

Osobná asistencia

TEÓRIA A PRAX



Mgr. Andrea Madunová

Mgr. Mária Duračinská

Osobná asistencia

Teória a prax

Mgr. Andrea Madunová

Mgr. Mária Duračinská



Organizácia muskulárnych dystrofikov v SR

Aktualizované 3. vydanie

Bratislava 2019

Toto vydanie brožúry finančne podporila Nadácia Volkswagen Slovakia



**Nadácia
Volkswagen Slovakia**

Osobná asistencia

TEÓRIA A PRAX

Autorky: Mgr. Mária Duračinská, Mgr. Andrea Madunová

Spoluautorky: Mgr. Alena Hradňanská, Mgr. art. Katarína Uhrová

Ilustrácie: Mgr. art. Veronika Melicherová

Tretie, aktualizované, vydanie.

Vydala v r. 2019 Organizácia muskulárnych dystrofikov v SR.

Reprodukovať publikáciu alebo jej časti je možné len so súhlasom
autoriek a organizácie.

ISBN: 978-80-973582-0-4

„Asistencia mi veľa dala a len málo vzala. Teraz som pánom svojho času a môžem sa venovať mnohým záľubám.“ Adam

„Keď sa vrátim domov, mám dobrý pocit z toho, že som svojou maličkosťou pomohla niekomu, aby mohol žiť plnohodnotnejší život.“ Katka

„Osobná asistencia je skvelá pomoc. Využívam ju vo veľkom. Bez asistencie by som sa musela obmedzovať a ja sa obmedzovať nechcem.“ Silvia

„Keď mi klient povie, že vďaka mne sa naučil orientovať v meste alebo že so mnou ide všetko ľahšie, uvedomím si dôležitosť asistencie a jej vplyv na ľudí, s ktorými pracujem.“ Ivan

Obsah

Predhovor	6
1 Osobná asistencia	9
1.1 Nezávislý život.....	10
1.2 Čo je osobná asistencia	11
1.3 Čo nie je osobná asistencia.....	12
1.4 Pozitíva a negatíva asistencie	14
2 Užívateľ a užívateľka osobnej asistencie	16
2.1 Kto je užívateľ a užívateľka asistencie	17
2.2 Základné predpoklady	18
2.3 Individuálnosť potrieb	18
2.4 Rozsah hodín osobnej asistencie	19
2.5 Postup pri vybavovaní príspevku.....	22
2.6 Administratívne povinnosti.....	24
3 Osobný asistent a osobná asistentka	29
3.1 Kto je osobný asistent a osobná asistentka.....	30
3.2 Základné predpoklady	31
3.3 Profesionálna etika	32
3.4 Asistent a asistentka v sociálnom systéme	33
3.5 Administratívne povinnosti.....	34
4 Osobná asistencia v praxi	36
4.1 Vzťahy	37
4.2 Komunikácia.....	38
4.3 Rodina.....	39
4.4 Hľadanie asistentov a užívateľov.....	41
4.5 Organizovanie služieb	43
4.6 Dohody a pravidiel.....	44
4.7 Rýchlokurz pre asistentov a asistentky.....	45
5 Osobná asistencia na Slovensku	50
5.1 Pilotné obdobie.....	51

5.2	Právna úprava osobnej asistencie.....	52
5.3	Porovnanie v rámci V4	55
5.4	Výzvy do budúcnosti.....	57
5.5	Agentúry osobnej asistencie.....	58
5.6	Agentúry osobnej asistencie OMD v SR.....	58
6	Asistencia mi zmenila život	62
6.1	Adam: Asistencia bola príležitosť posunúť sa vpred.....	63
6.2	Katka: Hľadala som únik z rutiny. Našla som ľudskosť.....	64
6.3	Silvia: Fungovať musím 24 hodín denne. S asistenciou sa to dá	65
6.4	Ivan: Nie je to len o podávaní vecí.....	67
	Záver	69
	Zoznam použitej literatúry	70
	Index	73
	O autorkách.....	74
	Organizácia muskulárnych dystrofií v SR.....	75

Predhovor

Milí čitatelia, milé čitateľky,

V čase písania tohto úvodu vo mne zarezoval výrok: „Má človek právo byť šťastný? Človek by mal byť užitočný“. Je v ňom mnoho múdrosti. Presne vystihuje túžbu nás, ľudí so zdravotným postihnutím. Byť v niečom prínosný, môcť sa realizovať, naplňovať svoje sny, to robí človeka šťastným a jeho život naplneným. Je tu však jeden veľký rozdiel. Človek so zdravotným postihnutím potrebuje na to, aby mohol uplatniť svoje danosti v rodine, v komunite, v práci a teda v spoločnosti, pomoc inej osoby.

Tak, ako naši rovesníci a rovesníčky bez postihnutia, aj my si želáme mať rovnaké možnosti a príležitosti. Aj my by sme chceli rozhodovať o našich životoch, o tom kde a s kým budeme žiť, kto a akým spôsobom nám bude pomáhať. Tejto slobode v rozhodovaní hovoríme nezávislý život a pomoci, ktorá to umožňuje, osobná asistencia.

Napriek tomu, že v roku 2018 sme symbolicky oslávili 20 rokov osobnej asistencie na Slovensku (1998 – 2018), informácií o tejto forme pomoci a nezávislom živote pre ľudí so zdravotným postihnutím je stále nedostatok. Silno si tieto skutočnosti uvedomujeme. Vieme o nich z našej dlhoročnej poradenskej činnosti v Agentúre osobnej asistencie Bratislava pod hlavičkou Organizácie muskulárnych dystrofikov v SR (OMD v SR). Zažívame ich na vlastnej koži v našom každodennom užívateľsko-asistenčnom živote.

My, autorky, hoci sme odborne kvalifikované, zdolávame tie isté výzvy a prekážky v spojitosti s ťažkým zdravotným postihnutím a našou snahou byť užitočné a kontrolovať naše životy. Presne tak, ako iní užívatelia a užívatelky. Táto brožúra teda naplňuje ďalší z princípov nezávislého života. Je založená na vzájomnom poradenstve (peer counseling), keď ľudia so zdravotným postihnutím sú najlepšími odborníkmi a odborníčkami na riešenie svojich problémov.

Informácie a poradenstvo potrebujú nielen užívatelia a užívatelky, ale aj osobní asistenti a asistentky, ktorí mnohokrát tápajú. Chcú pomáhať, byť užitoční pre druhých, no práve chýbajúca podpora im sťažuje ich uplatnenie a často nakoniec vytlačí z tejto pomáhajúcej profesie. Dôvodom je aj ich slabé postavenie v sociálnom systéme. Našou snahou je zmeniť to. Myslíme si, že dozrel čas, aby štát uznal prácu osobných asistentov a asistentiek za prácu a ľuďom, ktorí ju vykonávajú, poskytol komplexné sociálne zabezpečenie.

V rukách držíte už tretie vydanie brožúry Osobná asistencia – teória a prax. Od jej posledného vydania v roku 2015 sa udialo viacero významných udalostí. Podporili

sme vznik ďalšej Agentúry osobnej asistencie Žilina pod OMD v SR, vytvorili sme špecializovanú webstránku osobnaasistencia.sk a prijaté boli viaceré pozmeňujúce zákony. Všetky zmeny reflektujeme v aktualizovanom vydaní publikácie. Obsah brožúry je po novom rovnomerne zameraný na užívateľa aj osobného asistenta a je plný praktických rád. Pokúsili sme sa zhrnúť základné zásady profesijnej etiky pri výkone osobnej asistencie. Čitateľov a čitateľky stručne oboznamujeme s filozofiou nezávislého života a súčasnou právnou úpravou. Záver patrí osobným skúsenostiam, ktoré ukazujú, akú moc môže mať osobná asistencia v živote asistenta, asistentky, užívateľa a užívateľky.

Veríme, že brožúra bude prínosná pre človeka so zdravotným postihnutím, ktorý nad osobnou asistenciou ešte len uvažuje, a ocenia ju aj ľudia, pre ktorých je pevnou súčasťou ich životov.

Dúfame, že tak isto bude užitočnou pomôckou pre ľudí zaujímajúcich sa o túto prácu a samotných asistentov a asistentky.

Záverom ďakujeme za spoluprácu pri tvorbe brožúry Ivanovi, Kataríne, Adamovi a Silvii, ktorí boli ochotní podeliť sa s nami o svoju vlastnú skúsenosť s osobnou asistenciou.

Podakovanie patrí aj Nadácii Volkswagen, ktorá finančne podporila vydanie tejto publikácie.

Mária Duračinská, za celý tím autoriek

Edičná poznámka

V publikácii pracujeme s odbornou terminológiou, ktorú uvádza Dohovor OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím a zákon č. 447/2008 Z. z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia. V texte používame slovné spojenia „užívateľ osobnej asistencie“ a „užívateľka osobnej asistencie“, hoci zákon o kompenzáciách tieto termíny nepozná. V praxi je toto pojmoslovie zaužívané a akceptované. Pri písaní bol pre nás užitočný aj Výberový slovník vhodných a nevhodných pojmov pre označovanie zdravotného postihnutia, ktorý zostavila PhDr. Anna Šmečilová, PhD.

1 Osobná asistencia



1.1 Nezávislý život

„Býval som v internáte v Bratislave a cez víkendy u rodičov, tiež v Bratislave. Samozrejme, na oboch miestach platili pomerne prísne pravidlá denného režimu. Znamenalo to, že som si nemohol len tak zmyslieť ísť do mesta, na nákupy a podobne,“ hovorí Adam, 25-ročný muž na vozíku, o istom období svojho života.

Len tak ísť von. Spraviť si program podľa seba. Pre niekoho samozrejmosť, pre Adama túžba, realizácia ktorej si vyžadovala časté prispôsobovanie sa: systému štátnej inštitúcie, času, potrebám a prioritám rodiny. Adamovi rovesníci, kamarátky či susedia nepotrebovali na to, aby mohli ísť len tak von, prekonávať fyzické bariéry a dodržiavať program stanovený niekým iným.

Mať rovnaké práva, slobody a príležitosti ako ľudia bez zdravotného postihnutia. Žiť nezávisle, rozhodovať o vlastnom živote, prevziať zodpovednosť za seba a svoje rozhodnutia. Tieto princípy tvoria základ filozofie nezávislého života. Podľa nej sú ľudia so zdravotným postihnutím najlepšie odborníci a odborníčky na vlastné potreby a sami najlepšie vedia, ako riešiť svoje problémy. Spoločnosť ich má vnímať v prvom rade ako občanov a občianky, až potom ako užívateľov a užívateľky lekárskej starostlivosti.

Zásady filozofie nezávislého života:

- akceptácia zdravotného postihnutia, zvyšovanie sebadôvery, aktivácia a snaha o vlastné uplatnenie
- kontrola nad osobným životom človeka s postihnutím a snaha o ovplyvňovanie verejných politík
- povinnosť spoločnosti zabezpečiť základné potreby osôb so zdravotným postihnutím
- vedenie detí s postihnutím k samostatnosti od útleho veku
- rovnaké príležitosti a určovanie vlastných životných potrieb ľudí so zdravotným postihnutím
- odmietanie systému ústavných inštitúcií
- odmietanie prístupu „o nás bez nás“

Nezávislý život uprednostňuje peňažné príspevky pred poskytovaním služieb zo strany úradov. Dáva človeku možnosť slobodne si vybrať medzi poskytovateľmi služieb, podľa vlastného uváženia si ich „kúpiť“ a kontrolovať. Žiada odstránenie všetkých fyzických (infraštruktúrnych a inštitucionálnych) aj psychických bariér. Požaduje zaviesť do praxe univerzálny dizajn, ktorý automaticky ráta s pohybom ľudí s rôznymi druhmi postihnutia alebo s inými obmedzeniami (seniori a seniorky, rodičia s deťmi) bez toho, aby boli potrebné ďalšie špeciálne architektonické úpravy prostredia.

Jedným z nástrojov, prostredníctvom ktorých môže človek prekonávať znevýhodnenia spôsobené zdravotným postihnutím, a tým žiť nezávisle, je osobná asistencia.

1.2 Čo je osobná asistencia

Osobná asistencia je pomoc fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím pri rôznych úkonoch a činnostiach. Je jedným zo spôsobov kompenzácie dôsledkov zdravotného postihnutia. Predstavuje podporný nástroj, ktorý človeku so zdravotným postihnutím umožňuje viesť relatívne nezávislý a samostatný život vo svojej domácnosti, byť rovnoprávnym členom a členkou rodiny, študovať, pracovať alebo byť iným spôsobom prínosom pre spoločnosť (podľa Adamovičová, Gričová, 2000).

Osobná asistencia je založená na medzilidskom vzťahu a dohode medzi užívateľom, užívateľkou osobnej asistencie a osobným asistentom, asistentkou ktorý asistenciu vykonáva. Užívateľia a užívateľky delegujú na asistentov a asistentky tie činnosti, ktoré z dôvodu postihnutia nemôžu vykonávať samostatne alebo ich musia robiť s pomocou iných osôb. Vďaka tomu majú čas a energiu na aktivity, ktoré samostatne vykonávať dokážu.

Pojem „osobná“ znamená, že osoba so zdravotným postihnutím sama rozhoduje o tom, ktoré aktivity a akým spôsobom sa vykonávajú. Každý človek je jedinečný a má vlastný spôsob života. Pomoc sa preto prispôbuje individuálnym potrebám ľudí so zdravotným postihnutím. Požiadavky na asistenciu ovplyvňuje aj rodinné zázemie, spôsob bývania, (bez)bariérovosť prostredí, používanie kompenzačných pomôcok a ďalšie faktory.

Za osobnú asistenciu sa považujú rôznorodé činnosti, pri ktorých človek s postihnutím potrebuje pomoc inej osoby. Môže to byť asistencia pri samoobslužných úkonoch, hygiene, premiestňovaní, štúdiu, voľnočasových aktivitách, záľubách, starostlivosti o rodinu a mnohé ďalšie.

Osobná asistencia má formu peňažného príspevku na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia, ktorý vypláca štát. Peňažný príspevok na osobnú asistenciu osobe s ťažkým zdravotným postihnutím priznáva a vypláca úrad práce, sociálnych vecí a rodiny.

1.2.1 Základné východiská

Osobná asistencia človeku s postihnutím umožňuje prijať pomoc a riadiť ju doma alebo v prostredí, ktoré si sám zvolí. Vďaka tomu nie je odkázaný na život v špecializovaných zariadeniach a inštitúciách. Tento princíp sa odborne označuje ako **deinštitucionalizácia** (podľa Gričová, 2000).

Asistenti a asistentky nepotrebujú špeciálne vzdelanie alebo kvalifikáciu; človek s postihnutím ich do spôsobov, ktorými mu treba pomáhať, zaúča sám a na základe svojich požiadaviek –**deprofesionalizácia** (podľa Ratzka, 1989).

Osobnú asistenciu nevymedzuje presný počet úkonov ani presný čas, kedy by sa mali vykonať. Asistenciu možno robiť aj počas víkendov, sviatkov a v noci, organizácia práce závisí od dohody – **delimitácia**.

Pri osobnej asistencii sa rozlišuje medzi pojmami „postihnutie“ a „choroba“. Označovať človeka s postihnutím za „chorého“ len na základe jeho postihnutia je nesprávne. Nie je nepretržite objektom zdravotnej starostlivosti, lekársku pomoc spravidla vyhľadá vtedy, keď ochorie, napríklad dostane chrípku. Inými slovami – ľudia s postihnutím nie sú „pacienti“ a „pacientky“ – **demedikalizácia**.

1.3 Čo nie je osobná asistencia

V súvislosti s osobnou asistenciou sa medzi laickou verejnosťou často šíria nesprávne alebo čiastkové informácie. Dochádza tiež k nesprávnej interpretácii základných princípov tejto formy pomoci. Je preto dôležité vysvetliť najčastejšie sa opakujúce omyly.

1.3.1 Asistencia nie je opatrovanie

Mnohí ľudia si osobnú asistenciu mýlia s opatrovaním a osobných asistentov a asistentky nesprávne pokladajú za opatrovateľov a opatrovateľky. Tento omyl zrejme vzniká aj preto, že činnosti, pri ktorých sa poskytuje pomoc, sú rovnaké – hygiena, prijímanie potravy, premiestňovanie, mobilita, pomoc pri vzdelávacích, pracovných a voľnočasových aktivitách. Rozdiel je v tom, kto, kedy, akým spôsobom a v akom rozsahu pomoc poskytuje a kto poskytovanie pomoci riadi.

Pri opatrovaní starostlivosť väčšinou poskytuje člen/ka rodiny alebo profesionálna opatrovateľská služba, ktorú zabezpečuje mesto, samosprávny kraj alebo súkromný poskytovateľ. Opatrovaní ľudia obvykle nemajú možnosť ovplyvniť, od koho pomoc prijmú. Pri osobnej asistencii si človek so zdravotným postihnutím zabezpečuje pomoc prostredníctvom asistentov a asistentiek. Je zodpovedný za ich výber, zaučenie, čas a spôsob vykonávania jednotlivých činností, vyplácanie odmeny.

Ak opatrovanie poskytuje rodinný príslušník, človek so zdravotným postihnutím sa môže spoľahnúť na istotu a nepretržitosť pomoci. Opatrovanie nie je náročné na administratívu a opatrovatelia a opatrovateľky majú stabilný príjem. Užívateľ a užívateľka asistencie, naopak, zodpovedá za organizovanie asistenčných služieb a má administratívne povinnosti voči štátu.

Osoba, ktorá chce vykonávať opatrovateľskú službu v domácnosti klienta/ky a v zariadení sociálnych služieb musí mať dosiahnuté stredné odborné vzdelanie

v študijnom odbore so zameraním na opatrovanie alebo na poskytovanie zdravotnej starostlivosti, prípadne má povinnosť absolvovať akreditovaný opatrovateľský kurz v dĺžke najmenej 220 hodín. Človek opatrujúci svojho rodinného príslušníka nepotrebuje formálne vzdelanie. Pokiaľ ide o asistenciu, jej vykonávanie si nevyžaduje žiadne špeciálne vzdelanie či kurz, jedinou formálnou podmienkou je plnoletosť a spôsobilosť na právne úkony bez obmedzenia.

1.3.2 Rodinní príslušníci nie sú ideálni osobní asistenti

Pre mnohých rodinných príslušníkov je prirodzené pomáhať svojim blízkym so zdravotným postihnutím. Ak však starostlivosť poskytujú nepretržite a dlhodobo, môže sa u nich prejavovať prepracovanosť, v dôsledku ktorej prestávajú byť fyzicky a psychicky schopní naplniť všetky potreby blízkej osoby. Pomoc sa v týchto prípadoch často zužuje len na nutné fyzické činnosti, pričom spoločenské, kultúrne a iné aktivity sa odsúvajú do úzadia. Rodinní príslušníci nemajú čas ani energiu dostatočne sa venovať zvyšku rodiny, a už vôbec nie sebe. Dôsledkom býva únava a chýbajúci priestor na vlastné potreby. Takéto preťažovanie spôsobuje frustráciu, stres a z nich plynúce ďalšie problémy.

Jedným z cieľov osobnej asistencie je aj odľahčenie rodiny, ktorej členovia poskytujú nepretržitú pomoc svojim blízkym. Rodinným príslušníkom sa preto neodporúča vykonávať asistenciu svojim príbuzným vo veľkom rozsahu. Vhodnejšie je motivovať príbuzných so zdravotným postihnutím na menšiu závislosť od rodiny a podporovať ich rozhodnutie spolupracovať s inými asistentmi a asistentkami. Je aj v záujme rodinných príslušníkov, aby ich deti alebo iní členovia a členky rodiny so zdravotným postihnutím mohli byť v budúcnosti samostatní.

Zákon stanovuje podmienky, za ktorých môžu najbližší rodinní príslušníci vykonávať osobnú asistenciu svojim príbuzným (viď časť Kto je osobný asistent).

1.3.3 Osobný asistent nie je pracovný asistent

Asistent a asistentka nepomáha užívateľovi a užívateľke na pracovisku a pri úkonoch súvisiacich s výkonom zamestnania. Tieto hodiny sa nezapočítavajú do rozsahu hodín osobnej asistencie, pretože úrad práce ich nepriznáva a nevypláca prostredníctvom peňažného príspevku na osobnú asistenciu. Asistent/ka však môže užívateľa/ku sprevádzať do a zo zamestnania. V tomto prípade sa hodiny do rozsahu osobnej asistencie započítavať môžu.

Pokiaľ človek so zdravotným postihnutím potrebuje pri výkone zamestnania a osobných potrieb počas pracovného času pomoc inej osoby, odporúča sa požiadať o príspevok na činnosť pracovného asistenta. Žiadosť o príspevok na mzdu pracovného asistenta podáva zamestnávateľ osoby so zdravotným postihnutím alebo osoba so zdravotným postihnutím, ktorá je samostatne zárobkovo činnou osobou.

Príspevok sa vybavuje na odbore služieb zamestnanosti na príslušnom úrade práce na oddeleniach Aktívne opatrenia na trhu práce a Európsky sociálny fond.

Tento príspevok je upravený zákonom č.5/2004 Z.z. o službách zamestnanosti a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov v § 59 Príspevok na činnosť pracovného asistenta.

Pracovný asistent a pracovná asistentka musí mať najmenej 18 rokov a spôsobilosť na právne úkony bez obmedzenia. Zmluvný vzťah je výlučne medzi zamestnávateľom / zamestnávateľkou a pracovným asistentom/asistentkou. Zamestnanec/zamestnankyňa so zdravotným postihnutím nemá vplyv na to, koho jeho zamestnávateľ/ka zamestná na túto pozíciu. Môže však byť nápomocný/á pri hľadaní a výbere vhodnej osoby. Jeden pracovný asistent/pracovná asistentka môže pomáhať viacerým ľuďom na jednom pracovisku, takže každý zamestnanec/každá zamestnankyňa so zdravotným postihnutím nemusí mať svojho pracovného asistenta/asistentku.

