

JNAK OBDARENÍ

číslo 07 - 09/2021, ročník VIII



AJ TAK SA TO DÁ...

SPIG

...symbol pomoci

zdvíhacie zariadenia



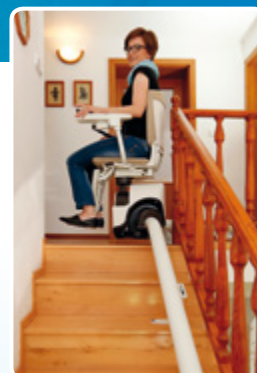
ZDVÍHACIE ZARIADENIA

pre imobilných
už 23 rokov



**Dôveryhodná
Firma**

2015, 2016, 2017, 2018
2019, 2020, 2021



PORADENSTVO
ZAMERANIE
PROJEKT

ZADARMO

Na naše zdvíhacie zariadenia môže ZŤP klient dostať **štátny príspevok až do 95% z ceny** a doplatok do 10% uhradíme za neho z **Klubu SPIG**.

Kontaktuje nás: SPIG s.r.o., Tulská 2, 96001 Zvolen, SK

**SLOVENSKÝ
VÝROBCA**
www.slovenskyvyrobca.sk

0800 105 707 | www.spig.sk | www.inakobdareni.sk

Editoriál

Horúce leto s tropickými horúčavami, ale aj začínajúca jeseň s úžasnou paletou farieb prírody, to všetko ponúka toto obdobie, bohaté na zážitky, cesty a stretnutia s priateľmi, či rodinou. Prežítte tento čas s dobrou náladou a ak vám k tomu pomôže náš časopis, tak naša práca má skutočný zmysel.

Náš časopis a informačný portál INAK OBDARENÍ sú tu BEZPLATNE pre Vás. Časopis si môžete dať poslať poštou, dajte nám vedieť na našej **bezplatnej telefonickej linke SPIG s.r.o. 0800 105 707**.

Naši obchodní zástupcovia ich rozdávať na ÚPSVaR, v lekárnach, v zdravotných strediskách či úradoch. Tiež ich posielame rôznym združeniam. Naša spoločnosť SPIG s.r.o. v tom vidí lepší zmysel, ako rozdávať reklamné predmety.

Myslíme si, že nielen chlebom je človek živý a chceli by sme sa prezentovať s touto našou ideou. My vám nechceme len niečo predať, my chceme, aby sa vám žilo o niečo lepšie. Aspoň informovaním, AKO SA TO DÁ dosiahnuť, aké sú cesty a možnosti k lepšiemu zvládnutiu denného života - o to sa snažíme.

Nájdete v ňom články o pomoci pre Inak obdarených, napríklad ako si vybaviť pomôcky pre imobilných pacientov, predstavujeme rôzne organizácie, školy, ktoré sa venujú inak obdareným a veľa iných zaujímavých tém.

Ďakujeme Vám za Váš záujem a tešíme sa, ak sme Vám aspoň trošku pomohli...

Monika Ponická

INAK OBDARENÍ

trojčíslo 07-09/2021 vychádza v septembri 2021
ročník VIII, štvrtročník

Šéfredaktorka:

Monika Ponická

e-mail: ponicka@spig.sk, www.inakobdareni.sk, www.spig.sk

Redakčná rada:

Jakub Jasík, jasik@spig.sk

Ing. Katarína Gibalová, e-mail: gibalova@nekst.sk

Grafická úprava:

Ing. Katarína Gibalová, e-mail: gibalova@nekst.sk

Neprešlo jazykovou úpravou.
Foto na obálke: www.freepik.com

Vydavateľ: spoločnosť SPIG s.r.o.

SPIG

zdvíhacie zariadenia

Sídlo spoločnosti: Tulská 9227/2, 96001 Zvolen, IČO: 36030058
tel./fax: +421 / 45 / 5330 300, bezplatná linka 0800 105 707
www.spig.sk • www.inakobdareni.sk

Inzercia a objednávky: obchod@spig.sk
ISSN 1339-8903 • EV 5143/15
Tlač: DALI-BB, s.r.o., Banská Bystrica

Obsah

Pomôcky pre ťažko zdravotne postihnutých

Ako získať zdvíhacie zariadenie 2

Stavba bez bariér - Výtahová kabína 2

Terapie

Cvičenia, terapie, rehabilitácie... AXIS Cognitive 3

Skutočný príbeh

Buďme odvážni a láskaví 4

Návrat domov 7

Predstavujeme

Jedinečný schodolez N957 9

Schodiskový stoličkový výtah FLOW X 10

Zvislá plošina OS200 12

Šikmá schodisková plošina SPU 225 13

Služba včasnej intervencie 14

Pomoc pre inak obdarených

Podakovanie 16

Ďakujeme 17

Stačí dať iba kúsok zo svojho srdca ďalej
a záranky sa dejú 17

Prekrásne momenty ostali v našich ♥ tá neskutočná
radosť, úsmev a smiech detičiek 17

Nazdávam sa 18

Vyváženosť, prosím 18

Život v SPOSA BB s pandemiou..... 19

Peňažný príspevok na opatrovanie 20

Peňažný príspevok na osobnú asistenciu 21

Zvýšenie súm opakovaných peňažných príspevkov 23

Životné minimum 23

Koncom roka bude poberateľom dôchodkov vyplatený
„13. dôchodok“ 24

Máte doma imobilného pacienta a potrebujete poradiť?... 24

Peňažný príspevok na kúpu zdvíhacieho zariadenia 25

Peňažný príspevok na úpravu osobného motor. vozidla ... 26

Peňažný príspevok na kúpu osobného motor. vozidla..... 27

Pozitívne myslenie

Ospravedlnenie ako prepotrebný krok k hocijakej
vnútornej očiste..... 29

Leptšia nálada lepšie výsledky 30

Pre voľný čas

Osemsmierovka a omaľovánka 28

„Chcete sa dozvedieť o možnostiach, ako získať zdvíhacie zariadenie?“

Naše komplexné služby a poradenstvo sú tu pre Vás!

Hneď zavolajte na našu BEZPLATNÚ linku: 0800 105 707

„Potrebujete bezplatné zameranie, odskúšanie, aby ste zistili vhodnú pomôcku, jej cenu a spôsob ako ju získať?“

Náš obchodný zástupca Vás rád navštívi a:

- vykoná bezplatné zameranie a vyhotovenie ponuky,
- poradí najvhodnejšie riešenie z hľadiska praktického využitia aj ceny,
- v prípade potreby pomôže s vyplnením žiadosti o finančný príspevok,
- v prípade potreby pomôže pri jednaní s UPSVaR,
- **poradí ako získať zdvíhacie zariadenie bez doplatku,**
- bezplatne pomôže vašim členom vyriešiť Váš problém s bezbariérovosťou.



Monika Ponická
konateľ a obchodný riaditeľ



Peter Slabina
hlavný konštruktér
technický riaditeľ

SPIG s.r.o. ponúka POMÔCKY PRE ŤAŽKO ZDRAVOTNE POSTIHNUTÝCH

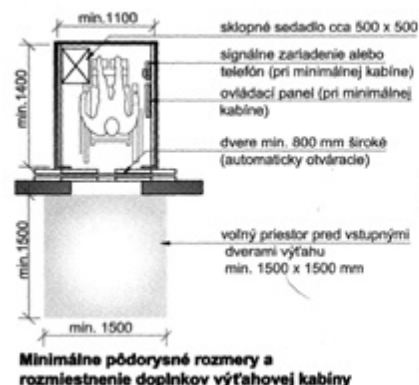
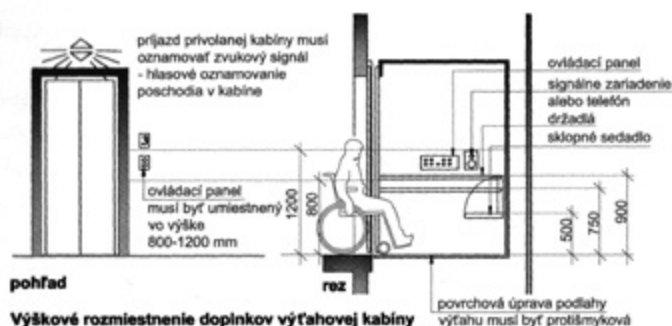
Tulská 2, 960 01 Zvolen • spig@spig.sk • www.spig.sk

BEZPLATNÁ LINKA 0800 105 707

„STAVBA BEZ BARIÉR“ Výtahová kabína

Máte výtah v paneláku? Vyhovuje aj pre vozíčkára? Aké sú optimálne rozmery výtahovej kabíny?

Minimálne rozmery a rozmiestnenie doplnkov výtahovej kabíny



„Tento nový deň je príliš vzácny, so všetkými nádejami a možnosťami, aby sa mrhal čo len okamihom nad minulosťou.“

(Ralph Waldo Emerson)

Cvičenia, terapie, rehabilitácie... AXIS Cognitive

Dieťa s Down syndrómom sa vyvíja svojím vlastným tempom a potrebuje nielen láskyplnú starostlivosť rodičov, ale aj rozdielne terapeutické prístupy (fyzioterapiu, ergoterapiu, logopédiu, biofeedback, muzikoterapiu, kanisterapiu...), ktoré podporujú rozvoj jeho osobnosti a vedú ho k samostatnosti. Včasná rehabilitácia uľahčuje tiež kontakt a komunikáciu s ostatnými deťmi a integráciu do spoločnosti.

V AXIS Medical Center sa špecializujeme na **rehabilitáciu detí s Down syndrómom** a ako jediné centrum na Slovensku ponúkame konkrétny program, ktorý zohľadňuje ich špecifické potreby - **AXIS Cognitive**. Tento **komplexný rehabilitačný program** je vypracovaný našimi špecialistami na základe dlhoročných skúseností a prihliada na individuálne charakteristiky správania dieťaťa, posilňuje jeho emocionálnu stabilitu a dáva mu príležitosť objaviť svoj potenciál. Rodičia môžu získať individuálne a rodinné poradenstvo, naučia sa lepšie porozumieť sebe a svojmu dieťaťu, získať dôveru v seba a svoje dieťa. S možnosťou ubytovania priamo v centre sa zvyšuje tiež socializácia dieťaťa a jeho rodičov, dochádza k výmene informácií a skúseností, nadväzujú sa nové kontakty a priateľstvá.

Včasná interdisciplinárna podpora pre deti s Downovým syndrómom sa ukázala ako veľmi účinná. **Rehabilitačný program AXIS Cognitive** vytvára vďaka rozdielnym terapeutickým prístupom podnetné a obohacujúce prostredie pre rozvoja dieťaťa s DS.

Kľúčové terapie:

+ FYZIOTERAPIA S 2-3 TERAPEUTMI

- fyzioterapia/hydrokinezioterapia
- posilnenie svalového tonusu
- podpora hrubej motoriky
- zlepšenie rovnováhy a pohybovej koordinácie
- držanie tela a chôdza

+ ERGOTERAPIA

- zlepšovanie funkčného stavu horných končatín a rúk
- podpora jemnej motoriky
- posilnenie svalov ruky a prstov
- zlepšenie pohybových sekvencií
- koordinácia ruka-oko
- aktivácia oboch hemisfér mozgu

+ LOGOPÉDIA

- podpora správneho dýchania
- podpora rozvoju reči a komunikácie
- orofaciálna stimulácia artikulačných orgánov a svalov tváre
- normalizovanie tonusu artikulačných svalov
- oromotorické cvičenia na posilnenie jazyka a pier
- logopedické cvičenia zamerané artikuláciu





+ SYNERGICKÁ REFLEXNÁ TERAPIA

kombinuje prvky reflexnej liečby:

- manuálna terapia
- akupunktúra a akupresúra
- elektroakupunktúra

Výsledky tejto liečebnej metódy sa prejavujú už po pár sedeniach v oblastiach, ako sú rovnováha, svalový tonus, koordinácia pohybov, metabolizmus, psycho-emočné funkcie.

+ INTEGROVANÁ TERAPIA A BIOFEEDBACK

Jedná sa o komplexné terapeutické postupy zamerané na:

- posilnenie psychomotorických schopností
- podporu pozitívneho vnímania vlastného tela
- stimuláciu sluchových a vizuálnych schopností

- rozvoj každodenných schopností
- zlepšenie koncentrácie a pozornosti

Vo fáze prípravnej, udržiavacej či podpornej terapie je vhodný program AXIS SUPPORT. Umožňuje odborný dohľad nad cvičením realizovanom v domácom prostredí, ako aj prehľad o aktuálnom zdravotnom stave dieťaťa. Krátky a efektívny harmonogram terapií dotvára detailný obraz celoročnej rehabilitácie v našom centre. Pre najmenšie detičky je optimálny program ranej rehabilitácie AXIS Baby aj s možnosťou ambulantnej terapie niekoľkokrát do týždňa.

AXIS Medical Center – novootvorené neurorehabilitačné centrum na Kúpeľnom ostrove v Piešťanoch. Naším cieľom je ponúknuť vysoko kvalitnú a individuálne zameranú rehabilitáciu.

Mgr. Anita Hermanová

KONTAKT: **AXIS Medical Center**, Nábřežie J. J. Torkosa 3605/34, Kúpeľný ostrov, Piešťany 921 29, Slovensko
+421 948 442 509 | info@axis-medical.eu | www.axis-medical.eu

BUĎME ODVÁŽNI A LÁSKAVÍ

V tomto čísle časopisu vám chceme predstaviť účasnú, húževnatú osôbku, ktorej sa v jednej sekunde zmenil svet. Ako sa s tým vysporiadala a čomu sa venuje v súčasnosti si môžete prečítať v nasledujúcich riadkoch.

Pred desiatimi rokmi sa ti radikálne zmenil život. Čo sa udialo?

Spadla som z čerešne, sama neviem presne ako. Nebolo to z veľkej výšky, neliezla som niekam prvýkrát – s bratmi a susedmi som ako dieťa vyliezla snáď na každý strom v okolí a neskôr som sa venovala aj skalolezectvu. Už keď som ležala pod stromom a čakala na pomoc, vedela som, že sa stalo niečo vážne. Pamätám si, ako som opakovala, že si necítim nohy. A potom prišli záchranári na helikoptére (stalo sa to totiž v blízkosti farmy vo vyššie položenej švajčiarskej dedinke) a utlmili ma tak, že prelet do najbližšej nemocnice (Kantonsspital St.Gallen) si už nepamätám.

Zrazu si zo dňa na deň zostala na vozíčku. Plne odkázaná na pomoc iných. Aké si mala prvotné pocity? Čo sa dialo v tvojom vnútri? Vieš to popísať? Bolo náročné prijať to?

Najprv som sa snažila všetko vytesniť. Prežiť tých pár týždňov v nemocnici, kým ma neprevezú do renomovaného rehabilitačného centra, kde sa opäť postavím na nohy. O tom som bola presvedčená. Po príchode tam som však nedokázala ani len dlhšie sedieť. Prestali mi dávať morfium, takže všetky bolesti boli

citeľnejšie. A ešte pár mesiacov – až kým sa mi zranenie a všetko po operáciách nezahojilo tak, aby som sa mohla bezpečne ohýbať do rôznych strán – som bola v kategórii Rotpunkt. To znamenalo, že som sa bez pomoci nesmela ani pretočiť v posteli, nieto ešte posadiť, obliecť či vycievkovať. Bolo to veľmi nepríjemné a frustrujúce. Časom som síce už dokázala sedieť na vozíku naozaj dlho, no do postele som vždy musela ísť predtým, než odtiaľ sestry z poobednej zmeny.

Ani moje dvadsiate narodeniny neboli výnimkou. Dodnes si pamätám ten večer, keď som sa takto príliš skoro musela rozlúčiť s rodičmi, sestrou a najmladším bratom (zvyšní dvaja bratia boli vtedy v Madride na SDM, kde som pôvodne mala byť s nimi), ktorí prišli zo Slovenska, aby so mnou oslávili... v cudzine a na mieste, kde sa narodeniny bežne neoslavujú. Na izbe som mala staršiu susedku s dystrofiou, ktorá bola na pomoc a ochoť iných odkázaná ešte viac než ja, keďže nedokázala hýbať ani len rukami. Každý večer si zvykla pýtať jednu Lindt pralinku, volala to „Bettmümpfeli“ – mňamka v posteli. V ten večer ani ona nemala chuť na čokoládu, plakala so mnou. Život sa nám zdal naozaj ešte neférovejší ako inokedy.



Musela si začať žiť nový život. S vozíčkom si sa skamarátila?

Zo začiatku vôbec. Brala som ho ako nutné zlo, na ktorom dlho nepobudnem. Tréning prekonávania prekážok a podobné skvelé možnosti, ktoré SPZ svojim pacientom ponúkalo, som si nejako pretrpela a ešte dlho po návrate domov som sa nechávala tlačiť. Pred úrazom som bola veľmi samostatná a len ťažko som prijímala pomoc – vždy som



bola skôr tá, čo pomoc ponúkala, urobila aj niečo navyše, motivovala ostatných. Postupne sa to prejavilo aj na vozíčku. Súťaživosť a snaha podať čo najlepší výkon vo mne napokon vyhrala. Až som to začala trochu preháňať. Dnes sa vedome snažím nič nesiliť a žiadať o pomoc pri všetkom, čo by mne samej trvalo zbytočne dlho alebo by mi dlhodobo mohlo spôsobiť nejaké zdravotné ťažkosti. A dávať to naspäť tak, ako dokážem.

Dlho to trvalo, kým si pochopila, že tvoj stav je nezvratný? Čo ti pomáhalo sa s tým vysporiadať?

Ako úplne nezvratný ho neberiem doteraz. Žijeme v dobe neskutočných medicínskych pokrokov, ktovie na čo všetko ešte výskumníci

prídu. Zmieriť sa s tým, že budem na vozíku dlhodobo a prijať to ako svoju novú realitu, mi však trvalo pridlho. Po úraze mi takmer každý, komu som dôverovala, sľuboval zázrak. Najprv priamy, potom sprostredkovaný nejakým špecialistom. A tak som sa snažila veriť a zároveň skúšala terapiu za terapiou. Mnohí sa modlili za moje uzdravenie a odporúčali mi obetovať svoje dočasné utrpenie. Žiť s radosťou a naplno som začala, až keď som sa prestala cítiť ako trpiteľ alebo obeť svojho osudu... no bol to dlhý proces. S mnohým sa „vysporadúvam“ každodenne, no dnes už viem lepšie pracovať sama so sebou a svojimi emóciami. Už to nevnímam ako boj, ale ako prirodzenú súčasť života – niečo, čo mi pomáha rásť. Každý máme to svoje a nie sme v tom sami.

Kto ti bol oporou v dobe, keď sa to udialo? Ako to zvládali príbuzní? Predsa, bolo to tak nečakané.

Pre moju rodinu to bol naozaj šok – mala som sa o pár dní vrátiť domov. Najťažšie pre nich bolo asi to, že nemohli byť pri mne. A cesta do Švajčiarska bola pre nich dlhá a komplikovaná. Mala som však pri sebe rodinu môjho bývalého priateľa – to im som pomáhala, keď sa mi stal ten úraz. Jeho sestra pracovala ako zdravotná sestra v nemocnici v St. Gallen a keď mohla, vždy za mnou prišla. On si potom našiel prácu v blízkosti SPZ a bol pri mne každý deň. Znie to romanticky, a vtedy to bolo pre mňa určite ľahšie, no len z krátkodobého hľadiska. Keby som bola odkázaná sama na

seba, bola by som nútená k väčšej samostatnosti, viac by som sa vedela spoľahnúť na svoj vlastný úsudok... a hlavne, neboli by sme na seba takí naviazaní. Neskôr bolo ťažké priznať, že sme sa zmenili, posunuli každý iným smerom, a nechať toho druhého slobodne ísť. Pre našich najbližších to bola osudová láska... my sme cítili, že to tak nie je, no bolo náročné sa v tom vyznať a definitívne sa rozhodnúť. Tento vzťah, so všetkými zraneniami a následkami, ktoré so sebou priniesol, bol pre mňa ešte náročnejší ako moja nová diagnóza sama o sebe.

Keď si spätne premietneš svoj život pred úrazom a teraz. Nedá sa to porovnávať, no myslím, že po tej skúsenosti si omnoho silnejšia. Inak vnímaš život. Mám pravdu?

Naozaj sa to nedá porovnávať. V čase úrazu som bola ešte dieťa, naivná a neistá. Bola som vedená k poslušnosti voči autoritám, predovšetkým cirkevným, a to vie byť veľmi nebezpečné, ak sa dostanete do fanatickejších kruhov. Hendikep mi vtedy k dôvere v samu seba nepridal. Ale práve vďaka nemu som sa dostala do situácií, kde sa s mojou hodnotou a osobnou slobodou zaobchádzalo naozaj cez čiaru, čo ma napokon nakoplo k tomu, aby som sa konečne dokázala postaviť sama za seba – aj keď už len v prenesenom zmysle slova. Najťažšou a zároveň najposilňujúcejšou skúsenosťou bolo pre mňa dlhé a osamelé obdobie po úraze – obdobie hľadania svojej vlastnej identity, kedy som postupne budovala svoju vnútornú slobodu a naberala odvahu byť úprimná – v prvom rade sama k sebe, a potom svoju vnútornú pravdu komunikovať aj smerom von.

Kto alebo čo ti pomohlo nadobudnúť seba-dôveru, sebaistotu? Byť SAMA SEBOU. ŽIŤ ŽIVOT PODĽA SEBA.

Myslím, že k tomu istým spôsobom viedlo všetko, čím som si prešla. Viem, že nech sa stane čokoľvek, nejakto to už len zvládnem. Svoje pravidlá si stanovujem na základe vlastných, ale aj sprostredkovaných skúseností. Veľmi mi pomohlo, keď som sa otvorila správnym a kompetentným ľuďom, keď som si nechala pomôcť. Musela som hľadať dlhšie, až kým som nenatrafila na jednu skvelú slovenskú koučku a jej mentoringový program s príznačným názvom „Majsterka života“, ktorý prebiehal pár mesiacov v malej skupinke nádherných žien v rôznych životných situáciách. Je podľa mňa dôležité obklopiť sa inšpiratívnymi vzormi – nie na to, aby sme ich kopírovali, ale aby nám pripomínali, čo všetko je možné, a že niekto pred nami to už dokázal.

Vo dvojici ide všetko ľahšie. Máš priateľa. Je ti veľkou oporou? Je on tvoja životná láska? Aké aktivity spolu podnikáte?

S vyjadreniami ako životná láska a podobne som už opatrnejšia. Čo však viem s istotou, je, že svojho priateľa neskutočne milujem, a že s ním som ešte spokojnejšia a šťastnejšia než sama (preto som si ho vybrala). Oporou sme si vzájomne, učíme sa jeden od druhého a spolu objavujeme nové veci – obaja sme zvedaví, zameraní na hľadanie riešení a len tak ľahko sa nevzdáme. Myslím, že sme super tím, vieme si rozdeliť úlohy, dobre sa dopĺňame. Našou spoločnou vášňou sa stali napríklad výlety na sajtke, na ktorú sa dá pripevniť aj môj vozík a pre mňa je veľmi pohodlná na sedenie, čo nám umožňuje aj dlhšie dobrodružstvá.



Skúšaš nové veci? Adrenalin v rámci možnosti?

S adrenalinom som skôr opatrná, keďže už mám viacnásobne odskúšané, ako rýchlo sa niečo stane. Ale asi to závisí od uhla pohľadu – od iných často počúvam, že som až príliš akčná. Mojim veľkým snom je raz sa naučiť samostatne jazdiť na koni. Prechádzky po lúčkach a lesoch mimo asfaltiek mi chýbajú zo všetkého najviac.

