



®

HUMANITA

číslo 1

ročník XXXII.

Vyšlo: september 2023



potravinová pomoc sa šíri

DARUJ KRV – DARUJ ŽIVOT



PRÍLOHA:
DUŠEVNÉ ZDRAVIE DEŤÍ
A MLADÝCH ĽUDÍ

Rovnosť príležitostí a inklúzia

Naša potravinová pomoc sa šíri od východu na západ

Slovné spojenie „liberi semper“ pochádza z latinčiny, v preklade znamená „pre deti“. Nezisková organizácia Liberi semper, n.o. má sídlo v Borove, miestnej časti Medzilaboriec v severovýchodnej časti Slovenska. Na jej čele stojí riaditeľka Ing. Alexandra Raganová, na pozícii predsedu Správnej rady organizácie je jej manžel Viliam. Hlavnou činnosťou organizácie je adresná distribúcia potravín pre rodiny so zdravotne znevýhodnenými deťmi a pre sociálne inštitúcie. Táto šlachetná aktivita má v súčasnosti už celoslovenský charakter.

Prvotným dôvodom založenia neziskovej organizácie na pomoc rodinám so ZŤP deťmi bol mladší syn rodiny Raganovej (zakladateľov). Manželia majú dvoch synov – 9-ročného Alexa a 7-ročného Ivka. Ivko sa narodil ako zdravé dieťa, no jeho zdravotný stav sa začal zhoršovať, keď mal 1 a pol roka – prestával chodiť. Po mnohých vyšetreniach sa Ivkovi potvrdila vážna nevyliciteľná diagnóza, spinálna svalová atrofia II. typu (SMA II.). Začal sa kolobeh rehabilitácií, ktoré rodinu veľmi finančne vyčerpávali. Na rehabilitačných pobytoch sa stretávali aj s inými rodinami s podobným osudom. A vtedy sa zrodila myšlienka potravinovej pomoci pre rodiny so zdravotne znevýhodnenými deťmi. „Potraviny po minimálnej dobe spotreby sme začali distribuovať od roku 2021 na základe zmluvy s Potravinovou bankou, ktorá je partnerom Ministerstva pôdohospodárstva Slovenskej republiky, a Českou federáciou potravinových bank,“ hovorí pán Ragan.

Spočiatku len na východe

Činnosť organizácie Liberi semper n.o. mala inú podobu pred vypuknutím vojenského konfliktu na Ukrajine (24. februára 2022 – pozn. red.) a inú má dnes. V čase pred vojnou zástupcovia organizácie distribuovali potraviny zo skladu Potravinovej banky v Lipanoch a poskytovali ich len určeným rodinám so zdravotne znevýhodnenými deťmi v Košickom a Prešovskom kraji. „Ak sme zabezpečili potraviny pre povedzme tridsať rodín, robili sme to tak, aby každá rodina dostala rovnaký diel potravín. Skrátka, mali sme to presne prepočítané na počet rodín. Počas týždňa sme zvyčajne spravili dva rozvozy,“ opisuje systém pomoci V. Ragan. Išlo o rodiny, ktoré členovia organizácie osobne poznali, poznali ich životné príbehy a úsilie, ktoré vynakladali pre svoje inak obdarené detičky.

Podstatne rozšírili svoj záber

Po vypuknutí vojny na Ukrajine Potravinová banka obmedzila darovanie trvanlivých potravín pre slovenské rodiny. Zmluva s touto inštitúciou tak nadobudla už iba formálny

charakter. Keďže pomoc bola rozbehnutá, organizácia hľadala iné možnosti, kde zabezpečiť nový zdroj potravín. „Naskytla sa možnosť spolupráce s firmou Tesco Stores

formou denných odberov potravín z jednotlivých hypermarketov Tesco (ďalej ako HMT – pozn. redakcie) vo Vranove nad Topľou, Snine, Moldave nad Bodvou a v Čani pri Košiciach.





Stalo sa tak na základe intervencie pražského Tesca, ktoré zastrešuje aj všetky HMT na Slovensku. „Zhostili sme sa tak krásnej myšlienky **Love food – hate waste**. Na základe toho sme dostali prístup do mobilnej aplikácie s primárnymi odbermi. Pre zaujímavosť, takto sme za tri mesiace rodinám v rámci Slovenska darovali približne 6 ton potravín, najmä pečivo, ovocie a zeleninu,“ konštatuje Ragan. Všetko sa ale zásadne zmenilo vo februári tohto roku. Bola totiž spustená celoeurópska aplikácia s veľkým dosahom. „Zrazu sa nám otvorila možnosť širokej celoslovenskej spolupráce, napríklad s Tescami v Bratislave, Trenčíne, Žiline, Banskej Bystrici a v mnohých ďalších mestách. Vďaka tomu darujeme rodinám, partnerským neziskovým organizáciám, domovom pre seniorov, dôchodcom a pod. viac než 20 ton potravín v priemere



mesačne,“ vysvetľuje V. Ragan. Na Slovensku je v súčasnosti 166 predajní Tesco, organizácia bezplatne odoberá potraviny zo 110 z nich – na dennej báze. Zriadili aj registrovanú výdajňu potravín v Michalovciach. To všetko v zmysle platných legislatívnych podmienok. Samozrejme, organizácia z objektívnych príčin už nemá dnes kapacity na plné pokrytie distribúcie potravín v takomto rozsahu, preto spolupracuje s takmer tridsiatkou partnerských neziskových organizácií po celom Slovensku. Na jej činnosti sa zároveň podieľajú aj dve stovky dobrovoľníkov, ktorí potraviny z Tesca prevezmú a dobrovoľne a adresne odnesú buď koncovým spotrebiteľom, alebo do registrovaných výdajní potravín. „Rodinám so zdravotne znevýhodnenými deťmi, rodinám v núdzi, mnohopočetným rodinám, seniorom a sociálnym organizáciám dodávame ovocie, zeleninu, pečivo, múku, cestoviny, olej, konzervy, oblečenie a rôzny iný tovar,“ vypočítava pán Ragan, komu sú dnes nasmerované jednotlivé položky zo zoznamu pomoci.

Financovanie systému pomoci

V prvých dvoch rokoch neziskovú organizáciu financovali jej zakladatelia zo svojich peňazí. Našlo sa aj zopár spriaznených duší, ktorí svojím finančným príspevkom veľmi pomohli utiahnuť takto naštartovaný systém. „Veľmi nám pomohla finančná injekcia od Šimona Šicka, majiteľa firmy Pixel Federation z Bratislavy. Vďaka jeho príspevku sme mohli financovať pohonné hmoty. Cenové skúsenosti a rady sme dostávali od Lenky Bašnákovéj, CSR Lead zo spoločnosti AT&T. Dodávku s plnou nádržou na rozvoz potravín po Hornom Zemplíne nám nezištne poskytol Gabriel Dobranský, konateľ firmy GDP v Michalovciach,“ doplnil V. Ragan.

