

Ročník IX.

INFORMÁTOR ASOCIÁCIE POLIO V SR

Z obsahu:

- Republikové zhromaždenie delegátov SZTP
 - Štatút AP v SR
- Zhodnotenie akcií AP v SR v roku 2004

2/2004
november



*Prajeme všetkým našim členom
a ich blízkym pokojné vianočné sviatky
a v novom roku 2005 veľa zdravia,
osobných a pracovných úspechov!!!*



Rada Asociácie polio v SR



*Spravodlivosť bez lásky robí človeka tvrdým.
Pravda bez lásky robí človeka kritickým.
Múdrosť bez lásky robí človeka prešibaným.
Prívetivosť bez lásky robí človeka pokryteckým.
Poriadok bez lásky robí človeka malicherným.
Postavenie bez lásky robí človeka domýšľavým.
Dôstojnosť bez lásky robí človeka pyšným.
Majetok bez lásky robí človeka lakomým.
Viera bez lásky robí človeka fanatickým.
Nádej bez lásky robí človeka pasívnym.
Zbožnosť bez lásky robí človeka farizejom.
Úcta bez lásky robí človeka poníženým.
Opatrnosť bez lásky robí človeka bojazlivým.
Sila bez lásky robí človeka nebezpečným.
Život bez lásky je nezmyselný.*

Informátor Asociácie polio v SR

Vydáva a bezplatne rozširuje pre svojich členov a priaznivcov AP v SR

Zostavila: Ing. Alica Suchá
Grafická úprava: Sofi-Senková
Vytlačil: Kartprint

Republikové zhromaždenie delegátov SZTP

Dňa 11. júla 2004 sa konalo Republikové zhromaždenie delegátov SZTP v Leviciach.

Z uznesenia RZD SZTP:

RZD berie na vedomie:

1. *Zoznam členov Republikovej rady SZTP, ktorí boli schválení jednotlivými KR a RŠO*

pp. Števo Miroslav, kraj Bratislava

Stejskalová Anna, kraj Nitra

Bilčíková Mária, kraj Trnava

Masárová Janka, Mgr. kraj Trenčín

Antalová Mária, kraj Žilina

Gutten Vladislav, kraj Banská Bystrica

Prídmanská Drahoslava, kraj Košice

Olejárová Anna, kraj Prešov

Franko Viliam, RŠO SZTP TĽP vodičkárov

Suchá Alica, Ing., RŠO SZTP Asociácia polio

2. *Zoznam členov RKK SZTP, ktorí boli schválení jednotlivými KR a RŠO:*

pp. Trenčíková Mária, kraj Bratislava

Molnárová Edita, kraj Nitra

Vizváryová Otília, kraj Trnava

Barišová Mária, Ing., . kraj Trenčín

Ťapák Miroslav, kraj Žilina

Adamcová Zuzana, kraj Banská Bystrica

Kelbel Pavol, kraj Košice

Kokoruďová Zlatica, kraj Prešov

Andorová Danica, RŠO SZTP TĽP vodičkárov

Šebianová Jana RŠO SZTP Asociácia polio

Na základe verejného hlasovania delegátov s hlasom rozhodujúcim pani Ing. Monika Vrábľová bola jednohlasne zvolená za predsedníčku SZTP na volebné obdobie r. 2004 - 2008.

Podakovanie sponzorom

Do 30. októbra sme dostali tieto sponzorské dary:

- ☐ OPTIK Petrik – vecný dar v hodnote 2 855 Sk,
- ☐ DEA CONSUL Trenčín – peňažný dar v hodnote 5 000 Sk,
- ☐ AXESS Bratislava - peňažný dar v hodnote 5 000 Sk,
- ☐ Zdravotná poisťovňa Apollo - vecný dar,
- ☐ T.O.D., s.r.o. - vecný dar,
- ☐ Slovnaft Bratislava, a.s. - vecný dar,
- ☐ Odborový výbor Slovnaft, BA, a.s. peňažný dar v hodnote 2 000 Sk,
- ☐ Commer Bank Slovakia - vecný dar.

Všetkým uvedeným sponzorom úprimne ďakujeme!

PRÍJMY Z DANE Z PRÍJMOV

Ako všetci vieme, za rok 2003 mali možnosť všetky fyzické a právnické osoby venovať zo svoje dane z príjmov 2 % určitým subjektom, ktoré boli zaregistrované. Medzi takéto subjekty patrí aj naša asociácia. Prostriedky, ktoré sme dostali, dosiahli sumu 237 658 Sk. Úctyhodná suma, ktorej sme sa veľmi potešili, pretože sme ihneď z nej uhradili poplatky za SRK Širava. Zvyšné prostriedky použijeme na víkendové stretnutie a ďalší sociálno-rehabilitačný kurz v roku 2005.

Nemôžeme zaspáť na vavrínoch, ak chceme naďalej existovať. Preto hurá do presvedčovania znova, aby sme aj na budúci rok zožali peknú úrodu v podobe 2 % z dane z príjmov.

Touto cestou ďakujeme všetkým našim členom, ktorí zmobilizovali svojich príbuzných, priateľov, spolupracovníkov a známych, aby ich presvedčili na tento skutok. Vieme, že to nie je ľahké a preto vám úprimne %ďakujeme, že ste prispeli k tomu, aby naša činnosť mohla pokračovať ďalej.

Ďalej vyslovujeme vďaku aj všetkým neznámym fyzickým a právnickým osobám, ktoré poskytli 2 % z dane z príjmov Asociácii polio v SR. Pomohli ste dobrej veci. Ešte raz srdečná vďaka.

Rada Asociácie polio v SR

Upozornenie pre členov Asociácie polio

Milí členovia AP! Dovoľujeme si vás upozorniť, aby ste si skontrolovali, či máte zaplatené členské príspevky. Členom, ktorí nemajú zaplatené príspevky za posledné tri roky, nebudeme posilať Informátor, ani nebudeme prispievať na účasť na našich akciách.

Pre vašu informáciu za rok 2004 zaplatilo členské príspevky len 143 členov, čo je asi 40 % z celkového počtu.

Účet máme v Slovenskej sporiteľni Bratislava, pobočka Páříčkova ulica, číslo účtu **0173146980/0900**. Vklad na účet je pre vás bez poplatku!

Zasa niečo o post-poliomyelitickom syndróme

Očkovanie proti poliomyelitíde viedlo k radikálne zníženiu výskytu jej najťažších, paralytický foriem (o 99%) a postupom rokov k prakticky úplnej eradikácii infekcie v sociálne a ekonomiky rozvinutých krajinách mierneho klimatického pásma. Dokončila sa veľkoryso založená akcia Svetovej zdravotníckej organizácie, pri ktorej boli očkované všetky deti v rozvojových krajinách, ktorá mala priniesť celosvetovú eradikáciu poliomyelitídy do roku 2000. Ako sa ukazuje, problém poliomyelitídy pokračuje aj po likvidácii infekcie.