1.3.4 Osobný asistent nie je asistent učiteľa

Osobná asistencia sa nepriznáva počas vyučovania dieťaťa na základnej a strednej škole. Na tieto úkony slúži pomoc asistenta/asistentky učiteľa. Je zamestnancom/zamestnankyňou školského zariadenia a jeho/ jej práca je hradená zo zdrojov ministerstva školstva. Na vykonávanie tejto činnosti musí mať asistent/ka učiteľa dosiahnuté aspoň pedagogické minimum.

Štatút asistenta učiteľa je zakotvený v zákone č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon). Finančné prostriedky na osobné náklady asistentov a asistentiek učiteľa sa poskytujú podľa § 4a zákona č. 597/2003 Z. z. o financovaní základných škôl, stredných škôl a školských zariadení.

Výnimku tvorí štúdium na vysokej škole, keď užívateľ/ka osobnej asistencie môže do rozsahu hodín zarátať aj pomoc počas vyučovania. Vtedy asistent/ka vykonáva činnosti súvisiace so štúdiom na vysokej škole – písanie poznámok, pomoc pri toalete počas vyučovania, návšteva knižnice alebo sprevádzanie počas študijných pobytov mimo Slovenskej republiky kratších ako 303 po sebe nasledujúcich dní.

1.4 Pozitíva a negatíva asistencie

Osobná asistencia neponúka univerzálny návod na riešenie všetkých problémov súvisiacich so zdravotným postihnutím. Nie je to ani forma pomoci, ktorá vyhovuje každému človeku. Pre mnohých ľudí však znamená šancu na skvalitnenie života a relatívne nezávislú existenciu. Ak má byť efektívnym a funkčným nástrojom, treba sa s ňou vopred dôkladne oboznámiť a pochopiť všetky jej plusy a mínusy.

1.4.1 Pozitíva

Vďaka osobnej asistencii človek so zdravotným postihnutím môže slobodne a nezávisle rozhodovať o vlastnom živote, svojich potrebách, záujmoch, aktivitách, o osobnom a profesijnom raste. To je jej najväčšie pozitívum; asistencia umožňuje žiť plnohodnotný život napriek fyzickým či psychickým obmedzeniam.

Asistencia dáva šancu prevziať zodpovednosť za vlastný život a aktívne riešiť svoje osobné záležitosti. Pomáha akceptovať vlastné zdravotné postihnutie so všetkými kladmi a záporni a uvedomiť si svoju jedinečnosť.

Umožňuje udržať si priateľov a pestovať si s nimi vzťahy bez závislosti od nich. Odbremeňuje rodinných príslušníkov a znižuje ich zaťaženie stresom. Môže zabrániť rozpadu manželstva alebo rodiny z dôvodu preťaženia.

Ľudia so zdravotným postihnutím sa vďaka nej môžu osamostatniť, absolvovať štúdium a prípravu na povolanie, založiť si rodinu, prevziať rodinné roly a s nimi súvisiace povinnosti.

Asistencia zabraňuje izolácii človeka pred umiestnením v zariadení sociálnych služieb.

1.4.2 Negatíva

Osobná asistencia sa nepokladá za ideálne riešenie a prináša so sebou aj negatíva. Tým najvýraznejším je nedostatok kvalitných asistentov a asistentiek, resp. ich fluktuácia. Hlavným dôvodom je slabé finančné ohodnotenie a chýbajúce sociálne zabezpečenie ľudí vykonávajúcich asistenciu. Človek s ťažkým telesným postihnutím, odkázaný na celodennú pomoc, ich musí hľadať prakticky neustále, čo prináša neistotu a komplikácie.

Asistencia predstavuje zásah do súkromia človeka a jeho rodiny. Problémom je aj nepredvídateľnosť každodenných situácií: môže sa stať, že asistent/ka nepríde v dohodnutom termíne alebo náhle prestane asistenciu vykonávať, čo prináša stres a problémy.

Pri osamelo žijúcich ľuďoch, ktorí si do domácnosti púšťajú ako asistenta/ku cudzieho človeka, hrozí riziko okradnutia, fyzického alebo psychického ublíženia.

Fakt, že osobnú asistenciu možno priznať maximálne na 20 hodín denne, komplikuje situáciu človeku, ktorý žije sám a potrebuje pomoc aj v noci.

2 Užívateľ a užívateľka osobnej asistencie



2.1 Kto je užívateľ a užívateľka asistencie

Užívateľ, užívateľka osobnej asistencie je človek s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorý v dôsledku postihnutia nemôže vykonávať bežné činnosti. Pri nich mu pomáha – asistuje – osobný asistent, asistentka. Užívateľ/ka môže mať viacerých asistentov/tky.

Osobná asistencia je vhodná pre osobu s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorá má obmedzenú schopnosť v oblasti mobility, samoobsluhy, komunikácie, starostlivosti o domácnosť alebo v oblasti realizácie rôznych sociálnych aktivít.

Asistencia sa odporúča človeku, ktorý potrebuje pomoc inej osoby pri niektorých alebo všetkých činnostiach, akými sú hygiena, obliekanie, polohovanie, premiestňovanie z vozíka na posteľ či toaletu, nakupovanie, varenie, upratovanie, žehlenie, pranie.

Ďalej je to pomoc pri dorozumievaní, vzdelávacích, občianskych, rodinných a voľnočasových aktivitách. Patrí sem aj asistencia pri preprave a premiestňovaní na tieto aktivity vrátane prepravy za pracovnou činnosťou a dohľad.

Osobná asistencia ako forma pomoci je vhodná pre deti aj dospelých s ťažkým zdravotným postihnutím, nielen s fyzickým, ale aj so zmyslovým, s mentálnym či kombinovaným postihnutím, pre ľudí s psychiatrickými ochoreniami alebo deti a dospelých s autizmom.

Užívateľ/ka osobnej asistencie je človek, ktorému bol priznaný peňažný príspevok na osobnú asistenciu. O tom, kto je odkázaný na osobnú asistenciu a v akom rozsahu, rozhoduje miestne príslušný úrad práce, sociálnych vecí a rodiny (ÚPSVR). Úrad vydáva komplexný posudok so zoznamom konkrétnych činností, na ktoré je osoba s postihnutím odkázaná, a ich rozsah. V samostatnom rozhodnutí uvedie počet asistenčných hodín na kalendárny rok a výšku finančných prostriedkov, ktoré počas kalendárneho roka možno použiť na osobnú asistenciu.

Peňažný príspevok na osobnú asistenciu sa nepriznáva osobe so zdravotným postihnutím, ak vlastní hnutelný a nehnuteľný majetok, ktorého hodnota je vyššia ako 39 833 eur. Do hodnoty majetku sa nepočíta nehnuteľnosť, v ktorej má daná osoba trvalé bydlisko. Ďalší majetok, ktorý sa nezapočítava, uvádza príslušný zákon.

Peňažný príspevok na osobnú asistenciu sa poskytuje najskôr od 6. roku dieťaťa do 65. roku. Po dovŕšení 65. roku možno tento príspevok poskytnúť len vtedy, ak bol osobe s postihnutím poskytovaný aj pred dovŕšením 65. roku života.

Užívateľom/kou osobnej asistencie môže byť aj človek, ktorý je schopný hradiť odmeny asistentom/kám z vlastných finančných prostriedkov.

2.2 Základné predpoklady

Rozhodnutie začať s asistenciou znamená, že z pasívneho príjemcu alebo pasívnej príjemkyne pomoci sa stáva jej aktívny organizátor či aktívna organizátorka. Tento proces nie je jednoduchý, práve naopak, mnohí ľudia majú s prijatím prvotných zmien ťažkosti.

Ľudia so zdravotným postihnutím, ktorí dlhodobo prijímajú pomoc len od rodinných príslušníkov, sú zvyknutí na ustálený systém starostlivosti. Spravidla sa zabezpečuje podľa dohodnutých a overených postupov, pri ktorých zúčastnené osoby vedia, čo, ako a kedy treba vykonať.

Rozhodnutie začať s osobnou asistenciou výrazne mení zaužívaný pohľad na pýtanie si a organizovanie pomoci. Človek sa v prvom rade musí naučiť o pomoc požiadať ľudí, ktorí nie sú jeho rodinnými príslušníkmi. Mal by preto vedieť presne pomenovať, čo potrebuje a ako treba činnosť vykonať. Musí zrozumiteľne vysvetliť, akým spôsobom sa manipuluje s jeho telom a ako sa narába s kompenzačnými pomôckami, ktoré používa.

Mnohí potenciálni užívatelia a užívatelky asistencie si myslia, že asistentov, asistentky im prideli úrad práce či iná inštitúcia. Tento predpoklad nie je správny. Užívateľ/ka si asistentov/ky hľadá sám/a. Musí preto prijať časť neistoty, ktorú hľadanie prináša. Je dôležité vedieť, čo má od nich očakávať, aké vlastnosti uprednostňuje a ktoré sú neprijateľné, má si stanoviť hranice, ktoré odmieta prekročiť. Musí tiež efektívne komunikovať a mať odvahu riešiť prípadné konfliktné situácie.

Ďalšia zmena súvisí s riadením pomoci. Užívateľ/ka asistencie sa stáva de facto „zamestnávateľom“/„zamestnávateľkou“, čo znamená, že zodpovedá za výber a zaučenie asistujúcich ľudí, organizuje im služby, vypláca im finančnú odmenu a vedie administratívu spojenú s asistenciou.

Užívatelia a užívatelky osobnej asistencie musia mať vplyv na rozhodnutia vo svojom živote a asistenti a asistentky nemajú právo im do nich zasahovať. V duchu dodržiavania zásad filozofie nezávislého života je dôležité, aby užívatelia/ky boli osobne zainteresovaní do všetkých rozhodnutí, ktoré sa ich týkajú.

2.3 Individuálnosť potrieb

Ako je možné, že dvaja ľudia s rovnakým druhom zdravotného postihnutia majú priznaný rozdielny rozsah hodín osobnej asistencie? Toto nie je len laická otázka, často si ju kladú aj ľudia, ktorí asistenciu už využívajú. Sú presvedčení, že čím má človek ťažšie zdravotné postihnutie, tým vyšší rozsah hodín osobnej asistencie mu náleží. Tento spôsob uvažovania je však nesprávny. Závažnosť zdravotného

postihnutia je len jedným z množiny faktorov, podľa ktorých sa posudzuje rozsah hodín.

V osobnej asistencii má kľúčovú rolu **individuálnosť potrieb** aktuálnych či potenciálnych užívateľov a užívateľiek. Vychádza z faktu, že každý človek so zdravotným postihnutím je iný, má svoj nenapodobiteľný spôsob života, zvyky, rituály či záľuby. Bezdetná užívateľka má na osobnú asistenciu iné požiadavky ako rodič maloletého dieťaťa, vysokoškoláčka potrebuje asistenciu pri iných činnostiach ako zamestnaný človek. Okrem osobnostných čŕt a životných cieľov vplyvajú na potreby človeka s postihnutím aj rôzne prostredia, v ktorých pôsobí.

Rodinné prostredie je dôležitým faktorom na určenie požadovaného množstva asistenčných hodín. Ak človek žije vo funkčnej rodine, možno predpokladať, že určitú časť pomoci prijme aj od svojich najbližších. To, či o ňu požiada, je jeho slobodné rozhodnutie. Rodinní príslušníci sa zasa môžu slobodne rozhodnúť, či mu pomoc poskytnú.

Spôsob bývania priamo ovplyvňuje potrebu pomoci. Človek, ktorý žije v bezbariérovom byte, má menej ťažkostí pohybovať sa v ňom a dostať sa dnu alebo von. Naopak, bariérové prostredie je zdrojom komplikácií a fungovanie v ňom zaberie človeku viac času.

Prístupnosť prostredí, ktoré človek navštevuje a využíva, tiež zohráva významnú rolu v podobe osobnej asistencie. To, či sú úrady, zdravotnícke zariadenia, školy, obchody, služby a ďalšie inštitúcie dostupné, ovplyvňuje jeho každodenný život.

Kompenzačné pomôcky pomáhajú ľuďom prekonávať dôsledky postihnutia. Zároveň sú prínosom aj pre asistujúcich ľudí. Ich používanie sa odrazí na množstve požadovanej pomoci.

Uvedené faktory ovplyvňujú individuálnosť potrieb ľudí so zdravotným postihnutím, a tým aj množstvo hodín osobnej asistencie. Človek žiadajúci o peňažný príspevok na osobnú asistenciu musí vedieť svoje potreby pomenovať a obhájiť si ich.

2.4 Rozsah hodín osobnej asistencie

Ak ste sa rozhodli, že začnete využívať pomoc asistentov a asistentiek, máte možnosť požiadať o peňažný príspevok na osobnú asistenciu. Dôležitú časť žiadosti o príspevok tvorí výpočet **rozsahu hodín osobnej asistencie**. Hoci nie je povinnou prílohou žiadosti, v súvislosti s obhajovaním potrieb je dôležité, aby žiadaný rozsah hodín bol už jeho súčasťou.

Žiadatelia a žiadateľky často nemajú predstavu o objeme pomoci, ktorý potrebujú, a rozsah hodín im počítajú sociálni pracovníci a pracovníčky v rámci jedného stretnutia na úrade. Počas posudzovania na úrade nie je dosť času na to, aby bol výpočet hodín objektívny, nemusia tam byť ani vhodné podmienky, prípadne sa môže

pozabudnúť na mnohé činnosti. Výsledkom takéhoto stretnutia môže byť, že úrad žiadateľovi/žiadateľke prizná málo hodín asistencie alebo že žiadateľ/ka na niektoré činnosti nedostane hodiny vôbec. Preto je nutné, aby si každý, kto sa rozhodne pre osobnú asistenciu, dokázal pripraviť vlastný rozsah hodín osobnej asistencie a obhájiť si ho.

Vypracovať podrobný rozsah hodín je prácne a treba rátať s tým, že k uspokojivému výsledku sa dá dospieť zvyčajne až po niekoľkých prepočtoch. Preto je dôležité vyhradiť si naň dostatok času, najlepšie niekoľko dní, a až potom podať žiadosť.

2.4.1 Zhodnotenie potrieb

Rozsah vám odporúčame počítať na ideálnu situáciu, to znamená nezaoberať sa tým, či si nájdete dostatok vhodných asistentov a asistentiek. Vychádzajte z predpokladu, že ich máte k dispozícii toľko, koľko budete potrebovať.

Maximálny počet môže byť 7300 hodín na rok, čo v priemere vychádza na 20 hodín denne. Do rozsahu rodín sa nemôže započítať pomoc počas vyučovania na základnej alebo strednej škole. Výnimkou je pomoc počas vysokoškolského štúdia. Nezapočítava sa ani pomoc na pracovisku a pri úkonoch súvisiacich s výkonom zamestnania. Výnimkou je sprevádzanie do a zo zamestnania.

Pri počítaní sa odporúča pridrižovať sa **zoznamu činností na účely určenia rozsahu potrebných hodín osobnej asistencie**, ktorý je prílohou č. 4 zákona č. 447/2008 Z. z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia.

Základom výpočtu je dôkladné **zhodnotenie svojich potrieb**. Najprv si vypíšte všetky činnosti, pri ktorých potrebujete pomoc, a to počas celého roka. Činnosti rozdeľte na **denné, týždenné, mesačné** a pridajte k nim aj tie, ktoré sa opakujú **menej pravidelne**. Na prehľadnosť výpočtu si môžete kalendárny rok imaginárne rozdeliť na rôzne časti. Napríklad študujúci ľudia si rok delia na mesiace, v ktorých navštevujú školu, a prázdninové mesiace, pretože v rozdielnych obdobiach majú rozdielne potreby. Počas výučby im asistenti a asistentky pomáhajú pri činnostiach súvisiacich so štúdiom (preprava do a zo školy, písanie poznámok, návšteva knižníc atď.). Cez prázdniny majú potreby skôr voľnočasový charakter, čo môže, no nemusí ovplyvniť rozsah hodín osobnej asistencie.

V realite môžu nastať situácie, ktoré si vyžadujú **osobitný výpočet** rozsahu hodín, napríklad choroba alebo nečakané udalosti. Ochorenia typu chrípka či angína človeka so zdravotným postihnutím väčšinou ešte výraznejšie imobilizujú, preto počas nich môže potrebovať väčší objem pomoci, prípadne viac činností týkajúcich sa starostlivosti o svoje telo, domácnosť a dohľad. Počas niektorých období má človek so zdravotným postihnutím pozmenený režim. Predovšetkým zimné mesiace sú náročnejšie na pomoc, pretože zhoršené počasie môže sťažovať mobilitu

v exteriéroch. Na dovolenku zasa mnohí ľudia so zdravotným postihnutím musia cestovať aj s asistujúcou osobou, ktorá je prítomná nonstop, aby poskytovala potrebnú pomoc.



Pri výpočte rozsahu hodín pre dospelujúce deti a mladých ľudí so zdravotným postihnutím sa často zabúda na fakt, že osobná asistencia umožňuje aj zrovnoprávnenie členov rodiny v oblasti ich povinností. Ide o to, aby sa prirodzene vyrovnali vklady každého člena rodiny do fungovania domácnosti. Správne využívanie asistencie umožňuje, aby aj člen rodiny s postihnutím prostredníctvom osobnej asistencie prevzal na seba niektoré úlohy v domácnosti. Možno to chápať aj ako istú prípravu na budúce osamostatnenie sa od rodiny, ktoré je s pomocou asistencie reálne.

2.4.2 Výpočet hodín

Výpočet začnite s pravidelne sa opakujúcimi činnosťami, pri ktorých potrebujete pomoc raz, prípadne niekoľkokrát denne. Vypíšte si tie činnosti, pri ktorých potrebujete pomoc, môžete si pripraviť aj tabuľku a do nej vpisovať časy a frekvenciu úkonov.

Predstavte si svoj bežný deň od rána: musí vám niekto pomôcť pri vstávaní, obliekaní a presune na vozík? Ako je to s rannou hygienou či prípravou raňajok? Ak pri týchto činnostiach potrebujete pomoc, vypočítajte si čas, za ktorý ich s pomocou osobnej asistencie urobíte.

Aký program si ďalej plánujete alebo by ste si chceli plánovať, keby ste mali vhodnú pomoc? Čo by ste robili a kam by ste išli? Ktoré činnosti v rámci domácnosti musíte zabezpečiť? Chcete variť? Treba nakúpiť? Kam pôjdete a koľko vám to bude s asistenciou trvať?

Keď už máte zmapovaný rozsah pravidelne sa opakujúcich činností, pripočítajte k nim tie, ktoré sa nerobia tak často, napríklad veľké upratovanie a nakupovanie alebo spoločenské a iné aktivity. Ak niektoré činnosti potrebujete robiť raz do mesiaca, vypočítajte si čas, ktorý je na ne potrebný, a vynásobte ho 12 mesiacmi – dostanete tak ročný rozsah. Denné činnosti násobte dňami v roku, týždenné počtom

týždňov v roku. Občasné aktivity pripočítajte osobitne, napríklad pomoc počas dovolenky, ochorenia a pod. Zohľadnite aj tie aktivity, ktorým by ste sa chceli venovať, ale momentálne nemáte s kým (šport, kultúra a pod.).

Len vy sami viete, za aký čas je možné s pomocou asistencie zvládnuť rôzne činnosti. Mohlo by sa zdať, že ak človeku pomáhajú asistenti a asistentky, jednotlivé úkony dokážu zvládnuť za rovnaký čas, prípadne rýchlejšie ako človek bez postihnutia. To je však veľký omyl. Človek so zdravotným postihnutím potrebuje na väčšinu činností viac času, a to aj vtedy, ak má pomoc. Predovšetkým správna manipulácia s kompenzačnými pomôckami – napríklad dobré upevnenie do zdviháka, usadenie do vozíka, príprava vozíka a pod. – vyžaduje svoj čas. Rozsah hodín asistencie preto musí zohľadniť aj túto skutočnosť.

V niektoré dni je potreba pomoci väčšia, inokedy človeku stačí menší rozsah pomoci, napríklad cez víkendy, keď môžu pomáhať aj rodinní príslušníci, ktorí nie sú v zamestnaní. Z tohto dôvodu sa rozsah hodín osobnej asistencie počíta na celý kalendárny rok a týmto celým číslom sa vyjadruje aj v rozhodnutí o priznaní rozsahu hodín osobnej asistencie. Vypočítanie priemerného počtu hodín asistencie na jeden deň má len informatívny charakter pre užívateľa/ku, aby vedel/a lepšie hospodáriť s hodinami.

Užívateľ/ka čerpá hodiny podľa svojej individuálnej potreby. Spotreba hodín môže byť v každom dni alebo mesiaci rozdielna. Prenos nevyčerpaných hodín z ročného rozsahu do ďalšieho kalendárneho roka však možný nie je.

2.5 Postup pri vybavovaní príspevku

Máte za sebou zhodnotenie svojich potrieb a výpočet rozsahu hodín osobnej asistencie. Ďalším krokom je podanie žiadosti na úrade práce, sociálnych vecí a rodiny (ÚPSVR) príslušnom podľa vášho trvalého bydliska. Žiadosť sa podáva písomne – odporúčame ju doručiť priamo do podateľne úradu a nechať si potvrdiť kópiu, možno ju podať aj poštou alebo elektronicky.

Žiadosť o poskytnutie peňažného príspevku na kompenzáciu nájdete na stránke Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny SR. Tento formulár sa používa pre všetky druhy peňažných príspevkov na kompenzáciu. Je potrebné označiť, že žiadate o peňažný príspevok na osobnú asistenciu. Poskytovanie príspevku na asistenciu je naviazané na majetkovú situáciu žiadateľa/žadateľky. Príspevok sa nepriznáva, ak žiadateľ/ka vlastní hnutelný a nehnuteľný majetok, ktorého hodnota je vyššia ako 39 833 eur. Do hodnoty majetku sa nepočíta nehnuteľnosť, v ktorej má žiadateľ/ka trvalé bydlisko. Ďalší majetok, ktorý sa nezapočítava, uvádza príslušný zákon.

