

INFORMÁTOR ASOCIÁCIE POLIO V SR

Z obsahu:

Novela zákona o sociálnej pomoci č. 195/98

Prehľad tvorby a čerpania finančných prostriedkov za rok 2002

Rozpočet Asociácie polio v SR na rok 2003

Z listov členov AP v SR

Ročník VIII.

**1/2003
APRÍL**

Úvodom

Keď píšem tieto riadky, práve začína vojna v Iraku. Prečo to hovorím? Lebo sa mi vynorili spomienky na ranné detstvo, ako sa držím mamke za sukňu, cupitám popri nej, okolo sa strieľa, všetci utekajú. Nič z toho nechápem, veď mám iba 5 rokov. Ale cítim strach, strach z niečoho nepoznaného, nepocho-piteľného. A tak je to aj dnes. Tiež nechápem prečo práve vojna, ktorá vie všetko zničiť. Lenže teraz už viem, čo to obnáša, čo nám to môže spôsobiť a o to je to horšie.

Nadväzujúc na to, chcela by som hovoriť o jednej ľudskej vlastnosti – zá-visti. Aj keď som postihnutá od útleho detstva, dlho som nebola organizo-vaná nikde medzi postihnutými. Neviem prečo, ale zdraví mi nikdy nedávali najavo, že som niečo menej ako oni a ja som sa snažila im vyrovnať. Keď som sa vydala, manžel bol funkcionárom Zväzu invalidov a tak som sa raz vybrala na členskú schôdzu. Ale bola to pre mňa sprcha. Neviem už o aký problém šlo, ale najprv sa rozvinula prudká diskusia, ktorá prerástla v hádku a nako-niec v nepekné osočovanie. V podstate išlo o závisť. S hrôzou som zistila, že títo postihnutí ľudia si závidia navzájom všetko. Snáď aj to, že jeden pokrív-káva viac ako druhý. Namiesto toho, aby sa navzájom podporili, pomohli si, sú schopní podraziť toho druhého. Verte mi, viem o čom hovorím. Dlho mi trvalo, kým som to dokázala stráviť a začala žiť v kruhu týchto postihnutých ľudí. Pýtate sa, prečo o tom teraz hovorím? Lebo mi to napadlo práve v tejto vojnovej atmosfére. Viem, nie na našom území, ale aký je v tom roz-diel? Všade sú matky, ktoré sa boja o svoje deti. Preto vás prosím, nebudte na seba zlí, nezávidte si. Doprajte iným, aby sa mali dobre aj napriek tomu, že momentálne vy na tom nie ste najlepšie. Veď ten život je v podstate tak krátky, že si ho nemôžeme sami strpčovať.

Na záver, aj keď nový rok je za nami dávno, chcem vám všetkým zaželať veľa, veľa zdravia, radosti a spokojnosti.

Alica Suchá



Novela zákona o sociálnej pomoci č. 195/98 (vyšlo v zbierke zákonov č. 724/2002 čiastka 276 z 9. 12. 2002)

K 1. januáru 2003 nadobúda účinnosť novela zákona č. 195/98 Zb o sociálnej pomoci. Najväčšia časť sa týka problematiky kompenzácie sociálnych dôsledkov ťažkého zdravotného postihnutia. Dôvodom zmien je otázka finančnej náročnosti celého systému kompenzácií s ohľadom na vysoký počet oprávnených žiadostí občanov z titulu ťažkého zdravotného postihnutia (autor tohto príspevku s týmto dôvodom nesúhlasí).

Predkladaný príspevok je spracovaný z materiálov uvedených na stránke www.zbierka.sk

Vyberám tieto zmeny:

§ 58 Peňažný príspevok na osobnú asistenciu

1. V § 58 ods. 11 sa slová „1,5 % zo sumy životného minima pre plnoletú fyzickú osobu“ nahrádzajú sumou „55 5k“ (ide o sadzbu na jednu hodinu osobnej asistencie).

§ 61 Peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla

1. V § 61 ods. 5 sa slová „na pracovné, vzdelávacie, rodinné a občianske aktivity“ nahrádzajú slovami „na účely prepravy do zamestnania, do školského zariadenia alebo do zariadenia sociálnych služieb“.