Od konca sedemdesiatych rokov sa začali v odbornej literatúre objavovať správy o zdravotných problémoch postihnutých ľudí, ktorí pred mnohými rokmi prekonali paralytickú formu poliomyelitídy. V roku 1984 sa vo Warm Springs Institute for Rehabilitation, najväčšom zariadení pre liečbu následkov poliomyelitídy v Spojených štátoch (pôvodný hotel kúpil a na liečebné zariadenie dal v r. 1926 prebudovať F.D. Roosevelt, ktorý sám ochorel paralytickou formou polio v r. 1921, vo svojich 39 rokoch), konala prvá konferencia o neskorších následkoch polio. V r. 1994 potom New York Academy of Sciences organizovala veľké medzinárodné stretnutie, z ktorého vyšiel materiál nazvaný „The post-polio syndrom: Advances in the pathogenesis and treatment“ (*Post-polio syndróm“ Pokroky v patogenéze a liečbe*). Oneskorené problémy osôb, ktoré kedysi úspešne prekonali poliomyelitídu, tak dostali meno a stali sa oficiálne uznanou chorobou.

Post-poliomyelitický syndróm je charakterizovaný svalovou únavou, zníženou vytrvalosťou spojenou často so svalovou ochabnutosťou, fascikuláciami a atrofiou svalov. Syndróm sa vyskytuje mnoho rokov po prekonanej paralytickej poliomyelitíde a zasahuje najmä starších a v počiatočnej fáze viac postihnutých pacientov.

Američan prof. Lauro S. Halstead, ktorý sa problematiku zaoberá a je sám syndrómom postihnutý, popisuje vlastné skúsenosti takto: „Nakazil som sa polio, keď som v roku 1954 ako práve začínajúci študent medicíny cestoval po Európe. Mal som

18 rokov. V priebehu šiestich mesiacov liečenia som vystriedal železné pľúca, vozík a podpery nôh, až som dosiahol stav, kedy som sa mohol pohybovať bez akejkoľvek podpory. Moja pravá ruka zostala ochrnutá, ale inak sa mi celkom vrátila svalová sila a celková zdatnosť. Vrátil som sa na internát, naučil sa písať ľavou rukou, začal hrať squash. K tretiemu výročiu uzdravenia som vystúpil na japonská horu Mount Fuji (výstup 12 tisíc stôp). Díval som sa na východ slnka a myslel som si: polio je za mnou, definitívne som ju prekonal. Potom nasledovali ďalšie horolezecké výstupy a roky fyzicky náročného života. Spomienka na polio sa zasúvala stále hlbšie. Pred niekoľkými rokmi som znovu začal pociťovať slabosť v nohách. Ako sa v priebehu niekoľkých mesiacov zväčšovali, z človeka, ktorý pestoval jog-ging a z cvičných dôvodov dokázal vybehnúť šesťposchodové schodisko, som sa dostal do stavu, kedy celú pracovnú dobu trávim na vozíku.“

Syndrómom sú síce postihnutí prevažne pacienti, ktorí pôvodne prekonali ťažkú paralytickú formu polio, ale i niektorí z tých, u ktorých akútna infekcia prebiehala mierne. Nástup nových ťažkostí býva postupný, ale u niektorých pacientov je zjavne viazaný na určité príhody - mierne úrazy, pády, dlhší znehybňujúci pobyt na lôžku, chirurgický za krok. Pacienti pritom uvádzajú, že podobné príhody v minulých rokoch prekonali bez akýchkoľvek následkov. Výskyt syndrómu je možné len odhadovať: niektoré štúdie uvádzajú, že k nemu dochádza u 40% pôvodne postihnutých osôb.

Syndróm nemožno jednoznačne objektívne diagnostikovať: laboratórne testy (vyšetrenie krvi, svalová biopsia, EMG záznam svalovej aktivity) dávajú rovnaké výsledky u osôb, ktoré prekonali polio, či sa u nich objavujú príznaky post-poliomyelitického syndrómu, alebo nie. Najvýraznejším príznakom je obnovenie progredujúcej svalovej slabosti po rokoch normálnej funkcie. K tomu ale môže dôjsť aj pri znížení fyzickej aktivity vekom. K obrazu patri i únava, strata rôznych schopností podmienených normálnej výkonnosti svalov, bolesti vo svaloch a kĺboch atď. Dosť často (asi u 40% pacientov) sa objavuje zlé znášanie chladu. Vývoj príznakov je väčšinou pomerne pomalý a prognóza dobrá - pokiaľ nedôjde k postihnutiu hltacích alebo dýchacích svalov.

Doteraz sa nevie, prečo syndróm postihne konkrétnu osobu, zatiaľ čo inú, pôvodnou infekciou i horšie postihnutá, nie. Začína sa ale rysovať celkový obraz, patogenetických súvislostí.

Vírus polio s mimoriadnou selektivitou napadá motorické neuróny v predných rohoch miechy. V typických prípadoch ochorenia je infikovaných 95 % neurónov v mieche a ďalšie v mozgu. Časť infikovaných neurónov zahynie, časť sa zotaví. Tie, ktoré sa zotavia, vytvárajú si nové terminálne axóny, vedúce nervové signály ku svalovým vláknam.

Vytvárajú sa i nové nervové spojenia k svalovým vláknam, pôvodne inervovaným axónmi odumretých neurónov. Vznikajú pritom mimoriadne veľké neurónové „motorické jednotky“: zatiaľ čo za normálnych podmienok jeden neurón inervuje asi tisíc

svalových buniek, v procese reparácie poškodenia spôsobenej infekciou sa tento počet zvyšuje na 5 až 10 tisíc. Zvyškové neuróny sú teda zaťažované podstatne viac než pôvodné. Druhým kompenzačným mechanizmom je zväčšovanie svalových buniek, pokiaľ sú pravidelne zaťažované tréňované). Súčinnosťou oboch mechanizmov sa dosahuje plné obnovenie svalovej funkcie tu osôb, u ktorých bolo pôvodne zničených 50 % všetkých motorických neurónov. Reparačný proces ale nikdy nie je definitívny: nepretržite dochádza k stratám a obnovovaniu jednotlivých axónov. Ak sa tempo „remodelovania“ spomalí (resp. niektoré axóny nie sú obnovené), začne sa vyvíjať post-poliomyelitický syndróm. Pre tento výklad svedčí rad nálezov získaných pri bioptických a elektromyografických vyšetreniach svalov a tiež skutočnosť, že aspoň u niektorých pacientov sa darí odstrániť svalovú slabosť a vývoj únavového syndrómu podávaním pyridostigmina (ktorý zvyšuje účinnosť acetylcholínu, neurotransmiteru, prenášajúceho signály z nervového zakončenia na svalovú bunku).

Samozrejme, porucha prenosu nervových signálov v synaptickej štrbine môže byť bezprostredným mechanizmom vzniku post-poliomyelitického syndrómu. Stále ale zostáva otvorená otázka pôvodnej príčiny. Najjednoduchším hypotetickým vysvetlením je únava dlhodobou preťaženosťou neurónov obrovských „motorických jednotiek“.

