

sku už tradične pripomína občanom, že **12. október** je vyhlásený Svetovou zdravotníckou organizáciou za **Svetový deň reumatizmu**. Akčný týždeň Dekády kostí a kĺbov (2000 – 2010) pokračuje 16. októbrom - Svetovým dňom chrbtice, 17. októbrom - Svetovým dňom úrazov a poranení pohybového aparátu a končí 20. októbrom - Svetovým dňom osteoporózy. Sekcia mladých reumatikov na záver

uvedeného Akčného týždňa pripravila slávnostný večer v Dome umenia v Piešťanoch, kde zhodnotia celoročné snaženie dobrovoľníkov Ligy a vyhodnotia sa podujatia Akčného týždňa LPR SR.

Hlavným programom slávnostného večera 20. októbra 2007 bol koncert v Dome umenia v Piešťanoch., kde vystúpila hudobná skupina Free Voices, ktorá v hodinovom koncerte podporila reuma-

tikov, ale aj pobavila všetkých priateľov a hostí. Srdečne vítaní boli aj kúpeľní hostia a návštevníci Piešťan, ktorí prišli podporiť budúce aktivity Sekcie mladých reumatikov. Výťažok z koncertu sa využije na benefičné účely pre deti z Klubu Kĺbik a pre mladých reumatikov na rekondično-integračný pobyt v roku 2008.

Jana Černáková  
Podbranč

## Aktuálne

# Motivačné centrum Nezábudka

**Liga za duševné zdravie vo svojom sídle na Ševčenkovej 21 v Bratislave – Petržalke 8. novembra tohto roku otvorila nové Motivačné centrum Nezábudka. Centrum pripravilo tri zaujímavé programy ako príležitosť na ďalší rozvoj ľudí s duševnými poruchami, ich príbuzných, ale aj profesionálov. Celý projekt finančne podporila farmaceutická firma a Ministerstvo kultúry SR, ktoré podporilo najmä špeciálne Štúdio Open-Art.**

V rámci prvého programu v štúdiu **Open - Art** sa prítomným výtvarníkom venoval Vladimír Kordoš, ktorý pôsobí ako pedagóg na Škole užitočného výtvarníctva J. Vydru v Bratislave a ktorý spolupracuje s Národným osvetovým centrom pri organizácii výstav amatérskych výtvarníkov. Amatérskym výtvarníkom sa tentoraz predstavil aj maliar Igor Minárik, ktorý je učiteľom Základnej umeleckej školy v Bratislave. Ďalšie stretnutia Open

Art budú pravidelné (2-krát za mesiac), kde sa budú stretávať ľudia s duševnými problémami, ktorí javia záujem o výtvarné aktivity. Cieľom otvoreného štúdia bude rozšíriť ich výtvarné vnímanie a vzdelanie v oblasti používania a experimentovania s výtvarnými technikami, pod odborným vedením profesionálnych výtvarníkov, ktorí sa budú vo vedení ateliérov striedať alebo dopĺňať. Okrem týchto výtvarných ateliérov, určených hlavne pre Bratislavčanov, sa každý mesiac uskutočnia aj víkendové výtvarné workshopy určené pre mimobratislavských záujemcov – napríklad členov patientskych združení. Program bude mať rovnakú náplň ako výtvarné ateliéry. Ďalšie stretnutia záujemcov o tento program sa uskutočnili 22. novembra, 6. decembra a budú aj 20. decembra tohto roku. Ďalšie termíny v roku 2008 budú upresnené na internetovej stránke: [www.dusevnezdravie.sk](http://www.dusevnezdravie.sk)

Program **Podpora** – zahŕňa 12 stret-

nutí za rok, a to príbuzných duševne chorých ľudí, ktorí sa takto budú mať možnosť zorientovať v ochorení (ako sa prejavuje, etiológii a prognóze, dôsledkoch...), budú sa môcť poradiť o správaní sa k duševne chorému príbuznému, získajú informácie o možnostiach odbornej pomoci mimo nemocničného prostredia, sociálno - právneho poradenstva.

V programe **Kontinual** ponúka Liga za duševné zdravie vzdelávacie víkendové workshopy pre pracovníkov v odboroch pomáhajúcich profesií (psychológov, psychiatrov, sociálnych pracovníkov) z celého Slovenska. Plánuje i viaceré zaujímavé okruhy ďalšieho vzdelávania. Vyberie, napríklad, niektoré z nasledujúcich tém: zvládacie stratégie stresu/ komunikácia pre psychiatrov, stratégie prevencie vyhoorenia - Burn out syndróm, supervízia pri zvládaní pracovných problémov, vzdelávanie v krízovej intervencii a dovozdelávanie v arteterapii. (ov)

## Svetový deň diabetu – 14. november

# Hovoriaci glukomer

**Predseda Únie nevidiacich a slabozrakých Slovenska, Branislav Mamojka, začiatkom novembra predstavil (pri príležitosti Svetového dňa diabetu, ktorý pripadá na 14. 11.) slovenskej verejnosti nový prístroj na meranie glukózy v krvi, hovoriaci glukomer SensoCard Plus, ktorý dokáže všetky pokyny a hodnoty zobrazené na displeji nahlas vysloviť.**

Glukomer zjednoduší život cukrovkárom, pretože práve ich ochorenie často vedie k poruchám zraku. Podľa Branislava Mamojku prístroj je vhodný pre ľudí, ktorí majú zvyšky zraku a môžu si urobiť odber krvi, aj keď nevidia na displej. Glukomer priniesol na Slovensko výhradný

zástupca maďarského výrobcu. Bol navrhnutý tak, aby aj nevidiaci boli schopní jednoducho, spoľahlivo a presne zmerať hladinu cukru v krvi. Prístroj spĺňa všetky platné medzinárodné normy. Glukomer vyslovuje pokyny - pacient si najprv musí odberovým perom pichnúť do prsta a kvapku krvi priložiť na prúžok napojený na prístroj, potom zaznie hodnota hladiny cukru. Celý proces merania je riadený mikroprocesorom vnútri prístroja, ktorý automaticky ukladá namerané údaje spolu s dátumom a časom. Kapacita pamäte umožňuje uložiť údaje až pol tisícky testov. Uložené údaje sa dajú stiahnuť do počítača, takže majiteľ glukomeru si môže uchovať v pamäti počítača celú svoju históriu merania glukózy.

Prístroj vypočíta aj priemerné hodnoty za určité obdobie, možno si nastaviť dátum a čas, anglický/nemecký alebo český jazyk. Vďaka funkcii hovorenia sa značne znižuje možnosť zlého prečítania výsledkov a tým aj následné nesprávne liečenie cukrovky zrakovo postihnutých pacientov. Glukomer SensoCard je kalibrovaný iba na použitie čerstvej kapilárnej krvi. Žilná krv alebo krvná plazma nie je na presné meranie hladiny glukózy v krvi vhodná. Po celý čas, keď je funkcia hovorenia aktívna, svieti na displeji glukomeru obrázok reproduktora. Súčasťou balíčka je 25 prúžkov, jedno odberové pero a osem lanciet - nástavcov na pero. Kapacita pamäte je 500 meraní. Z ceny 5113 korún dopláca pacient 10 korún, zvyšok hradí zdravotná poisťovňa.

(em)