§ 63 Peňažný príspevok na úprava bytu, rodinného domu alebo garáže

1. V § 63 ods. 5 sa suma 500 000 nahrádza sumou 550 000 SK (ide o cenu úpravy bytu alebo rodinného domu). Suma 100 000 SK sa nahrádza sumou 50 000 SK (úprava garáže – najvyššia výška peňažného príspevku). Suma 250 000 Sk nahrádza sumou 200.000 SK (úprava bytu – najvyššia výška peňažného príspevku).
2. V § 63 ods. 9 sa suma 350 000 Sk nahrádza sumou 250.000 SK (úhrn poskytnutých peňažných príspevkov na úpravu bytu, rodinného

domu alebo garáže v období siedmich rokov nesmie presiahnuť 250 000 SK).

§ 64 Peňažný príspevok na kompenzáciu zvýšených výdavkov.

(1) občanovi s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorý je podľa § 57 ods. 1 a 2 odkázaný na kompenzáciu zvýšených výdavkov, možno poskytnúť peňažný príspevok na zvýšené výdavky

a) na diétne stravovanie

b) súvisiace

1 s hygienou alebo s opotrebovaním šatstva, bielizne, obuvi a bytového zariadenia,

2. so zabezpečením prevádzky motorového vozidla,

3. so starostlivosťou o psa so špeciálnym výcvikom

(2) Kompenzácia na každé zvýšenie výdavkov uvedených v odseku (1) sa posudzuje samostatne.

(3) Výška príspevku na kompenzácia zvýšených výdavkov na diétne stravovanie je 983 Sk.

(4) Výška peňažného príspevku na kompenzáciu zvýšených výdavkov súvisiacich s hygienou alebo s opotrebením šatstva, bielizne, obuvi a bytového zariadenia je 200 Sk.

(5) Výška peňažného príspevku na kompenzáciu zvýšených výdavkov súvisiacich so zabezpečením prevádzky osobného motorového vozidla je 500 Sk.

(8) Peňažné príspevky uvedené v odsekoch 3 až 5 a 9 sa poskytujú mesačne.

(9) Výška peňažného príspevku na kompenzácia zvýšených výdavkov súvisiacich so starostlivosťou o psa so špeciálnym výcvikom je 1 200 Sk.

(10) Peňažný príspevok na zvýšené výdavky sa neposkytuje, ak príjem občana s ťažkým zdravotným postihnutím presiahol dvojnásobok sumy životného minima pre plnoletú fyzickú osobu ustanoveného osobitným predpisom.

Skutočnosti na určenie výšky peňažného príspevku na kúpu osobného motorového vozidla (príloha č. 9 k zákonu č. 195/98 Z. z.).

- Výška príspevku v % z ceny osobného motorového vozidla, najviac zo sumy 400 000 Sk
 - pri dvojnásobku životného minima je to 85 %
 - pri trojnásobku životného minima je to 80 %
 - pri štvornásobku je to 70 %
 - pri päťnásobku je to 55 % z ceny osobného motorového vozidla

Skutočnosti na určenie výšky peňažného príspevku na prepravu (príloha č. 10 k zákonu č. 195/98).

- Výška príspevku v % z preukázaných nákladov na prepravu
 - pri dvojnásobku životného minima 95 %
 - pri trojnásobku je to 90 %
 - pri štvornásobku je to 70 %
 - pri päťnásobku je to 50 %

Ing. Jozef Danek

Do pozornosti členov!

Ako ste už dozvedeli z listu, ktorý sme vám rozoslali vo februári, sociálno-rehabilitačný kurz bude znovu na Šírave v zariadení Chemes vo vynikajúcom **termíne od 24. do 31. augusta 2003**. Zatiaľ ešte nepotvrdené správy hovoria, že MPSVaR poskytne príspevok, ale nie je známe v akej výške.

Ak ste sa náhodou zabudli prihlásiť A. Hmirákovej, môžete ešte tak urobiť, pretože záväzné prihlášky budeme posielať len tým, ktorí pošlú predbežnú prihlášku. Účastnícky poplatok by nemal prekročiť Sk 2 000-.