Dôležitou časťou žiadosti je časť G – Odôvodnenie žiadosti. Stručne uvedte podstatné dôvody, prečo žiadate o príspevok na osobnú asistenciu, zdôraznite, čo je

účelom asistencie – napríklad aktivizácia, sociálne začlenenie, vykonávanie pracovných, vzdelávacích a voľnočasových aktivít a pod. Vypočítaný rozsah hodín osobnej asistencie priložte k žiadosti ako prílohu.

K žiadosti sa prikladajú lekárskeho nález a Vyhlásenie o majetku.

2.5.1 Rozhodnutie o peňažnom príspevku

Podkladom na vydanie rozhodnutia o peňažnom príspevku na osobnú asistenciu je vyhotovenie komplexného posudku, ktorý sa skladá z lekárskej časti (určenie miery funkčnej poruchy) a zo sociálnej časti (návrh na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia).

Posudkový lekár/ posudková lekárka spravidla rozhoduje len na základe lekárskeho nález, bez osobnej účasti žiadateľa/ky.

Sociálna časť sa vykonáva za účasti žiadateľa/ky, ktorý/á má právo vyjadrovať svoje návrhy a potreby na riešenie svojej sociálnej situácie.

Na základe podanej žiadosti vás úrad vyzve na **osobný pohovor**, súčasťou ktorého je posudzovanie vašich potrieb, ako aj celkovej sociálnej a rodinnej situácie. Na pohovor vám odporúčame vopred sa pripraviť a spraviť si poznámky, aby ste v rozhovore so sociálnym pracovníkom alebo sociálnou pracovníčkou presne pomenovali, čo vám spôsobuje najväčšie problémy a ako vám pomôže osobná asistencia prekonať sociálne dôsledky zdravotného postihnutia. Vašou úlohou je obhájiť svoje potreby a žiadaný rozsah asistencie, preto si so sebou prineste aj vypracovaný rozsah hodín osobnej asistencie.



Podkladom na vydanie rozhodnutia je komplexný posudok, na vydanie ktorého má úrad lehotu 60 dní od začatia konania. Lehota na vydanie rozhodnutia je 30 dní od vypracovania komplexného posudku.

V komplexnom posudku sa uvedú konkrétne činnosti, pri ktorých je žiadateľ/ka odkázaný/á na pomoc, spolu s ich rozsahom. V rozhodnutí sa uvádza počet asistenčných hodín na kalendárny rok a výška finančných prostriedkov, ktoré možno

počas kalendárneho roka použiť na osobnú asistenciu. Výška peňažného príspevku na osobnú asistenciu sa zníži o sumu zvýšenia invalidného dôchodku pre bezvládnosť vyplatenú za celý kalendárny rok.

2.5.2 Odvolanie

V prípade, že vám úrad žiadosť o osobnú asistenciu zamietol, máte právo odvolať sa proti rozhodnutiu do 15 kalendárnych dní od doručenia rozhodnutia o zamietnutí do rúk žiadateľa/ky. Odvolanie sa podáva na rovnakom úrade, ktorý rozhodnutie vydal.

V odvolaní uveďte dôvody, prečo namietate, že vám nepriznali dostatočný počet hodín osobnej asistencie alebo vám príspevok na asistenciu nepriznali vôbec. Text odvolania formulujte výstižne, nie príliš opisne, uvádzajte iba fakty, nepíšte ho v urážlivom tóne. Ak sa odvolávate voči príliš nízkemu rozsahu hodín asistencie, opätovne pripojte vami vypočítaný rozsah hodín osobnej asistencie.

Odvolanie podajte do podateľne úradu, nechajte si potvrdiť kópiu, prípadne ho pošlite doporučenou poštou. Úrad má lehotu 30 dní, aby svoje rozhodnutie na základe vašich argumentov zmenil, alebo ak tak nechce urobiť a trvá na svojom pôvodnom rozhodnutí, postúpi vaše odvolanie so spisovou dokumentáciou na druhostupňový úrad – Ústredie práce, sociálnych vecí a rodiny príslušné podľa miesta trvalého bydliska.

Druhostupňový úrad posúdi vaše argumenty a môže rozhodnutie zmeniť a vydať nové, potvrdiť pôvodné alebo vrátiť vec na nové rozhodnutie prvostupňovému úradu s odporúčaniami. Rozhodnutie druhostupňového úradu je už konečné a nedá sa voči nemu odvolať. V prípade nespokojnosti je možné obrátiť sa na súd so žalobou.

2.6 Administratívne povinnosti

Užívateľ/ka osobnej asistencie je v istom zmysle zamestnávateľom/kou. Zodpovedá za administratívne povinnosti a úkony vyplývajúce z uzatvorenia zmluvy o výkone osobnej asistencie. Má mať aj základné informácie o daňových a odvodových povinnostiach asistentov a asistentiek, ktoré im vyplývajú zo zmluvy.

2.6.1 Zmluva o výkone osobnej asistencie

Je to zmluva medzi dvomi fyzickými osobami podľa Občianskeho zákonníka. Užívateľ ju uzatvára s každým svojím asistentom/kou. Vyhotoví ju v troch exemplároch – origináloch. Jeden ostáva užívateľovi/ke, druhý asistentovi/ke, tretí užívateľ/ka posiela na svoj miestne príslušný úrad práce, sociálnych vecí a rodiny.

Zmluvu o výkone asistencie možno uzavrieť na **neurčitý** alebo **určitý** čas. Pri asistentoch a asistentkách s pozitívnymi referenciami a s perspektívou, že budú

pomáhať dlhodobo, sa odporúča zmluva na neurčitý čas. Na určitý čas sa zmluva uzatvorí vtedy, keď je dopredu jasné, že asistent/ka bude môcť pracovať len počas určitého obdobia, prípadne s človekom, ktorého je potrebné overiť si a skúsiť, či bude vzájomná spolupráca fungovať. Po podpise zmluvy môže nový asistent / nová asistentka začať naplno pracovať.

V prípade, že nastane potreba dodatočne upraviť niektoré náležitosti zmluvy, napríklad osobné údaje alebo rozsah odpracovaných hodín, nie je potrebné už existujúcu zmluvu ukončiť a uzatvoriť novú. Tieto skutočnosti sa dajú upraviť **dodatkom k zmluve**. Ak je predpoklad, že k zmluve bude v budúcnosti uzatvorených viac dodatkov, odporúča sa, aby boli číslované, napríklad Dodatok č. 1, Dodatok č. 2 a pod.

2.6.2 Ukončenie zmluvy

Existuje niekoľko spôsobov ukončenia zmluvného vzťahu. Podmienky ukončenia zmluvného vzťahu sú uvedené v článku II a VI zmluvy o výkone osobnej asistencie.

Zmluva môže skončiť uplynutím času, na ktorý bola uzavretá. Užívateľ/ka aj asistent/ka majú totižto možnosť uzavrieť zmluvu na **dobu určitú**. Na to, aby zmluva stratila platnosť a prišlo k ukončeniu výkonu asistencie, nie je potrebný žiadny ďalší úkon.

Najčastejším spôsobom býva ukončenie **dohodou**. Je to dvojstranný právny úkon, pri ktorom sa asistent/ka a užívateľ/ka spoločne dohodnú na dátume rozviazania zmluvného vzťahu. Tento spôsob je vhodný, keď užívateľ/ka už má náhradu za pôvodného asistenta/ku.

V praxi by ideálna situácia mohla vyzeráť tak, že asistent/ka v predstihu informuje, že s výkonom asistencie chce skončiť. Napríklad asistentka – študentka informuje o mesiaci, v ktorom končí štúdium a už nebude môcť ďalej pracovať. Užívateľ/ka tak získa čas dovtedy nájsť novú asistentku. Spolu sa teda vopred dohodnú, ku ktorému dátumu zmluvu ukončia.

Použiť dohodu je možné aj v prípadoch, keď jedna zo strán náhle zistí, že spolupráca už nemôže z akéhokoľvek dôvodu pokračovať. Predstavuje korektný a nekonfliktný spôsob jej ukončenia. V takýchto prípadoch však užívateľ/ka nemusí mať dostatok času na hľadanie náhrady.

Ďalší spôsob je **výpoveď**. Ide o jednostranný právny úkon, výpoveď môže podať každý z účastníkov zmluvného vzťahu. Ten, kto výpoveď podáva, ju musí doručiť druhej strane. Po doručení začína plynúť výpovedná lehota, na ktorej sa užívateľ/ka s asistentom/kou dohodli pri podpise zmluvy. Môže byť mesačná, dvojmesačná alebo výnimočne aj trojmesačná, pokiaľ ide o človeka, ktorý ťažko nájde nového asistenta/ku. Zmluva končí uplynutím lehoty, dovtedy sa asistencia vykonáva. V praxi

sa tento spôsob často nevyužíva, ale je to dobrý prostriedok na ochranu užívateľa/ky v prípade výpadku asistujúceho človeka, ktorý by ho mohol ohroziť pri zabezpečení si nevyhnutnej pomoci. Preto sa užívateľovi/ke odporúča v takejto situácii odmietnuť prijať dohodu o ukončení a trvať na výpovedi, aby počas plynutia výpovednej lehoty získali čas na hľadanie a zaučenie nového človeka.

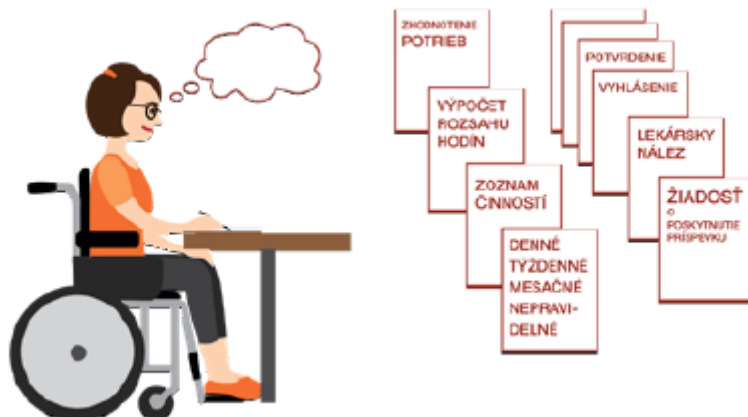
Výnimočným ukončením zmluvy je **odstúpenie**. Je to jednostranný právny úkon, použiť ho môžu obidve zmluvné strany. Netreba k nemu súhlas druhej zmluvnej strany a stáva sa platným okamihom doručenia. Odstúpenie sa môže použiť iba v presne zadefinovaných situáciách, ktoré sú uvedené v zmluve. Podľa článku VI. môžu zmluvné strany odstúpiť od zmluvy okamžite z týchto presne uvedených dôvodov: ak si niektorá z nich neplní povinnosti podľa tejto zmluvy, ohrozuje psychické alebo fyzické zdravie druhého účastníka zmluvy alebo poškodzuje jeho majetkové práva, alebo ak osobný asistent porušil záväzok mlčanlivosti uvedený v článku III. zmluvy o výkone osobnej asistencie. Ide o vyhrotené situácie, možnosť okamžitého odstúpenia má chrániť život a majetok užívateľa aj asistenta a súkromie užívateľa. V praxi môže ísť o situácie, keď príde k fyzickému ataku alebo nevyplateniu odmeny či krádeži.

Zmluva o výkone osobnej asistencie **automaticky zaniká zo zákona** (§ 23 ods. 8 zákona o kompenzáciách) pokiaľ nebol počas šiestich po sebe nasledujúcich kalendárnych mesiacoch predložený výkaz o počte hodín vykonanej osobnej asistencie. O tejto skutočnosti užívateľ osobnej asistencie vyhotoví oznámenie o ukončení zmluvy a tento dokument odovzdá asistentovi. Cieľom je, aby sa nehromadili u užívateľa/ky neaktívne zmluvy, zákon ho núti sledovať si zmluvy a udržiavať ich v poriadku. Tento spôsob zároveň uľahčuje organizovanie asistencie. Stávalo sa, že asistenti/ky náhle odcestovali do zahraničia alebo sa bez vysvetlenia odmlčali a užívateľ/ka ostal/a bez možnosti zmluvu ukončiť.

Každý zo spôsobov ukončenia zmluvy sa vyhotovuje v troch exemplároch – origináloch. Jeden ostáva užívateľovi/ke, druhý asistentovi/ke, tretí užívateľ/ka posieľa na svoj miestne príslušný úrad práce, sociálnych vecí a rodiny.

2.6.3 Výkaz o počte hodín vykonanej osobnej asistencie

Ďalšou povinnosťou je pravidelne pripravovať **výkaz o počte hodín vykonanej osobnej asistencie**, a to za každého asistenta/ku. Výkaz sa vypracúva za uplynulý mesiac. Odporúča sa viesť si prehľadný systém odpracovaných hodín pre každého asistujúceho človeka zvlášť. Môžu sa zapisovať do kalendára, diára alebo programu v počítači. Asistent/ka si tiež môže priebežne zaznamenávať odpracované hodiny. Užívateľ/ka aj asistent/ka vyplnený výkaz podpíšu. Kompletný výkaz treba doručiť na príslušný ÚPSVR, a to každý mesiac do piateho dňa od jeho začiatku (napríklad výkaz za november do 5. decembra).



2.6.4 Potvrdenie o vyplatenej odmene

Spolu s výkazom sa na ÚPSVR predkladá aj **potvrdenie o vyplatenej odmene** za jednotlivých asistentov, asistentky. Asistent/ka svojím podpisom potvrdzuje prevzatie financií za predchádzajúci mesiac vykonávania osobnej asistencie. Odporúča sa, aby kópiu tohto potvrdenia užívateľ/ka poskytol asistentovi/ke.

Vzor Výkazu o počte hodín vykonanej osobnej asistencie aj Potvrdenia o vyplatených odmenách tvoria **prílohu zákona**. Sú teda jednotné pre všetky úrady práce aj pre užívateľov/užívateľky. Na základe predložených dokumentov ÚPSVR vypočíta výšku peňažného príspevku na osobnú asistenciu za predchádzajúci mesiac. ÚPSVR užívateľovi/ke poukáže financie na účet spravidla okolo 15. dňa v mesiaci, následne ich užívateľ/ka vyplatí svojim asistentom/kám.

2.6.5 Čestné vyhlásenie k daňovému priznaniu

Odporúča sa, aby užívatelia/čky raz ročne vystavili svojim asistentom/kám čestné vyhlásenie o výške vyplatených odmien za predchádzajúci kalendárny rok. Asistenti/ky môžu tento dokument potrebovať v prípade, že podávajú daňové priznanie z príjmu z osobnej asistencie. Potvrdenie môže byť nepovinnou prílohou daňového priznania.

2.6.6 Vyplatenie odmeny

Užívateľ/ka sa v zmluve zaväzuje vyplácať asistentom/kám odmenu v mesačných intervaloch. Asistujúcich ľudí vypláca vtedy, keď dostane na účet peňažný príspevok z úradu práce. Ide o platbu za uplynulý mesiac – napríklad v druhej polovici januára vyplatí odpracované hodiny za december. Výplatný termín a forma vyplácania (osobne alebo prevodom na účet) sú dohodnuté v zmluve.

Výška odmeny je pevne stanovená v zákone a určuje sa za jednu odpracovanú hodinu. Pokiaľ je to vo finančných možnostiach užívateľa/ky, môže odmenu navýšiť z vlastných zdrojov.

2.6.7 Archivácia dokumentov

Užívateľom a užívateľkám sa odporúča odkladať si zmluvy, kópie výkazov o odpracovaných hodinách, potvrdenia o vyplatených odmenách a ostatné písomnosti súvisiace s asistenciou. Budú tak mať lepší prehľad o vyčerpaných asistenčných hodinách v rámci kalendárneho roka. Dôvodom na archivovanie písomností môže byť aj komunikácia s úradmi alebo prípadné nejasnosti či problémy v komunikácii s asistentmi/kami alebo s úradom práce.

3 Osobný asistent a osobná asistentka



3.1 Kto je osobný asistent a osobná asistentka

Osobný asistent, osobná asistentka je človek, ktorý dobrovoľne a na základe písomnej dohody dáva svoju fyzickú silu a čas do služieb človeka s postihnutím – užívateľa, užívateľky osobnej asistencie. Asistent/ka užívateľovi/ke pomáha podľa osobných požiadaviek a potrieb. Nahrádza nevládne končatiny človeka s postihnutím, stáva sa jeho rukami a nohami. Môže asistovať viacerým užívateľom alebo užívateľkám.

Na výkon osobnej asistencie nie je potrebná špeciálna kvalifikácia, vzdelanie alebo kurz. Podmienkou je dosiahnutý vek 18 rokov a spôsobilosť na právne úkony bez obmedzenia. Osobný asistent môže byť súbežne zamestnanec, dobrovoľne nezamestnaný, evidovaný na úrade práce, študent, živnostník, rodič na materskej a rodičovskej dovolenke alebo dôchodca. Nemôže ním byť človek, ktorý má sám priznanú osobnú asistenciu pri činnostiach, ktoré má vykonávať ako asistent/ka.

Základné predpoklady na vykonávanie osobnej asistencie sú záujem o túto prácu, ochota pomáhať a schopnosť vcítiť sa do situácie iného človeka. Kľúčové vlastnosti sú zodpovednosť, spoľahlivosť a trpezlivosť. Asistujúci človek by mal vedieť počúvať a zároveň byť diskretný, dochvilný a schopný adekvátne reagovať v nečakaných situáciách.

Osobný/á asistent/ka môže vykonávať množstvo činností rôzneho druhu. Pomáha pri samoobslužných úkonoch, hygiene, premiestňovaní, mobilite, pri štúdiu, práci, spoločenských, kultúrnych, voľnočasových a ďalších aktivitách. Podrobný zoznam činností si možno pozrieť v prílohe č. 4 zákona č. 447/2008 Z. z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia.

Osobný/á asistent/ka si môže vybrať, pri čom chce asistovať, a má právo odmietnuť činnosti, ktoré vykonávať nechce. Dôležité je vopred oznámiť svoje výhrady a nerobiť nič proti svojej vôli.

3.1.1 Rodinní príslušníci ako osobní asistenti a asistentky

Rodinní príslušníci môžu vykonávať osobnú asistenciu svojim blízkym len pri určitých činnostiach a obmedzený čas. Rodinní príslušníci, ktorí majú podľa zákona tieto obmedzenia, sú manžel, manželka, rodičia, osoby, ktoré prevzali deti do náhradnej starostlivosti, a opatrovníci, ďalej deti, starí rodičia, vnuci, súrodenci, nevesta, zať, svokor, svokra, profesionálny náhradný rodič. Rodičia, opatrovníci a profesionálni náhradní rodičia môžu vykonávať asistenciu deťom až po nadobudnutí ich plnoletosti. Iných rodinných príslušníkov sa toto obmedzenie netýka.

Činnosti, ktoré môžu vykonávať vymenovaní rodinní príslušníci, sú **vstávanie, líhanie, polohovanie, osobná hygiena a toaleta, obliekanie, vyzliekanie, podávanie liekov, sprostredkovanie komunikácie pre sluchovo postihnuté**

osoby a pre hluchoslepé osoby, sprostredkovanie komunikácie formou augmentatívnej komunikácie a alternatívnej komunikácie, pomoc pri akútnom ochorení.

Rodinní príslušníci môžu vykonávať tieto činnosti len v ročnom rozsahu hodín osobnej asistencie určenom v komplexnom posudku, najviac však 1460 hodín ročne, teda 4 hodiny denne.

3.2 Základné predpoklady

Osobný asistent, osobná asistentka je laik/ laička, ktorého/ ktorú človek so zdravotným postihnutím zaučí, ako mu pomáhať. Pri asistencii je dôležité naučiť sa manipulovať s telom osoby s postihnutím, ovládať vozík a iné kompenzačné pomôcky. Asistent/ka sa nepokladá za profesionála/ku ani v prípade, ak už má predchádzajúcu skúsenosť s prácou v zdravotníctve.

Asistenti a asistentky sú ľudia, ktorých si vyberajú užívatelia a užívatelky, aby im pomáhali prekonávať dôsledky postihnutia. Nemajú však právo zasahovať do ich rozhodnutí. Tie naďalej robia užívatelia a užívatelky. Asistenti a asistentky musia rešpektovať ich osobnosť a právo na vlastné rozhodnutia.

3.2.1 Asistenti a asistentky majú asistovať

Pri praktickom vykonávaní osobnej asistencie je kľúčové rešpektovať individuálnosť potrieb a zvykov konkrétnych ľudí. Ak by vedľa seba boli tri osoby s rovnakou diagnózou, každá z nich bude mať iný spôsob, akým sa chce obliecť, postaviť sa, premiestniť sa a podobne. Základnou požiadavkou na vykonávanie asistencie je dodržiavanie inštrukcií užívateľa/ky pri výkone každej činnosti.

Asistenti a asistentky by sa mali odosobniť od svojich zaužívaných zvyklostí a pozeráť sa na svet očami užívatelov a užívateliek. Znamená to riadiť sa ich pokynmi bez toho, aby ich komentovali či vylepšovali. Ohľaduplný a skúsený asistent sa radšej opýta, ako by mal niečo urobiť podľa seba (napríklad pri upratovaní použije čistiaci prostriedok, aký chce užívateľ, hoci on doma používa iný, a podobne). Ohľaduplný užívateľ si zasa uvedomuje, že asistentom musí dať jasné pokyny a kvalitné informácie, inak nemôže čakať, že bude s ich pomocou spokojný.