Tento rok už organizácia získala po prvýkrát zdroje na svoju činnosť aj vďaka 2 % zo zaplatenej dane. Naďalej dostáva aj dobrovoľné finančné príspevky od sympatizantov, ktorí vidia zmysel v tejto forme pomoci. S ohľadom na veľké objemy potravín už organizácia nepomáha iba rodinám so zdravotne znevýhodnenými deťmi, tých nie je až tak veľa. Potravínovú pomoc dnes poskytujú aj domovom dôchodcov, domovom sociálnych služieb, sociálnym ubytovniam, kňazom a rehoľným sestrám na dôchodku a iným vhodným príjemcom. „Potrebujeme však priestorovo vhodnejšie vozidlo na prepravu potravín. Verím, že sa nájdu ochotné podnikateľské subjekty alebo sympatizanti, ktorí nám s touto akútnou potrebou finančne pomôžu,“ uzatvára svoje rozprávanie Viliam Ragan, predseda Správnej rady neziskovej organizácie Liberi semper n.o.

Ján ČURNÝ

 **LIBERISEMPER**
Adresná humanitárna pomoc

Kontakt:
Liberi semper, n.o.
068 01 Medzilaborce – Borov 112
telefón: 0948 110 381
e-mail: liberisemperno@gmail.com
web: www.liberisemper.sk

Obsah:

Náša potravinová pomoc sa šíri od východu na západ	2 – 3
Projekt DARUJ KRV – DARUJ ŽIVOT mení Slovensko k lepšiemu	4 – 5
Keď o tom dokážeš snívať, dokážeš to aj uskutočniť	6
Pomoc je naše poslanstvo	7
Nečakáme, kým prídu katastrofy	8 – 9
Rovnosť príležitostí a skutočná inklúzia pre všetkých	10 – 11

Príloha: Duševné zdravie detí a mladých ľudí

DARUJ KRV – DARUJ ŽIVOT mení Slovensko k lepšiemu

Na Slovensku sa každoročne opakuje ten istý problém – nedostatok krvných zásob počas letného obdobia. Dôvody sú zrejmé. Častejšie cestovanie Slovákov a Sloveniek do zahraničia a zvýšená potreba podávania krvných transfúzií v lete (nehody, úrazy, operácie a pod.). Projektom DARUJ KRV – DARUJ ŽIVOT chceme tento problém eliminovať.



Projekt realizuje nezisková organizácia Spolu dokážeme viac n.o. z Čadce. Od roku 2021 robíme cieľené kampane na zvýšenie povedomia v oblasti darčovstva krvi, vzdelávame a informujeme ľudí o možnostiach a benefitoch, ktoré z darovania krvi plynú.

Kto sme a prečo sme vznikli

Projektu DARUJ KRV – DARUJ ŽIVOT sa venuje skupina dobrovoľníkov, ktorých koordinuje Ing. Ivana Oboňová, riaditeľka neziskovej organizácie. Našou prácou sa snažíme ľudí v oblasti darčovstva krvi vzdelávať, aby vedeli, ako darovanie krvi prebieha, aby sa nebáli urobiť prvý krok, a aby tiež chápali, že darovanie krvi prináša mnoho zdravotných benefitov aj pre samotných darcov.

Jedným z našich cieľov je vytvoriť komunitu darcov, ktorí sa môžu navzájom podporovať a motivovať k pravidelnému darovaniu. Títo ľudia majú naprieč celým Slovenskom možnosť vymieňať si praktické skúsenosti a spoločne pomáhať Slovensku a ľuďom, ktorí túto pomoc potrebujú.

Čo ponúkame darcom krvi

Každý darca krvi má zákonný nárok na občerstvenie po odbere (vo forme drobného občerstvenia a stravného lístka) a zároveň na voľno v práci na čas potrebný na darovanie krvi a na zotavenie po odbere. My navyše poskytujeme darcom spoločné prostredie, kde darcovia (ale aj nedarcovia) nájdu všetky potrebné informácie, postupy a rôzne edukačné materiály k téme darčovstva krvi. Zároveň im dávame verejné uznanie a pripravujeme pre nich aj konkrétne poďakovanie.

Koncert zadarmo ako poďakovanie darcom

V rámci projektu DARUJ KRV – DARUJ ŽIVOT organizujeme každý rok pre darcov krvi niekoľko koncertov, na ktorých majú účasť zadarmo. Musia splniť len jedinú podmienku, a to darovať krv v termíne našej kampane.

Tento rok to bolo od 14. júna do 30. septembra 2023. Následne darcovia vyplnia formulár na našej webovej stránke www.daruj-krv.darujzivot.sk/podujatia/, vyberú si z našej ponuky koncert, o ktorý majú záujem, a lístok zadarmo je ich. Súčasťou koncertov je aj žrebovanie tomboly o hodnotné vecné ceny (tombolový lístok dostanú darcovia krvi taktiež zadarmo). Ceny do tomboly získavame od firiem, ktoré majú záujem podporiť tento projekt a poskytnúť tak darcom krvi uznanie za ich skutok.

Tento rok sa (nielen) naši darcovia môžu tešiť na 3 koncerty v 3 krajských mestách, KALI & PETER PANN v piatok 6.10.2023 v Banskej Bystrici, THE BACKWARDS – Beatles revival v sobotu 28.10.2023 v Trenčíne a DESMOD – Teatro Set v pondelok 20.11.2023 v Žiline.

Dostatok krvi počas celého roka

Projekt DARUJ KRV – DARUJ ŽIVOT pracuje intenzívne na tom, aby sa **povedomie o potrebe darovania krvi dostalo ku všetkým ľuďom na Slovensku**. Najvyšším cieľom

totiž je, aby bol dostatok krvi nielen počas leta, ale aj počas každého ročného obdobia. Pracujeme na tom cieľenými kampaňami v spolupráci s mienkotvornými osobami na Slovensku. Pomáhajú nám herci, speváci i športovci. Postupne vytvárame mediálne partnerstvá s rôznymi časopismi, rádiami a tento rok sa zapojila aj TV JOJ. Ľuďom budeme prinášať zaujímavé informácie práve o tom, komu môžu pomôcť a ako tým pomôžu aj sami sebe. Pripravujeme rozhovory s odborníkmi z oblasti darovania krvi a z odboru medicíny, ktorí do témy vnesú opäť viac svetla.

