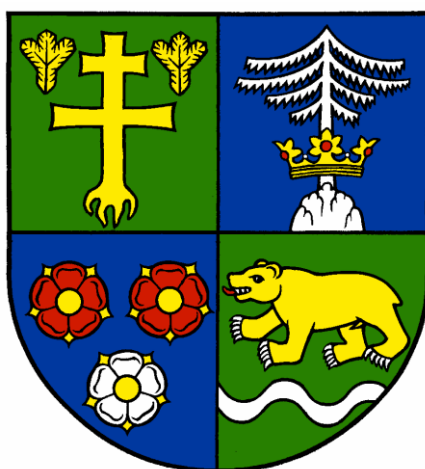


CENTRUM SOCIÁLNYCH SLUŽIEB STRANÍK
Na Straník 335/24, Teplička nad Váhom, Žilina 3

**Výročná správa o činnosti a hospodárení
poskytovateľa sociálnych služieb v zriaďovateľskej
pôsobnosti Žilinského samosprávneho kraja za rok
2018**



Obsah

1.	SÍDLO, VZNIK A POSTAVENIE POSKYTOVATEĽA SOCIÁLNYCH SLUŽIEB	3
1.1.	Identifikačné údaje prevádzkovateľa zariadenia	3
1.2.	Vznik a postavenie poskytovateľa sociálnych služieb	3
2.	PREVÁDZKOVÉ PODMIENKY POSKYTOVANIA SOCIÁLNYCH SLUŽIEB	5
2.1.	Celková situácia	5
2.2.	Ubytovacie priestory	7
3.	ŠTRUKTÚRA PRIJÍMATEĽOV SOCIÁLNYCH SLUŽIEB	10
3.1.	Pohyby PSS a obsadenosť v CSS Straník	15
3.2.	Úhrady za služby	16
4.	PERSONÁLNE PODMIENKY A ORGANIZAČNÁ ŠTRUKTÚRA	17
4.1.	Strategický personálny manažment v organizácii a jeho ciele	17
4.2.	Organizačná štruktúra	21
5.	POSKYTOVANIE SOCIÁLNYCH SLUŽIEB	22
5.1.	Stravovanie	22
5.2.	Úvazky a ordinácie lekárov	23
5.3.	Práca s prijímateľmi sociálnych služieb – výber z aktivít v roku 2018	27
6.	FINANCOVANIE SOCIÁLNYCH SLUŽIEB A ÚHRADY ZA SOCIÁLNU SLUŽBU	36
7.	PLNENIE CIEĽOV, PRIORÍT A INOVÁCIE V POSKYTOVANÍ SOCIÁLNYCH SLUŽIEB ZA ROK 2018	37
7.1.	Ciele kvality na rok 2018 – ekonomicko prevádzkový úsek	37
7.2.	Ciele kvality na rok 2018 – sociálno terapeutický úsek	38
7.3.	Ciele kvality rok 2018 – úsek údržby	40
7.4.	Ciele kvality rok 2018 – CSS Straník, mestská časť Zástranie	41
7.5.	Ciele kvality na rok 2019	41
8.	PLÁN FINANCOVANIA SOCIÁLNYCH SLUŽIEB NA ROK 2019	43
9.	Kontakty na poskytovateľa sociálnych služieb	44

1. SÍDLO, VZNIK A POSTAVENIE POSKYTOVATEĽA SOCIÁLNYCH SLUŽIEB

1.1. Identifikačné údaje prevádzkovateľa zariadenia

Obchodné meno	Centrum sociálnych služieb STRANÍK
Sídlo	Na Straník 335/24, Teplička nad Váhom, 010 03 Žilina 3
Prevádzka	Mestská časť Zástranie, Kultúrna 41/29, 010 03 Žilina
IČO	00647675
DIČ	2020689286
Číslo účtu	bežný účet – SK26 8180 0000 0070 0048 5054
Právna forma	rozpočtová organizácia
Štatutár	Mgr. Jozef Bukový, riaditeľ
Telefón	041/ 5667 802
Email	cssstranik.riaditel@vuczilina.sk
Web	www.stranik.dsszsk.sk
Zriaďovateľ	Žilinský samosprávny kraj
Zriaďovacia listina č.	2002/356 (s dodatkami 1 – 5)

Zdroj CSS Straník

1.2. Vznik a postavenie poskytovateľa sociálnych služieb

Centrum sociálnych služieb STRANÍK bol založený 01.08. 1955 ako domov dôchodcov v areáli bývalého letiska pre bezmotorové lietanie v horskej lokalite na Straníku pri Žiline. Od roku 1962 sa zariadenie začalo špecializovať na Ústav pre mentálne postihnuté a duševne choré ženy. V roku 1995 bolo zriadené oddelenie pre mužov, ktoré sídli v bývalej základnej škole v Zástraní (cca 2 km). Svoje služby taktiež orientuje na mentálne postihnutých a duševne chorých mužov.

Centrum sociálnych služieb STRANÍK (ďalej len CSS) poskytuje odborné, obslužné a ďalšie činnosti a utvára podmienky na ich vykonávanie v rozsahu ustanovenom zákonom.

Zriaďovateľom súčasného zariadenia je od 01. 07. 2002 Žilinský samosprávny kraj. CSS je rozpočtovou organizáciou, ktorá samostatne hospodári podľa schváleného rozpočtu s prostriedkami, ktoré mu schvaľuje a prideluje Žilinský samosprávny kraj v rámci svojho rozpočtu a s prostriedkami prijatými od iných subjektov.

Od 01.01. 2019 sa dodatkom č. 5 stávame príspevkovou organizáciou, našim zriaďovateľom naďalej zostáva Žilinský samosprávny kraj.



**Výročná správa o činnosti a hospodárení poskytovateľa sociálnych služieb
v zriaďovateľskej pôsobnosti Žilinského samosprávneho kraja za rok 2018**

Zariadenie je prevádzkované **celoročnou pobytovou** formou ako centrum sociálnych služieb. Kapacita zariadenia k 31. 12. 2018 bola 97 žien a 28 mužov (celkovo 125 prijímateľov sociálnych služieb). Obsadenosť zariadenia – skutočný stav 95 žien a 29 mužov.(celkovo 124 PSS)

2. PREVÁDZKOVÉ PODMIENKY POSKYTOVANIA SOCIÁLNYCH SLUŽIEB

2.1. Celková situácia

Centrum sociálnych služieb Straník v Tepličke nad Váhom – prevádzka pre ženy je situovaný v troch obytných budovách. Jeho súčasťou je vrátnica, plynová kotolňa, objekt pre realizáciu pracovných aktivít prijímateľov sociálnej služby (ďalej len PSS), skladovacie priestory, dielňa, hangár, budova bývalého pomocného hospodárstva a vlastný vodojem vzdialený od CSS cca 1000 m. Budovy sú staršie (rok 1930, 1933, 1964) a vyžadujú zvýšené náklady na ich údržbu a opravy. Zateplené sú dve obytné budovy.

Vykurovanie zariadenia je zabezpečované vlastnou plynovou kotolňou (2 plynové kotly Wiessmann, ktoré boli obstarané v roku 2017).

Na prevádzku je využívaná pitná voda z mestského vodovodu a pitná voda z vlastného vodojemu (žriedlo Kamenná studňa pod Veľkým Straníkom) slúži ako záložný zdroj. Pravidelne 4-krát ročne dochádza k čisteniu okolia a pravidelnej údržbe vodojemu a k pravidelnému chemickému a biologickému monitoringu kvality pitnej vody. Zariadenie je od roku 2011 napojené na kanalizačný zberač v Tepličke nad Váhom.

Priestory v CSS Straník sú takmer bezbariérové. V priebehu nasledujúcich rokov chceme naďalej pokračovať v systematickej debarierizácii zariadenia.

Vozový park tvoria 9-miestne vozidlo Fiat Ducato (r. v. 2010) a 5-miestne vozidlo Škoda Fabia (r. v. 2000) a 4-miestne vozidlo Suzuki Ignis (r.v. 2017).

Počas roka sú pravidelné ošetrované a udržiavané trávniky a porasty rozsiahleho areálu. Zabezpečujeme pravidelné revízie a odborné prehliadky plynových zariadení, elektrických zariadení, bleskozvodov, komínov a ostatných vyhradených technických zariadení.