**Prehľad
tvorby a čerpania
finančných prostriedkov za rok 2002**

Príjmy

1. Účastnícke poplatky za víkendové stretnutie Piešťany	Sk	39 250,00
2. Účastnícke poplatky za SRK Širava	Sk	106 341,00
3. Členské príspevky	Sk	27 020,00
4. Sponzorské príspevky	Sk	20 000,00
5. Kreditný úrok	Sk	1 506,80
6. 1 % z dane z príjmov	Sk	31 561,00
7. Ostatné príjmy	Sk	11 170,00

Príjmy spolu

Sk 239 548,80

Výdavky

1. Úhrada za víkendový pobyt v Piešťanoch	Sk	67 300,00
2. Úhrada SRK Širava	Sk	104 215,00
3. Výdavky na tlač Informátora	Sk	5 000,00
4. Kancelárske potreby	Sk	2 266,10
5. Poštovné	Sk	6 899,00
6. Zasadnutie Rady AP	Sk	5 013,00
7. Daň z kreditných úrokov	Sk	225,00
8. Poplatky v SLSP	Sk	386,00
8. Ostatné výdavky	Sk	17 692,00

Výdavky spolu

Sk 208 996,10

ROZPOČET ASOCIÁCIE POLIO V SR NA ROK 2004

Predpokladané príjmy

Zostatok na bežnom účte k 31.12.2002	Sk 155 445,70
Predpokladané členské príspevky	Sk 27 000,00
Účastnícke poplatky za víkendový pobyt (59 osôb)	Sk 44 250,00
Účastnícke poplatky za SRK (55 osôb)	Sk 93 500,00
Sponzorské dary	Sk 15 000,00
Úroky	Sk 2 300,00
Príjmy spolu	Sk 347 495,70

Predpokladané výdavky

Úhrada za víkendový pobyt (SK 44 250 hradí AP zo získaných 1 % dane z príjmov a zo sponzorských príspevkov	Sk 88 500,00
Úhrada za SRK	Sk 93 500,00
Výdavky na tlač Informátora	Sk 10 000,00
Poštovné	Sk 10 000,00
Zasadnutie Rady AP v SR	Sk 7 000,00
Ostatné výdavky	Sk 15 000,00
Telef. karty	Sk 1 000,00
Daň z úrokov	Sk 900,00
Výdavky spolu	Sk 225 900,00

Z listov členov AP v SR

Pekný a zaujímavý list nám poslala naša nová členka.

Vážená redakcia!

Od 5. do 8. novembra 2002 sa na výstavisku BVV v Brne konal 11. Medzinárodný veľtrh pre rehabilitáciu, protetiku a zdravie REHAPROTEX, ktorý prebiehal súčasne 10. Medzinárodným veľtrhom zdravotníckej techniky a farmácie MEFA. Na veľtrhu bolo tak mnoho exponátov, že som si stačila pozrieť len výstavu REHAPROTEX. Bolo to úžasné po každej stránke. Priestory bezbariérové a preto tam bolo mnoho návštevníkov vozíčkarov, vrátane mojej osoby. Vystavovali pomôcky pre chôdzu, pohyblivosť, dopravné prostriedky, vozíky (mechanické aj elektrické), autá, vybavenie kuchyne pre rôzne postihnutia, ortopedické a kompenzačné pomôcky, fyzioterapia a rôzne iné. Predstavili sa chránene dielne, nadácie a občianske združenia. Občania s postihnutím vystavovali ukážky svojich výrobkov a prác a nadväzovali nové kontakty.

Zaujímavé boli aj ukážky výcviku asistenčných psov pre osoby s telesným postihnutím. V predajnom centre ponúkali výrobky zdravej výživy, prírodnú kozmetiku, vitamíny.

Moje zážitky a tejto výstavy sú veľmi pekné a odporúčam každému navštíviť tento veľtrh - predpokladaný termín na rok 2003 je 4 až 7. novembra.

Na záver motto veľtrhu:

Už tým, že lásku mi dáš, dostával jej viac
a ver, že v tom nie si sám,
hlavu skloň a šepkaj si zas:
keď sám nemám nič, som bohatý tým, čo dám.

Na Slovensku je obdobnú výstava pod názvom HUMANOTECH 2003 od 10. do 13. apríla 2003 na Agrokomplexe v Nitre.

