

Miesto v srdci v Liptovskom Mikuláši



„Toľko slávy si nezaslúžim,“ bráni sa skromný 92 ročný dôchodca pán **František Pálka** fotografovaniu pri svojom portréte z mladosti. Namaľoval mu ho za záchranu dieťaťa vďačný otec. Pán **František Pálka** zachránil jeho dieťa v horách pred istou smrťou.



Zlatý vek života

Dnes pán **František Pálka** žije v domove dôchodcov v Liptovskom Mikuláši s názvom Golden Age – zlatý vek - v časti Liptovská Ondrašová, ktorý vznikol vďaka projektu z Regionálneho operačného programu. Každý deň ako bol naučený za mladi, keď pracoval ako turistický sprievodca, chodí pán **Pálka** do nádhernej liptovskej prírody na prechádzky, za čo ho ostatní obdivujú, že ide, aj keď prší: „Nejaký dážďik to vydržím, ale zase keby bola nejaká hrôza vonku, tak nejdem," usmieva sa senior a dodáva: "Je dobré, že vznikol tento projekt a z únie myslia aj na nás, na staršiu generáciu.“



Sociálna pracovníčka pani **Jarmila Lizoňová** pozná každého klienta aj s ich rodinným zázemím a s históriou: „Pán **František Pálka** pôsobil ako agent armády v Južnej Amerike po roku 1946, tieto záznamy sú potvrdené.“



Dobrodružné pamäti

Na pánovi **Františkovi Pálkovi** akoby vek ani nezanechal stopy, zachoval si bystrý úsudok a záujem o svet: „Veru roky idú, už to aj ja cítim, že čas uteká, musím sa už teda pustiť do písania pamätí.“



V domove dôchodcov majú podľa pani **Lizoňovej** veľa zaujímavých príbehov. Domov má tiež vlastnú históriu, keďže to bol pôvodne jeden zo starých hotelov z čias socializmu. Vďaka projektu sa kompletne zmodernizoval, zrekonštruoval a značne rozšíril na súčasnú kapacitu 120 lôžok. Na čele zariadenia stojí riaditeľ pán **PhDr. Roman Božik**: „Na úplnom začiatku bola idea pánov **Ľubomíra Žabčíka** a **Martina Krchňavého**. My len realizujeme ich predstavy. Domov dôchodcom nahrádza rodinné zázemie a hoci to sa nahradiť nedá, snažíme sa im vo všetkom vychádzať v ústrety, aby boli spokojní.“



Porazili preležaniny

Ako sa im to darí, hovoria najlepšie ich výsledky. Pán **František Klenko** má 70 rokov a pochádza z Nitry, ale takmer celý život pôsobil v Liptovskom Mikuláši na tunajšej vojenskej akadémii. Pred časom vážne ochorel: „Bol som 14 dní v umelom spánku, mal som štyri operácie. Sem som prišiel ako nechodiaci a o 35 kíľ ľahší. Najhoršie boli preležaniny. Teraz už chodím a vďaka starostlivosti, ktorú tu mám, som už aj 16 kíľ pribral.“



O hrozivých preležaninách v prípade pána **Františka Klenka** hovorí aj vrchná sestra pani **Iveta Kotrbová**: „Rany boli vo veľkosti pomaranča. Ale pán **Klenko** nie je jediný náš vyliečený pacient. Snažíme sa vďaka rehabilitačným pomôckam, ktoré máme k dispozícii, postaviť všetkých klientov na nohy. A niektorí od nás aj potom odchádzajú či už domov, alebo k príbuzným, lebo opäť dostanú chuť do života, ale mnohí tu aj zostávajú.“ Pani **Kotrbová** pracovala aj ako odborná masérka, takže dnes vie, ako nechodiacim správne pomôcť. Klientom trvá, kým sa otvoria a začnú rozprávať, ale vďaka láskavému prístupu nachádzajú v pracovníkoch domova náhradnú rodinu. "Preto o to ťažšie sa s nimi lúčime," vzdychne si pani **Kotrbová**.



Dôchodci nosení na rukách

Dôchodcov však nosia doslova aj na rukách. Aj také nadštandardné služby poskytuje v krízových situáciách správca budovy pán **Ing. Vladimír Bibza**, ktorý spomínal, ako raz vypadol elektrický prúd, nuž seniorov povynášali na rukách na izby. Od zariadenia domova býva iba šesť minút a na bicykli je v práci za tri minúty kedykoľvek, aj keď má momentálne voľno.