Niektoré pracovné skupiny však u osôb, ktoré prekonali polio, zistili aj inú anomáliu: určitá časť neurónov v predných rohoch miechy je u nich zreteľne zmenšená oproti norme. Je možné, že je to dôsledok poškodenia infekciou a že poškodené neuróny skôr odumierajú.

Treba tiež prihliadať na to, že k zníženiu aktivity motorických neurónov fyziologicky dochádza s vekom (po 60. roku). Pretože post-poliomyelitický syndróm vzniká 30-40 rokov po prekonanej infekcii, u niektorých pacientov sa môžu oba procesy prekryvať. Avšak vek nie je pri vzniku syndrómu rozhodujúcim faktorom - kľúčový význam má interval medzi vznikom akútnej infekcie a vznikom neskorších ťažkostí.

Prírodzene vzniká i otázka možnosti dlhodobej perzistencie (pretrvávania) vírusu v organizme. V mozgomiešnom moku postihnutých osôb boli v niektorých laboratóriách dokázané fragmenty DNA, podobné DNA vírusu polio, ale ide o zlomky bez akéhokoľvek „infekčného potenciálu“, ktorých význam je zatiaľ celkom nejasný.

Syndróm je spojený s vážnymi psychickými a sociálnymi komplikáciami. Ľudia, ktorí (spravidla za cenu dlhého a veľkého úsilia v systematickom cvičení) úspešne prekonali obrny po akútnej poliomyelitíde, mali roky pocit istoty. Návrat choroby, resp. ich neskorších následkov po niekoľkých desaťročiach normálneho života, pre nich znamená prechod zo stavu plných, prípadne len mierne znížených schopností, do stavu doživotnej invalidity. Je pochopiteľné, že to môže vyvolať zlobu, zatrpknutosť a zúfalstvo. Poliomyelitida vo vedomí väčšiny ľudí - lekárov nevynímajúc - patrí do minulosti a záujem o pacientov, ktorí ju pred mnohými rokmi prekonali (samozrejme, pokiaľ netrpia trvalými následkami), mizne. Preto je dobre si uvedomiť, že sú

ľudia ohrození post-poliomyelitickým syndrómom a že môžu potrebovať pomoc. Po-
kiaľ ide o čisto odborné postupy, prioritu má kvalifikovaná rehabilitácia.

Spracovala: MUDr. Zuzana Baranová

Koenzým Q10

V roku 1957 objavil dr. F. Crane z Wisconsinu pri analýze mitochondrií z bu-
niiek hovädzieho srdcového svalu oranžovú molekulu neznámej funkcie. V rov-
nakom roku urobil v Liverpoole podobný nález v bunkách z rôznych druhov živo-
číchov a kvasiniek dr. Morton. Skoro sa ukázalo, že ide o rovnakú látku, z che-
mického hľadiska chinón. Pr svoju všeobecnú prítomnosť v bunkách dostala ná-
zov **ubichinón**, a po zistení jej podielu na enzymatických procesoch v bunkách
označenie **koenzým Q** (CoQ). Neskôr sa z rýdzo praktických dôvodov zaviedlo aj
označenie vitamín Q: pacientom ani lekárom nie je termín koenzým príliš blízky.
Niektorí ho chápu rovnako ako enzým, čo nie je správne. Aj keď enzýmy sú dnes
v medicíne etablovaným prostriedkom prevencie a liečby viacerých chorôb, vo
všeobecnom podvedomí je blahodárny význam vitamínov zafixovaný naďalej
a pevnejšie.

Ako je všeobecne známe, mitochondrie sú miestom oxidačného metabolizmu
buniek. Sú to tzv. „bunkové elektrárne“. V mitochondriách sa tvorí vyše 90 %
adenosintrifosfátu (ATP), základného zdroja energie nevyhnutného pre život bu-
niiek. Na jej tvorbu je nevyhnutná prítomnosť práve koenzýmu. Rôzne formy
ubichinónu možno v rôznom množstve nachádzať vo všetkých živých bunkách,
ale len jediný ubichinón je bezprostredne významný pre človeka – Q10. Ľudský
orgnizmus nemôže priamo využívať ubichinóny 1-9, ale ich transformáciou v pe-
čení si vie Q10 vytvoriť.

Ubichinón Q10 je obsiahnutý v rôznych potravinách: v sójovom
oleji 9,2 mg/100 g , v sardinkách 6,4; v makrelách 4,3; v hovädzom mäse 3,1;
v kuracom mäse 2,1; v celozrnných produktoch 2,5; v špenáte 1,0; v brokolici
0,7 atď. Vyvážená strava by z hľadiska príjmu Q10 mala byť predovšetkým roz-
manitá.

Ale aj keď obsah Q10 v potrave je menej ako optimálny, ľudský organizmus rieši
tento problém transformáciou „nižších“ ubichinónov v pečeni. Problém je
v tom, že táto schopnosť pečene s znižuje chorobami a hlavne starnutím. To je
obdobie, kedy ani seberozmanitejšia strava nestačí zabezpečiť dostatočnú hla-
dinu sQ10 v organizme,. Zdá sa logické spájať únavu a zvýšený výskyt

kardiovaskulárnych chorôb práve so zníženou schopnosťou tvoriť dostatok energie v bunkách, t. j. s deficitom Q10.

Keď Crane zvolí srdcový sval ako tkanivo vhodné preč výskum mitochondrií a práve v jeho bunkách objavil oranžovú molekulu, bola to možno intuícia, možno premyslená voľba. Pretože práve srdcový sval má vysoké nároky na výrobu energie a obsah Q10 pri **chronickom srdcovom zlyhaní**. To už v roku 1965 v Japonsku overoval dr. Yamamura. Bola to vôbec prvá klinická štúdia s Q10. Na sympóziu o Q10 v roku 1994 už bolo referované o výsledkoch liečby u asi 2 500 pacientov. V jednotlivých klinických štúdiách bol zistený deficit Q10 u 20 % až u 75 % pacientov s kardiovaskulárnymi chorobami. Pacienti na prívod Q10 odpovedali zlepšením srdcovej funkcie a vyšším prežívaním. S klinickým zlepšením súviselo zvýšenie hladiny Q10. Predpokladá sa, že náprava deficitu Q10 jeho podávaním priaznivo ovplyvňuje bioenergetické mechanizmy v srdcovom svale.

Inou veľkou oblasťou záujmu výskumu venovaného Q10 je **starnutie**. Popri význame Q10 pri tvorbe energie v bunkách sa kladne uplatňuje aj jeho antioxidačné pôsobenie. Aj keď práve v problematike starnutia treba k prenosu poznatkov z experimentálnych modelov na človeka postupovať veľmi opatrne, zaujímavá je skutočnosť, že myši, ktorým bol podávaný Q10, prežívali o viac ako polovicu dlhšie ako kontrolná skupina. Opakované štúdie potvrdili, že aj u ľudí s vekom klesá množstvo Q10 v organizme. Ale podskupina osôb starších ako 90 rokov, ktoré stále boli na vrchole svojich mentálnych schopností, boli zistené vyššie hladiny Q10, ako u ich menej výkonných vrstovníkov.

