

# Aj s hendikepom možno DOBÝJAŤ SVET

„Sme tu medzi svojimi, máme podobné osudy, nič si nevyčítame, nič nezavidíme a podľa svojich možností si navzájom pomáhame.“ Podobné slová sme pri návšteve Strednej odbornej školy pre žiakov s telesným postihnutím v Bratislave počuli viackrát. Napriek trendu integrovať deti s postihnutím do bežných škôl prax ukazuje, že integrácia nie je vhodná pre každého a v mnohých prípadoch môže špeciálna škola ponúknuť lepšie podmienky na vzdelávanie.

„**N**ikdy som nemala problém naučiť sa to, čo zdraví spolužiáci. Ale vždy som mala vyššie ciele a v bežnej škole bolo na mňa tempo trochu prirýchle,“ priznáva tridsaťdvaročná ZUZANA PULŠČÁKOVÁ, ktorá s námahou chodí s pomocou dvoch bariel.

Základnú školu skončila v rodnej dedine Lutina pri Sabinove a jej rozhodnutie ísť do odbornej školy pre telesne postihnutých až do Bratislavy bolo ovplyvnené túžbou dostať sa čo najďalej z domu, vymaniť sa spod maminých ochranných krídel a spoznať svet. „Doma som poznala iba telku a rádio, v Bratislave sa predo mnou otvorilo toľko možností! Krúžky, kultúrne podujatia. A najmä – bola som medzi ľuďmi rovnakých osudov, ktorí si rozumujú. Kamarátky som mala aj doma, ale občas som pre svoj hendikep cítila, že som medzi nimi navyše. Prišla som sem ako také utiahnuté káčatko – a tu som získala sebavedomie.“ Zuzka tu vtedy dokonca našla aj lásku, ale potom musela zo zdravotných dôvodov školu opustiť.

Ubehlo niekoľko rokov a jej sa nič nerobenie a domáci stereotyp rádia – televízor zunovali. Túžila opäť odísť do sveta. Mama nebola proti, ale varovala Zuzku, že s ňou nebude

môcť cestovať na opačný koniec republiky. Na mamino zdesenie Zuzka vyhlásila, že to zvládne aj sama a rozhodla sa vrátiť do bratislavskej školy a získať maturitu v odbore technicko-ekonomický pracovník.

„Keď som po prvý raz pricestovala sama domov na víkend – žívá a zdravá – mama bola prekvapená a mne to neuveriteľne zdvihlo sebavedomie,“ pochváli sa Zuzka. V škole sa stala členkou redakčnej rady školského časopisu a publikuje v ňom aj vlastné básne, no jej snom je vydať raz samostatnú zbierku. Uvažuje o tom, že aj po maturite zostane v Bratislave alebo jej okolí, kde je väčšia šanca, že si nájde prácu. A má na to aj ďalší dôvod – tu má nablízku svoju dávnu lásku, s ktorou sa teraz môže častejšie stretávať.

## SEN O PARALYMPIÁDE

Na minuloročnom Bratislavskom maratóne sa na štarte medzi takmer šesťtisíc účastníkmi objavil aj jediný vozičkár. Za tri hodiny zdolal polmaratón a spokojne konštatoval, že zopár bežcov sa mu podarilo aj predbehnúť.

Prečo sa dvadsaťtriročný MATÚŠ MICHAL, ktorý sa od malička pohybuje na invalidnom vozíku, rozhodol merať si síly s bežcami, opro-



Zuzka píše básne a túži vydať vlastnú zbierku

ti ktorým je na trati v zjavnej nevyhode?

Jeho snom nie je vyhrávať nad zdravými športovcami (aj keď v takejto disciplíne je víťazstvom už samotné zdolanie trate!). Matúšovi ide predovšetkým o to, aby bol na očiach. Aby na seba upozornil, aby čo najviac ľudí videlo jeho odhodlanie, vytrvalosť, športového ducha, pretože sa vôbec netají svojím odvážnym snom, ktorým je účasť na paralympiáde. Disciplína – beh na vozíku, ktorú si zvolil, na Slovensku momentálne nie je v kurze, Matúš sa však rozhodol, že to zmení. Preto sa usiluje zviditeľniť, vyhľadáva príleži-

tosti zúčastniť sa na pretekoch, aby ukázal, čo vie, získaval kontakty a podľa možnosti aj sponzorov.

Je zrejme, že veci, o ktorých sa zhovárime, má premyslené a vďaka internetu aj dobre naštudované. Má informácie o hendikepovaných športovcoch v zahraničí, medzi ktorými našiel svoje vzory, vie aj to, že vo vyspelejších krajinách má šport telesne postihnutých väčšiu podporu štátu a mrzí ho, že u nás to tak nie je. Usilovne trénuje na petržalskej hrádzi – zatiaľ väčšinou len sám – a dúfa, že jeho úsilie bude korunované úspechom.