Zvyšovanie benefitov pre darcov

V najbližšom roku plánujeme komunikovať s mestami a samosprávami o ďalších výhodách a benefitoch, ktoré chceme, aby boli darcom krvi z ich strany priznané. Pôjde o benefity prevažne kultúrneho, športového a zdravotného charakteru. Naším cieľom je, aby darcovia krvi mali priestor viac regenerovať a podporovať svoje zdravie, čo zároveň pre nich bude prínosom a naplnením ich potrieb. Viac zatiaľ nebudeme prezrádzať. Ak sa dohody podaria, všetko budeme komunikovať prostredníctvom našich sociálnych sietí a webovej stránky.

Na druhej strane chceme počúvať ľudí, ktorí majú ponúkané benefity čerpať. A práve preto komunitu, ktorú na našich sociálnych sietach a webovej stránke vytvárame, bude-



me pravidelne oslovovať s cieľom, aby priňášala návrhy na konkrétne benefity, ktoré by sama ocenila. Aj touto cestou preto pozývame všetkých darcov, ktorí ešte nie sú súčasťou našej komunity, aby sa k nám pridali a podieľali sa spoločne s nami na tomto koncepte.

Uvedomujeme si, že momentálne sme s koncertmi, ktoré organizujeme ako formu poďakovania pre darcov, od mnohých regiónov ďaleko. **Naším cieľom je preto v priebehu najbližších 5 rokov organizovať podobné podujatia vo všetkých krajských mestách na Slovensku**, aby si každý darca krvi mohol uplatniť tento náš benefit. Všetko ale závisí najmä od zdrojov, ktoré nám pomôžu pokryť náklady na ich organizáciu.

S čím aktuálne bojujeme

Našou snahou je získať odborného garanta projektu, ktorý nám bude ochotný poskytovať pomoc a podporu pri riešení situácií, ktoré si vyžadujú odbornú konzultáciu. Na Slovensku však už dlhé roky platí zásada bezodplatného darovania krvi, definovaná v paragrafoch príslušného zákona. Riadi sa Etickým kódexom krvnej transfúzie,



čo v jednoduchosti znamená, že darcovi za darovanie krvi neprináleží žiadna finančná odmena. Samozrejme, týmto dôvodom rozumieme a aj ich plne akceptujeme a schvaľujeme, ale vzhľadom na to, že my v rámci poďakovania našim darcom istú formu odmeny ponúkame, komplikuje nám to možnosť získať odborného garanta. Aktuálne totiž nemáme možnosť nadviazať spoluprácu s NTS SR, MZ SR a ani s inými zdravotníckymi oddeleniami za účelom odbornej podpory a konzultácií.

Druhá vec, ktorá nám dnes komplikuje prácu, sú financie. Vzhľadom na to, že sme nezisková organizácia, fungujeme len z príspevkov, ktoré získame od firiem a ľudí, ktorí chcú robiť filantropiu. Podpora zo strany štátu zatiaľ nie je, a tak sa boríme, ako najlepšie vieme. Práčne oslovujeme firmy a podnikateľov a snažíme sa vytvoriť partnerstvá výhodné pre všetky zapojené strany.

Čo nám pomôže, čo potrebujeme

Môže nám pomôcť každý jeden človek, ktorý bude ochotný podporiť náš projekt, a to:

1. **Sledovaním nášho projektu** na našich sociálnych sieťach a webovej stránke a prizývaním ďalších ľudí
2. **Finančnou podporou**, aby sme mohli realizovať všetky aktivity, ktoré máme v pláne a boli tak bližšie k tým, pre ktorých to robíme. Len s vašou podporou



totiž dokážeme pokračovať. Finančná podpora sa dá uskutočniť tromi spôsobmi:

- a) ako jednorazový (alebo pravidelný) dar na náš transparentný účet,
 - b) darovaním 2 % z vašej dane,
 - c) posunutím tejto informácie medzi vašich známych, zamestnávateľov, a pod.
3. **Darovaním krvi**, pretože len **SPOLU DOKÁŽEME VIAC!**

Ing. Ivana OBOŇOVÁ

Kontakt:

Spolu dokážeme viac n.o.

Matičné námestie 1141/3, 022 01 Čadca

e-mail: ivana@spoludokazemeviac.sk

telefón: 0948 097 918

web: www.darujkrvdarujzivot.sk

keď o tom dokážeš snívať, dokážeš to aj uskutočniť

Vznik občianskeho združenia OZ Kamky je splneným snom štyroch kamarátok, ktoré spolu pracovali v Domove sociálnych služieb pre deti a dospelých Sibírka, neskôr Centra sociálnych služieb Sibírka v Bratislave. Naše najskôr pracovné vzťahy časom prerástli do kamarátskych a tu niekde sa rodil aj začiatok nášho občianskeho združenia.

Po niekoľkých rokoch spoločnej práce, presnejšie v roku 2017, pri CSS Sibírka vznikla ďalšia sociálna služba pre rodiny s deťmi so zdravotným znevýhodnením – služba včasnej intervencie. Postupne sme tu začali všetky štyri pôsobiť ako poradkyne včasnej intervencie. Táto práca bola pre nás výzvou, no zároveň sme si začali uvedomovať nedostatky v poskytovaní služieb a podpory pre rodiny s dieťaťom so zdravotným znevýhodnením.

Poskytovanie služby včasnej intervencie končí dovŕšením siedmeho roku veku dieťaťa. A práve tu už rodičia nemajú veľa možností, kde by mohli pokračovať v sociálnej službe, ktorá by im dávala pravidelnú odbornú pomoc, psychickú podporu a možnosť voľnočasových aktivít pre ich deti, ktoré majú zdravotné znevýhodnenie. Zákonne síce tieto možnosti existujú – iné sociálne služby, zaškolenie dieťaťa atď., avšak kapacitne sú nedostačujúce a primárne sú zamerané iba na dieťa, nie na celú rodinu. Naša skúsenosť s rodinami, ktoré ukončili službu včasnej intervencie, však bola taká, že zrazu ostala rodina ako celok bez podpory, a preto sa často obracali priamo na nás. Aj z tohto dôvodu sme v roku 2021 založili OZ Kamky, aby sme mohli naďalej sprevádzať rodiny, ktoré podporu v iných službách nenašli. Naďalej spolupracujeme so službou včasnej intervencie – hľadáme možnosti finančnej podpory a organizujeme aktivity na podporu rodín. Popri pravidelných aktivitách sa postupne učíme, ako „plávať“ vo vodách neziskových organizácií, hlavne v účtovníctve, čo je pre nás celkom nová skúsenosť, nakoľko sme všetky odborníčky v sociálnej sfére. Združenie tvoria štyri kamarátky v profesiách arteterapeutka, logopedička a liečebná pedagogička. Teraz však už vieme, že ideme správnou cestou a náš sen sa stáva realitou. Sme tu pre rodiny s deťmi so zdravotným znevýhodnením, aby sme ich prirodzeným a zároveň odborným spôsobom podporovali, vzdelávali a pomáhali im.