Ďalšou, možno neočakávanou oblasťou intenzívneho sledovanie liečebných účinkov Q10 je **stomatológia**. Už v roku 1971 bolo zistené, že nedostatok Q10 v ďasnách je všeobecný nález u pacientov trpiacich na paradontózu. V klinických štúdiách bolo zistené, že i krátkodobé dodávanie Q10 spomaľuje, alebo aj zastavuje torbu degeneračných zmien sliznice ďasien, spôsobenej zápalom a znižuje krvácanosť ďasien. Bola pri tom zistená lineárna závislosť efektu na dávke: 100 mg CoQ/d bolo účinnéjšie ako 30 mg/d. Koenzým Q10 sa pravdepodobne uplatňuje predovšetkým svojim kladným pôsobením na aktivitu imunitného systému. Súhrnne je možné Q10 považovať za bezpečnú doplnkovú zložku komplexnej liečby rôznych chorôb.

Keď bola na zdravých dobrovoľníkoch meraná biologická dostupnosť štyroch rôznych galenických foriem Q10, najvyšší mal prípravok, v ktorom je Q10 emulgovaný v sójovom oleji (**Bio-Chinon**).

Spracovala: MUDr. Zuzana Baranová

Štatút Asociácie polio v Slovenskej republike

Čl. I.

Základné ustanovenia

1. Názov: Slovenský zväz telesne postihnutých
Asociácia polio v Slovenskej republike
2. Oficiálna skratka: AP v SR
3. Sídlo: Púpavová 24. 841 04 Bratislava
4. AP v SR je samostatnou organizačnou jednotkou SZTP s právnou subjektivitou.

Čl. II.

Poslanie a cieľ činnosti

1. Asociácia polio v Slovenskej republike (ďalej len „AP v SR“) je celorepublikový, dobrovoľný, humanitný a nepolitický subjekt. Je právnickou osobou s právnou subjektivitou v zmysle stanov Slovenského zväzu telesne postihnutých ako republiková špecifická organizácia (RŠO).
2. Základným programom a cieľom Asociácie polio v SR je ochrana záujmov skupiny obyvateľov Slovenskej republiky postihnutých následkami po poliomyelitíde, nepretržité odborné vystupovanie pri formovaní a tlmočení ich oprávnených požiadaviek a pomoc pri riešení ich sociálnych, ekonomických, zdravotných, pracovných a spoločenských potrieb a záujmov.
3. Cieľom Asociácie polio v SR pri riešení životných podmienok jej členov je:
 - ❖ Sústavná integrácie do spoločnosti a priama aktívna účasť na vytváraní vlastného sociálneho postavenia
 - ❖ analýza spoločenského a právneho postavenia,
 - ❖ celoslovenská a regionálna koordinácia sociálnej, liečebnej a pracovnej rehabilitácie,
 - ❖ rozvoj aktivity, solidarity, komunikácie, informovanosti a vzájomnej pomoci,
 - ❖ zabezpečenie primeranej celoslovenskej a regionálnej starostlivosti,
 - ❖ vytvorenie informačného databázové súboru pre Asociáciu polio, vrátenie databanky s nevyhnutnými údajmi o postihnutých občanoch v nadväznosti na pripravovaný automatizovaný administratívny systém v SR,
 - ❖ zabezpečenie informačnej a publikačnej činnosti v rámci Informátora Asociácie polio v SR v masmédiách,
 - ❖ medzinárodná spolupráca s asociáciami poliomyelitikov.

Čl. III.

Predmet činnosti

1. Sociálne poradenstvo, sociálne služby, sociálna prevencia, sociálna starostlivosť, sociálno-rehabilitačné služby v zmysle platných právnych predpisov.
2. Programy sociálnej rehabilitácie a rekondície.

3. Pomoc pri obstarávaní ortopedických, protetických a kompenzačných pomôcok.
4. Činnosť zameraná na odstraňovanie architektonických bariér.
5. Pomoc pri pracovnom uplatnení členov v nadväznosti na zdravotný stav.
6. Kultúrno-spoločenské aktivity, rekreácia a šport.
7. Informačná, publikačná a propagačná činnosť.

Čl. IV.

Členstvo

1. Riadnym členom Asociácie polio v SR, sa môže stať:
 - a) každý občan, ktorý má následky po poliomyelitíde,
 - b) rodinný príslušník občana s následkami po poliomyelitíde,
 - c) priateľ a priaznivec Asociácie polio v SR,
 - d) cudzí štátny príslušník, ktorý zaplatí členský príspevok a súhlasí so štatútom a programom Asociácie polio v SR.
2. Členstvo vzniká:
 - a) u občana, ktorý má následky po poliomyelitíde, dňom doručenia jeho prihlášky Rade Asociácie polio v SR a zaplatením členského príspevku,
 - b) u ostatných občanov na základe ich žiadosti o členstvo, po kladnom rozhodnutí Rady Asociácie polio v SR a zaplatení členského príspevku.O prijatí za člena rozhoduje Rada Asociácie polio v SR. Dokladom o prijatí za člena je členský preukaz, evidenčný list a zaplatený členský príspevok.
3. Členstvo zaniká:
 - a) dobrovoľným vystúpením z Asociácie polio v SR po doručení oznámenia o vystúpení Rade Asociácie polio v SR,
 - b) vylúčením - dňom doručenia písomného rozhodnutia Rady Asociácie polio v SR o vylúčení člena,
 - c) úmrtím člena,
 - d) zánikom Asociácie polio v SR.
 - e) neplatením členských príspevkov po dobu dlhšiu ako 3 roky,

Dôvodom na vylúčenie člena môže byť sústavné alebo hrubé porušovanie Štatútu a poškodzovanie dobrého mena Asociácie polio v SR, ako aj konanie člena v rozpore s dodržiavaním dobrých medziľudských vzťahov.

Čl. V.

Práva a povinnosti členov

Práva člena AP v SR:

- zúčastňovať sa života Asociácie polio v SR podieľať sa na jej činnosti a rozhodovaní podľa svojich schopností a možností,
- predkladať pripomienky a návrhy týkajúce sa činnosti a života Asociácie polio v SR a vyjadrovať sa k nim,

- voliť do Rady Asociácie polio v SR po dovŕšení 18. roku veku,
- byť volený do Rady Asociácie polio v SR, a to za predpokladu, že ide o člena s následkami po poliomyelitíde po dovŕšení 18. roku veku,
- využívať výhody, ktoré Asociácia polio v SR svojim členom poskytuje v zmysle platných všeobecne právnych a vnútrozväzových predpisov,
- žiadať o právnu pomoc pri ochrane svojich špecifických záujmov súvisiacich s telesným postihnutím v oblasti sociálnej, zdravotnej a pracovnej,
- byť prítomný na rokovaní Rady Asociácie polio v SR, ktoré sa týkajú jeho osoby,
- odvolať sa proti rozhodnutiam Rady Asociácie polio v SR a žiadať, aby vo veci rozhodla členská schôdza.

