaštieli domov sociálnych služieb pre dospelých s duševnými poruchami a poruchami správania. Zmeny boli potrebné v priestorovom i personálnom vybavení zariadenia. Menili sa zriaďovatelia aj kapacita zariadenia.

V súčasnej dobe existuje na Slovensku široká ponuka rôznych typov sociálnych zariadení. Napriek tomu sa nedá hovoriť o všeobecnej spokojnosti so starostlivosťou o starých, chorých a odkázaných ľudí. O akom type sociálneho zariadenia a o akých druhoch starostlivosti sa dá vo vašom prípade hovoriť?

V súčasnosti je naším zriaďovateľom Bratislavský samosprávny kraj. Poskytovanými službami sa snažíme o to, aby ľudia so zdravotným postihnutím, ktorí nemôžu zostať vo svojom prirodzenom prostredí, mohli s našou podporou prežiť čo najkvalitnejší život, aby mohli využívať svoje zachované zručnosti a necítili sa vyčleňovaní



zo spoločenského života. Podporu a pomoc im poskytuje kvalifikovaný personál.

V súčasnej dobe poskytujeme služby v troch druhoch zariadení spolu 173 prijímateľom. Máme zariadenie pre seniorov, tam poskytujeme službu 26 seniorom, tento druh služby už nie je našou prioritou, pretože zriaďovateľom tohto druhu služieb podľa zákona o sociálnych službách je obec. Ďalší druh služby, kde poskytujeme služby občanom, ktorí sú ťažko zdravotne postihnutí a sú odkázaní na pomoc inej fyzickej osoby je domov sociálnych služieb. Tu poskytujeme služby občanom s ťažkým zdravotným postihnutím rôzneho druhu i veku. Snažíme sa zosúladiť spoložitie takto postihnutých ľudí, každý je jedinečný, prináša si so sebou svoju minulosť, svoje stereotypy a predstavy.

V minulom roku sme s podporou zriaďovateľa vytvorili špecializované zariadenie. Poskytujeme v ňom sociálnu službu občanom, ktorí sú odkázaní na pomoc inej fyzickej osoby, ich stupeň odkázanosti je najmenej V podľa prílohy



č. 3 zákona o sociálnych službách a majú zdravotné postihnutie, ktorým je Parkinsonova choroba, Alzheimerova choroba, alebo demencia rôzneho typu etiológie. Denný program v tomto zariadení je prispôbený preferenciám prijímateľa v súlade s jeho individuálnymi potrebami. Každý deň sú to ručné práce, cvičenie, hudba, rozhovory – všetko s cieľom podporiť komunikáciu, pozornosť, motoriku, slovnú zásobu, uspokojiť sociálne potreby a príjemne stráviť čas. V našom aktivizačnom programe nechýbajú kognitívne rehabilitácie, aktívna i pasívna muzikoterapia, ergoterapia, biblioterapia, canisterapia – všetko prispôbené špecifickým potrebám našich prijímateľov. Prvky tréovania pamäti sa však snažíme vnášať do všetkého, čo nám vyplní deň – od návštevy bohoslužieb až po hranie spoločenských hier. Pri výbere aktivizačných činností sa nám totiž postupom času osvedčili najviac práve tie bežné, každodenné.

Počas ostatných rokov si všimam neustále zvyšovanie úrovne starostlivosti o prijímateľov vo vašom zariadení. Markantný vzostup som zaznamenala po výmene vedenia. Čo všetko ste v tom čase museli riešiť a čo sa vám podarilo urobiť pre zlepšenie spokojnosti prijímateľov? Ide vo vašom zariadení aj o špecifickejšie spôsoby sociálnej starostlivosti?

V posledných rokoch sa usilujeme zvyšovať kvalitu poskytovaných služieb. Našou snahou je poskytovať služby individuálne, každému podľa jeho potrieb, teda každému toľko podpory koľko potrebuje a vtedy, keď ju potrebuje. Podporujeme udržiavanie kontaktov s rodinou, pomáhame pri zabezpečení uspokojenia spirituálnych potrieb, pri vybavovaní úradných záležitostí a pod.