Podobné poruchy sa však nestávajú priamo v domove, ktorý je podľa pána správcu na vysokej technologickej úrovni: „V celej budove je protipožiarny systém. Výťah je hydraulický a teda sa nemôže odtrhnúť s kapacitou 19 osôb. Systém umožňuje vyvetranie priestorov čistým vzduchom viackrát do dňa. Kotelňu máme postavenú pod strechou s modernými plynovými kotlami, kde máme zásobník teplej vody na tisíc litrov. Ľudia sa môžu sprchovať kedy a koľko chcú, pričom si regulujú teplo na izbách, lebo u nás na Liptove vie byť v zime aj mínus 33 stupňov. Keď nám napadalo 75 centimetrov snehu, kúpili sme frézu, lebo aj sanitka zapadla,“ vyratúva všetky vymoženosti pán **Bibza**.



Hľadá sa koč

Správca budovy už rozmýšľa aj ďalej, čo ešte zlepšiť. Chýba im výletný dopravný prostriedok s najkrajším výhľadom na svet – teda z konského chrbta. Miestni obyvatelia viacerí v okolí chovajú kone, ale ani jeden nemá koč, ktorým by mohli seniorov voziť po okolí. A podľa pána **Bibza** by to bolo jednoduché a pritom pekné. Takže stále je čo zlepšovať a vymýšľať. Pán riaditeľ **Roman Božik** na iniciatívu správcu hovorí: „Pohoniča by sme našli, len ten koč ešte nemáme. Iste by však ešte zvýraznil kolorit tunajšieho kraja – Liptova.“



Na každom poschodí domova majú seniori k dispozícii kuchynku a miestnosť pre ošetrovateľky – sesterňu. Pani **Elena Kučerová** pochádza z obce Bzince pod Javorinou a vo veku 75 rokov je rada, že majú dobrú spoločnú jedáleň, kde výborne varia. V kuchynke na poschodí si však rada urobí aspoň kávu sama ako bola naučená doma.



Kamarátky do choroby

„To sú moje kamarátky,“ ukazuje 80 ročná pani **Mária Turanová** na francúzske barle, vďaka ktorým ešte trošku chodí. Pochádza z Banskej Bystrice, hoci predtým bývala vo Važci a narodila sa pôvodne v Čechách: „Som tu veľmi spokojná,“ chváli pani **Turanová** obetavosť personálu.



Psychologička **Mgr. Darina Červená** hovorí: „Vek spôsobuje, že niektorí ľudia sa radšej izolujú, chcú byť na izbách sami. Nikoho do ničoho nenútime. Snažíme sa im však vytvárať možnosti, aby sa zapojili do rôznych cvičení hravou spoznávacou formou, pri ktorej cvičíme aj ich motoriku.“



Dôležité skúsenosti

Moderná kuchyňa umožňuje prípravu kvalitnej stravy s viacerými variantmi, o čom najlepšie vie pani kuchárka **Mirka Grešková**: „Varenie pre seniorov je najmä o diétach podľa toho, čo mi o ktorom klientovi povie diétna sestra. Ona aj určí, či mnou pripravené jedlo je v poriadku. Dôležité je, že máme moderné zariadenia, ktoré udržujú potraviny hygienicky správne skladované.“



Pýchou správcu budovy pána **Bibza** je rekuperačná jednotka, ktorá odvádza z kuchyne teplý vzduch. Ten sa

potom využíva na vykurovanie celej budovy: „Mojou výhodou je, že som roky pracoval v potravinárskych veľkopredajniach, kde som sa naučil všetko o správnom kvalitnom uchovávaní potravín.“ Pracoval však aj ako informatik, čiže skúsenosti pri prevádzke budovy má na každý problém neúrekom.



Bezradný zo ženy v posteli

Na Liptove už 54 rokov žije aj 83 ročný **Pavol Račko** – rodák z Békešskej Čaby z Maďarska. V domove Golden Age si užíva dôchodok vždy s dobrou náladou: „V živote som robil všeličo. Aj desať rokov v zdravotníctve, takže viem oceniť

služby, ktoré nám tu poskytujú. Navyše, dnes som slabozraký, ale aj tak najradšej chodím na prechádzky po lese.“



Príhody prichádzajú v toku času rôzne. V Golden Age našla útočisko aj vyše 80 ročná týraná žena, či už starší muž po obrne. A jemu sa stalo, že mu dvakrát omylom zablúdila do izby žena. Pomýlila si poschodie a mysliac si, že je vo svojej izbe, ľahla si do jeho postele. Dvakrát utekal za sestrou pani **Ivetou Kotrbovou**, že čo má robiť? Posteľ mu omylom okupuje neznáma žena. Ešte aj dnes im táto príhoda vyčarí úsmev na tvárach, hoci v danej chvíli museli citlivo a správne zasiahnuť.