Povinnosti člena AP v SR:

- dodržiavať Štatút Asociácie polio v SR a konať v súlade s princípmi humanizmu a demokracie
- zúčastňovať sa podľa svojich možností na živote a činnosti Asociácie polio v SR,
- platiť členské príspevky, o výške ktorých rozhoduje členská schôdza.

Čl. VI.

Organizačná štruktúra Asociácie polio v SR

1. AP v SR je samostatný právny subjekt organizačne začlenený do Slovenského zväzu telesne postihnutých ako republiková špecifická organizácia. Je organizačnou jednotkou SZTP špecifického zamerania, ktorá má republikovú pôsobnosť. V rámci jej pôsobenia sa na ňu vzťahujú všetky práva a povinnosti republikovej špecifickej organizácie, vyplývajúce zo Stanov Slovenského zväzu telesne postihnutých a ostatných vnútrozväzových noriem.
2. Najvyšším orgánom AP v SR je členská schôdza.
3. Na čele Asociácie polio v SR je deväťčlenná Rada AP v SR, ktorú volia členovia AP v SR prítomní na členskej schôdzi, alebo hlasmi zasielanými písomne, a to na obdobie štyroch rokov. Rada volí zo svojho streda predsedu, podpredsedu a hospodára. Ďalšie rozdelenie funkcií sa určuje podľa potrieb AP v SR.
Pri rozhodovaní sa vyžaduje prítomnosť väčšiny členov Rady, uznesenie je platné, ak zaň hlasuje väčšina prítomných členov Rady.
Počas volebného obdobia Rada AP v SR môže odvolať a kooptovať člena rady a na najbližšej členskej schôdzi informovať o tom členskú základňu. Členmi Rady sú aj zvolení zástupcovia do Republikovej rady SZTP (RR). K platnosti písomného právneho úkonu Rady sa vyžaduje podpis dvoch splnomocnených členov Rady a pečiatka AP.
4. Rada AP v SR sa schádza minimálne 2-krát do roka.
5. Štatutárnym zástupcom AP v SR je jej predseda.
6. Pri realizovaní činnosti na regionálnej úrovni môžu sa vytvárať kluby AP v SR. Tieto sú bez právnej subjektivity. Práca klubov sa riadi štatútom a organizačným poriadkom, ktorý schvaľuje Rada AP v SR.
7. Súčasne s voľbou Rady AP v SR volia členovia AP v SR na členskej schôdzi alebo hlasmi zaslanými písomne trojčlennú kontrolnú komisiu AP v SR na obdobie štyroch rokov. Komisia zo svojho streda volí predsedu. Kontrolná komisia je metodickým a kontrolným

orgánom AP v SR. Uskutočňuje pravidelné kontroly podľa svojho plánu práce a mimoriadne kontroly na podnet členov a poverenia predsedu AP. Kontrolná komisia upozorňuje na zistené nedostatky, navrhuje opatrenia, kontroluje nápravu nedostatkov, prípadne navrhuje sankcie, Kontrolná komisia predkladá Rade správu o výsledku kontrolnej činnosti.

Čl. VII.

Členská schôdza AP v SR

Je najvyšším orgánom AP v SR. Schádza sa minimálne raz za rok. Na žiadosť nadpolovičnej väčšiny členov AP v SR alebo na základe uznesenia Rady AP v SR zvolá Rada AP v SR mimoriadnu členskú schôdzu.

Čl. VIII.

Rada AP v SR

- Je riadiacim orgánom AP v SR v čase funkčného obdobia,
- za svoju činnosť sa zodpovedá členskej schôdzi AP v SR,
- na čele rady je predseda AP v SR, ktorý je štatutárny zástupca AP v SR.

Činnosť Rady AP v SRR:

- ❖ zodpovedá za organizačnú činnosť a finančnú činnosť AP v SR
- ❖ koordinuje tok informácií v rámci AP v SR,
- ❖ zastupuje a obhajuje záujmy členov voči vonkajším subjektom,
- ❖ spolupracuje s orgánmi štátnej správy a samosprávy SR,
- ❖ spolupracuje s ostatnými OJ SZTP,
- ❖ informuje o zasadnutiach RRy SZTP a koordinuje prácu klubov,
- ❖ navrhuje kandidáta na predsedu SZTP na RZD
- ❖ navrhuje zástupcov odborných komisií pri RR SZTP,
- ❖ vytvára si pre vlastnú potrebu odborné komisie,
- ❖ predkladá a vyhodnocuje projekty na grantové komisie, na štátnu správu, samosprávu, nadácie, organizácie a inštitúcie v zmysle ich predpisov,
- ❖ odvoláva predsedu Rady AP v SR pri neplnení povinností, porušovaní Stanov SZTP a Štatútu AP v SR a pri odsúdení za úmyselný trestný čin.
- ❖ zvoláva mimoriadnu členskú schôdzu podľa článku VII.

Rada AP v SR prerokúva:

- a) štatistiku a evidenciu členov,
- b) návrh plánu činnosti AP v SR na ďalšie obdobie,
- c) rozpočet podľa plánu činnosti,
- d) správu o činnosti AP v SR,
- e) správu o hospodárení AP v SR,
- f) správu kontrolnej komisie,
- g) štatút a jeho zmeny a doplnky.

Čl. IX.

Finančné prostriedky a majetok Asociácie polio v SR

AP v SR vlastní majetok, ktorý využíva na plnenie svojich úloh.

Finančné prostriedky sa tvoria z:

- a) členských príspevkov, ktorých výšku určujú Stanovy SZTP
- b) sponzorských príspevkov a darov,
- c) príjmov z účastníckych poplatkov za sociálno-rehabilitačné kurzy, rekreácie, relaxačné pobyty a i.
- d) príjmov z vlastnej činnosti,
- e) schválených projektov,
- f) ostatných príjmov v zmysle právnych predpisov SR.

Čl. X.

Združovanie

AP v SR, sa môže v spoločnom záujme združovať s ostatnými organizáciami zdravotne postihnutých. O vstupe AP v SR do združenia rozhoduje členská schôdza, ktorá volí aj zástupcov AP v SR do združenia. AP v SR môže byť členom medzinárodných organizácií. Zástupcov volí členská schôdza AP v SR.

Čl. XI.

Zánik AP v SR

AP v SR zaniká uznesením členskej schôdze AP v SR. K platnosti uznesenia je potrebný súhlas

- a) nadpolovičnej väčšiny členov prítomných na členskej schôdzi resp.
- b) nadpolovičnej väčšiny všetkých členov

Uznesenie o zániku sa musí do 15 dní zaslať RR SZTP.

Čl. XII.