Prijímateľom ponúkame aj záujmovú činnosť a pracovnú terapiu. Niektoré aktivity si organizujeme v zariadení spolu, na niektoré kultúrne a spoločenské podujatia

chodievajú do mesta alebo blízkeho okolia. Zo spoločných činností, ktoré sú obľúbené by sme spomenuli napríklad tvorivé dielne, tu sa môžu zapojiť do výroby rôznych predmetov, vytvoriť niečo z hliny, nakresliť. Alebo cyklistika do blízkeho okolia nášho zariadenia, spevácky krúžok, vyvrcholením býva účasť na medzinárodnom stretnutí „Spievajme na ľudovú nôtu“. V letných mesiacoch organizujeme napr. výlety na kúpalisko alebo „Letné trblietanie“ – čo sú športovo-súťažné aktivity, kde si môžu vyskúšať a precvičiť svoje motorické zručnosti pri hrách a súťažiach, je spojené s vystúpením šermiarov z klubu historického šermu Ursus a občerstvením priamo v prírode.

Dokázali sme zlepšiť kvalitu bývania, v minulosti v zariadení bolo veľa 4-lôžkových izieb, veľmi málo 1-lôžkových. V súčasnosti máme veľkú väčšinu izieb 2-lôžkových, čo umožňuje klientom uplatňovať si väčšie právo na súkromie. V izbách je viac priestoru, ktorý ponúka možnosť na zútulnenie a dovybavenie si izby, a poskytuje aj viac bezpečia pri pohybe. Vznikli viaceré priestory, v ktorých môžu prijímatelia zmysluplnými činnosťami využívať voľný čas, buď spolu s inými alebo len tak si čítať, počúvať hudbu alebo sa porozprávať.

Kladom nášho zariadenia je to, že budova kaštieľa je veľmi dobre situovaná – v centre nášho mesta a navyše s nádvorím a okolitým parkom. Nádvorie hojne využívajú v jarých a letných mesiacoch najmä prijímatelia, ktorí majú problém s mobilitou, občania, ktorí majú zníženú schopnosť orientovať sa, alebo ju úplne stratili. Je to pre nich bezpečný priestor. Blízkosť obchodov a služieb – pošty, banky, či návšteva kostola

umožňuje niektorým prijímateľom využívať tieto služby samostatne a udržiavať si kontakty s komunitou. Táto blízkosť centra dáva možnosť aj tým, ktorí potrebujú najvyššiu mieru podpory, aby sa ani oni necítili izolovaní a spoločne s pomocou personálu chodievajú do cukrárne, do obchodu, do kostola...

Na vašej webovej stránke som si prečítala smelé vízie a plány do budúcnosti. Okrem toho, že sa chcete dostať na európsku úroveň, máte predstavu aj o tom, ako prispôbiť služby individuálnym požiadavkám klientov, vytvoriť klientom prostredie, ktoré sa bude čo najviac približovať domácejmu prostrediu. Viete mi povedať aj niečo konkrétnejšie o týchto úmysloch?

Vnímame nedostatky, ktoré nás limitujú a to neúčelnosť a veľkosť našej budovy, priestory ktorej nie sú v súlade s princípmi univerzálneho navrhovania. Sme radi, že nás zriaďovateľ podporuje pri realizácii zmien. Našou spoločnou víziou je transformácia zariadenia a prechod z inštitucionálnej na komunitnú starostlivosť. Takto by prijímatelia služby netrúvali celý deň v jednej budove, ale za svojimi záujmami by chodili tak, ako bežní občania (do kina, ku kaderničke, k lekárovi). Vieme si predstaviť, že sociálne služby budeme poskytovať iným spôsobom, napr. v menších domácnostiach, v prenajatých bytoch, či v zariadení podporovaného bývania; dokonca zriadiť nové druhy služieb, ktoré v komunite chýbajú.