Centrum sociálnych služieb Straník, mestská časť Zástranie – prevádzka pre mužov je od r. 1995 situovaná v jednej obytnej, čiastočne podpivničenej murovanej budove bývalej základnej školy. Zariadenie bolo otvorené 24.01. 1995. Sú tu vytvorené obytné, spoločenské a pracovné priestory pre prijímateľov sociálnych služieb - mužov (ďalej len PSS). Pôvodná kapacita 15 PSS bola navýšená na 25 PSS a v roku 2008 o ďalších 3 PSS (konečná kapacita 28).

Interiér zariadenia je bezbariérový. Je nutná rekonštrukcia hlavného vchodu do budovy (odstavné parkovisko pre sanitné vozidlo, nová brána, zábradlie a protišmykové podlahy). Na bezbariérový pohyb telesne postihnutých PSS medzi poschodiami slúži schodisková sedačka. Budova nie je zateplená, je potrebné zabezpečiť výmenu strechy, výmenu okien, vybudovanie požiarneho schodiska a elektrické rozmrazovanie rín.

Vykurovanie je zabezpečované vlastnou plynovou kotolňou, ktorá v roku 2016 prešla celkovou rekonštrukciou z dôvodu vykazovania neustálych porúch. Pitná voda je odoberaná z verejného vodovodu. Odpadové vody sú likvidované vo vlastnej ČOV. Vozový park tvorí 5-miestne vozidlo FIAT Doblo (r. v. 2012), ktoré slúži na prevoz stravy z CSS Straník do CSS mestská časť Zástranie a prepravu PSS.

Technický stav obytných budov je primeraný veku jednotlivých budov, bežná údržba a opravy sú zabezpečované vlastnými pracovníkmi, prípadne dodávateľským spôsobom priebežne. Vzhľadom na vek objektov CSS (viac ako 85 rokov) a jeho veľkosť sa javí neustála potreba systematického udržiavania a obnovovania objektov a úpravy prostredia, ako aj permanentná obnova hmotného majetku (postele, stoličky, skrine, kuchynské vybavenie).

Pre obidve zariadenia slúži vlastná stravovacia prevádzka a 2 pracovníci. Pre relaxáciu PSS slúžia rozsiahle záhrady a parky s pestrou flórou a faunou.

2.2. Ubytovacie priestory

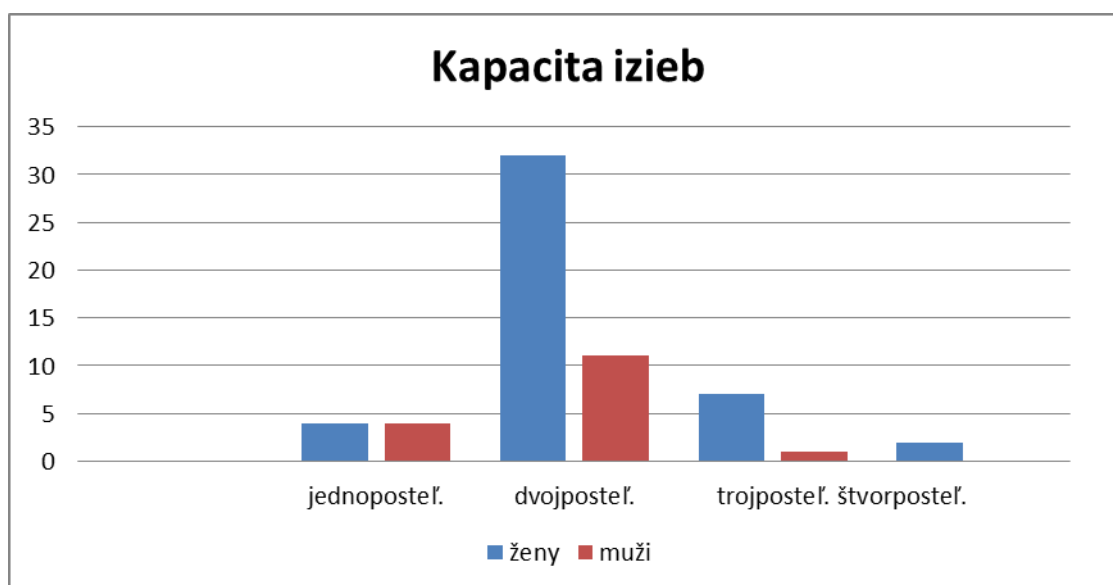
Tab. 1 Kapacita izieb

Spálne /izby/	ženy	muži	spolu
jednoposteľová	4	4	8
dvojposteľová	32	11	43
trojposteľová	7	1	8
štvorposteľová	2	0	2

Zdroj CSS Straník

Izby slúžia väčšinou ako spálne, preto prevláda vyššia podlahová plocha na spoločenské priestory, kde sú pre PSS zabezpečená kvalitné sociálne služby, rôznorodé kultúrne, spoločenské a záujmové aktivity.

(viď. Vyhláška Ministerstva zdravotníctva SR č. 259/2008 o podrobnostiach a požiadavkách na vnútorné prostredie budov a o minimálnych požiadavkách na byty nižšieho štandardu a na ubytovacie zariadenia – príloha č 5).

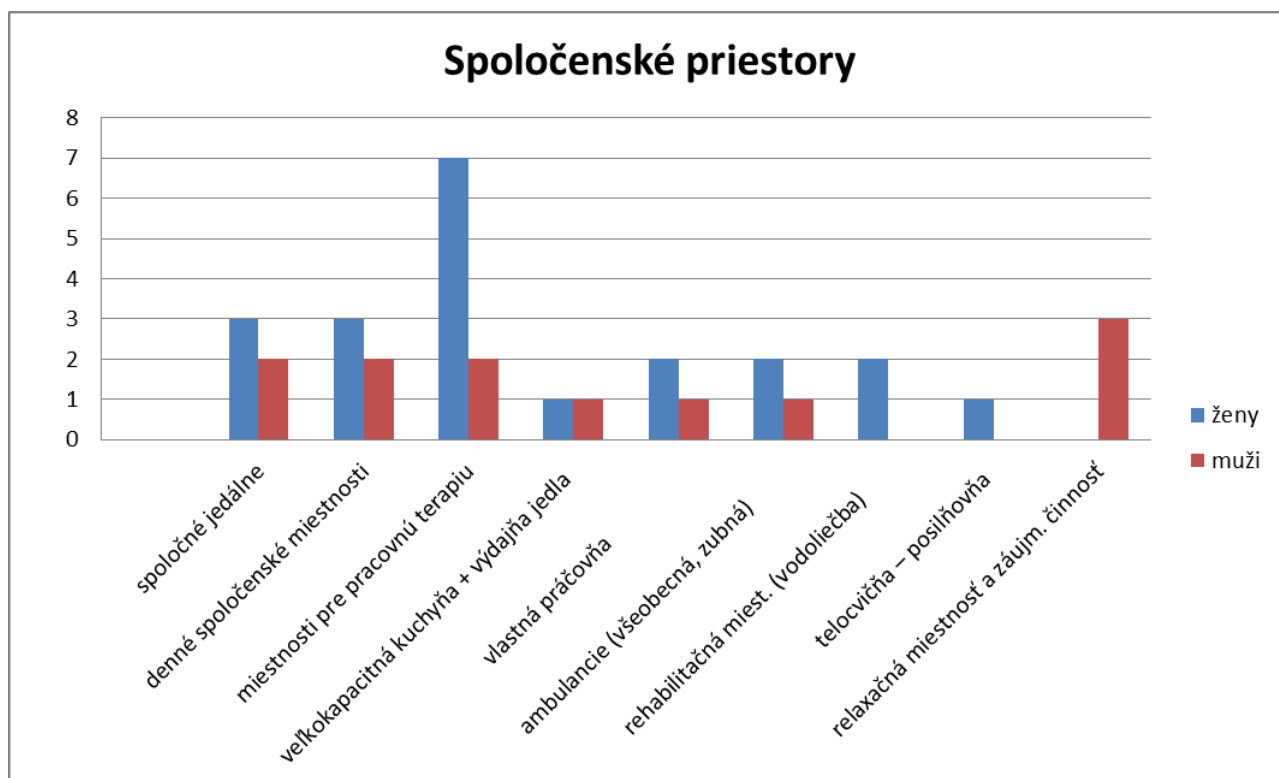


obrázok 1 Kapacita izieb

Tab. 2 Spoločné priestory

Spoločné priestory	ženy	muži	spolu
spoločné jedálne	3	2	5
denné spoločenské miestnosti	3	2	5
miestnosti pre pracovnú terapiu	7	2	9
veľkokapacitná kuchyňa + výdajňa jedla	1	1	2
vlastná práčovňa	2	1	3
ambulancie (všeobecná, zubná)	2	1	3
rehabilitačná miest. (vodoliečba)	2	0	2
telocvičňa – posilňovňa	1	0	1
relaxačná miestnosť a záujm. činnosť	0	3	3

Zdroj CSS Straník



Obrázok 2 Spoločné priestory

Podlahová plocha obytných miestností

CSS Straník

- izby spolu 705,70m² (na jedného PSS priemerne 7,27 m²)
- spoločenské miestnosti spolu 786 m² (na jedného PSS 8,02 m²).
- izby + spoločenské miestnosti – na jedného PSS pripadá 15,38 m².