Záverečné ustanovenia

1. Právo výkladu Štatútu a iných predpisov AP v SR medzi dvomi volebnými obdobiami prináleží Rade AP v SR.
2. Štatút AP v SR nadobúda platnosť schválením RR SZTP.
3. Účinnosť štatútu sa nadobúda dňom schválenia RR SZTP. Zároveň stráca platnosť Štatút Asociácie polio v Slovenskej republike schválený Republikovou radou SZTP dňa 20.1.2001 v Štúrove.

**Štatút AP v SR bol schválený na zasadnutí Republikovej rady SZTP
dňa 20.11.2004 v Dudinciach.**

Na Zemplínskej šírave po ôsmy raz

22. - 29. 8. 2004

Tohtoročný sociálno-rehabilitačný kurz na šírave sa nelíšil od tých predchádzajúcich. Veď ôsmy pobyt v tomto našom osvedčenom prostredí sme brali už ako rutinný. Príchod – srdečné a priateľské zvítanie sa, niektorých po štyroch mesiacoch (ktorí boli v Piešťanoch), niektorých po celom jednom roku. Úvodné informácie – predstavenie nových členov, každodenné rozcvičky, procedúry a samozrejme tanečné večierky čoby rehabilitácie tancom. Je pravda, že tých tanečníkov medzi nami akosi ubúda – mnohí z nás už strácajú fyzičku, hlási sa i vek a s ním súvisiace



problémy. Nedá mi nespomenúť našu „mladú“ Aničku Ogurčákovú, ktorá minulý rok tak skepticky skonštatovala, že za takých 10-15 rokov sa budeme radi pozeráť, ako dobre sa zabávajú naši asistenti a opatrovatelia, pokiaľ nás vôbec zoberú na večierok a nenechajú nás radšej v posteli! Ha, ha – no ale my sa predsa tak ľahko nedáme! Svedčia o tom aj zábery z našich tanečných snažení.

Čo bolo ale mimoriadne? Nebudete tomu veriť, ale Miki Maršík oslávil v kruhu našej polio rodiny svoju šesťdesiatku. Miki je dôkazom toho, ako sa obrnári nikdy nevzdávajú! Aj v tej svojej šesťdesiatke je to stále šarmantný muž, dobre udržiavaný. Žeby mala na tom veľký podiel jeho žena Anička? Ale asi aj jeho životný štýl zdravej výživy a športovanie. Tu v Čechách ho mnohí pamätajú ako aktívneho športovca.



*Predsedníčka Alica Suchá
blahoželá oslávencovi
za celú obrnársku rodinu*

Procedúry mali tento rok veľké plus v klasických a podvodných masážach. Prečo? Bol tam všetkými obľúbený masér Peter – vždy usmiaty, s dobrou náladou a dá sa povedať i dobre odvedenou masérskou robotou. A sympatickým spoločníkom bol aj mimo pracovného pomeru.



Na záver ešte jedna novinka: športové hry sme pojali kolektívnejšie a inovatívne. Vždy sa súťažilo v troch disciplínach a každý sám za seba. S Evkou Lazurovou sme si hovorili, že už to nie je ono, mnohým sa preto ani nechcelo súťažiť. Tak sme vymysleli, že sa bude súťažiť v družstvách. A určili ich

zloženie. Hneď po vyhlásení nastal ten správny okamih – manšafy sa dávali dohromady, nastalo šumenie a pokrikovanie: ty patíš k nám, ty si v inom družstve, ako si rozdelíme úlohy... Každé družstvo malo svojho vodcu, samozrejme mužského, členovia zastupovali družstvo v týchto kategóriách: golfový slalom, slalom s pingpongovou loptičkou na lyžici, čo najrýchlejšie vypitie malej fľašky minerálky, skonsumovanie piškótov namáčaných vo vermúte a záverečná kultúrna disciplína. V tej mohli zaspievať, zarecitovať, povedať žart alebo nejaký príbeh. A v tejto kategórii jednoznačne zvíťazila Alicka Suchá svojím Skutočným príbehom. Chudák Rudko – nasledoval po nej, ale bol dojatý, ako my všetci, a skoro nebol schopný povedať svoj súťažný príspevok. Ale vôbec to nevadilo, veď rodina bola dobre zastúpená.

Nakoniec aj družstvo s Alickiným príspevkom vedeným Mišom Bednárom zaslúžene zvíťazilo. Ale zvíťazili vlastne všetci, ktorí sa aktívne zúčastnili a dokázali súťažiť spoločne i keď mnohí parťáci proti sebe.

Na budúci rok sme uvažovali, že jednotlivé tanečné večierky – bývajú spravidla tri – by boli v réžii jednotlivých slovenských krajov. Prvý večer by pripravil východokraj – je ich väčšina a sú viacej zohratí, druhý večer stredokraj a záverečný západokraj. Takže všetci, ktorí uvažujú s účasťou na budúcom kurze si môžu už teraz pripravovať príspevok do programu. To je nápad, čo vy na to!? (Konečne budem vyňatá z programu – zahraničie tam nie je, ha, ha...)

Zdraví vás Marika Mruzková z Ostravy

Skutočný príbeh

Bola raz veľmi pekná krajina, volala sa Slovensko. Ľudia tu žili spokojne, deti sa rodili a rástli. Až raz sa prehnala touto krajinou vysoká horúčka, ktorá zachytila sem-tam niektoré deti. Po nej zostali im ochrnuté tu ručička, tu nožička, alebo aj oboje. Niektoré sa vystrábili tak, že mohli chodiť, niektoré ostali na vozíčkoch. Ale všetkým zostala veľká chuť do života a odhodlanie dokázať, že sú schopní pobiť sa s problémami. Nebolo to ľahké! Najmä v detstvom a dospievajúcom veku. Nie raz pribehli s plačom za mamkou: „Mami, deti sa mi smejú“. Mamka s bolesťou v srdci, ale s úsmevom na tvári odvetila: „Nič to synček – dcérka, veď ty vieš iné veci, pod' zahráme sa spolu“. Roky plynuli, niektorí sa vyučili a stali sa z nich zruční remeselníci, iní dokázali zmaturovať s výborným prospechom a mnohí promovali na vysokých školách. Len oni a ich rodičia vedeli oceniť tieto úspechy.

A roky plynuli ďalej. Väčšina z nich si založila rodiny a mali svoje deti. Snažili sa prispôbiť zdravým rovesníkom, aby ich deti neboli o nič ukrátené. Všetkým sa to podarilo.

A potom priletela myšlienka – združiť týchto ľudí do jednej skupiny. Stačilo to na to, aby hŕstka nadšencov založila Asociáciu polio. A tak vznikla veľká rodina polio. Začali sa stretávať podľa možnosti – najmenej dvakrát ročne. Tešili sa na tieto stretnutia. Vznikli nové priateľstvá. Na svojich stretnutiach si úprimne pohovoria, požalujú sa, pochvália sa s úspechmi, jednoducho sú radi, že sa znovu vidia. Pri každom lúčení už každý myslí na ďalšie stretnutie a tým sa len potvrdzuje, že bolo veľmi správne založenie tejto rodiny polio.