Ešte by som vás chcela informovať o jednom bezbariérovom penzióne v Južných Čechách, 16 km od Třeboně – penzión Vyhlídka. Majú tam 9 izieb aj pre vozíčkarov s vlastným sociálnym zariadením, kuchynským kútom, chladničkou a TV prípojkou. K dispozícii je aj spoločenská miestnosť,

jedáleň, posedenie na terase, grilovanie. Milovníci lesov, bohatých na huby a čučoriedky si prídu na svoje. Terén je mierny, v blízkosti sú hrady a zámky. Ceny sú prijateľné. Zľavy sú mimo letnej sezóny a vozičkári majú zľavu aj v sezóne.

Kontakty: Pension Vyhlídka, Lutová 45, 378 04 Chlum u Třeboně, ČR,
e-mail kanclir@seznam.cz

Mgr. Eva Gluchová, Nové Zámky

A ešte jeden citát z listu našej členky:

„...Tak rada by som vás všetkých videla, porozprávala sa s vami, ale nemôžem. Môj zdravotný stav mi to nedovolí – myslím cestu do Piešťan, alebo Šíravu. Som veľmi rada, že ste na mňa nezabudli Slniečko mi krásne svieti na balkón, snáď mi prispeje aj k zdraviu. Matu vás všetkých, všetkých rada a všetkých vás pozdravujem.“

Toľko z listu Rozálie Bednárovej zo Svitú, ktorá nám navyše poslala do tom-boly krásne ručne háčkované papučky. Čo dodať ? Takéto úprimné slová ve-dia potešiť a ja pevne verím, že Rózka aj s manželom príde medzi nás, keď jej aj my pomôžeme.

Milí priatelia,

dúfam, že ste využili možnosť zaslania 1 % z dane z príjmov pre našu AP. Chcem sa vám touto cestou vopred poďakovať, pretože tieto prostriedky bu-deme veľmi potrebovať na naše akcie pre členov asociácie.

Výzva členom AP!!!

Asi 20 % našich členov uhradili členský príspevok za rok 2003, je však mnoho takých, ktorí nemajú zaplatené členské ani za predchádzajúci rok

Vy, ktorí ste pozabudli na túto svoju povinnosť, verím, že tak urobíte obratom na účet Slovenskej sporiteľne č. účtu 0175146980/0900.

Opätovne upozorňujeme našich členov, aby pri poukazovaní členského v SLSP uviedli aj svoje meno, nakoľko dodatočne nie možné zistiť, kto za-platil príslušnú sumu. Takýchto nevyjasnených prípadov máme aspoň 15.

Ďakujeme za pochopenie.

PodĎakovanie sponzorom

Vyslovujeme úprimné poďakovanie sponzorom roku 2002

INVENSYS, Bratislava

DEA CONSULT, Trenčín

AXESS, Bratislava

JUDr. J. Horváth, Bratislava

Ešte raz úprimne ďakujeme, že ste prispeli na naša činnosť.

Asociácia polio dostala nasledovnú ponuku na rekreačný pobyt

Ozdravovňa Kováčov ponúka 7dňový rekreačný pobyt vo svojom rekreačnom zariadení. Ozdravovňa sa nachádza cca 10 km od Štúrova, v Kováčovských kopcoch. V blízkosti je kúpalisko, pláž pri Dunaji, predajňa potravín, reštauračné služby, termálne kúpalisko.

Objekt je bezbariérový, kapacita 28 lôžok v 4postelových izbách. V každej izbe je umývadlo s teplou a studenou vodou, skriňa, nočné stolíky. K dispozícii je aj kuchyňa s plynovým šporákom, 3 chladničky, mikrovlnná rúra, farebný televízor, video, 4 WC, 4 sprchy, veľká terasa a ohnisko na táborák.

Cena pobytu na 7 dní je 1 540, Sk. V cene je ubytovanie, polpenzia, diskotéka a opekačky.

Pobyt sa objednáva aspoň 6 mesiacov pred nástupom.

Kontakt: Ozdravovňa Kováčov, správca Ján Ružička

943 66 Chľaba č. 552

Tel: 036/757 3102, 0907/432 143

Chcete si zaspomínať na mladosť???

Čo by ste povedali na to, keby sme si na Šírave urobili výstavku fotografií z Jánskych Lázní? Pozrite si doma staré fotky z mladých liet strávených v týchto kúpeľoch našej mladosti. Prineste ich zo sebou na SRK, urobíme z nich výstavu, okomentujeme fotky, zaspomíname a pritom sa aj zabavíme. Tešíme sa!