Čomu sa venuješ? Čo ťa baví?

Prevažne jazykom – vyštudovala som prekladateľstvo a tlmočníctvo v kombinácii anglický a nemecký jazyk. Zamerala som sa na knižný preklad, aj keď je na Slovensku žiaľ veľmi biedne platený, pretože mi táto práca dáva zmysel a obohacuje ma. Najnovšie prekladám jednu motivačnú knižku pre lkar, čo je pre mňa nový žáner a zaujímavá skúsenosť. Popritom robím všeličo, teraz napríklad pomáham uvádzať na nemecky hovoriaci trh jednu firmu a zastupujem ich v komunikácii na sociálnych sieťach. Veľmi rada učím. Keď sa mi stal úraz, mala som ukončený druhý ročník predškolskej a elementárnej peda-

gogiky, mojím snom bolo mať škôlku na farme. Teraz mám malých i veľkých študentov, a veľmi ma naplnia pomáhať im napredovať, nielen po jazykovej stránke. A to ma vlastne priviedlo aj ku koučingu.

Baví ma všetko, čo nejakým spôsobom posúva a obohacuje mňa a tých, s ktorými alebo pre ktorých to robím.

Čo je tvojou túžbou?

V poslednej dobe zoznam mojich túžob a cieľov stále narastá. Zovšeobecnene by som povedala, že chcem využiť každý deň naplno a byť tou najlepšou verziou seba samej – tak ako k tomu neustále motivujú moji dvaja najobľúbenejší slovenskí mentori – Lucia Klapáčová a Peter Podlesný. Zároveň veľmi túžim po tom, aby všetko, čím som si prešla a čo som dostala, bolo užitočné aj pre iných, aby som mohla pomôcť čo najviac ľuďom vyhnúť sa zbytočnému utrpeniu a napriek ťažkostiam žiť život v pokoji a v radošti.

Ako – akým spôsobom vieš pomôcť iným ľuďom?

Odovzdávaním vlastných skúseností, spoločným hľadaním riešení a stratégií a hlavne povzbudzovaním k sebadôvere. Myslím si, že každý máme v sebe ten najlepší kompas na cestu vlastným životom. Niekedy len potrebujeme, aby sa naň pozrel pár nezaujímavých očí. Je nádherné pozorovať, keď sa moji priatelia, študenti či klienti rozžiaria už počas nášho prvého stretnutia, pretože zdanlivo neriešiteľná situácia už zrazu nie je taká komplikovaná.

Prečo pomáhaš?

Sami toho dokážeme zvládnuť veľa a požiadať o pomoc, vedieť ju prijať či správnym spôsobom ponúknuť, sa v dnešnej individualistickej dobe môže zdať príliš náročné. Ja som však presvedčená, že ponúkať a prijímať pomoc je niečo, čo je nám ľuďom prirodzené – je to užitočná skratka, prevencia zbytočných komplikácií. Zároveň som si vedomá toho, že konštruktívnu pomoc je často ťažké nájsť. Sama som si zažila aj menej pozitívne, niekedy až zraňujúce stretnutia s rôznymi expertmi, ktorí mi chceli pomôcť. Preto si myslím, že čím je pomáhajúcich viac, tým skôr si každý, kto pomoc potrebuje, nájde tých, ktorí mu dokážu pomôcť najlepšie.

Čo by si chcela odkázať čitateľom?

Pomôžem si povzbudením z jednej rozprávky, myslím, že to bola Popoluška: Budme odvážni a láskaví :)

Kontakt:

Facebook: Betty Vorosova

Instagram: @yastericka

E-mail: yastericka@gmail.com

„Nádej vždy spôsobí, že uveríme.“ (Robert Fulghum)

NÁVRAT DOMOV

Mama prišla. Konečne dnes idem domov. Je tu nuda. Kamoška dreme, nechce sa jej rozprávať. Naopak moja mama s Nikolkinou maminou veselo debatujú a všimajú si nás dve. Hovoria, že sme ako to počasie vonku. Zamračené, bez nálady. Vraj asi bude pršať. Jééééj, to sa bude spať. No ja už chcem doma vo svojej posteli.

Ale kým sa tak stane, prejde ešte niekoľko hodín. Mama ma prezlieka, umýva a dáva jesť kašu, ktorú sama urobila. Tá nemocničná mi veľmi nechutí. Mama vie všetko najlepšie. Cítim sa úžasne, keď sa ma mama dotýka. Vyzlieka mi pyžamo, ktoré je prepotené. Robí to veľmi opatrne, lebo na chrbte mám preležaninu. Aj mi ju už previazala. Hovorí, že je viac zapálená. Ťažko sa hojí. Mama je z toho nešťastná. No zároveň sa teší na to, keď mi doma zapne biolampu a bude nasvecovať. Svetlo lieči. Prihovára sa mi: „Katka, dnes ideme domov.“

Cítim sa akosi zle. Ťažko dýcham. Chrčím. Čoraz ťažšie a ťažšie dýcham. Čo sa to so mnou robí? Mama, kde si? Mama, mama...

Už ju počujem. Rozpráva sa s lekárom. Prečo odchádza Nikolka a jej mama? Oni idú domov? Ja tu zostávam? Prečo? Budem tu sama? Dokedy?

Počujem, ako lekár hovorí: „Je tu ešte jedna možnosť.“

Mama sa pýta: „Plúcna ventilácia?“ „Áno“, odpovedá lekár.

Mama sa mu pozrie do očí a dáva otázky: „Pán doktor, povedzte mi pravdu, dokedy to bude trvať? Ako dlho bude Katka žiť? Dokedy sa bude trápiť?“

Lekár len pokrčil plecami a povedal: „To nikto nevie, môže to byť týždeň, mesiac.“

„Akokoľvek sa rozhodnete, rozhodnete sa správne,“ počula som druhú lekárku, ktorá celý čas sledovala, čo sa so mnou deje.

Počujem mamin hlas: „Ak chce Katka s nami byť, zabojuje. Ak chce odísť, nech odíde dôstojne.“ Jej hlas bol veľmi ťažký, plný bolesti a smútku.

Verím jej, že to boli najťažšie slová, ktoré musela vysloviť. No ja som jej za to vďačná. Oslobodila som sa. Môžem odísť domov, hore do neba k anjelom. Pri anjeloch budem zdravá. Teším sa, keď sa budem môcť stretnúť so starkým, ktorý mal včera narodeniny. Už ma čaká. Chce so mnou osláviť 70-tku. No ešte musím počkať aj ja, tu v izbe na ocka. Musím sa s ním rozlúčiť. Ocko bude veľmi smutný, no chcem, aby ma ešte videl aj počul. Ocko prichádza. Mama mu je za chrbtom. Je mu veľkou oporou. Ocko plače, lúči sa so mnou. Hovorí: „Katka, ja chcem ísť s tebou, nenechávaj ma tu. Bez teba nemá život zmysel.“



Som rozrušená, ťažko sa mi to počúva. Prečo ma ocko drží? Prečo ma nechce pustiť? Veď ja už chcem byť zdravá a to budem len v tom prípade, keď sa duša oslobodí od zdeformovaného telička. Plúca už úplne vypovedali službu. Srdiečko ešte bije, no čoraz slabšie.

Mama s ockom odchádzajú. Lúbim ich nadovšetko, no teraz som už pokojná. Je tu ticho. Tikot srdca počujem slabšie a slabšie. Odchádzam. Anjeli mi dávajú krídla a letím do neba.

Odtiaľ sa budem dívať na mamu aj ocka. Viem, že to bude pre nich ťažké. Starali sa o mňa 17 rokov. Opatrovali ma. Mama robila všetko preto, aby som sa mala dobre, aby mi uľahčovala život. No zrazu bude v mojej izbe ticho. Viem, mama bude cítiť prázdnotu, bude sa musieť vysporiadať s tým, čo sa práve stalo. No má doma ocka, ktorý ju teraz bude potrebovať viac a viac. Mama je silná. Veľmi silná osobnosť.

Ďakujem mojej mame za to, že ma neopustila, keď som sa narodila. Ďakujem jej za to, že ma nedala do ústavu, keď jej to navrhoval jeden lekár. Vtedy som mala ½ roka.

Ďakujem jej za krásnych 17 rokov, ktoré sme spolu prežili.

Mama sľúb mi, že budeš naďalej pomáhať rodinám, ktoré potrebujú pomoc.

Sľúb mi, že na mňa nezabudneš.

Ja Ti sľubujem, že z neba budem dávať na Teba pozor, tak ako si dávala Ty na mňa tu na zemi.

Mám ti čo vracať. IB



Vďaka dlhoročným skúsenostiam pomáham

Som mamou, ktorej dcérka odišla do večnosti pred tromi rokmi. Osud nás skúšal 17,5 roka. Katka bola od narodenia ŤZP. Bola plne odkázaná na moju pomoc. Odsávanie z úst a tracheostomie, polohovanie, plienkovanie, kŕmenie cez Peg, bolo našou každodennou súčasťou života. Keď sa Katka narodila, nebol internet. Nevedela som o možnostiach pomoci. Až o niekoľko rokov neskôr, keď som sa zoznámila s počítačom a začala som skúmať taje internetu, vtedy sa nám začal meniť život. Naučila som sa písať žiadosti, oslovovať nadácie, firmy, ktoré nám finančne pomáhali pri zakúpení pomôcok na zlepšenie kvality života. V tom období mi veľmi pomáhala moja sesternica, ktorá ma nakopla aj k **založeniu občianskeho združenia Spolu to zvládneme - Burko**.

Zo začiatku to bola pomoc len pre Katku formou darovania 2% z daní. Bývala to pre nás obrovská pomoc. Vďaka peniažkom, ktoré sme si vyzbierali, sme mohli zakúpiť napr. špeciálnu stoličku. Vyriešiť doplatky na liečbu, na kúpu kočiaru, auta, zdvihacieho zariadenia (schodisková plošina vyrobená na mieru, stropné zdvihacie zariadenie). Vďaka poslednej spomenutým pomôckam sme spolu s **konateľkou firmy SPIG s.r.o. Monikou Ponickou rozbehli spoluprácu**.

Od roku 2013 môžete čítať **časopis Inak obdarení**, kde som bola 6 rokov šéfredaktorkou. Po odchode do večnosti Katky a prvého manžela som sa odmlčala. Potrebovala som pauzu. Usporiadať si život. Uvedomiť si, čo naozaj chcem robiť. Chcela som začať žiť nový život. Hlavne zdravý život... A to sa

SKUTOČNÝ PRÍBEH

mi podarilo. Mám novú rodinu, ktorá ma vo všetkom podporuje. Dostala som druhú šancu, za čo som nesmierna vďačná. To, čo som sa naučila pri Katke, posúvam ďalej. Takže som tu pre všetkých, ktorí potrebujú pomoc.

Čo môžem ponúknuť?

- Poradenstvo pri vybavovaní príspevkov z UPSVaR
- Zverejňovanie príbehov na mojom webe www.burko.sk
- Pomoc pri písaní žiadostí - hľadani sponzorov
- Usmernenie pri zbieraní 2% z daní cez naše OZ Spolu to zvládneme – Burko

Som búťľavou vrbou pre každého, kto sa chce vyžalovať.

Občianske združenie

Spolu to zvládneme - Burko

Naše občianske združenie pomáha hlavne formou zbierania 2% z daní a poradenstvom.

ČO JE CIEĽOM ČINNOSTI ZDRUŽENIA?

→ Pomáhať a podporovať rozvoj osobnosti bez rozdielu na vek, postihnutie a pod. Prostredníctvom činností združenia realizovať aktivity podporujúce socializáciu, integráciu, rehabilitáciu, vzdelanie.

Spolu to zvládneme – Burko, občianske združenie



*Spoločnými silami zvládneme všetko.
Poradíme, usmerníme, povzbudíme*

PORADENSTVO - POMOC - PODPORA - POZITÍVNY PRÍSTUP - PARTNERSTVO

Obchodné meno (názov): **Spolu to zvládneme – Burko, občianske združenie**
Sídlo – obec, PSC, ulica, číslo: **Bánik 1548/14, 97652 Čierny Balog**
Právna forma: Občianske združenie | IČO: 42313236
Kontakt: **Iveta Bartalová**
t.č. **0903 534 767** | e-mail: burko@burko.sk | web: www.burko.sk

→ Podpora detí a mládeže bez rozdielu veku, zdravotného stavu.

→ Podpora rodín so zdravotne postihnutou osobou.

→ Finančná a materiálna pomoc a podpora

- pre rodiny v sociálnej núdzi,
- pre kúpu pomôcok pre deti do školy,
- pre kúpu štandardného vybavenia do domácnosti,
- s príspevkom na ubytovanie,
- pre aktivity pre rodiny v núdzi v sociálnej a výchovno-vzdelávacej oblasti.

AKEJ CIEĽOVEJ SKUPINE POMÁHAME?

- deti a mládež
- zdravotne postihnuté osoby bez rozdielu na vek a druh postihu
- rodiny s osobou s ťažkým zdravotným ochorením
- rodiny v sociálnej (hmotnej) núdzi
- týrané matky
- náhradné rodiny
- deti z detských domovov

IB

SPIG

zdvíhacie zariadenia

Zariadenia od firmy SPIG s.r.o., ktoré nám uľahčili život



JEDINEČNÝ SCHODOLEZ N957



Schody v bytovke, na pošte, v banke, v divadle, na návšteve u rodiny a priateľov.

Dnes sú všade a nedá sa im proste vyhnúť. Ak ste na invalidnom vozíku určite je Vám to všetko dobre známe.

Milí čitatelia, dnes Vám priblížim jeden príbeh. Som na invalidnom vozíku a pred rokom a pol sme s manželom vybavovali svadbu vo Zvolene na Katolíckom farskom úrade. Je to tam úzke, bez výťahu a je tam najmenej 50 schodov. Manžel ma musel po tom ťažkom a navyše aj šmyklavom schodisku ťahať. Sú to nebezpečné situácie, ktoré taktiež určite poznáte, ak ste na invalidnom vozíku.

Nemusí to byť len miestny farský úrad. Schody nás sprevádzajú stále, ak chcete žiť skutočne plnohodnotný život bez prekážok na invalidnom vozíku, tak najlepším riešením je pásový schodolez.

Schodolez je ľahko prenosné zariadenie, ktoré hravo naložíte aj do auta a môže s Vami cestovať všade, kde potrebujete. Takto môžete kludne a bez obáv ísť kdekolvek chcete.



Výhody schodolezu N957

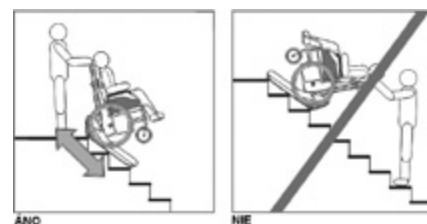
- prídavné kolieska uľahčujú presun po rovných plochách a nie je potrebné schodolez nakloniť, aby sa zdvihli pásy,
- ovládanie všetkých prvkov sa nachádza na riadiacom paneli kormidla,
- pripínanie schodolezu o vozík je veľmi jednoduché,
- rýchlosť 5,5 m/min, na jedno nabitie prejde 40 poschodí (90 ramien schodov),
- šikový dizajn, nízka poruchovosť,
- minimálne rozmery zaručujú ľahkú manipuláciu,
- ovládanie upínania sa nachádza na kormidle,
- schodolez má displej, ktorý vám vždy naznačí čo treba robiť,
- certifikované zariadenie od európskeho výrobcu,
- bezplatné predvedenie u vás doma na vašom schodisku.

N957-ka má dlhú životnosť, ľahko sa ovláda. A jeho výbava je rozšírená o elektricky sklápatelné kolieska, ktoré výrazne uľahčia presun po rovných plochách. Samozrejme, schodolez je certifikovaný a spĺňa normy pre vyhradené technické zariadenie. Presun osôb po schodisku je úplne bezpečný a jednoduchý.



Schodolez N957

- nosnosť **130 kg**
- až **80** ramien schodiska na 1 nabitie
- el. výsuvné kolieska
- sklápatelné konzoly ramena
- displej



Peňažný príspevok na kúpu Schodolezu až do 95% z ceny

Schodolezom sa kompenzuje znížená schopnosť osoby s ŤZP prekonávať architektonické bariéry a podporujú sa jej schopnosti pri mobilite a sebaobsluže. Zariadenie slúži aj na premiestňovanie osoby s ŤZP alebo poskytovanie pomoci od inej osoby. Zdvíhacie zariadenie podľa Zákona 447/2008 Z.z. §33 je najmä: schodolez, stropný zdvihák, šikmá schodisková plošina, zvislá plošina, výťah.

Doplatok ku zdvíhaciemu zariadeniu poskytuje Klub SPIG do 10% z ceny



Volajte bezplatne 0800 105 707

alebo píšete SPIG s.r.o., Tulsá 2, Zvolen • e-mail: spig@spig.sk

www.spig.sk



Zaregistrujte sa bezplatne v KLUBE SPIG → POMOC S PRÍSPEVKOM A DOPLATKOM

Schodiskový stoličkový výtah FLOW X

Naši starí rodičia tu vždy boli pre nás. Poradili, podali pomocnú ruku a nikdy nepovedali nie. Je prirodzené, že sa im s vekom znižuje mobilita a schodiská v dome či bytovom dome sa premenia na strašiaka. Zabezpečte im presun na stoličkovom výtahu FLOW X od SPIG, a tak bude ich pohyb po schodisku pohodlný, jednoduchý a bez rizika pádu.

FLOW X je úplná novinka, ktorú prinášame na slovenský trh

Prináša nové možnosti pre zdravotne ťažko postihnutých v domácnosti:

- ľahší prístup,
- pohodlnejšie sedenie,
- užšie rozmery,
- elegantnejší vzhľad,
- intuitívnejšie ovládanie.

Najjedinečnejší stoličkový výtah

■ V základnej výbave FLOW X je **elektrické sklápanie** podlahy.

■ Opiery ruk sa vyťahujú **do 180°**, čím uľahčujú presun na sedátko.

■ Opiery ruk majú až **3 polohy**, je možné si ich priložiť blízko k telu.

■ Stoličkový výtah vytvára **kruh** okolo klienta, odzadu aj spredu.

■ Sedátko je **špeciálne tvarované** tak, aby sa prepravovaný nepredkláňal dopredu.

■ Ovládací **joystick** je jedinečne zabudovaný do opierky.

■ Vzhľad **FLOW X** je úplne jedinečný, prispôbosený moderným dizajnovým požiadavkám a ľahkej starostlivosti.

■ Na telese FLOW X sa nenachádzajú žiadne káble alebo odkryté mechanické časti.

Sloboda pohybu môže byť jednoduchá

Keď je mobilita problémom, točené alebo zákrutové schodisko sa môže zdať sklúčujúce. Elegantný a premyslený dizajn a rad funkcií stoličkového výtahu **FLOW X sprístupní pre vás akékoľvek schodisko.**

Stoličkový výtah FLOW X má schopnosť bezpečne prechádzať aj tie najviac náročné schodiská. Jedná sa o novinku, ktorá vznikla ako nová generácia stoličkových výtahov FLOW. Oproti svojmu staršiemu súrodencovi FLOW 2, FLOW X vyniká nie len v krajšom a súčasnejšom dizajne a väčšom pohodlí, ale aj technickom riešení a ergonómii.

Celosvetová jednotka – stoličkový výtah FLOW X

Spoločnosť Access patrí medzi najšpičkovanejších certifikovaných Anglických výrobcov stoličkových výtahov a veľkých výtahov. FLOW X je ich aktuálna vlajková loď od roku 2021. Stoličkový výtah si môžete prísť vyskúšať v našom showroome. **SPIG, s.r.o.** je najväčší predajca stoličkových výtahov Access a prezentačný stoličkový výtah FLOW X sme dostali ako prví.

Výrobca myslel asi na všetko. Stoličkový výtah je vďaka **180° horizontálnemu sklá-**



paniu opierok rúk umožňuje presunúť sa na sedadlo aj z invalidného vozíka. Doposiaľ neexistoval jednoduchší spôsob pre presadnutie z vozíka na stoličkový výtah.

Access vyvinuli vlastný patent pre presun po schodisku

Dráha, po ktorej sa stoličkový výtah presúva, je minimalistická koľaj v tesnej blízkosti schodiskových stupňov. **Minimálny priestor** zaberá aj v staniaciach, nemusí vôbec zasahovať do priestorov spodnej podesty. **FLOW X využíva jedinečnú patentovanú technológiu pohonu.** Maximálne pohodlie, maximálna stabilita, skoro žiaden zvuk. Tak sa dá charakterizovať presun po schodisku na stoličkovom výtahu FLOW X. **FLOW X sa dá naprogramovať** tak, že sa počas presunu po schodisku bude otáčať spolu s osobou. Vďaka tomuto „**ASL**“ patentu je FLOW X vhodný aj pre veľmi úzke schodiská v limite do 610 mm.

FLOW X je vybavený patentovanou technológiou „ASL“

ASL znamená „Advanced Swivel and Leveling“ (Pokročilé otáčanie a vyrovnávanie). Táto technológia otáča sedadlo stoličkového výtahu pri presune smerom hore alebo dole schodmi. Otáčanie sedadla je **individuálne naprogramované** tak, aby mal užívateľ pri sedení vždy tú najlepšiu možnú polohu. Súčasné pohyby otáčania a vyrovnávací modul stoličkového výtahu udržiavajú sedadlo v horizontálnej polohe nezávisle od uhlu, pod ktorým dráha stúpa alebo klesá. S ASL technológiou môže byť sedačka nainštalovaná na malých a úzkych schodiskách tak, že to neobmedzí pohyb inej osoby po schodoch. Úprava schodiska tak nie je



potrebná. Pred tým ako si sadnete alebo sa postavíte, sedadlo sa automaticky otočí požadovaným smerom pomocou ovládania riadiacou jednotkou na opierke alebo diaľkovým ovládaním. Sedadlo sa tiež môže otočiť smerom dozadu pri presune hore schodmi a smerom dopredu pri presune dole schodmi.

Technické vlastnosti

- Rýchlosť – max. 0,15 m/s.
- Typ pohonu – pastorok, jedinečne umiestnený odspodu.
- Výkon motora – 350 W.
- Maximálna nosnosť 125 kg.
- Automatické zastavenie – áno.
- Maximálny sklon schodiska – 72°.
- Ovládanie – ovládanie na opierkach, joystick, diaľkovým ovládaním.
- Batérie – 2 x 12V batérie, spolu 24V.
- Certifikát – 2006/42/EC EN 81-40.
- Podnožka – dostupná v dvoch veľkostiach, nastaviteľná.

Cena stoličkového výťahu FLOW X

Stoličkový výťah FLOW X je to najlepšie čo Vám vieme priniesť do vašej domácnosti. Pri tom jeho cena je porovnateľná s cenou ostatných stoličkových výťahov na trhu.

