



ČENKOVEJ DETI
aj v roku 2017?

Ako pomoholi
KMOTRIČKY

Charitatívny
kalendár pokrstila
EVA PAVLÍKOVÁ

HĽADÁM
KAMOŠA!
zn. vek okolo 70

Darujte nám 2%

Šanca pre nechcených
občianske združenie
Hruškový sad 18
841 06 Bratislava
IČO: 50076396

(Žiadne iné údaje, ani číslo
nášho účtu nepotrebuje.)

Podnikatelia - vpíšte poukázanie priamo do daňového priznania

Zamestnanci - vypýtajte si od zamestnávateľa ročné zúčtovanie, vyplňte Vyhlásenie s našimi údajmi, ktoré nájdete na našej webstránke www.sancaoz.sk a pošlite spolu s potvrdením o zaplatení dane na Daňový úrad v mieste vášho bydliska.

ĎAKUJEME!



Pomôžte s nami
nechceným deťom!

Keď cesta nie je cieľ



Naivne sme si v sociálnych službách mysleli, že nový rok začneme s novým zvýšeným príspevkom pre odkázaných seniorov, ale naše snaženia vyšli koncom roka navnivoč. Takže hoci štát od januára zvýšil minimálnu mzdu na 435 EUR, príspevok z verejných zdrojov na odkázaného seniora v zariadeniach pre seniorov a v zariadeniach opatrovateľskej služby zostáva 320 EUR mesačne, čo je úroveň roku 1998, kedy bola minimálna mzda 98 EUR.

Nepomohli rokovania s poslancami parlamentu, ani s niektorými predsedami strán vládnej koalície. Béla Bugár z Mostu – Híd síce zagarantoval hlasy všetkých svojich poslancov, ale až keď „vybavíme“, podporu Smeru. Predseda SNS a NR SR zároveň, Andrej Danko, síce vyjadril nutnosť zvýšenia tejto poddimenzovanej sumy, ale proti názoru Smeru a ministra Jána Richtera vraj nepôjde. Predseda Smeru a premiér SR Robert Fico náš lis postúpil ministrovi Richterovi. Výsledok? Nič. Novela bola schválená bez zvýšenia.

Zaráža ma ignorácia najvyšších predstaviteľov štátu k tejto tak dôležitej a ľudsky citlivej téme. Ako môžu zahmlievať fakt, že na dofinancovanie dlhodobej starostlivosti o odkázaných seniorov, ktorá je obligatórnou funkciou samosprávy a teda verejnosprospešnou službou, musia neverejní poskytovatelia sociálnych služieb – ergo ich riaditelia, alebo konatelia neziskových organizácií – hľadať zdroje u sponzorov? Inými slovami, nebyť nadľudského úsilia neziskoviek a podpory súkromného sektora, dlhodobá starostlivosť o odkázaných seniorov by na Slovensku už bola dávno skolabovala. Pýtam sa, čo robíme zle, že vládni činitelia nepočúvajú hlas a varovania odbornej praxe? Kde robíme chybu, že verejnosť si stále myslí, že na dlhodobej starostlivosti o odkázaných sa v tejto krajine „zarába“? Našla som tú chybu: je ňou práve to nadľudské úsilie neziskoviek, ktorým presvedčame

súkromný sektor, aby dotoval verejnoprospešnú činnosť. Zlyhávajúce povinnosti štátu a samosprávy takto neobnažujeme, ale naopak, my sami nechtiac akoby ospravedlňujeme a zakrývame. Stačilo! Treba sa pravde postaviť čelom a nahlas a jednoznačne žiadať od samosprávy a štátu plnenie si svojich finančných a ústavných povinností. Dlhodobá starostlivosť o seniorov je totiž nákladná služba, ktorá spája hotelové, stravovacie, sociálne a zdravotné služby – teda najdrahšie služby, lebo ich vie urobiť iba človek. Veď mzdové náklady v sociálnych zariadeniach tvoria cca 70% všetkých nákladov. Sú zákonom limitované a teda je absurdné spoliehať sa na to, že ich budeme vykrývať zo sponzorských darov. Pomoc v odkázanosti by mala byť nárokovateľnou dotáciou, ktorú by mal každému odkázanému občanovi hradiť štát a iba moderné terapie, či projektové aktivity môžeme financovať zo zdrojov od donorov.

Naša organizácia sa rozhodla čeliť tejto pravde. A to prvým krokom: pôvodnú Šancu pre nechcených sme rozdělili na dve občianske združenia: Prevádzku Centier sociálnych služieb NÁRUČ Senior & Junior, kde sa staráme o odkázaných seniorov a v útulku o matky s deťmi v núdzi má na starosti občianske združenie NÁRUČ Senior & Junior a projektové aktivity vrátane projektov Hniezdo záchrany a Kmotričky občianske združenie Šanca pre nechcených. Čaká nás však ešte dlhá cesta, kým presvedčíme verejnosť a politikov, aby pochopili, že okamžité dofinancovanie dlhodobej starostlivosti a angažovanosť aj rezortu zdravotníctva na tomto financovaní je jedinou záchranou udržania úrovne týchto služieb.