Naši jubilanti v roku 2003

90 rokov

19. 4.	Ferienčík Ľudovít	Piešťany
--------	-------------------	----------

80 rokov

18. 6.	Netopilová Viera	Bratislava
14. 9.	MUDr. Chovancová Anna	Prešov

75 rokov

11. 9.	Kudrnová Helena	Šaľa
--------	-----------------	------

70 rokov

5. 5.	Kugler Stanislav	Bratislava
20. 5.	Geseová Ema	Nitra
13. 8.	Dodoková Elena	Trenčianske Teplice
5. 9.	Palková Helena	Humenné
25. 11.	Mlynáriková Katarína	Banská Bystrica
26. 12.	Blahová Štefánia	Martin

65 rokov

8. 3.	Miklošová Jarmila	Zvolen
12. 3.	Tlamková Soňa	Liptovský Mikuláš
18. 5.	Bílinová Terézia	Poprad
24. 6.	MUDr. Fajčáková Mária	Humenné
20. 10.	Porubský Emil	Bratislava

60 rokov

1. 1.	Materný Michal	Gánovce
29. 1.	Dufalová Pavla	Martin
31. 1.	RNDr. Kveták Štefan	Bratislava
24. 2.	Szabóová Alica	Komárno
27. 2.	MUDr. Jankechová Irena	Dubnica n/ Váhom
14. 5.	Ing. Antošovský Vojtech	Bratislava
29. 6.	Ing. Babinec Ján, CSc.	Bratislava
30. 6.	Mindek Peter	Stará Ľubovňa

15. 7.	Baňasová Elena	Milpoš
7. 9.	Digaňová Mária	Žilina
22. 9.	Dr. Malá Nadežda	Bratislava
3. 11.	Kánová Helena	Bratislava
19. 11.	Mesárošová Drahomíra	Bratislava
11. 12.	MUDr. Babincová Daniela	Bratislava

55 rokov

17. 1.	Čeklovská Anna	Michalovce
26. 2.	Balaj Jozef	Malé Stankovce
15. 3.	Ing. Lukáč Karol	Čaňa
1. 4.	Balocká Mária	Chminianske Jakubovany
30. 9.	Ing. Bartko Ján	Košice
12. 10.	Mgr. Uhrínová Marietta	Bratislava
18. 10.	Köböl Ján	Rimavská Sobota
6. 11.	Staňáková Emília	Trenčín
10. 11.	Megela Ján	Michalovce
27. 11.	Lacová Ľubica	Hliník n. Hronom
28. 12.	Fodorová Alžbeta	Dunajská Streda

50 rokov

6. 1.	Samek Vlastimil	Stará Turá
12. 1.	Janejka František	Sobrance
26. 1.	Beránková Marie	Medzibrog
13. 2.	Chomisteková Helena	Vrútky
11. 3.	Jaslovský František	Svätý Jur
15. 3.	Lorinčáková Anna	Košice
20. 3.	Malchar Jaroslav	Kežmarok
9. 4.	Porembová Anna	Prešov
20. 5.	Vániková Terézia	Trenčín
20. 6.	Baláž Alexander	Veľký Horeš
28. 6.	Tkáčik Peter	Košice
26. 7.	Drdáková Stanislava	Žilina
16. 8.	MUDr. Sláviková Eva	Horné Saliby
9. 11.	Bednárová Monika	Levoča

45 rokov

3. 4.	Bílinová Marcela	Poprad
7. 4.	Ing Beličák Michal	Spišská Nová Ves
7. 4	Benková Helena	Košice
12. 4.	Bílka Milan	Bílkove Humence
14. 4.	Ogurčáková Anna	Spišská Nová Ves
28. 4.	Stráňava Jozef	Čadca
14. 5.	Petríková Magdaléna	Košice
21. 5.	Marženská Anna	Bánovce n. Bebravou
24. 5.	MUDr. Baranová Zuzana	Košice
3. 8.	Janega Ján	Nové Mesto n. Váhom
5. 8.	Angelovičová Katarína	Košice
7. 9.	Tirpáková Judita	Košice
10. 12.	Leskovská Mária	Košice