Dlhoročná užívatelka asistencie to ilustruje príkladom z praxe: **„Radšej si vyberiem asistenta či asistentku s minimálnymi skúsenosťami s varením ako človeka, ktorý vie dobre variť. Zabehnutí kuchári a kuchárky majú tendenciu postupovať podľa svojich zaužívaných zvykov a 'vylepšovať' tie moje. Ťažšie sa odosobnia od svojich metód a mne sa zasa ťažšie presadzujú vlastné postupy. Tí, ktorí nemajú skúsenosti s varením, postupujú presne podľa mojich inštrukcií. Varenie tak pre nás nie je 'bojom'.“**

3.2.2 Neľutovať, ale akceptovať

Mnohí zo začínajúcich asistentov a asistentiek majú buď minimálne, alebo žiadne skúsenosti s človekom s postihnutím. Počas vykonávania asistencie sa tak môžu dostať do situácií, ktoré ich prekvapia a v ktorých nebudú vedieť, ako reagovať.

Nevyhnutným základom na vykonávanie asistencie je pochopiť, že zdravotné postihnutie človeka tvorí jeho neoddeliteľnú súčasť a neznamena problém. Stotožniť sa s týmto faktom znamená rešpektovať človeka v jeho v celistvosti – takého, aký skutočne je.

Asistent a asistentka nemá užívateľa a užívateľku viesť či dokonca sa snažiť meniť ich. Rady, hoci dobre mienené, ako sa liečiť a čo v živote robiť, nie sú namieste. Ľudia so zdravotným postihnutím nepotrebujú dobročinnosť ani súcit, ale empatiu a rešpekt. Asistenti a asistentky by mali užívateľov a užívateľky počúvať a sledovať, nepracovať na nich, ale s nimi (podľa Repková, 1999).

3.3 Profesionálna etika

Etické povedomie by malo byť súčasťou výkonu práce osobného asistenta a asistentky ako pomáhajúcej profesie. Lebo schopnosť konať v súlade s etickými zásadami je základným predpokladom, aby pomoc v praxi fungovala kvalitne a bola naplnená.

S profesionálnou etikou úzko súvisí aj vnímanie svojej práce a postavenia v rámci spoločnosti samotnými osobnými asistentmi a asistentkami. Napriek tomu, že ich finančné ohodnotenie štátom je podcenené, význam tohto povolania pre ľudí so zdravotným postihnutím aj samotnú spoločnosť je veľký a dnes už nenahraditeľný. **„Osobní asistenti a asistentky by si mali byť vedomí tejto svojej úlohy a prínosu pre spoločnosť, byť preto sebavedomí a na svoju prácu hrdí”**, hovorí Mária Duračinská, zakladateľka bratislavskej Agentúry osobnej asistencie. Pozitívnu hodnotou osobnej asistencie je konkrétna pomoc človeku so zdravotným postihnutím ku kvalitnému životu, integrácia, vzájomné obohacovanie sa, skúsenosť s postihnutím, zmena osobných priorít či hodnôt. Uvedomenie si týchto faktov vytvára celkový obraz o profesii osobných asistentov medzi verejnosťou i štátnymi predstaviteľmi.

Medzi základné etické zásady pri výkone osobnej asistencie patria:

- Osobný asistent a asistentka rešpektujú užívateľa ako rovnocenného partnera so všetkými právami, povinnosťami a zodpovednosťou za svoje rozhodnutia a konanie.
- Osobný asistent a asistentka sa k užívateľovi správajú korektne, s pochopením, s rešpektovaním intimity a trpezlivosťou.

- Osobný asistent a asistentka sa neznížia k drzému, hrubému alebo nemravnému konaniu.
- Osobný asistent a asistentka nesmie nijakým spôsobom zneužiť dôveru a závislosť užívateľa.
- Osobný asistent a asistentka rešpektujú súkromie užívateľa a sú povinní zachovávať mlčanlivosť o skutočnostiach súvisiacich so zdravotným stavom užívateľa, s jeho rodinou a domácnosťou, o ktorých sa dozvedel pri výkone osobnej asistencie. Porušenie tejto zásady je dôvodom na okamžité odstúpenie od zmluvy o výkone osobnej asistencie zo strany užívateľa.

V praxi je neprípustné kradnúť v domácnosti užívateľa, bez jeho dovolenia prehľadávať osobné dokumenty a mobilný telefón. Zhotovovať fotografiu užívateľa a ďalej ju šíriť je možné len s jeho súhlasom. Nie je v súlade s etickými zásadami odopierať užívateľovi podať lieky, jedlo či nápoj, ktorý osobný asistent a asistentka považujú za nevhodné. Zvlášť je neprípustné zneužiť fyzickú závislosť užívateľa.

3.4 Asistent a asistentka v sociálnom systéme

Asistent/ka uzatvára s užívateľom/kou asistencie zmluvu o výkone osobnej asistencie, ktorá je upravená Občianskym zákonníkom medzi dvomi fyzickými osobami. Výkon osobnej asistencie sa nepovažuje za pracovný pomer. Zmluva o výkone osobnej asistencie nie je pracovnou zmluvou.

Osobný asistent/ka – okrem blízkeho rodinného príslušníka – môže vykonávať asistenciu najviac desať hodín denne. To neplatí, ak sa asistencia vykonáva v čase, keď sa užívateľ/ka zdržiava mimo svojho trvalého pobytu alebo prechodného pobytu.

Osobný asistent/ka dostáva za vykonávanie asistencie finančnú odmenu.

Fyzická osoba, ktorá vykonáva asistenciu na základe zmluvy o výkone osobnej asistencie, nemá postavenie zamestnanca ani samostatne zárobkovo činnej osoby, preto nie je povinná z takto plynúceho príjmu platiť zdravotné poistenie ani sociálne poistenie.

Za osobných asistentov a asistentky hradí zdravotné poistenie štát. Príjmy z výkonu osobnej asistencie nevstupujú do vymeriavacieho základu na výpočet ročného zúčtovania. Preto asistentom a asistentkám nevznikne nedoplatok ročného zúčtovania poistného.

Za určitých podmienok môže za asistentov a asistentky platiť odvody na sociálne dôchodkové poistenie štát. Je to vtedy, ak mesačne **odpracujú minimálne 140 hodín** osobnej asistencie. Ide o tých ľudí, ktorí robia asistenciu „profesionálne“, akoby na „plný úväzok“. Po splnení tejto podmienky sa im odpracované roky rátajú do starobného dôchodku. Asistent/ka nemá nárok na náhradu príjmu počas dovolenky a nemocenské dávky v prípade choroby.

Asistent/ka môže ukončiť zmluvný vzťah. Existuje niekoľko spôsobov ukončenia zmluvného vzťahu. Podmienky sú uvedené v článku II a VI zmluvy o výkone osobnej asistencie (viac v kapitole Užívateľ/ka osobnej asistencie – Administratívne povinnosti).

3.5 Administratívne povinnosti

Asistent/ka nemá v súvislosti so začiatkom vykonávania asistencie oznamovaciu povinnosť voči zdravotnej poisťovni a Sociálnej poisťovni. Oznamovaciu povinnosť za neho plní Ústredie práce, sociálnych vecí a rodiny SR. Asistent/ka je však povinný/á spolupracovať s týmito inštitúciami, ak ho o to v prípade doplňujúcich otázok požiadajú.

3.5.1 Registračná povinnosť

Asistent/ka má povinnosť zaregistrovať sa na daňovom úrade v mieste svojho trvalého bydliska, a to do konca kalendárneho mesiaca po uplynutí mesiaca, v ktorom podpísal/a zmluvu o výkone osobnej asistencie. Ak je zmluva uzatvorená napríklad 1. septembra, požiadať o registráciu je potrebné do 31. októbra. Daňový úrad mu/jej prideli daňové identifikačné číslo (DIČ) a vydá osvedčenie o vykonanej registrácii. Registračná povinnosť vyplýva z uzatvorenia zmluvy o výkone osobnej asistencie a vzťahuje sa na každého asistenta/ku. Výnimkou je osoba, ktorá už má pridelené DIČ z dôvodu inej činnosti. Musí však informovať daňový úrad o tom, že začala vykonávať osobnú asistenciu.

Registrácia sa predkladá na predpísanom tlačive Finančného riaditeľstva SR. Registráciu je možné absolvovať aj písomnou formou a tlačivo s kópiou zmluvy poslať poštou.

Ak dôjde k zmene osobných údajov alebo ak zanikne daňová povinnosť, asistent/ka je povinný/á tieto skutočnosti oznámiť daňovému úradu do konca kalendárneho mesiaca nasledujúceho po uplynutí mesiaca, v ktorom tieto zmeny nastali.

3.5.2 Zrušenie registrácie

Ak asistent/ka prestal/a vykonávať asistenciu, je povinný/á požiadať o zrušenie registrácie do 30 dní odo dňa, keď nastali zmeny a vrátiť daňovému úradu osvedčenie o registrácii (kartičku DIČ) do 15 dní odo dňa doručenia rozhodnutia o zrušení registrácie.

3.5.3 Daňová povinnosť

Asistent/ka má povinnosť podať daňové priznanie a zaplatiť daň z príjmu z osobnej asistencie. Príjem z osobnej asistencie podlieha dani z príjmu podľa zákona č. 595/2003 Z. z. o dani z príjmov. Osobná asistencia je podľa § 6 ods. 2 písm. b) príjmom z činností, ktoré nie sú živnosťou ani podnikaním. Daňová povinnosť sa však nemusí týkať všetkých asistentov a asistentiek, daňové priznanie sa podáva v závislosti od celkovej výšky dosiahnutých príjmov za rok, nielen za príjem z osobnej asistencie. Asistent/ka si môže uplatniť paušálne výdavky, čím si zníži príjem z asistencie, ktorý musí zdaňovať. Preto majú asistenti a asistentky nižšiu výslednú daň ako osoby, ktoré dosahujú príjem na základe brigádnickej zmluvy.

Pred podaním daňového priznania si asistent/ka od užívateľa/ky vyžiada čestné vyhlásenie o výške vyplatených odmien za predchádzajúci kalendárny rok. Tento dokument môže potrebovať v prípade, ak si nevedie evidenciu príjmov. Uľahčí to vyplnenie daňového priznania. Ide o nepovinnú prílohu daňového priznania.

Daňové priznanie sa podáva na tlačive typu FO typ B. Tlačivo sa vypĺňa ručne alebo v počítači. Vytlačené daňové priznanie s prílohami možno podať osobne na pobočke daňového úradu alebo doporučené poštou na DÚ v mieste trvalého bydliska. Ak sú splnené podmienky na elektronické podanie, priznanie možno podať elektronicky.



3.5.4 Archivácia dokumentov

Odporúča sa odkladať si všetky dokumenty súvisiace s vykonávaním asistencie – zmluvu (zmluvy), potvrdenia o vyplatenej odmene, čestné vyhlásenia. Archivácia umožňuje mať prehľad o odpracovaných hodinách a vyplatenej odmene, zároveň môže pomôcť v komunikácii s úradmi alebo pri prípadnej nejasnosti či problémoch s užívateľmi a užívateľkami.

4 Osobná asistencia v praxi



4.1 Vzťahy

Vzťah v osobnej asistencii má byť založený na slušnosti, empatii, tolerancii a zodpovednosti. Je dôležité, aby bol rovnoprávny a rovnocenný a aby v ňom žiadna strana nevystupovala z pozície nadradenosti. Obidve strany potrebujú pochopiť vzájomné očakávania a stanoviť si hranice.

Na začiatku vzťahu by asistenti/ky a užívatelia/lky mali byť skôr zdržanliví, mali by viac pozorovať, počúvať a viac vysvetľovať. Aj ťažké začiatky môžu mať úspešné konce. Zodpovedné vzťahy sa budujú vzájomným spoznávaním, toleranciou, kompromismi a spoluprácou.

Tak ako sa vzťahy z rôznych dôvodov začínajú, tak sa z rôznych dôvodov aj končia. Dôvody môžu byť objektívne aj subjektívne. Niektoré, predovšetkým časové, faktory sa ovplyvniť nedajú. Dôvodom skončenia vzťahu môžu byť aj rôzne nedorozumenia alebo nenaplnené očakávania na jednej i druhej strane. Ako to riešiť? Niekedy stačí otvorene pomenovať, čo konkrétne nefunguje, čo komu prekáža a skúsiť vzťah upraviť. Ak to však nejde, treba ukončenie vzťahu prijať a vzťah ukončiť.

Užívatelia a užívatelky sa musia naučiť žiť so zmenami a s faktom, že asistenti a asistentky prichádzajú a odchádzajú. Asistenti a asistentky by však mali k zmenám pristupovať zodpovedne a neodchádzať bezdôvodne a úplne nečakane. Nájsť si ďalšieho človeka nie je jednoduché a častá fluktuácia stojí ľudí s postihnutím veľa psychických síl a času na zaučenie.

4.1.1 Osobní asistenti nenahrádzajú priateľov

Osobná asistencia slúži na aktivizáciu človeka s postihnutím. Tá zahŕňa aj budovanie spoločenských vzťahov. Pri intenzívnom kontakte užívateľa/ky a asistenta/ky sa bližším väzbám nedá celkom ubrániť, avšak priateľstvo by sa malo vyvinúť prirodzene. V prvom rade netreba zabúdať na najdôležitejší cieľ – asistovanie.

Blízke priateľské vzťahy v asistencii však môžu byť aj na príťaž. Vystupovať kriticky voči blízkym osobám je náročné. V situáciách, v ktorých sa vyžaduje kritický postoj k vzniknutej udalosti, užívatel/ka ťažšie vyslovuje svoj názor alebo sa mu/jej horšie obhajujú svoje potreby.

Problematickým javom je aj angažovanie asistujúcich ľudí do osobných, rodinných alebo partnerských záležitostí. Niektorí užívatelia si z asistentov robia dôverníkov a zaťažujú ich svojimi problémami. Popri svojej práci sú vystavení stresom zo zlého rodinného prostredia alebo nefunkčných vzťahov. V ich kompetencii však nie sú cudzie problémy. Treba zdôrazniť, že asistenti a asistentky väčšinou úprimne chápu ťažkosti užívatel'ov a užívateliek a súcítia s nimi. Keď však zistia, že nemajú možnosť pomôcť im, ich frustrácia sa ešte zväčší. Výsledkom môže byť odchod z problematického prostredia.

Ani opačná tendencia, keď asistujúca osoba vstupuje do riešenia rodinných záležitostí, nie je žiaduca. Každá zo strán by si mala udržiavať rozumný odstup od súkromných záležitostí tej druhej.

4.2 Komunikácia

4.2.1 Otvorenosť a úprimnosť

Ak má užívateľ a užívateľka akýkoľvek problém s prácou asistenta a asistentky, nesmie sa báť svoje výhrady pomenovať. Otvorenosť a úprimnosť uľahčí každodenné situácie a prinesie do vzťahu jasno.

Komunikovať na rovinu je zásadné aj pre asistentov a asistentky. Keď začínajú s asistenciou, mnohí z nich vyhlasujú, že môžu robiť čokoľvek a s ničím nemajú problém. V skutočnosti sa však zdráhajú priznať, že niektorých činností sa obávajú, napríklad pomoci pri osobnej hygiene alebo obliekaní. Zrejme nikdy predtým neboli v takej intímnej situácii s „cudzím“ človekom, preto nevedia, ako reagovať, aby skryli svoje obavy, a strach maskujú tým, že ho nepriznajú. Najlepšou radou je otvorený rozhovor o všetkých obavách. Užívatelia a užívateľky by mali asistentom a asistentkám vysvetliť, že ani pre nich nie je táto situácia jednoduchá; aj oni museli hľadať odvahu, aby prekonalí hanblivosť a odhodlali sa prijať pri týchto činnostiach pomoc inej osoby. Dlhodobá spolupráca spravidla stiera vzájomné obavy a znižuje stresové prežívanie problémových situácií.

Niektorí ľudia sa ostýchajú priznať, že u potenciálnych užívateľov a užívateľiek nechcú začať pracovať. Napriek tomu sa s nimi hneď pri úvodnom rozhovore dohodnú a dokonca podpíšu zmluvu. V skutočnosti však majú už od začiatku pochybnosti. Obávajú sa povedať to priamo, aby sa druhá strana necítila odmietnutá. Riešia to tým, že na dohodnutú asistenciu neprídu, nereagujú na telefonáty, zatajujú sa. Takéto správanie je neprijateľné. Do istej miery ide o podceňovanie schopností užívateľov a užívateľiek prijať ich odmietnutie. Aj z tohto dôvodu sa odporúča na začiatku nechávať asistentom a asistentkám čas a priestor na rozhodnutie, aby sa necítili pod tlakom a nežiadať od nich, aby sa rozhodli hneď.

4.2.2 Riešenie konfliktov

Spory a nedorozumenia sú prirodzenou súčasťou medziľudských vzťahov. Konflikty medzi užívateľmi/ užívateľkami a asistentmi/ asistentkami, najmä pokiaľ ide o dlhodobu asistujúcu, majú svoje špecifiká. Je to jednak vytvorenie vzájomnej (citovej) väzby a jednak fyzická závislosť človeka s postihnutím a asistujúceho človeka. Užívateľ/ka môže mať obavy, že výmenou názorov si pohnevá asistenta/ku a stratí ho/ ju. Takáto situácia naznačuje, že vzťah nie je rovnocenný, hoci to je jeden zo základných predpokladov osobnej asistencie.

Ľudia sú citliví na rôzne situácie, preto nie je možné zostaviť výpočet spúšťačov nedorozumení. Vo všeobecnosti sa však za problematické považujú neskoré príchody, nedbanlivé alebo nepozorné asistovanie, ktoré môže viesť k úrazu (rýchla a neopatrná manipulácia s vozíkom, riskantná jazda autom a pod.), nerešpektovanie požiadaviek užívateľov a užívateľiek, presadzovanie svojich názorov a spôsobov vykonávania činností, neželané angažovanie sa asistujúcich ľudí v osobných, úradných a iných záležitostiach užívateľov a užívateľiek.

Konfliktná situácia nemusí hneď viesť k ukončeniu vzťahu. Otvorená výmena názorov a hádka môžu byť konštruktívne a konflikt v konečnom dôsledku užitočný. Je to vtedy, keď obe strany vedú spor v slušných medziach, vyhýbajú sa urážaniu a ponižovaniu a zároveň si určia spoločný cieľ, ktorým je nájdenie dohody a riešenia. Dôležitá je obojstranná ochota robiť kompromisy.

Konfliktné situácie možno riešiť aj pomocou mediácie. Zväčša však už ide o veľmi vyhrotené spory. Bežné nedorozumenia a nehody musia ľudia riešiť za „pochodu“ a bez odkladu, teda sami.



4.3 Rodina

Osobná asistencia je podľa definície vzťah medzi užívateľom, užívateľkou a osobným asistentom, asistentkou. Keďže v realite užívateľ a užívateľka väčšinou nežijú celkom sám/a, ale má buď partnera/ku, rodinu, alebo býva v domácnosti s rodičmi, inými príbuznými či spolubývajúcimi, asistenti a asistentky prichádzajú do častého kontaktu aj s nimi. Je preto dôležité, aby si aj rodinní príslušníci zvykli na asistenciu ako formu pomoci a prijali asistentov a asistentky do svojho života. Stotožniť sa so všetkými zmenami môže trvať dlhší čas. Ak sa však príprava rodiny podcení alebo zanedbá, môžu neskôr nastať problémy. Ľudia, ktorí asistujú v rodine, kde sú podľa ostatných rodinných príslušníkov „navyš“, sa v takomto ovzduší cítia nepríjemne.

4.3.1 Prijatie asistentov a asistentiek

V ideálnom prípade rodinní príslušníci chápu pozitívny prínos asistencie a rozhodnutie príbuzného začať s ňou podporia. Asistentov a asistentky privítajú s vedomím, že sú rukami, ktoré chýbali, keď ich blízky potreboval pomoc a oni nemali čas alebo fyzické sily. Dokážu si priznať, že nie sú schopní pokryť všetky potreby svojho blízkeho. Chápu tiež, že má svoju vlastnú predstavu o živote a dôverujú jeho schopnostiam riadiť si ho.

Niektoré rodiny však fakt, že ich najbližší sa rozhodli pre asistenciu, nesú ťažko. Cítia nevdak a krivdu, že po rokoch obety a starostlivosti sa im „obracajú chrbtom“ a viac ich nepotrebnú. Tieto situácie sú náročné pre obe strany. Nesúhlasiaci rodinní príslušníci si zaslúžia porozumenie a podporu. Zároveň je dôležité, aby aj oni pochopili a akceptovali, že sa ich príbuzní rozhodli pre zmenu a chcú sa samostatne rozhodovať o svojich potrebách.

Odporúča sa zapojiť rodinných príslušníkov do výberu osobných asistentov a asistentiek. Získajú tak možnosť vyjadriť sa hneď na začiatku, či je pre nich osobnosť asistenta a asistentky prijateľná. Častým zdrojom konfliktov býva aj fakt, že rodinní príslušníci organizujú asistenčnú prácu. Užívateľ alebo užívateľka tak môže nadobudnúť pocit, že na svojich asistentov a asistentky nemá dosah. Neprijemná situácia vzniká aj pre asistujúcich, ktorí dostávajú pokyny z dvoch rozdielnych strán. Ak sú inštrukcie protichodné, nevedia, ktorej strane vyhovieť.

Špecifická situácia vzniká, ak sú v rodine deti. Na asistentov a asistentky sa vtedy kladú vyššie nároky na zodpovednosť a spoľahlivosť. Asistenti a asistentky by si mali vytvoriť vzťah a získať dôveru detí (aj rodičov). Prijatie asistentov a asistentiek zo strany detí sa nedá vynútiť.