Matúš vzhľadom na svoje ťažké po-



Matúš sa zúčastňuje na maratónskych behoch spolu so zdravými športovcami

stihnutie nikdy nechodil do bežnej školy – od škôlky navštevuje vzdelávacie inštitúcie pre zdravotne postihnutých. Našťastie je z Bratislavy a nikdy nemusel žiť v internáte. Študuje v druhom ročníku nastavbového štúdia odbor techniko-ekonomický pracovník, ale jeho hlavným koníčkom a predmetom záujmu je šport. Začal sa dokonca zaujímať o možnosť študovať trénerský smer na Fakulte telesnej výchovy a športu. Podľa informácií, ktoré si našiel, zatiaľ na to v tejto škole nie sú podmienky, no Matúš verí, že raz sa laďy pohnú.

### NAVZÁJOM SI POMÁHAME

„Od malička som bol zářytý hokejový fanúšik, ale v živote to tak býva, že človek najviac túži po tom, čo



Patrikovi sa splnil sen – hrá hokej

nemôže mať,“ filozofuje PATRIK TUREČEK, ktorému spôsobuje chôdza problémy. „No mne sa sen splnil – predsa len hrám hokej!“ Dvadsaťjedenročnému Paťovi sa podarilo stať členom slovenského ice sledge hockey tímu (hokeja na sánkach), s ktorým zatiaľ absolvoval tri zápasy a chce dosiahnuť aj viac: zúčastniť sa na paralympiáde. Momentálne mu v tréningoch bránia problémy s chrbticou, ale dúfa, že sú len dočasné.

Paťo zvládol celú základnú školu spolu so zdravými deťmi v rodných Solčanoch. Prečo sa teda nepokúsil študovať ďalej na niektorej blízkej strednej škole, ale odišiel do Bratislavy, kde žije na internáte so samými zdravotne postihnutými? Najprv skončil učebný odbor technicko-administratívny pracovník a teraz študuje v maturitnom odbore mechanik počítačových sietí. Neprekáža mu takéto vyделение sa zo sveta zdravých, keď by vzhľadom na svoje postihnutie pri vytvorení istých podmienok mohol byť integrovaný aj v bežnej škole?

„Naopak, táto škola mi veľmi veľa dala,“ oponuje. „Niekedy je dobre, keď sa deti s postihnutím odpútajú od rodičov, lebo tí majú snahu nám až príliš pomáhať a ťažko získavame samostatnosť. Tu sme odkázaní sami na seba, ale sme medzi svojimi, nič si nevychítame, nič nezavídime a najviac sa mi páči, že si podľa svojich možností navzájom pomáhame. Myslím, že to je veľmi dobré pre budúcnosť každého z nás.“



# PRAKTICKÁ SLOVENKA

## vám poradí, ako bojovať s vírusmi v našej pravidelnej rubrike LEKÁRSKA PORADŇA

Viac sa o tejto téme dozviete z článku v najnovšom čísle **Praktickej Slovenky**.



**Bud'te praktická, ČITAJTE PRAKTICKÚ SLOVENKU**

**NOVÉ ČÍSLO V PREDAJI**

**MOHLA REPREZENTOVAŤ V SOULE**

Budúca zlatníčka ERNA DECSIOVÁ študuje v nadstavbovom maturitnom ročníku. Veľmi si pochvaľuje, že si zvolila túto školu, i keď priznáva, že jej dosť dlho trvalo, kým si zvykla. Jej najväčší hendikep nebol ani tak zdravotný ako jazykový: Erna, ktorá pochádza z dediny Pataš pri Dunajskej Strede, vychodila základnú školu s maďarským vyučovacím jazykom a jej slovenčina bola dosť biedna. Jej zdravotné postihnutie nie je na prvý pohľad viditeľné, Erna má „len“ skoliózu. „Túto školu mi poradil istý známy, ktorý vedel, že sú tu veľmi dobré podmienky na štúdium, oveľa lepšie vybavenie ako v iných školách,“ vysvetľuje a dodáva, že sa nesklamala. Škola ju baví a stáva sa z nej zručná zlatníčka.



Erna vyhráva súťaže mladých šperkárov

Škola má vynikajúco vybavené učebne



V súťaži Študentský šperk získala toto roku tretie miesto a vlani dokonca so svojim strieborným náhrdelníkom vyhrala a mala tak právo zúčastniť sa na abilympiáde v Soule. Zaplatiť si náklady na ďalekú cestu bolo však nad jej možnosti.

**NIE SÚ IZOLOVANÍ**

„Erne mohlo niečo prispieť naše Občianske združenie Bez bariér, ale toľko peňazí, koľko by bola potrebovala, sme si nemohli dovoliť jej poskytnúť,“ objasňuje zástupkyňa riaditeľky školy PhDr. Jaroslava Margolienová. „Z fondu združenia totiž často musíme pomáhať niektorým žiakom so základnými vecami. Máme tu aj deti zo sociálne slabých rodín, ktorým treba kúpiť oblečenie, prispieť na lieky, neraz zaplatiť okuliare.“

Za samotné štúdium, internát ani stravu žiaci neplatia. Táto odborná škola s takmer päťdesiatročnou tradíciou na Mokrohájskej ulici v Bratislave ako jediná na Slovensku patrí pod rezort ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny, ktorý ju dotuje ako súčasť Inštitútu pre pracovnú rehabilitáciu občanov so zdravotným postihnutím. Žiakmi odbornej školy sa môžu stať aj ľudia, ktorí potrebujú pre zmenený zdravotný stav získať novú kvalifikáciu, preto je horná veková hranica až štyridsaťpäť rokov.