Deinštitucionalizácia sociálnych služieb je náročný a dlhodobý proces. O vysvetlenie jeho podstaty sme požiadali Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny. Pripájame poskytnutý text:



1. 3. 2013 bola podpísaná Zmluva na realizáciu národného projektu „Podpora procesu deinštitucionalizácie a transformácie sociálnych služieb“, ktorý naplní medzinárodné dohovory, k plneniu ktorých sa Slovenská republika zaviazala. Projekt je v súlade s dokumentmi, ktoré boli schválené vládou SR (Stratégia deinštitucionalizácie systému sociálnych služieb a náhradnej starostlivosti v Slovenskej republike, ako aj Národný akčný plán prechodu z inštitucionálnej na komunitnú starostlivosť v systéme sociálnych služieb na roky 2012-2015). Jeho realizátorom je Implementačná agentúra Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny SR, pričom do procesu implementácie sú zapojení prostredníctvom Riadiaceho výboru aj ďalší partneri (zástupcovia VÚC, zástupcovia zariadení sociálnej starostlivosti, zástupcovia klientov zariadení sociálnej starostlivosti). Realizáciu projektu zamestnanci zariadení sociálnych služieb získajú cenné skúsenosti slúžiace ako príklady pre systémovú deinštitucionalizáciu v SR a vznikne silný potenciál odborníkov pre širšie zavádzanie zmien po roku 2015.

Proces deinštitucionalizácie rieši dopad negatívnych vplyvov inštitucionalizácie tým, že otvorí možnosti pre prechod klientov zariadení sociálnych služieb do pripraveného prirodzeného prostredia komunity obce a umožní im plne a rovnoprávne sa začleniť do spoločnosti. Práve takáto zmena prostredia pre klientov zariadení sociálnych služieb, ktorá mení status klienta na status občana, a tým vyžaduje a predpokladá aj zmenu prístupu k nemu, je základným východiskom a zámerom jednotného postupu uplatneného v projekte. Život v komunite obce otvorí nové možnosti pre osobnostný rozvoj klientov zariadení sociálnych služieb a kvalitatívnu zmenu ich života. Takisto budú vytvorené



predpoklady na zabezpečenie dôstojných životných podmienok v komunite obce – bývanie, pracovné začlenenie, využívanie voľného času. Ciele národného projektu sú ambiciózne a odvážne. V rámci neho pilotne skúsime meniť väčšinový systém poskytovania služieb zaužívaný desiatky rokov. Ide o naozaj zásadnú zmenu, ktorá sa neudeje zo dňa na deň, ani z roka na rok. Dobrou správou je, že v tomto procese transformácie máme plnú podporu našich partnerov v členských krajinách EÚ, aj v samotnej EK.

Spracovanie: Mgr. Gabriela Slezáková, MPSVR SR,

Foto: Anna Ševčíková



Putovanie po Orave

Členovia Združenia kresťanských seniorov z Trenčína, Pruského a Považskej Bystrice boli na výlete, ktorý usporiadalo Územné centrum ZKS 3 Trenčín.



patrocinom najväčším na Slovensku. Zastavili sme sa aj v Krivej, v rodisku bl. Zdenky Schelingovej, aby sme si ju pripomenuli pri 60. výročí jej smrti.

Ubytovaní sme boli v časti Západných Tatier v obci Zuberec, ktorá

Seniori si v slnečných, teplých, skoro letných dňoch pred koncom septembra boli oddýchnuť na Orave. Chceli sme si popásť oči na hornatom kraji i na rieke Orave, ktorá dala meno celému kraju. No nielen to. Pripomenuli sme si všetko to, čo sme sa kedysi učili v škole.

Na chudobnej Orave sa v dávnych časoch usadil pracovitý, múdry a zbožný ľud, z ktorého vyšlo mnoho slovenských vzdelancov a spisovateľov. Zastavili sme sa a spomínali vo Vyšnom Kubíne na P. O. Hviezdoslava, v Jasenovej na Martina Kukučína, v Dolnom Kubíne na Ladislava Nádaši-Jégého, Vavrinca Čaploviča, Janka Matušku, Thea Florina, v Tvrdošine na Martina Hatalu a Rudolfa Dilonga, v Slanici na Antona Bernoláka, v Zákamennom na biskupa Jána Vojtášáka a na ďalšie osobnosti.

Pri putovaní nás neodradil ani strmý výstup na Oravský hrad, na ktorom bola väčšina seniorov prvýkrát. Dojati sme boli pri návšteve kostola sv. Cyrila a Metoda v Terchovej, ktorý je s týmto

je považovaná za jednu z najkrajších oravských dedín. Nádherná príroda, milí ľudia, uprataná, čistá dedina s mohutným kostolom sv. Vendelína uprostred, s novou križovou cestou, s Múzeom oravskej dediny a pod Roháčom s pietnym miestom pre tých, ktorí zahynuli v týchto horách. Bolo na čo pozeráť, čo obdivovať!