Po bezplatnom zameraní a vypracovaní nezáväznej cenovej ponuky Vám budeme vedieť vypočítať cenu zariadenia. **V cene stoličkového výťahu FLOW X je započítaná dodávka a montáž stoličkového výťahu, revízia správa, zaškolenie.** Súčasťou dodávky sú **dva diaľkové ovládače, kompletný slovenský manuál a doplnky**



VYUŽITE SLUŽBY KLUBU SPIG, KTORÝ VÁM ZÍSKA PROSTRIEDKY NA DOPLATOK DO 10% ZO SUMY ZARIADENIA

V prípade záujmu vyplňte formulár na www.spig.sk alebo zavolajte na bezplatnú linku **0800 105 707**, následne Vás bude kontaktovať a **BEZPLATNE VÁS NAVŠTÍVI** náš obchodný zástupca kdekoľvek na Slovensku.



podľa vyžiadania. Ako náš klient získavate nové najmodernejšie zariadenie s 2-ročnou zárukou. Vďaka pravidelným preventívnym servisným prehliadkam, Vám **FLOW X** bude slúžiť v interiéri vášho domova veľa rokov.

Stoličkový výťah FLOW X sa využíva aj pre sprístupnenie verejných schodísk, alebo v lekárnach, v domovoch sociálnych služieb, denných stacionároch...

Výhody spoločnosti SPIG s.r.o.

- Spoľahlivý profesionálny partner, ochotný vždy pomôcť.
- Celoslovenské pôsobenie, 3 pobočky Bratislava, Zvolen, Prešov.
- Pohotovostný servis v rámci celého Slovenska.
- Najväčší predajca stoličkových výťahov Access na Slovensku.
- Pravidelné záručné a pozáručné revízne prehliadky.
- Pomoc s vybavením štátneho príspevku, bezplatná obhliadka, vypracovanie nezáväznej cenovej ponuky a pomoc aj s odvolaním.
- Pomoc s dofinancovaním štátneho príspevku vďaka bezplatnému členstvu v klube SPIG.



Bezplatné zameranie | Nezáväzná cenová ponuka | Pomoc so štátnym príspevkom

ZVISLÁ PLOŠINA OS200

Jednoduchosť tohto riešenia je spájaná s priaznivou cenou, ktorú Vám vie pokryť štátny príspevok spolu s doplatkom od KLUB SPIG.

Technologicky veľmi jednoducho prevedený hydraulický domáci výtah, zvislá zdvíhacia plošina os 200 je unikátne kabínové riešenie, ktoré je vhodné do domácnosti, alebo verejných priestorov pre pravidelnú prevádzku.

Táto technológia zaručuje ľahkú starostlivosť a dlhodobú životnosť. OS200 najčastejšie nachádza svoje využitie v domovoch pre seniorov, alebo zdravotníckych centrách, kde slúži počas dňa prakticky non-stop. Inštalácia tohto výtahu je možná v interiery ale aj exteriery. Zvislá plošina OS200 sa skladá z typizovanej kabíny, s rozmermi podľa priestoru v ktorom má slúžiť. Tichý chod hydraulického pohonu sa vyníma najmä v interiery. Hydraulický pohon zväčša trpí pri nízkych teplotách. Riešením je prídavné vyhrievanie hydraulického oleja, ktoré neovplyvní cenu výtahu. Zvislá plošina OS200 tak môže slúžiť v exteriery aj v zimných mesiacoch, v tých najnižších teplotách.

Výhody OS200

- Celokabína s polykarbonátovou alebo sklenenou výplňou zabezpečuje maximál-

nu bezpečnosť. Priehľadnosť vďaka tomuto riešeniu je súčasť dizajnu.

- Podsvietenie kabíny sa rozsvieti po privolaní kabíny do stanici a otvorení brány. Bránka sa nachádza v každej stanici a je vybavená elektrickým kľúčom, ovládateľným tlačidlom.
- Zvislá plošina os200 má zdvih do 12 metrov s ľubovoľným počtom staníc. Hydraulický pohon tohto riešenia sa nezasekáva a v prípade poruchy, ktorá sa nestáva je možné sa pohodlne a bezpečne spustiť až do najnižšej stanici.
- Tichý chod tohto riešenia je jeho príjemným doplnkom, ktoré zvyšuje váš komfort. Nebude vyrušovať vašich susedov ani pri inštalácii v bytovom dome.
- Vďaka jedinečnosti zvislá plošina OS 200 nepotrebuje šachtu, alebo ohradenie.
- Celokabína sa presúva vo voľnom priestore a zastaví v prípade, že sa dotkne nežiaduceho predmetu v rámci svojej dráhy.
- Zvislú plošinu OS 200 je možné spolufinancovať vďaka finančnému príspevku pre ŽPZP pre odstránenie prístupových bariér v domácnosti.



- Bezplatne zameranie priestorov je súčasťou cenotvorby a vyhotovenia ponuky.

Cena zvislej zdvíhacej plošiny

Každá výroba a inštalácia je prispôbená konkrétnemu klientovi. Preto sa cena dá určiť Až po bezplatnej obhliadke a zameraní. Cenová ponuka sa realizuje bezplatne. Súčasťou našich služieb je aj pomoc s vybavením finančného príspevku. **Vďaka klubu SPIG získate aj doplatok na zdvíhacie zariadenie, preto sa Vám oplatí sa na nás obrátiť.**



SPIG 

zdvíhacie zariadenia

Volajte bezplatne 0800 105 707
alebo píšete SPIG s.r.o., Tulska 2, Zvolen • e-mail: spig@spig.sk

www.spig.sk



Zaregistrujte sa bezplatne v KLUBE SPIG → POMOC S PRÍSPEVKOM A DOPLATKOM

ŠIKMÁ SCHODISKOVÁ PLOŠINA SPU 225

Šikmá schodisková plošina SPU 225, vyrobená na Slovensku v SPIGu, je výtah na schody pre imobilných. Zabezpečuje úplnú samostatnosť pre používateľov na vozíku. **Vlastná výroba, vrátane výrobných dokumentácie, nám umožňuje rozmery plošiny urobiť podľa vašich potrieb (napr. 935 x 685mm) ale aj navrhnuť a vyrobiť úplne atypické zariadenia podľa noriem.**

Schodisková plošina je vhodná aj pre viacpodlažné budovy. Dráha po ktorej sa pohybuje dokáže prejsť cez akékoľvek zákruty. Zákruta v parkovacej stanici slúži aj pre parkovanie plošiny mimo schodiska.

Schodisková plošina SPU 225 sa ľahko prívola vďaka **dialkóvemu ovládaniu**. **Elektrické otváranie podlahy, sklopné sedátko pre prepravu osôb aj bez vozíka** a ďalšie možnosti si môžete navoliť sami.

SPU 225 PRISPÔSOBÍME VAŠIM POTREBÁM

Kvalitné, odolné materiály zabezpečujú dlhú životnosť SPU225 **pre exteriérové aj interiérové schodisko**. Drahá sa montuje do schodiskových stupňov, alebo na stenu. Vrchná časť dráhy slúži ako madlo zábradlia schodiska. Dráha môže slúžiť aj ako zábradlie, horná rúrka je v správnej výške, je nere-zová, hladká.

Nehrdzavejúca oceľ dodáva príjemný vzhľad priestorom schodiska. Má najdlhšiu životnosť.

SAMOSTATNOSŤ PRE OSOBU NA VOZÍKU

Samostatnosť pri presune po schodisku je možná vďaka tomu, že **schodisková plošina si nevyžaduje presadnutie z vozíka**. Ani inú manipuláciu. Schodisková plošina zabezpečuje rýchly plynulý presun bez námahy, ovládanie je praktické, myslelo sa aj na osoby s poruchou jemnej motoriky.

ZABEZPEČENIE

- Schodisková plošina sa dá v prípade nepoužívania vypnúť kľúčikom. Kľúč zároveň zabezpečuje schodiskovú plošinu pred zneužitím.
- Masívny nezničiteľný pohon. Nezničiteľný pastorok vyrábaný špeciálne pre schodiskové plošiny SPIG vám zabezpečí pohodlnú maximálne bezpečnú jazdu. Životnosť tohto riešenia je 15-20 rokov.
- Pre častú prevádzku odporúčame priamy elektrický prívod, ktorý má svoje výhody.
- Výhodou našej výroby je najsilnejší baterekový prívod na trhu. 4/ 6 batérií zapojených do série Vám zabezpečia najsilnejšiu výdrž (ak si zvolíte batériový prívod).

- Batériový prívod slúži aj počas výpadku elektriny ako náhradný zdroj. Nabíjanie batérií je možné v každej stanici.
- Máte na výber všetky farby RAL.
- Schodisková plošina sa dá používať aj v núdzovom móde, v prípade poruchy sa dá núdzovo ovládať. Ako jediná na trhu.
- Od roku 1998 vyrábame schodiskové plošiny, podieľali sme sa na tvorbe zákona 447 o Kompenzáciách formou zdvíhacieho zariadenia a dokonale poznáme všetky normy pre výrobu.

DIZAJN POSTAVENÝ PRE SPOKOJNOSŤ KLIENTA

Šikmá schodisková plošina SPU 225 je na mieru vyrobená schodisková plošina na zákrutové schodisko pre trvalé inštalovanie.

Cena schodiskovej plošiny SPU 225

Schodisková plošina sa vyrába vždy na mieru potrieb klienta a rozmerov schodiska. Cena sa dá určiť až po bezplatnom zameraní. Dĺžka dráhy, počet zákrut, počet parkovacích staníc, výber prívodu, príslušenstvo a mnoho ďalších atribútov rozhodujú o cene schodiskovej plošiny. V cene je zahrnutá projekcia, výroba, montáž a zaškolenie. Pre určenie presnej ceny je nevyhnutná bezplatná návšteva nášho zamestnanca, ktorý vypracuje presné zameranie schodiska a odporučí Vám najvhodnejšie riešenie.



Vďaka štátnemu príspevku môžete získať 95% z ceny zariadenia. Pomôžeme Vám s vybavením príspevku. Vďaka bezplatnému členstvu v KLUB SPIG získavate aj doplatok do 10% z ceny zariadenia.





SLUŽBA VČASNEJ INTERVENČIE podpora rodín s deťmi so zdravotným znevýhodnením



V marci minulého roku začala **nezisková organizácia MISERICORDIA** poskytovať novú sociálnu službu. S podporou Banskobystrického samosprávneho kraja a Nadácie SOCIA zriadila **Centrum včasnej intervencie**, ktoré poskytuje pomoc, podporu a sprevádzanie rodinám predčasne narodených detí, detí s rizikovým, oneskoreným vývinom alebo zdravotným znevýhodnením. Služba je poskytovaná pre rodiny s deťmi od narodenia do 7. roku veku pre klientov z okresov Brezno, Banská Bystrica, Poltár, Rimavská Sobota, Revúca a Detva a je bezplatná.

Podstatná je včasnosť

Narodenie dieťaťa so zdravotným znevýhodnením či oneskoreným vývinom je situácia, ktorá zásadne mení spôsob života rodiny. Rodičia sa nachádzajú vo veľmi zložitej a ťažkej životnej situácii, hľadajú zdroje, pomoc a podporu. Čím skôr sa rodine dostane adresná pomoc a podpora, tým skôr rodina novú situáciu prijme a dokáže sa s ňou vysporiadať. Včasnosť služby včasnej intervencie je práve v tom, že čím skôr a v čo najútlejšom veku sa podarí rozvinúť potenciál dieťaťa, tým viac

bude v budúcnosti schopné začleniť sa do komunity, školy a neskôr do spoločnosti. Včasný zásah je veľmi dôležitý z hľadiska minimalizovania dopadov zdravotného znevýhodnenia na budúci vývin dieťaťa či život rodiny.

Najlepšie prostredie pre rozvoj dieťaťa v útlom veku je doma

Služba včasnej intervencie je **poskytovaná rodinám ambulatnou formou** a to priamou návštevou rodiny v centre, prípadne telefonickými či mailovými konzultáciami. Účinnejšia a adresnejšia je **terénna forma**, ktorá prebieha v domácom prostredí rodiny, kde sa rodina spoznáva v prirodzenom prostredí s jej zaužívanými zvykmi, hodnotami a potrebami. Služba včasnej intervencie teda nie je poskytovanie terapií či liečby, ale **hľadanie a rozvíjanie vnútorných zdrojov rodiny, posilňovanie kompetencií rodičov, odhaľovanie potenciálu dieťaťa a celej rodiny**. Podstata je v porozumení potrebám dieťaťa, zosúladiení potrieb rodiny a jej členov, aby aj napriek náročnej situácii a ťažkostiam spojených so zdravotnými problémami dieťaťa, dokázala rodina žiť samostatný, plnohodnotný a spokojný život.

Rodičia ako súčasť tímu služby včasnej intervencie

V tíme Centra včasnej intervencie **MISERICORDIA** pracujú **odborní poradcovia** z oblasti špeciálnej pedagogiky, psychológie a sociálnej práce. Podľa potreby vstupujú do práce s rodinou externí spolupracovníci – fyzioterapeut, logopéd. Sociálne poradenstvo



zahŕňa napr. informácie o sociálnych dávkach pre rodinu a dieťa, kompenzačných príspevkoch a pomôckach, orientáciu v rôznych formách terapií, službách a možnostiach podpory, kontakty na ďalších odborníkov z rôznych oblastí a pod. Centrum včasnej intervencie poskytuje tiež **podporu a psychologické poradenstvo pri zvládaní ťažkej životnej situácie, poradenstvo ohľadom výchovy a vývinových potrieb dieťaťa, konzultácie a špeciálnopedagogické poradenstvo zamerané na stimuláciu vývinu dieťaťa.**

Súčasťou tímu je aj samotný rodič dieťaťa, ktorý v procese vystupuje ako partner. Tím poradcov spolu s rodičmi hľadajú spôsoby rozvíjania potenciálu zdravotne znevýhodnených detí v rámci každodenných činností (počas hygieny, obliekania, stolovania, nakupovania, varenia, prechádzky a pod.) v prirodzenom prostredí. Služba včasnej intervencie je **dobrovoľná** a záleží na rozhodnutí rodiny, či a do akej miery bude spolupracovať.

Centrum včasnej intervencie MISERICORDIA

Od zriadenia služby včasnej intervencie v Brezne uplynul viac ako rok a i keď náročné obdobie pandémie do istej miery obmedzilo jeho činnosť, v súčasnosti je opäť naplno k dispozícii svojim klientom. Okrem individuálnej práce s rodinami a dieťaťom centrum realizuje aj skupinové aktivity rodičov s deťmi, ktoré sú realizované zábavnou formou a sú zamerané na rozvoj hrubej a jemnej motoriky, zmyslového vnímania, komunikácie a reči, na podporu sociálnych kompetencií pred nástupom detí do MŠ a podporu kompetencií rodičov pri výchove dieťaťa so zdravotným znevýhodnením.

Centrum VI ponúka možnosť rodinám stretávať sa s ďalšími rodinami v rovnakej alebo podobnej situácii, zdieľať svoje skúsenosti a vzájomne sa podporovať. Spontánne sa vytvorila prvá svojpomocná skupina rodín s deťmi s poruchou autistického spektra.

Deti s poruchou autistického spektra tvoria aktuálne najpočetnejšiu skupinu, s ktorou centrum včasnej intervencie spolupracuje. Klientami centra sú i predčasne narodené deti, deti s oneskorením v oblasti motoriky, komunikácie či sociálno – emocionálneho vývinu, deti s Downovým syndrómom, detskou mozgovou obrnou, poruchou zraku a sluchu, mentálnym a telesným postihnutím.

Súčasťou činnosti centra je **organizácia prednášok, workshopov či besied s odborníkmi na rôzne témy podľa záujmu a potrieb rodičov.**

Centrum včasnej intervencie MISERICORDIA spolupracuje s ďalšími inštitúciami a odborníkmi zainteresovanými v procese pomoci a podpory rodinám detí so zdravotným znevýhodnením ale i mládeži a dospelým osobám so zdravotným alebo sociálnym znevýhodnením.



Záujemcom o službu odporúčame kontaktovať **Centrum včasnej intervencie MISERICORDIA** telefonicky alebo mailom, kedy si dohodnú termín a miesto osobného stretnutia. Spravidla prvé úvodné stretnutie prebieha v centre, kde klientom poradcovia včasnej intervencie poskytnú podrobnejšie informácie o službe, podmienkach jej poskytovania a spôsobe spolupráce.

KONTAKT:

Centrum včasnej intervencie MISERICORDIA
Nálepková 7, 977 01 Brezno
tel: 0910 777 194
e-mail: vcasnaintervenciabrezno@gmail.com

Informácie o našej činnosti si môžete pozrieť i na našej facebookovej stránke: Centrum včasnej intervencie Misericordia.



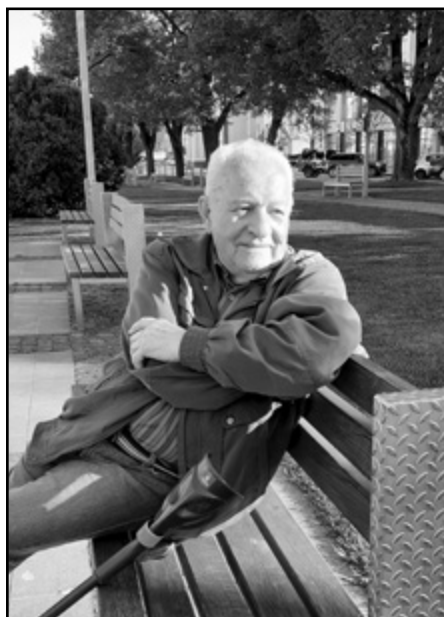


POĎAKOVANIE

Koncom roka 2020 som ako osoba ZŤP požiadal ÚPSVaR o príspevok na zakúpenie motorového vozidla. Príspevok mi bol poskytnutý a po kúpe nového auta Hyundai i20 som začal hľadať organizáciu, ktorá poskytuje úpravu vozidla na ručné ovládanie.

Mal som veľké šťastie, že som objavil **SPIG s.r.o.**, vo veľmi peknom okresnom mestečku Zvolen, kde je konateľkou pani **Monika Ponicá** a obchodným zástupcom pán **Jakub Jasik**.

Počas niekoľkých týždňov sa mi podarilo vybaviť všetky potrebné úkony pre prípravu vozidla na úpravu. Po náročnej ceste cez pol Slovenska som prišiel s dcérou autom v piatok 7.5.2021 v podvečerných hodinách do Zvolena. Na predmestí nás očakával pán Jasik, ktorý nám zabezpečil ubytovanie v miestnom hoteli a dal nám inštrukcie o ďalšom postupe a o úprave vozidla. V sobotu ráno 8. 5. 2021 sme pristavili auto do servisnej dielne a odovzdali sme ho do rúk príjemného technika, ktorý bol zodpovedný



za kvalitné prevedenie úpravy podľa platných predpisov.

Ručné ovládanie plynu a brzdy typu MERO 2 bolo v tomto prípade po prvýkrát montované na Slovensku do môjho modelu auta, preto sa práce predžili do nasledujúceho dňa. Využitie voľného času v sobotu nám zabezpečil pán Jasik. V jeho sprievode sme absolvovali obhliadku bezbariérového zvolenského Arboréta BORO VÁ HORA. Počas prehliadky nám prezentoval ďalšie možné úpravy motorových vozidiel a montáže zariadení určených pre osoby so zníženou pohyblivosťou. Predstavil nám napríklad **prídavný pohon HURT-e**, ktorý je ešte len v skúšobnej prevádzke, no môže byť veľkým prínosom pre mobilitu vodičára v procese osamostatňovania sa. Tento pohon som si aj osobne vyskúšal a bol som miho prekvapený jeho ľahkým ovládaním a variabilitou pohybu.

Počas našej návštevy Zvolena som sa zoznámil aj s inými veľmi dobrými a ochotnými



ľuďmi, ako napríklad Ing. Marianou Jakubísovou, PhD., ktorá nám svojím odborným výkladom obohatila prehliadku arboréta. Mali sme to šťastie, že sme prechádzku arborétom absolvovali s mladomanželmi Danielom a Simonou, ktorá je, aj napriek svojmu životnému údely, veľmi charizmatická a usmievačná mladá žena s obrovskou dávkou pevnej vôle a humoru. Taktiež je začínajúcou spisovateľkou, keďže nedávno vydala svoju prvotinu „Vyryté v srdci a pamäti“ a „Mária a čarovný prsteň“.

Svojim príspevkom v tomto časopise, chcem vysloviť úprimné poďakovanie všetkým, ktorí nám spríjemnili čas strávený vo Zvolene, ale v neposlednom rade aj technikovi, ktorý pracoval na úprave auta veľmi precízne a po technickej stránke na vysokej úrovni. **Vážení priatelia, ÚPRIMNÁ VĎAKA VÁM VŠETKÝM.**

*Molnár Michal, Váš spokojný zákazník
foto: osobný archív p. Molnára*



Občianske združenie INAK OBDARENÍ



Keď ochorie člen rodiny na zákernú chorobu, alebo po úraze ostane na vozíčku, ale aj ak sa narodí dieťa, ktoré má v lekárskej správe rôzne ťažké diagnózy, pre rodinu je to šok. Nevedia sa vysporiadať s myšlienkou, čo sa stalo, veľa krát sa pýtajú:

Prečo sa to stalo? Prečo práve nám?...

Je to náročné na psychiku a keď si pomyslíme, že musia ešte riešiť byrokratickú odyseu s úradmi, nevedia na čo majú nárok, čo všetko podľa zákona môžu dostať z UPSVaR, tak sme tu práve pre nich.

Poradíme, pomôžeme, povzbudíme, s hlesom:

„ZVLÁDNUŤ STAROSTLIVOSŤ O INAK OBDARENÉHO ČLENA RODINY SA DÁ.“

Hlavným cieľom a zameraním združenia je združovať postihnuté osoby a ich blízke osoby, resp. osoby žijúce v spoločnej domácnosti s postihnutými osobami, pomáhať im vo všetkých oblastiach života, podporiť integráciu postihnutých osôb do spoločnosti, pomôcť im pri zdoľávaní každodenných bariér a spoločenských predsudkov, podporiť ich vedomostný rast a prekonanie obmedzení každého druhu, pomôcť postihnutým osobám ísť hore a žiť bez bariér.

Za účelom dosiahnutia svojho cieľa sa občianske združenie bude zameriavať najmä na:

• **pomáhanie napredovaniu rozvoja osobnosti postihnutých osôb bez rozdielu**

na vek, postihnutie a pod.,

- **motiváciu postihnutých osôb,**
- **informovanie, pomáhanie, motivovanie a robenie radosti postihnutým osobám,**
- **podpora jedinečnosti postihnutých osôb, rozvoj ich tvorivých schopností,**
- **zlepšenie kvality života postihnutých osôb a skvalitnenie ich domáceho prostredia,**
- **zlepšenie života postihnutých osôb prostredníctvom dostupných technických pomôcok, zdvíhacích zariadení a iných zariadení a pomoc pri manipulácii s týmito technickými zariadeniami,**
- **riešenie technických parametrov domácností s postihnutými osobami,**
- **podporu slovenských výrobcov technických zariadení pre postihnuté osoby,**
- **zlepšenie právneho povedomia postihnutých osôb ohľadne ich zákonných nárokov,**
- **podporu každodenných aktivít postihnutých osôb pre život bez bariér,**
- **podporu a organizovanie vzdelávacích, kultúrnych a športových aktivít pre postihnuté osoby,**
- **podporu v poradenskej, sociálnej, finančnej, zdravotnej a technickej oblasti života postihnutých osôb,**
- **podporu a sprostredkovanie informácií v sociálnych, zdravotných otázkach a možnostiach liečby, týkajúcich sa zdravotného postihnutia danej osoby,**
- **prevádzkovanie vlastnej internetovej**

stránky, zverejnenie aktivít a spájanie postihnutých osôb za účelom skvalitnenia ich života,

- **tvorba, tlač a distribúcia časopisov, letákov, informačných prospektov,**
- **odborné poradenstvo, spolupráca s odborníkmi a výrobcami technických zariadení,**
- **organizovanie zbierok pre finančné a materiálne zabezpečenie realizovaných projektov,**
- **tvorba a poskytovanie vzdelávacích aktivít rôznymi formami,**
- **hmotná (finančná) a morálna pomoc osobám s telesným postihnutím, pomoc pri rehabilitácii, zabezpečení prostriedkov na zakúpenie technických pomôcok,**
- **navštevovanie domácností,**
- **zapojenie postihnutých osôb do aktívneho celospoločenského života,**
- **usporadúvanie konferencií, diskusných stretnutí, seminárov, kurzov a prednášok zameraných na realizovanie účelu občianskeho združenia,**
- **organizovanie workshopov, konferencií, školení a seminárov,**
- **iné projekty a aktivity.**

Za účelom plnenia svojho cieľa spolupracuje združenie s jednotlivcami, mimovládnyimi a neziskovými organizáciami, orgánmi štátnej a verejnej správy a môže byť členom iných organizácií doma aj v zahraničí.