CSS Straník, mestská časť Zástranie

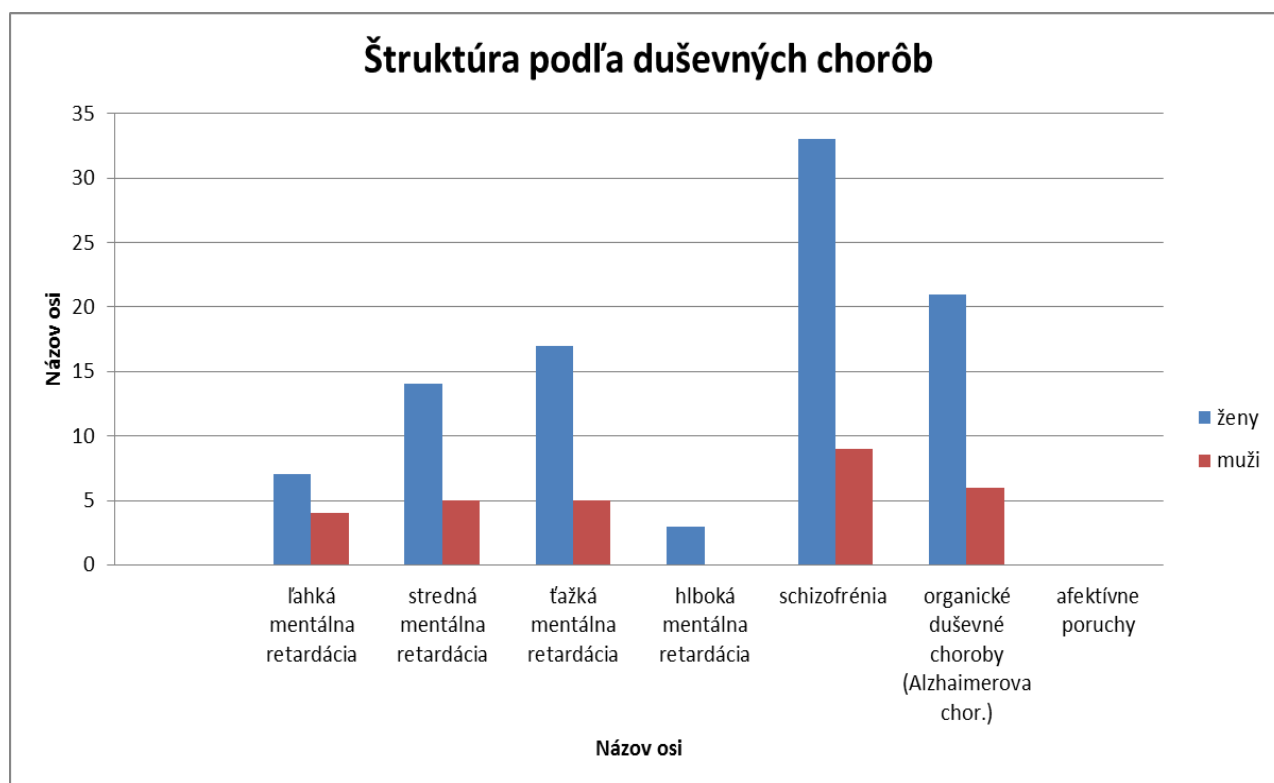
- izby spolu 265,00 m² (na jedného PSS priemerne 8,83 m²)
- spoločenské miestnosti spolu 140,6 m² (na jedného PSS pripadá 5,02 m²)
- izby + spoločenské miestnosti – na jedného PSS pripadá 13,52 m².

3. ŠTRUKTÚRA PRIJÍMATEĽOV SOCIÁLNYCH SLUŽIEB

Tab.3 Štruktúra PSS podľa duševných porúch

Porucha	ženy	muži	spolu
ľahká mentálna retardácia	7	4	11
stredná mentálna retardácia	14	5	19
ťažká mentálna retardácia	17	5	22
hlboká mentálna retardácia	3	0	3
schizofrénia	33	9	42
organické duševné choroby (Alzheimerova chor.)	21	6	27
afektívne poruchy	0	0	0
spolu	95	29	124

Zdroj CSS Straník



Obrázok 3 Štruktúra PSS podľa duševných porúch

Tab.4 Štruktúra PSS podľa pridruženého zdravotného a telesného oslabenia a zmyslových porúch (sledované lekárom alebo poradňou)

Porucha	ženy	muži	spolu
pohybové oslabenie	70	7	77
zmyslové - sluchové a rečové, očné	58	8	66
kožné ochorenia	44	5	49
nefrologické	5	1	6
reumatologické	4	1	5
hypertenzia	82	6	88
kardiovaskulárne a cievne	76	3	79
endokrinologické	19	0	19
anémie	16	3	19
plúcne a TBC	3	1	4
zažívacie	31	5	36
diabetes mellitus	17	2	19
urológia	4	12	16
Z toho inkontinentní evidovaní lekárom	63	5	68

Zdroj CSS Straník



Obrázok 4 Štruktúra PSS podľa pridruženého zdravotného a telesného oslabenia a zmyslových porúch

Tab. 5 PSS podľa stupňa odkázanosti

stupeň	ženy	muži	spolu
V. stupeň	1	0	1
VI. stupeň	94	29	124
spolu	95	29	124

Zdroj CSS Straník

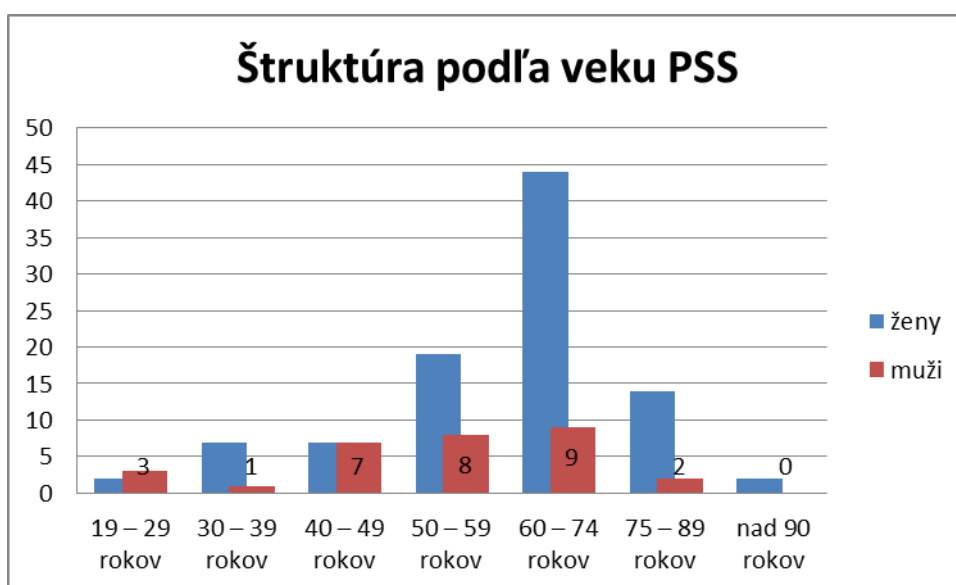


Obrázok 5 Odkázanosť na sociálnu službu

Tab. 6 PSS podľa veku

vek	ženy	muži	spolu
19 – 29 rokov	2	3	5
30 – 39 rokov	7	1	8
40 – 49 rokov	7	7	14
50 – 59 rokov	19	8	27
60 – 74 rokov	44	9	53
75 – 89 rokov	14	2	16
nad 90 rokov	2	0	2
Vekový priemer	61,92	55,95	