Anna Ghannamová

Šanca • senior&junior • trojgeneračný informačný a praktický občasník

Vydáva občianske združenie Šanca pre nechcených, Jadranská 34, 841 01 Bratislava, e-mail: sanca@sancaoz.sk, tel: 0903 903 298, IČO: 30 856 515, dátum vydania: december 2016, 9. ročník • **ŠÉFREDAKTORKA** • Mgr. Anna Ghannamová • **EDITOR** • Mgr. Alena Petrželková • **REDAKTORKA** • Mgr. Eva Gantnerová • **ART DIRECTOR** • Starion, s. r. o. • **OBÁLKA FOTO**: Štefan Cpin: ilustrácia z knihy Čenkovej deti • **INZERCIA** • GWAY, s.r.o., sanca@sancaoz.sk, • **TLAČ** • Alfaprint • **EVIDENCIA** • EV 2936/09 • **REDAKČNÁ RADA** • PhDr. Daniela Čechová, PhD. MUDr. Michal Kliment, CSc. • Nevyžiadané rukopisy a obrazový materiál nevraciam. Za obsah inzercie zodpovedajú inzerenti. Autorské práva vyhradené. • Vychádza s finančnou podporou Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny SR



NOVODOBÉ ČENKOVEJ DETI

Chudoba jednorodičovských rodín narastá

„Kúpia si detičky, kúpia si detičky...Veľkomožný pán, kúpia si detičky...“, kto z nás, z generácie povinnej čítaním, by si nepamätal najsmutnejšiu pasáž zúfalej Zuzany Čenkovej, z románu Fraňa Kráľa, keď s prichádzajúcou zimou nemala čo dať jesť svojim štyrom deťom. Aj v medzivojnovom Československu napriek existujúcej sociálnej starostlivosti o deti, prepádávalo cez túto sociálnu sieť množstvo ľudí a detí. A hoci súčasná chudoba vyzerá predsa len trochu inak ako v tých časoch v ubiedenej tatranskej chatrči, nie je o nič menej zúfalejšia, než tá, ktorú prežívali Čenkovej deti.

Koľko je v Európe chudoby?

Podľa štúdie Eurostatu o životných podmienkach občanov Európskej únie z roku 2015 žije v Slovenskej republike 20,3 % detí, čo je až 200 000 detí do 18 rokov v ohrození chudoby. Pritom najviac ohrozené chudobou sú nielen viacdenné domácnosti, ale v posledných rokoch najmä domácnosti s jedným rodičom a jedným dieťaťom. Počet týchto neúplných rodín vzrástol v porovnaní s rokom 1991, kedy ich bolo 10,4 % až na 16 % z celkového počtu rodín.

GRAF: Porovnanie skladby rodín rokov 1991 a 2015

1991
68 % úplné rodiny
10 % neúplné rodiny
0 % viacčlenné rodiny
22 % jednočlenné rodiny
2015
52 % úplné rodiny
16 % neúplné rodiny
2 % viacčlenné rodiny
30 % jednočlenné rodiny

Dnes evidujeme 108 000 osamelých matiek s deťmi a osamelých otcov niečo nad 20 000. Takže stále platí, že takmer 90 % jednorodičovských rodín, sú rodiny, kde sa o dieťa stará matka. V súčasnosti sa len malý počet žien stáva osamelými matkami z dôvodu úmrtia partnera. Táto príčina bola dominantnou do druhej polovice dvadsiateho storočia. Dnes je podstatným dôvodom rozvod a druhou najčastejšou príčinou vzniku jednorodičovských rodín je narodenie dieťaťa mimo manželstva.

Do roku 2008 mala miera rizika chudoby u jednorodičovských rodín klesajúcu tendenciu, ale po roku 2008 zaznamenávala čoraz väčší nárast. Čo spôsobilo túto podstatnú zmenu? Došlo k nej predovšetkým z dôvodov vypuknutia krízy, ktoré boli sprevádzané aj zhoršeným prístupom k základným službám ako je zdravotníctvo a služby starostlivosti o deti. V dôsledku škrtov vo verejných financiách boli ženy zasiahnuté dvojnásobne. Nielen ako spotrebiteľky krízou obmedzených služieb, ale aj ako zamestnankyne, ktoré tvoria dve tretiny zamestnancov v týchto uvádzaných službách. Ruka v ruku s tým sa menilo aj reprodukčné správanie obyvateľstva a znižoval sa potenciál mužov, ochotných vstupovať do partnerského zväzku. Nielen pre zmenu životného štýlu a zmeny hodnôt. Ľady sa lámali oveľa, oveľa skôr v rámci vzrastajúcej chudoby v celej postkomunistickej populácii. Podľa publikácie Evy Halušovej a Jozefa Božíka „Chudoba spoločenské súvislosti a sociálne politiky na jej odstránenie.“ sa takzvaná „nová chudoba“, fenomén z konca 70-tych rokov keď sa občasná nezamestnanosť niektorých vrstiev zmenila na permanentnú rozšírila o „working poor“ čiže chudobu zamestnaných, ktorej hlavnou črtou je nízka príjmová úroveň. „Živitelia rodín sa i napriek začleneniu sa do pracovného procesu dostávajú na, respektíve pod hranicu chudoby. Podľa štatistik Eurostatu je evidentné, že i napriek neustále rastúcej nominálnej mzde, reálna mzda klesá. Dôvodom sú inflačné tlaky, rast spotrebiteľských cien, rastúce náklady súvisiace so zaobstaraním bývania a so zakladaním rodiny.“ Založiť si rodinu sa stalo na Slovensku luxusom.

Podľa Zuzany Kusej, ktorá sa v tzv. Sieťi proti chudobe dlhodobo venuje fenoménu chudoby na Slovensku „je riziko peňažnej chudoby v jednorodičovských domácnostiach a v domácnostiach s tromi a viac deťmi trikrát vyššie ako u ostatnej populácii.“ Ako v roku 2014 preukázala prieskumami, neočakávané výdavky (napríklad úhrada opravy spotrebiča, nové topánky, či školský výlet) sú veľký problém pre sedem z desiatich osôb žijúcich v jednorodičovských domácnostiach. Štyria z desiatich v jednorodičovských domácnostiach si nemôžu dovoliť jesť každý druhý deň



mäso, či rybu. Každá desiatu osoba, žijúca v jednorodičovskej domácnosti si nemôže v byte dovoliť primerané teplo.