4.3.2 Súkromie rodiny

Počas vykonávania osobnej asistencie asistenti a asistentky vstupujú do súkromného priestoru rodiny a stávajú sa de facto ďalšími členmi a členkami domácnosti. Ich prítomnosť môže byť pre rodinných príslušníkov náročná a nemusia ju vždy zvládať s ľahkosťou, a to aj napriek všetkým pozitívam tejto pomoci. Užívateľia, asistenti a rodinní príslušníci sa vzájomne vnímajú a ich strety – najmä na začiatku – nie sú jednoduché pre žiadnu zo zúčastnených strán.

Rodinní príslušníci by sa počas asistovania mali vo svojej domácnosti naďalej cítiť „ako doma“ a nie ako na návšteve. Odporúča sa im, aby otvorene pomenovali, čo považujú za rušenie svojho súkromia. Len tak môžu užívateľia a užívateľky asistentov a asistentky poučiť a upozorniť ich na situácie vedúce ku konfliktom.

Asistenti a asistentky sú často svedkami rodinného života, ktorý nie je vždy ideálny a prináša rôzne turbulencie. V situáciách, akými sú napríklad partnerské hádky, spory

týkajúce sa financií či výchovy detí, je prítomnosť tretej osoby neštandardná. Užívateľia a užívateľky a rodinní príslušníci sa počas nich môžu dostať do rozpakov, reagovať neprimerane alebo umelo regulovať svoje správanie. Asistenti a asistentky by teda mali citlivo vnímať hranice súkromia ostatných členov domácnosti a pochopiť, že spory nemajú komentovať ani sa do nich zapájať.

Dôležité je vcítiť sa aj do postavenia asistujúcich ľudí. V momentoch, v ktorých si uvedomujú, že sú niekde „navyše“ alebo počujú niečo, čo by nemali, je pre nich náročné zaujať správne stanovisko. Najlepšou radou na zvládnutie kritických udalostí pre všetkých zúčastnených je vzájomný rešpekt a empatia.

4.4 Hľadanie asistentov a užívateľov

Pri hľadaní asistentov a asistentiek sa odporúča „rozhodiť sieť“, čím širšie, tým lepšie. Hľadajte vo svojom bezprostrednom okolí, v kruhu blízkej aj vzdialenej rodiny. Obráťte sa na známych, ktorí môžu osloviť svojich známych, poprosť priateľov, aby sa pýtali medzi svojimi priateľmi. Výhodou tohto spôsobu je, že budúcich asistentov a asistentky môže niekto odporučiť osobne a dajú sa o nich vopred zistiť základné informácie.

Ďalšou možnosťou je hľadanie prostredníctvom **inzerátu**. V tomto prípade je zrejmé, že naň budú reagovať cudzí ľudia, ktorých nepoznáte. Inzerát by mal tvoriť stručný text, ktorý zrozumiteľne hovorí, kto, koho a na aké činnosti hľadá. Súčasťou textu sú aj kontaktné údaje.

Príklad:

Aktívna štyridsiatnička na vozíku hľadá zodpovednú osobnú asistentku nad 18 rokov. Potrebujem pomoc pri premiestňovaní, hygiene, domácich prácach a voľnočasových aktivitách. Prax nie je podmienkou, zaučím. Hodinová odmena (podľa aktuálnej výšky). Pracovný čas: dohodou. Miesto: Košice.

Vhodným miestom na inzerovanie sú v súčasnosti **sociálne siete**. Zverejnite inzerát na svojom facebookovom profile a poprosť o jeho zdieľanie. Pridajte sa do skupín s témami ako hľadanie práce, brigády. Sledujte stránky neziskových organizácií a občianskych združení, ktoré sa venujú témam ako zdravotné postihnutie, sociálna práca, dobrovoľníctvo a zdieľajte svoj inzerát aj tam.

Ďalšie vhodné miesta na vyvesenie inzerátov sú **informačné tabule** na úradoch práce, v obchodoch, nákupných centrách, na zastávkach MHD, pri kostoloch, v knižniciach, komunitných centrách, zdravotníckych zariadeniach či kultúrnych inštitúciách. Ak sú vo vašom meste alebo v blízkom okolí **vysoké školy**, vyveste inzerát v škole, prípadne v internáte. S hľadaním asistentov a asistentiek medzi vysokoškolákmi a vysokoškoláčkami majú dobré skúsenosti najmä užívateľia a užívateľky, ktorí sami študujú, pretože si ich môžu nájsť medzi spolužiakmi a

spolužiackami. Túto možnosť však môžu vyskúšať aj „neštudujúci“ ľudia. Vysokoškólači a vysokoškólačky totiž tvoria početnú skupinu medzi asistentmi a asistentkami.

Inzerát možno zverejniť aj v miestnych novinách, inzertných periodikách, lokálnej televízii alebo v obecnom rozhlase. Mali by to byť médiá, ktoré vychádzajú v určitej lokalite alebo pre istý okruh čitateľov. Cieľom je osloviť ľudí bývajúcich v rovnakej oblasti ako užívatelia a užívatelky.

Ak ste asistent alebo asistentka a hľadáte užívateľa alebo užívatelku, mali by sledovať inzeráty na vyššie uvedených miestach. Ak nechcete čakať na vhodnú ponuku, môžete aktívne hľadať sami. Napíšte inzerát či výzvu, v ktorej stručne vysvetlíte, kto ste, komu a kde chcete asistovať, aké sú vaše skúsenosti a pod.

Príklad:

Pracujem na plný úväzok, no päť hodín týždenne by som rád pomáhal ako osobný asistent žene alebo mužovi z Piešťan a okolia. Mám 30 rokov, vodičák skupiny B, rád fotím a chodím na koncerty.

Pri hľadaní asistentov alebo užívateľov je možné využiť aj sprostredkovateľské služby agentúr osobnej asistencie (viď časti Agentúry osobnej asistencie OMD v SR).

4.4.1 Pohovor v domácom prostredí

Nasleduje prvé osobné stretnutie – pohovor užívateľa, užívatelky a potenciálneho asistenta, asistentky. Užívateľ/ka robí pohovor často s cudzím človekom, ktorého púšťa do svojej domácnosti. Ak by na takéto stretnutie prišiel človek so zlým úmyslom, imobilní užívatelia a užívatelky by sa nemohli brániť. Namiesto je preto maximálna opatrnosť. Odporúča sa, aby sa prvý kontakt uskutočnil aj v prítomnosti inej osoby, čo zabráni nepredvídaným udalostiam.

Na začiatku je dôležité ozrejmiť hodinovú odmenu a pracovný čas. Ďalej sa odporúča spýtať sa záujemcu a záujemkyne, ako dlho sa chcú asistencii venovať. Ak im základné podmienky vyhovujú, čo najpresnejšie vysvetlite pracovnú náplň a jeho úlohy: pri akých činnostiach budete potrebovať pomoc, ako často, odkedy dokedy, ako dlho by asistovanie malo prebiehať a pod.

Záujemcov a záujemkyne treba zároveň upozorniť, že osvojenie si potrebných zručností (spôsob manipulácie s vaším telom, premiestňovanie, obsluha kompenzačných pomôcok a iné) vyžaduje zaučenie. Pýtajte sa aj na ich predchádzajúce pracovné skúsenosti a motiváciu vykonávať asistenciu, aké sú ich záľuby, čomu sa venujú. To všetko vám napovie o ich osobnosti.

Človeku zaujímavému sa o asistenciu treba priblížiť aj všetky administratívne povinnosti súvisiace s asistenciou. Mal by mať dostatok informácií a času na premýšľanie, aby sa nerozhodoval narýchlo. Platí to však obojstranne. V praxi sa

osvedčil postup „asistovania na skúšku“, pri ktorom súčasný asistent alebo rodinný príslušník vysvetľuje potenciálnemu asistentovi základné postupy.

Ak príde k vzájomnej dohode medzi užívateľom, užívateľkou a záujemcom, záujemkyňou o asistenciu, užívateľ/ka pripraví zmluvu o výkone osobnej asistencie.



4.5 Organizovanie služieb

Človek, ktorý využíva asistenčnú pomoc, si len zriedka môže dovoliť luxus spontánných rozhodnutí. Každú činnosť, súčasťou ktorej je pomoc, si musí väčšinou vopred premyslieť. Čím viac ľudí mu asistuje, tým je ich organizovanie náročnejšie. Osobná asistencia preto neustále vyžaduje systematické plánovanie činností. Existuje niekoľko modelov organizovania služieb.

4.5.1 Služby bez rozpisu

Užívateľ/ka oznamuje asistentom/kám, kedy ich bude potrebovať, alebo asistenti/ky nahlasujú, kedy môžu pracovať. Podľa toho si užívateľ/ka skladá služby tak, aby mal/a pokryté dni a aktivity, ktoré potrebuje zabezpečiť. Táto forma je náročná na organizovanie a môže prinášať neistotu a stres.

4.5.2 Pevne stanovené služby

Každý asistent a asistentka má presne stanovený deň a čas, keď pracuje. Pokiaľ to je možné, služby treba rozdeliť tak, aby boli čo najpravidelnejšie. Táto forma je menej namáhavá a stresová. Zároveň umožňuje plánovanie činností a špecializáciu asistujúcich. Ak napríklad niekto z nich rád varí, varenie sa naplánuje na dni služby daného človeka. Keď niekomu nevyhovuje pomoc s hygienou, užívateľ ju naplánuje inému asistentovi alebo asistentke. Treba však rátať s tým, že takáto striktná špecializácia sa nedá realizovať vždy.

4.5.3 Nepravidelné služby

Ďalšou možnosťou je mať aj osobných asistentov a asistentky, ktorí pracujú nepravidelne a vykonávajú len určité úkony. Napríklad šoférujúca asistentka, ktorá pomáha v prípade prepravy, inak však nemá pravidelné služby, asistent sprevádzajúci len u lekárov, či asistent – náhradník, ktorý môže zastúpiť stabilných asistentov v prípade ich výpadku.

Asistentov a asistentky je tiež možné angažovať len na presne určené úkony v presne určenom čase – príkladom môže byť víkendové upratovanie domácnosti.

Ak užívateľ/ka potrebuje pomoc počas dňa na viac ako 8 hodín, je možné rozdeliť služby na dopoludňajšie a popoludňajšie zmeny. Ideálna, no vzácna situácia môže nastať, keď sa asistenti a asistentky navzájom poznajú a koordinujú. Dokážu sa tak dohodnúť na zastupovaní alebo výmene služieb. Pre užívateľ, užívateľku je to obrovské odbremenenie.

Opísané modely netreba vnímať ako nemenné. Každý človek si časom vypracuje vlastný spôsob organizovania služieb.

4.6 Dohody a pravidlá

Výkon osobnej asistencie nemôže byť vždy založený len na sympatiách a osobnostnom porozumení. Nie je to reálne najmä v prípadoch, keď osoba s postihnutím vyžaduje celodennú pomoc, ktorú môže pokryť len tímom niekoľkých asistentov a asistentiek.

Inými slovami, v praxi sa často opomína, že vzťah osobný asistent – užívateľ by mal byť aj pracovný, a preto by v ňom mali platiť pravidlá a dohody. Tak ako je tomu v regulárnom zamestnaní. Práca osobného asistenta a asistentky však má v porovnaní s inou prácou svoje špecifiká. Výstižne to pomenovala užívateľka na neinvazívnej pľúcnej ventilácii, ktorá hovorí, že na jednej strane musí asistentov manažovať a na druhej strane si je s nimi pomerne blízka, pretože ju ukladajú do postele, vidia ju v najzraniteľnejších momentoch alebo ju umývajú a sprchujú. Toto sa v žiadnom inom vzťahu zamestnanec – zamestnávateľ nestáva.

Ako nám môžu pravidlá a dohody pomôcť v praktickom živote? Uľahčujú komunikáciu, predchádzajú vzniku konfliktov, či reakciám pod vplyvom emócií. Sú výhodné pre obe strany. Pokiaľ jedna zo strán nie je ochotná sa dohodnúť, alebo dohody systematicky porušuje, alebo nerešpektuje pravidlá, v praxi to zväčša nebude fungovať a časom sa spolupráca rozpadne.

Dohoda je obojstranný súhlas. Preto by sa užívateľ/ka mal/a presvedčiť, že asistent/ka s návrhom (akýmkoľvek v rámci výkonu asistencie) súhlasí. Používať

môže vety: „Rád by som sa dohodol...je to takto v poriadku?“, „Môžeme sa dohodnúť?“, „Súhlasíš?“, „Vyhovuje ti to tak?“.

Príklady situácií zo života:

- Po príchode asistentky sa dohodnete, čo je dnes potrebné urobiť. Na druhý deň zistíte, že časť vecí neurobila, pritom čas na to bol. Stačí ju upozorniť: „Ale dohodli sme sa, že to urobíš včera.“
- Asistent nedá vedieť dni, ktoré môže pracovať nasledujúci mesiac v dohodnutom čase, musíte ho opakovane vyzývať a ste kvôli tomu v neistote. Stačí ho iba upozorniť: „Nedodržel si dohodu.“
- Asistent vám ponúkne v predstihu viac služieb počas sviatkov, na ktorých sa dohodnete. Tesne pred pracovnými termínmi však reaguje vyhýbavo a neochotne. Reakcia užívateľky: „To znamená, že to, na čom sme sa dohodli, neplatí?“

Platí to aj opačne. V prípadoch, kedy užívateľ/ka nedodržiava dohody, napríklad o termíne vyplácania odmeny, môže aj asistent/ka použiť v komunikácii jednoduchú odvolávku na dohodu.

Takto sa môžete vyhnúť výčitkám, podráždeným a nahnevaným reakciám, rozoberaniu výhovoriek. Je to pomôcka k lepšej komunikácii.

Pravidlá sa môžu týkať správania sa a mali by byť súčasťou pracovných povinností. Môžu mať tiež písomnú formu, zároveň by však mali byť s asistentom a asistentkou korektne odkomunikované a odsúhlasené. V praxi je to dobrá pomôcka, pri nevhodnom správaní stačí upozorniť na porušenie pravidla. Príklad pravidiel zo života:

- Ak je dohodnutý termín služby, platí na 100%. Nie je možné rušiť ho. Ak sa stane niečo vážne (choroba), treba to oznámiť čo najskôr.
- Keď užívateľ povie, že chce oddychovať, treba to rešpektovať (nerušiť, nebudieť, neoslovovať).
- V prípade, že niekto volá alebo prišla SMS, vždy sa najprv opýtať, či užívateľka chce vidieť alebo počuť hovor v jej alebo v cudzom telefóne a až potom, keď súhlasí, konať.

4.7 Rýchlokurz pre asistentov a asistentky

Mnohí ľudia, ktorí chcú robiť asistenciu, nemajú predchádzajúcu skúsenosť s pomocou osobám so zdravotným postihnutím. Pochybujú, či dokážu pomáhať správne, obávajú sa, že spravia chyby. Užívatelia a užívateľky osobnej asistencie však nehľadajú odborne vyškolených profesionálov a profesionálky, ale empatických, spoľahlivých, trpezlivých laikov, s ktorými si budú rozumieť.

Začínajúcim asistentom a asistentkám ponúkame stručný prehľad základných princípov platných v asistencii a pridávame niekoľko odporúčaní a praktických rád. Upozorňujeme však, že dokonalá príprava na vykonávanie osobnej asistencie nie je možná. Každý človek je iný a má na asistenciu rôzne požiadavky. Realita prináša aj nepredvídateľné situácie, preto je praktická osobná skúsenosť nenahraditeľná.

4.7.1 Zodpovednosť a dochvilnosť

Dodržiavanie dohôd, najmä termínov a presných príchodov, má priamy vplyv na „bytie a nebytie“ užívateľa a užívateľky. Ak človek napríklad nedokáže sám vstať z postele a presunúť sa na vozík, meškanie či dokonca absencia asistujúcej osoby mu spôsobia vážne problémy. V prípade, že nemôžete prísť na dohodnutú asistenciu, oznámte to v dostatočnom predstihu, ideálne niekoľko dní vopred. Pár hodín či dokonca minút pred začiatkom služby je príliš neskoro. Užívateľ/ka si musí zabezpečiť náhradnú pomoc, na čo potrebuje časovú rezervu. Mnohí ľudia sa so svojimi asistentmi a asistentkami na začiatku dohodnú, že súčasťou ich pracovnej náplne bude aj zastupovanie. V prípade neočakávaného výpadku iného asistenta/ky ich užívateľ/ka môže kontaktovať s prosbou o zastúpenie.

4.7.2 Užívateľ hovorí sám za seba

Na asistentov a asistentky sa ľudia často obracajú s otázkami a reakciami, ktoré patria užívateľom a užívateľkám. Príklad: muž nakupuje v sprievode svojho asistenta. Predavačka sa spýta asistenta, aké číslo topánok chce pán na vozíku. Príklad z úradu: nevidiaca žena s pomocou svojej asistentky vyplní formulár. Úradník od asistentky zisťuje, kto sa za klientku podpíše. Opísané situácie navodzujú dojem, že užívateľ a užívateľka nie je zodpovedný/á sám/a za seba, čo je nepríjemné nielen pre túto osobu, ale aj pre asistujúceho človeka.

Takéto situácie možno riešiť priamo alebo nepriamo. Priamo môžeme zareagovať odpoveďou v duchu: „**Ja som asistent/ka, pani/pána/slečnu iba sprevádzam. Oslovujte ju/jeho, prosím.**“ Pri nepriamej forme sa odporúča nereagovať na očný kontakt a otázky či komentáre daných ľudí. Ak je to možné, odšúpte od osoby, ktorej asistujete a nechajte ju osamote s človekom, s ktorým si potrebuje vyriešiť danú záležitosť.

4.7.3 Kompenzačné pomôcky

Kompenzačné pomôcky sú prístroje a zariadenia, ktoré umožňujú ľuďom prekonávať dôsledky ich telesného postihnutia. Sú užitočné aj pre asistentov a asistentky, ktorým uľahčujú poskytovanie fyzickej pomoci. Skúsenosti z praxe potvrdzujú, že ľudia využívajúci kompenzačné pomôcky majú väčšiu šancu nájsť si asistentov a

asistentky. Nemusia totiž hľadať výlučne fyzicky silné a zdatné osoby, ktoré by ich dokázali bez pomôcok dvíhať z lôžka na vozík, do vane, na toaletu a pod.

Ku kompenzačným pomôckam patria:

- **mechanický vozík** – váži cca 8 – 20 kg, ľahšie prejde cez bariéry, dá sa poskladať do auta, v prípade osoby, ktorá má postihnuté ruky, vyžaduje druhú osobu na manipuláciu s ním
- **elektrický vozík** – má hmotnosť 80 – 150 kg, ovláda sa pomocou joysticku, umožňuje samostatný pohyb bez pomoci inej osoby, jeho súčasťou sú nabíjateľné batérie
- **elektrická polohovacia posteľ** – ovláda sa elektrickým ovládačom a umožňuje (bez fyzickej sily) nastaviť polohu chrbta, nôh a celkovú výšku postele, imobilnému človeku uľahčuje sed a ľah, asistujúcemu obsluhu a šetrí mu fyzickú silu
- **stropný zdvihák** – zariadenie určené na zdvíhanie, presun a prepravu imobilných osôb, napríklad z postele na vozík, toaletu, do vane, sprchy
- **nájazdové rampy pre vozíky („lyžiny“)** – prenosné rampy, ktoré sa používajú na prekonávanie schodov, obrubníkov, nastupovanie do auta a kdekoľvek, kde treba prekonať výškový rozdiel
- **schodolez** – mobilné zdvíhacie zariadenie mechanického vozíka na prekonávanie schodov, ktoré vyžaduje ovládanie druhou osobou
- **šikmá schodisková plošina** – elektrické zariadenie zabudované na schodisku na prekonávanie schodov
- **umelá (invazívna) pľúcna ventilácia** – prístroj, ktorý dýcha za človeka v prípade zlyhania dýchacích svalov, dýchanie je zabezpečené cez hadicu zavedenú do priedušnice (tracheostómia)
- **podporná (neinvazívna) ventilácia** – prístroj, ktorý pomáha dýchať človeku, môže to byť len na niekoľko hodín (počas nočného spánku) alebo aj v celodennom režime, človek dýcha cez nosovú masku
- **odsávačka hlienov** – nevyhnutná pomôcka pri umelej pľúcnej ventilácii, prístroj na odsávanie hlienov z pľúc, môže byť statická, len na použitie v domácnosti, alebo prenosná na batériu
- **prístroj na odkašliavanie („asistent kašľania“)** – pomáha posúvať hlieny z pľúc a nahrádza nefunkčné dýchacie svaly, ktoré hlavne u ľudí s nervovosvalovými ochoreniami nedokážu kašľať, obsluhuje sa cez tvárovú masku
- **PEG** – výživová sonda pre ľudí, ktorí majú ťažkosti s prehĺtaním, umožňuje prijímanie stravy prostredníctvom hadičky priamo do žalúdka

Na vykonávanie osobnej asistencie nie je potrebné špeciálne vzdelanie alebo školenie. Používanie kompenzačných pomôcok si však vyžaduje dôkladné vysvetlenie a zaučenie. Asistenti a asistentky sa väčšinou s pomôckami stretávajú prvý raz, preto nemajú odkiaľ vedieť, ako tieto prístroje fungujú.

Zaučiť asistentov a asistentky znamená dôkladne im vysvetliť používanie a ovládanie jednotlivých pomôcok. Odporúča sa vysvetľovať jednoducho, pritom do detailov, a upozorniť na všetky špecifiká – napríklad akým spôsobom položiť človeku ruku na opierku vozíka, ako mu prispôbiť matrac, aby sa mu pohodlne sedelo, ako ho správne umiestniť do stropného zdviháka a podobne.