Zdroj CSS Straník

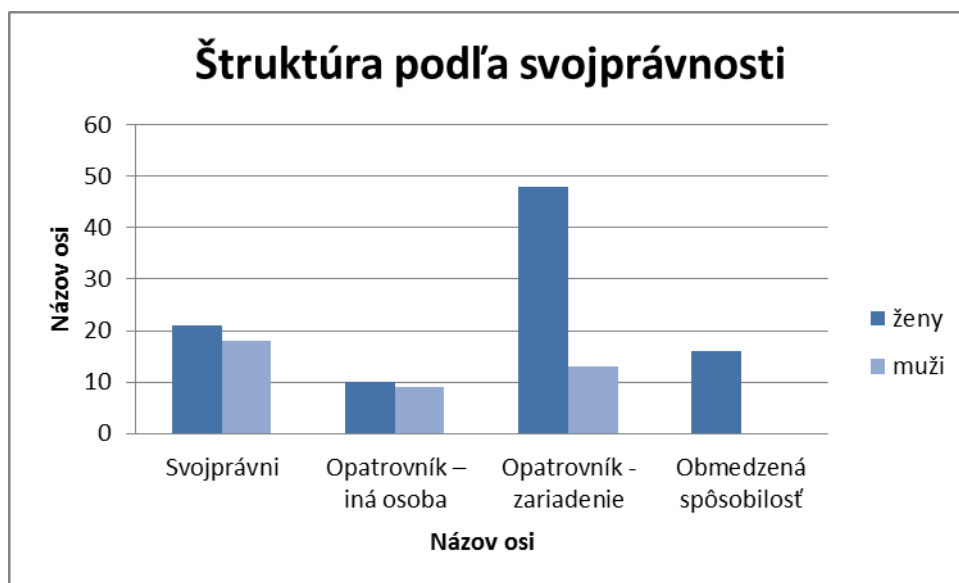


Obrázok 6 PSS podľa veku

Tab. 7 PSS podľa svojprávnosti

Ne/Svojprávnosť	Svojprávní	Opatrovník – iná osoba	Opatrovník - zariadenie	Obmedzená spôsobilosť
ženy	21	10	48	16
muži	18	9	13	0

Zdroj CSS Straník



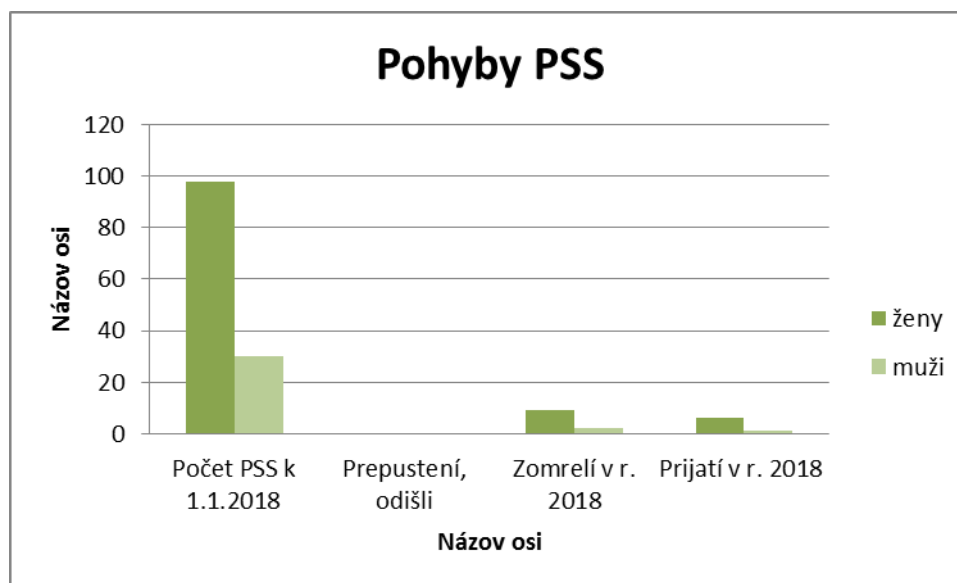
Obrázok 7 PSS podľa svojprávnosti

3.1. Pohyby PSS a obsadenosť v CSS Straník

Tab.8 Pohyb prijímateľov sociálnej služby

pohyb	ženy	muži	spolu
Počet PSS k 1.1.2018	98	30	128
Prepustení, odišli	0	0	0
Zomrelí v r. 2018	9	2	11
Prijatí v r. 2018	6	1	7
Počet PSS k 31.12.2018	95	29	124

Zdroj CSS Straník



Obrázok 8 Pohyby PSS v r. 2018

3.2. Úhrady za služby

Úhrady PSS za rok 2018 – CSS Straník

	počet PSS	Priemerná vypočítaná úhrada	Priemerná skutočná úhrada
DSS	54	317,79	312,54
ŠZ	41	304,55	275,85

Úhrady PSS za rok 2018 – CSS Straník, mestská časť Zástranie

	počet PSS	Priemerná vypočítaná úhrada	Priemerná skutočná úhrada
DSS	14	329,19	294,58
ŠZ	17	353,61	280,59

Úhrady za služby sú realizované z osobných účtov PSS na príjmový účet CSS Straník k 15. dňu bežného mesiaca. Vratky za dočasnú neprítomnosť v CSS Straník sa realizujú do 15. dňa nasledujúceho mesiaca. Priemerná mesačná úhrada za rok 2018 predstavuje 316,77 €.

CSS Straník - ženy : dôchodok nepostačuje na plnú úhradu za sociálne služby u 80 PSS, z nich 70 PSS dopláca úhradu z úspor a 10 PSS má zníženú úhradu. Pohľadávky k 31. 12. 2018 predstavujú 12 979,57 €.

CSS Straník – mestská časť Zástranie - muži: dôchodok nepostačuje na plnú úhradu za sociálne služby u 23 PSS, z nich 2 PSS doplácajú úhradu z úspor a 4 PSS majú zníženú úhradu. Pohľadávka k 31. 12. 2018 predstavuje 49 987,12 €.

Prijaté žiadosti o poskytnutie sociálnej služby k 31. 12. 2018

Ženy: 8 žiadostí do DSS a 14 žiadostí do ŠZ – s posudkom o odkázanosti

Muži: 15 žiadostí do DSS a 17 žiadostí do ŠZ – s posudkom o odkázanosti

4. PERSONÁLNE PODMIENKY A ORGANIZAČNÁ ŠTRUKTÚRA

CSS Straník má neustálu snahu zlepšovať svoju efektívnosť a výkonnosť. Z hľadiska efektívneho riadenia sa dostatočným využitím priestorových kapacít budov a dosahovaním vysokej kvality a dostupnosti poskytovaných služieb snaží rozširovať portfólio poskytovaných služieb.

Hlavný cieľ personálneho manažmentu je zabezpečenie potrebného počtu kvalifikovaných zamestnancov v požadovanej štruktúre v súlade s organizačnou štruktúrou organizácie. Pri stanovení cieľov na rozvoj ľudských zdrojov berie personálny manažment do úvahy špecifickosť využívania a prepájania materiálnych zdrojov, finančných zdrojov, ľudských a informačných zdrojov. O cieľoch organizácie sú zamestnanci informovaní prostredníctvom výročných a pravidelných porád, zamestnaneckej rady a na web stránke organizácie.

4.1. Strategický personálny manažment v organizácii a jeho ciele

Hlavným cieľom strategického personálneho manažmentu v organizácii je zabezpečenie kvalitných kvalifikovaných zamestnancov poskytujúcich služby na etickom princípe, zabezpečenie neustáleho rozvíjania ich schopností a zručností, zabezpečenie porovnateľnej úrovne motivácie oproti súkromnému sektoru a stabilizácia zamestnancov.

Vnútorne je organizácia rozčlenená podľa druhu vykonávaných činností na nasledujúce organizačné úseky:

- Ošetrovateľsko - opatrovateľský úsek
- Sociálno - terapeutický úsek
- Ekonomicko - prevádzkový úsek
- Stravovací úsek
- Údržba
- CSS Zástranie

Vrcholový manažment Centra sociálnych služieb Straník tvorí riaditeľ, manažér kvality a vedúci úsekov, ktorí majú najvyššiu zodpovednosť za kvalitu poskytovaných služieb.

Pôsobnosť jednotlivých úsekov a ich vzájomné organizačné vzťahy upravuje Organizačný poriadok a organizačná štruktúra zariadenia. Prácu jednotlivých úsekov riadia vedúci úsekov, ktorí za riadne plnenie úloh svojho úseku zodpovedajú riaditeľovi CSS Straník.