Na Slovensku je hranica 347 EUR na mesiac

Domácnosť jednotlivca s mesačným príjmom nižším ako 347 EUR je už v pásme ohrozenia chudoby, takže neúplná rodina rodiča s dieťaťom, ktorá má podľa štatistik priemerný príjem 295 EUR na člena domácnosti je už dávno pod hranicou chudoby. Ale aj táto štatistická suma je podľa pracovníkov slovenských krízových centier a útlakov nedosiahnuteľným snom pre mnohé slobodné matky s deťmi do 3 rokov veku dieťaťa, ktoré sú ich klientkami. Neraz ju nedosahujú ani matky s dieťaťom dokopy. Opustená matka s dieťaťom dostáva rodičovský príspevok 203,20 EUR a prídavok na dieťa 23,52 EUR, prípadne k tomu príspevok k prídavku na dieťa 11,02 EUR a od otca svojho dieťaťa väčšinou minimálne výživné 27,13 EUR, čo pre ženu i dieťa znamená mesačný príjem 264,87 EUR. Táto suma je na zabezpečenie základných životných potrieb absolútne nedostatočná.

Ak by sme vychádzali so štatistického priemeru, aký sa uvádza v Eurostatte ako priemer pre slobodnú matku s dieťaťom na zabezpečenie jedla, čo je 2,20 EUR denne na osobu a bývania 2,50 EUR denne na osobu, tak by naša slobodná matka potrebovala minimálne 284 EUR mesačne, takže jej chýba

mesačne vyše 19 EUR, pričom jej nezostalo na oblečenie, na hygienické potreby, na dopravu a na lieky... Ešte sa nám javí situácia Čenkovej detí v súčasnosti pritiahnutá za vlasy?

Chudoba na vlastnej koži

Započúvajte sa do príbehov reálnych žien a detí, ktoré by bez pomoci neziskových organizácií a individuálnych darcov neprežili:

Eva má 5-ročnú Simonku a 16-mesačného Miška, dostáva rodičovský príspevok 203 EUR, 2 x 23,52 EUR prídavky na deti a nepravidelne dostáva výživné 180 EUR, ale iba na jedno dieťa. Otec dieťaťa vždy, keď hrozí, že bude stíhaný, pošle výživné, ale priemerne len raz za 3 mesiace. Všetky peniaze minie Eva na ubytovanie a na deti, na jej potreby jej neostávajú žiadne peniaze. Krúžky, pokiaľ nie sú zdarma, alebo škôlka v prírode, či výlety šikovnej Simonke nehrozia..

Martina s malou Lujzou žijú pod hranicou chudoby: 203 EUR rodičovský, rodinné prídavky 23,52 EUR. Spolu 226,52 EUR. Výživné nedostáva, lebo otec dieťaťa je násilnej povahy, preto ho do rodného listu z obavy nenapísala, tým pádom nemá žiadne právo na výživné. Pomáha jej rodina, oblečenie má 8-mesačná Lujzicka len zo zbierok oblečenia...

Milada a dnes prváčka Vaneska odišli z Náruče Senior & Junior pre dvoma rokmi, žijú na ubytovni. Milada pracuje ako pomocná kuchárka, zarobí v čistom do 400 EUR, výživné nemá priznané žiadne, lebo otec dieťaťa ju hneď, ako mu povedala, že je tehotná, bez slova opustil... K platu dostáva teda už len prídavky vo výške 23,52 EUR. Vaneska chodila na gymnastiku, avšak okrem peňazí nemala Milada ani čas vodiť malú na krúžky, lebo začínali skôr, ako ona končila v práci... V jej rodine sú veľmi slabé sociálne pomery, odtiaľ pomoc čakať nemôže. Pomáha jej však kmotrička, občas si ju na víkend zoberie, aby mohla ísť Milada na brigádu...

Osamelé matky na hranici chudoby a neraz aj pod jej hranicou však nie sú len problémom Slovenska. Už v roku 2011 na tento problém upozornil aj Európsky parlament. Už vtedy podľa Výboru pre práva žien a rodovú rovnosť predstavovali slobodné matky 5% žien v Európe.



Nevesta chudoby? Depresia!

K stále sa prehľbujúcej chudobe chudobných a rozširujúcej sa chudobe pracujúcich, je na obzore fenomén nový: nárast duševných ochorení v náväznosti na ekonomiku. Svetová zdravotnícka organizácia (WHO) už dlhodobo poukazuje na súvislosť duševného zdravia a prosperity. Jej výskumy ukázali, že človek v depresii má zníženú schopnosť dosahovať ekonomický profit. Preto ľudia s chronickou depresiou často žijú v biede. Úlohami ľudstva v treťom tisícročí nemá byť preto len eliminovanie hladu a chudoby, ale aj depresie. Podľa WHO na svete trpí duševnými poruchami viac ako 450 miliónov ľudí a len na depresiu je to viac ako 350 miliónov ľudí. Práve depresia je najrozšírenejším duševným ochorením a hlavnou príčinou invalidity. Podľa WHO bude v roku 2020 depresia spolu so srdcovo-cievnyimi ochoreniami najčastejším ochorením. Aj Slovensko zaznamenáva nárast ľudí s psychiatrickými poruchami. V roku 2015 bolo vyšetrených 406 758 osôb (231 852 žien a 174 906 mužov), čo bolo o 6,3% viac ako rok predtým. Najčastejším dôvodom na ambulantnú liečbu boli afektívne poruchy a neurotické, stresom podmienené poruchy.