OZ INAK OBDARENÍ • Sídlo: Tulska 2, 96001 Zvolen • IČO: 42396204 • Vznik: 22.5.2015
Predsedníčka OZ: Iveta Burianeková • Tel.: 0903 534 767 • E-mail: inakobdareni@gmail.com

www.inakobdareni.sk

STROPNÉ ZDVIHÁKY

Jednoduché polohovanie,
presun v domácnosti,
ľahká hygiena aj kúpeľ...



PORADENSTVO
ZAMERANIE
PROJEKT

ZADARMO

Na naše zdvíhacie zariadenia môže ZŤP klient dostať **štátny príspevok až do 95% z ceny** a doplatok do 10% uhradíme za neho z **Klubu SPIG**.

Kontaktuje nás: SPIG s.r.o., Tulská 2, 96001 Zvolen, SK

0800 105 707 | www.spig.sk | www.inakobdareni.sk

SPIG 
zdvíhacie zariadenia



DEŇ DETÍ V MARÍNE

1. JÚN 2021 ŠPECIALIZOVANÝ
LIEČEBNÝ ÚSTAV MARÍNA



Túto akciu sme
podporili **SPIG**
zdvihacie zariadenia



Foto:
Igor Frimmel a Marek Vaco

ZVISLÉ PLOŠINY

Skrutkové aj hydraulické,
s ohradením dráhy,
aj bez ohradenia,
na mieru pre vás...



PORADENSTVO
ZAMERANIE
PROJEKT

ZADARMO

Na naše zdvíhacie zariadenia môže ZŤP klient dostať **štátny príspevok až do 95% z ceny** a doplatok do 10% uhradíme za neho z **Klubu SPIG**.

Kontaktujte nás: SPIG s.r.o., Tulská 2, 96001 Zvolen, SK

SPIG 

zdvíhacie zariadenia

0800 105 707 | www.spig.sk | www.inakobdareni.sk

CHYŤME SA ZA RUKY

12. ROČNÍK

13. JÚN 2021 GALANTA



Túto akciu sme podporili



Foto: Igor Frimmel,
Marek Vaco, Milan Maršalka

SCHODISKOVÉ SEDAČKY

SPIG, s.r.o. - najväčší
predajca stoličkových
výťahov značky Access
na Slovensku!



Dôveryhodná
Firma

2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020



PORADENSTVO
ZAMERANIE
PROJEKT

ZADARMO

Na naše zdvíhacie zariadenia môže
ZŤP klient dostať **štátny príspevok**
až do 95% z ceny a doplatok do 10%
uhradíme za neho z **Klubu SPIG**.

Kontaktuje nás: SPIG s.r.o., Tulská 2, 96001 Zvolen, SK

SPIG 

zdvíhacie zariadenia

0800 105 707 | www.spig.sk | www.inakobdareni.sk

Objatie tónov

6. JÚN 2021 LEVICE



Túto akciu sme
podporili



Foto: Igor Frimmel a Milan Maršalka

SCHODOLEZY

Až 10 typov schodolezov!

Rôzne nosnosti

Nadštandardné doplnky

U nás nájdete aj ten váš...



PORADENSTVO
ZAMERANIE
PROJEKT

ZADARMO

Na naše zdvíhacie zariadenia môže ZŤP klient dostať **štátny príspevok až do 95% z ceny** a doplatok do 10% uhradíme za neho z **Klubu SPIG**.

Kontaktuje nás: SPIG s.r.o., Tulská 2, 96001 Zvolen, SK

SPIG

zdvíhacie zariadenia

0800 105 707 | www.spig.sk | www.inakobdareni.sk



RUKY spoja RUKY

23. jún 2021 NRC Kováčová

Túto akciu sme **podporili** **SPI** 
zdravotné zariadenia



SCHODISKOVÉ PLOŠINY

Vyrábané u nás,
na mieru pre vás...



PORADENSTVO
ZAMERANIE
PROJEKT

ZADARMO

Na naše zdvíhacie zariadenia môže ZŤP klient dostať **štátny príspevok až do 95% z ceny** a doplatok do 10% uhradíme za neho z **Klubu SPIG**.

Kontaktuje nás: SPIG s.r.o., Tulská 2, 96001 Zvolen, SK

SPIG 
zdvíhacie zariadenia

0800 105 707 | www.spig.sk | www.inakobdareni.sk

OSMIDIV

Túto akciu sme
podporili



BANSKÁ ŠTIAVNICA 22.8.2021



Foto: Igor Frimmel,
Milan Maršalka, Marek Vaco



Zmenila sa vám úrazom alebo chorobou zdravotná situácia?

Hľadáte riešenia pre nové životné okolnosti?

Viete o aké kompenzačné príspevky môžete požiadať?

Radi by ste sa zapojili do kruhov našich úspešných paralympionikov?

Neváhajte
a obráťte sa
na našich
motivátorov.



Regionálne centrum včasnej pomoci Žilina

Horný val 67/24, Žilina

Otváracie hodiny

Utorok 10:00 - 12:00, 12:30 - 15:00
Streda 10:00 - 12:00, 12:30 - 15:00
Štvrtok 10:00 - 12:00, 12:30 - 15:00



Branislav Režňák
0918 737 208
branislav.reznak@smesirovni.sk

SME SI ROVNÍ

Národný projekt
Realizácia projektu
03/2020 - 1/2023

Regionálne centrum včasnej pomoci Prešov

Masarykova 20, Prešov

Otváracie hodiny

Pondelok 11:00 - 15:00
Utorok 11:00 - 15:00
Piatok 11:00 - 14:00



Matúš Grega
0918 737 052
matus.grega@smesirovni.sk

Regionálne centrum včasnej pomoci Piešťany

Krajinská 32, Piešťany
budova Floreátu

Otváracie hodiny

Pondelok 10:00 - 15:00
Utorok 10:00 - 15:00
Štvrtok 10:00 - 15:00



Rastislav Soviš
0908 212 793
rastislav.sovis@smesirovni.sk

Regionálne centrum včasnej pomoci Kovačová

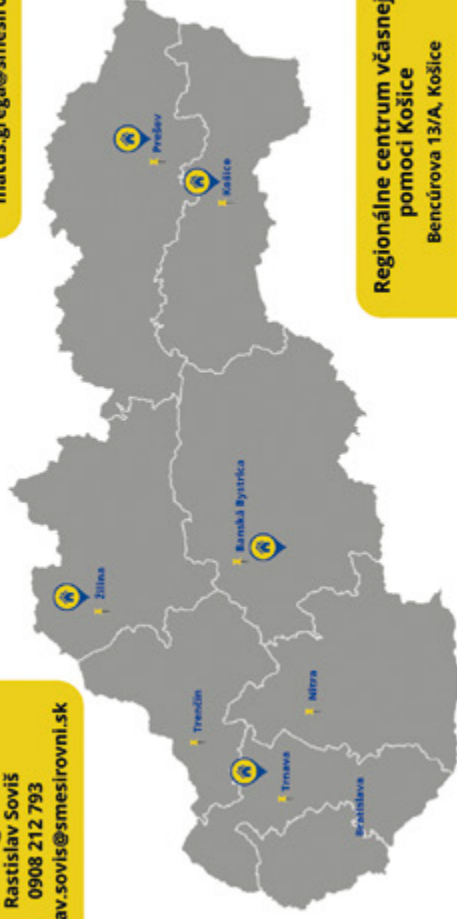
Sládkovičova 353/1, Kovačová

Otváracie hodiny

Pondelok 10:00 - 12:00, 13:00 - 17:00
Utorok 10:00 - 12:00, 13:00 - 17:00
Štvrtok 10:00 - 12:00, 13:00 - 17:00



Miroslav Jambor
0908 212 636
miroslav.jambor@smesirovni.sk



Regionálne centrum včasnej pomoci Košice

Bencúrova 13/A, Košice

Otváracie hodiny

Pondelok 10:00 - 12:00, 12:30 - 15:00
Streda 10:00 - 12:00, 12:30 - 15:00
Štvrtok 10:00 - 12:00, 12:30 - 15:00



Vladimír Dóci
0918 737 026
vladimir.doci@smesirovni.sk

ĎAKUJEME

Občas každý z nás potrebuje, aby nás niekto objal, podal nám pomocnú ruku, bol tu pre nás, pomohol nám a dal nám silu pokračovať ďalej ♥.

Nikto nie je tak silný, aby úplne sám zvládol ťažké situácie v živote.

Najkrajším pocitom pre každého z nás je, že nie sme v tom sami. Že vždy je tu niekto, o koho sa môžeme oprieť ♥.

Ďakujeme za všetko, čo nám život dáva, lebo to, že žijeme je náš najväčší dar. Tešme sa z každého dňa, skúsme sa usmievať a dávať úsmev a pomoc aj inému, LEBO O TOM JE SÁM ŽIVOT. Ak si človek váži sám seba, vie si vážiť všetko živé.

Naša dobrovoľníčka Beátka z Čadce má srdce na pravom mieste. Organizuje nezištné zbierky potravín a pomoc pre rodiny v núdzi. Ďakujeme dobrovoľníkom a každému, komu nie je ľudský osud ľahostajný a **pomáha spolu s nami s tímom Nadácie Anjelské Krídla.**



Stačí dať iba kúsok zo svojho srdca ďalej a zázraky sa dejú

Domáce štrúdle, ktoré sme upiekli (16.7.2021) v **Nadácii Anjelské Krídla**, dnes urobili radosť na **oddelení úrazovej chirurgie vo Fakultnej nemocnici s poliklinikou v Žiline**. Sme veľmi vďační, že sme mohli trošku spríjemniť a spestriť pobyt v nemocnici pacientom aj sa s nimi porozprávať, venovať im čas a úsmev ♥. Ďakujeme Silvinke a personálu za ich prácu.

Je veľmi krásne a hreje to pri srdci, keď sa pomáha nezištné a hlavne s láskou.

„Konať dobro nebolí - konať dobro je dar.“



Prekrásne momenty ostali v našich ♥ tá neskutočná radosť, úsmev a smiech detičiek

Nedajú sa opísať slovami naše pocity a krásny **deň MDD ♥ v tanečnom štúdiu v Žiline v MyDANCE**, ktorý nám nezištné pomohlo a spolu s nami uskutočnilo tento skvelý deň plný smiechu a zábavy. Aj keď kvôli opatreniam sme museli prispôbiť všetky podmienky a tiež počet detičiek bol limitovaný, čas na MDD bol neskutočne nádherný. Tancovali sme, maľovali na tvár, cvičili sme, hrali sa s balónmi, chlapci boxovali, najmenšie deti sa hrali s balónmi, odovzdali sme sladkosti vďaka darcom, Lucka zo Slovenského Červeného Kríža v Žiline bola s nami a tiež ukázala deťom, ako sa poskytuje prvá pomoc.

ĎAKUJEME ľuďom z My Dance Žilina za všetko, čo dnes urobili pre naše deti z Nadácie Anjelské Krídla. Ďakujeme dobrovoľníčkam Silvinke a Peťke z nadácie. Ďakujeme darcom za darčeky a sladkosti. Ďakujeme Slovenskému Červenému Krížu v Žiline. (Fotografie sú zverejnené na základe súhlasu osôb a zákonných zástupcov. Dodržané boli všetky aktuálne hygienické opatrenia.)

„Prekrásne momenty ostali v našich ♥ a radosť, úsmev a smiech detičiek.“

NAZDÁVAM SA

Koronovú prítomnosť vnímam tak, že na povrch nám vychádzajú momentálne všetky problémy (asi ich bude aj viac, len to zatiaľ ešte nevieme), ktoré sme dlhodobo nemaniestovali a neriešili. Nevšímali sme si varovné signály, prípadne všetko ignorovali. COVIDOVÁ kríza nás jednoducho vykoľajila tak, že sa to z nás valí von hlava-nehlava.

Či už začneme od kolabujúceho zdravotníctva, ktoré napriek obetavým lekárom a sestram smeruje k odludštenej medicíne, založenej na zisku, často bez hodnoty života. Systém, ktorý financuje zdravotníctvo, nemá vždy záujem, aby bolo ľudské a aby sa ľudia uzdravovali. Ak by sme sa pozreli na niektorých prevádzkovateľov zdravotníckych zariadení, tak asi nejde o filantropov, ale často o obyčajné prevádzky zamerané na zisk. A ako sa dajú zisky zväčšovať?

Odpoveď nato paradoxne netreba hľadať v zdravotvede, ale v ekonómii.

Vzťah medzi ekonomikou a zdravotníctvom vidím ako veľmi komplexný. Zdravotníctvo nie je len služba a nemalo by byť príliš závislé na tom, „na čo máme“. Skôr naopak. Mali by sme si na ekonomické plecia brať len toľko, koľko zdravotne vládžeme. A zdravie nemôže byť luxusom.

Nezabúdajme ani na ľudí zo zdravotným po-

stihnutím, ktorí tiež tvoria neoddeliteľnú súčasť každej spoločnosti, preto je jej úlohou nastaviť legislatívny rámec v oblasti zdravotného poistenia, ale i sociálnej politiky tak, aby ľudia so zdravotným postihnutím prostredníctvom kvalitnej komplexnej rehabilitačnej starostlivosti boli schopní pracovať, vytvárať hodnoty a neostávali len príjemcami sociálnych dávok a kompenzácií.

Pokračovať by sme mohli cez nefunkčné školstvo (reforma je vynútená a napríklad vysoké školy majú pod krkom veľmi ostrý nôž) až po mladú generáciu, ktorá bude pred sebou tlačit' mnohé problémy, ktoré sme si počas desaťročí vyrobili.

Až by sa zdalo, že ani nie je kde začať, lebo všetko je kompletne v kríze. Ako hovorí vysokoškolská pedagogička Katarína Valčová, bedákať nad rozliatym mliekom nám vôbec nepomôže. Na Slovensku sme si sice zvykli na sťažovanie a bedákanie, prípadne aj nadávanie a osočovanie, ale vidíme, že to nie je funkčné dlhodobo. Krátkodobo to slúži ako ventil na zranené emócie, ale riešenie to neprináša žiadne.

Nazdávam sa, že ak chce človek meniť svet, musí sa zmeniť najskôr on sám. Reformy sa nedajú robiť s ľuďmi, ktorí sa nechcú vzdať svojho spôsobu života.

Mladí ľudia budú vyznávať len tie hodnoty, ktoré sme im vštepili a budú žiť len takým spôsobom života, aký sme im my predostreli ako ideál. Média nám v tomto robia buď

dobrú alebo veľmi nedobрую službu. Ale aj za médiami sú len takí ľudia, akí tu vyrástli.

Tiež sa nazdávam, že sa príliš rýchlo a ľahko vzdávame hodnôt, ktoré stáročia tvorili základ nášho komunitného života. Dôraz na jednotlivca nám nielen rozbil hodnotu spoločenstva, ale rozbil nám aj hodnotu a význam konkrétneho ľudského života, keď všetko podrobil diktátu pochybovania a spochybňovania. A ak je spochybňovanie zamerané len na rozklad, deštrukciu, ničenie, potom síce plní svoj cieľ, ale zanecháva za sebou spúšť.

Aby sme sa však len nestážovali, niekde treba začať. Ako hovorí pedagogička Valčová, treba sa držať praktického života a snažiť sa nehladiet' na Zem z dronu, ale začať od seba, od vlastných detí, od svojej rodiny. Ak zlyháme v týchto malých veciach, väčšie nám nesmú byť zverené, lebo človek smie mať väčšiu zodpovednosť, ak dokáže byť verný v malých veciach.

Ja osobne sa prikláňam k názoru, že nás korona vykoľajila. Na druhej strane, už dávnejšie som vnímal, že máme tie koľajnice postavené zlým smerom a že sa nič podstatné nezmení, ak voľbami vymeníme iba vlakovú čatu. Chodíme po ľavej alebo pravej koľajnici, ale stále rovnakým smerom. Nazdávam sa, že zatiaľ.

S pozdravom,

PhDr. Dušan Piršer

Riaditeľ Inštitútu pre pracovnú rehabilitáciu občanov so zdravotným postihnutím

VYVÁŽENOSŤ, PROSÍM

Charlie Chaplin raz povedal, že človek, ktorý chce chodiť po visutom lane, musí mať ťažisko v sebe. Moderný čas, čas plný nástrah, rozporov a nárokov je skutočne ako chodenie po visutom lane.

Samostatnú kapitolu tvoria ľudia chorí a zdravotne postihnutí, ktorí zaslúžia samostatnú a cielenú starostlivosť.

Aby človek z lana nespadol do depresie či rezignácie, potrebuje veriť sebe a veriť v hodnoty, ktoré z človeka urobili človeka.

Identifikujem sa so stanoviskom, že aby človek nespadol, nesmie venovať prílišnú pozornosť žiadnej krajnosti.

Krajnosti, extrémny sú nebezpečné pre samotného človeka aj pre jeho okolie. Mali by sme učiť viac robiť SWOT analýzy, teda plusy, mínusy, hrozby a príležitosti. Aplikuje sa to najmä na podniky, ale hodilo by sa to aj pri politickom či geopolitickom myslení.

Treba to vyvažovať, lebo ak človek za žiadnu cenu nechce spadnúť vľavo, tak spadne vpravo.

Osobne si myslím, že nie je žiadna výhoda mať hlavu rozbitú na pravej strane a nie na ľavej.

Taktiež som presvedčený, že človek potrebuje mať ťažiská dve, podobne, ako elipsa má dve ohniská. Jedno ťažisko je vo viere a druhé, to ľudské, nesmie byť veľmi vysoko, aby človek nespadol. Z fyziky vieme, že čím nižšie ťažisko, tým väčšia stabilita. To nízko položené ťažisko neznamená, že človek nemá zdravé sebavedomie, ale pokoru. Ak sú tieto dve ťažiská alebo ohniská (?) v rovnováhe, tak je človek spokojný a stabilný vo svojej existencii.

Vyváženosť v každom prípade patrí do nášho života v každej oblasti. Potrebujeme vyváženú stravu, vyvážený výdaj energie nám zabezpečí fungujúci metabolizmus i prirodzený vývoj. A ak sa pozeráme na všetky svetové strany, tak nám neujdu z pozornosti aj tie drobnosti či všednosti bežného života, ktoré sú však mimoriadne dôležité.

Nemali by sme čakať po celý svoj život na niečo, čo príde. Na niečo, čo sa možno raz stane, čo raz možno ani nebude. Ak si budeme uvedomovať vlastné ťažisko a nebude-



me uhýbať pred vlastnými hodnotami, nemusia nás vždy čakať tie najľahšie cestičky.

Ale napriek tomu to stojí zato, ak chceme byť ľuďmi, ktorí žijú zmysluplný život. Ak chceme byť tými, ktorých nerozkoľíše akýkoľvek závan vetra.

A ak si pritom v duchu aj poskočíme s majstrom Charlieom Ch., získame k hodnotám a vyváženosti i nadhľad. A to je už dobrý základ pre život.

S pozdravom,

PhDr. Dušan Piršer

Riaditeľ Inštitútu pre pracovnú rehabilitáciu občanov so zdravotným postihnutím

Život v SPOSA BB s pandemiou

Rok 2020 a polovica súčasného roka nás precvičila v obozretnosti a nervovej odolnosti voči stresu. Ako rodič iného dieťaťa taký život žijem už pomaly osemnásť rokov, takže mám v tomto dlhoročný intenzívny tréning.

Napriek neľahkým okolnostiam sa nám podarilo urobiť veľa dobrých vecí aj v čase, keď ostatní boli „v bezpečí“ doma. Začnem projektom mimoriadnej pomoci **Nadácie Volkswagen Slovakia**.

Hneď v januári 2021 **sme zakúpili ochranné dezinfekčné prostriedky** a pustili sme sa do práce s deťmi, rodičmi, študentmi a dobrovoľníkmi cez UPSVaR. Ochranné oblečenie nám pomohlo uskutočniť všetky potrebné práce v bezpečnom režime. Jednu z miestností prerobili študenti z Univerzity Mateja Bela. Na začiatku im pomáhali aj **dobrovoľníci cez UPSVaR v BB**. V máji sa práce definitívne uzavreli a máme pre deti, rodičov aj pre interných pracovníkov pekný oddychový, **relaxačno - edukačný priestor „Oázu pokoja“**. Staršie veci sme opravili, dostali svieži vzhľad a skombinovali sme ich s novými. Ušetrili sme tým peniaze i životné prostredie. Vypestovali sa nové vzťahy s mladými študentmi, naučili sme sa navzájom jedni od druhých niečo nové.

Od januára sa realizovali prípravné aktivity na projekt **„Spolu zvládame viac“**. Projekt zahŕňajúci **muzikoterapiu a canisterapiu** sa uskutočnil **vďaka podpore Komunitnej nadácie Zdravé mesto a Rotary Clubu Banská Bystrica**.

Od mája sa každý nepárny pondelok rozbehla pre mladých s autizmom **virtuálna realita** pod vedením mladého muža s AS Vladka, ktorý pracuje s mladými a šikovnými deťmi s PAS cez virtuálnu realitu na ich osobnom posune. Pre mládežníkov je takto vytvorený priestor v našom klube, kde sa spoločne stretávajú, vytvárajú medzi sebou kamarátske vzťahy, komunikujú, stolujú a môžu tak spolu zažívať zaujímavé okamihy. Celý proces je pod dohľadom dospelých - hlavne maminky Aly, občas aj tety Janky z Martina.

„Banská Bystrica Bez predsudkov“... Takto bola nazvaná charitatívna predajná výstava literárnych diel organizovaná na pomoc pri podpore vzdelávania a osamostatnenia sa osôb s diagnostikovanou pervazívnou vývinovou poruchou – autizmom /SPOSA BB/.

Ľudia pred stanoveným obdobím predaja kníh priniesli okolo **8000** knižných titulov starých i nových autorov, mnohokrát prečítané a mnohé z nich sa už kúpiť nedajú. Dva týždne pred podujatím sa stretli desiatky dobrovoľníkov, ktorí knihy tematicky rozdelili a pobalili do veľkých krabíc. V piatok 4.6.2021 ich spoločne naložili do auta a odviezli na miesto činu. Zámerom projektu BBB bolo usporiadať knižný jarmok, na ktorý by majitelia prečítaných knižiek ich poskytli darom a tie by sa za symbolický poplatok dostali k ľuďom, ktorým ešte tieto knihy majú čo odovzdať.