Alica Suchá - víťazný príspevok v súťaži kultúrnych prejavov



na fotografii víťazné družstvo s vedúcou Evičkou

Projekt Goodwill

Tento projekt poznajú v USA pod názvom Goodwill, čiže dobrá vôľa, a už jeho meno dobre vystihuje krásny zámer – pomoc pre zdravotne a telesne postihnutých občanov zabezpečujú štruktúry dobrovoľníkov.

Treba však povedať, že Goodwill – to nie sú nemocnice, rehabilitačné a iné zariadenia, ani evidencia postihnutých. Ale o čo vlastne ide? Vieme dobre, že každý človek sa môže dostať do ťažkostí. Napríklad pri dopravnej nehode. Sanitka ho odvezie do nemocnice, dostane prvú pomoc, nasleduje operácia a povedzme amputácia nohy. V USA, keď s takýto človek preberie z narkózy a vie už, na čom je, prichádza

k nemu najskôr psychológ. Ten od prvého momentu vedie smer rozhovorov k tomu, aby mu vysvetlil, že sa to mohlo skončiť aj horšie a že napriek strate končatiny ho ešte čaká pekný život, možno aj plnohodnotný (napr.. paraolympiády a iné). Súbežne s takýmito rozhovormi začína bežať proces rehabilitácie a zotavenia. Na rade je ortopéd – od zobrať odtlačku a miery až po zhotovenie protézy, posilňovania a určenia sa chodiť na „novej nohe“. Môže sa stať, že dotýčny mal predtým zamestnanie, čo ako hendikepovaný, teraz nezvládne. O taký prípad sa starajú ľudia, ktorí začnú hľadať iné možnosti, konzultujú s postihnutým, až nájdu riešenie a ešte v nemocnici zariadia rekvalifikačný kurz. Znamená to, že až sa raz skončí ozdravovací proces a príde as vrátiť sa do práce, je kde sa vrátiť.

Dokonca dobrovoľné štruktúry systému Goodwill nájdu konkrétne pracovné miesto a pripravujú postihnutého s prihliadnutím na jeho vzdelanie a doterajšiu prax na vstupný pohovor. Ako sa má predstaviť, čo o sebe povedať, ako reagovať. Urobia všetko preto, aby mu každú situáciu čo najviac spríjemnili. A to nie je zďaleka všetko. Keď do práce konečne rekonvalescent nastúpi, Goodwill rok sleduje, či je spokojný a či nemá nejaké problémy. Ak rok bez ťažkostí prejde, vyradia síce postihnutého z evidencie, no kontakt pre prípad potreby ostáva, takže dvere sa ani vtedy nezatvoria. Ak ak sa z akýchkoľvek príčin stane, že do roka pracovník prácu stratí, okamžite to vedia a proces hľadania práce sa opakuje. Pripomínam však, že ide o prácu, s ktorou postihnutý sám súhlasí a ktorá mu vyhovuje. Zdôrazňujem, že táto organizácia je rozšírená vo viacerých štátoch USA. Konkrétne v Orlande postavili komplex, ktorý je celý venovaný starostlivosti o takto postihnutých ľudí. Ide o veľký areál pripomínajúci nemocnicu na bratislavských Kramároch, ale oveľa rozsiahlejší. Možno tam vidieť rôzne dielne – stolársku, kníhviazačskú, keramickú dielňu a pod. Vyučuje sa tu účtovníctvo s halou plnou počítačov. V knižniciach a čítárňach sa pacienti môžu vzdelávať a pripravovať na nové povolanie. Majú obdivuhodné pomôcky, bezbariérové vymoženosti, ktoré sú však v USA samozrejmosťou, ako napr. invalidný vozík, ktorý vylezie hore schodmi. Vyškolení a zruční pacienti sa potom vracajú do normálneho života, buď sa zaradia do kolektívu zdravých ľudí, alebo do kolektívu výrobných a iných družstiev pre zdravotne postihnutých.

Dôležité je však povedať, že pracoviská, ktoré sa rozhodnú zamestnávať postihnutých občanov, majú od štátu zelenú. Ten si totiž veľmi dobre uvedomuje, že návrat hendikepovaných ľudí do pracovného procesu znamená nielen ušetrenie sociálnych dávok, ale aj prírastok do štátneho rozpočtu vo forme odvedených daní. A keďže nejde iba o pár jedincov, ale o desaťtisíce prípadov, je to podstate všetko dobre premyslené. Ale tu naozaj nejde o peniaze. Návrat zdravotne a telesne postihnutých ľudí do normálneho života sa nedá ničím zaplatiť.

Nemali by si z toho vziať príklad naše príslušné orgány???

Spracované podľa zahraničnej tlače

Vážení, nečudujte sa podpisu pod týmto príspevkom, našla som ho medzi neuverejnenými príspevkami. Myslím, že si radi spomenieme na našu Zorku.

Niekoľko rád na udržanie si váhy

Milí priatelia, patríte tiež k tým neúnavným optimistom, ktorí už vyskúšali snád' všetky žalúdok a telo trápiace diéty a nič? Možno ste aj po diétnej tortúre trochu schudli, ale stačilo pár týždňov menšieho seba chválenia a ťažko zhodené kilá sú zasa na svojom mieste? Alebo v dobrej snahe schudnúť nemyslíte na nič iné ako jedlo?

Tak práve pre vás je určených niekoľko dobrých rád, ktoré uverejnil nemecký časopis „Freundin“. Psychológovia zaoberajúci sa výživou, odporúčajú viac ako sebatrýznenie, ješť s chuťou, ješť ľahké jedlá a ješť zdravšie. Pokiaľ si sadnete za prestretý stôl, máte si najskôr s pôžitkom prezrieť, čo máte na tanieri, potom zavrieť oči a zhlboka sa nadýchnuť.

Americkí vedci totiž dokázali priame spojenie medzi nosom a centrom nasýtenia, ktoré riadi hypofýza. A napokon ješť s chuťou až potiaľ, kým nie ste príjemne nasýtení. Ješť by sa malo aspoň päťkrát denne, ale malé množstvá!!!

Ideálny je na raňajky celozrnný alebo trvanlivý chlieb s nízko kalorickými nátierkami, na obed pestrý šalát na večeru zemiaky, alebo cestoviny s malým množstvom mäsa alebo rýb. Medzitým veľa ovocia, čím sa podporí látková výmena a žalúdok sa nasýti. Pokiaľ aby ste zrazu medzi jedlami pocítili neprekonateľnú chuť na jedlo, skúste sa zhlboka predýchať a vypite po malých dúškoch pohár minerálnej vody. Často sa totiž za chuťou po jedle skrýva jednoducho smäd.

Expert z oblasti výživy nevylučujú z dennej stravy ani také prehrešky ako sladkosti. Samozrejme, žiadne veľké množstvá, ale istotne vás uspokojí aj jeden cukrík, pokiaľ si ho nedáte so zlým svedomím. Je totiž dokázané, že pokiaľ sú človeku povolené aj také hriešiky ako kúsok čokolády, či cukrík, strácajú čaro zakázaného.