Ako proti chudobe osamelých matiek?

Napriek tomu podľa správy Barbary Ma-tery, ktorú predniesla v Európskom parlamente 29.9. 2011: „Osamelé materstvo“ je často ignorovaná demografická kategória a hoci zahŕňa sociálne široký diapazón – ovdovené ženy, rozvedené ženy a slobodné matky s dieťaťom mimo manželského zväzku – nemá táto skupina žien žiadnu identifikovateľnú a viditeľnú lobby, ktorá by bojovala za všetky osamelé matky, keďže rôzne politiky môžu na každú matku vplývať ináč.“ Dôvodom „neorganizovanosti“ osamelých matiek sú nielen hospodárske a vekové rozdiely, ale aj spoločensko-zemepisné rozdiely. V Európe existujú tri prúdy politik voči osamelým matkám. V štátoch južného stredomoria (v Taliansku, Portugalsku, Španielsku a Grécku) je normálne, že široko rozvetvená rodina automaticky pomáha a podporuje osamelú matku s dieťaťom. V severnej Európe a v Škandinávii (Francúzsko, Švédsko, Nemecko, Dánsko) poskytujú štátne systémy sociálneho zabezpečenia osamelým matkám dostatočné dávky a sociálnu

pomoc. V členských štátoch východnej Európy však vládne zmes politik južnej a severnej Európy pomešaná s prezentáciou o silných rodinných hodnotách, ktoré sú však viac proklamované ako reálne. V každom prípade sú osamelé matky v Európe stále stigmatizovanou skupinou, keďže väčšina ľudí si pod nimi predstaví nezodpovedné dospievajúce dievčatá, pričom 85% osamelých rodičov v Európe sú zväčša matky vo veku 25 - 64 rokov. Faktom ale je, že hospodársko-ekonomická kríza postihuje najmä osamelé matky vo veku 25 - 40 rokov s nezaopatrenými deťmi. Osamelé matky trpia nielen platovými rozdielmi na základe rodovej nerovnosti, ale z dôvodu absencie druhého príjmu v rodine sa neraz musia zadlžiť, aby sa vôbec o deti mohli postarať. Zo štatistík tiež vyplýva, že osamelé matky v Európe, a Slovensko túto situáciu priamo kopíruje, majú nižšie vzdelanie než vydaté, čo ich do veľkej miery diskriminuje na trhu práce. Takéto matky sú potom, žiaľ, akoby predurčené na nekvalifikované a teda slaboplatené zamestnania, čím sa dostávajú do ťažšieho neriešiteľného kolotoča chudoby.

To im veľmi komplikuje zabezpečiť svojim deťom normálny štandard a tak ich deti dedia matkinu chudobu, čo ich na celý život nerovnosťou šanci znevýhodní v porovnaní s rovesníkmi.

Preto už v roku 2011 Európsky parlament odporučil členským štátom EÚ uplatňovať vo svojich politikách spôsoby boja proti nerovnostiam, ktorým čelia osamelé matky a ich deti v Európe. Tu je sumarizácia odporúčaní:

- Je nevyhnutné, aby na základe tejto správy riešili viaceré členské štáty problematiku osamelých matiek pomocou investícií a podpory výskumu v tejto oblasti a mali by iniciovať dialóg a výmenu najlepších postupov a riešení.
- Mali by sa podporovať vnútroštátne politiky, ktoré budú zaručovať nepriame dotácie na nákup potravín. Poukážky na potraviny predstavujú príležitosť pre členské štáty bojovať proti cyklickej povahe chudoby osamelých matiek
- Osamelým rodičom by sa mali poskytovať daňové úvery, ako to robia v Rakúsku, Belgicku a Holandsku

- Osamelým matkám a ich nezaopatreným deťom by sa malo umožniť využívať výhody zdravotnej starostlivosti a vyrovnať tak neprítomnosť druhého vyživujúceho rodiča
- Členský štát by mal dávať daňové úľavy a stimuly podnikom, prevádzkujúcim podnikové zariadenia dennej starostlivosti a detské jasle, ktoré osamelým matkám umožnia pracovať, kým starostlivosť a výchova detí je zabezpečená
- Daňové úľavy by mali dostať aj podniky, ktoré zabezpečujú odborné vzdelávanie osamelých matiek. Príkladom praxe by mohlo byť Holandsko, kde je starostlivosť o dieťa pre osamelú matku bezplatná.
- Členský štát by mal ponúkať na miestnej i celoštátnej úrovni pružné pracovné príležitosti pre osamelú matku (práca na čiastočný úväzok, práca z domu, práca prostredníctvom internetu)
- Osamelé matky by mali mať prednosť pri získaní cenovo dostupného bývania
- Osamelým matkám by sa mali zvýšiť príspevky nezamestnanosti pomerne

na každé dieťa, ktoré je v ich starostlivosti. Dá sa využiť príklad z Nemecka, ktoré tak už urobilo

Ako sa proti chudobe bojuje na Slovensku?