A takto sa to udialo **6.6.2021 na námestí SNP v Banskej Bystrici**. Knižné poklady boli rozložené pod stanmi a ľudia si ich prišli pozrieť. Odchádzali s dobrým pocitom, že mohli symbolickým príspevkom niečo dobré podporiť a zároveň našli pre seba niečo zaujímavé a hodnotné.

Obohatením knižného jarmoku bolo aj grilovanie pod vedením známeho kuchára. Deti potešilo maľovanie na tvár, tvorivé dielničky, hry s motivačnou odmenou a rozdávali sa aj balóniky. Raritnými autami povozili deti a rodičov po okruhu Banskej Bystrice naši podporovatelia. Nebudem menovať všetkých partnerov, dobrovoľníkov, pomocníkov, bolo ich skutočne veľa, ale všetkým patrí naša obrovská vďaka, aj pánu Bohu za krásne počasie, ktoré bolo korunou všetkého.

Podakovanie patrí aj mestu BB za povolenie podujatia a bdelé stráženie príslušníkmi mestskej polície.

Vyzbierané peniaze boli odovzdané občianskemu združeniu **SPOSA Banská Bystrica**, registrovaného v registri mimovládnych neziskových organizácií na MINV pod IČO-m: 37828088, so sídlom na Hornej 41/67 v Banskej Bystrici. Tieto prostriedky budú použité na finančné



pokrytie **terapií**, ktoré sa pravidelne realizujú v Lokálnom priestore SPOSA BB (muzikoterapia, psychoterapia, cvičenie, masáže, canisterapia, vzdelávanie, plávanie, prázdninové aktivity) a iných nevyhnutných nákladov spojených s prácou s osobami s autizmom.

Od júna sa začal zamestnanecký projekt podporený Nadáciou Orange **„Pohybom k učeniu“**. Pri osobách s autizmom a iným znevýhodnením sme počas dlhodobého pozorovania a práce v organizácii zaznamenali, že deti majú obrovský problém zotrvať dlhšie v činnosti či v učení. V priebehu roka 2020 **začali s nimi cvičiť dve mladé učiteľky**, ktoré s deťmi postupne dosahujú zaujímavé pokroky. Cez pohybové aktivity, cvičenie, strečing, tanec, relaxačné techniky nacvičujú aj edukačné činnosti realizované v školskom procese.

Keďže deti s autizmom aj v pandemickom režime utrpeli veľké straty najmä v socializačnej rovine, je nevyhnutné s nimi pracovať ešte intenzívnejšie. V čase pandémie, kvôli rôznym spoločenským obmedzeniam, spolupracovali sme s deťmi individuálne. Deťom chýbajú kamaráti, preto ďalšie aktivity po uvoľnení opatrení sa realizujú v duálnom režime. Do projektu je zapojený ako dobrovoľník aj zamestnanec spoločnosti Orange Slovensko, a.s.

V mesiaci august organizujeme letné denné komunitné aktivity pre deti a mladých s autizmom **„Pohybom k učeniu“ - ako súbor činností, ktoré deti zabavia, naučia a pripravujú na pravidelnejší režim**, ktorý sa blíži v novom školskom roku.

Toto sú v krátkosti zhrnuté naše aktivity v Lokálnom priestore SPOSA BB od začiatku roka 2021. Všetci sa musíme prispôbiť náročnej dobe a pre naše rodiny je to často oveľa ťažšie než v minulosti.

Prajem preto všetkým našim podporovateľom, dobrovoľníkom, členom SPOSA, hosťom i všetkým realizátorom našich projektov, aby nás obchádzala akákoľvek choroba, aby sme boli dostatočne silní a nevzdávali sa a nestrácali nádej ani v aktuálne zložitých časoch, v ktorých žijeme.

Mária Helexová SPOSA BB + J.Hucman



PEŇAŽNÝ PRÍSPEVOK NA OPATROVANIE sa od 1. júla 2021 zvýšil

Peňažný príspevok slúži na zabezpečenie pomoci osobe s ŤZP pri:

- úkonoch sebaobsluhy,
- starostlivosti o domácnosť,
- realizovaní sociálnych a vzdelávacích aktivít.

Peňažný príspevok sa poskytuje za stanovených podmienok **osobe, ktorá osobne opatruje osobu s ŤZP** odkázanú na opatrovanie.

OPRÁVNENÁ OSOBA

Oprávnenu osobou na peňažný príspevok je **osoba, ktorá opatruje osobu s ŤZP** a:

- je manžel, manželka, rodič, náhradný rodič, súdom ustanovený opatrovník, dieťa, starý rodič, vnuk, vnučka, súrodenec, nevesta (aj ovdovená žena po synovi svokry alebo svokra), zať (aj ovdovený muž po dcére svokry alebo svokra), svokor, svokra, švagor, švagriná, neter, synovec fyzickej osoby s ŤZP alebo
- býva s fyzickou osobou s ŤZP.

Peňažný príspevok sa poskytuje:

- len jednej oprávnenej osobe,
- ak osoba, ktorá opatruje osobu s ŤZP, vykonáva zamestnanie a jej mesačný príjem z tohto zamestnania nie je vyšší ako dvojnásobok sumy životného minima (436,12€). Vykonávanie zamestnania nesmie byť v rozpore s účelom a rozsahom opatrovania fyzickej osoby s ŤZP,
- ak si osoba, ktorá opatruje osobu s ŤZP zvyšuje kvalifikáciu formou štúdia popri zamestnaní, kombinovaného štúdia a štúdia jednotlivých vyučovacích predmetov alebo externého štúdia a v čase svojej neprítomnosti z dôvodu zvyšovania kvalifikácie zabezpečí opatrovanie osoby s ŤZP inou osobou.

Osoba môže vykonávať opatrovanie, ak:

- je plnoletá,
- má spôsobilosť na právne úkony v plnom rozsahu,
- je fyzicky a psychicky schopná vykonávať opatrovanie a
- osoba s ŤZP jej udelila písomný súhlas s opatrovaním.

Fyzická osoba, ktorej sa poskytuje peňažný príspevok na opatrovanie, je dôchodkovo poistená, ak:

- nie je poistená z iných dôvodov (napríklad zamestnanie, výkon samostatnej zárobkovej činnosti) a
- jej nebol priznaný predčasný starobný dôchodok alebo invalidný dôchodok alebo nedovršila dôchodkový vek.

Bližšie informácie o sociálnom poistení osôb vykonávajúcich opatrovanie poskytuje Sociálna poisťovňa.

PODMIENKY NÁROKU

Peňažný príspevok sa poskytuje, ak:

- opatrovanie vykonáva oprávnená osoba,
- sa opatrovanie poskytuje fyzickej osobe s ŤZP, ktorá dovŕšila 6 rokov veku a je odkázaná na opatrovanie,
- ak úrad práce, sociálnych vecí a rodiny vydá rozhodnutie o priznaní peňažného príspevku a toto rozhodnutie nadobudne právoplatnosť.

Peňažný príspevok na opatrovanie sa neposkytuje, ak sa osobe s ŤZP poskytuje:

- peňažný príspevok na osobnú asistenciu,
- opatrovateľská služba viac ako osem hodín mesačne,
- týždenná pobytová sociálna služba alebo
- celoročná pobytová sociálna služba (s výnimkou sociálnej služby v útulku, domove na pol ceste alebo v zariadení núdzového bývania).

Osoba s ŤZP je podľa komplexného posudku odkázaná na opatrovanie, ak je odkázaná na pomoc inej osoby pri jednotlivých činnostiach (stravovanie a pitný režim, vyprázdňovanie močového mechúra a hrubého čreva, osobná hygiena, celkový kúpeľ, obliekanie, vyzliekanie, zmena polohy, sedenie a státie, pohyb po schodoch, pohyb po rovine, orientácia v prostredí, dodržiavanie liečebného režimu, potreba dohľadu) a rozsah tejto pomoci je aspoň 8 hodín denne.

ŽIADOSŤ O PRÍSPEVOK

Žiadosť o priznanie peňažného príspevku sa podáva písomne na úrade práce, sociálnych vecí a rodiny príslušnom podľa miesta trvalého pobytu žiadateľa. Nárok na príspevok si oprávnená osoba môže uplatniť aj žiadosťou podanou elektronickými prostriedkami a podpísanou zaručeným elektronickým podpisom oprávnenej osoby. **Žiadosť musí obsahovať odôvodnenie.**

Odporúčame vám, aby ste sa pred podaním žiadosti informovali na príslušnom úrade práce, sociálnych vecí a rodiny o všetkých náležitostiach tejto žiadosti a o ďalších písomnostiach, ktoré je k nej potrebné priložiť.

KONANIE O PRÍSPEVOKU

Konanie o priznanie peňažného príspevku sa začína na základe písomnej žiadosti. **Podkladom na rozhodnutie je komplexný posudok.**

Ak sa fyzická osoba podľa lekárskeho posudku nepovažuje za osobu s ŤZP, je lekársky posudok podklad na rozhodnutie o peňažnom príspevku na kompenzáciu.

Ak je podkladom na rozhodnutie o peňažnom príspevku na kompenzáciu komplexný posudok, lehota na jeho vypracovanie je 60

dní od začatia konania a lehota na vyhotovenie rozhodnutia je 30 dní od vyhotovenia posudku. Ak nemôže príslušný úrad práce, sociálnych vecí a rodiny vzhľadom na okolnosti prípadu rozhodnúť v lehote, môže Ústredie práce, sociálnych vecí a rodiny predĺžiť lehotu na rozhodnutie najviac o 30 dní.

VÝPLATA PRÍSPEVKU

Nárok na peňažný príspevok a na jeho výplatu vzniká **právoplatným rozhodnutím** príslušného úradu práce, sociálnych vecí a rodiny o jeho priznaní.

Peňažný príspevok je možné priznať a vyplatiť aj vtedy, ak opatrovaná osoba zomrela pred vypracovaním komplexného posudku, ktorý mal byť podkladom rozhodnutia o peňažnom príspevku na opatrovanie, ak sa preukáže, že boli splnené podmienky na jeho poskytovanie.

Peňažný príspevok na opatrovanie sa vypláca v eurách:

- v hotovosti alebo
- bezhotovostným prevodom na žiadosť fyzickej osoby, ktorej sa peňažný príspevok na opatrovanie priznal
 - » na jej účet v banke alebo v pobočke zahraničnej banky so sídlom na území Slovenskej republiky alebo
 - » na účet v banke alebo v pobočke zahraničnej banky so sídlom na území Slovenskej republiky alebo inej osoby, ktorú si fyzická osoba, ktorej sa peňažný príspevok na opatrovanie priznal, určí.

VÝŠKA PRÍSPEVKU

Ďalšie opatrovanie vykonáva osoba v produktívnom veku:

základná výška peňažného príspevku je mesačne:

- **508,44 €** pri opatrovaní jednej osoby s ŤZP,
- **676,22 €** pri opatrovaní dvoch alebo viacerých osôb s ŤZP.

Sumy peňažných príspevkov je možné zvýšiť o 100,-€ mesačne, ak je opatrovanou osobou s ŤZP jedno alebo viacero nezaopatrených detí a zároveň fyzická osoba vykonávajúca opatrovanie nemá v čase opatrovania príjem zo zamestnania ani nepoberá dávky dôchodkového poistenia, dávky výsluhového zabezpečenia alebo dôchodky starobného dôchodkového sporenia.

Sumy peňažných príspevkov sa znížia, ak:

- je príjem fyzickej osoby s ŤZP vyšší ako 2 násobok (436,12€) sumy životného minima,
- je opatrovanou osobou s ŤZP nezaopatrené dieťa, tak sa sumy príspevkov znížia, ak príjem osoby s ŤZP preyšuje 3 násobok (654,18€) sumy životného minima,
- je opatrovaná osoba s ŤZP poberateľom zvýšenia dôchodku pre bezvládnosť, prí-

spevok sa zníži o sumu zvýšenia dôchodku pre bezvládnosť.

Ak opatrovanie vykonáva dôchodca:

Ak osoba, ktorá opatruje osobu s ŤZP, poberá:

- starobný dôchodok, predčasný starobný dôchodok,
- invalidný dôchodok z dôvodu poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť o viac ako 70% (tzv. „plný“ invalidný dôchodok),
- výsluhový dôchodok alebo invalidný výsluhový dôchodok,
- tak sa neskúma a nezohľadňuje príjem opatrovanej osoby s ŤZP a suma peňažného príspevku na opatrovanie je mesačne:
- 254,22 € pri opatrovaní jednej osoby s ŤZP,
- 338,11 € pri opatrovaní dvoch alebo viacerých osôb s ŤZP,

Ak sa osobe s ŤZP alebo viacerým osobám s ŤZP, ktoré sú odkázané na opatrovanie, poskytuje ambulatná forma sociálnej služby v rozsahu viac ako 20 hodín týždenne, tak je suma príspevku na opatrovanie mesačne:

- **223,71 €** pri opatrovaní jednej osoby s ŤZP,
- **314,44 €** pri opatrovaní dvoch alebo viacerých osôb s ŤZP.

Ak osoba opatruje viacero osôb s ŤZP, pričom jednej z nich sa poskytuje ambulatná

forma sociálnej služby v rozsahu viac ako 20 hodín týždenne, výška peňažného príspevku na opatrovanie je **327,97 €**.

Sumy peňažných príspevkov sa znížia, ak:

- je opatrovaná osoba s ŤZP poberateľom zvýšenia dôchodku pre bezvládnosť, príspevok sa zníži o sumu zvýšenia dôchodku pre bezvládnosť.

Ak osoba s ŤZP zomrie:

Peňažný príspevok na opatrovanie sa poskytuje za celý kalendárny mesiac, v ktorom táto osoba zomrela a za nasledujúci kalendárny mesiac.

POVINNOSTI OPRÁVNENEJ OSOBY

Fyzická osoba, ktorá je účastníkom právnych vzťahov, je okrem iných povinností uvedených v § 57 povinná najmä:

- preukázať skutočnosti rozhodujúce na priznanie, výšku alebo výplatu peňažného príspevku na kompenzáciu,
- písomne oznámiť príslušnému úradu práce, sociálnych vecí a rodiny do 8 dní zmeny v skutočnostiach rozhodujúcich na trvanie nároku, výšku alebo výplatu peňažného príspevku na kompenzáciu,
- písomne oznámiť do ôsmich dní príslušnému úradu práce, sociálnych vecí a rodiny začatie poskytovania odľahčovacej služby,

vykonávania zamestnania, pobytu v zdravotníckom zariadení, zvyšovania kvalifikácie formou štúdia popri zamestnaní, kombinovaného štúdia a štúdia jednotlivých vyučovacích predmetov alebo formou externého štúdia

ZÁNIK NÁROKU

Nárok na peňažný príspevok zanikne:

- ak sa poskytol neprávom alebo jeho poskytovanie prestalo plniť svoj účel,
- ak príslušný úrad práce, sociálnych vecí a rodiny zistí nedostatky závažného charakteru týkajúce sa kvality a rozsahu pomoci vykonávanej pre osobu s ŤZP,
- ak sa zmenia skutočnosti rozhodujúce na trvanie nároku na peňažný príspevok na opatrovanie (napríklad ak osoba s ŤZP po opätovnom prehodnotení zdravotného stavu už nie je osobou s ŤZP alebo hodnota majetku osoby s ŤZP je vyššia ako 39 833 €),
- dňom smrti fyzickej osoby, ktorej sa poskytoval peňažný príspevok na opatrovanie.

Ak sa peňažný príspevok na opatrovanie priznal pred smrťou fyzickej osoby, ktorej sa poskytoval, splatné sumy, ktoré sa nevyplátili do dňa jej smrti, sa nevypláti.

Zdroj: MPSVR

PEŇAŽNÝ PRÍSPEVOK NA OSOBNÚ ASISTENCIU je od 1. júla v sume 4,82 €

Osobná asistencia je pomoc fyzickej osobe s ŤZP pri stanovených činnostiach, ktorú vykonáva **osobný asistent**.

Účelom osobnej asistencie je:

- aktivizácia,
- podpora sociálneho začlenenia osoby s ŤZP,
- podpora jej nezávislosti a možnosti rozhodovať sa a ovplyvňovať plnenie rodinných rolí,
- vykonávanie pracovných, vzdelávacích a voľnočasových aktivít.

Rozsah osobnej asistencie sa určuje podľa stanoveného zoznamu činností, ktoré si nemôže osoba s ŤZP vykonávať sama, a počtu hodín, ktoré sú potrebné na ich vykonanie.

Počet hodín osobnej asistencie sa určuje na obdobie kalendárneho roka a **je najviac 7 300 hodín ročne**.

OSOBNÝ ASISTENT:

- môže byť len fyzická osoba, ktorá dovŕšila najmenej 18 rokov veku a má spôsobilosť na právne úkony.
- môže **vykonávať osobnú asistenciu najviac desať hodín denne**. Toto obmedzenie neplatí, ak sa osobná asistencia vy-

konáva v čase, keď sa fyzická osoba s ŤZP zdržiava mimo miesta svojho trvalého pobytu alebo prechodného pobytu.

- rodinný príslušník fyzickej osoby s ŤZP môže vykonávať osobnú asistenciu najviac štyri hodiny denne, a to len na vybrané druhy činností zo zákonom ustanoveného zoznamu činností.

Osobnú asistenciu **nemôže vykonávať** fyzická osoba, ktorá je odkázaná na pomoc inej fyzickej osoby v činnostiach, ktoré má vykonávať ako osobný asistent. Osobnú asistenciu nemôže vykonávať ani rodič dieťaťa do dosiahnutia jeho plnoletosti (ak je osobou s ŤZP dieťa); osoba, ktorá prevzala také dieťa do starostlivosti nahrádzajúcej starostlivosť rodičov na základe rozhodnutia súdu; profesionálny rodič; súdom ustanovený opatrovník osoby s ŤZP.

Osobný asistent vykonáva osobnú asistenciu na základe písomnej zmluvy:

- o výkone osobnej asistencie uzatvorenej medzi fyzickou osobou s ŤZP a osobným asistentom,
- uzatvorenej medzi fyzickou osobou s ŤZP a agentúrou osobnej asistencie.

Písomná zmluva o výkone osobnej asistencie obsahuje najmä:

- druh vykonávaných činností podľa stanoveného zoznamu činností a rozsah vykonávaných činností,
- obdobie výkonu osobnej asistencie,
- práva a povinnosti osobného asistenta,
- odmenu a spôsob vyplácania odmeny,
- dôvody odstúpenia od zmluvy o výkone osobnej asistencie.

Osobný asistent je dôchodkovo poistený ako tzv. poistenec štátu, ak:

- vykonáva osobnú asistenciu v rozsahu najmenej 140 hodín mesačne,
- má trvalý pobyt na území Slovenskej republiky,
- podá prihlášku na dôchodkové poistenie z dôvodu výkonu osobnej asistencie; ak vykonáva osobnú asistenciu v rámci peňažného príspevku na osobnú asistenciu v uvedenom rozsahu, nemusí si podať prihlášku,
- nie je dôchodkovo poistený z iných dôvodov (napríklad zamestnanie, výkon samostatne zárobkovej činnosti) a
- nebol mu priznaný predčasný starobný dôchodok alebo invalidný dôchodok alebo nedovŕšil dôchodkový vek.

Ak je osobný asistent dôchodkovo poistený ako tzv. poistenec štátu a sporí si na dôchodok, príspevky na starobné dôchodkové sporenie zaňho uhrádza štát. V prípade, že takáto osoba vykonáva zárobkovú činnosť ako zamestnanec alebo ako povinne nemocensky a dôchodkovo poistená SZČO, platí poistné na sociálne poistenie rovnako ako iní zamestnanci, resp. SZČO a štát za ňu neplatí ani poistné na dôchodkové poistenie ani príspevky na starobné dôchodkové sporenie. Bližšie informácie o sociálnom poistení osobných asistentov poskytuje Sociálna poisťovňa.

Ak osobný asistent **nie je zamestnancom ani samostatne zárobkovo činnou osobou** a jeho príjem nepresahuje stanovenú hranicu, poistné na zdravotné poistenie zaňho platí štát. Bližšie informácie o zdravotnom poistení osobných asistentov poskytujú zdravotné poisťovne.

Z odmeny za osobnú asistenciu si osobný asistent platí daň z príjmu fyzických osôb. Bližšie informácie o daňových povinnostiach osobného asistenta poskytujú daňové úrady.

Osobného asistenta si vyberá fyzická osoba s ŤZP sama. Jedna fyzická osoba s ŤZP môže mať viacerych osobných asistentov.

PODMIENKY NÁROKU

Peňažný príspevok sa poskytuje:

- osobe s ŤZP, ktorá je podľa komplexného posudku odkázaná na osobnú asistenciu,
- ak sa osobná asistencia vykonáva pri stanovených činnostiach,
- ak úrad práce, sociálnych vecí a rodiny vydá rozhodnutie o priznaní peňažného príspevku a toto rozhodnutie nadobudne právoplatnosť.

Peňažný príspevok možno poskytnúť aj dieťaťu v profesionálnej náhradnej rodine; dieťaťu, pre ktoré sú vykonávané opatrenia v zariadení sociálno-právnej ochrany detí a sociálnej kurately pobytovou formou na sprevádzanie do školy mimo tohto zariadenia; plnoletej osobe s ŤZP, ktorej sa poskytuje starostlivosť v zariadení sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately.

Peňažný príspevok sa neposkytuje, ak:

- osobnú asistenciu vykonáva rodič alebo náhradný rodič dieťaťa s ŤZP do 18 rokov,
- osobnú asistenciu vykonáva súdom ustanovený opatrovník osoby s ŤZP,
- sa osobe s ŤZP poskytuje opatrovanie alebo opatrovateľská služba.

ŽIADOSŤ O PRÍSPEVKU

Žiadosť o priznanie peňažného príspevku **sa podáva písomne na úrade práce, sociálnych vecí a rodiny príslušnom podľa miesta trvalého pobytu žiadateľa.** Nárok na príspevok si oprávnená osoba môže uplatniť aj žiadosťou podanou elektronickými prostriedkami a podpísanou zaručeným elektronickým podpisom oprávnenej osoby.

Žiadosť musí obsahovať odôvodnenie. Odporúčame vám, aby ste sa pred podaním žiadosti informovali na príslušnom úrade práce, sociálnych vecí a rodiny o všetkých náležitostiach tejto žiadosti a o ďalších písomnostiach, ktoré je k nej potrebné priložiť.

KONANIE O PRÍSPEVKU

Konanie o priznanie peňažného príspevku sa začína na základe písomnej žiadosti. **Podkladom na rozhodnutie o príspevku je komplexný posudok.**

Ak sa fyzická osoba podľa lekárskeho posudku nepovažuje za osobu s ŤZP, je lekársky posudok podklad na rozhodnutie o peňažnom príspevku na kompenzáciu.

Ak je podkladom na rozhodnutie o peňažnom príspevku na kompenzáciu komplexný posudok, lehota na jeho vypracovanie je 60 dní od začatia konania a lehota na vyhotovenie rozhodnutia je 30 dní od vyhotovenia posudku. Ak nemôže príslušný úrad práce, sociálnych vecí a rodiny vzhľadom na okolnosti prípadu rozhodnúť v lehote, môže Ústredie práce, sociálnych vecí a rodiny predĺžiť lehotu na rozhodnutie najviac o 30 dní.

VÝŠKA PRÍSPEVKU

Výška peňažného príspevku zodpovedá ročnému rozsahu osobnej asistencie určenej v eurách. **Sadzba za 1 hodinu osobnej asistencie je 4,82 €.**

Výška sa znižuje o sumu zvýšenia dôchodku pre bezvládnosť. Iný príjem osoby s ŤZP nemá vplyv na výšku príspevku.