V súčasnosti poskytujeme tieto služby:

- individuálne a skupinové terapie, ktoré sú zamerané na celkový psychomotorický rozvoj dieťaťa,
- voľnočasové a spoločenské aktivity pre



rodiny s deťmi, ich rodinných príslušníkov, priateľov a seniorov,

- špecializované vzdelávacie aktivity pre laickú a odbornú komunitu.

Za posledný rok sa nám okrem pravidelných aktivít podarilo podporiť a zrealizovať niekoľko ďalších podujatí, napríklad:

- víkendový pobyt pre rodiny so zdravotným znevýhodnením v Modre – Harmónii,
- jesenné stretnutie rodín pri vyrezávaní tekvičiek,
- adventné stretnutie rodín,
- arteterapiu pre rodičov detí so zdravotným znevýhodnením,
- teambuilding pre pedagógov Gymnázia v Senci,

- týždenný jarný tábor pre deti s autizmom,
- relax stretnutie pre rodičov,
- arteterapiu pre seniorky z MČ Rača,
- arteterapiu pre kolegyné zo včasnej intervencie,
- veľkonočné stretnutie pre rodiny,
- dva týždňové turnusy integrovaného letného tábora pre deti z blízkej komunity a deti so zdravotným znevýhodnením.

Okrem 2 % z daní čerpáme finančné prostriedky aj z projektovej činnosti. Podarilo sa nám získať finančné prostriedky na realizáciu našich projektov z týchto zdrojov:

- Nadácia Pontis – podpora podujatia Naše Mesto
- Nadácia Henkel Slovensko
- Nadácia SPP
- Hlavné mesto Slovenskej republiky Bratislava

Projekt pre seniorov

Cieľom projektu s názvom „Jediný čas, kedy sa cítim nažive, je, keď tvorím“, ktorý podporila Nadácia Henkel Slovensko, sú pravidelné výtvarné stretnutia seniorov zamerané na rôzne techniky výtvarného umenia a arteterapie. Touto aktivitou umožňujeme seniorom tráviť zmysluplne voľný čas, realizovať sa, socializovať sa a cítiť sa užitočným.

Projekt „Kreatívne celý život“

Nadácia SPP nám v rámci zamestnaneckého grantového programu podporila projekt zameraný na voľnočasové aktivity zraniteľných skupín spoločnosti, ako sú rodiny s deťmi so zdravotným znevýhodnením a seniori, na nákup potrebného výtvarného materiálu a zabezpečenie divadielka.

Tento rok sme sa aj sústredili na vytvorenie webovej stránky a viac sme sa zamerali na zviditeľnenie našej práce na sociálnych sieťach Facebook a Instagram. Počas leta 2023 sa nám podarilo prenajať si vlastný priestor, ktorý sa momentálne snažíme zariadiť a sfunkčniť tak, aby sme čo najskôr mohli pokračovať v našej práci. Plány do konca tohto roka máme veľké, všetky sústreďujeme na rodiny a ich deti. Veríme, že sa nám ich aj podarí zrealizovať.

Dana KONEČNÁ

**Kontakt:
OZ Kamky**

Karadžičova 4105/33,

811 08 Bratislava – Staré Mesto

telefón: 0915 634 051, 0904 606 491

e-mail: ozkamky@gmail.com

web: www.ozkamky.sk

Pomoc je naše poslanstvo



OZ Podaj Pomoc

Vyčaríme spoločne úsmev na perách
aj tým menej šťastným.

www.pomahajme.sk

OZ Podaj Pomoc

Občianske združenie Podaj Pomoc vzniklo 4. decembra 2014. Sme mladý tím ľudí, ktorí sa rozhodli, že vo svojom voľnom čase budú pomáhať ľuďom, ktorí mali v živote menej šťastia než my a sú odkázaní na pomoc druhých. Zakladateľom a predsedom združenia je Tomáš Berka, ktorý býva v malebnej dedinke Okružná pri Kapušanoch. Je otcom dvoch malých detí a popri tom stíha pomáhať aj ťažko chorým detičkám.

Cieľom nášho združenia je poskytnúť pomoc, finančnú alebo materiálnu. Pomáhame ľuďom v núdzi, najmä deťom, splniť im ich sny. Na našej stránke zverejníme výzvu na vyzbieranie peňazí pre konkrétnu rodinu, ktorá má zdravotne choré dieťaťko. Príbehy a rodiny overujeme a výzvu zverejňujeme na vopred dohodnutý čas. Po ukončení všetky vyzbierané prostriedky presunieme z transparentného účtu organizácie na účet konkrétnej rodiny. Veríme, že nezištná pomoc je tá jediná správna pomoc a že rozdávať radosť je to najkrajšie.

Projekty, ktoré realizujeme

Pred Vianocami cestujeme po celom Slovensku, aby sme urobili radosť detičkám vďaka projektu **Dokonalé Vianoce**. Tento projekt funguje už druhý rok. Za dva dni precestujeme vyše 1 200 km od východného Slovenska až po to západné. Vďaka sponzorom a dobrým ľuďom sa nám darí vyzbierať dostatok finančnej pomoci, ktorú potom prerozdělíme do rodín v núdzi. Vytvorili sme aj projekt **Euro Nádeje**, ako sa dá pomôcť iba 1 eurom, ak si ľudia nastavia trvalý príkaz mesačne. Výsledná suma sa znásobí a pomôže presne tam, kde to je najpotrebnejšie. Iba vďaka tomuto projektu sme dokázali za jeden rok pomôcť sumou skoro 3 000 Eur.

Na našej FB stránke máme už viac ako 10 000 sledovateľov, ktorých počet stále pribúda. Tešíme sa z tejto stále rastúcej podpory našich projektov.