V roku 2014 naše občianske združenie Šanca pre nechcených organizovalo Medzinárodnú konferenciu Dieťa je dar, kde 150 delegátov slovenských neziskových organizácií, pracovníkov Úradov práce sociálnych vecí a rodiny a sociálnych sestier v zdravotníckych zariadeniach napísalo vláde SR a samospráve Slovenskej republiky Otvorený list s požiadavkou aplikovať tieto odporúčania EP do slovenskej praxe. Prešli 3 roky a MPSVR SR pod vedením Jána Richtera nedalo na tento list odpoveď a nezačalo do praxe aplikovať ani jedno z odporúčaní Európskeho parlamentu, hoci to minister v prejave na tejto konferencii osobne prisľúbil. Po troch rokoch ideme list ministrovi poslať znova a opätovne ho budeme žiadať, aby zabezpečil systémovejšie zmeny v pomoci osamelým matkám s deťmi v núdzi a zastavil prepádanie

sa tejto skupiny občanov do chudoby. Dá sa to. Lebo ako raz povedal Nelson Mandela: „Chudoba nie je nehoda. Podobne ako otroctvo či apartheid i chudoba je len ľudským výtvorom a preto môže byť odstránená len ľuďmi a ich činmi.“

A každý človek môže takýto čin urobiť. Každý z Vás môže pomôcť. Nie k zmene systému, ale konkrétnym deťom, ktorých mama nevláda financovanie starostlivosti o ne, tak ako kedysi Zuzana Čenková. Staňte sa individuálnym darcom, alebo daryňou cez: www.kmotricky.sk. „Staňte sa kmotrou, alebo kmotričkou, aby dieťa zostalo s mamičkou.“ Každý, kto sa zaviazal k pravidelnému mesačnému príspevku minimálne 5 EUR mesačne, dostane koncom roka 2017 originálny darček: hrnček z limitovanej edície vyrobenej špeciálne pre Šancu pre nechcených s ilustráciami Štefana Cpinu z knihy Čenkovovej deti. Ďakujeme, že pomáhate matkám s deťmi v núdzi.

Anna Ghannamová

Umením proti chudobe

Pre tému chudoby sme spojili naše občianske združenie s umením.

Chceme pomôcť nielen zviditeľniť nutnosť podpory matkám s deťmi v núdzi. Nadviazali sme spoluprácu s **TOTO! je galéria**, ktorá sústreďuje ilustrácie detských kníh slovenských ilustrátorov, aby sme verejnosť oslovili aj takouto netradičnou cestou.

Pre našu tému sme si vybrali sme Štefana Cpinu, ktorého obrázky sprevádzajú dej známeho príbehu chudobnej vdovy a matky štyroch detí Zuzany Čenkovovej, ktorý napísal Fraňo Kráľ.

O tvorbe Štefana Cpinu (1919 – 1971) hovorí zástupkyňa TOTO! je galéria Ida Želinská:

„Vždy sa na príbeh pozeral očami (detského) čitateľa: volil ľahko zapamätateľný „výtvarný slovník“, tak aby sa príbeh spojil s obrázkom a vryl sa do pamäti. Postavy, ktoré vytvoril sú realistické, tak aby ste sa ich mohli „dotknúť“. V rozprávkových ilustráciách necháva množstvo bielej plochy, čím ich robí vzdušnejšími. Ak však



Anna Ghannamová a Ida Želinská s unikátnymi hrnčekmi s ilustráciou Štefana Cpinu.

Toto!
je galéria

maľuje sociálne témy, plní papier do posledného miesta, akvarel je temnejší.“

Prvé výsledky našej spolupráce nájdete aj na titulke nášho časopisu, na ktorej je ilustrácia Štefana Cpinu. Súčasne sa nám podarilo vydražiť posledné dostupné originály ilustrácií z knihy Čenkovovej deti, pričom výťažok použijeme na podporu detí a matiek v núdzi.

Plníme sny

Vďaka finančnému daru spoločnosti Syngenta Slovensko sme zakúpili zariadenie izieb pre seniorov – 2 ks polohovateľných postelí aj s matracom, šatníkovú skriňu a nočný stolík. Všetok nábytok je špeciálne prispôsobený potrebám odkázaných seniorov a do značnej miery im poskytuje potrebný komfort.



Je skvelé, že firemná filantropia sa stala súčasťou firemnej kultúry čoraz väčšieho počtu firiem. Teší nás, že na obyvateľoch Náruč Senior & Junior niekomu záleží, a sme poctení, že im pomohla firma IMP Kontakt. Pomohli nám zabezpečiť poukážky na nákup hygienického tovaru pre mamičky, nákup darčiekov pre deti a pre našich seniorov pripravili nádherný zážitok na slávnostnom krste charitatívneho kalendára Staré zlaté časy SPOMIENKOVÉ.

IMP
KONTAKT
Industrial Machine Parts

syngenta

Obyvatelia Obyvatelia NÁRUČ Senior & Junior majú praktické sny, nepotrebnú vzdušnú zámku. Sme radi, ak nájdeme pre nich pomoc u ľudí, či firm, ktoré im ju výhodne, alebo zadarmo poskytnú.



Renatka si skúša nové čižmičky aj rolu modelky



Večne usmiatí súrodenci Renatka a Sebastián bývajú v Náruč Senior & Junior v Solčanoch už tri roky. V pokoji, bez akéhokoľvek strádania vyrastajú pri svojej mame, majú kopol seniorských kamarátov, aj kamarátov medzi spolužiakmi, sú šikovní v škole, robia radosť nielen mame, ale nám všetkým. Pekné a teplé novičičké čižmičky si nepochybne zaslúžia!

Všetci obutí! Ďakujeme CCC Slovakia, ktorá už od roku 2013 2 x do roka obúva naše mamy a deti do topánčiek podľa vlastného výberu. Dušou projektu zo strany CCC Slovakia je pani Alena Langová, ktorá si vždy nájde čas a pomáha aj pri výbere. ĎAKUJEME!