35 rokov

1. 5.	Nevlazlová Marta	Zvolen
9. 5.	Rybárová Iveta	Trstín

Vítame medzi sebou nových členov:

Ing. Miroslava Bréda, Michalovce
Eva Gluchová, Nové Zámky
Štefan Jusko, Michalovce
Ludmila Kolečkářová, Uherské Hradiště
Janka Pribulová, Michalovce
Josef Sedlák, Martin-Priekopa
Monika Slezáková, Stupava
Milan Smataník, Stupné
Mária Mocková, Bratislava



Venujme tichú spomienku tým, ktorí nás opustili:

Anna Jankovičová

Štefan Slezák

Vlasta Mílová

Če s t i c h p a m i a t k e !

VITAMÍNOVÉ KÚRY

Je všeobecne známe, že pri post-polio syndróme nám pomáhajú rôzne vitamínové kúry. Nie sú však bez nebezpečenstva, ak sa robia bez lekára, prehnané a bez dodržiavania harmónie nutričných hodnôt.

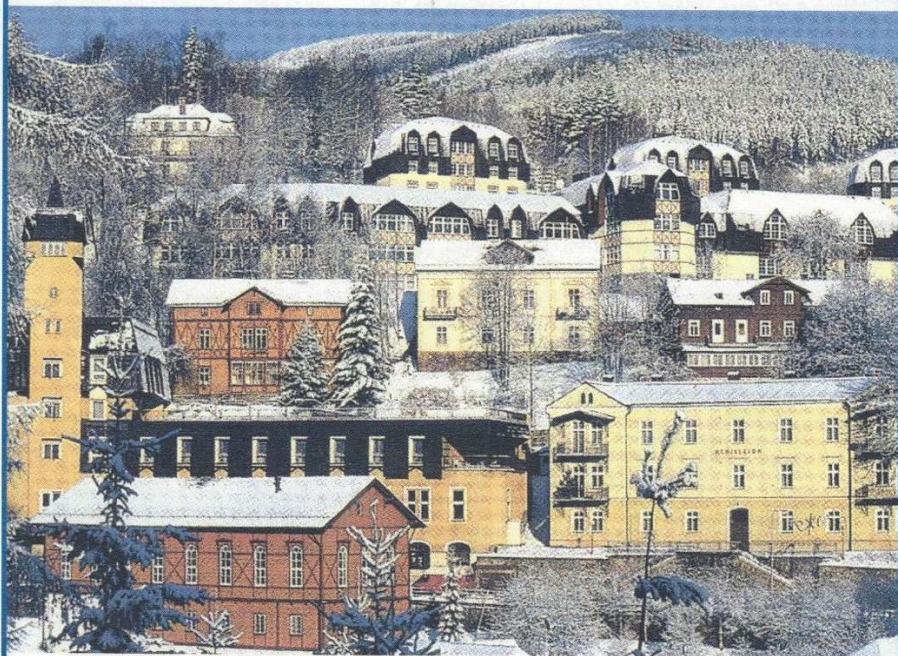
Pred dvomi rokmi boli ľahké produkty (t. j. so zníženým obsahom tuku) v našej strave nahradené tzv. "alicamentami", produktami, ktoré majú hodnotu alimentu a zároveň liečebnú. Stačí sa poobzerať v supermarketoch, kde nájdete jogurty obohatené o vápnik, alebo proti-cholesterový olej, atď. V USA a Japonsku trvá táto horúčka už 15 rokov. Na rozdiel od týchto krajín, v Európe sa nesmie na obale uvádzať, že určitý výrobok chráni napr. pred rakovinou, alebo inou chorobou. Mnohé výrobky sú chránené rôznymi vitamínmi. A predávkovanie nie je bez rizika: prehnaná konzumácia vitamínov a minerálov môže spôsobiť vážne poruchy. Príliš mnoho železa môže spôsobiť starnutie buniek a dokonca môže viesť k rozvoju kardiovaskulárnych chorôb, nadmerné množstvo vitamínu C môže spôsobiť ľadvinové problémy, nadmerné množstvo vitamínu B môže mať neblahý vplyv na srdce, príliš vitamínu D môže byť toxické pre pečeň. Vitamín A (vajcia, ryby) v nadmernom množstve môže mať škodlivý vplyv na zrak.