Aj v tejto škole, podobne ako v mnohých internátnych školách pre zdravotne postihnutých, je v posledných rokoch menej žiakov ako kedysi. Ro-



Po vyučovaní študentom venujú fyzioterape...

dičia sa snažia svoje deti integrovať v mieste bydliska, pre mnohých je to únosná finančná záťaž. V čom však dŕžia zástupkyňa riaditeľky prednosti tejto internátnej školy?

„Mnohým zdravotne postihnutým nehoví tempo vyučovania v bežných školách. Tu majú vytvorené podmienky, a keďže sa im pedagógovia mohli venovať podľa ich potrieb, v triedach je maximálne dvanásť žiakov. A okrem toho tu zdravotne postihnutí dostanú komplexnú lodennú starostlivosť – máme tu lekárku zdravotnú sestru, chodia sem lekári špecialisti, máme dobre vybavené rehabilitačné centrum.“

Mnoho tunajších žiakov má na prvý pohľad neviditeľné postihnutie. Mladí ľudia napríklad s poruchami čuchu či cukrovkou tiež potrebujú osobitný režim a diétne stravovanie, ktoré im tu poskytnú. A ani tí, čo žijú v internáte, sa necítia byť izolovaní od okolitého sveta. Mnohí z tých, ktorí by doma žili medzi štyrmi stenami, v Bratislave navštevujú kiná a divadlá, chodia na športové podujatia a aj sami športujú. Škola im poskytuje dobrý základ a niet divu, že tu majú aj druhé generácie žiakov – deti rodičov, ktorí sa pred rokmi práve tu zoznámili.

**Zvyšujú kvalitu života**

„Ak ľuďom so zdravotným postihnutím ktosi ponúkne odbornosť, znamená to veľký posun v kvalite ich života – umožní im to zabojsť na trhu práce a zníži odkázanosť na sociálne dávky a kompenzácie,“ hovorí Dušan Piršel, riaditeľ Inštitútu pre pracovnú rehabilitáciu občanov so zdravotným postihnutím na Mokrohájskej ceste v Bratislave, jediného a certifikovaného zariadenia na Slovensku, ktoré poskytuje komplexnú – liečebnú, pracovnú, sociálnu a pedagogicko-výchovnú – rehabilitáciu.

Významným subjektom inštitútu je Stredná odborná škola (SOŠ) pre žiakov s telesným postihnutím, ktorá ponúka nielen kvalitné odborné vzdelávanie, ale aj komplexnú liečebnú rehabilitáciu. Škola poskytuje vzdelávanie v troj- a štvorročných odboroch a dvojročných nadstavbových odboroch. Podľa prieskumov sa do pracovného procesu zaradilo 45 percent absolventov a 24 percent pokračuje vo vzdelávaní ďalej.

Ďalším dôležitým úsekom inštitútu je Centrum sociálnej a pracovnej rehabilitácie, ktoré poskytuje poradenské a informačné služby pre ľudí so zdravotným postihnutím. Komunikuje s úradmi práce,

sociálnych vecí a rodiny pri uchádzaní sa žiakov SOŠ o zamestnanie. Inštitút v roku 2009 získal certifikát na fyzické diagnostikovanie zostatkového pracovného potenciálu ISERNHAGEN. Ďalej sa tento úsek zaoberá tréningom a hodnotením jednoduchých pracovných zručností, schopností pracovnej záťaže, výberom a odporúčaním vhodnej pracovnej činnosti. Poskytuje psychologické poradenstvo, diagnostiku, odborné poradenstvo pri úprave pracoviska pre hendikepovaného a podobne. Ďalšou časťou inštitútu je Úsek zdravotnej starostlivosti a liečebnej rehabilitácie. Žiakovi sa po vyučovaní presne podľa indikácií venujú odborníci, dostávajú masáže, voľné doliečbu a podobne. Pracujú tu kvalifikované fyzioterapeutky, detský rastový lekár, ortopéd, neurológ, rehabilitačný lekár a stomatológ. Inštitút a jeho služby môže využívať každý občan Slovenska s vrodzeným alebo získaným (napríklad po vážnom pracovnom úraze) telesným postihnutím. Prichádzajú sem aj ľudia s poruchami sluchu, zraku či so špecifickými poruchami učenia. Prijímanie do študijných odborov sa uskutočňuje aj priebežne počas školského roka.

LUDMILA GRODOVSKÁ  
Foto: Dušan Kittler