Pripravila: Alena Petrželková



kmotričky.sk

Ako pomáhajú kmotričky?

Hovorí sa, že každé novonarodené dieťa je dôkazom, že boh na nás nezanevrel. Ak to trochu pozmeníme, každá nová kmotrička je pre nás dôkazom, že ľudia nerezignovali na ľudskosť. Dobrovoľne, pravidelne a ochotne venujú svoj čas či peniaze opusteným mamám s deťmi.



Dianka aj vďaka kmotričkám mohla nastúpiť do škôlky

S tretávajú sa s mamičkami, ponúkajú im a ich deťom iný program – chodia na výlety, do kina, no pomáhajú aj pri výchove detí, ktorým pomáhajú aj to, že nie sú stále iba s mamou, ale že im pravidelne do života prichádza aj iný človek. Stretávajú sa navzájom aj s deťmi, kamarátia sa spolu. Riešia však aj špecifické problémy – napríklad logopedické ťažkosti jedného nášho dievčatka. Veľa času trávia rozhovormi, ktoré sú pre naše mamičky dôležité, pretože neboli zvyknuté o svojom živote rozprávať. Všetky svoje

ťažkosti tak znášali osamote, ani nevedeli, aký pozitívny účinok má už len to, že sa niekomu zdôveria. Nejde to vždy ľahko, ale postupne sa otvárajú, kmotričkám i novému prístupu k svojmu životu. Všetkým našim kmotričkám, či už tým, ktoré majú možnosť pomáhať osobne, ale aj všetkým neviditeľným darcom, v mene detí a ich mamičiek ĎAKUJEME! Za možnosť prispievať na projekt kmotričky ďakujeme portálu darujme.sk, darovací videt nájdete na našom webe www.kmotricky.sk

Využitie prostriedkov od individuálnych darcov – kmotričiek v roku 2016

úhrada jasí Dianka	240
úhrada jasí Kristián	220
spoločný vysávač pre matky	38,36
potravínová pomoc pre matky	312,66
hračky pre deti	215,09
úhrada jasí Dianka	246
úhrada jasí Priska	60
režijný materiál do izieb Hornbach	57,52
potravínová pomoc pre matky	60,36
úhrada jasí Dianka	60
cestovné pre matky na školenie Finačná gramotnosť	5,4
potravínová pomoc pre matky	54,27
hračky pre deti MDD	78,99
vstup Aquapark Senec	125
nákup školských potrieb pre prváčku Vivien	46,29
doplatok za bývanie - mamička Miška	34,89
vianočné darčeky pre matky s deťmi	173,55
SPOLU	2028,38 EUR



Výlet do Aquaparku Senec sme mamičkám a deťom mohli dopriať vďaka všetkým individuálnym darcom, ktorí sa rozhodli pravidelne podporovať naše mamy a ich deti, aby im trochu uľahčili život. Ide o zdanlivé maličkosti, deti však vďaka nim získavajú niečo veľmi cenné – spomienky na šťastné, normálne detstvo.



Mamičky s deťmi prichádzajú do Náruč, aj keď už bývajú samostatne, stále patria k nám a teší nás, že Náruč berú ako svoj druhý domov, kam môžu kedykoľvek prísť a podeliť sa so svojimi radostami aj ťažkosťami. Kmotričky-darkyne prispeli na školskú výbavu pre našu Vivien, ktorá bola kedysi vôbec prvým dieťaťom, ktoré sa v Náruč narodilo a dnes už je z nej prváčka. Malý Kristián je zasa vďaka kmotričkám jasličkárom. Všetky obavy, väčšie či menšie bolesti na duši s mamičkami už niekoľko rokov profesionálne a s veľkou empatiou rieši psychologička Daniela Čechová (v strede), ktorej prínos do života mamičiek je neoceniteľný a ktorá vedie aj supervízie – pravidelné spoločné stretnutia kmotričiek-mentoriek.

SENIOR má SRDCE,

ktoré je stále činné a nespí

Starobu možno zaradiť medzi najväčšie a najťažšie životné krízy. Ale aj napriek chladným definíciám sa v každom obyvateľovi našej NÁRUČE Senior & Junior skrýva stále veľký potenciál navzdory veku a s ním súvisiacimi obmedzeniami.

Tvorivosť, fantázia a inšpirácie nepodliehajú veku. Veď Tizian maľoval najkrajšie obrazy svojho života v pokročilom veku, najkrajšie námestie na svete vytvoril starý Michelangelo, a nezabudnime na Picassa, ktorý takmer horúčkovo vytvoril najlepšie diela blížiac sa k deväťdesiatke. Človek potrebuje len „nakopnúť“, skúsiť, niečo, čo nikdy neurobil, zmeniť predstavu či názor na zariadenie, ktoré väčšina seniorov vníma ako stanicu, z ktorej viac nepôjde

žiaden vlak. Pokúsme sa aj my uveriť, že s naším pričinením sa aj toto životné obdobie a ponurá stanica dá zmeniť. Nikdy to nebude najkrajšia časť života, vždy to bude jedna z najťažších životných kríz, ale aj tie sa dajú prekonať. Štartovací gombík máme v rukách my, personál, rodina, dobrovoľníci. Chybný ťah môže viac poškodiť ako pomôcť. Je to dlhá cesta, no v cieľi je výsledok obohatením nielen pre seniora, ale i pre človeka ktorý sa oň stará.