Na Hornej Orave sme nemohli obísť drevený kostol Všetkých Svätých z 15. storočia, ktorý je zapísaný v zozname UNESCO a v roku 1994 mesto Tvrdošín dostalo za reštaurovanie tejto pamiatky cenu Europa Nostra.

Vycestovali sme aj do blízkeho Zakopaného, kde sme navštívili a v nemom úžase obdivovali kostol Božieho Milosrdenstva.

Telo sme si boli osviežiť v termálnej vode na Oraviciach a cestou domov cez Kysuce sme sa zastavili v Starej Bystrici pri slovenskom orloji

a konštatovali sme, že je to dedina malá, ale s múdrymi ľuďmi, ktorí zrejme veľmi milujú svoj domov.

Seniori sú vďační za vydarený zájazd členke výboru ZKS v Trenčine Mgr. Marike Chrenovej, ktorá ho pripravila a zorganizovala. Na záver cesty po našom krásnom Slovensku prichádzajú na um slová básnika:

Viem jedno hniezdo, rád ho mám.
Hreje ma dňom i nocou,
vystlané mäkkou vravou mám
a mozoľami otcov.

Môj dobrý Bože, zhladni naň.
Stráž nám ho neustále.
Ach, aspoň ty ho, veľký chráň,
keď si ho stvoril malé.

(M. Rúfus: Modlitba za Slovensko)

Ďakujeme Trenčianskemu samosprávnemu kraju za poskytnutie dotácie, zásluhou ktorej sa mohla exkurzia uskutočniť.

Mgr. Mária Kubelová



Bohatý rok Trenčanov

Obetaví členovia výboru i niektorí ďalší pripravili aj tento rok pre takmer 300 členov klubu ZKS Trenčín bohatý a zaujímavý program. Vo veľkom počte sa na podujatiach zúčastňujú predovšetkým členovia, ale lákajú aj ďalších trenčianskych seniorov.



Na pravidelných pondelňajších schôdkach zaznelo spolu až dvadsaťtri veľmi kvalitných prednášok z rôznych oblastí kultúrno-spoločenského života, spojených so živou diskusiou.

Zo štrnástich zájazdov, exkurzií a výstav k najzaujímavším patrila výstava na Bratislavskom hrade k dvojstému výročiu narodenia L.Štúra, Kostoly Slovenska, Svetová výstava Titanik, Sto rokov trenčianskeho futbalu a exkurzia na Národný cintorín v Martine.

Zájmu sa tešilo aj päť predstavení v Slovenskom národnom divadle v Bratislave, predstavenie v Trnave i kultúrne akcie v Trenčine. Výbor zabezpečil tiež vystúpenie topolčianskeho divadelného súboru v Trenčine s hrou "Sedem bolestí Panny Márie".

V programe klubu je aj zdravý pohyb a šport. Každý týždeň je turistika do blízkeho okolia, ale aj vzdialenejších častí Slovenska, napríklad do Vrátnej doliny, k Mohyle M. R. Štefánika na Bradle, na bratislavský Kamzík a iné.

Zo športových hier seniorov v Partizánskom sme dovezli za umiestnenie 10 medailí. Na bowlingových turnajoch vládne pravá športová atmosféra, ale i dobrá nálada, zábava a pohostenie účastníkov z vlastných zdrojov.

V hojnom počte sa naši členovia zúčastnili na púti kresťanských seniorov v Šaštíne, v Levoči, v Zarošiciach na Morave i domácej Skalke nad Váhom, kde aj pomáhajú pri úprave areálu i rôznych iných akciách. Navštívili kalvárie v Nitre, Partizánskom, Dubnici nad Váhom a v Starom Smokovci.

Veľký záujem bol o zájazd na hrad Branč a do Skalice s prekrásnym organovým koncertom v kostole bývalého jezuitskeho kláštora, prehliadkou Domu kultúry od architekta Dušana Jurkoviča, Kalvárie, vysvätenej v roku 1823 slovenským vlastencom, ostrihomským arcibiskupom a kardinálom Alexandrom Rudnayom. Prehliadku pamiatok zakončila ochutnávka tradičného Skalického trdelníka a rubína vo Vinári u Františkánov. Zájazd pokračoval poznávaním pamiatok Holíča a Hodonína. Zarmútil súčasťný stav Národnej kultúrnej pamiatky Holíčsky zámok.