Ďakujeme za prvé ocenenia

V minulom roku sme získali aj ocenenie



Srdce na dlani 2022 v kategórii Dobrovoľník a dobrovoľníčka v Prešovskom kraji, ktoré veľmi radi znova obhájime. Vďaka ľuďom sme dostali nomináciu za mimoriadnu dobrovoľnícku aktivitu a za úspešný projekt (Euro Nádeje). Porota ocenila, že naše združenie dopomohlo zakúpiť pre rodiny dvakrát automobil, zaplatiť množstvo rehabilitácií alebo prispieť na liečby, opraviť strechu či postaviť komín, zakúpiť posteľ, matrace, potraviny, drogerie alebo lieky či vitamíny. V roku 2023 sme sa stali aj víťazom ocenenia **Zlatá firma 2023**. Cena sa udeľuje

EURO NÁDEJE

LEN JEDNÝM EUROM DOKÁŽEŠ NIEKOMU ZMENIŤ ŽIVOT...
NASTAVME SI SPOLOČNE TRVALÝ PRÍKAZ LEN NA
JEDINÉ **EURO** A POMÁHAJME PRAVIDELNE TÝM,
KTORÉ TO NAJVIAC POTREBUJÚ...

TRANSPARENTNÝ ÚČET:

SKK+1 8330 0000 0022 0194 2423

FIOZSKBAXXX

OZ PODAJ POMOC

WWW.POMAHAJME.SK

INFO@POMAHAJME.SK

+421 949 01 22 02

QR CODE



na základe existujúcich online hodnotení zákazníkov na webových stránkach, ktoré obsahujú autoritatívne recenzie. Spoločnosti, ktoré získajú aspoň 85 % pozitívnej spätnej väzby od svojich zákazníkov, sa stávajú laureátmi tejto ceny; do úvahy sa pritom berie aj celkový počet hodnotení. Po zhrnutí a analýze údajov sa OZ Podaj Pomoc zaradila medzi najlepšie hodnotené spoločnosti na Slovensku.

Naše sny si chceme splniť

Naším najväčším snom je zriadiť v Prešovskom kraji multifunkčné centrum, ktoré by slúžilo chorým detičkám. Preto hľadáme vhodný priestor, kde by sme mohli sídliť a tak byť viac nápomocní tým, ktorí to najviac potrebujú. Pomáhali by sme rôznymi formami rehabilitácií, športu či oddychu. Pozývali by sme rôznych odborníkov, ktorí by sa aktívne venovali najmä chorým deťom. Vytvoriť priestor na oddych, relax, ale najmä na ich progres. Máme kopec nápadov, ktoré by sme v novom priestore chceli zrealizovať. Najťažšie je pre nás v tomto okamihu ale získať sponzorov, ktorí by nám vedeli a mohli pomôcť.

Veríme, že po letných prázdninách sa zase rozbehneme naplno. Čaká nás kopec nových príbehov, veľa nových výziev, ale aj mnoho nových priateľstiev. Onedlho sa už začíname pripravovať na naše „Dokonalé Vianoce“, ktorým chceme dať tento rok aj nový rozmer. Neustále budeme hľadať a oslovovať nových sponzorov, vďaka ktorým sa nám už onedlho podarí splniť si náš veľký sen a otvoriť brány nášho multifunkčného centra pomoci. Každopádne, tak ako doteraz, aj naďalej budeme spoločne pomáhať všetkým detičkám a rodinám v núdzi. Lebo pomoc je naše poslanstvo.

Tomáš BERKA

Kontakt:
PODAJ POMOC

Okružná 142, 082 12 Kapušany
telefón: 0949 012 202
e-mail: info@pomahajme.sk
web: https://pomahajme.sk

Nečakáme, kým prídu katastrofy

Organizácia Vaša charita, n.o. vznikla v roku 2013 na pomoc ľuďom zo sociálne znevýhodneného prostredia v regióne Novohradu. Jej klientmi sú ľudia so zdravotným postihnutím, seniori aj ľudia žijúci na hranici chudoby, viacpočetné rodiny, osamelí rodičia, ľudia bez domova.

V roku 2013 zriadili denný stacionár, ktorý počas 5 rokov poskytoval druhý domov pre viac ako 30 mladých ľudí so zdravotným postihnutím. Jeho fungovanie obmedzili nepriaznivé legislatívne zmeny v roku 2018. Po krátkej prestávke začiatkom roku 2020 otvorili Centrum pomoci Domček, kde poskytujú pomoc ľuďom, ktorí čelia nepriaznivej sociálnej situácii z dôvodu zdravotných problémov, chudoby či sociálneho vylúčenia. Poskytujú sociálne poradenstvo a materiálnu pomoc, no zameriavajú sa najmä na skvalitňovanie života klientov prostredníctvom ich osobného rozvoja. Cieľom organizácie je poskytovať efektívnu pomoc tým ľuďom, ktorí ju potrebujú.

Začínali sme z vlastných úspor

„Od roku 2008 som pôsobila v organizácii, ktorá poskytovala pomoc ľuďom bez domova, deťom v detskom domove, rodinám v nepriaznivej ekonomickej situácii. Do organizácie prichádzali aj rodiny, ktoré mali dieťa so zdravotným znevýhodnením a ja som vníma-la, že týmto rodinám chýba oporný bod, kde by sa mohli poradiť so svojimi problémami a aspoň na chvíľu zveriť svoje deti do starostlivosti opatrovateľov. To ma priviedlo k myšlienke založiť organizáciu, ktorá bude týmto rodinám pomáhať. Vďaka okolnostiam, ktoré ma prinútili opustiť vtedajšie zamestnanie, sa táto myšlienka mohla stať realitou,“ hovorí o začiatkoch organizácie jej zakladateľka Margaréta Žigová. Začínali skromne, do nájmu, úprav a vybavenia priestorov investovali vlastné úspory. Po troch mesiacoch usilovnej práce otvorili brány pre prvých klientov denného stacionára. Postupne tu našlo druhý domov viac ako 30 mladých ľudí so zdravotným znevýhodnením. „Po turbulentných časoch nepriaznivých legislatívnych úprav a dočasnom pozastavení činnosti sme v roku 2020 otvorili Centrum pomoci Domček v Lučenci, a to aj pre ďalšie skupiny znevýhod-



nených ľudí – ľudí bez domova, rodiny v zlej sociálnej a finančnej situácii, rodiny ohrozené stratou bývania, jednorodičovské rodiny, ľudí z rómskych komunít, rodiny zasiahnuté prírodnou katastrofou a po vypuknutí konfliktu na Ukrajine aj pre ľudí utekajúcich pred hrôzami vojny na Ukrajine“, dopĺňa M. Žigová.