Využime potenciál sivej generácie, nájdime hodnoty, dbajme na individualitu. Nedopustíme, aby hrubosť, neochota, antipatia viedla naše kroky k posteli človeka, ktorý tak veľmi potrebuje pravý opak – oberieme ho svojou prítomnosťou o možno poslednú nádej. Mozog a pamäť majú svoje vrtochy, myseľ je zahmlená, ale senior má srdce, ktoré je stále činné a nespí.

Čo však keď ľudia, ktorí pracujú so seniormi, sa zdajú byť starší ako seniori



Veľmi účinným prostriedkom motivácie je priame zapojenie seniorov do bežných činností. V Solčanoch ochotne pomáhali pri pečení vianočného pečiva.



Kamarátky cez celé storočie - seniorku pani Vilmu a malú Laurinku delí od seba viac ako 102 rokov!



Oslava Dňa seniorov



Seniorky sa dobre zabavia aj pri príprave darčiekov (levanduľových srdiečok) pre svojich príbuzných



V Náručí záchranu sú vítaní aj zvierací priatelia



Jedinečný projekt sme rozbehli so ZŠ Beňovského: Hľadáme kamoša na dopisovanie, zn. +/- 70 rokov. Ide o dopisovanie si 10 ročných štvrtákov s našimi seniormi. Veľmi si rozumujú, seniori sa neskutočne na listy od detí tešia a deti tiež. Ešte o tomto projekte dáme vedieť!

sami? Venovať sa druhým nie je vždy vďačné. Niekedy je to náročné, dokonca frustrujúce. Vyžaduje si to mnoho energie a vnútornej sily. Ale ak sme si vybrali túto cestu, treba odhodlane kráčať ďalej, nezištné a bez vypočítavosti byť tu pre človeka, ktorý nás potrebuje. Senior je zväčša inštitucionalizovaný nedobrovoľne, a tak nemožno očakávať, že bude hneď zžitý s prostredím, potrebuje čas a už toľkokrát spomínané vľúdne prijatie a pomoc pri adaptácii. Aj my sami, keď sa ocitneme v neznámom prostredí, očakávame od druhých záujem o nás, pochopenie, opakovanie toho, čomu sami nerozumieme. Čakáme, že keď to budeme potrebovať, tak nám niekto pomôže. Zároveň ale s troškou nedôvery premýšľame, kto to bude. Dôležité je vedieť, že občas stačí len počúvať a byť prítomný (Kľetová, Dlabalová, 2008). V tejto súvislosti Lohne cituje seniorov, ktorí sa mu vyspovedali z toho, čo ich najviac ťaží: „Som ľudská bytosť, ktorá tým, čo vytvorila počas svojich produktívnych rokov pre spoločnosť, po-

mohla vytvoriť miesto v živote svojej generácie a generáciám, ktoré budú nasledovať. Bol by som rád, keby so mnou zaobchádzali s ohľaduplnosťou a s úctivosťou tak, ako som sa aj ja vždy snažil zaobchádzať s druhými. Vždy som bol niekto. Pre mnohých ľudí som niečo znamenal. Pre svoju ženu, pre svoje deti, pre svoju matku,

svojho otca, pre svojich priateľov. Ak uplynulé roky neboli ku mne veľmi milosrdné, neobviňujte ma prosím za to, že dobre nevidím, že nepočujem, že trúsím jedlo, že som už nesústredený. Často potrebujem pomoc. Som chorý, aj keď nechcem. Mohol by som ti byť starým otcom. Jedného dňa budeš ako ja. Trošku dobrotivosti, vľúdnych slov a uznanie, že ešte stále vo mne vidíš osobu a nie vec, to je všetko, o čo žiadam.“

Stanislava Bartošová, sociálna pracovníčka CSS NÁRUČ Senior & Junior Dúbravka

citácie, parafrázovanie:
- LOHNE, A.: Zajtrašok sa začína už dnes. Praha: Advent, 1991, s. 109.
- KĽETOVÁ, D., DLABALOVÁ, I.: Motivační prvky při práci se seniory. 1. vyd. Praha: Grada, 2008, s.202



Tanečno-pohybová terapia v Solčanoch dá seniorom niekedy aj zabráť, ale nemení by za nič ne svete.



Krstnou mamou kalendára, ktorý sme pokrstili vlastnoručne vypestovanou levanduľou sa stala šarmantná herečka a speváčka Eva Pavlíková.

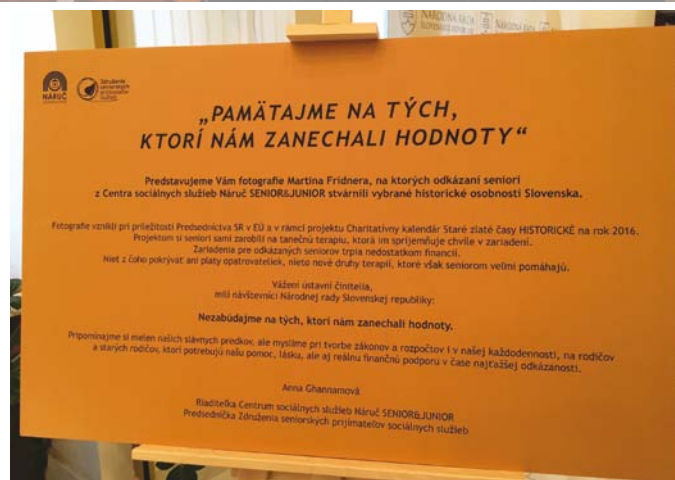
Pokrstili sme charitatívny kalendár staré zlaté časy SPOMIENKOVÉ

Vybrali sme tie najkrajšie fotografie z predchádzajúcich ročníkov a opäť vznikol unikátny kalendár, ktorý priniesol našim odkázaným seniorom tanečno-pohybovú terapiu.