Zážitkom bol týždeň v Turčianskych Tepliciach, spojený s kúpaním a turistikou do Kláštora pod Znievom, Gaderskej doliny, Zvolena s Pustým hradom a na geografický stred Európy nad obcou Kremnické Bane. Tu sa odohralo aj stretnutie s mladými



americkými Slovákmi, ktorí si s obdivom vypočuli i obľúbenú pieseň "Slovensko moje, Otčina moja, krásna si jako raj". Zaujala história Kostola sv. Jána Krstiteľa, ktorý je postavený na rozvodí riek Váhu a Hrona a časť vody z jeho strechy tečie do povodia Váhu a druhá časť do povodia Hrona. Cesta vlakom z Kremnických Baní do Turčianskych Teplic bola dramatická, lebo náhla búrka a veterná smršť vyvrátila pred iduci vlak stromy, do ktorých po prudkom brzdení narazil a tak i naši seniori pomáhali odstraňovať ich z koľajníc.

Nezabudnuteľný bol rekreačný pobyt vo Vysokých Tatrách. Seniori strávili sedem pekných dní na turistike po Tatranskej magistrále, pozreli si tatranské plesá, vysokohorské chaty, vodopády, doliny i štíty.

Tieto zájazdy upevňujú vedomie seniorov, že naše Slovensko je krásna krajina. Majú ju radi a lásku k nej odovzdávajú aj svojim vnúčatám, ktoré niekedy berú so sebou.

Text a foto: Ján Tinka

Viliam Turčány má len 87

Nedávno som stretol vzácneho priateľa, jedného z našich najlepších básnikov, virtuóza slovenčiny a taliančiny, Viliama Turčányho. Na kapučíne Maestro (VT) všetko vedel, stačilo povedať meno, mesto, knihu a už sypal spomienky. Do reči prišli najmä básnici.



cenil si, že v liste od neho, Dilong ho ako básnika pozdravoval, aj keď sa nikdy nestretli. Mal som šťastie, že v roku 1976 som bol pri Pittsburgu na slovenskej omši. Prekvapila ma bravúrna kázeň, ktorú predniesol krásny starý Dilong. Strávil som niekoľko hodín s ním, venoval mi svoju knihu o Františkovi z Assisi. Ukázal mi sklad pod

Začali sme Vojtechom Mihálikom. Obdivovali sme jeho Loretánske litánie a aj iné náboženské básne v časopise Plameň a zborníku SVD Misijné zvony. VT sa s ním o tom zhováral, aj keď sa Mihálik stal komunistom. Za svoje básne sa nehanbil. Neskôr sa v Prahe s G. Husákom dostal do konfliktu, po ktorom mu Husák začal vykať. Pridal som myšlienku z listu Mihálika, v ktorom spomína môjho otca Andreja v súvislosti s rukopisom knihy K. Strmeňa, ktorú mu poslal z USA.

Karol Strmeň, básnik katolíckej moderny, bol druhou témou. VT mi zarecitoval jeho preklad Rilkeho básne: Jeseň. To vám je poézia! Strmeň prekladal z francúzštiny, angličtiny, taliančiny, ba aj z čínštiny. Pridal som Puškinovu báseň o jeseni: O dobo unylá, tvé tiché zbohemdání..., ktorú si pamätám z prekladu Jozefa Horu. Povstalecká Národná rada odporučila odsúdiť na smrť Strmeňa, ale aj Beniaka, Šprinca, Urbana, Žarnova a Dilonga.

Rudolf Dilong, františkán, tiež musel žiť v USA. VT vysoko hodnotil jeho dielo,

postelou, kde ležali jeho zbierky. Vydal ich veľa, často sám, v náklade 50 kusov. V USA o ne veľký záujem nebol: „temer nikto ich nečíta“.

Do reči prišiel aj Svetozár Weigl – učiteľ VT, Miroslav Válek, Milan Rufús, Ladislav Novomeský a Ivan Krasko. Vraj v Kraskových básňach sú texty, umožňujúce rôznu interpretáciu a voľnosť prekladu. To si VT všimol aj u Strmeňovho prekladu Danteho.