Pri pomôckach ovládaných elektrickým ovládačom treba asistenta a asistentku vopred poučiť, čo má alebo musí urobiť v prípade vybitia zariadenia a výpadku elektrickej energie. Je dôležité, aby si asistujúci človek ovládanie pomôcok sám vyskúšal. Až potom získa zručnosti aj istotu. V praxi sa osvedčilo vzájomné zaučenie: noví asistenti strávia prvé hodiny asistencie s už zabehnutými asistentmi, ktorí im názorne predvedú manipuláciu s pomôckami.

Sú aj asistenti a asistentky, ktorí po zaučení dokážu vykonávať aj jednoduché ošetrovateľské činnosti – podávajú lieky, pomáhajú pri obsluhovaní zdravotníckych prístrojov (odsávačky hlienu, asistent kašľania, výživová sonda PEG) a udržiavajú ich v potrebných hygienických štandardoch.

4.7.4 Vozíky

Vozík patrí do osobného priestoru človeka, ktorý ho používa. Ak bez vyzvania chytíte niektorú z jeho častí alebo sa o vozík opierate, v istom zmysle zasahujete tejto osobe do jej súkromia.

Človek sediaci na vozíku má iný zorný uhol pohľadu. Keď sa s ním rozprávate, snažte sa dostať na úroveň jeho očí – nakloňte sa k nemu, čupnite si alebo sadnite. Ak počas rozhovoru stojíte, osoba na vozíku sa musí pozerat' dohora, čo je namáhavé a bolestivé. To isté platí aj v prípade, že chcete človeku na vozíku niečo ukázať. Najprv sa zohnite na jeho úroveň a zistíte, či danú vec vidno aj z pozície osoby sediacej na vozíku.

4.7.4.1 Manipulácia s vozíkom

Asistent/ka sa má naučiť manuálne ovládať mechanický vozík, osvojiť si spôsob skladania vozíka a nakladania do auta. Ak s vozíkom zastavíte, nikdy ho nezabudnite zabrzdíť. Pozor na prudké brzdenie, sediaci na vozíku môže z vozíka spadnúť. Vozík by mal byť vždy v takej polohe, aby mal človek na ňom dobrý výhľad na dianie vo svojom okolí.

4.7.4.2 V exteriéri

Pri pohybe s vozíkom vo vonkajšom prostredí a vo verejnom priestore prispôbte rýchlosť jazdy pokynom človeka sediaceho na vozíku. Táto osoba tiež určuje spôsob zdolania akejkoľvek prekážky na ceste (rôznorodosť terénu, nerovnosti, obrubníky, výtlky). Na priechodoch pre chodcov, potme alebo v zlom počasí je nutná zvýšená opatrnosť. Dodržujte pravidlá cestnej premávky.

4.7.4.3 V mestskej hromadnej doprave

Pri cestovaní v prostriedkoch MHD sa treba riadiť zásadami prepravného poriadku.

Zámer nastúpiť s vozíkom do mestskej hromadnej dopravy dajte najavo vopred, a to zamávaním. Ak je pri nastupovaní alebo vystupovaní potrebná plošina, požiadajte vodiča či vodičku o vysunutie plošiny. Následne treba vozík premiestniť po plošine.

Vo vnútri vozidla vozík umiestnite do časti určenej na jeho prepravu, ktorá je označená piktogramom. Vozík musí byť počas jazdy zabrzdený. Ako asistujúca osoba máte byť človeku na vozíku nablízku a v prípade potreby istiť vozík, aby neboli ohrození ostatní cestujúci.

Záujem vystúpiť sa oznamuje stisnutím príslušného tlačidla.

4.7.5 Praktické a pohodlné oblečenie

Pri asistovaní v domácnosti treba rátať s možným znečistením či poškodením šatstva. Vhodné je teda praktické pracovné oblečenie, ako obuv pohodlné prezuvky. Pri manipulácii s vozíkom vo vonkajšom prostredí je pre asistenta vhodná pevná a pohodlná obuv, v zime ocení rukavice.

Keďže vozík tlačíte obidvomi rukami, v daždivom počasí nebudete môcť držať aj dáždňik, poslúži vám pršiplášť alebo nepremokavá vetrovka. Podobná rada sa týka tašiek; mnohým asistujúcim ľuďom sa osvedčilo nosiť batohy, ktoré im umožňujú mať obidve ruky voľné. Pri obsluhovaní vozíka v tme alebo hmle sa odporúča mať na sebe reflexné prvky.

5 Osobná asistencia na Slovensku



5.1 Pilotné obdobie

Pojem „osobná asistenciacia” sa na Slovensku začal skloňovať v polovici 90. rokov 20. storočia. Informácie o asistencii mali najmä pracovníci a pracovníčky združení obhajujúcich práva osôb so zdravotným postihnutím, a to najmä z cudzojazyčnej literatúry, z účasti na zahraničných konferenciách a z kontaktu s ľuďmi so zdravotným postihnutím zo zahraničia.

V tomto období pracovná skupina Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny SR počas služobnej cesty vo Švédsku navštívila jednu z miestnych agentúr osobnej asistencie a zoznámila sa s filozofiou osobnej asistencie. Inšpirovaní touto formou pomoci následne hľadali spôsoby, ako asistenciu zaviesť na Slovensku.

V roku 1996 sa v Piešťanoch uskutočnil odborný seminár o osobnej asistencii. Zúčastnili sa ho zástupcovia a zástupkyne komunít ľudí so zdravotným postihnutím. Vystúpil na ňom Adolf Ratzka zo švédskeho Inštitútu nezávislého života. Mnohí z prítomných ľudí počuli vtedy o osobnej asistencii prvý raz. **„Dodnes si pamätám pocit, ktorý som vtedy mala. Akoby som sa prestala báť toho, čo bude ďalej. Uvedomila som si, že vďaka asistencii už nebudem zažívať bezmocnosť, a to mi dodalo istotu do ďalšieho života,”** hovorí účastníčka prednášky.

V období od júna 1997 do septembra 1998 sa v Bratislave realizoval Pilotný projekt osobnej asistencie na Slovensku. Organizovalo ho Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny, Zväz telesne postihnutej mládeže a Organizácia muskulárnych dystrofikov v SR s finančnou podporou európskeho fondu PHARE.

Projektu sa zúčastnilo 22 ľudí s rôznymi druhmi zdravotného postihnutia. Vekovo pestrú skupinu školil Adolf Ratzka. Na pravidelných stretnutiach v Bratislave vysvetľoval princípy osobnej asistencie. Prednášal nielen z pozície odborníka, ale približoval aj vlastné skúsenosti dlhoročného užívateľa asistencie. Stretnutia s ním boli pre všetkých zúčastnených silným zážitkom, ktorý ich natrvalo „poznámenal” filozofiou nezávislého života: **„Adolfa Ratzku sme všetci neobmedzene uznávali. Bol pre nás mimoriadny vzor. Dôverovali sme mu vďaka tomu, že medzi nás prišiel osobne. Dávalo nám to silu stotožniť sa s jeho názormi, ktoré v tom čase boli ojedinelé aj v našej komunite,”** spomína na školiteľa účastníčka projektu.

V ďalšej fáze projektu si členovia a členky pilotnej skupiny hľadali asistentov a asistentky, s ktorými si vzájomne skúšali základné princípy asistencie: ako pomenovať svoje potreby, požiadať o pomoc, dať presnú inštrukciu, vykonať konkrétny úkon. Otázky, ktoré im vyvstali, následne preberali s Adolfom Ratzkom.

Zúčastnení ľudia hodnotili pilotný projekt ako zásadnú skúsenosť, ktorá im pozitívne zmenila život. Stali sa prvými užívateľmi a užívateľkami osobnej asistencie na Slovensku. Väčšina z nich túto formu pomoci aktívne využíva dodnes.

Adolf Ratzka školil aj pracovníkov a pracovníčky ministerstva práce a úradov práce. Spoločne diskutovali o budúcom legislatívnom nastavení osobnej asistencie a konkrétnych podrobnostiach – ako by mala vyzerat' zmluva o výkone asistencie, výkaz odpracovaných hodín a pod. Skúsenosti pilotnej skupiny a získané odborné poznatky boli zapracované do zákona o sociálnej pomoci, ktorý sa tom čase pripravoval na Ministerstve práce, sociálnych vecí a rodiny. Zákon č. 195/1998 Z. z. o sociálnej pomoci nadobudol účinnosť v roku 1999. Jeho súčasťou sa stala aj osobná asistencia.

5.2 Právna úprava osobnej asistencie

5.2.1 Dohovor OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím

Najdôležitejším dokumentom medzinárodného práva, v ktorom je zakotvené právo na nezávislý život vrátane prístupu k osobnej asistencii, je Dohovor OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím, ktorý prijalo Valné zhromaždenie OSN 13. decembra 2006. Slovenská republika ho spolu s Opčným protokolom ratifikovala v roku 2010. Ako medzinárodná zmluva je nadradený slovenským právnym predpisom. Medzi základné princípy Dohovoru OSN patrí: zásada nediskriminácie, zásada rovnosti príležitostí, plné zapojenie osôb so zdravotným postihnutím do všetkých sfér života, zásada prijatia zdravotného postihnutia ako súčasť ľudskej jedinečnosti, zásada osobnej autonómie, sloboda voľby a nezávislosti osôb s postihnutím.

Článok 19 Nezávislý spôsob života a začlenenie do spoločnosti:

Zmluvné strany uznávajú rovnaké právo všetkých osôb so zdravotným postihnutím žiť v spoločnosti s rovnakými možnosťami voľby na rovnoprávnom základe s ostatnými, prijímú účinné a primerané opatrenia, ktoré umožnia plné využívanie tohto práva osobami so zdravotným postihnutím a ich plné začlenenie a zapojenie do spoločnosti a zabezpečia, aby

- a) osoby so zdravotným postihnutím mali možnosť zvoliť si miesto pobytu, ako aj to, kde a s kým budú žiť na rovnakom základe s ostatnými a aby neboli nútené žiť v určitom konkrétnom prostredí;
- b) osoby so zdravotným postihnutím mali prístup k celému spektru podporných služieb, či už domácich alebo pobytových a ďalších komunitných podporných služieb vrátane osobnej asistencie, ktoré sú nevyhnutné pre nezávislý život v spoločnosti a pre začlenenie sa do nej a ktoré zabraňujú izolácii a segregácii v spoločnosti;
- c) komunitné služby a zariadenia pre širokú verejnosť boli za rovnakých podmienok prístupné osobám so zdravotným postihnutím a aby zohľadňovali ich potreby.

5.2.2 Zákon o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia

Náš právny poriadok upravuje osobnú asistenciu v zákone č. 447/2008 Z. z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia (zákon o kompenzáciách) vo svojej druhej hlave, konkrétne v §§ 20 až 23. Na tieto ustanovenia nadväzujú tri prílohy zákona:

- príloha č. 4: Zoznam činností na účely určenia rozsahu potrebnej osobnej asistencie;
- príloha č. 16: Vzor výkazu o počte hodín vykonanej osobnej asistencie;
- príloha č. 17: Vzor potvrdenia o vyplatených odmenách osobnému asistentovi.

V § 20 sa jednoznačne vymedzuje **účel osobnej asistencie**, ktorým je aktivizácia, začlenenie a podpora vlastného uplatnenia fyzickej osoby s ťažkým zdravotným postihnutím. Účel napĺňa aj ďalšie princípy nezávislého života tým, že osobe s postihnutím priznáva kontrolu nad osobným životom, a to vo všetkých oblastiach (rodina, práca, vzdelávanie, kultúra, šport, politický a občiansky život). Zadefinovanie účelu by malo v praxi viesť k tomu, že sociálne pracovníčky a pracovníci by mali v rámci posudzovania, či osobnú asistenciu priznať, zohľadňovať individuálne predpoklady. Tie zahŕňajú aj túžby, ambície, plány a potreby osoby s ťažkým zdravotným postihnutím (Brichtová, Repková, 2009). Zároveň ustanovenie určuje, že priznanie osobnej asistencie nie je možné podmieňovať druhom a závažnosťou zdravotného postihnutia. Toto má veľký význam. V praxi sa totižto stávalo, že sociálni pracovníci a pracovníčky zdôvodňovali odňatie osobnej asistencie zhoršením zdravotného stavu alebo ju z dôvodu rozsiahleho postihnutia odmietali priznať.

Presnou definíciou účelu štát uznáva svoju povinnosť zabezpečiť prirodzené potreby ľudí s ťažkým zdravotným postihnutím, aby mohli prostredníctvom osobnej asistencie žiť nezávisle v spoločnosti a mohli rozhodovať o sebe a svojom živote, čo je ďalší princíp nezávislého života.

Pri posudzovaní úradmi práce, sociálnych vecí a rodiny by sa malo skúmať, či sa priznaním osobnej asistencie dosiahne tento zákonom deklarovaný cieľ.

Posudzovanie rozsahu osobnej asistencie upravuje **§ 21**. Pri posudzovaní sa do ročného rozsahu asistencie nemôžu zarátať hodiny, počas ktorých sa vykoná zamestnanie alebo navštevuje školské zariadenie, s výnimkou vysokej školy (viac v kapitole Čo nie je osobná asistencia).

Úradom práce, sociálnych vecí a rodiny paragraf okrem iného ukladá povinnosť každé tri roky opätovne **prehodnotiť priznaný ročný rozsah osobnej asistencie, a to z úradnej moci (ex officio)**. Úrady majú prehodením zistiť, či rozsah hodín stále zodpovedá potrebám osoby s ťažkým zdravotným postihnutím a či sa napĺňa definovaný účel asistencie.

Možnosť zabezpečiť si osobnú asistenciu sa realizuje aj **peňažným príspevkom na osobnú asistenciu** podľa § 22 (Brichtová, Repková, 2009). Peňažný príspevok na osobnú asistenciu sa poskytuje najskôr od 6. roku dieťaťa do 65. roku. Po dovŕšení 65. roku len za splnenia istých podmienok (viac v kapitole Kto je užívateľ a užívateľka osobnej asistencie). Možnosť priznať osobnú asistenciu aj deťom je v súlade s filozofiou nezávislého života, aby boli od útleho veku napriek zdravotnému postihnutiu vedené k samostatnosti.

Ak je užívateľ hospitalizovaný alebo pri pobyte v zdravotníckom zariadení viac ako 30 dní, dochádza ku **kráteniu ročného rozsahu priznaných hodín osobnej asistencie** pri vybraných činnostiach podľa prílohy č. 4. Keďže ide o zásadný zásah do práv osoby s ťažkým zdravotným postihnutím, môže sa tak stať len na základe rozhodnutia.

Hodinová odmena asistentovi bola pôvodne v tomto paragrafe určená ako 1,39-násobok životného minima, čo v čase prijatia zákona bolo 2,49 eur. Od 1.7. 2013 bola hodinová odmena asistenta 2,76 eur. Od 1.7. 2017 bola v sume 2,78 eur. Od 1.7.2018 vo výške 3,82 eur. S účinnosťou od 1.7.2018 určuje výšku odmeny vláda SR svojím nariadením a ustanovuje ju vždy k 1. júlu. Od 1.7. 2019 bola týmto nariadením zvýšená na sumu 4,18 eur za hodinu práce osobného asistenta.

Práva a povinnosti osobného asistenta a osoby s ťažkým zdravotným postihnutím pri výkone osobnej asistencie sú upravené v § 23. Ustanovenie okrem iného definuje podstatné náležitosti zmluvy o výkone osobnej asistencie, ktorá musí mať písomnú formu. Ide o inominátnu zmluvu podľa § 51 Občianskeho zákonníka. Dnes je teda možné vykonávať osobnú asistenciu len na základe zmluvy v rámci občianskoprávneho vzťahu (nie na základe živnosti či pracovno-právneho vzťahu).

Osobná asistencia je účinný nástroj v systéme kompenzácií sociálnych dôsledkov ťažkého zdravotného postihnutia a má v súčasnosti pevné a nenahraditeľné miesto v sociálnom aj právnom systéme Slovenska.



Najvýznamnejšie novelizácie zákona

Z viacerých novelizácií zákona o kompenzáciách boli z pohľadu užívateľa osobnej asistencie najvýznamnejšie tie z roku 2011 a 2018. Novela z roku 2011 zrušila

komplikovaný mesačný výkaz o odpracovaných hodinách osobnej asistencie. Problém spôsoboval aj fakt, že neexistoval jednotný vzor výkazu. V praxi to znamenalo, že každý úrad práce, sociálnych vecí a rodiny mal svoje vlastné tlačivo výkazu. Novela zaviedla vzor výkazu záväzný pre všetky úrady práce. Zároveň sa výrazne zjednodušilo vykazovanie odpracovaných hodín. Novela zvýšila aj hranicu príjmu, pri ktorej sa príspevok na asistenciu krátil alebo odňal, z trojnásobku životného minima na jeho štvornásobok.

S účinnosťou od 1. júla 2018 platí nová podoba zákona o kompenzáciách. Túto novelu možno oprávnene považovať za najvýznamnejšiu za uplynulých desať rokov z pohľadu osobnej asistencie, lebo úplne zrušila sledovanie príjmu užívateľa a spoluposudzovaných osôb, čo zástupcovia osôb so zdravotným postihnutím opakovane žiadali. Po dlhej dobe novela zvýšila hodinovú odmenu o 1 euro na 3,82 eur.

Táto novelizácia vstúpi do histórie aj bojom za zachovanie jednoduchého výkazu o odpracovaných hodinách asistenta, ktorý zjednotil zástupcov združení občanov s postihnutím. Spoločným postupom pod vedením Organizácie muskulárnych dystrofikov v SR a v duchu hesla nezávislého života "Nič o nás bez nás" obhájili aspoň časť svojich požiadaviek. Podporným zhromaždením pred parlamentom nakoniec zabránili schváleniu byrokratického výkazu. Pôvodný návrh novely z dielne ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny totižto obsahoval novú, komplikovanú podobu výkazu na osobnú asistenciu s nutnosťou uvádzania denného príchodu a odchodu a hodinovú odmenu asistenta zvyšoval len o 0,04 eur.

Z návrhu novely nakoniec vypadla automatická valorizácia príspevkov podľa zmeny výšky minimálnej mzdy, ktorá sa týkala taktiež peňažného príspevku na osobnú asistenciu a ktorú by bolo možné považovať za pozitívny krok.

Nevypočítané ostali aj niektoré ďalšie požiadavky platformy zástupcov ľudí s postihnutím. Ide najmä o výraznejšie zvýšenie hodinovej odmeny asistenta vyrátanej ako 140% sumy hodinovej minimálnej mzdy. Ďalej je to požiadavka, aby aj osobní asistenti, ktorí vykonávajú osobnú asistenciu v rozsahu najmenej 120 hodín mesačne, mohli byť dôchodkovo poistení z prostriedkov štátneho rozpočtu. Týka sa to rodinných príslušníkov vykonávajúcich asistenciu svojim príbuzným s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorí podmienku na dôchodkové poistenie aktuálne nespĺňajú, lebo podľa zákona o kompenzáciách nemôžu vykonávať viac ako 120 hodín asistencie mesačne. Tieto požiadavky ostávajú predmetom ďalšej diskusie.

5.3 Porovnanie v rámci V4

Napriek tomu, že nie všetko je s osobnou asistenciou v slovenskej realite ideálne, Slovensko vďaka nej patrí medzi vyspelé krajiny Európskej únie aj sveta.

Osobná asistencia v tej forme ako je zakotvená v zákone o kompenzáciách, je stále výnimočným privilegiom. Ide hlavne o dva znaky asistencie: individuálne posudzovanie rozsahu hodín osobnej asistencie na základe potrieb a predpokladov osoby s ťažkým zdravotným postihnutím (nie priznanie rozsahu pomoci len na základe diagnózy či postihnutia) a osobný rozpočet, ktorým je peňažný príspevok vyplácaný mesačne.

Existuje mnoho krajín, kde ľudia so zdravotným postihnutím túto možnosť nemajú. Patria medzi ne aj naše susedské krajiny z Vyšehradskej štvorky (V4). V Poľsku a Maďarsku osobnú asistenciu ako formu pomoci zákon vôbec nepozná. V Česku ju upravuje § 39 zákona č. 108/2006 Zb. o sociálnych službách, ktorý túto službu radí medzi služby terénnej sociálnej starostlivosti. To znamená, že osoba s postihnutím si môže zaplatiť služby osobného asistenta cez nejakú neziskovú organizáciu. Na úhradu môže použiť svoj príspevok na starostlivosť, ktorý je podľa stupňa postihnutia vyplácaný v štyroch rôznych sumách. Najvyššiemu, štvrtému stupňu závislosti zodpovedá príspevok v sume 19200 českých korún, v prepočte cca 768 eur (stav platný od 1.4. 2019). Pri určení rozsahu pomoci sa nezohľadňujú individuálne potreby človeka s postihnutím. Odmena asistentovi za hodinu je 130 českých korún (5,2 eur), niekedy stojí prvá hodina 150 českých korún. Za túto sumu si môže osoba s postihnutím zaplatiť približne 147 hodín osobnej asistencie mesačne. Aj v Česku zápasia s nedostatkom osobných asistentov a asistentiek.

5.3.1.1 Porovnanie osobnej asistencie v štátoch V4

	Slovensko	Česko	Poľsko	Maďarsko
OA v zákone	áno	áno	nie	nie
OA ako osobný rozpočet podľa ind. potrieb	áno	nie	nie	nie
OA ako neštátna sociálna služba	sprostredkovanie OA	áno	áno	nie
Školenie asistentov	nie	nie preferujú áno	nie preferujú áno	-
Výška hodinovej odmeny OA	4,18 €	5,2 €	cca 5 €	-

5.4 Výzvy do budúcnosti

Najaktuálnejšou výzvou je zvýšiť záujem o prácu osobného asistenta a pritiahnúť k nej ľudí, aby ju mohli vykonávať aj ako svoje hlavné zamestnanie. Nedostatok osobných asistentov a asistentiek je alarmujúci. Je to dôsledok hlavne dvoch faktorov. Prvým je skutočnosť, že päť rokov (v rokoch 2013 – 2018) nebola hodinová odmena za výkon asistencie zvýšená, čo postupne viedlo k odlivu ľudí, ktorí by mali záujem o túto prácu. Od roka 2018 došlo k jej výraznejšiemu zvýšeniu, stále je odmena vzhľadom na náročnosť práce podhodnotená. K zlepšeniu situácie by mohlo viesť, keby hodinová odmena asistenta a asistentky bola na úrovni štvrtého stupňa náročnosti práce, ktorý výkon osobnej asistencie svojou náplňou a mierou zodpovednosti spĺňa. Druhým faktorom je nerovnocenné sociálne zabezpečenie v porovnaní s inými zamestnanými občanmi.