Park pre mamičky

Domov dôchodcov Golden Age má nadregionálny význam, ale slúži aj pre potreby mesta. V Liptovskom Mikuláši však boli úspešní aj pri projekte revitalizácie a rekonštrukcie centrálnej mestskej zóny z Regionálneho operačného programu. Chodníky, autobusové zastávky a cesty nadväzujúce na centrum na uliciach Školská, Štúrová a Tranovského dnes vyzerajú inak ako donedávna.



Pred evanjelickým kostolom na Tranovského ulici všetko dýcha históriou a duchovnom. Pani **Mgr. Michaela Klocková** sa tu rada prechádza s kočiarikom: „Aj pešia zóna je dnes dosť hlučná, preto Tranovského ulica je čosi ako park pre mamičky s deťmi, kde ich môžu nakrmiť a uspať, lebo je tu pokoj a veľmi pekne.“



Aj Hodža by bol za podporu

„Sme veľmi spokojní oproti tomu, čo tu bolo doteraz,“
hovorí riaditeľ Farského úradu Evanjelickej cirkvi
augsburského vyznania v Liptovskom Mikuláši pán **PhDr.**
Matúš Staňa, lebo na Tranovského ulici majú sídlo.



V liptovsko – oravskom senioráte je evanjelický zbor v Liptovskom Mikuláši najväčší. Vďaka Regionálnemu operačnému programu majú dôstojné okolie kostola, fary, ale aj vydavateľstva Tranoscus. Pán **Staňa** však pracuje aj ako učiteľ na Hodžovom gymnáziu, kde neuspeli s projektom na rekonštrukciu starej historickej budovy. Podľa pána **Staňa** sa však nevzdávajú a ak v rámci Regionálneho operačného programu budú v školských zariadeniach nové výzvy, chcú sa opäť uchádzať o podporu.



Cesta je stále zarúbaná

Ľudia žijúci v Liptovskom Mikuláši pozitívne hodnotia moderné centrum s bezbariérovými chodníkmi aj pre nevidomých a slabozrakých. Sedemdesiatpäťročný pán **Ján Sleziak** oceňuje zastávky zrenovované z európskych zdrojov: „Pekne to urobili. Som rád, že pomáhajú chudobnému Slovensku aj touto cestou.“



O ceste zarúbanej možno hovoriť v prípade napojenia Liptovského Mikuláša na diaľnicu. Primátor pán **MUDr. Alexander Slafkovský** to považuje za jeden z kľúčových faktorov rozvoja mesta: "Do Žiliny je to len 75 kilometrov, ale bez diaľnice ťažko prilákame väčšieho investora."



Na byt sa nečaká

Mesto Liptovský Mikuláš má do 33 tisíc obyvateľov. Stavajú sa tu nájomné byty pre mladých. Pán primátor upresňuje: "Doteraz sme ich postavili do 400, takže mladí tu na byt dlho nečakajú. Patríme k regiónom, ktoré sú mierne nad priemerom Slovenska, čo sa týka životnej úrovne, lebo tu máme rôznorodý priemysel kombinovaný s rozsiahlou ponukou cestovného ruchu. Občania pozitívne prijímajú fakt, že EÚ investuje do regenerácie sídiel, do obnovy mestských zón a to aj v Liptovskom Mikuláši. Mestá z vlastných zdrojov, bohužiaľ, na to nemajú. U nás okrem Tranovského ulice sú veľmi vyťažené práve Štúrová ulica a ulica Školská, ktoré sa opravili tiež z Regionálneho operačného programu."



Na zrekonštruovanú Školskú ulicu je hrdá aj pani **Ing. Alžbeta Šľachtovská**: "Konečne sa tu dá aj parkovať."



Ešte chcú komunitné centrum

Pani **Šľachtovská** práve skončila univerzitu v Trenčíne. Zodpovedajúcu prácu si ešte len hľadá. Zatiaľ brigáduje v blízkom aquaparku.