Nedávno som počúval na Devíne úryvky z Danteho Božskej komédie – Peklo, ktoré VT preložil s Jozefom Félixom. Citoval mi z neho rozhovor so spasenými dušami, ktoré sú v rôznych štádiách blaženosti na hviezdach. Keď sa Dante duše spýtal, či nechce ísť na vyššiu hviezdu, bližšie k Bohu, odpovedala, že nechce, lebo rešpektuje Božiu vôľu.

Prišla reč aj na milované Taliansko. V r. 1970-72 bol VT lektor slovenčiny na Univerzite v Neapole, pár mesiacov s Milanom Rufúsom. Doteraz si pamätá - dymiaci Vezuv, lacnú pizzu, svetlá zálivu

a kapučíno. Pripomenul som mu jeho poslednú návštevu Talianska v r. 2003, keď v Ravenne rečnil nad „prázdny“ hrobom Danteho. Taliani tam každý rok pozývajú jeho prekladateľov.

Spomínam si, ako nedávno VT prednášal naspamäť 10 minút Danteho v taliančine a potom to isté v slovenčine. Jeho knihu básní o Taliansku „Aj most som ja“ (1977) mám rád:

„Lúčim sa ja už s tými krajmi od Sorrenta až k Salernu.

Srdce – i doma spomínaj mi na tú zem rajsky nádhernú...

Kedy sa vrátim? Nevie, neviem sám. Len toľko viem, že vždy sa nevraciam.“

Maestro mi porozprával neuveriteľnú historiku, ako začal rok 2015. 18.12.2014 mal nahráť v rozhlase rozhovor. Zle sa cítil, nešiel, ale redaktorka ho presvedčila, aby prišiel na druhý deň. Rozhovor vysielali na Božie narodenie, 25.12.2014.

1.1.2015 odpadol na chodbe bytu, kde v paneláku býva sám. Precitol, keď v podvedomí počul vysávač. Suseda pracovala a keď ležiaci zakričal, začula ho. Na Kramároch zistili infarkt, ležal tam päť dní, bolo 5.1.2015. „Boh asi odo mňa ešte niečo chce, keď ma tu nechal. Snažím sa plniť jeho vôľu, aj keď presne neviem, čo odo mňa očakáva.“

Po rozlúčke VT išiel na prechádzku. Dal som mu vizitku s nádejou na skoré stretnutie. Chcel si ju dať do horného vrecka saka, ale nešlo to. „Dávno som si ho kúpil, ešte som vrecko nestihol odpárať.“

Jozef Mikloško

Anton Uherík mal 85 a bojuje ďalej

Poznám ho roky, v minulosti sme sa stretávali na debatách s Antonom Srolcom na chate Konštantína Viktorína v Dúbravke. Je všestranným človekom – vedcom s umeleckou dušou, spisovateľom, básnikom, publicistom a maliarom. Jeho všestrannosť sme videli aj na nedávnych oslavách jeho osemdesiatpäťky.

Dr. Anton Uherík, DrSc. sa narodil 12. 9. 1930. Pochádza z dedinky Malé Dvorany pri Topolčanoch. Jeho otec bol murár a neskoršie roľník, matka bola domáca. 54 rokov bol ženatý s manželkou Irmou Horváthovou, ktorá bola stredoškolskou profesorkou matematiky.

V roku 1954 ukončil štúdiá psychológie a filozofie na Filozofickej fakulte Univerzity Komenského v Bratislave. V roku 1965 získal titul PhDr., 1979, DrSc. V rokoch 1954 - 1990 vedecky pracoval na Ústave experimentálnej psychológie SAV. V roku 1970 tam založil prvé psychofyziologické pracovisko v ČSSR, ktoré viedol až do dôchodku.

1969-1970 pôsobil na kanadskej University of Waterloo ako hosťujúci profesor. Vo výskume spolupracoval s významnými pracoviskami vo svete - v Sofii, Varšave, Budapešti, Moskve, Paríži, Petrohrade, Londýne, Berlíne, Bonne, Toronte a New Yorku.