Tab. 9 Celkový počet zamestnancov v r. 2018

FO	2018
Priemerný evidenčný počet zamestnancov prepočítaný	87,4
Priemerný evidenčný počet zamestn. vo FO	89,8
Evidenčný počet zamestn. vo FO k poslednému dňu štvrťroka	90
Z toho žien	81
Zamestnanci na kratší pracovný úväzok	7
Dohody o vykonaní práce a pracovnej činnosti	3
Dohody o brigádnickej práci študentov	8

Zdroj CSS Straník



Obrázok 9 Zastúpenie zamestnancov v CSS

Tab. 10 Počet zamestnancov na jednotlivých úsekoch CSS

úsek	počet pracovníkov
CSS Straník - ekonomický úsek	6
CSS Straník - ošetrovateľsko – opatrovateľský úsek	31
CSS Straník - sociálno – terapeutický úsek	9
CSS Straník - úsek hygieny	10
CSS Straník – informátori	2
CSS Straník - údržba	3
CSS Straník - stravovací úsek	11
CSS Zástranie - sociálno – terapeutický úsek	9
CSS Zástranie - ošetrovateľsko – opatrovateľský úsek	8
CSS Zástranie – úsek hygieny	1
CSS Zástranie - údržba	0

Zdroj CSS STRANÍK

Vymedzenie zamestnaneckej štruktúry v CSS Straník:

- **podľa pohlavia** – celkový počet zamestnancov na hlavný pracovný pomer bol 90 zamestnancov, z toho žien bolo 81, čo predstavuje 90 % z celkového počtu zamestnancov.
- **podľa pracovného zaradenia** - v zariadení pracovalo 57 odborných zamestnancov, čo z celkového počtu zamestnancov predstavuje 63,33 %, 27 zamestnancov na robotníckych pracovných pozíciách, čo z celkového počtu zamestnancov predstavuje 30 %, a 6 administratívnych zamestnancov, čo z celkového počtu predstavuje 6,66 % .
- **podľa dosiahnutého najvyššieho vzdelania** – v organizácii boli pre jednotlivé pracovné pozície stanovené pevné požiadavky na požadované vzdelanie. Zamestnanci s nižším vzdelaním vykonávali v zariadení robotnícke profesie a zamestnanci s odborným a s ukončeným úplným stredným a vysokoškolským vzdelaním pracovali v organizácii väčšinou ako odborní zamestnanci.

Dôležitými požiadavkami, na ktoré sa prihliada pri výbere zamestnancov do zariadenia, sú rôznorodosť pracovných pozícií a vzdelanie, špecializácia, schopnosti a zručnosti, vzťah a predpoklady na prácu s postihnutými ľuďmi, schopnosť tímovej práce a schopnosť zvládať kumulované funkcie.

Kvalifikačné požiadavky na zamestnancov, povinnosti a kompetencie sú v súlade so všeobecne záväznými právnymi predpismi a zabezpečením napĺňania individuálnych potrieb prijímateľov sociálnych služieb.

Za účelom ponúknuť čo najkvalitnejšie služby, vedenie zariadenia podporuje odborný rast svojich zamestnancov a umožňuje a podporuje ich účasť na rôznych vzdelávacích aktivitách.



**Výročná správa o činnosti a hospodárení poskytovateľa sociálnych služieb
v zriaďovateľskej pôsobnosti Žilinského samosprávneho kraja za rok 2018**

V priamej starostlivosti v CSS Straník je na 1 odborného zamestnanca 2,37 PSS (95 : 40). Z celkového počtu zamestnancov pripadá na 1 zamestnanca 1,05 PSS.

Pre zlepšenie kvality poskytovaných služieb s ohľadom na skladbu prijímateľov sociálnej služby smerujú všetky aktivity k zvyšovaniu ich samostatnosti a postupnej deinštitucionalizácii.

V priamej starostlivosti v CSS Straník – mestská časť Zástranie na 1 odborné pracovné miesto pripadá 1,70 PSS (29:17). Z celkového počtu zamestnancov pripadá na 1 zamestnanca 1,61 PSS.

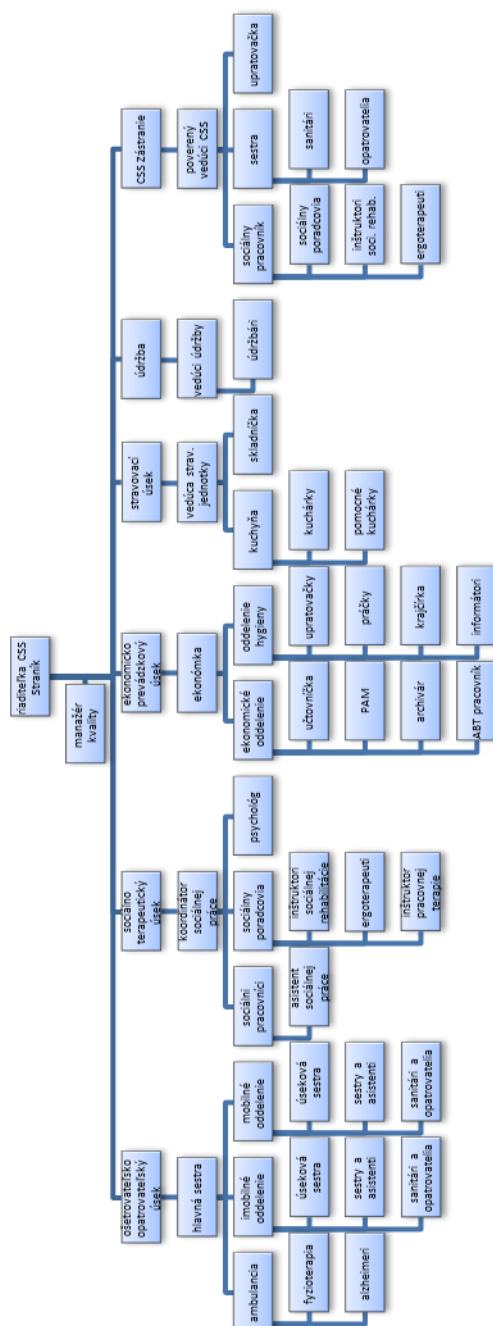
Všetci zamestnanci (okrem obslužného personálu) pracujú v nepretržitej prevádzke v denných a nočných zmenách. Snaha zariadenia speje taktiež k zachovaniu samostatnosti jednotlivých prijímateľov sociálnej služby, prípadne k ich udržaniu v dobrej kondícii, a to mentálnej i telesnej.

Centrum sociálnych služieb Straník je od roku 2012 vlastníkom

**Certifikátu QS č.: 315 – systému manažérstva kvality podľa
STN EN ISO 9001 : 2009.**

4.2. Organizačná štruktúra

Zdroj CSS STRANÍK



5. POSKYTOVANIE SOCIÁLNYCH SLUŽIEB

V zmysle zákona č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách a o zmene a doplnení zákona č. 455/1991 Zb. o živnostenskom podnikaní (živnostenský zákon) v znení neskorších predpisov zariadenie

a) poskytuje nasledovné sociálne služby:

1. Pomoc pri odkázanosti na pomoc inej fyzickej osoby,
2. Sociálne poradenstvo,
3. Sociálna rehabilitácia,
4. Ošetrovateľská starostlivosť,
5. Ubytovanie,
6. Stravovanie
7. Upratovanie, pranie, žehlenie a údržba bielizne a šatstva,
8. Osobné vybavenie,

b) zabezpečuje

- pracovná terapia,
- záujmová činnosť

c) utvára podmienky na úschovu cenných vecí.

5.1. Stravovanie

V CSS Straník je poskytovaná strava:

- celodenná – pre PSS – podľa odporúčania ústavného lekára. Pripravuje sa strava racionálna, šetriaca, neslaná a diabetická.
- obedy – pre zamestnancov počas pracovnej zmeny
- pre dôchodcov a ZŤP z obce.