Fotoplátna z kalendára sme využili aj na výstavu vo vestibule nášho parlamentu, aby sme aj poslancov upozornili na neférové financovanie sociálnych služieb pre odkázaných seniorov.

Pohyb a tanec dokážu spomaliť starnutie organizmu, vhodne vybrané cvičenia na koordináciu, flexibilitu, priestorovú orientáciu podporujú zdravé fungovanie aj vo vyššom veku. Stretnutia prebiehajú v skupine, senior je opäť začlenený, vnímaný a prijatý druhými, je opäť súčasťou skupiny a to podporuje vzájomný sociálny kontakt a zmierňuje strach zo samoty. Veľmi



viditeľná je aktivizácia, zlepšenie pozornosti, bdelosti, a zlepšenie nálady – humor a smiech sú prítomné na každom stretnutí. Vďaka pohybu si seniori znovu uvedomujú svoje telo a zážitky s ním spojené, to im prináša znovuobjavenie JA a pocit integrácie. Pohyb a tanec im pomáhajú ventilovať energiu, napätie. Seniori si tak posilňujú vlastnú sebahodnotu a dôležitosť – cez vedenie a zdieľaný pohyb, majú aj priestor na zdieľanie spomienok cez pohybovú metaforu. Toto sú výsledky tanečno-pohybovej terapie pre seniorov, ktorú sme mohli zrealizovať vďaka charitatívnym kalendárom v minu-



Za to, že kalendár mohol opäť vzniknúť ďakujeme spoločnostiam: Kováč Transport, Jolly Joker, IPOS kancelárske potreby, AMS, Neudoerfler.

lých rokoch: Staré zlaté časy, Staré zlaté časy ROZPRÁVKOVÉ, Staré zlaté časy HISTORICKÉ. Kalendáre vznikli vďaka unikátnym fotografiám Martina Fridnera, ktorý svojou energiou, empatiou a jedinečným umeleckým videním pretvoril obyvateľov Náručí SENIOR&JUNIOR v Bratislave, aj v Solčanoch na rozprávkové bytosti,

historické osobnosti, či ich vrátil do 30-tych rokov minulého storočia. Preto sme veľmi radi, že aj rok 2017 obohatíme našich seniorom tanečno-pohybovou terapiou vďaka kalendáru Staré zlaté časy SPOMIENKOVÉ a pošlieme tak ich spomienky aj v ich starobe.

Alena Petrželková



Pomôžte s nami odkázaným seniorom Vašimi 2%!

NÁRUČ Senior & Junior občianske združenie
Fedáková 5
841 02 Bratislava
IČO: 30856515

(Žiadne iné údaje, ani číslo nášho účtu nepotrebuje.)

Podnikatelia - vpište poukázanie priamo do daňového priznania
Zamestnanci - vypýtajte si od zamestnávateľa ročné zúčtovanie, vyplňte Vyhlásenie s našimi údajmi, ktoré nájdete na www.cssnaruc.sk a pošlite spolu s potvrdením o zaplatení dane na Daňový úrad v mieste vášho bydliska.

ĎAKUJEME!

V roku 2016 sa nám podarilo:

- ✓ postarali sme sa o **208** odkázaných seniorov
- ✓ zrealizovali sme **2** projekty pre odkázaných seniorov – Adoptuj si starých rodičov a Seniordance
- ✓ vydali sme **1** charitatívny kalendár s fotografiami našich seniorov Staré zlaté časy SPOMIENKOVÉ
- ✓ vydali sme **2** čísla sociálneho občasníka Šanca SENIOR&JUNIOR



Známe osobnosti pre HNIEZDO

Taká atmosféra, akú dokážu vyčarovať herci na Vianočných trhoch na Hlavnom námestí v Bratislave, sa len tak nevidí! Ady Hajdu, Karin Haydu, Martin Mňahončák, Lenka Šóošová, Andrea Belányiová, Natália Puklušová, Dominika Kavaschová, Thomas Puskaier predávali medovníkové bábká a pre Hniezda záchrany získali 1149,50 EUR. Víťaz-

kou medzi predávajúcimi sa stal nováčik - moderátorka Andrea Belányiová, ktorá predala najviac medovníčkov. Thomas Puskaier aj zaspieval, celú akciu moderátorsky fantasticky doplnil Richard Vrablec. Za darčeky do dražby ďakujeme firme Bel-la.sk. Spolu s dražbou sme na Hniezda záchrany vyzbierali 1290,03 EUR, ĎAKUJEME!



Text a foto: Alena Petrželková

JÁN LEBIŠ ... pro děčka to musí bejt svanda

Trvanie výstavy | 16. 2. — 28. 4. 2017



V TOTO! je galéria
tam, kde nájdete iba originály ilustrácií — tých
krehkých obrázkov k príbehom, ktoré ste tak radi
čítali, keď ste boli deti a aj teraz, už so svojimi deťmi.

Ilustrácia: Ján Lebiš,
Jean de la Fontaine: Bájky,
Mladé letá (1965)

TOTO! je galéria | Moskovská 29, Bratislava, Slovensko
www.totojegaleria.sk | www.facebook.com/TOTOkulturneihrisko

Partner výstavy
fond
na podporu
umenia

u.

PO KVAPKÁCH MAĽUJEME RUŽOVÝ SVET



Každý deň môže byť ružovejší, ak v sebe nájdeme silu pomáhať.
Aspoň po kvapkách.

Podporujeme OZ Šanca pre nechcených.

Lucka[®]
Tvoj vodný anjel