Je autorom termínu „bioelektrická reaktivita kože“. Spolu s Ing. Valterom zostavili mnohé zariadenia na zaznamenávanie zmeny kožného odporu, dýchania, tepovej frekvencie, krvného tlaku a elektrickej aktivity mozgu. Jeho experimenty sa týkali najmä vodivosti kože, ktorá odráža emocionálnu v organizme. Svojimi výskumami dokázal, že bioelektrická reaktivita kože odráža aj vlastnosti centrálného nervového systému.

Od roku 1979 prednášal na Univerzite Komenského v Bratislave, na Trnavskej

univerzite v Trnave a Masarykovej univerzite v Brne. Bol činný aj v populárno-vedeckej oblasti v rôznych médiách. Bola mu udelená Medaila SAV a Plaketa L. Štúra za zásluhy v spoločenských vedách. V roku 1985 mu Štátna komisia pre vedecko-technický a investičný rozvoj udelila štátne vyznamenanie „Čestné uznanie“ za vývoj, konštrukciu a uvedenie do praxe novej metódy diagnostiky sluchových defektov a psychofyziologických regulačných vlastností.

V roku 2010 mu Spoločnosť Ferdinanda Martinenga udelila „Krištáľové srdce“ za zásluhy v oblasti vedy a humanity. V roku 2011 získal ocenenie Literárneho fondu za filmovú poviedku HOMO. V roku 2012 mu Nadácia Linaje udelila vyznamenanie za celoživotné dielo.

Publikoval viac ako 200 vedeckých štúdií a 11 knižných monografií, od roku 2009 vydáva každoročne jednu knihu. Je členom Klubu nezávislých spisovateľov.

Vyššie 20 rokov spolupracoval so Základnou školou pre nepočujúcich na Hrdličkovej ulici v Bratislave. Patentoval vynález audiometrickej metódy vyšetovania sluchu PEDAPS. Bol expertom Svetovej federácie nepočujúcich pre výchovu a vzdelávanie detí. Inicioval a pripravil návrh Zákona o posunkovej reči nepočujúcich, ktorý bol v roku 1995 Národnou radou schválený. Na tohoročnom októbrovom zasadnutí NR SR som s jeho pomocou



predložil novelu tohto zákona s cieľom zlepšiť situáciu nepočujúcich, pri hlasovaní získala 62 hlasov.

Viac ako 20 rokov pôsobil v Slovenskom filme ako odborný poradca pri výrobe filmov pre deti a mládež. Pracoval aj ako asistent zvuku v tíme Pavla Bielika a Andreja Lettricha.

Psycholožka Mária Túnyiová výstižne charakterizovala tohto 85-ročného oslávenca: „Poznám len málo ľudí, ktorí sa s toľkou vášňou a energiou, aká je charakteristická pre neho, angažujú aj v pomerne vzdialených oblastiach výskumu a umenia. Vďaka rozprávačskému daru reči, bezprostrednosti a priateľskej povahe sa rozhovor s ním rýchlo mení na filozoficko-vedecko-umelecký zážitok“.

Milý Tonko, tešíme sa Tvojej nevysychajúcej životnej energii a do ďalších rokov tvorivého života Ti Združenie kresťanských seniorov želá veľa zdravia, radosti zo života a nadovšetko Božie požehnanie.

Jozef Mikloško



Š polovičkou za polovičku v Kúpeľoch Trenčianske Teplice

Dr. Klasik je v súčasnosti najpopulárnejší pobytový program v ponuke Kúpeľov Trenčianske Teplice a už od 17. novembra 2015 si ho môžete vychutnať za jedinečnú zvýhodnenú cenu vďaka špeciálnej akcii S polovičkou za polovičku. Tak na čo ešte čakáte?



Váš kúpeľný itinerár sa vám bude páčiť: zmyjete zo seba stres v najliečivejšej vode na Slovensku – ideálnej nielen pri problémoch pohybového aparátu, necháte sa rozmaznávať pravou kúpeľnou starostlivosťou v réžii skúseného odborného personálu, absolvujete

výlety do krásnej prírody trenčianskeho kraja, a zažijete pravú kúpeľnú chuť v uvoľnenom prostredí miestnych kaviarničiek, kde aj obyčajné espresso chutí lepšie pri pohľade na horskú panorámu za oknami.