Tab. 11 Odber stravy za r. 2018

Druh stravy	Počet	Stravná jednotka €	Režijné náklady v€	Cena v €
strava racionálna – celodenná	16804	3,10	2,73	5,83
strava racionálna- muži	9182	2,54	2,24	4,78
strava diétna – šetriaca – celod.	10534	3,10	2,73	5,83
strava diétna – šetriaca- muži	706	2,54	2,24	4,78
strava diétna – diabetická-celod.	5474	3,88	3,41	7,29
strava diétna – diabetická-muži	379	3,26	2,87	6,13
zamestnanci obedy	10266	1,53	1,35	1,09
cudzí stravníci obedy	1582	1,30	1,14	2,44
Spolu	54927			

Zdroj CSS Straník

Úhrada za stravovanie je stanovená nasledovne:

PSS platia za stravu cenu použitých surovín spolu s vypočítanou réžiou na prípravu stravy. Cena za obedy zamestnancov a cudzích stravníkov je vo výške stravnej jednotky a režijných nákladov. Zamestnancom z toho uhrádza zamestnávateľ 55%, čo je 1,58 €, zamestnanec uhrádza 1,09 € a zo sociálneho fondu je uhrádzaných 0,21 €. Zamestnanci pracujúci v nočnej zmene dostávajú stravné poukážky v hodnote 3,60 €. Stravná jednotka pre PSS bola stanovená v Smernici č. OS 21/2011 – Spôsob určenia a výška úhrady za stravovanie v CSS Straník k 31.12.2007 (výpočet stravnej jednotky aktualizovaný k 31.1.2018 s platnosťou od 1.2.2018). Stravná jednotka – prevarené, ušetrené – sa sleduje mesačne, vyrovnáva sa štvrťročne.

5.2. Úväzky a ordinácie lekárov

Lekárska zdravotná starostlivosť je zabezpečovaná v rámci celého CSS – lekári ordinujú v ambulancii CSS Straník a v akútnych prípadoch aj v ambulancii CSS Straník – mestská časť Zástranie.

Ordinujú nasledovní lekári:

- Všeobecný lekár pre dospelých MUDr. Miroslava Blahušiaková - ordinuje 3 hodiny do týždňa vždy v stredu. Ordinuje vo všeobecnej ambulancii CSS Straník, ktorej materiálo-technické vybavenie zodpovedá podmienkam, ktoré sú stanovené RÚVZ. Ambulancia je vybavená sterilizačným prístrojom HS61/A, u ktorého je každoročne vykonávaný test funkčnosti pracovníkmi RÚVZ

- Lekár špecialista – psychiatrička MUDr. Ľubica Čapková, 3 hodiny vždy vo štvrtok 1 x za 2 týždne. Ordinuje vo všeobecnej ambulancii CSS Straník.
- Lekár špecialista – dermatovenerologička MUDr. Anna Kolenčíková – ordinuje raz za 2 týždne v pondelok. Ordinuje vo všeobecnej ambulancii CSS Straník.
- Stomatológ MUDr. Michal Brozman –
Ordinovanie vykonáva vo svojej ambulancii v Poliklinike III. Žilpo, kde má dokonalejšie vybavenie zubnej ambulancie.
V CSS Zástranie ordinujú :
 - lekárka – stomatologička MUDr. Kopecká, a MUDr. Kováčová ordinujú vo svojich ambulanciách v Žiline.
 - lekárka – stomatologička MUDr. Poluchová, MED centrum v Žiline
 - MUDr. Steinhübl - Hricová Zuzana – praktická lekárka v CSS v Zástraní, 2- 4 hodiny polročne. PSS ju navštevujú väčšinou v jej ambulancii v Poliklinike Žilpo v Žiline..
 - MUDr. Bollová Dagmar, internistka, Železničná poliklinika, 1x za 3 mesiace
 - MUDr. Jakubčík, urológia, MED centrum v Žiline
 - MUDr. Tomus, cieвна ambulancia, poliklinika, Háľkova ulica
 - MUDr. Laciová, neurológia, MED centrum v Žiline
 - MUDr. Iváková, diabetologička, Potrebné vyšetrenia vykonával vo svojej ambulancii v Poliklinike Žilpo 1x za pol roka
 - MUDr. Fojtík, urológ, Potrebné vyšetrenia vykonával vo svojej ambulancii v Poliklinike Žilpo 1x za pol roka
 - MUDr. Lojdlová, neurologička, Bratislavská poliklinika, 1x za pol roka
 - MUDr. Chudej, onkohematológ, UN Martin, 1x za mesiac
 - MUDr. Danko Cvejkušová Gastroenterologická ambulancia, BeneDig, s.r.o., Žilina 2x za rok

Ostatná nevyhnutná zdravotná starostlivosť je zabezpečovaná ďalšími ošetreniami a vyšetreniami poskytnutými inými odbornými lekármi na odborných ambulanciách vo Fakultnej nemocnici v Žiline, v Poliklinike ŽILPO Žilina – Vlčince, Medcentre Žilina, Krankase Žilina, Zdravotníckej poliklinike na Háľkovej ul. v Žiline a v Univerzitnej nemocnici v Martine. Vakcinácia PSS proti chrípke bola zabezpečená vakcínou Vaxigrip.

Počas roku 2017 bolo v CSS Straník - ženy realizovaných 288 odborných vyšetrení, v CSS Straník, mestská časť Zástranie realizovaných 85 odborných vyšetrení našich PSS. Odborné vyšetrenia boli realizované v poliklinikách PK I. Krankas, PK II. vo FNsP Žilina, PK III. Žilpo, v Medcentre na Milcovej ulici, na zdravotnom stredisku Háľková ulica v Žiline, v zdravotnom stredisku Ortovita ulica V. Spanyol, prípadne na vyššie špecializovaných pracoviskách UN Martin a v Národnom onkologickom ústave v Bratislave. Okrem fyzických vyšetrení PSS prebehli i konzultácie s lekármi špecialistami bez prítomnosti PSS, len so zdravotnou dokumentáciou. Dôvodom bol nepriaznivý zdravotný stav, alebo nemožnosť prevozu PSS na odborné vyšetrenie.

V období od 1.1. 2018 do 31.12.2018 bolo hospitalizovaných za CSS Straník hospitalizovaných 21 PSS na nasledovných klinických pracoviskách:

- 16 hospitalizácií na internom oddelení FNsP v Žiline
- 2 hospitalizácie na psychiatrickom oddelení FNsP Žilina
- 2 hospitalizácie na traumatologickom oddelení FNsP Žilina
- 1 hospitalizácia na internej JIS FNsP Žilina

Za CSS Straník, mestská časť Zástranie 13 PSS na nasledovných klinických pracoviskách:

- 3 hospitalizácie na internom oddelení FNsP v Žiline
- 5 hospitalizácií na psychiatrickom oddelení FNsP Žilina
- 3 hospitalizácie na chirurgickom oddelení FNsP Žilina
- 1 hospitalizácia Psychiatrická liečebňa Sučany Martin
- 1 hospitalizácia na LDCH oddelení FNsP Žilina

V septembri 2018 prebehla vakcinácia proti sezónnej chrípke. Zaočkovaných bolo v CSS Straník 90 PSS a v CSS Straník, mestská časť Zástranie 30 PSS očkovacou látkou Vaxigrip. Okrem toho očkujeme každého novoprijatého PSS proti vírusovej hepatitíde typu B, tromi dávkami očkovacej látky Engerix B.

Fyzioterapeutické služby zabezpečujú dvaja kvalifikovaní fyzioterapeuti v dvoch rehabilitačných miestnostiach a v telocvični s posilňovňou. V CSS Straník, mestská časť Zástranie boli využívané fyzioterapeutické služby, ktoré zabezpečovala firma ADOS.,

Zariadenie získalo 15. 3. 2013 certifikát ako **Pracovisko Bazálnej stimulácie**. Aktívne procesy sú realizované už 4. rok na oddelení pre imobilných PSS v CSS



**Výročná správa o činnosti a hospodárení poskytovateľa sociálnych služieb
v zriaďovateľskej pôsobnosti Žilinského samosprávneho kraja za rok 2018**

Straník. V roku 2012 boli preškolení odborní zamestnanci a zakúpené terapeutické náradia a prostriedky.