Novým prekvapivým zistením vedcov je tzv. „súťaženie vnútri čreva“. To totiž nemôže absorbovať všetky zložky, ak sú prítomné súčasne vo veľkom množstve. Inak povedané ak sa rozhodnete napr. absolvovať zinkovú kúru na zlepšenie imunity, spôsobíte tým vo svojej krvi pokles železa. To však má veľkú úlohu v boji proti infekciám.

Preto všetko s mierou!

*Spracované podľa článku v českom Zpravodaji asociace polio
autorka Hana Češková podľa časopisu LE POINT CARRÉE*

Janské Lázně



2003

Ach ten blbej osud!

*Zdravej jsem se narodil, ale od tři let jsem marodil.
Začali mě, lidičky, bolet moje nožičky.
Pak začalo bolet celé dětské tělo,
až nakonec téměř znehybnělo.*

*To ta zákeřná obrna vlezla i k nám do Brna.
Do lázní je třeba jet, rozhodl jeden chytřej kmet.
Rok a půl tam se mnou cvičili, chodit mě znovu učili,
a když jsem se vrátil domů zpět, věřte, nebylo co závidět.*

*Venku si děti hrály, na mne ale nepočkaly.
Co prý to mám za nohy, když mám na nich okovy.
Měl jsem přístroje a berličky, aby mohly chodit mé nožičky.
Nevěděl jsem, co mám dělat, ach, jak se mi chtělo běhat!*

*Stával jsem raději opodál, stejně se mi každý smál.
Ze školky mě tenkrát vyhodili,
když se rýhy od přístrojů a berliček na podlaze objevily.
Na jednu dobrou radu šel jsem raděj do ústavu.*

*Jó, začátek, ten byl snadný, každý tam měl něco vadný.
Nemusel jsem stranou stát, klidně jsme si spolu mohli hrát.
V kolektivu, tam je síla, zacelí se každá díra
a potom každý den už prima byl,
nenadával jsem, proč jsem se vlastně narodil.*

*Školu jsem tam vychodil, řemeslu se vyučil,
dvanáct roků jsem tam byl,
připadal jsem si, jako bych se znovu narodil.
Život pro mne zas cenu měl, na blbej osud jsem zapomněl.
Proč jsem to vlastně psal? Abych vám všem radu dal!*

*Začněte si klidně zpívat, s hrdosti na svět se dívat.
Naberte tu, v našich Janských Lázních, hodně sil,
aby každý další den příjemný byl.*

(leden 2003)

Vše dobré přeje



Tonda z Moravy...



... s manželkou

Ahoj priatelia!

Pripomína vám to naše pocity z detstva? A veru, akonáhle vstúpíte do Janských Lázní, ste akoby v inom svete! Zabudnete na svoje problémy, je vám dobre pri spomienkach, i keď nie vždy najlepších. Janské Lázně majú svoje, pre nás obrnárov, neopakovateľné čaro - čaro rovnocenného a plnohodnotného života! Keby som mala odpovedať na večnú otázku nášho Ferka Kána, prečo som odišla do Čiech, ako jeden z argumentov by bol aj ten, že mám možnosť chodiť na liečenie do Janských Lázní. Veď priznajte sami: dajú sa porovnať Trenčianske alebo Rajecké Teplice s Janskými Láznami? Hoci sú tiež v prekrásnom prostredí a vďaka pani primárke Gazdíkovej máme (vlastne máme) v nich tú najlepšiu starostlivosť - atmosféru Janských Lázní to nena-hradi. Alebo áno? Môžeme o tom polemizovať.

A kto je Tonda z Moravy - autor úvodných veršov? Antonin Carda z Lažánek od Brna. Za manželku má Slovenku Ludmilku za slobodna Procovú z Rovného. Dobre sa pozná s Aničkou Porembovou a prešovskou partou obrnárov. Škoda, že nevieme svoje mená za slobodna, pretože aj teraz, keď sme sa

rozprávali, či niekto pozná Slovenky, tak áno, ale skôr mená za slobodna. Anička Pejcharová za slobodna Jandová necháva pozdravovať Irenku Zacharovú. Manželia Pilařovi zase Blaženku Petráňovou. Tých známosti by sa našlo určite oveľa viac.