VÝPLATA PRÍSPEVKU

Nárok na peňažný príspevok vzniká právoplatným rozhodnutím príslušného úradu práce, sociálnych vecí a rodiny o jeho priznaní.

Peňažný príspevok sa:

- prizná a vypláca od prvého dňa kalendárneho mesiaca, v ktorom sa začalo konanie o peňažnom príspevku na kompenzáciu,
- poskytuje za celý kalendárny mesiac, a to aj vtedy, keď podmienky nároku boli splnené len za časť kalendárneho mesiaca,
- vypláca mesačne pozadu,
- vypláca mesačne na základe predloženej výkazu o odpracovaných hodinách osobnej asistencie za predchádzajúci kalendárny mesiac.

Peňažný príspevok sa vypláca v eurách:

- v hotovosti alebo
- bezhotovostným prevodom na žiadosť fyzickej osoby s ŤZP, ktorej sa peňažný príspevok na osobnú asistenciu priznal
 - » na jej účet v banke alebo v pobočke zahraničnej banky so sídlom na území Slovenskej republiky alebo
 - » na účet v banke alebo v pobočke zahraničnej banky so sídlom na území Slovenskej republiky alebo inej osoby, ktorú si fyzická osoba s ŤZP, ktorej sa peňažný príspevok na osobnú asistenciu priznal, určí.

POVINNOSTI OPRÁVNENEJ OSOBY

Osoba s ŤZP, ktorej sa poskytuje peňažný príspevok, je, okrem iných povinností uvedených v § 57, **povinná** najmä:

- predložiť jedno vyhotovenie zmluvy o výkone osobnej asistencie úradu práce, sociálnych vecí a rodiny (ak má uzatvorenú zmluvu už v čase podania žiadosti tak zároveň so žiadosťou, v ostatných prípadoch do 5. dňa nasledujúceho kalendárneho mesiaca po uzatvorení zmluvy),
- predložiť do 8 dní dodatok k zmluve o výkone osobnej asistencie úradu práce, sociálnych vecí a rodiny,
- oznámiť zánik právneho vzťahu založeného zmluvou o výkone osobnej asistencie do 8 dní úradu práce, sociálnych vecí a rodiny,
- predložiť výkaz o odpracovaných hodinách osobnej asistencie za každý kalendárny mesiac príslušnému úradu práce, sociálnych vecí a rodiny na vyúčtovanie, najneskôr do piateho dňa nasledujúceho kalendárneho mesiaca, ak bol osobe s ŤZP priznaný príspevok právoplatným rozhodnutím,
- predložiť príslušnému úradu práce, sociálnych vecí a rodiny potvrdenie o vyplatených odmenách osobnému asistentovi za každý kalendárny mesiac po jej vyplatení, najneskôr do piateho dňa nasledujúceho kalendárneho mesiaca,
- preukázať skutočnosti rozhodujúce na priznanie, výšku a výplatu peňažného príspevku na kompenzáciu,
- písomne oznámiť príslušnému úradu práce, sociálnych vecí a rodiny do 8 dní zmeny v skutočnostiach rozhodujúcich na trvanie nároku, výplatu a výšku peňažného príspevku na kompenzáciu,
- poskytnúť úradu súčinnosť pri kontrole kvality a rozsahu vykonávanej osobnej asistencie najmä poskytnúť informácie o čase a mieste vykonávania osobnej asistencie a umožniť výkon kontroly v prostredí, v ktorom sa osobná asistencia vykonáva (túto povinnosť má spoločne s osobným asistentom)

ZÁNIK NÁROKU

Nárok na peňažný príspevok zanikne:

- ak **sa poskytol neprávom** alebo jeho poskytovanie prestalo plniť svoj účel,
- ak príslušný úrad práce, sociálnych vecí a rodiny **zistí nedostatky** závažného charakteru týkajúce sa kvality a rozsahu pomoci vykonávanej pre osobu s ŤZP,
- ak **sa zmenia skutočnosti** rozhodujúce na trvanie nároku na peňažný príspevok (napríklad ak osoba s ŤZP po opätovnom prehodnotení zdravotného stavu už nie je fyzickou osobou s ŤZP alebo hodnota jej majetku je vyššia ako 39 833 €),
- **dňom smrti osoby s ŤZP**, ktorej sa peňažný príspevok poskytoval - príspevok sa vyplatí osobnému asistentovi za činnosti vykonané a nevyúčtované do dňa smrti osoby s ŤZP.

Zdroj: MPSVR

ZVÝŠENIE SÚM OPAKOVANÝCH PEŇAŽNÝCH PRÍSPEVKOV od 1. júla 2021

PEŇAŽNÝ PRÍSPEVOK NA PREPRAVU

Peňažný príspevok na prepravu slúži **na zabezpečenie prepravy osoby s ŤZP** na jej pracovné, vzdelávacie, rodinné alebo občianske aktivity, ak je odkázaná na individuálnu prepravu osobným motorovým vozidlom.

Peňažný príspevok je možné poskytnúť mesačne **najviac vo výške 51,02%** sumy životného minima pre jednu plnoletú fyzickú osobu, čo je **111,26 €**.

Výška príspevku **sa určí percentuálnou sadzbou** v závislosti od preukázaných nákladov na prepravu a od príjmu osoby s ŤZP.

Na **kompensáciu zvýšených výdavkov** sa poskytujú:

1) Peňažný príspevok na kompensáciu zvýšených výdavkov na diétne stravovanie

Peňažný príspevok na kompensáciu zvýšených výdavkov na diétne stravovanie slúži na zmiernenie dôsledkov pravidelných zvýšených výdavkov spojených s ťažkým zdravotným postihnutím fyzickej osoby. Zvýšené výdavky na diétne stravovanie sú výdavky na obstaranie potravín spojených s dodržiavaním diétného režimu.

Výška peňažného príspevku je mesačne:

- 18,56 % sumy životného minima pre jednu plnoletú fyzickú osobu, čo je **40,48 €**, pre choroby a poruchy uvedené v stanovenom zozname v I. skupine,
- 9,28 % sumy životného minima pre jednu plnoletú fyzickú osobu, čo je **20,24 €**, pre choroby a poruchy uvedené v stanovenom zozname v II. skupine,

- 5,57 % sumy životného minima pre jednu plnoletú fyzickú osobu, čo je **12,15 €**, pre choroby a poruchy uvedené v stanovenom zozname v III. skupine.

2) Peňažný príspevok na kompensáciu zvýšených výdavkov súvisiacich s hygienou alebo s opotrebovaním šatstva, bielizne, obuvi a bytového zariadenia

Peňažný príspevok na kompensáciu zvýšených výdavkov súvisiacich s hygienou alebo s opotrebovaním šatstva, bielizne, obuvi a bytového zariadenia slúži na zmiernenie dôsledkov pravidelných zvýšených výdavkov spojených s ťažkým zdravotným postihnutím fyzickej osoby.

Zvýšené výdavky súvisiace so zabezpečením hygieny sú **výdavky na bežnú osobnú hygienu a hygienu domácnosti v dôsledku ťažkého zdravotného postihnutia fyzickej osoby** uvedeného v prílohe č. 6 zákona.

Zvýšené výdavky súvisiace s opotrebovaním šatstva, bielizne, obuvi a bytového zariadenia sú **výdavky spojené s obnovou a s nákupom predmetov bežnej osobnej spotreby a bytovej spotreby**, ktoré sa nadmerne opotrebujú v dôsledku chronických stavov a používania technicky náročných pomôcok uvedených v prílohe č. 7 zákona.

Výška peňažného príspevku je mesačne 9,28 % sumy životného minima pre jednu plnoletú fyzickú osobu, čo je **20,24 €**.

3) Peňažný príspevok na kompensáciu zvýšených výdavkov súvisiacich so zabez-

pečením prevádzky osobného motorového vozidla

Peňažný príspevok na kompensáciu zvýšených výdavkov súvisiacich so zabezpečením prevádzky osobného motorového vozidla slúži na zmiernenie dôsledkov pravidelných zvýšených výdavkov spojených s ťažkým zdravotným postihnutím fyzickej osoby.

Zvýšené výdavky súvisiace so zabezpečením prevádzky osobného motorového vozidla sú **výdavky na pohonné látky slúžiace na prevádzku osobného motorového vozidla**, ktorým sa prepravuje osoba s ŤZP.

Výška peňažného príspevku je mesačne 16,70 % sumy životného minima pre jednu plnoletú fyzickú osobu, čo je **36,42 €**.

4) Peňažný príspevok na kompensáciu zvýšených výdavkov súvisiacich so starostlivosťou o psa so špeciálnym výcvikom

Peňažný príspevok na kompensáciu zvýšených výdavkov súvisiacich so starostlivosťou o psa so špeciálnym výcvikom slúži na zmiernenie dôsledkov pravidelných zvýšených výdavkov spojených s ťažkým zdravotným postihnutím fyzickej osoby.

Zvýšené výdavky súvisiace so starostlivosťou o psa so špeciálnym výcvikom sú **výdavky na krmivo a na veterinárnu starostlivosť**.

Výška peňažného príspevku je mesačne 22,27 % sumy životného minima pre jednu plnoletú fyzickú osobu, čo je **48,57 €**.

Zdroj: MPSVR

ŽIVOTNÉ MINIMUM

K 1. júlu 2021 sa zvýšila suma životného minima Opatrením Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny SR č. 244/2021 Z. z.

Za životné minimum fyzickej osoby alebo fyzických osôb, ktorých príjmy sa posudzujú, sa považuje suma alebo úhrn súm:

- **218,06 €** mesačne, ak ide o jednu plnoletú fyzickú osobu,
 - **152,12 €** mesačne, ak ide o ďalšiu spoločne posudzovanú plnoletú fyzickú osobu,
 - **99,56 €** mesačne, ak ide o nezaopatrené dieťa alebo zaopatrené neploleté dieťa.
- Výpočet súm životného minima v modelových situáciách:

Jednotlivec

Životné minimum jednotlivca, t. j. plnoletej

fyzickej osoby, predstavuje sumu 218,06 € mesačne.

Jednotlivec s nezaopatreným dieťaťom

Životné minimum jednotlivca, t. j. plnoletej fyzickej osoby, s jedným nezaopatreným dieťaťom sa vypočíta nasledovne:

$218,06\text{ €} + 99,56\text{ €} = 317,62\text{ €}$ a predstavuje sumu 317,62 € mesačne.

Dvojica bez detí

Životné minimum dvojice bez detí sa vypočíta nasledovne:

$218,06\text{ €} + 152,12\text{ €} = 370,18\text{ €}$ a predstavuje sumu 370,18 € mesačne.

Dvojica s jedným nezaopatreným dieťaťom

Životné minimum dvojice s jedným nezaopatreným dieťaťom sa vypočíta nasledovne:

$218,06\text{ €} + 152,12\text{ €} + 99,56\text{ €} = 469,74\text{ €}$ a predstavuje sumu 469,74 € mesačne.

Dvojica s tromi nezaopatrenými deťmi

Životné minimum dvojice s tromi nezaopatrenými deťmi sa vypočíta nasledovne:

$218,06\text{ €} + 152,12\text{ €} + 99,56\text{ €} + 99,56\text{ €} + 99,56\text{ €} = 668,86\text{ €}$ a predstavuje sumu 668,86 € mesačne.

Násobky životného minima:

Dvojnásobok ŽM: **436,12 €**

Trojnásobok ŽM: **654,18 €**

Štvornásobok ŽM: **872,24 €**

Pätnásobok ŽM: **1090,30 €**

Zdroj: MPSVR

Koncom roka bude poberateľom dôchodkov vyplatený „13. dôchodok“

Aj tento rok by mali slovenskí penzisti dostať trinásť dôchodkov. Jeho suma by mala byť od 50 do 300 €. Nárok na 300 € trinásť penziu majú mať tí dôchodcovia, ktorí poberajú dôchodkovú dávku vo výške 218,06 € a menej. Pri dôchodku v sume 300 € penzista dostane 270,51 €, pri 400 € dôchodku má trinásť penzia predstavovať 234,51 € a pri dôchodku vo výške 500 € by mal dôchodca dostať trinásť penziu vo výške 198,50 €.

Aká bude suma bonusovej penzie

a) **300 €**, ak úhrn súm dôchodkov je najviac

v sume životného minima pre jednu plnoletú fyzickú osobu,

b) **určí sa podľa vzorca**, ak úhrn súm dôchodkov je vyšší ako suma životného minima pre jednu plnoletú fyzickú osobu, potom suma 13. dôchodku je najmenej 50 €.

Nárok na 13. dôchodok a jeho výplatu má ten poberateľ dôchodku, ktorý má v decembri 2021 nárok na výplatu starobného, predčasného starobného, invalidného, vdovského, vdoveckého, sirotského alebo sociálneho dôchodku.

13. dôchodok exekúcií nepodlieha

Dôchodcovia, ktorí majú nariadené exekučné zrážky z dôchodku, by mali vedieť, že 13. dôchodok exekúcií nepodlieha. Dôchodca ho teda dostane celý v takej výške, na akú má nárok. Exekútor na 13. dôchodok nesmie siahnuť ani v prípade, že je poukázaný na účet v banke. 13. dôchodok je štátnou sociálnou dávkou. Nie je teda príjmom, ktorý nahrádza odmenu za prácu, a preto ho ani nie je možné exekučne krátiť.

Zdroj: net

Máte doma imobilného pacienta a potrebujete poradiť?

Častokrát sa osud s nami zahráva a keď príde situácia, že sa v sekunde zmení život celej rodiny, je to náročné vstrebáť, nieto ešte narýchlo začať fungovať.

Príbuzní musia premýšľať, čo všetko treba vybaviť, kde na aký úrad ísť žiadať o príspevky. Keď rodinného príslušníka, ktorý je imobilný, prepúšťajú z nemocnice domov, mali by jeho zástupcu poučiť o starostlivosti o takého pacienta a čo všetko potrebuje, aby kvalita jeho života bola na dôstojnej úrovni. Najvhodnejší spôsob, ktorý však u nás nefunguje, je ten, aby takýto pacient už mal všetko pripravené skôr, ako ho prepustia domov.

Imobilný pacient potrebuje:

- polohovaciu posteľ s antidekubitným matracom,
- mechanický alebo elektrický vozík s vhodnou podložkou,
- zdvihač,
- odsávačku, ak je potrebná,
- pomôcky na inkontinenciu,
- ďalšie pomôcky podľa potrieb.

Niektoré pomôcky sa musia vybaviť cez príslušnú zdravotnú poisťovňu a to tak, že je potrebné navštíviť rehabilitačného lekára, ktorý má právomoc predpisovať pomôcky. Polohovacie postele sú plne alebo čiastočne hradené, podobne aj množstvo iných pomôcok je hradených cez verejné zdravotné poistenie. Je však veľmi potrebné vedieť, aký vozík je vhodný, aby sa nestalo, že lekár vypíše na poukaz nevhodný vozík, ktorý je problém vrátiť.

Potom je potrebné poukazy zaniest do zdravotnej poisťovne, kde ich podpíše revízny lekár.

Poukaz by mal revízny lekár podpísať na počkanie alebo čo najrýchlejšie a vy by ste mali právo ísť s poukazmi do výdajne zdravotných pomôcok, ktorú ste si vybrali alebo kde

ste si pomôcky vybrali vopred. Pomôcky, ak ich na sklade majú, vydajú hneď alebo ich objednávajú. Táto anabáza trvá niekoľko dní až týždňov. Ak je diagnóza nezvratná a trvalá a rodinný príslušník bude dlhodobo postihnutý, ďalšia cesta by mala viesť na príslušný úrad práce, sociálnych vecí a rodiny, kde je potrebné vyžiadať tlačivá na žiadosti:

- **žiadosť o preukaz osoby s ťažkým zdravotným postihnutím**
- **žiadosť o peňažné príspevky na kompenzáciu ŤZP**

Priložené sú k tomu aj ďalšie tlačivá, ktoré treba vyplniť.

Peňažné príspevky na kompenzáciu, ktoré úrad práce, sociálnych vecí a rodiny môže priznávať, sú:

- a) peňažný príspevok na osobnú asistenciu,
- b) peňažný príspevok na kúpu pomôcky,
- c) peňažný príspevok na výcvik používania pomôcky,
- d) peňažný príspevok na úpravu pomôcky,
- e) peňažný príspevok na opravu pomôcky,
- f) peňažný príspevok na kúpu zdvihacieho zariadenia,
- g) peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla,
- h) peňažný príspevok na úpravu osobného motorového vozidla,
- i) peňažný príspevok na prepravu,
- j) peňažný príspevok na úpravu bytu,
- k) peňažný príspevok na úpravu rod. domu,
- l) peňažný príspevok na úpravu garáže,
- m) peňažný príspevok na kompenzáciu zvýšených výdavkov,

- na diétne stravovanie,
- výdavkov súvisiacich s hygienou, s opotrebovaním šatstva, bielizne a obuvi a bytového zariadenia,
- so zabezpečením prevádzky osobného motorového vozidla,
- so starostlivosťou o psa so špeciálnym vý-

OPAKUJEME dôležité údaje

cvikom, ak je odkázaná na pomôcku, ktorou je pes so špeciálnym výcvikom.

Žiadosť musí obsahovať meno a priezvisko osoby, ktorá žiada o priznanie peňažného príspevku na kompenzáciu, o preukaz ŤZP alebo o parkovací preukaz, dátum jej narodenia, adresu jej trvalého pobytu alebo prechodného pobytu, doklad o tom, že ide o účastníka právnych vzťahov.

Súčasťou žiadosti je aj aktuálny lekársky nález, nie starší ako šesť mesiacov. Žiadosť o priznanie peňažného príspevku na kompenzáciu musí obsahovať aj potvrdenie o jej príjme za predchádzajúci kalendárny rok pred podaním žiadosti a vyhlásenie o majetku osoby s ťažkým zdravotným postihnutím. Žiadosť o priznanie peňažného príspevku na opatrovanie musí obsahovať aj potvrdenie o príjme osoby zo zamestnania za kalendárny mesiac, v ktorom bola podaná žiadosť. Na výzvu príslušného orgánu je osoba povinná predložiť aj iné doklady, ktoré sú podkladom na rozhodnutie.

V žiadosti sa uvedie druh peňažného príspevku na kompenzáciu, o ktorý žiada a odôvodnenie žiadosti.

Fyzická osoba k žiadosti o priznanie peňažného príspevku na kompenzáciu predkladá aj potvrdenie o príjme osôb, ktorých príjmy sa spoločne posudzujú s jej príjmom.

Podkladom na rozhodnutie o peňažnom príspevku na kompenzáciu je komplexný posudok. Posudzovanie môže trvať 60 - 90 dní, následne sa vydá aj rozhodnutie, v ktorom je uvedené, či sa príspevky priznávajú alebo nie. Avšak skôr než podávate žiadosť o peňažné príspevky, je potrebné zhodnotiť celkovú situáciu, kto sa o postihnutú osobu bude starať, či rodina alebo osobní asistenti, aké pomôcky ešte potrebuje, či sú potrebné aj úpravy bytu, domu garáže na bezbariérové, atď. a následne o potrebné príspevky požiadať.

PEŇAŽNÝ PRÍSPEVOK NA KÚPU ZDVÍHACIEHO ZARIADENIA § 33

(1) Fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorá je podľa komplexného posudku vypracovaného podľa § 15 ods. 1 odkázaná na zdvíhacie zariadenie, možno poskytnúť peňažný príspevok na kúpu zdvíhacieho zariadenia, ak sa zdvíhacie zariadenie neposkytuje ani nepožičiava na základe verejného zdravotného poistenia.³⁷⁾

(2) Zdvíhacie zariadenie je zariadenie určené pre fyzickú osobu so zníženou schopnosťou pohybu na prekonávanie architektonických bariér a na zvýšenie schopnosti fyzickej osoby s ŤZP premiestňovať sa alebo zabezpečiť si sebaobsluhu. Peňažný príspevok možno poskytnúť aj vtedy, ak sa zdvíhacím zariadením umožní alebo uľahčí premiestňovanie fyzickej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím alebo poskytovanie pomoci inou fyzickou osobou. Zdvíhacie zariadenie je najmä schodolez, zdvihák, šikmá schodisková plošina, výťah, alebo stropné zdvíhacie zariadenie.

(3) Peňažný príspevok na kúpu zdvíhacieho zariadenia nemožno poskytnúť na zdvíhacie zariadenie, ktoré svojím účelom a charakterom je porovnateľné so zdvíhacím zariadením poskytovaným z verejného zdravotného poistenia³⁷⁾ a uvedeným v zozname zdravotníckych pomôcok.

(4) Kúpa zdvíhacieho zariadenia je kúpa tohto zariadenia vrátane nevyhnutného príslušenstva, jeho inštalácia a stavebná úprava, ak je potrebná na inštaláciu a prevádzku zdvíhacieho zariadenia. Ak súčasťou kúpy zdvíhacieho zariadenia je aj stavebná úprava, peňažný príspevok na kúpu zdvíhacieho zariadenia možno poskytnúť, ak fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím má v byte alebo v rodinnom dome, v ktorom sa má stavebná úprava vykonať, trvalý pobyt.

(5) Výška peňažného príspevku na kúpu zdvíhacieho zariadenia sa určí percentuálnou sadzbou v závislosti od ceny zdvíhacieho zariadenia a príjmu fyzickej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím uvedeným v prílohe č. 10. Peňažný príspevok na kúpu zdvíhacieho zariadenia je najviac 11 617,88€.

(6) Peňažný príspevok na kúpu zdvíhacieho zariadenia možno poskytnúť na základe dokladov o cene alebo dokladov o kúpe zdvíhacieho zariadenia vyhotovených osobami, ktorých predmetom činnosti je výroba, predaj, distribúcia zdvíhacích zariadení alebo vykonávanie stavebných úprav.

(7) Ak sa znížená pohybová schopnosť viacerých fyzických osôb s ťažkým zdravotným postihnutím kompenzuje kúpou jedného zdvíhacieho zariadenia, výška peňažného príspevku na kúpu zdvíhacieho zariadenia sa určí pre každú fyzickú osobu s ťažkým zdravotným postihnutím z časti ceny kúpy zdvíhacieho zariadenia, ktorá pripadá pomerne na každú z nich.

(8) Fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím je povinná kúpiť si zdvíhacie zariadenie, na ktorého kúpu jej bol poskytnutý peňažný príspevok do troch mesiacov odo dňa poskytnutia tohto peňažného príspevku, najneskôr do šiestich mesiacov odo dňa právoplatnosti rozhodnutia o jeho priznaní, ak zdvíhacie zariadenie nemožno kúpiť z dôvodov na strane osôb, ktorých predmetom činnosti je výroba, predaj, distribúcia zdvíhacieho zariadenia a inštalácia a vykonávanie stavebných úprav, ak sú potrebné na inštaláciu a prevádzku zdvíhacieho zariadenia.

(9) Ak je cena zdvíhacieho zariadenia vyššia ako cena, na ktorej základe bol poskytnutý peňažný príspevok na kúpu zdvíhacieho zariadenia, vyplatí sa rozdiel medzi výškou peňažného príspevku na kúpu zdvíhacieho zariadenia poskytnutého na základe predbežného dokladu o kúpe zdvíhacieho zariadenia a výškou peňažného príspevku určeného na základe dokladu o skutočnej cene zdvíhacieho zariadenia najneskôr do 30 dní od právoplatnosti rozhodnutia, ktoré bolo vyhotovené podľa § 55 ods. 12.