5.3. Práca s prijímateľmi sociálních služieb – výber z aktivít v roku 2018

Január – Marec 2018

Pečenie v komunite



Spoločné výtvarné dopoludnie



Krúžok šikovných rúk



Maškarný ples



Apríl – Jún 2018

Medzinárodný deň žien



Jarné práce v záhrade a skleníku



Biblická olympiáda



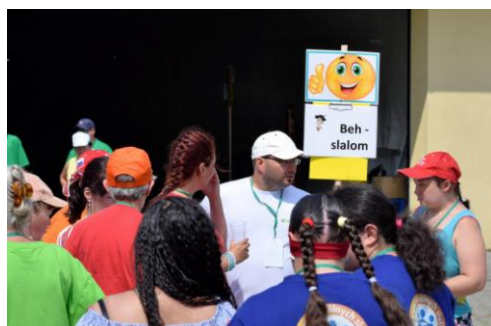
Parádny deň



Výlet Živčáková



14. ročník športových hier SZ ŽSK Terchová



Júl – September 2018

Výhliadka na Dubni



Výlet na Straník



Športové hry v CSS Straník



Výlet do Vysokých Tatier



Výlet ZOO Lešná



Október – December 2018

Žilinský Oskar



Hrabanie lístia



Mikuláš v CSS



Zdobenie vianočných medovníkov



6. FINANCOVANIE SOCIÁLNYCH SLUŽIEB A ÚHRADY ZA SOCIÁLNU SLUŽBU

V roku 2018 Centrum sociálnych služieb STRANÍK hospodáril s nasledovným rozpočtom:

Tab. 12 Rozpočet

POLOŽKA	SCHVÁLENÝ ROZPOČET v €	UPRAVENÝ ROZPOČET v €	Čerpanie v €
610 – MZDY	856 086 €	902 853 €	902 853,00 €
620 - ODVODY	316 523 €	324 511 €	324 841,21 €
630 - TOVARY	328 250 €	345 596 €	345 099,19 €
640 - TRANSFERY	4 321 €	4 401 €	4 534,09 €
Bežné výdavky SPOLU	1 505 180 €	1 577 361 €	1 577 327,49 €
700 kapitálové výdavky	52 634 €	113 155 €	113 044,71 €
VÝDAVKY SPOLU	1 557 814 €	1 690 516 €	1 690 372,20€

Zdroj CSS Straník

Ekonomicky oprávnené náklady na 1 PSS predstavovali v roku 2018 sumu 988,00 €. Priemerná mesačná úhrada na 1 PSS = 300,00 €. Medzi zdroje financovania patril rozpočet ŽSK, úhrady za poskytované sociálne služby a sponzorské dary a granty.

Tab. 13 Sponzorské

Sponzorské	Eur	Použitie
Dotácia z MPSVR (kód zdroja 111)	7 095	Nákup schodiskového stoličkového výťahu
Fin. prostriedky z ÚPSVaR (kód zdroja 72 h)	7 922,64	Projekt „Chránené pracovisko“ – mzdy vyplatené pracovníkom zamestnaným na recepcii v CSS STRANÍK, poistné a nákup prac. oblečenia – „Projekt dobrovoľníctva“
Cudzí stravníci (kód zdroja 72 f)	15 545,04 1 600 830	Fin. prostriedky použité na vyplácanie odmien pracovníkov v CSS STRANÍK výroba kuchynskej linky na imobilný úsek výroba nábytk. zostavy do terapie Alzheimer
Sponzorský účet (KV, kód zdroja 72a)	230	Doplatok – ako spolufinancovanie k nákupu a osadeniu stoličkového(229 €) a aj nákladného výťahu (1 €)
SPOLU	33 222,68 EUR	

Zdroj CSS Straník

7. PLNENIE CIEĽOV, PRIORÍT A INOVÁCIE V POSKYTOVANÍ SOCIÁLNYCH SLUŽIEB ZA ROK 2018

7.1. Ciele kvality na rok 2018 – ekonomicko prevádzkový úsek

- Nákup konvektomatu, elektrického sporáka s rúrou a umývačky riadu do stravovacej prevádzky – zabezpečiť verejné obstarávanie cez systém EKS resp. EVOSERVIS
Cieľ splnený, elektrospotrebiče boli do termínu 31.10.2018 zakúpené.
- Zabezpečiť verejné obstaranie a nákup nákladného výtahu do kuchyne – taktiež cez systém EKS resp. EVOSERVIS.
Cieľ splnený, nákladný výtah bol obstaraný a inštalovaný v priestoroch kuchyne v dohodnutom termíne.
- V zariadení CSS STRANÍK muži v Zástraní – odstránenie architektonických bariér interiéru, exteriéru – cieľ prechádza z roku 2015 – projekt je vypracovaný a podaný, čaká sa na posúdenie, resp. schválenie.
Cieľ nesplnený, prechádza do roku 2019.
- Naďalej postupne obmieňať interiérové zariadenie a vybavenia – stoličky, stoly, skrine, kreslá.
Cieľ splnený – ale aj naďalej sa bude inter. zariadenie obmieňať priebežne podľa potreby.
- Priebežne zabezpečovať prevádzkové podmienky (najmä prístupnosť v zmysle univerzálneho navrhovania, materiálne vybavenie, vybavenosť sociálnymi zariadeniami, svetelná a tepelná pohoda) zodpovedajúce kapacite, druhu poskytovanej sociálnej služby a hlavne individuálnym potrebám prijímateľov sociálnych služieb v súlade so všeobecne záväznými právnymi predpismi.
Cieľ splnený – ale aj naďalej sa budú zabezpečovať prevádzkové podmienky priebežne podľa potreby

7.2. Ciele kvality na rok 2018 – sociálno terapeutický úsek

- **Rozvoj samoobslužných činností v komunite – pokračovanie /podpora procesu na DI/**

- cieľom je učiť a rozvíjať schopnosti PSS potrebné pri chode domácnosti
- naučiť ich správne hospodáreniu, manipulácii s peniazmi
- viesť ich k zodpovednosti a väčšej samostatnosti

Vyhodnotenie : cieľ sa plní, PSS sa zapájajú do chodu „svojej domácnosti“, upratujú svoje izby, perú si svoje veci, žehlia, občas niečo uvaria, upečú.

V prípade, že sa zapoja do procesu z inštitucionálnej na komunitnú starostlivosť, ktorý je založený na princípe nezávisleho života, uvedené pracovné návyky zužitkujú.

- **Založiť krúžok šikovných rúk: heslo „Práca nás baví“- pokračovanie**

- naučiť PSS z komunitného bývania základom šitia
- zdokonalenie tvorivých a motorických zručností
- vytvorenie vlastného návrhu

Vyhodnotenie : cieľ sa plní, PSS sa pravidelne stretávajú na krúžku a pod vedením p. Romanovej vytvárajú veľmi pekné výrobky z ktorými sa prezentujú na rôznych výstavách.

- **Pravidelné samostatné nákupy PSS z komunity /podpora procesu na DI/**

- začať s PSS pravidelne nakupovať
- potreba uvedomiť si hodnotu peňazí pri samostatnom hospodárení
- postupne nakupovať samostatne a hlavne hospodárne

Vyhodnotenie : cieľ sa plní priebežne, pokračujeme v nakupovaní samostatne, alebo s pomocou. PSS sa snažia nakupovať do určených limitov. Je to príprava na samostatné bývanie a samostatné hospodárenie./DI/

- **Doplniť zariadenie izieb**

- zvýšiť komfort bývania
- spĺňať podmienky štandardov pri poskytovaní sociálnych služieb

Vyhodnotenie: cieľ sa plní priebežne, boli zakúpené poličky pre osobné veci, doplnili sa obrázky, ďalej sa bude zvyšovať komfort bývania podľa finančných možností PSS.

- **Práca s hlinou**

- obnoviť činnosť keramickej dielne
- výroba jednoduchých predmetov z hlíny
- tvorba podľa vlastných predstáv

Vyhodnotenie: cieľ sa plní priebežne, obnovila sa činnosť keramickej dielne a PSS za pomoci terapeutov zhotovujú výrobky z hlíny, ktoré sa vysušia, vypália a glazujú. Z hlíny sa vyrábajú drobné zvieratá, misky a iné ozdoby..

- **Usporiadanie celokrajskej športovej olympiády sociálnych zariadení v zriaďovateľskej pôsobnosti ŽSK v obci Terchová**

- olympiádu usporiadame v mesiaci jún 2018 v počte 150 účastníkov zdravotne postihnutých PSS a zamestnancov jednotlivých zariadení
- obohatenie všetkých zúčastnených o veselé zážitky, radosť z pohybu a nové priateľstvá

Vyhodnotenie : cieľ splnený, tento rok sa konal 14. Ročník ŠH v Terchovej

- **Dobrovoľnícka práca pri starostlivosti o PSS, ktorí sú odkázaní na pomoc**

- docieľiť pracovné návyky
- byť spoločenský prospešný
- možnosť seberealizácie
- mať vlastné financie a použiť ich vo svoj prospech

Vyhodnotenie :cieľ bol splnený, projektu sa zúčastnilo 6 PSS, ktorí pomáhali v kuchyni, v práci a pri starostlivosti o imobilných PSS. Finančné prostriedky použili pre vlastnú potrebu ako oblečenie, výlet, návšteva mesta spojená s občerstvením. Niektoré si znížili dlhy za sociálne služby.