Nebolo by od veci zozbierať staré fotografie, uverejniť ich v našich informátoroch - slovenskom a českom s otázkou - Spoznáme sa?

Na skúšku prvá fotografia jeden z nich je Slovák.



Kto ich pozná?

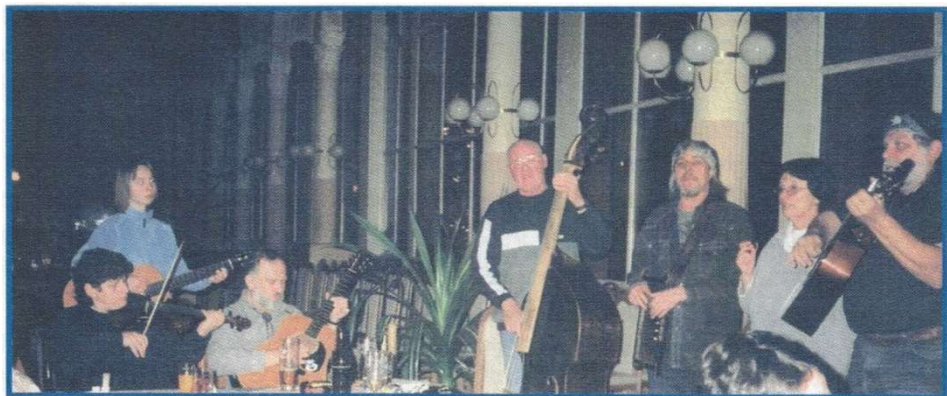
...

Napíšte nám do Informátora.

Tak som tento rok v mesiacoch február a marec opäť strávila 7 týždňov v našich obrnárskych kúpeľoch. Zastihla som ešte minuloročnú partu patientskych muzikantov. Ako minulý i tento rok boli perfektní. Pribudla speváčka - obrnárka Dita Holečková, Vierka vymenila gitaru za husle, čo bolo príjemné oživenie Polio Melody Bandu - ako ho tento rok nazvali. Môžete sa tešiť na videozáznam z minulého roku z vystúpenia patientskej kapely Janských Lázní.

Naviac mám ešte videokazetu Rehabilitace s cvičebnými zostavami našej obľúbenej Aničky Smolikovej. Priznám sa, kupovala som ju s cieľom, že

budem bez problémov pravidelne doma cvičiť. No, máš ho vidieť! Už som doma 6. týždeň a zatiaľ som si len v pohodli sedačky prezrela kazetu s konštatovaním, že sa bude podľa nej ozaj dobre cvičiť



Polio Melody Band v Kolonáde

Blížim sa k záveru a ešte som vás neoboznámila s najdôležitejšou novinkou Janských Lázní novým rehabilitačným bazénom vybudovaným nad Lázeňským domom. Má asymetrický tvar, jeho vodná plocha je cca 230 m², hĺbka od 1,2 do 1.5 m. Je zásobovaný termálnou vodou. Súčasťou bazénu sú rôzne vodné atrakcie - vodná clona, proti prúd, masáže a perličkové lôžka, podvodné sopky, trysky. Prijemné sú perličkové bazéniky - jeden vnútri s teplotou vody 32 °C a dva na vonkajšej terase. Nový bazén je predpisovaný ako procedúra na celú hodinu. Z toho prvú polhodinu cvičíte a druhú môžete plávať a nabažiť sa vodných atrakcií. Cvičenie vo vode je fajn – i moja plegická ruka dokázala v rytme hudby aký-taký pohyb. K tomu, aby sa prípadní neplavci neutopili, nasadzujú sa brušné molitanové pásy a aby bol sťažený pohyb rúk, navliekajú sa žabacie rukavice. Najväčšia sranda bo la, keď sme mali bežať dopredu, potom dozadu, vľavo a vpravo - než som skoordinovala pohyb dopredu, už bolo treba bežať dozadu, než som chcela bežať dozadu. V bazéne je ešte sama, sucha para, masáže - ale to všetko už za poplatok. Vstupné je 250,- Kč neobmedzene až na 4 hodiny.

Tak a to je pre dnes všetko. Nabudúce môžeme pokračovať v rozpoznávaní starých fotografií - ak ich niekto poskytne.

Srdečne vás zdraví Marika Mruzková z Otravy

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

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

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