(10) Ak je cena zdvíhacieho zariadenia nižšia ako cena, na ktorej základe bol poskytnutý peňažný príspevok na kúpu zdvíhacieho zariadenia, fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím je povinná vrátiť rozdiel medzi výškou peňažného príspevku na kúpu zdvíhacieho zariadenia poskytnutého na základe predbežného dokladu o cene zdvíhacieho zariadenia a výškou peňažného príspevku určeného na základe dokladu o skutočnej cene zdvíhacieho zariadenia najneskôr do 30 dní od právoplatnosti rozhodnutia, ktoré bolo vyhotovené podľa § 55 ods. 12.

(11) Fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím možno poskytnúť peňažný príspevok na kúpu viacerých zdvíhacích zariadení uvedených v odseku 2, ak spĺňa podmienky na poskytnutie peňažného príspevku na kúpu každého z týchto zariadení.

(12) Ďalší peňažný príspevok na kúpu zdvíhacieho zariadenia rovnakého druhu možno poskytnúť, len ak zdvíhacie zariadenie neplní svoj účel.

(13) Zdvíhacie zariadenie, ktoré neplní účel, je zdvíhacie zariadenie, ktoré

- a) je nefunkčné a nemožno ho opraviť,
- b) je nefunkčné a cena opravy alebo cena opravy s cenou všetkých doterajších opráv by bola vyššia ako 50 % ceny zdvíhacieho zariadenia, na ktorej základe bol poskytnutý peňažný príspevok na kúpu zdvíhacieho zariadenia, alebo
- c) vhodne nekompenzuje sociálne dôsledky ťažkého zdravotného postihnutia.

(14) Fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím je povinná vrátiť peňažný príspevok na kúpu zdvíhacieho zariadenia alebo jeho pomernú časť, ak zdvíhacie zariadenie pred

uplynutím siedmich rokov od poskytnutia peňažného príspevku na toto zariadenie predá alebo daruje alebo zaviní jeho stratu alebo nefunkčnosť alebo je povinná vrátiť zdvíhacie zariadenie subjektu, ktorý jej poskytol úver na kúpu zdvíhacieho zariadenia. Fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím nie je povinná vrátiť peňažný príspevok na kúpu zdvíhacieho zariadenia alebo jeho pomernú časť, ak bolo zdvíhacie zariadenie odcudzené a fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím nepožiadala o ďalší peňažný príspevok na kúpu zdvíhacieho zariadenia rovnakého druhu pred uplynutím siedmich rokov.

(15) Fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím je povinná vrátiť funkčné zdvíhacie zariadenie alebo peňažný príspevok na kúpu zdvíhacieho zariadenia alebo jeho pomernú časť, ak zdvíhacie zariadenie pred uplynutím 7 rokov od právoplatnosti rozhodnutia o jeho priznaní nekompenzuje sociálne dôsledky ťažkého zdravotného postihnutia. Ak zdvíhacie zariadenie nie je funkčné a nemožno ho opraviť, fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím nie je povinná vrátiť zdvíhacie zariadenie, peňažný príspevok na kúpu tohto zariadenia a ani jeho pomernú časť.

(16) Lehota 7 rokov začína plynúť prvým dňom kalendárneho mesiaca, ktorý nasleduje po kalendárnom mesiaci, v ktorom rozhodnutie o poskytnutí peňažného príspevku na kúpu zdvíhacieho zariadenia nadobudlo právoplatnosť.

(17) Ak zdvíhacie zariadenie nemožno technicky odinštalovať v celom rozsahu, za vrátenie zdvíhacieho zariadenia sa považuje vrátenie jeho časti, ktorú možno technicky odinštalovať.

(18) Fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím je povinná vrátiť pomernú časť peňažného príspevku na kúpu zdvíhacieho zariadenia za obdobie od prvého dňa kalendárneho mesiaca, ktorý nasleduje po kalendárnom mesiaci, v ktorom fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím predala, darovala alebo zavinila stratu alebo nefunkčnosť zdvíhacieho zariadenia, alebo v ktorom príslušný orgán zistil, že zdvíhacie zariadenie, na ktoré bol poskytnutý tento peňažný príspevok, prestalo plniť svoj účel, do dňa, ktorým uplynula lehota uvedená v odseku 15.

(19) Peňažný príspevok na kúpu zdvíhacieho zariadenia nemožno poskytnúť fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorej sa poskytuje celoročná pobytová sociálna služba. To neplatí, ak sa fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorá je nezaopatreným dieťaťom, poskytuje celoročná pobytová sociálna služba na účely plnenia povinnej školskej dochádzky alebo sústavnej prípravy na povolanie.

Zdroj: <https://www.slov-lex.sk/pravne-predpisy/SK/ZZ/2008/447/>

PEŇAŽNÝ PRÍSPEVOK NA ÚPRAVU OSOBNÉHO MOTOROVÉHO VOZIDLA § 35

(1) Fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorá je podľa komplexného posudku vypracovaného podľa § 15 ods. 1 odkázaná na individuálnu prepravu osobným motorovým vozidlom a na úpravu osobného motorového vozidla, možno poskytnúť peňažný príspevok na úpravu osobného motorového vozidla, ktorého je vlastníkom alebo spoluvlastníkom.

(2) Peňažný príspevok na úpravu osobného motorového vozidla možno poskytnúť na úpravu osobného motorového vozidla uvedeného v § 34 ods. 2, ktoré nie je podľa technického preukazu staršie ako päť rokov. Lehota piatich rokov začína plynúť 1. januára kalendárneho roka, ktorý nasleduje po kalendárnom roku, v ktorom bolo osobné motorové vozidlo vyrobené.

(3) Úprava osobného motorového vozidla je úprava, ktorá umožní fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím viesť osobné motorové vozidlo, alebo umožní využívať osobné motorové vozidlo na účely jej prepravy.

(4) Peňažný príspevok na úpravu osobného motorového vozidla možno poskytnúť aj na osobné motorové vozidlo, na ktoré nebol poskytnutý peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla, ak je fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím jeho vlastníkom.

(5) Výška peňažného príspevku na úpravu osobného motorového vozidla sa určí percentuálnou sadzbou v závislosti od ceny úpravy a príjmu fyzickej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím uvedených v prílohe č. 10, ak tento zákon neustanovuje inak. Peňažný príspevok na úpravu osobného motorového vozidla je najviac 6 638,79€.

(6) Ak sú viaceré fyzické osoby s ťažkým zdravotným postihnutím odkázané na rovnakú úpravu toho istého osobného motorového vozidla, výška peňažného príspevku na úpravu osobného motorového vozidla sa určí pre každú z nich z časti obstarávacej ceny úpravy osobného motorového vozidla, ktorá pripadá pomerne na každú z nich. Ak viaceré fyzické osoby s ťažkým zdravotným postihnutím sú odkázané na rozdielnú úpravu toho istého osobného motorového vozidla, výška peňažného príspevku sa určí pre každú z nich z tej časti obstarávacej ceny úpravy osobného motorového vozidla, ktorú je potrebné vykonať v dôsledku jej individuálnych potrieb.

(7) Úhrn peňažných príspevkov na úpravu osobného motorového vozidla poskytovaných fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím v období siedmich rokov nesmie presiahnuť 6 638,79€.

(8) Peňažný príspevok na úpravu osobného motorového vozidla možno poskytnúť na

základe dokladu o cene úpravy osobného motorového vozidla alebo dokladu o cene vykonanej úpravy osobného motorového vozidla vyhotoveného osobou, ktorej predmetom činnosti je úprava osobného motorového vozidla.

(9) Fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím je povinná dať si upraviť osobné motorové vozidlo, na ktoré jej bol poskytnutý peňažný príspevok na úpravu osobného motorového vozidla do troch mesiacov odo dňa právoplatnosti rozhodnutia o priznaní tohto peňažného príspevku, najneskôr do šiestich mesiacov odo dňa jeho poskytnutia,



ak osobné motorové vozidlo nemožno upraviť pre potreby fyzickej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím z dôvodov na strane osoby, ktorej predmetom činnosti je úprava osobných motorových vozidiel.

(10) Fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím je povinná vrátiť peňažný príspevok na úpravu osobného motorového vozidla alebo jeho pomernú časť, ak upravené osobné motorové vozidlo, na ktoré bol poskytnutý peňažný príspevok na úpravu osobného motorového vozidla predá alebo daruje pred uplynutím siedmich rokov od poskytnutia tohto peňažného príspevku. Lehota siedmich rokov začína plynúť prvým dňom kalendárneho mesiaca, ktorý nasleduje po kalendárnom mesiaci, v ktorom rozhodnutie o poskytnutí peňažného príspevku na úpravu osobného motorového vozidla nadobudlo právoplatnosť. Povinnosť vrátiť peňažný príspevok podľa prvej vety neplatí, ak upravené osobné motorové vozidlo bolo odcudzené alebo havarované a fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím nepo-

žiada o ďalší peňažný príspevok na úpravu osobného motorového vozidla pred uplynutím siedmich rokov.

(11) Fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím je povinná vrátiť peňažný príspevok na úpravu osobného motorového vozidla alebo jeho pomernú časť, ak upravené osobné motorové vozidlo, na ktoré bol poskytnutý peňažný príspevok na úpravu osobného motorového vozidla, sa nevyužíva na individuálnu prepravu fyzickej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím.

(12) Ak je cena úpravy osobného motorového vozidla, na ktorú je fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím odkázaná, vyššia ako cena, na ktorej základe bol poskytnutý peňažný príspevok na úpravu osobného motorového vozidla, vyplatí sa rozdiel medzi výškou peňažného príspevku na úpravu osobného motorového vozidla poskytnutého na základe dokladu o cene

úpravy osobného motorového vozidla a výškou peňažného príspevku určeného na základe dokladu o cene vykonanej úpravy osobného motorového vozidla najneskôr do 30 dní od právoplatnosti rozhodnutia, ktoré bolo vyhotovené podľa § 55 ods. 12. Súčet výšky peňažného príspevku na úpravu osobného motorového vozidla poskytnutého na základe dokladu o cene pomôcky a vyplatného rozdielu nesmie prevýšiť sumu uvedenú v odseku 5.

(13) Ak je cena vykonanej úpravy osobného motorového vozidla, na ktorú je fyzická osoba odkázaná, nižšia ako cena, na ktorej základe bol poskytnutý peňažný príspevok na úpravu osobného motorového vozidla, fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím je povinná vrátiť rozdiel medzi výškou peňažného príspevku na úpravu osobného motorového vozidla poskytnutého na základe dokladu o cene úpravy a výškou peňažného príspevku určeného na základe dokladu o cene vykonanej úpravy osobného motorového vozidla najneskôr do 30 dní od

právoplatnosti rozhodnutia, ktoré bolo vyhotovené podľa § 55 ods. 12.

(14) Fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím možno poskytnúť peňažný príspevok na viacero úprav osobného motorového vozidla, ak spĺňa podmienky na poskytnutie peňažného príspevku na každú z nich.

(15) Ďalší peňažný príspevok na rovnakú úpravu osobného motorového vozidla možno poskytnúť po uplynutí siedmich rokov od predchádzajúceho poskytnutia peňažného príspevku na takúto úpravu, ak úprava osobného motorového vozidla neplní účel. Podmienka uplynutia siedmich rokov sa považuje za splnenú, ak fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím vráti peňažný príspevok na úpravu osobného motorového vozidla alebo jeho pomernú časť.

Zdroj: <https://www.slov-lex.sk/pravne-predpisy/SK/ZZ/2008/447/>



PEŇAŽNÝ PRÍSPEVOK NA KÚPU OSOBNÉHO MOTOROVÉHO VOZIDLA § 34

(1) Fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorá je podľa komplexného posudku vypracovaného podľa § 15 ods. 1 odkázaná na individuálnu prepravu osobným motorovým vozidlom, možno poskytnúť peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla.

(2) Za osobné motorové vozidlo na účely tohto zákona sa považuje motorové vozidlo, ktoré bolo vyrobené na účely prevádzky v premávke na pozemných komunikáciách³⁸⁾ a má najmenej štyri kolesá, používa sa na dopravu osôb a je projektované na prepravu cestujúcich najviac s ôsmimi sedadlami okrem sedadla pre vodiča alebo motorové vozidlo projektované a konštruované na prepravu tovaru s najväčšou prípustnou celkovou hmotnosťou neprevyšujúcou 3 500 kg, ak počet miest na sedenie uvedených v osvedčení o evidencii tohto motorového vozidla je najmenej štyri (ďalej len „osobné motorové vozidlo“). Za osobné motorové vozidlo na účely tohto zákona sa nepovažuje štvorkolka.

(3) Peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla možno poskytnúť, ak fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím požiada o poskytnutie tohto peňažného príspevku najneskôr do konca kalendárneho roka, v ktorom dovŕši 65 rokov veku.

(4) Peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla nemožno poskytnúť fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorej sa poskytuje celoročná pobytová sociálna služba, s výnimkou nezaopatreného dieťaťa, ktorému sa poskytuje celoročná pobytová služba na účely plnenia povinnej

školskej dochádzky alebo sústavnej prípravy na povolanie.

(5) Peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla nemožno poskytnúť na kúpu osobného motorového vozidla, ktoré je podľa technického preukazu staršie ako päť rokov. Lehota piatich rokov začína plynúť 1. januára kalendárneho roka, ktorý nasleduje po kalendárnom roku, v ktorom bolo osobné motorové vozidlo vyrobené.

(6) Peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla možno poskytnúť, ak fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím je zamestnaná alebo preukáže, že bude zamestnaná alebo sa jej poskytuje sociálna služba v domove sociálnych služieb^{1a)} špecializovanom zariadení^{1a)} dennom stacionári^{1a)} alebo preukáže, že sa jej bude poskytovať sociálna služba v domove sociálnych služieb^{b,1a)} špecializovanom zariadení^{1a)} alebo dennom stacionári^{1a)} alebo navštevuje školu alebo preukáže, že bude navštevovať školu a osobné motorové vozidlo bude využívať najmenej dvakrát v týždni na účely prepravy do zamestnania, školy alebo do domova sociálnych služieb^{1a)} špecializovaného zariadenia^{1a)} alebo denného stacionára^{1a)} a dvakrát späť. Podmienka využívania osobného motorového vozidla na účely uvedené v prvej vete sa považuje za splnenú aj vtedy, ak

a) fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím vykonáva zamestnanie v mieste svojho trvalého pobytu alebo prechodného pobytu a osobné motorové vozidlo využíva počas dvoch dní v týždni na svoju prepravu pri výkone svojho zamestnania,

b) sa fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorej sa poskytuje týždenná pobytová sociálna služba v domove sociálnych služieb^{1a)} alebo špecializovanom zariadení^{1a)} zabezpečuje najmenej jedenkrát v týždni jeho preprava do domova sociálnych služieb^{1a)} alebo špecializovaného zariadenia^{1a)} a najmenej jedenkrát v týždni preprava z domova sociálnych služieb^{1a)} alebo špecializovaného zariadenia^{1a)} alebo

c) fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím navštevuje školu najmenej dvakrát v mesiaci z dôvodu, že má fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím určený individuálny študijný plán alebo je ubytovaná v internáte.

(7) Peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla je najviac 6 638,79 €. Výška peňažného príspevku na kúpu osobného motorového vozidla s automatickou prevodovkou je najviac 8 298,48 €, a ak fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím je podľa komplexného posudku vypracovaného podľa § 15 ods. 1 odkázaná na úpravu osobného motorového vozidla, ktorou je automatická prevodovka. Peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla s automatickou prevodovkou možno poskytnúť, ak má fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím oprávnenie na vedenie osobného motorového vozidla.

(8) Výška peňažného príspevku na kúpu osobného motorového vozidla a na kúpu osobného motorového vozidla s automatickou prevodovkou sa určí percentuálnou sadzbou v závislosti od ceny osobného motorového vozidla a príjmu fyzickej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím uvedených v prílohe č. 13. Cena osobného motorového vozidla sa zohľadňuje najviac v sume 13 277,57 €.

(9) Peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla možno poskytnúť na základe dokladu o cene osobného motorového vozidla alebo na základe dokladu o kúpe



osobného motorového vozidla vyhotoveného osobou, ktorej predmetom činnosti je výroba, predaj, distribúcia, sprostredkovanie predaja alebo úprava osobných motorových vozidiel.

(10) Fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím je povinná kúpiť osobné motorové vozidlo do troch mesiacov od poskytnutia peňažného príspevku na kúpu osobného motorového vozidla, najneskôr do šiestich mesiacov odo dňa poskytnutia tohto peňažného príspevku, ak osobné motorové vozidlo nemožno kúpiť alebo upraviť z dôvodov na strane osoby, ktorej predmetom činnosti je výroba, predaj, distribúcia, sprostredkovanie predaja alebo úprava osobných motorových vozidiel.

(11) Ak si viaceré fyzické osoby s ťažkým zdravotným postihnutím odkázané na individuálnu prepravu osobným motorovým vozidlom zabezpečujú kúpu jedného osobného motorového vozidla, výška peňažného príspevku na kúpu osobného motorového vozidla sa určí pre každú z nich z časti ceny osobného motorového vozidla, ktorá pripadá pomerne na každú z nich. Časť ceny osobného motorového vozidla pripadajúca na jednu fyzickú osobu s ťažkým zdravotným postihnutím sa zohľadňuje najviac v sume 13 277,57 €.

(12) Ďalší peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla možno poskytnúť, ak od právoplatnosti rozhodnutia o priznaní predchádzajúceho peňažného príspevku na kúpu osobného motorového vozidla uplynulo najmenej sedem rokov a

a) fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím sa zaviazala, že osobné motorové vozidlo, na ktoré sa poskytol predchádzajúci peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla, predá do šiestich mesiacov od kúpy nového osobného motorového vozidla alebo

b) osobné motorové vozidlo, na ktoré sa poskytol predchádzajúci peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla, je vyradené z evidencie motorových vozidiel, alebo sa fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím zaviazala, že do šiestich mesiacov od kúpy nového osobného motorového vozidla požiada o vyradenie z evidencie moto-

rových vozidiel.

(13) Podmienka uplynutia siedmich rokov sa považuje za splnenú, ak fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím vráti peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla alebo jeho pomernú časť.

(14) Ak fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorej bol poskytnutý peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla, nesplní záväzok uvedený v odsekoch 10 a 12, je povinná vrátiť tento peňažný príspevok.

(15) Fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím je povinná vrátiť peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla alebo jeho pomernú časť, ak predá alebo daruje osobné motorové vozidlo alebo bola povinná vrátiť osobné motorové vozidlo subjektu, ktorý jej poskytol úver na kúpu osobného motorového vozidla pred uplynutím siedmich rokov od poskytnutia tohto peňažného príspevku.

(16) Fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorej sa poskytol peňažný príspevok na základe preukázania, že bude zamestnaná alebo sa jej bude poskytovať sociálna služba uvedená v odseku 6 alebo bude navštevovať školu a bude spĺňať podmienku využívania osobného motorového vozidla uvedenú v odseku 6, je povinná vrátiť pomernú časť peňažného príspevku, ak do 12 kalendárnych mesiacov od právoplatnosti rozhodnutia o priznaní peňažného príspevku na kúpu osobného motorového vozidla sa nezamestná alebo sa jej neposkytuje sociálna služba uvedená v odseku 6 alebo nenavštevuje školu a nespĺňa podmienku využívania osobného motorového vozidla uvedenú v odseku 6. Ak v tejto lehote bolo osobné motorové vozidlo odcudzené alebo havarované, platí odsek 18 rovnako.

(17) Fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím je povinná vrátiť peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla alebo jeho pomernú časť aj vtedy, ak osobné motorové vozidlo, na ktorého kúpu sa poskytol tento peňažný príspevok, sa nevyužíva na jej individuálnu prepravu.

(18) Fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím nie je povinná vrátiť peňažný

príspevok na kúpu osobného motorového vozidla alebo jeho pomernú časť, ak osobné motorové vozidlo, na ktoré bol poskytnutý peňažný príspevok, bolo odcudzené alebo havarované alebo havarované osobné motorové vozidlo predá alebo daruje a fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím pred uplynutím siedmich rokov od poskytnutia predchádzajúceho peňažného príspevku na kúpu osobného motorového vozidla nepožiadala o ďalší peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla.

(19) Lehoty uvedené v odsekoch 13, 15 a 18 začínajú plynúť prvým dňom kalendárneho mesiaca, ktorý nasleduje po kalendárnom mesiaci, v ktorom rozhodnutie o poskytnutí peňažného príspevku na kúpu osobného motorového vozidla nadobudlo právoplatnosť.

(20) Havarované vozidlo na účely peňažného príspevku na kúpu osobného motorového vozidla je osobné motorové vozidlo, na ktorom bola spôsobená totálna škoda podľa likvidačnej správy vydané príslušnou poisťovňou alebo podľa znaleckého posudku vydaného znalcom z odboru dopravy.

(21) Fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím je povinná vrátiť pomernú časť peňažného príspevku na kúpu osobného motorového vozidla za obdobie od prvého dňa kalendárneho mesiaca, ktorý nasleduje po kalendárnom mesiaci, v ktorom fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím predala osobné motorové vozidlo, na ktorého kúpu jej bol poskytnutý peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla do dňa uplynutia lehoty uvedenej v odseku 15.

(22) Ak cena osobného motorového vozidla je vyššia ako cena, na ktorej základe bol určený peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla, vyplatí sa rozdiel medzi výškou peňažného príspevku na kúpu osobného motorového vozidla poskytnutého na základe dokladu o cene osobného motorového vozidla a výškou peňažného príspevku určeného na základe dokladu o kúpe osobného motorového vozidla najneskôr do 30 dní od právoplatnosti rozhodnutia, ktoré bolo vyhotovené podľa § 55 ods. 12. Súčet výšky peňažného príspevku na kúpu osobného motorového vozidla poskytnutého na základe dokladu o cene osobného motorového vozidla a vyplateného rozdielu nesmie prevýšiť sumy určené v odseku 7.

(23) Ak cena osobného motorového vozidla je nižšia ako cena, na ktorej základe bol určený peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla, fyzická osoba s ťažkým zdravotným postihnutím je povinná vrátiť rozdiel medzi výškou peňažného príspevku na kúpu osobného motorového vozidla poskytnutého na základe dokladu o cene osobného motorového vozidla a výškou peňažného príspevku určeného na základe dokladu o kúpe osobného motorového vozidla najneskôr do 30 dní od právoplatnosti rozhodnutia, ktoré bolo vyhotovené podľa § 55 ods. 12.

Zdroj: <https://www.slov-lex.sk/pravne-predpisy/SK/ZZ/2008/447/>

OSPRAVEDLNENIE ako prepotrebný krok k hocijakej vnútornej očiste

Či už v osobnej rovine, tak aj v národnej rovine to bez ospravedlnenia nepôjde. Ak si človek či hocijaký národ neuvedomí svoj prehrešok, nevystaví svoje konanie dostatočnému sebahodnoteniu a nedôjde k záverom ospravedlnenia a opravy, ďalej sa mu do cesty budú vracat spätné údery, ktoré ho budú viesť k očisteniu a pochopeniu nevhodného správania a činom.