Spokojný je aj 65 ročný pán **Dušan Borsík**, ktorý zasa chodíva cez Štúrovú ulicu za deťmi: "Pre mladých sa v meste robí veľa. Už čakáme po nájomných bytoch, v ktorých mi bývajú deti, aj na dokončenie cyklochodníka do Žiarskej, ktorý povedie 12 kilometrov popri Váhu."



Projektová menežérka mestského úradu pani **Ing. Jana Kormaníková** hovorí: "Liptovský Mikuláš sa chce uchádzať z Regionálneho operačného programu aj o projekt rómskeho komunitného centra a v rámci lokálnej stratégie komplexného prístupu pripravujeme projekt pre jednu základnú školu."



Zoznam sa preriedil

Ako vysvetľuje pán primátor **Alexander Slafkovský**, mesto je zapísané v Atlase rómskych komunit: "Máme tu trojpercentnú rómsku menšinu, na ktorej nám záleží, aby sa rovnako rozvíjala ako majoritná spoločnosť." Preto pre nich zrealizovali doteraz úspešne projekt bytov s nižším štandardom.



Plánov majú v Liptovskom Mikuláši veľa. Je dobré, ak sa projekty dopĺňajú aj v prípade, ak nejde o rovnakého prijímateľa. Pán primátor dodáva: "Domov dôchodcov Golden Age nie je mestský projekt, ale jeho vytvorenie cítime aj my na meste, lebo sa nám znížil tlak na čakateľskú listinu do mestského domova dôchodcov."



Veršami Jána Kostru

Najkrajšie poďakovanie za to, že sa seniorom v Liptovskom Mikuláši venujú viaceré organizácie, povedala bývalá pani profesorka slovenčiny **Božena Palovičová** básňou Jána Kostru: "Nakoniec zostanú len milé slová v srdci, v tej skrinke leštenej toľkými dotykmi, vrchnáčik zapadne a otvárať ho skúsi vždy niekto po rokoch..."



Vrchná sestra pani **Kotrbová** pritom pani **Palovičovú** objíma. Spolu s klientmi sa oslovujú krstnými menami. Majú aj ťažšie stavy, napríklad hluchonemú pani, pre ktorú objednali špeciálne tlmočnúčku do posunkovej reči, ktorá za ňou dochádza. Smutné sú prípady opustených ľudí, ale aj pre nich sa v Liptovskom Mikuláši nájde kúsok miesta v srdci iných.



Liptov z výšky

A ak si chcú spestriť program už v tak nádhernej liptovskej prírode, môžu sa na ňu pozrieť aj z blízka. Hneď za domovom za kopcom na lúke prevádzkujú výhliadkové lety vrtuľníkom.



A tak sa môžu aj seniori pokochať pohľadmi na Vysoké Tatry, Nízke Tatry, či Západné Tatry, Chočské vrchy, alebo pohľadom na Jasnú a tamojšie liptovské aquaparky aj z výšky.



Os 4 – Regenerácia sídiel

Cieľom osi 4 je zvýšenie konkurencieschopnosti sídiel a zvýšenie kvality a bezpečnosti verejných priestranstiev, pričom globálny cieľ je definovaný ako zvýšenie dostupnosti a občianskej infraštruktúry a vybavenosti územia v regiónoch.



Začiatok a ukončenie realizácie projektu

07/2009 – 04/2013

EÚ zdroje (EFRR, ESF)

1 390 918,85 e



Os 2 – Infraštruktúra sociálnych služieb, sociálnoprávne ochrany detí a sociálnej kurately

Cieľom osi 2 je zvýšenie kvality poskytovaných služieb v sociálnej oblasti prostredníctvom rekonštrukcie, rozširovania, modernizácie a budovania zariadení sociálnych služieb a zariadení na výkon opatrení sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately, vrátane obstarania ich vybavenia.



Začiatok a ukončenie realizácie projektu

04/2010 – 11/2012

EÚ zdroje (EFRR, ESF)

2 543 088,96 eur



Kontakty:

Ministerstvo pôdohospodárstva a rozvoja vidieka SR

Dobrovičová 12

812 66 Bratislava

tel: 00421 2 59 26 61 11

fax: 00421 2 59 26 64 35

www.mpsr.sk

Sekcia riadenia programov regionálneho rozvoja

Prievozská 2/B

825 25 Bratislava 26

e-mail: inforop@build.gov.sk

www.ropka.sk