Zmluva o výkone osobnej asistencie nie je pracovnou zmluvou, čo znamená, že odpracované roky sa nezapočítavajú do dôchodku, s výnimkou asistentov, ktorí odpracujú minimálne 140 hodín mesačne. Asistenti a asistentky nemajú nárok na náhradu príjmu počas dovolenky, na dávky v práceneschopnosti, materské dávky, ani na podporu v nezamestnanosti. A to ani tí, ktorí vykonávajú osobnú asistenciu 140 a viac hodín mesačne.

Riešením by mohla byť novela zákona o sociálnom poistení, podľa ktorej by štát za asistentov a asistentky, ktorí odpracujú minimálne 140 hodín mesačne, platil komplexné sociálne poistenie zahrňujúce dôchodkové, nemocenské a poistenie v nezamestnanosti. Tým by práca osobného asistenta získala plnohodnotné postavenie na pracovnom trhu.

Rezervy v systéme má aj financovanie činnosti agentúr osobnej asistencie a sprostredkovania osobnej asistencie, ktoré je podľa zákona o sociálnych službách zo strany vyšších územných celkov len fakultatívne.



5.5 Agentúry osobnej asistencie

Činnosť agentúr osobnej asistencie upravuje zákon č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách vo svojej piatej hlave pod službami na riešenie nepriaznivej sociálnej situácie z dôvodu ťažkého zdravotného postihnutia, nepriaznivého zdravotného stavu alebo z dôvodu dovŕšenia dôchodkového veku a v § 46 Sprostredkovanie osobnej asistencie. Podľa tohto ustanovenia môže sociálnu službu poskytovať agentúra osobnej asistencie. Sprostredkovanie osobnej asistencie patrí medzi sociálne služby, register ktorých vedú vyššie územné celky a ktorý by mal byť dostupný na ich internetových stránkach.

Sprostredkovanie osobnej asistencie zahŕňa pomoc pri vykonávaní administratívnych úkonov (príprava návrhov zmlúv o výkone osobnej asistencie, pomoc pri spracúvaní výkazov odpracovaných hodín asistentom), vedenie databázy užívateľov osobnej asistencie, vedenie databázy osobných asistentov a záujemcov o vykonávanie osobnej asistencie, vykonávanie základného sociálneho poradenstva a vzdelávanie užívateľov osobnej asistencie a osobných asistentov a pomoc pri riešení konfliktov medzi stranami v súvislosti s uzatvorenou zmluvou o výkone osobnej asistencie. Táto sociálna služba sa poskytuje fyzickej osobe s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorej sa poskytuje peňažný príspevok na osobnú asistenciu.

Zákon o sociálnych službách aj zákon o kompenzáciách počítajú s možnosťou vyplácania odmien osobným asistentom a asistentkám prostredníctvom agentúry. Na tento účel sa agentúra osobnej asistencie môže stať prijímateľom peňažného príspevku na osobnú asistenciu na základe písomného súhlasu užívateľa či užívateľky. Predpokladom je uzatvorenie zmluvy o pomoci pri vykonávaní administratívnych úkonov s agentúrou. Táto možnosť však stále ostáva len v teoretickej rovine. Úrady práce, sociálnych vecí a rodiny nie sú na takúto prax pripravené. Agentúry osobnej asistencie sú podfinancované a chýbajú im ľudské zdroje. Napriek tomu, že zákon o sociálnych službách je účinný viac ako desať rokov, nie je stále zabezpečené základné financovanie činnosti agentúr proporcionálne podľa regiónov zo strany vyšších územných celkov, preto ani nevznikajú a táto sociálna služba je nedostatková. Svedčia o tom aj štatistické údaje. K septembru 2019 bolo 10 781 poberateľov peňažného príspevku na osobnú asistenciu, ale len niekoľko pár aktívnych agentúr osobnej asistencie, ktoré skutočne poskytujú komplexný servis podľa zákona (administratívne úkony, vedenie databáz, sociálne poradenstvo, vzdelávanie, riešenie konfliktov).

5.6 Agentúry osobnej asistencie OMD v SR

Občianske združenie Organizácia muskulárnych dystrofikov v SR (OMD v SR) vzniklo v roku 1993 s cieľom pomáhať ľuďom so svalovou dystrofiou a inými

nervovosvalovými ochoreniami. Po včlenení peňažného príspevku na osobnú asistenciu do zákona o sociálnej pomoci sa do sociálneho poradenstva dostala úplne nová, špecifická téma. Na organizáciu sa obracali klienti a klientky s množstvom otázok, ktoré súviseli s osobnou asistenciou. Potreba venovať sa podrobne a systematicky tejto téme postupne viedla k založeniu dvoch agentúr osobnej asistencie.

Agentúry pracujú v súlade s filozofiou nezávislého života a na princípoch tzv. vzájomného poradenstva. Služby v nich poskytujú ľuďa s ťažkým zdravotným postihnutím, ktorí tiež využívajú osobnú asistenciu. Pracovný tím je odborne kvalifikovaný na vykonávanie klientskych služieb.

Cieľom oboch agentúr je aktivizovať ľudí s ťažkým zdravotným postihnutím. Svojim klientom a klientkám, deťom i dospelým s rôznym ťažkým zdravotným postihnutím, ich rodinám, asistentom a asistentkám podávajú pomocnú ruku, dôraz však kladú na ich záujem a aktívny prístup. Poskytujú im podporu, aby svoju situáciu riešili vlastným pričinením, pomocou všetkých dostupných prostriedkov.

5.6.1 Sprostredkovanie osobnej asistencie

Hlavnou činnosťou agentúr je sprostredkovanie osobnej asistencie. V rámci toho aktívne vyhľadávajú a oslovujú nových asistentov a asistentky. Zverejňujú inzeráty na inzertných portáloch a sociálnych sieťach, organizujú nábory na veľtrhoch práce, vysokoškolských podujatiach, komunitných a kultúrnych akciách a pod.

Agentúry vedú dva druhy databáz: v jednej evidujú ľudí zaujímavých sa o vykonávanie asistencie, v druhej registrujú klientov a klientky, pre ktorých hľadajú asistentov a asistentky. Sprostredkovateľské služby poskytujú v rámci celého Slovenska. V Bratislave a v Žiline agentúry robia aj **osobné pohovory** so záujemcami/záujemkyňami o vykonávanie asistencie. V iných častiach Slovenska tieto pohovory nerealizujú.

Cieľom pohovoru je rozpoznať náznaky špekulatívneho alebo nečestného konania zo strany osoby uchádzajúcej sa o prácu asistenta. V prvotnom výbere sa tak vylúčia uchádzači a uchádzačky, ktorí zjavne nie sú vhodní na túto prácu (napríklad prídu pod vplyvom alkoholu alebo inej omamnej látky), nerozumejú tomu, čo sa od nich očakáva a pod.

Uchádzač/ka – potenciálny asistent alebo asistentka – na pohovore vyplní krátky dotazník so základnými údajmi a agentúra ho/ju zaradí do databázy. V následnom rozhovore spresní, komu chce asistovať – mužovi, žene alebo dieťaťu. Uvedie, v ktorej lokalite mu/jej vyhovuje pracovať a koľko času môže práci venovať. Dôležitou časťou pohovoru je špecifikovanie činností, ktoré potenciálny asistent alebo potenciálna asistentka vie a chce v rámci asistencie vykonávať. Ak niečo robiť odmieta, má to jasne pomenovať. Odporúča sa, aby okrem svojich schopností a

talentov uviedli aj svoje záľuby, pretože ľudia so zdravotným postihnutím často hľadajú ľudí, ktorí by im pomáhali pri voľnočasových aktivitách.

Na základe poskytnutých informácií sa agentúra snaží sprostredkovať užívateľom a užívateľkám asistentov a asistentky podľa ich požiadaviek. Ak daného človeka nájdú, užívateľ/ka a potenciálny/a asistent/ka sa skontaktujú. Ďalej prebehne ich prvé stretnutie na mieste, ktoré spravidla určuje užívateľ/ka. Ak je to osoba, s ktorou si asistent/ka ľudsky, organizačne alebo inak nevyhovuje, nemusí cítiť rozpaky, môže tohto človeka odmietnuť a obrátiť sa na agentúru s prosbou o sprostredkovanie iného užívateľa či užívateľky. Ak má akékoľvek výhrady či pochybnosti, rozhodne nemá odsúhlasiť spoluprácu.

Rozhodnutie o tom, či sa zmluva o vykonávaní osobnej asistencie uzatvorí, je už na zainteresovaných ľuďoch. Zodpovednosť za výber asistentov a asistentiek majú naďalej užívateľa a užívateľky. Asistenti a asistentky nie sú zamestnancami agentúry osobnej asistencie. Agentúra sa nemôže zaručiť za žiadneho človeka, a to ani za tých, ktorých preverí v rámci osobného pohovoru. Za uzatvorenie zmluvy o výkone osobnej asistencie agentúry nepoberajú províziu. Zmluvný vzťah vzniká medzi užívateľom, užívateľkou osobnej asistencie a osobným asistentom, asistentkou, agentúra tu vystupuje len ako sprostredkovateľ.

5.6.2 Agentúra osobnej asistencie Bratislava

Agentúra vznikla pod hlavičkou Organizácie muskulárnych dystrofikov v SR v roku 2000 v rámci pilotného projektu podporeného Ministerstvom práce, sociálnych vecí a rodiny SR sumou 300 000 SK. Jej založenie si vyžiadali potreby klientov a klientiek, ktorí chceli začať so službou osobnej asistencie. Vznik podnietili aj ľudia, ktorí službu už využívali a v bežnej realite narážali na množstvo praktických problémov. Poradenstvo potrebovali aj „dotknuté osoby“ – rodinní príslušníci užívateľov a užívateľiek asistencie a rozrastajúca sa skupina asistentov a asistentiek.

Agentúra je zaregistrovaná ako poskytovateľ sprostredkovania osobnej asistencie medzi neverejnými poskytovateľmi sociálnych služieb v Bratislavskom samosprávnom kraji. Zabezpečuje komplexné sociálne poradenstvo o osobnej asistencii. Všetky služby poskytuje bezplatne.

V súčasnosti má v starostlivosti okolo 375 klientov a klientiek, ktorým pomáha nájsť a sprostredkovať asistentov a asistentky. Školí ich vo filozofii asistencie a na administratívne zručnosti spojené s asistenciou. Asistujúcim ľuďom radí pri administratívnych úkonoch spojených s výkonom služby a poskytuje im poradenstvo v oblasti administratívnych, odvodových a daňových povinností. Na požiadanie môže ako mediátor vstúpiť do užívateľsko-asistentských sporov alebo v rodine.

Realizuje osvetové akcie o osobnej asistencii, organizuje semináre, vydáva odborné publikácie, podporuje výskumnú činnosť študentov vysokých škôl. Spolupracuje

s Pedagogickou fakultou UK v Bratislave a Centrom podpory študentov so špecifickými potrebami na UK v Bratislave.

5.6.3 Agentúra osobnej asistencie Žilina

Agentúra vznikla v roku 2017 ako jedna z organizačných zložiek OMD v SR. Jej vznik si vyžiadali potreby žilinského regiónu, v ktorom dlhodobo chýbali asistenti a asistentky pre ľudí so zdravotným postihnutím. Štart inštitúcie v roku 2017 podporila Nadácia Orange sumou 5000 eur a Mesto Žilina sumou 2500 eur. Od 1. 3. 2018 agentúra funguje s finančnou podporou Žilinského samosprávneho kraja. Agentúra je zaregistrovaná ako poskytovateľ sprostredkovania osobnej asistencie medzi poskytovateľmi sociálnych služieb v Žilinskom samosprávnom kraji. Všetky služby poskytuje bezplatne.

Agentúra sa angažuje pri presadzovaní práv a potrieb osôb so zdravotným postihnutím na rovno-cennom základe s majoritnou spoločnosťou v súlade s ideami filozofie nezávislého života a odovzdávania pozitívneho príkladu zvládania dôsledkov zdravotného postihnutia verejnosti. Hlavným cieľom agentúry je umožniť ľuďom so zdravotným postihnutím viesť pomocou asistencie nezávislý a samostatný život.

Agentúra poskytuje poradenský servis o osobnej asistencii a sprostredkovanie osobnej asistencie. Organizuje skupinové konzultácie pod vedením psychológa s cieľom zlepšiť komunikačné zručnosti vo vzťahoch medzi užívateľmi, užívateľkami, ich rodinnými príslušníkmi a asistentmi, asistentkami. Zúčastňuje sa pracovných veľtrhov, na ktorých hľadá asistentov a asistentky a akcií, na ktorých šíri osvetu o asistencii.

6 Asistencia mi změnila život



6.1 Adam: Asistencia bola príležitosť posunúť sa vpred

Pred a aj počas mojich začiatkov s využívaním osobnej asistencie som býval v internáte v Bratislave a cez víkendy u rodičov, tiež v Bratislave. Samozrejme, na oboch miestach platili pomerne prísne pravidlá denného režimu. Znamenalo to, že som si nemohol len tak zmyslieť ísť do mesta, na nákupy a podobne. Doma mi so všetkými úkonmi pomáhali rodičia, v internáte sanitári a vychovávatelia, no ja som nemal možnosť byť tým, kto si určí svoj program úplne podľa seba. Keď som sa dozvedel o možnosti získať príspevok na osobnú asistenciu, bral som to ako veľkú príležitosť pre svoj osobný posun vpred.

Príspevok na osobnú asistenciu som si vybavoval na Úrade práce a sociálnych vecí v Bratislave. Dostal som veľa užitočných informácií od ľudí z Organizácie muskulárnych dystrofikov v SR, ktorí mi presne vysvetlili, ako pri takomto vybavovaní postupovať. Pomáhali mi aj rodičia, ktorí ma tiež povzbudzovali v tom, aby som si hľadal čo najviac asistentov.

Myslím si, že na osobnom pohovore na úrade som mal šťastie, pretože ho so mnou viedla veľmi ústretová pracovníčka, ktorá mi veľa vecí vysvetlila. Pohovor sa niesol v príjemnom duchu a mal som z neho dobrý pocit. Pracovníčke som vysvetlil, v čom všetkom by mi asistencia pomohla. Bolo to vlastne veľmi jednoduché, pretože potrebujem neustálu pomoc. Nakoniec mi prišlo rozhodnutie o schválení príspevku na osobnú asistenciu, čo ma, samozrejme, veľmi potešilo.

Momentálne mám dvoch stálych osobných asistentov: zatiaľ čo jeden mi pomáha pri voľnočasových aktivitách, predovšetkým pri paralympijskom športe boccia, druhý asistent je „hlavný“. To znamená, že mi pomáha pri samoobslužných úkonoch, pri presunoch a podobne. Navyše, s „hlavným“ asistentom máme spoločnú záľubu v cestovaní, čo nám otvára nový rozmer spolupráce.

Zaujímavé boli moje začiatky s osobnými asistentmi. Sprostredkovanie jedného z mojich terajších asistentov muselo prebehnúť rýchlo, nakoľko som sa po pobyte v nemocnici dozvedel o tom, že mám absolvovať aj liečebný pobyt v Tatrách, a to len pár dní po prepustení z nemocnice. Moji rodičia sa vtedy obrátili na OMD v SR, kde im pre mňa odporučili asistenta, ktorý však nebol pôvodom Slováka. Času nebolo nazvyš, takže som na tento návrh kývol. O pár dní neskôr prebehol náš prvý rozhovor, kde sme si dohodli základné podmienky nášho vzájomného fungovania. O tri dni neskôr sme už vyrazili do Tatier a odvtedy sme v kontakte, pretože dotýčný človek mi stále asistuje.

Asistencia mi veľa dala a len málo vzala. Teraz som pánom svojho času a môžem sa venovať mnohým záľubám, predovšetkým cestovaniu a boccii. Samozrejme, asistencia je aj o kompromisoch a človek na ňu odkázaný ich musí vedieť robiť, pretože bez dohody by žiadneho asistenta dlho pri sebe neudržel. Avšak stále sa

oplatí fungovať s asistenciou. V opačnom prípade by som sa vrátil buď domov, alebo do nejakého domova sociálnych služieb, čo však považujem za krok späť.

6.2 Katka: Hľadala som únik z rutiny. Našla som ľudskosť

Každý z nás sa vo svojom živote môže stretnúť s pocitom, že jeho život sa stáva monotónnym. Rovnaká práca, ľudia – prosto rutina. Aj ja som sa dostala do tohto bodu. Mala som pocit jednotvárnosti a zistila som, že musím z tohto kolobehu von, že potrebujem reset, nejaký nový stimul. V tom čase mi niekto medzi rečou povedal o Compostelle, pútnickom mieste v Španielsku a o možnosti absolvovať púť. Priznám sa, že moje rozhodnutie navštíviť toto miesto, prejsť množstvo kilometrov, bolo spontánne. Ukázalo sa však ako veľmi užitočné. Mala som čas na seba a na svoje myšlienky. Nebolo to o vzdialenosti, ktorú som prešla, ale o ceste, ktorú som absolvovala vo svojej mysli. Po návrate domov som sa rozhodla, že je čas venovať sa nejakej dobrovoľnej činnosti. Byť užitočnou a pomáhať niekomu, kto je na pomoc iných odkázaný.

O Organizácii muskulárnych dystrofikov som sa dozvedela viac-menej náhodným kliknutím na ich stránku. Pri prvej návšteve som počula aj o potrebe asistencie a veci nadobudli rýchly spád. Prakticky hneď som sa stretla s človekom, ktorý asistenciu potreboval. Dohodli sme si stretnutie a o pár dní som už zvonila pred domom budúcej užívateľky asistencie, hoci o muskulárnej dystrofii som stále nemala žiadne vedomosti. Užívateľka mi však postupne vysvetlila, čo to znamená a už po prvej návšteve sa mi to všetko zdalo úplne prirodzené. Isteže, všetky potrebné činnosti som neovládala hneď, ale základ asistencie je byť rukami niekoho iného.

Stala som sa súčasťou jednej skvelej rodiny, v ktorej všetko funguje, v ktorej spolu nakupujeme, varíme – odkedy asistujem, polievka je základom aj môjho jedla. Učíme sa navzájom, preberáme aktuálne dianie na Slovensku, klebetíme. Naučiť sa používať zdvihák, aby ste pomohli niekomu do postele, pri troche snahy zvládne každý človek. Samozrejme, že cítim veľkú zodpovednosť, lebo táto rodina, aby fungovala tak skvele, potrebuje, aby som prišla vždy, keď sme sa dohodli. Často je nevyhnutné obetovať svoje pohodlie, aby som mohla byť tam, kde som potrebná.

Keďže som toho asi mala málo, prijala som aj druhú prosbu o pomoc. Moja druhá kamarátka so zdravotným postihnutím ma kontaktovala o pár mesiacov neskôr s tým, že taktiež potrebuje asistenciu. Keďže je to mladá žena, prevažná časť mojej asistencie je spojená s činnosťami, ktoré mám rada aj ja – nakupovanie, kino, koncert. Spoločne sme zariadili aj jej nový byt.

Ja asistenciu nevnímam ako pracovnú činnosť, ale ako činnosť, pre ktorú som sa dobrovoľne rozhodla. Ako užitočné využitie môjho voľného času. Som zamestnaná a asistenciu vykonávam v čase, kedy sa iní ľudia venujú svojim koníčkom.

Koľko času ľuďom zaberie rozmýšľanie nad tým, akí sú unavení? Mnohí si pritom neuvedomujú, že keď prídu domov z práce, ľahnú si pred telku alebo s mobilom v ruke nerobia nič. Ja som tiež často riešila únavu a pritom som okrem práce, príp. návštevy fitka a bežných súkromných rutinných vecí nerobila „nič“. Teraz aktívne „fitkujem“ s mojimi novými priateľkami pohybom na čerstvom vzduchu, prípadne vymetaním butikov. Keď sa vrátim domov, mám dobrý pocit z toho, že som svojou maličkosťou pomohla niekomu k jeho samostatnosti. K tomu, aby prekonával svoje obmedzenia a mohol žiť plnohodnotnejší život.

A keď si myslíte, že skĺbiť prácu, asistenciu a súkromný život sa nedá, odpoviem vám z vlastnej skúsenosti...DÁ SA TO. Je to troška ťažšie, pretože niečo strácate, ale oveľa viac získate. Čas je niečo, s čím sa dá pracovať, len je potrebné správne si ho utriediť.

Odkedy asistujem, pozerám sa na svoj život úplne inak. Som viac vďačná za takú „samozrejmosť“, akou je zdravie a schopnosť byť samostatnou. Som aj viac vnímavá voči svojmu okoliu – všímate si, či chodníky majú bezbariérový prístup? Ja to už riešim stále. Dovolím si tvrdiť, že asistencia z vás, tak ako aj zo mňa, môže urobiť lepšieho človeka, vnímavejšieho, ochotnejšieho pomáhať a menej lenivého – hoci s tým bojujem stále.

Mojím prvotným impulzom bol pocit rutiny – teraz ho už nemám. Vďaka asistencii som spoznala skvelých ľudí a objavila to, čo robí človeka človekom – ľudskosť. Vrelo asistenciu odporúčam ľuďom, ktorí upadli do stereotypu, alebo hľadajú vo svojom živote niečo, čo by ich spravilo lepšími.