Klienti v ohrození a ako pomáhajú

Klientmi organizácie sú ľudia z Lučenca a širšieho okolia, ktorí sa náhle ocitli v nepriaznivej situácii alebo sa v nepriaznivej situácii nachádzajú dlhodobo. Náhla nepriaznivá situácia znamená napríklad požiar obydli, poškodenie majetku v dôsledku povodne, ale tiež náhle úmrtie živiteľa rodiny či útek pred vojnou. V dlhodobu nepriaznivej situácii sa nachádzajú napríklad osamelí rodičia, rodiny nezamestnaných, viacdetné rodiny, rodiny so zdravotne znevýhodneným členom rodiny, seniori. Mnohí z klientov sa nachádzajú v ohrození stratou bývania, keď nedokážu platiť náklady na bývanie a energie.

Pomoc závisí nielen od problému, s ktorým sa klient na organizáciu obráti, ale aj od jeho či jej situácie a okolností. Poskytujú im materiálnu a následne odbornú pomoc formou sociálneho poradenstva, prípadne klientom sprostredkujú ďalšiu potrebnú pomoc.

„Nie každý vie, kde má hľadať pomoc, a nie každý má odvahu o pomoc aj požiadať. Preto vedíme našich zamestnancov k tomu, aby boli všímaví a ponúkli pomoc aj tým, ktorí sami o ňu nepožiadajú. Citlivo vnímame prírodné katastrofy, osamelých rodičov, seniorov a snažíme sa byť iniciátormi pomoci. Pri vyhľadávaní sa sústreďujeme na obce, kde nie je poskytovaná žiadna sociálna služba – najmä

malé obce, kde nepôsobí komunitné centrum či terénni sociálni pracovníci,“ vysvetľuje Žigová.

Sociálny šatník a materiálna pomoc

V sociálnom šatníku prijímajú a triedia materiálnu pomoc, najmä obuv, ošatenie, potreby pre novorodencov, potreby do domácnosti, ale tiež elektrospotrebiče či nábytok. Výdaj vecí prebieha každý pracovný deň. Materiálnu pomoc poskytujú bezplatne, resp. za symbolický príspevok na prevádzku. Príspevok na prevádzku je spôsob, ako na jednej strane vedieť pokryť svoje náklady, no je to najmä výchovný prostriedok, ktorý zabráni neefektívnemu rozdávaniu pomoci, podporuje u klientov zmysel pre zodpovednosť, rovnako zabraňuje zneužívaniu (predaj poskytnutej materiálnej pomoci). Klient si tak vyberie len to, čo naozaj potrebuje a keď musí za veci uhradiť príspevok, túto pomoc si oveľa viac váži a primerane s ňou nakladá. V prípade, že sa klient zúčastňuje rozvojových či vzdelávacích aktivít alebo formou dobrovoľníckej činnosti pomáha pri údržbe areálu, získava poukážku, ktorú môže v šatníku využiť na „nákup“ materiálnej pomoci. Pokiaľ vyhodnotia situáciu klienta ako krízovú, napríklad po zasiahnutí povodňou či požiarom alebo pri náhlej zmene rodinnej situácie, pomoc poskytujú aj s odpustením príspevku na prevádzku.

„Väčšina klientov nás vníma najmä prostredníctvom poskytovania materiálnej pomoci. Pri výdaji pomoci sa snažíme neformálnym rozhovorom zistiť situáciu klienta a dôvody, prečo sa rozhodol vyhľadať materiálnu pomoc. Situáciu podľa záujmu klienta ďalej analyzujeme a hľadáme spôsoby, ako klientovi môžeme pomôcť v jeho situácii. Najčastejšie sa stretávame s nedostatkom finančných prostriedkov, ohrozením stratou bývania, nezamestnanosťou či zlou situáciou v dôsledku zdravotného znevýhodnenia,“ hovorí M. Žigová.

Nielen materiálna pomoc

Pri poskytovaní pomoci sa snažia zistiť, prečo sa klient v nepriaznivej situácii nachádza a najmä spôsoby, ako je možné túto situáciu vyriešiť alebo aspoň zmierniť. Pri náhlych krízových situáciách je prvoradým cieľom zabezpečiť nevyhnutné potreby – potraviny, ošatenie. Následne sa snažia získať dary podľa konkrétnych potrieb – nábytok, spotrebiče, vybavenie domácnosti. Ak má klient nárok na štátnu pomoc vo forme príspevkov, pomáhajú tiež klientom pri ich žiadaní. „Pokiaľ ide o dlhodobu nepriaznivú situáciu, snažíme sa ju riešiť individuálne po jej posúdení. Niekedy je to pomoc pri vy-



nitná záhrada, ktorú organizácia vybudovala v priestoroch Centra pomoci Domček, a tiež minifarma v obci Mašková, ktorá je v štádiu budovania. Do opráv, údržby a starostlivosti sa zapájajú klienti, ktorí za pomoc môžu získať materiálnu pomoc alebo vrecové.

Ako do činnosti organizácie zasiahla vojna na Ukrajine

Zo zabehnutého stereotypu a plánov všetkých vytrhla správa o napadnutí Ukrajiny agresorom z konca februára minulého roku. Ihneď preto zmobilizovali svoje sily, zapojili dobrovoľníkov, ktorí ponúkli svoje ruky, čas a neraz aj autá či byty. Z vyhlásenej verejnej zbierky materiálnej pomoci poskytovali pomoc ľuďom, ktorí našli útočisko v regióne Novohradu, a spolupracovali pri poskytovaní pomoci na hraniciach a v utečeneckých centrách. Pomáhali materiálne, ale aj tlmou-



čením, sprevádzaním na úrady, pomocou pri vybavovaní úradných záležitostí. Po upokojení a ustálení situácie začali organizovať rôzne aktivity na podporu integrácie, napríklad tvorivé dielne, kurzy slovenského jazyka, spoločné varenie a pečenie, aktivity a letné tábory pre deti. Pomoc dnes poskytujú aj naďalej. Obľúbené sú najmä aktivity pre deti či neformálne posedenia pri káve.