Vytiahnite svoju polovičku z bezfarebnej hektickosti pracovných dní a užite si to pravé kúpeľné znovuzrodenie v nedávno zrekonštruovanom kúpeľnom hoteli Krym s ešte komfortnejším interiérom, teraz so skvelou zľavou až **50 percent** pre druhú osobu!

Tak ako nemôžete ísť do Paríža a nevidieť Eiffelovku, ťažko si predstaviť

prechádzku po kúpeľnej promenáde bez toho, aby ste ochutnali pravé kúpeľné oblátky a dotkli sa bronzových odleskov filmových múz na Moste slávy. Nezabudnite si k tomu pripíť dúškom pravého kúpeľného elixíru, vyvierajúceho z vychýreného prameňa Ifigénia, pri ktorom si skutočne môžete bez nadsadenia povedať: „Na zdravie!“

Kúpele Trenčianske Teplice spĺňajú všetky žiadané atribúty malebného kúpeľného mestečka, ideálneho miesta na plnohodnotný relax. Bude o to výdatnejší, ak si ho vychutnáte so svojou polovičkou – a za polovičku!

www.kupele-teplice.sk,
www.pravekupele.sk



Kúpele Trenčianske Teplice patria k najstarším a najobľúbenejším kúpeľom na Slovensku. Je to predovšetkým vďaka unikátnej prírodnej sirnej liečivej termálnej vode, odbornej kúpeľnej starostlivosti a romantickej polohe kúpeľov. Špecializujú sa na liečbu a prevenciu ochorení pohybového aparátu, súvisiacich nervových ochorení, chorôb z povolania a kožných ochorení, najmä psoriázy, ochorení z oblasti internej medicíny a gynekológie.

Senior Špeciál I.

- Ubytovanie:** Hotel Slovakia - dvojlôžkové izby so sociálnym zariadením, resp. jednolôžkové izby za doplatok 7€/noc
- Dĺžka pobytu:** 6 nocí / 7 dní
- Počet procedúr:** 6 za pobyt
- Stravovanie:** plná penzia – raňajky formou švédskych stolov, obedy / večere výberom z menu
- Cena zahŕňa:** vstupnú lekársku prehliadku a odporúčenie dokúpenia ďalších procedúr
- Druh procedúr:** liečivý termálny kúpeľ so suchým zábalom, hydromasážna vaňa

Bonusy:

- denne hodinový vstup do vnútorného bazéna hotela, suchá sauna v hoteli, 1x vstup do vonkajšieho bazénu Grand
- 15 % zľava na dokupované procedúry - suchý uhlíčitý kúpeľ, plynové injekcie, oxygenoterapia, elektroliečba
- 5 % zľava na ostatné dokupované procedúry

Cena: 192€ / pobyt / osoba na dvojlôžkovej izbe

• ceny nezahŕňajú kúpeľný poplatok mestu 0,82 €/osoba a noc • nástupy na pobyt sú možné: nedeľa večerou, pondelok obedom

Senior Špeciál II.

- Ubytovanie:** Hotel Slovakia - dvojlôžkové izby so sociálnym zariadením, resp. jednolôžkové izby za doplatok 7€/noc
- Dĺžka pobytu:** 6 nocí / 7 dní
- Počet procedúr:** 12 za pobyt
- Stravovanie:** plná penzia – raňajky formou švédskych stolov, obedy / večere výberom z menu
- Cena zahŕňa:** vstupnú lekársku prehliadku a odporúčenie dokúpenia ďalších procedúr
- Druh procedúr:** liečivý termálny kúpeľ so suchým zábalom, hydromasážna vaňa, prísadový kúpeľ, klasická masáž čiastočná, obklad parafín, obklad rašelina, infrasauna

Bonusy:

- denne hodinový vstup do vnútorného bazéna hotela, suchá sauna v hoteli, 1x vstup do vonkajšieho bazénu Grand
- 15 % zľava na dokupované procedúry - suchý uhlíčitý kúpeľ, plynové injekcie, oxygenoterapia, elektroliečba
- 5 % zľava na ostatné dokupované procedúry

Cena: 216€ / pobyt / osoba na dvojlôžkovej izbe

Zľavy z cien:

V mesiacoch január, február a november, december 2016: zľava z ceny pobytu 10€