Myslím si, že to, čo človek dáva, to aj od života dostáva.

6.3 Silvia: Fungovať musím 24 hodín denne. S asistenciou sa to dá

Keď som prvýkrát žiadala o osobnú asistenciu, schválili mi 116 minút denne. Aj na tie časy to bol netradičný počet, takže som sa odvolala a začala fungovať s asistenciou. Na dedine, kde som vtedy žila, je náročnejšie hľadať asistentov. Kto môže prichádzať z diaľky na pár minút, či na jednu – dve hodiny? Neoplatí sa to. Takže som začala uvažovať o návrate do mesta, najlepšie do Bratislavy. Po desiatich rokoch som sa opäť prihlásila na vysokú školu. Úspešne.

Potom sa to s asistenciou rozbehlo naplno. Našla som si asistentku, s ktorou som bývala v internáte. Pomáhala mi väčšinou ráno a večer. Chodila so mnou na nákupy, sprevádzala ma počas popoludňajšieho programu. V škole som mala asistentku – spolužiačku. Na jednej strane – ju asistencia zaväzovala pravidelne pracovať – prestávky si organizovala podľa mňa, nemohla tráviť čas s inými spolužiakmi, lebo na to, aby sme sa dostali tam, kam sme potrebovali, sme používali iné vchody, iné

chodby, iné (bezbariérové) jedálne. Na druhej strane – mňa asistencia oslobodzovala: nemusela som každý deň prosiť o pomoc niekoho iného, ušetrila som kopu času, lebo nebolo treba všetko znovu a znovu vysvetľovať. Asistentka mi dokonca pomáhala zabezpečovať pomoc, aj keď sama nemohla, lebo už vedela, že to pre mňa nie je jednoduché.

Postupne mi pribúdali asistenti – šoféri a aj auto sa stalo mojou pevnou súčasťou. Potom už pre mňa nebol problém osamostatniť sa aj v bývaní. Nájsť si vhodné bývanie bola tá ťažšia časť, ale keď sa to podarilo, vedela som si zorganizovať domácnosť tak, aby som mohla žiť aj sama. Dôležité bolo, aby mi asistenti nechávali všetko, čo som potrebovala, v dosahu na presne určenom mieste, aby som si poradila, aj vtedy, keď som ostala sama. Ráno som potrebovala byť rýchlejšia, takže asistenti nesmeli chýbať. Rovnako v zime, keď človek „bojuje“ s kabátom, sa bez asistenta nedá ísť ani na krok. Všetkým asistentom uľahčoval pomoc elektrický vozík a stropné zdvíhacie zariadenie. Toto bolo obdobie, keď som už nemala problém veľa športovať a cestovať. Mala som dosť asistentiek a asistentov a dni som si podľa počtu hodín delila na viac menších úsekov.

A dnes? S manželom a tromi malými deťmi potrebujeme naďalej aj pomoc osobnej asistencie. Keďže ja nedokážem deti sama zdvihnúť, prebaliť, či rýchlo reagovať na ich potreby, je úžasné, že mi môžu pomôcť osobné asistentky (dnes už mám len ženy a dievčatá). Rovnako mi pomáhajú udržiavať domácnosť. Ja ich na oplátku učím variť. Samozrejme, varia ony, ja si všetko nadiktujem. Všetky svorne tvrdia, že im u nás chutí.

Osobná asistencia je variabilná. Nikdy neviete, kto príde, čo dokáže, čo je ochotný robiť. Treba sa tomu prispôsobovať. Niektorí sú vegetariáni a môže mu robiť problém čistiť a krájať mäso. Iní majú problém robiť osobnú hygienu. Dnes už nie je samozrejme ani to, že dievčatá ovládajú domáce práce, takže ich treba všetko učiť. Navyše, každý robí jednotlivé činnosti inak a aby domácnosť nevyzerala úplne chaoticky, je dôležité nejakým spôsobom ju riadiť.

Stále je potrebné mať šoférov, v mojom prípade šoférky. Uľahčujem im to tým, že nemusia nakladať vozík, len ma pripútajú do upraveného auta spolu s vozíkom. Asi najväčšia dilema pre nás všetkých, ktorí sme odkázaní na pomoc, je osobná hygiena. Ale aj na toto sa osobné asistentky dajú nájsť a ja som rada, že v tomto mám šťastie a nemusím sa spoliehať na manžela.

Osobná asistencia je skvelá pomoc. Využívam ju vo veľkom. Mesačne mi pomáha päť až desať ľudí. Nie je totiž nič horšie, ako spoliehať sa na jedného človeka. Pravdupovediac, ani neviem, ako sa to dá. Znamenalo by to, že sa musím obmedzovať. A ja sa obmedzovať nechcem.

Aj pri väčšom počte asistentiek sa mi stáva, že niekedy nemá kto prísť. Vtedy si hovorím, že by mali byť profesionálne agentúry, ktoré sú schopné nájsť človeku

pomoc, ak ju urgentne potrebuje. Žiaľ, takéto agentúry u nás neexistujú. Nedostatok osobných asistentov je vážny problém, ktorý môže ohroziť aj moje fungovanie. Snažím sa fungovať tak, aby som nemusela každý deň telefonovať, kto zajtra príde. Snažím sa mať všetko dopredu dohodnuté a hlavne pravidelné. Je fajn, že si s asistentkami vieme vychádzať v ústrety, no na niektoré časy sa asistenti hľadajú ťažko. Problematické bývajú víkendy. Ale my musíme žiť a fungovať 24 hodín denne.

6.4 Ivan: Nie je to len o podávaní vecí

Som človek, ktorý potrebuje robiť to, čo ho baví a čo mu prináša zmysel. V istom období svojho života som rozmýšľal o svojej pracovnej náplni. V tom čase som sa dlhodobo staral o svojho imobilného otca a aj na základe toho som si uvedomil, že by som chcel niekomu pomáhať k lepšiemu životu. Tak som sa dostal k asistencii.

Začínal som s dvomi klientkami s mentálnym postihnutím, ktoré žili v podporovanom bývaní v Bratislave. Sprevádzal som ich na krúžky, voľnočasové aktivity a prechádzky, pomáhal som im s nákupmi a pri vybavovaní rôznych úradných záležitostí.

Postupne som začal asistovať aj ďalším klientom s mentálnym postihnutím. Keďže každý má iné potreby, musel som hľadať cesty, ako im pomáhať a neškodiť tým, že by som robil niečo za nich alebo proti ich vôli. Jedna klientka je napríklad veľmi pasívna, takmer nerozpráva, preto ju musím viac usmerňovať, pýtať sa jej, dedukovať z jej prejavu, čo potrebuje. S ďalšou klientkou je to zasa naopak, rozpráva až príliš. Niekedy ju musím, obrazne povedané, trochu „brzdiť“ v tom, čo všetko by chcela robiť. Ďalší klient je viac-menej samostatný, no potrebuje pomoc na úrade a v obchode pri výbere oblečenia alebo iného tovaru. Niektoré veci dokáže povedať sám, iné musím za neho vysvetliť ja.

S klientmi mám dohodnuté pevné termíny, ku ktorým sa môžu pridať výnimočné služby, takže práce mám dosť. Asistencia mi umožňuje mať flexibilný pracovný čas a byť sám sebe pánom.

Za päť rokov vykonávania osobnej asistencie som zažil množstvo situácií, ktoré mi utkveli v pamäti. Napríklad, keď ma klientka objíme alebo mi chytí ruku – tak jemne, milo a úprimne, ako to ani mnohí ľudia bez postihnutia nevedia. Keď mi klient povie, že vďaka mne sa naučil orientovať v Bratislave alebo že so mnou ide všetko ľahšie, uvedomím si dôležitosť asistencie a jej vplyv na ľudí, s ktorými pracujem.

Vďaka asistencii som spoznal nových ľudí, naučil sa byť ešte viac trpezlivý a empatický. Pochopil som, že nie je vždy dobré vnucovať klientovi svoju pomoc, ak ju nechce. Niekedy je to (aj) len o tom, že moja prítomnosť mu dodáva sebadôveru, preto sa snažím svojich klientov vždy podporovať a chváliť, ak sa im niečo podarí. Keďže niektorí z nich už, žiaľ, nemajú rodičov alebo ich rodina z nejakého dôvodu nefunguje, cítim, že sú šťastní, keď sa majú na koho obrátiť. Preto si myslím, že

asistencia nie je len o podávaní vecí, dvíhaní a robení činností za druhého. Je aj o podpore, o tom, čo môžete toho druhého naučiť a že ten človek má niekoho, na koho sa môže spoľahnúť.

Záver

Aby osobná asistencia priniesla skutočnú zmenu v živote osoby so zdravotným postihnutím, vyžadujú užívatelia a užívatelky aj osobní asistenti a asistentky podporu a sprevádzanie. Niekedy intenzívnejšie a dlhodobejšie, inokedy jednorazovou formou – poradenstvom.

Aby osobná asistencia plnila svoj skutočný účel – možnosť rozhodovať o svojom živote a kontrolovať ho, je potrebné, aby vzťah užívateľ – osobný asistent bol rovnocenný a založený na efektívnej komunikácii v súlade s etickým správaním. To je leitmotívom tejto brožúry. Naším cieľom je, aby bola pomôckou, do ktorej môžu užívatelia, užívatelky, asistenti a asistentky hocikedy nazrieť a vždy nájsť radu, poučenie, či niečo na zamyslenie.

Chceme, aby brožúra sprevádzala užívateľa aj asistenta ich asistenčným životom, aby im vedela poradiť so zmluvnými, administratívnymi, daňovými a odvodovými povinnosťami, pri vybavovaní žiadostí na úradoch práce, sociálnych vecí a rodiny, ale aj v komunikácii, nastavení pravidiel alebo pri riešení konfliktov.

Naším práním je uľahčiť užívateľovi aj asistentovi pasovanie sa s osobnou asistenciou v reálnom živote. Aby úskalia, ktoré asistencia prináša, úspešne prekonali.

Len vtedy osobná asistencia prinesie pozitívnu zmenu v živote človeka so zdravotným postihnutím a naplní svoj účel v jeho nezávislom živote.

Budeme radi, ak sa nám to aspoň sčasti s pomocou tejto brožúrky podarilo.

Zoznam použitej literatúry

- ADAMOVIČOVÁ, A., 2000: Osobná asistencija – šanca plnohodnotne žiť? Prednáška. Bratislava, Organizácia muskulárnych dystrofičkov v SR.
- ADAMOVIČOVÁ, A., 2000: Osobná asistencija a jej význam pre náš život. Prednáška. Bratislava, Organizácia muskulárnych dystrofičkov v SR.
- BRICHTOVÁ, L., REPKOVÁ, K., 2009: Sociálna ochrana starších osôb a osôb so zdravotným postihnutím – vybrané aspekty. Bratislava, EPOS.
- GRIČOVÁ, Ľ., 2000: Nezávislý život. Bratislava, Organizácia muskulárnych dystrofičkov v SR.
- GRIČOVÁ, Ľ., ADAMOVIČOVÁ, A., 2000: Osobná asistencija. Bratislava, Organizácia muskulárnych dystrofičkov v SR.
- GRIČOVÁ, Ľ.; ADAMOVIČOVÁ, A., 2000: Agentúra osobnej asistencie - Osobná asistencija. Bratislava, Organizácia muskulárnych dystrofičkov v SR.
- DURAČINSKÁ, M., 2008: 10 rokov osobnej asistencie na Slovensku. Prednáška. Bratislava, Organizácia muskulárnych dystrofičkov v SR.
- DURAČINSKÁ, M., 2017: Osobná asistencija v praxi: Riešenie konfliktov (6. časť). In: Ozvena, XXVI., č. 4, Organizácia muskulárnych dystrofičkov v SR.
- GRICHOVÁ, K., 2008: Formy pomoci štátu pri začlenení občanov so zdravotným znevýhodnením do bežného života. Ružomberok, Katolícka univerzita v Ružomberku.
- GRICHOVÁ, K., 2012: Systém asistencie pre ľudí s ťažkým zdravotným postihnutím. Ružomberok, Verbum – vydavateľstvo KU.
- HRADŇANSKÁ, A., 2013: Význam sociálneho poradenstva pre dospelé osoby s nervosvalovým ochorením. Diplomová práca. Bratislava, VŠZaSP sv. Alžbety, Katedra sociálnej práce.
- MADUNOVÁ, A., 2003: Malá príručka osobnej asistencie. Bratislava, Organizácia muskulárnych dystrofičkov v SR.
- MENDELOVÁ, E., DURAČINSKÁ, M.; KAPUSTOVÁ, Ľ., 2009: Osobná asistencija a možnosti jej využitia počas štúdia na vysokej škole. Bratislava, Univerzita Komenského v Bratislave, Centrum podpory študentov so zdravotným postihnutím.
- REPKOVÁ, K., 1999: Zdravotné postihnutie – obraz z galérie nášho poznania. Bratislava, Ing. Mračko Miroslav.
- Oznámenie Ministerstva zahraničných vecí SR č. 317/2010 Z.z. Dohovor OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím

Zákon č. 447/2008 Z. z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia

Zákon č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách

Zákon č. 5/2004 Z. z. o službách zamestnanosti

Zákon č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon).

Zákon č. 597/2003 Z. z. o financovaní základných škôl, stredných škôl a školských zariadení

Zákon č. 595/2003 Z. z. o dani z príjmov

Nariadenie vlády č.172/2019 Z. z., ktorým sa ustanovuje výška sadzby na jednu hodinu osobnej asistencie a výška peňažného príspevku na opatrovanie

GELEKENYOVÁ, H. 2014. Osobný asistent ako člen domácnosti, Bakalárska práca. Univerzita Komenského v Bratislave, Pedagogická fakulta, 2014. 48 s.

ŠKOVIEROVÁ, R. 2007. Osobná asistencia ako cesta k integrácii pre ľudí s nervovosvalovými ochoreniami. Diplomová práca. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, Pedagogická fakulta, Katedra liečebnej pedagogiky, 2007. 106 s.

PAULÍNYOVÁ, A. 2007. Liečebno – pedagogická intervencia zameraná na podporu kľúčových kompetencií osobných asistentov : diplomová práca. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, Pedagogická fakulta, Katedra liečebnej pedagogiky, 2007. 147 s.

Internetové zdroje

RATZKA, A. Curriculum Vitae Adolf D. Ratzka, PhD.

<http://www.independentliving.org/ratzka.html>

RATZKA, A. 1989. Personal assistance as key to Independent Living.

<http://www.independentliving.org/docs2/enilpakeytoil.html>

RATZKA, A. 1996. STIL, the Stockholm Cooperative for Independent Living.

<http://www.independentliving.org/docs3/stileng.html>

Ed Roberts.

[http://en.wikipedia.org/wiki/Ed_Roberts_\(activist\)](http://en.wikipedia.org/wiki/Ed_Roberts_(activist))

Hnutie nezávislého života.

https://en.wikipedia.org/wiki/Independent_living

Inštitút nezávislého života.

www.independentliving.org

Európska sieť nezávislého života.

www.enil.eu

Index

Adolf Ratzka, 12, 50, 51, 73
Agentúra osobnej asistencie, 6, 7, 31, 41, 50, 56, 57, 59, 69, 73, 74
Asistent učiteľa, 14
Daňová povinnosť, 33, 34
Dohovor OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím, 8, 51
Elektrický vozík, 45, 65
Mechanický vozík, 45, 47
Nezávislý život, 6, 10, 11, 50, 51, 52, 54, 57, 59
Odmena, 12, 17, 18, 26, 27, 32, 40, 52, 53, 54, 55
Odvolanie, 23
Opatrovanie, 12
Oznamovacia povinnosť, 33
Peňažný príspevok, 10, 11, 13, 17, 19, 20, 22, 26, 27, 29, 52, 53, 54, 56
Pilotný projekt osobnej asistencie, 50, 59
Potvrdenie o vyplatenej odmene, 26, 27, 34, 52
Pracovný asistent, 13, 14
Registračná povinnosť, 33
Rodinný príslušník, 12, 13, 15, 18, 29, 38, 39, 41, 54, 60
Rozhodnutie o peňažnom príspevku, 22
Stropný zdvihák, 22, 45, 46, 63
Výkaz o vykonaných hodinách osobnej asistencie, 26, 27, 51, 52, 53, 56
Výpočet hodín, 20, 21, 22
Zákon č. 447/2008 Z. z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia, 8, 20, 29, 52, 70
Zákon č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách, 70
Zhodnotenie potrieb, 20, 22
Zmluva o výkone osobnej asistencie, 24, 26, 32, 33, 41, 51, 56, 58
Zoznam činností, 17, 20, 29, 52
Žiadosť o registráciu daňovníka, 33

O autorkách

Mária Duračinská, Mgr., autorka textu brožúry:

Vyštudovala Právnickú fakultu UK v Bratislave. Od r. 2002 pracuje v OMD v SR, pôsobila ako sociálna poradkyňa, aj na pozícii projektovej koordinátorky. Je autorkou projektu Agentúra osobnej asistencie – komplexný servis o osobnej asistencii, ktorého výstupom bolo prvé vydanie tejto brožúry v roku 2008. V súčasnosti vedie časopis Ozvena a blog na www.osobnaasistencia.sk. Zastáva post čestnej predsedníčky organizácie.

Andrea Madunová, autorka textu brožúry:

Vyštudovala Právnickú fakultu UK v Bratislave, v OMD v SR pracuje od r. 1996 ako sociálna poradkyňa, od roku 2002 zastáva post predsedníčky organizácie. Agentúra osobnej asistencie je jej ideou, pretože ako poradkyňa videla v praxi, že je potrebné venovať sa tejto forme pomoci špecializovane. Zúčastnila sa vzdelávacieho pilotného projektu o osobnej asistencii, ktorý viedol na Slovensku Adolf Ratzka v 90-tych rokoch.

Alena Hradňanská, spoluautorka textu brožúry:

Vyštudovala sociálnu prácu na VŠaZSP sv. Alžbety v Bratislave. V OMD v SR pracuje na pozícii sociálnej poradkyne. Profesne sa venuje hlavne téme osobnej asistencie, ktorá aj jej samej pomáha žiť nezávislý život. Je súčasťou tímu, ktorý stojí za projektom www.osobnaasistencia.sk.

Katarína Uhrová, spoluautorka textu brožúry:

Vyštudovala kulturológiu na Filozofickej fakulte UK a scenáristiku na Filmovej fakulte VŠMU. Venuje sa scenáristickej tvorbe a príprave rešerší pre dokumentárne filmy. Zároveň pracuje ako osobná asistentka a bloguje o tom na www.osobnaasistencia.sk

Veronika Melicherová, autorka ilustrácií a dizajnu obálky:

Od r. 2008 úzko spolupracuje s OMD v SR, je autorkou loga a dizajnu organizácie, Agentúry osobnej asistencie aj časopisu Ozvena, takisto mnohých ďalších propagačných a tlačených materiálov organizácie. Pochádza zo Starej Turej, vyštudovala VŠVU odbor grafického dizajnu v Bratislave. Vždy má úsmev na tvári a hlavne tvorivé nápady.

Organizácia muskulárnych dystrofií v SR

Organizácia muskulárnych dystrofií v SR vznikla ako samostatné občianske združenie v r. 1993. Je jediná špecifická organizácia s celoslovenskou pôsobnosťou, ktorej poslaním je komplexná a adresná pomoc ľuďom so svalovou dystrofiou a iným nervosvalovým ochoreniami (NSO). Cieľom aktivít organizácie je umožniť ľuďom s NSO ochoreniami, i napriek obmedzeniam, ktoré majú, viesť nezávislý a plnohodnotný život.

Vo všetkých svojich riadiacich aj kontrolných orgánoch má len osoby so svalovým ochorením alebo rodičov detí s týmto ochorením. Súčasne vytvára kvalifikované pracovné miesta pre osoby so svalovým ochorením alebo s iným ťažkým telesným postihnutím v chránenom pracovisku v Bratislave. Medzi jej hlavné aktivity patrí najmä vykonávanie špecializovaného sociálneho poradenstva a prevencie, vedie Agentúru osobnej asistencie pre klientov s rôznym zdravotným postihnutím, vydáva časopis Ozvena a iné publikácie, organizuje osvetovú kampaň Belasý motýľ spojenú s verejnou zbierkou, organizuje charitatívne Koncerty belasého motýľa, pre detských členov pripravuje letné tábory, pre dospelých členov rôzne tematické pobyty, celoslovenské stretnutie a odborné semináre. Z výťažku získaného z verejnej zbierky prispieva členom na doplatky za kompenzačné pomôcky. Dlhodobo presadzuje skvalitnenie zdravotnej starostlivosti o ľudí s NSO.

www.osobnaasistencia.sk

www.omdvsr.sk

e-mail: agenturaba@osobnaasistencia.sk

e-mail: agenturaza@osobnaasistencia.sk

Facebook: Osobná asistencia OMD v SR

<https://www.facebook.com/Osobná-asistencia-OMD-v-SR>

Facebook: Agentúra osobnej asistencie Žilina

<https://www.facebook.com/Agentúra-osobnej-asistencie-Žilina>



Osobná asistencia

TEÓRIA A PRAX

Autorky: Mgr. Mária Duračinská, Mgr. Andrea Madunová,

Spoluautorky: Mgr. Alena Hradňanská, Mgr. art. Katarína Uhrová

Ilustrácie: Mgr. art. Veronika Melicherová

Obálka a sadzba: Mgr. art. Veronika Melicherová

Tlač: Kníhtlač Gerthofer

Reprodukovať publikáciu alebo jej časti je možné len so súhlasom autoriek a organizácie.

Vydala v r. 2019 Organizácia muskulárnych dystrofikov v SR.

ISBN: 978-80-973582-0-4