Niečo navyše

Najmä v oblasti rozvoja pracovných zručností, sociálnych zručností a rodičovských kompetencií rozvíjajú aktivity, ktoré sú efektívne aj z dlhodobého hľadiska. „Učíme ľudí jednoduchým prácam pri starostlivosti o záhradu, o zvieratá. Matky učíme variť, šiť, starať sa o domácnosť, viesť rodinný rozpočet. Pre matky zo znevýhodneného prostredia poskytujeme službu starostlivosti o deti do troch rokov obdobnú projektu Omamy (realizuje občianske združenie Cesta von), aby deti zo znevýhodneného prostredia mali šancu vzdelávať sa rovnako ako väčšina detí a dosiahnuť tak nezávislosť na sociálnom systéme a žiť svoj plnohodnotný život,“ uzatvára svoje rozprávanie Margaréta Žigová, zakladateľka organizácie Vaša charita, n.o.

bavovaní dávok v hmotnej núdzi, opatrovateľských príspevkov alebo iných kompenzácií v dôsledku zdravotného postihnutia, pomoc pri vybavovaní výživného alebo náhradného výživného, pomoc pri riešení dlhov a osobného bankrotu.“ Klienti ako príčinu nepriaznivej situácie zvyčajne uvádzajú nedostatok financií. „Často však zistíme, že problémom je nesprávne hospodárenie so zdrojmi (nielen fi-

nančnými, ale aj materiálnymi), preto sa zameriavame na vzdelávanie v oblasti finančnej gramotnosti, a to najmä nenásilnou formou, osvetou, rozhovorom, plánovaním osobného aj rodinného rozpočtu,“ dopĺňa pani Žigová. Nepriaznivá finančná situácia klientov vyplýva aj z nezamestnanosti. Jej príčinou býva i nedostatok pracovných zručností a návykov. Na nácvik zručností slúži komu-

Kontakt:

Vaša charita, n.o.

B. Nemcovej 56/12 985 54 Lovinobaňa

telefón: 0907 859 593

e-mail: vasacharita@gmail.com

web: www.vasa-charita.sk



ROVNOSŤ PRÍLEŽITOSTÍ A SKUTOČNÁ INKLÚZIA PRE VŠETKÝCH



Občianske združenie Downov syndróm vzniklo v roku 2016 z iniciatívy rodičov a z potreby posúvať vnímanie ľudí s Downovým syndrómom v našej spoločnosti vpred. Združujeme rodiny z celého Slovenska; k dnešnému dňu je ich 150. Vychádzame pritom z myšlienky, že ako rodičia dôkladne a detailne poznáme potreby a problémy komunity a máme naliehavú potrebu ich riešiť – pružne a do dôsledkov. Preto aj úzko spolupracujeme s množstvom odborníkov – lekárov, psychológov, terapeutov či špeciálnych pedagógov.

Aktivity občianskeho združenia Downov syndróm sa odvíjajú smerom dovnútra ko-

munity, ale aj smerom von – teda smerom k „intaktnej“ spoločnosti. Čo si po tým máme predstaviť? V prvom rade intenzívne pracujeme na vybudovaní súdržnej komunity založenej na zdieľaní, vzájomnom poradenstve a pomoci. Keďže naše rodiny žijú roztrúsené po celom Slovensku, bolo pre nás dôležité vybudovať sieť komunikačných kanálov (napr. prostredníctvom uzatvorenej rodičovskej skupiny na sociálnych sieťach).

Komunitné stretnutia

Pri sledovaní tohto cieľa patria k dôležitým aktivitám združenia pravidelné komunitné stretnutia našich rodín. Uskutočňujú sa niekoľkokrát ročne v rôznych častiach Slovenska, a to ako jednodňové, tak aj pobytové.

Na nich sa rodiny spoznávajú, vytvárajú si putá, vznikajú priateľstvá, ktoré pretrvávajú celé roky, čo je prínosné pre psychiku rodičov, súrodencov, ale aj pre samotných ľudí s Downovým syndrómom. Komunitné stretnutia sa tak stali priestorom na výmenu skúseností a rád. Vznikol tu priestor na vzdelávacie aktivity pre rodičov, ktorých sa snažíme viesť cestou efektívnej výchovy, efektívneho a inkluzívneho rodičovstva, ale aj pre ľudí s Downovým syndrómom, ktorých sa snažíme viesť (pokiaľ je to možné) cestou samostatnosti a nezávislého života. Vzdelávacie aktivity pre rodičov a ľudí s Downovým syndrómom organizujeme aj online prostredníctvom webinárov.

Tútor ako laický sprievodca

Aby sme rodinám mohli podať pomocnú ruku a včleniť ich do komunity, vytvorili sme projekt „Tútori“. Tútor je laický poradca, ktorý sprevádza rodinu, v ktorej dieťaťu diagnostikovali Downov syndróm v prenatálnom štádiu alebo po narodení. Tútor je rodič, ktorý si prešiel podobnou skúsenosťou, pozná pocity, ktoré mamička a tatino zažívajú. Vie, aké otázky si rodičia kladú, čoho sa boja, vie ale aj to, čo ich čaká. Vychádzať pritom môže z autopsie, vlastného poznania a osobnej skúsenosti. Okrem toho tútor vychádza aj z poznatkov, ktoré získal na psychologických školeniach a je v tejto problematike presne zorientovaný. Ak dieťaťu diagnostikujú Downov syndróm ešte pred narodením, podáva rodičom informácie o tom, čo ich čaká. Snaží sa

HUMANITA
časopis
dobrovoľníckeho
sektora
Slovenskej republiky

Vydáva Slovenská humanitná rada, IČO: 17316014, s podporou grantu MPSVR SR. Registrácia pod č. MK SR 710/92, ISSN 1336-2208. evč.: EV 384/08. Objednávky prijíma redakcia. Nevýžiadané rukopisy a fotografie nevraciam. Uverejnené príspevky nehonorujeme. Šéfredaktor: Ing. Maroš Silný. Adresa redakcie: Budyšínska 1, 831 03 Bratislava 3, telefón: 02 5020 0500, 02 5020 0511, 0948 016 123, e-mail: redakcia.humanita@gmail.com, web: www.shr.sk. Snímky: redakcia a archív organizácií. Grafická úprava a tlač: RAX, s.r.o., Bratislavská 10, 841 06 Bratislava. Distribúcia: Slovenská humanitná rada, Budyšínska 1, 831 03 Bratislava 3. Časopis vychádza 2-krát v roku. Náklad 3 500 kusov. © SHR

veci síce neprikrášľovať, ponúka informácie o možných zdravotných komplikáciách, ale aj o tom, že v dnešnej dobe sú dobre zvládnutelné. Na príklade rodín z komunity ich môže pozitívne motivovať. Dôležité je poskytnúť všestranné informácie, aby vyvážili tlak zdravotníckych pracovníkov na rodičov v zmysle odporúčania interrupcie. V tomto štádiu sú naozaj potrebné všetky informácie, podpora a aj rešpekt voči konečnému rozhodnutiu budúcich rodičov, nech je akékoľvek.