Ospravedlnenie v osobnostnej rovine

„Viete, náš otec si nikdy nič nepriznal. Za všetko vždy vinil iných, večne všetkých kritizoval, napádal, podrýpaval... Až sa s ním nakoniec naša mama rozviedla. Našiel si novú priateľku, s ktorou teraz v spoločnou súžití obaja prežívajú penziu. Mal to byť odpočinok, no vyzerá to skôr na partnerskú agóniu. Jeho družka ma minule poprosila o pomoc, lebo jej zdravotný stav ohľadne srdca a tlaku sa výrazne zhoršil. Má to súvis s jej častými výbuchmi zlosti nasmerovanými na otca, ktorý ju vraj provokuje. Otec mi však všetko vysvetľuje úplne inak, teda že má strach, že ho družka napadne, či mu dajako inak uškodí a že je zrelá na psychiatriu a nech zasiahnem. Viete čo je paradoxom? Že môj otec je vyštudovaný psychiater s dlhodobou praxou,“ rozprávala mi svoj problém jedna klientka.

Po rade otázok a odpovedí sme sa dopracovali k schéme vzťahu, ktorý sme mali liečiť. Otec vinil, pripomienkoval, priam despoticným spôsobom vždy vinil okolie a druhých z ich pochybenia, no sám sebe si čistého vína nikdy nenalial. Bez toho, aby som do toho výrazne vstupoval, si aj sama klientka odpovedala, že v sebe nemá žiaden program na harmonizáciu svojho vnútorného napätia a postupne si vybudoval management kradnutia energie od druhých tým, že keď je podráždený, alebo v ňom narastá nervozita, obráti svoje delá na najbližšiu osobu a to bez ohľadu, či je to jeho kolega, dcéra alebo iná milovaná či blízka osoba. Veď to poznáte – najväčšie lekcie nám dávajú naši najbližší. Stačí začať ironizovať, negatívne komentovať či negovať správanie vytipovanej obeť a už len vytrvať v ničivej palbe slov, ktoré neraz môžu byť servírované pokojne, v malom počte viet, ale o to viac cielené priam s chirurgickou presnosťou. A energie prasknutých nervov začne tiecť... „Síce čierna, ale inak neviem, žijem z odpadu“.

Len váš partner či rodinný príslušník tak dokonale pozná vaše slabiny. Po rokoch večne sa opakujúcich provokácií stačí i jedno slovíčko a Krakatoa môže rupnúť. V Šlabikároch šťastia som opisoval vznik „pamäťovej stopy“. Ak sme čosi riešili odporom, prudkou obranou, hádkou, tak o mesiac je z toho železná košela a o pol roka už za dve sekundy dobre pripravená aktívna rozbuška.

V našom príbehu teda čertovo kolo roztáčal otec, ktorý postupne dostával svoju part-

nerku do vývrtky, tvoril jej diagnózu a „odborne“ pomenoval aj jej zhoršujúci nervový systém. Nebránil sa ani vypísať u bývalých kolegov recept pre ňu. Ak by vykonala samovraždu, či zabila by jeho, jeho muštra sa naplní – ona bude tá zlá a on baránok, ktorý podľahol nerváčke. O tom, že prvotné „elektrické impulzy k týraniu“ vysielal on však už nič nepovie. Najhoršie je odborný problém riešiť u odborníka, ktorý všetky svoje znalosti využíva proti iným, v konečnom dôsledku však proti sebe.



Konečne sa môžem dostať k ospravedlneniu, téme tohto blogu. Veta „on si nikdy nič nepriznal, sebakritika u neho neexistuje“ je kľúčová v celom príbehu. Keďže o pomoc nepožiadal samotný pár osobne a nemohol som sa v tomto prípade stať mediátorom, všetko zostávalo na dcéru. Radil som jej ako sa má pretaviť do laického psychológa, kde sa musí čo porozprávať najprv s jedným, potom s druhým a to najlepšie v čo najhlbšej ľudskej rovine a požiadať ich, nech si obaja sadnú k jednému rokovaciemu stolu, kde ona bude usmerňujúcim sprievodcom dialógu, kde sa rozoberú dva - tri príklady nejakej ich roztržky a schéma „dravca a myši“ sa samá nakreslí. A úplne najlepšie pokračovanie by bolo sedenie u odborného psychológa, či dať si kávu v manželskej poradni. Lenže z mojej praxe mi vyšlo jedno: agresor a pôvodca dobrého vo vzťahu ako prvý a dôrazne odmieta návštevu u „psychopatov“ (prepáčte mi, odborná verejnosť, ale v tomto slovnom podaní sa mi to veľakrát dostalo do uší). Ak sa jedná o vyštudovaného psychológa či psychiatra, vystane o to väčší blok požiadať kolegu o pomoc vyliečenia seba. Hrdosť nepustí. Pravda, ktorú vinník väčšinou dobre pozná, nepustí. No v prvom rade nepustí chybný mechanizmus nepriznania

si pravdy o svojom konaní. Sebahodnotenie absentuje a bez toho sa človek o sebe nič nedozvie. Bez popisania a pripustenia si nemoci sa nedá neuduh liečiť. Tak sa nedostane ani na ospravedlnenie.

Vety, ktoré začínajú čarovným slovom „prepáč“ liečia. Seba, partnera, vzťah. Ospravedlnenie je pokora. Ospravedlnenie je rozpúšťadlo. Ospravedlnenie je liek. Ospravedlnenie rozpúšťa karmu. Ospravedlnenie lieči chorobu psychiky a teda aj tela.

Ospravedlnenie v národnej rovine

Kto ma čítate viete, že milujem premostovať mechanizmy fungujúce v osobnostnej rovine do partnerskej, národnej až celoplaneťnej, ľudskej roviny. Nádherný príklad ospravedlnenia, ale aj nepripustenia si vlastného zlyhania poskytla druhá svetová vojna. Japonsko sa za svoje výčiny nikdy nikomu neospravedlnilo. Hlavne Čína a Kórea doteraz nezabudli, čo japonskí vojaci na ich území vykonali a z toho, čo som z kníh prečítal, vám poviem, že Ázia je v spôsobovaní bolesti a tyranie expertom. Japonci doteraz svojim deťom v školách hovoria, aké veľké obeť ich ako národ stála druhá svetová vojna, no o svojej roly agresora ich už tak veľa neučia. Karma si nevyberá a ak k ospravedlneniu nedôjde, účet raz bude musieť byť vyplatený.

Čosi podobné čaká Američanov, ktorí v strachu pred rozmáhajúcim sa komunizmom vtrhli do Vietnamu a takmer desať rokov zabíjali, ničili a plienili. Mali dobrý cieľ – udržať demokraciu v Južnej časti Vietnamu, ale snažili sa ho vykonať vrcholne nevhodným spôsobom. Päť amerických prezidentov klamalo vlastných občanov, nikdy nepovedali vlastným voličom úplnú pravdu a nieto, že by so správnou sebareflexiou spravili záverečné resumé o svojom pochybení a ospravedlnili

sa vietnamskému národu. Ten nakoniec po víťazstve a nastolení komunizmu vo Vietname musel na vlastnej koži priznať neúspech socializmu, kedy sa celá zem ďalších desať rokov zmietala v hospodárskej kríze, inflácií, hlade, kde kolchozy nestíhali živiť tento obrovský národ. Hrdosť na jednej i druhej strane, neospravedlnenie sa obyčajným ľuďom zo strany politikov (amerických politikov voči vlastnému národu ohľadne nepriznania celej pravdy zbytočnosti a omylnosti celého tohto vojenského konfliktu, ktorý v plnej sile poukázal na pýchu USA, ale aj ospravedlnenie sa vietnamských komunistických vodcov voči vlastnému národu, kedy na prelome tisícročia už museli po ohliadnutí sa do svojej minulosti vedieť, že socializmus bol omyl), ani samotnej Ameriky voči Vietnamu...

Úplný opak je Nemecko. Západonemecký kancelár Willy Brandt dňa 7. decembra 1970 navštívil varšavské geto, miesto neúspešného židovského povstania proti nacistickej okupácii. Pred davom Poliakov spontánne pokľakol, priam padol na kolená, priznal milióny obetí nacistov a požiadal o odpustenie

za Hitlerovu diktatúru a kataklizmu druhej svetovej vojny. Dokonca aj tí Poliáci, ktorí voči Nemcom pociťovali nenávisť, uznali Brandtov čin ako neplánovaný a hlboko úprimný. Nemci na rozdiel od Japoncov svoje deti učia celú pravdu o koncentračných táborech (dokonca ich do Dachau vodila), priznali svoj prečin, šli do pokory. Ja to vnímam ako veľmi vhodné prehodnotenie vlastných dejín a ukážkovitý príklad ako sa vyrovnáť s vlastnými chybnými krokmi.

Ospravedlnenie je súčasť cesty vyliečenia

Pravda o sebe samom oslobodzuje a otvára dvere anulovať v sebe choroby. Zastavuje rakovinu, ktorej tak nebude možné šíriť sa ďalej a napadnúť iných – partnerov alebo národy. Pravda bolí, presne tak isto, ako bolí telo nemoc. Kto sa chce zbaviť súženia, pozbiera všetky dáta, sadne si nad stôl, konštruktívne popíše mechanizmus a stav zamorenia, ospravedlní sa tým, ktorým spôsobil trauma, ospravedlní sa sebe a začne činiť opatrenia, otočí svoju loď správnym smerom. Veď kto čítal moju knihu Psychický OBOR vie, tam som sa tejto téme venoval úplne detailne.

Bez ospravedlnenia sa šanca na opätovné vybudovanie dôvery znižuje, prinajmenšom výrazne spomaľuje. Kto zažil neveru, vie, o čom píšem. Ale platí to aj na veľa iných oblastí – všade, kde sme sklamalí, zradili, porušili dohody, boli priveľa agresívni, neudržali svoje negatívne emócie na uzde atď – tam všade bude skorocelom ospravedlnenie. To je moja skúsenosť. A ešte jedno viem – keď mi ktosi opakovane ubližoval, a aj keď sa potom vždy na druhý deň ospravedlnil, začal som byť po dlhšom čase na tie jeho slová hluchý. Proste ak sa človek po ospravedlnení nemení, nechce sa zmeniť, nehľadá pomoc u odborníkov, aby mu napomohli zbaviť sa zlých rovníc, ktorými škodí okoliu, začne byť aj ospravedlňovanie „prázdne“.

Ďakujem všetkým, ktorí sa dokážu ospravedlňovať. Učia to aj svoje deti, lebo presne toto tento svet potrebuje. Pochopenie seba a sebaapremenu nás všetkých v čistejšie bytosti.

Pavel Baričák

Zdroj: www.pavelhiraxbaricak.sk

Foto: www.freepik.com/created-by-analya

LEPŠIA NÁLADA LEPŠIE VÝSLEDKY

Máme vysnívaný cieľ? Vieme, že je možné ho dosiahnuť? Vieme ako? Vieme dokedy? Pokiaľ ste na tieto otázky odpovedali „áno“ a máte svoj vysnívaný cieľ, ale ešte ste ho nedosiahli, je čas sa nad nimi zamyslieť.

Na sledovanie akejkoľvek činnosti potrebujeme merateľný parameter. Preto sme si ako ľudia vymysleli vek, čas, merné jednotky (kg, ks, Ah, kW, atď.). To všetko sú naše pomôcky, aby sme mohli vyhodnocovať, ale aj opakovať úspešné akcie. Preto je dobré im porozumieť a používať ich. Na overenie úspešnosti totiž potrebujeme stav činnosti pravidelne sledovať a vyhodnocovať si ho.

Ak ste názoru, že ľudia sa nedajú hodnotiť nejakou mierkou, tak vám odpoviem, že ak bolo povedané: „po ovocí ich poznáte...“, je potrebné si všimnúť, čo človek vytvára a čím prispieva. Sú to veci merateľné – ak človek vytvára niečo hodnotné, je zrejme, aký okruh pôsobnosti obsahuje: seba, svoju rodinu, svoje spoločenstvo, skupinu, národ či celé ľudstvo.

Iba čísla nestačia

Pozrime sa na to matematicky. Ak by ste boli vedúcim troch obchodných zástupcov, ktorých produktom má byť určitý obrat so stanoveným percentuálnym ziskom, na jeho dosiahnutie by ste potrebovali, aby každý z troch obchodných zástupcov priniesol minimálne jednu jednotku tohto obratu v zákazkách. To je jeho minimálna kvóta, pod ktorú nesmie ísť. Ale dôležité je aj to, ako svoju prácu robí.

Ja sa na vec vyhodnocovania nepozieram len matematicky, hoci z hľadiska produktivity je tento parameter najdôležitejší. Ak však pracovník skutočne pomáha svojim zákazníkom a oni aj po rokoch spomínajú jeho meno v dobrom, vytvára tento zástupca viac, ako

len obrat. Ak to, čo robí dobre, dokáže naučiť aj ďalších zástupcov, nepomáha len klientom, ale aj ďalšej skupine, kolegom a firme. A ak vyvinie novú metódu, ako robiť veci lepšie, a dokáže ju poskytnúť ostatným, tak dáva v ešte väčšom rozsahu. Ale aby sme zistili, či je to tak, na začiatku musíme vedieť, čo je merateľným produktom jeho činnosti.

Som presvedčená o tom, že dosahovanie cieľov strachom a nátlakom nemá dlhodobý účinok. Naopak, ak je náš zámer prospešný, naša cesta k nemu pravdivá a čistá, ak my sami máme skutočnú vieru, že je možné ho naplniť a vieme, aké reálne kroky k nemu vedú, ľudia môžeme pre vec nadchnúť.

V nadšení ľudia pracujú ochotne a ľahko. Práca ich baví a necítia ju len ako ťažkú povinnú úlohu. Proste ju chcú robiť, lebo majú z jej výsledkov dobrý pocit a napĺňa ich.

Preto je dôležité pri hodnotení ľudí vnímať aj to, v akom pocite pracujú. Niekedy ľuďom môžeme pomôcť zlepšiť ich a tým aj svoje výsledky už tým, že im vieme dobre vysvetliť náš zámer a nadchnúť ich preň. V lepších emóciách ľudia podávajú lepší výkon. Stanú sa našou predĺženou rukou, ak s našim zámerom plne súhlasia a rozumejú mu. Dokážu nadchnúť ďalších ľudí a urobiť z nich ďalšie predĺžené ruky, ktoré konajú pre dosiahnutie spoločného cieľa.

Sami všetko nestihneme

Pravdou však je, že ľudia zvyčajne nechcú robiť podľa nich zbytočné veci. Preto musia cítiť aj mieru nevyhnutnosti, že všetky dohodnuté úkony je nutné vykonať. Aj o tom je podľa mňa zodpovednosť.

Pri mnohých činnostiach je dobré zväziť, či celú úlohu chceme robiť sami, a ak áno, či máme na to prostriedky, znalosti a čas. Alebo či využijeme odborníkov a viac budeme rozvíjať to, čomu rozumieme a odborníkom dáme dôveru urobiť to, čomu rozumejú oni.

Napríklad ak viete, že chcete pokosiť záhradu s rozlohou toľko a toľko metrov štvorcových, musíte vedieť, či budete kosiť ručne a koľko to potrvá, alebo kosačkou s jednorazovou investíciou a šetrením vášho času, alebo si celú službu objednáte inde, zaplatíte ju a svoj čas celý využijete pre vás účelnejšie. Neznamená to však, že ste nad touto oblasťou stratili kontrolu – výsledok predsa viete zhodnotiť a aj odmeniť.

Okrem toho, že okolie verí nášmu zámeru, aj my potrebujeme veriť svojmu okoliu a povereným ľuďom, že svoje časti našich spoločných cieľov dokážu naplniť.

Okrem toho, že presne vedia, čo je ich úlohou a prečo ju vykonávajú, potrebujú ju aj oni sami vykonávať. Ak by sme im nedali dôveru a „zodpovednú vládu nad ich územím“ a neustále ich činnosť „vylepšovali“ len podľa svojich predstáv, nezískali by pocit dôvery a možnosť stať sa dobrými vo svojej oblasti.

Možno veci nebudú robiť presne ako my, ak ale majú dobrý výsledok, je to v poriadku. Kto totiž kráča v stopách iného, nikdy ho nepredbehne. Je preto dobré, ak dáme šancu svojim ľuďom, aby vec viedli k rozvoju a rástli aj oni sami. Ľudia majú radi výzvy, na ktorých môžu rásť. Merateľné výsledky nám totiž vždy ukážu, či kráčajú správne.

Cez tieto výsledky je možné skontrolovať, či sa k cieľu blížime. Nestačí však len hodiť ľuďom na papieri graf s kvótou a čakať na denné či týždenné, či dokonca ročné výsledky grafu. Naši pracovníci sú nielen našou predĺženou rukou, ale aj očami, ušami a ostatnými vnemami, keďže v teréne sú oni, nie my.

My však máme byť hlavou, ktorá vie vyhodnotiť to, čo ich vnemy v teréne zistia. Preto je dôležité ich aj počúvať a zistiť, ako sa vyvíja situácia v našom trhovom segmente z ich aspektu a to rovno z prvej línie – od ľudí, ktorí tam sú.

Vnímajte a počúvajte

Práve títo ľudia dokážu zachytiť signály zmien skôr, ako o nich píšú noviny či internet. Treba ich počúvať a vedieť vyhodnotiť, ktorá informácia je pre nás dobrá a dôležitá. Nejde o klebety či správy typu „nič nejde“, ale o správy typu „u tohto odberateľa je nový nákupca a jedná takto“, „u iného dodávateľa zrazu klesajú žiadosti o nacenenie“, „videl som tam cudzieho zástupcu“, „viac klientov si žiada takýto sortiment“ a podobne. Tieto správy sú na nezaplatenie, lebo nám pomáhajú voliť správne nástroje na dosahovanie cieľa. Preto je dôležité, či naši ľudia vnímajú aj tieto súvislosti a rozumejú tomu, prečo sú pre nás dôležité.

Ak dáme svoj čas tomu, aby sme o týchto veciach s ľuďmi hovorili, môžeme v nich získať skvelých pomocníkov, ktorí vedia správne hýbať presne tými pákami, ktoré potrebujeme, a nebudú len nástrojmi na získavanie zmlúv za každú cenu.

Podľa mňa je dôležité vidieť v svojich ľuďoch aj rozmer bytosti, nie len pracovného nástroja. Vtedy môžeme všetci rásť na skúsenos-



tiach, ktoré nám život prináša a pomáhať si lepšie prežiť, mať vzájomnú úctu a dobré vzťahy. Prajem vám teda, nech ste obklopený ľuďmi, s ktorými si môžete dobré vzťahy vytvárať.

Autor: Monika Ponická, SPIG, s.r.o / www.spig.sk

Foto: www.freepik.com/peoplecreations



MICHAELA BALCOVÁ

**Slovenská reprezentantka v bocci
na Paralympijských hrách
TOKIO 2020**

(na letných paralympijských hrách 2016 v Riu de Janeiro získala zlatú medailu vo dvojiciach)

**Mišku podporujeme
a držali sme jej palce aj v TOKIU**

SPIG 

zdvihacie zariadenia

OSEMSMEROVKA

Odpoveď:

V	P	C	I	E	V	Y	O	N	A	R	A	B	K	C	O	Y
E	I	Y	N	Á	N	A	B	R	H	S	A	E	L	I	T	A
S	O	E	T	U	V	H	S	K	O	N	I	Z	V	E	Á	A
L	T	B	R	T	R	I	B	I	L	A	A	V	R	L	S	R
O	B	O	I	A	L	N	R	S	Ú	H	R	A	Á	E	N	K
N	K	L	K	U	K	O	E	Z	A	B	D	V	Z	O	I	
I	Á	A	E	A	O	B	R	Á	N	A	Z	A	R	E	T	N
Y	K	T	B	Ý	E	L	K	A	K	T	K	M	I	C	L	S
H	A	O	E	T	Y	O	E	Á	J	U	I	Z	E	Č	A	P
U	R	N	A	M	N	K	O	J	R	E	R	T	O	V	K	S
T	U	N	E	L	T	Á	U	T	E	A	E	B	A	R	E	L
S	A	N	I	T	A	D	Y	L	E	L	B	N	O	B	U	B
I	V	Í	R	U	S	Y	A	L	P	L	A	N	É	T	Y	M

Legenda: ABORT, ALIBI, BANÁNY, BARAN, BARÁK, BAREL, BLESK, BLOKÁDY, BUBON, CIELE, CIEVY, EBOLA, ELITA, ENTITA, IKRA, IZRAEL, KABARETY, KNIHA, KOALA, KORUNY, KRAJE, KURTY, LETEC, LEZEC, LITVA, METÁN, NAZARET, OBETA, OLEJE, OTLAK, PLANÉTY, PLEVA, PLUKY, ROZKAZ, SANITA, SAVANA, SILUETA, SNAHA, STOKA, STUHY, SÚHRA, TOBRUK, TUNEL, ÚLOHA, VESLO, VIERA, VÍRUSY, VNEMY, VRANA, ZÁKON, ZINOK, ZVADA.

Tajničku osemsmierovky tvorí **29** nevyškrtaných písmen. Autor: Marek Pataky



Umaluj si :)





Centrum sociálnych služieb Nové Mesto nad Váhom, Mesto Nové Mesto nad Váhom,
Občianske združenie Život s dúhou v srdci a Občianske združenie Milan Štefánik,
pod záštitou predsedu TSK vás pozývajú na desiaty ročník benefičného koncertu
pre osoby s mentálnym a zdravotným postihnutím z Trenčianskeho samosprávneho kraja.

OBČIANSKE
MILAN ŠTEFÁNIK
ZDRUŽENIE

Dúha v srdci

26. september 2021, 15:00 Nové Mesto nad Váhom
Spoločenská sála MsKS, Hviezdoslavova ul., (bývalé kino)

VÁCLAV NECKÁŘ

česká republika

POLEMIC

HELENINE OČI

Juraj Kohútik z Centra sociálnych služieb pre mentálne postihnutých

Moderuje: JOŽO PROČKO

Vstup od 14.00  ZUMBA S DENISOU

Náučné workshopy: Enkaustika – maľovanie horúcim voskom, pedig, výroba bižutérie, maľovanie na tričká a na drevo,
zdobenie šiltoviek a medovníkov, modelovanie z textilu, plstenie, maľovanie sádrových odliatkov, maľovanie na ruky.

wustenrot
STAVENÉ SPORENÉ | POŠTENÉ | ÚVERY

DRB

dt

bel
POWER SOLUTIONS & PROTECTION

Tempest
IT makes sense

HOTEL
LIPA



EUROPIN
The Needle Expert

B
BRIX

maóna

SPIG
Správne zariadenia

AB - SPED
Anton Bolega

RKS
TRENČÍN s.r.o.

DIPLOMAT
Digital Solutions

LEAU

ZINPI

VRM

VAŠA
LEKÁREN VO VLKVE
VAŠA PRVA A SPRÁVNA VOĽBA

SmarTech
Solutions

VAC
VACUUMSCHNELZE

NES

invaHEALTH
Partners for Healthcare

Lucka

minit

SEDEM
VAŠA KREATÍVNA

3PACK
Partner for your online marketing solution

ATB
Kaučkové
Brazdové

typografia
plus

CHIRANA T. Injecta

AIR LUFT
VZDUCHOTECHNIKA

ZVISLÉ PLOŠINY hydraulické



ZÍSKAJTE plošinu
so štátnym príspevkom
a doplatkom z Klubu SPIG **BEZPLATNE!**



Kontaktujte nás
SPIG s.r.o., Tulská 2, 960 01 Zvolen, SK
bezplatná linka 0800105 707, e-mail: spig@spig.sk
www.spig.sk, www.inakobdareni.sk