- **Práce na úprave okolia a záhrady**

- pravidelná starostlivosť o kvetinové hriadky
- pravidelné zalievanie letničiek vo vysadených nádobách
- pravidelne upratovanie okolia

Vyhodnotenie: cieľ bol splnený, PSS sa pravidelne starali o kvetinové záhony a skleník, kde si dopestovali čerstvú zeleninu a starali sa o čistotu svojho krásneho prostredia.

7.3. Ciele kvality rok 2018 – úsek údržby

- **Zhotovenie prístrešku ponad schodište** – vstup údržba
Cieľ splnený.
- **Pokračovanie v zdravotnom reze stromov a úprave parkov**
Cieľ plnený priebežne, v roku 2019 pokračujeme v úprave parkov
- **Maľovanie šatne údržby**
Cieľ splnený
- **Povrchová úprava dna fontány** – modrý náter
Cieľ nesplnený, prechádza do roku 2019, dôvodom je celková rekonštrukcia v roku 2019
- **Nové osvetlenie v areáli CSS**
Cieľ prechádza do roku 2019 podľa finančných možností
- **Zefektívnenie vykurovania umiestnením termohlavíc na vykurovacie telesá**
Cieľ nesplnený, dôvodom je celková rekonštrukcia v roku 2019
- **Vytvorenie návštevnosti miestnosti na imobilnom oddelení**
Cieľ splnený
- **Vytvorenie novej sesterskej izby z kúpeľne na imobilnom oddelení**
Cieľ splnený
- **Rekonštrukcia kúpeľní a soc. zariadení na bezbariérové na mobilnom oddelení**
Cieľ splnený
- **Vytvorenie prístrešku na mobilnom oddelení pri pivniciach**
Cieľ splnený
- **Osadenie ponorného čerpadla do dažďovej kanalizácie**
Cieľ splnený, zvolený iný postup riešenia
- **Rekonštrukcia spoločenskej miestnosti na obytné izby v prevádzkovej budove – komunita**
Úloha splnená
- **V spojovacej chodbe výmena tatranského obkladu za hygienicky nezávadný obklad**
Cieľ nesplnený, presun do roku 2019 z finančných dôvodov
- **Výmena PVC podlahy za plávajúcu v kancelárskych priestoroch vedúcej stravovacej jednotky**

Cieľ splnený

7.4. Ciele kvality rok 2018 – CSS Straník, mestská časť Zástranie

- **Zhotovenie prístrešku nad vchodom do CSS**

Cieľ splnený

- **Kúpa vyšetrovacieho lehátka do ambulancie**

Cieľ splnený

- **Kúpa sušičky prádla**

Cieľ splnený

7.5. Ciele kvality na rok 2019

1. Rekonštrukcia 2 kúpeľní a kombinovaného WC – prevádzka Zástranie Kultúrna ulica
2. Vybudovanie požiarneho schodiska
3. Odstránenie vlhkosti suterénu v budovách CSS
4. Odstránenie závad na elektroinštalácií – vid' záznam revízna sprava
5. Obnova pracovnej dosky na kuchynskej linke, obstaranie nového antikorového stola
6. V CSS Straník, mestská časť Zástranie – odstránenie architektonických bariér interiéru, exteriéru – cieľ prechádza z roku 2015 – projekt je vypracovaný a podaný, čaká sa na posúdenie, resp. schválenie.
7. V CSS Straník, mestská časť Zástranie – rekonštrukcia kúpeľne a vybudovanie bezbarierového prístupu pre sanitné vozidlá
8. Naďalej postupne obmieňať interiérové zariadenie a vybavenia – stoličky, stoly, skrine, kreslá
9. Priebežne zabezpečovať prevádzkové podmienky (najmä prístupnosť v zmysle univerzálneho navrhovania, materiálne vybavenie, vybavenosť sociálnymi zariadeniami, svetelná a tepelná pohoda) zodpovedajúce kapacite, druhu poskytovanej sociálnej služby a hlavne individuálnym potrebám prijímateľov sociálnych služieb v súlade so všeobecne záväznými právnymi predpismi.
10. Zefektívnenie vykurovania umiestnením termohlavíc na vykurovacie telesá
11. Vybudovanie oddychovej zóny v parku zariadenia, jazierko

12. Štandardy kvality – interné audity

13. Rekonštrukcia imobilného oddelenia - / kúpelne, elektroinštalácia, zníženie stropov, obnova stien, obvodového plášťa, výmena strechy, výmena okien.../

14. Zfunkčnenie priestoru pre mechanizmy a sezónne príslušenstvo

15. Oprava výtlkov ciest v areáli CSS

16. Rekonštrukcia skleníka

8. PLÁN FINANCOVANIA SOCIÁLNYCH SLUŽIEB NA ROK 2019

Rozpočet na príslušný kalendárny rok je spracovaný na základe skutočného čerpania finančných prostriedkov v roku 2018. Pre rok 2019 bol finančný rozpočet spracovaný odborom sociálnych vecí ŽSK. Skutočné čerpanie finančných prostriedkov je spracovávané a elektronicky predkladané mesačne zriaďovateľovi na odbor sociálnych vecí a odbor financií.

Na rok 2019 bol zariadeniu pridelený nasledovný rozpočet

Tab. 14 Rozpočet na r. 2019

Výdavky		1 253 591 €
	kapitálové výdavky	2 040 €
	bežné výdavky	1 251 551 €
z toho :		
	mzdy	644 036 €
	odvody	245 518 €
	tovary a služby	356 578 €
	bežné transfery	5 419 €
Príjmy	Príjmy očakávané	487 016 €

Zdroj CSS Straník

Financovanie sociálnych služieb v roku 2019 bude realizované z rozpočtu prideleného ŽSK, a keďže sme od 1. 1. 2019 príspevková organizácia, tak okrem rozpočtových prostriedkov budeme využívať aj zdroje financovania z našich príjmov, a prípadne z :

- grantov od bankových a iných inštitúcií /SPP, SSE, Mobilní operátori, poisťovne .../
- z dotácií, grantov, štátneho rozpočtu. /Zapájať sa do projektov o poskytnutie dotácie na podporu rozvoja sociálnych služieb v zmysle zákona 544/2010 o dotáciách v pôsobnosti MPSV a R SR/.
- vecných a finančných darov od podnikateľských subjektov
- sponzorských darov a príspevkov od fyzických osôb.



**Výročná správa o činnosti a hospodárení poskytovateľa sociálnych služieb
v zriaďovateľskej pôsobnosti Žilinského samosprávneho kraja za rok 2018**

9. Kontakty na poskytovateľa sociálnych služieb

Informácie o poskytovaných sociálnych službách sú záujemcom sprostredkované osobne, telefonicky a elektronickou formou riaditeľom zariadenia, zástupkyňou riaditeľa a sociálnymi pracovníčkami.

Kontakty :

Centrum sociálnych služieb STRANÍK, Na Straník 335/24, 010 03 Žilina – oddelenie pre ženy

riaditeľ	
tel :	+ 421 41 917 510 903
Tel:	+ 421 41 5667 802
e - mail :	cssstranik.riaditel@vuczilina.sk
	csszastranik@vuczilina.sk
Web:	www.stranik.dsszsk.sk
zástupkyňa	
tel :	+ 421 41 5667 802
e-mail :	cssstranik.ekonom@vuczilina.sk
koordinátorka sociálnych činností	
tel :	+ 421 41 5667 802
e - mail :	cssstranik.soc@vuczilina.sk

Centrum sociálnych služieb STRANÍK, Žilina, mestská časť Zástranie, Kultúrna ulica 41/29, pošta 010 03 Žilina – oddelenie pre mužov

Poverený vedúci	
tel :	+ 421 41 5667 865
e - mail :	csszastranie.bukovy@vuczilina.sk

ZÁVER

Cieľom poskytovania sociálnych služieb prijímateľov sociálnej služby Centra sociálnych služieb STRANÍK je podať pomocnú ruku ľuďom, ktorí si z vážnych zdravotných, osobných a sociálnych dôvodov nevedia zabezpečiť základné životné potreby. Ide o dlhodobý proces súvisiaci s ekonomickou úrovňou celého štátu. Naša snaha sa nevyhnutne opiera o spoločnú snahu a prácu Úradu ŽSK, celého zastupiteľstva, ale aj širokej verejnosti a výnimočných osobností.



„Smejte sa, plačte, skáčte, tancujte, toto všetko môžete vždy robiť. Pretože niekedy netreba slová na komunikáciu ani nohy na chôdzu, stačí mať srdce, ktoré vie počúvať a dušu, ktorá vie, ako lietať!“