Terapia nie je luxus, ale nutnosť

Keďže život s dieťaťom so zdravotným znevýhodnením prináša rodinám zvýšené finančné náklady a my si veľmi želáme, aby sa našich aktivít mohli zúčastniť všetky rodinky bez rozdielu, našou každodennou rutinou sa stalo získanie finančných prostriedkov od štedrých darcov, a teda písanie rôznych grantov. Práve takto získané finančné prostriedky nám umožňujú financovať aktivity ako komunitné stretnutia či vzdelávacie projekty.

Terapie či rehabilitácie nie sú pre ľudí s Downovým syndrómom luxusom, ale nutnosťou, ktorá je predpokladom ich správneho napredovania. Výrazným spôsobom však zatažujú finančný rozpočet rodín. Ale deti sú to najcennejšie, čo máme, a všetko, čo im odovzdáme, sa nám zase vracia. Preto sú ľudia s Downovým syndrómom dnes aj vďaka týmto intervenciám pripravení prežiť plnohodnotný život – vzdelávať sa, športovať, mať koníčky, priateľov, lásku a nájsť si prácu. Aj to bol jeden z dôvodov, prečo sme našim rodinám umožnili zbierať si cez naše občianske združenie 2 % z daní a použiť ich práve na rôzne druhy terapií a rehabilitácií.

Ďalší aktívny rok

V prvom polroku tohto roku sme boli plne занепразднені prípravou historicky prvého Valného zhromaždenia OZ Downov syndróm, na ktorom sme zrekapitulovali naše aktivity v uplynulom funkčnom období a zvolili sme si novú Radu OZ Downov syndróm, ktorá združenie povedie počas nasledujúcich dvoch rokov.

Ale aj druhý polrok je bohatý na komunitné stretnutia. Už tretí rok sa naše rodiny stretli na Farme u Felixov, ktorej pohostinní majitelia vždy pripravujú zaujímavý program. Tento rok sa farma dňa 1. septembra premenila na výtvarný ateliér.

Posilňovali sme si aj telo. Tentoraz na Ranči Monty v Štôle pod Tatrami, kde sa naše rodinky z východného Slovenska venovali hipoterapii, ktorá využíva pohyb koňa s blahodarným dopadom na držanie tela a pohybový aparát. Takéto pobyty považujeme vždy za motivačné s cieľom, aby ľudia s Downovým syndrómom pokračovali v týchto aktivitách aj naďalej. Pri jazde na koni môžu byť ľudia s Downovým syndrómom úspešní, čo dokumentujú aj medailové umiestnenia z rôznych súťaží.

Na víkendovom stretnutí v Zuberici sme si nevychutnali len krásy oravskej prírody, ale v Múzeu oravskej dediny sme sa pri arteterapii realizovali v hrnčiarskej dielni a oddýchlili si pri artefletike. Nechybala ani

večerná diskoteka a ľahká turistika, ktorú zvládli aj tí najmenší.

Na záver roka nás čaká ešte pravidelný via- nočný večierok s bohatým programom.

Na jeseň už tradične pripravujeme aj náš „Kalendár, ktorý pomáha“. Nie je to len obyčajný týždenný kalendár s fotografiami, ale od prvého ročníka sa snažíme vdýchnuť mu aj pridanú hodnotu tak, aby naozaj pomáhal. V prvom rade je to pomocník pre našich tútorov a je určený novým rodičom. Pravidelne ho distribuujeme aj do lekárskejších ordinácií. Tento rok pripravujeme kalendár s príbehmi našich rodín.

Inklúzia ako rovnosť príležitostí

A tu sme pri merite vecí, ako sa snažíme pôsobiť smerom von voči „intaktnej“ spoločnosti. Snažíme sa predovšetkým bojiť myty o Downovom syndróme a posúvať hranice akceptácie inakosti. Ešte pred niekoľkými desaťročiami boli odborníci presvedčení, že najlepším riešením pre ľudí s Downovým syndrómom je ústavná starostlivosť. Vytlačili ich tak doslova na okraj spoločnosti, kde žili v absolútnej izolácii. Napriek tomu, že sa odvtedy už mnohé zmenilo, ešte aj v súčasnosti je spoločenská inklúzia ľudí so špeciálnymi potrebami na Slovensku v nedohľadne. Rodičov, ktorí

čakajú dieťa s Downovým syndrómom, zdravotnícky personál často odrádza od toho, aby matka toto dieťaťko vôbec priviedla na svet.

Snažíme sa ukázať, že život človeka s Downovým syndrómom môže byť aj vďaka súčasnej lekárskej starostlivosti plnohodnotný, aktívny a zmysluplný. Snažíme sa dokázať, že napriek znevýhodnenému intelektu sú ľudia s Downovým syndrómom rovnakí ako ktokoľvek z nás. Majú rovnaké potreby, snívajú svoje sny a túžia po sebarealizácii.

Niekde na konci tejto cesty vidíme skutočnú inklúziu, ktorá bude znamenať rovnosť príležitostí v oblasti vzdelávania, práce či rodinnej politiky. Ľudia so znevýhodneným intelektom majú rovnaké právo žiť plnohodnotný život, rozvíjať svoje silné stránky, vzdelávať sa, prispievať k blahu spoločnosti, rozhodovať o vlastnom živote, založiť si rodinu či mať deti. Všetko uvedené je v rôznej miere možné, ak spoločnosť kreatívne hľadá riešenia. V zahraničí je bežné, že ľudia s Downovým syndrómom študujú na školách podľa vlastného výberu, pracujú, majú vzťahy či uzatvárajú manželstvá. Treba povedať, že na Slovensku ešte máme čo doháňať. Úlohu štátu tak zatiaľ u nás supľujú rôzne neziskové organizácie a svojpomocné rodičovské skupiny.

Veronika PLESNÍKOVÁ

Kontakt:
OZ Downov syndróm
Riazanská 664/59, 831 03 Bratislava –
Nové Mesto
e-mail: oz@downovsyndrom.org
web: www.downovsyndrom.org



ZBIERKA

V PROSPECH ZDRAVOTNE POSTIHNUTÝCH
A SOCIÁLNE ODKÁZANÝCH

REGISTROVANÁ POD ČÍSLOM: 000-2023-047273

SLOVENSKÁ HUMANITNÁ RADA

4. - 10. DECEMBRA 2023



POMÔŽTE SPOLU S NAMI.