Cukry nepôsobia na našu postavu tak zhubne tuky, preto pozor na ne! Jedzte len netučné potraviny, používajte málo olej a jedlá radšej pripravujte v moderných tlakových varných nádobách. Zachránite veľa vitamínov a pomôžete svojej postave.

A na záver: ak chcete schudnúť, „Freundin“ vám radí – s alkoholom opatrne! Maximálne tak 150 kcal denne. Alkohol obsahuje cukor a uhľohydráty,

ktoré telo musí okamžite spáliť. Tým ale nespaľuje skonsumované jedlo, ktoré tak musí čakať v tukových „depách“ – u žien je to predovšetkým zadná časť tela a nohy. K jedlám pite preto radšej ovocné koktaily, ľadové čaje, alebo tonik s čerstvým citrónom.

Z nemeckými časopisu „Freundin“ voľne preložila Mgr. Zora Kmetová

Semináre:

V dňoch 4. – 5. októbra 2004 usporiadala Národná rada občanov so zdravotným postihnutím v SR seminár na tému

Regionálna politika zohľadňujúca potreby občanov so zdravotným postihnutím

Seminár sa uskutočnil v hoteli Kyjev v Bratislave. Za Asociáciu polio sa zúčastnila predsedníčka AP. Na seminári boli prítomní aj pracovníci Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny SR, ďalej pracovníci Ministerstva zdravotníctva SR. O činnosti Národnej rady sme písali v minulom čísle Informátora. Úvodom seminára túto činnosť priblížil jej predseda JUDr. Mamojka.

Cieľom seminára bolo získať podnety od prítomných na vyváženie regionálnych rád občanov so zdravotným postihnutím. Všetci prítomní boli za vytvorenie týchto rád v regiónoch, ktoré by vznikali ako občianske združenia. Pomohli by lepšie klasifikovať problémy vzniknuté priamo v regiónoch.

Tieto regionálne partnerstvá by mali byť založené v priebehu roka 2005. Predchádza tomu vytvorenie regionálnej pracovnej skupiny, ktorá v spolupráci s Národnou radou pripraví štatút regionálneho partnerstva. NROZP v SR preložila projekt EÚ, z ktorého by sa mohli hradiť určité aktivity a náklady na vytvorenie regionálnych rád. Regionálne pracovné skupiny budú spolupracovať so samosprávnymi a štátnymi orgánmi pri vytváraní týchto občianskych združení.

Tieto združenia môžu zohrať dôležitú úlohu pri zhromažďovaní informácií z regiónov, vyhýbať sa zlým skúsenostiam z komunitnej politiky voči občanom so zdravotným postihnutím.

Regionálne rady by informovali Národnú radu o dodržiavaní práv OZP v regiónoch, o uplatňovaní národnej legislatívy a smerníc a nariadení EÚ vo svojom regióne, o problémoch, ktoré treba riešiť na celoštátnej úrovni a pod.

Regionálne rady by sa zúčastňovali na tvorbe plánov regionálneho rozvoja, komunikovali by s poslancami VÚCV, pracovníkmi samospráv. Usilovali by sa o dosiahnutie zastúpenia občanov so ZP v komisiách a vo volených orgánoch samosprávy.

Ďalší seminár, ktorý zorganizoval SZTP v dňoch 16. – 17 .10. 2004, bol na Kamennom Mlyne pri Bratislave pod názvom

Vzdelávací projekt SZTP

Prvý deň bol venovaný problematike zákona o sociálnej pomoci, prednášala predsedníčka SZTP Ing. M. Vrábľová. Vyberám niektoré myšlienky z prednášky a hlavne z diskusie:

- Všetci, ktorí poberajú príspevky a sociálne dávky, prejdú pod ministerstvo zdravotníctva.
- Príspevok na auto môže dostať občan len do veku 65 rokov (po celý rok, v ktorom dosiahne tento vek). Okrem ekonomických kritérií, príspevok dostane len ten, kto
 - a) je v pracovnom pober alebo
 - b) študuje.
- Asistenta môže vykonávať len osoba nad 18 rokov, ale nemôže to byť rodinný príslušník. Asistenta môže mať občan so zdravotným postihnutím do veku 65 rokov.
- Treba sa snažiť v mieste bydliska dostať do zastupiteľských orgánov, aby sme sa mohli podieľať aktívne na podmienkach života v danej oblasti.

Obširnejšie s danými problémami vás oboznámime v jarnom Informátore, kedy už budú schválené príslušné zákony.

V popoludňajších hodinách mala prednášku riaditeľka Sociálnej poisťovne pobočka Bratislava-vidiek pani Rožášová k problematike zákona o sociálnom poistení. Odpovedala predovšetkým na rôznorodé otázky z pléna k uvedenej téme. Druhý deň boli na programe otázky účtovníctva, zdaňovania, vedenia pokladničného denníka a pod. Jeden blok bol venovaný registrácii na príjem z 2% z daní z príjmov a dokladov k tomu potrebných.

Za AP sa na seminári zúčastnila predsedníčka Alica Suchá, hospodárka Helena Kánová a Janka Šebianová, ako členka Republikovej kontrolnej komisie.

Zhodnotenie akcií Asociácie polio v roku 2004

Začiatok roka bol venovaný príprave víkendového stretnutia v Piešťanoch a vydaniu nášho časopisu Informátor AP v SR. Stretnutie sa konalo 7.-9.mája 2004 v hoteli SATELIT v Piešťanoch. Zúčastnilo sa na ňom asi 60 našich členov, ktorí sa radi vracajú každoročne do Piešťan. Kúpeľné mesto poskytuje mnoho možností na oddych a priateľské posedenia.

Ďalšou dôležitou akciou bol sociálno-rehabilitačný kurz. Ako viete, príspevok na SRK z prostriedkov Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny SR sme dostali len pre 20 členov, aby sme umožnili účasť na SRK všetkým prihláseným, z vlastných prostriedkov sme hradili účastnícke poplatky 33 členom. Vynaložili sme všetko úsilie na to, aby SRK bol cenovo prístupný čo najväčšiemu počtu členov. O celkovom priebehu SRK ste si mohli prečítať v príspevku Mariky Mruzkovej.

Vítame medzi sebou nových členov:

Malinčíková E. a Lužiansky J.



Zloženie Rady Asociácie polio v SR

Predseda:	Ing. Alica Suchá
Podpredsedovia:	Ing. Jozef Danek Ing. Jozefína Slezáková
Tajomníčka:	Mgr. Anna Hmiráková
Hospodárka:	Helena Kánová
Členovia:	MUDr. Zuzana Baranová, PhD. Eva Lazurová Emília Staňáková Miloš Stilhammer

Kontrolná komisia AP v SR

Predseda:	Jana Šebianová
Členovia:	Zuzana Lichtensteinová Mgr. Mária Mruzková